



**Liebe Familien,  
mit diesem Newsletter wollen wir Ihnen einige Tipps für  
Ihren Familien- Alltag geben und zum Mitmachen einladen.  
Lassen Sie uns diese Zeit gemeinsam meistern!**



## **Tipps des Tages Mediennutzung**

- 1.** Sprechen Sie mit ihrem Kind über die Medien, die es benutzt.  
Versuchen Sie folgendes herauszufinden:  
**Was ist die Lieblingssendung?**  
**Welche YouTube-Kanäle sind besonders interessant für ihr Kind?**  
**Welche Spiele spielt ihr Kind?**  
Surfen Sie mit ihrem Kind gemeinsam und spielen Sie vielleicht doch auch mal mit.
- 2.** Geben Sie ihrem Kind feste Zeiten für den Medienkonsum:  
**0-3J.: so wenig wie möglich**  
**2-5J.: max. 30 min. am Tag**  
**6-9J.: 1h Bildschirmzeit am Tag**  
**Älter ab 10 Jahre: eine Stunde pro Lebensalter in der Woche**
- 3.** Prüfen Sie auch den eigenen Umgang mit Medien kritisch.  
Checken Sie sich selbst unter:  
**[www.ins-netz-gehen.de/check-dich-selbst/bin-ich-suechtig](http://www.ins-netz-gehen.de/check-dich-selbst/bin-ich-suechtig)**
- 4.** Installieren Sie eine Kinder- oder Jugendschutzsoftware.  
Je nach Alter entscheiden Sie, wie Sie Zeitlimits setzen, Programme und Webseiten sperren oder freigeben. Empfehlungen:  
JusProg: **[www.netzwelt.de/download/12756-jusprog.html](http://www.netzwelt.de/download/12756-jusprog.html)**  
Parents-Friend:  
**[www.netzwelt.de/download/12156-parents-friend.html](http://www.netzwelt.de/download/12156-parents-friend.html)**
- 5.** Verwenden Sie Kindersuchmaschinen, wie **[fragFinn.de](http://fragFinn.de)** oder **[blinde-kuh.de](http://blinde-kuh.de)**
- 6.** Bieten Sie min. 1x am Tag ihrem Kind Gegenangebote an, wie ein Spielabend, ein gemeinsamer Spaziergang, Bewegungsübungen oder Vorlesen.



# YekmalNewsletter



**Liebe Eltern,  
hier ist ein schönes Würfespiel für eine  
Bewegungspause für die ganze Familie!**

**Rückwärts durch die Wohnung gehen**

**Unter dem Tisch durchkriechen**

**Kniebeugen machen**

**Stift in die Luft werfen und fangen**

**Seilspringen auf der Stelle**

**Hampemänner machen**



**Liebe Eltern,  
schenken Sie Ihrem Kind ein Mediengutschein:**

**[www.klicksafe.de/fileadmin/media/documents/pdf/klicksafe\\_Materialien/Eltern\\_Allgemein/Mediengutschein\\_klicksafe\\_Deutsch.pdf](http://www.klicksafe.de/fileadmin/media/documents/pdf/klicksafe_Materialien/Eltern_Allgemein/Mediengutschein_klicksafe_Deutsch.pdf)**



# YekmalNewsletter

---



**Haben Sie Fragen?  
Wir sind telefonisch und  
online für Sie da!**



**Für Väter  
0176 200 38 915 / Ajo**



**Für Mütter  
0176 307 50 705 / Payman**



**Familien- und Erziehungsberatung  
dienstags / 13.00 - 15.00 Uhr  
030 61625848 / Günay und Cornelia**



**Besuchen Sie uns auf Facebook  
[www.facebook.com/yekmal.de](http://www.facebook.com/yekmal.de)**



**Besuchen Sie auch unsere Homepage  
[www.yekmal.de](http://www.yekmal.de)**



# Mini-Wörterbuch

**Infoblatt, Newsletter**

**Nûçename**

**Homepage, Website**

**Malper**

**Kniebeugen**

**Wertzewerî**

**Hampelmänner**

**Bûklok**

**Gutschein**

**Belgename**

**Beratung**

**Şêwirmendi**



**Wenn es in diesem Newsletter  
Wörter gibt, die Sie nicht verstehen,  
fragen Sie uns!**