

# BILDSCHIRME IN DER FAMILIE



**BEE SECURE**

Kofinanziert von der Europäischen Union

/s cher  
.digital/

## UMGANG, AUFKLÄRUNG UND BEGLEITUNG

Dieses Poster bietet Eltern eine Orientierungshilfe, die sie den Bedürfnissen und der Reife ihres Kindes anpassen können.

### AB 15 JAHREN DIE SELBSTSTÄNDIGKEIT DES JUGENDLICHEN FÖRDERN



Erste Schritte in den sozialen Netzwerken begleiten: Die 6 digitalen Regeln wiederholen



Wachsam bleiben, aber seine Privatsphäre respektieren



Sich für seine Online-Aktivitäten interessieren



Ihn für Online-Betrug sensibilisieren



Sein kritisches Denken fördern

### 12-15 JAHRE DEN JUGENDLICHEN MEHR VERANTWORTUNG ÜBERNEHMEN LASSEN



Ihn über die Risiken im Internet aufklären



Ihm sein erstes Smartphone erlauben



Bildschirme 1 Std. vor dem Schlafengehen meiden und das WLAN nachts ausschalten



Soziale Netzwerke vermeiden



 ber Apps und Trends sprechen

### 9-12 JAHRE DAS KIND AUF DIE NUTZUNG DES INTERNETS VORBEREITEN



Die Nutzung von Bildschirmen in Gemeinschaftsräumen begleiten



Kein eigenes Smartphone zur Verfügung stellen



Die 6 digitalen Regeln einführen



Bildschirme 1 Std. vor dem Schlafengehen meiden und das WLAN nachts ausschalten



Soziale Netzwerke vermeiden

### 6-9 JAHRE DIE NUTZUNG DIGITALER GERÄTE BEGLEITEN



Videospiele mit der Familie oder Freunden in Gemeinschaftsräumen erlauben



Keine eigenen Geräte zur Verfügung stellen



Den Zugang zu Inhalten konfigurieren und die Bildschirmzeit begrenzen



Nachrichtensendungen für Erwachsene vermeiden



Grenzen erneut anpassen und Regeln für die ganze Familie festlegen

### 3-6 JAHRE ALTERSGERECHTE INHALTE WÄHLEN UND DAS KIND BEGLEITEN



Keine eigenen Geräte zur Verfügung stellen (Konsole, Tablet, Smartphone)



Bildschirmnutzung beaufsichtigen und auf Gemeinschaftsräume beschränken



Den Zugang zu nicht-interaktiven Inhalten einschränken



Klare Grenzen setzen (z. B. eine Folge,   30 Min.)



Das Kind 5 Minuten vor dem Ausschalten des Bildschirms darauf hinweisen

### 0-3 JAHRE SENSORISCHE AKTIVITÄTEN UND INTERAKTIONEN BEVORZUGEN



Bildschirme vermeiden



Traditionelles Spielzeug bevorzugen



Den Fernseher nicht im Hintergrund laufen lassen



Smartphones bei gemeinsamen Aktivitäten beiseitelegen



Während Videoanrufen in der Nähe bleiben (Zeit begrenzen)

### FÜR ALLE ALTERSGRUPPEN

- Sich Zeit für Familienaktivitäten, auch im Freien, nehmen
-  ber die Inhalte sprechen, die ihr Kind sich angesehen hat
- Zuhören und verfügbar sein
- Die Altersempfehlungen für Videospiele und Filme beachten
- Die Grenzen nach Bedarf anpassen

### DIE 6 DIGITALEN REGELN

- Ich sch tze meine persönlichen Daten.
- Ich treffe mich im realen Leben nicht mit Personen, die ich nur aus dem Internet kenne.
- Ich überlege mir gut, bevor ich online etwas akzeptiere.
- Ich glaube nicht alles im Internet.
- Wenn mir ein Online-Inhalt unangenehm ist, spreche ich mit einem Erwachsenen darüber.
- Ich verhalte mich anderen Menschen gegenüber respektvoll und höflich.

# BILDSCHIRME IN DER FAMILIE

## UMGANG, AUFKLÄRUNG UND BEGLEITUNG

Dieses Poster bietet Eltern eine Orientierungshilfe, die sie den Bedürfnissen und der Reife ihres Kindes anpassen können.

Weitere Informationen finden Sie unter

**BEE-SECURE.LU**

Hinweis: Um die Lesbarkeit dieses Posters zu erleichtern, wurde die männliche Form als neutrales Geschlecht verwendet, um die gesamte Bevölkerung zu bezeichnen.



Die BEE SECURE Helpline ist ein vertraulicher Beratungsdienst. Jede Person kann sich an diesen Dienst wenden, um rund um die Themen Internetsicherheit und digitale Medienbildung Fragen zu stellen und praktische Ratschläge zu erhalten. Dieser Dienst ist telefonisch oder schriftlich erreichbar.



Die BEE SECURE Stopline ist eine Online-Plattform, auf der Inhalte der drei folgenden Kategorien anonym gemeldet werden können:

- Darstellung von sexuellem Missbrauch von Minderjährigen (CSAM),
- Diskriminierung, Rassismus, Revisionismus oder Hassrede,
- Terrorismus.

Die gemeldeten und potentiell illegalen Inhalte werden an die nationale Polizei oder andere zuständige Behörden weitergeleitet.

## WEITERE RATGEBER

• Risiken im Netz	<a href="https://bee-secure.lu/risiken-im-netz">bee-secure.lu/risiken-im-netz</a>
• Nackt im Netz?	<a href="https://bee-secure.lu/sexting-ratgeber">bee-secure.lu/sexting-ratgeber</a>
• Bist du Opfer von Cyber-Mobbing?	<a href="https://bee-secure.lu/cyber-mobbing-ratgeber">bee-secure.lu/cyber-mobbing-ratgeber</a>



**Herausgeber:** Service national de la jeunesse (SNJ)  
Service national de la jeunesse - B.P. 707 L-2017 Luxembourg  
[www.snj.lu](http://www.snj.lu) | [www.bee-secure.lu](http://www.bee-secure.lu)

© 2026 Service national de la jeunesse (SNJ) – Initiative BEE SECURE  
Die Creative-Commons-Lizenz dieser Publikation nachlesen :  
[www.creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.de](https://www.creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.de)

**Initiiert von:**



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG

**Durchgeführt von:**



Service national  
de la jeunesse



KJT.lu

**Kofinanziert von:**



Kofinanziert von der  
Europäischen Union

Conception graphique : Alternatives Communication

