



## Merkblatt – Huggie Muggie's 5 Medienregeln

für Eltern mit Kindern von 3–10



Begleiten Sie Ihr Kind am Bildschirm! Schauen Sie sich z.B. einen Film gemeinsam an oder spielen Sie ein Computergame mit Ihrem Kind.



Legen Sie Bildschirmzeiten und Handyzeiten gemeinsam fest (je nach Alter max. 30–60 Min. pro Tag). Dazu gehören Fernseher, Computer, Handy und Spielkonsole.



Beachten Sie die Altersfreigaben für Spiele! [www.pegi.info/ch/](http://www.pegi.info/ch/) gibt Auskunft (siehe Video)!



Bildschirmkonsum ist erst für Kinder ab 3 Jahren!

TV, PC, Handy und Spielkonsolen gehören nicht ins Kinderzimmer.



Planen Sie für Ihr Kind Zeiten ohne Medien für Spielen und Sport, Lesen, Aktivitäten mit anderen Kindern oder ein Hobby.