

## smart@phone, Gewaltfrei online & Suchtfrei online

Schülerinnen und Schüler stärken - Medienkompetenzen fördern

Für Schülerinnen und Schüler des 3. Zyklus



Wir freuen uns, Ihnen drei Workshops zur Förderung der Medienkompetenz anbieten zu dürfen:

### Kurs 1: smart@phone

Die Jugendlichen werden von Experten herausgefordert, ihren alltäglichen Umgang mit WhatsApp, TikTok, Snapchat & Co. zu reflektieren. Was heisst die faire und gelingende Mediennutzung im Alltag? Datenschutz? Wie gehen wir mit Hassbotschaften im Netz um? Mit welchen Tricks schaffe ich die Digital-Life Balance? Warum ist Anstand am Handy so wichtig? Wenn ich doch Dickpics erhalte? Bei welchen Pornos kann ich bestraft werden? Der Klassenkurs ist so ausgelegt, dass auch auf aktuelle Themen eingegangen werden kann. Er bietet eine gute Ergänzung zum Unterricht Medien und Informatik.

### Kurs 2: Gewaltfrei online

Ein konfliktfreies Miteinander im Netz scheint nicht möglich. Für ein friedliches Miteinander mit möglichst wenig Mobbing- oder Bullying-Vorfällen ist oft unaufgeregte, alltägliche Knochenarbeit notwendig. Daher befassen sich die Jugendlichen im Klassenworkshop mit den schwierigen Prämissen der Kommunikation über WhatsApp, Snapchat, TikTok & Co. Neben Wissensvermittlung geht es um Fragen der Empathie im Netz. Im Vordergrund steht die Sensibilisierung für Störungsursachen sowie die Beeinflussung von Konfliktverläufen. Damit verbunden auch um Möglichkeiten der Selbstkontrolle sowie Hinweise, wo Hilfe geholt werden kann.

### Kurs 3: Suchtfrei online

Die Gefahr einer Online-Sucht ist bei Teenagern deutlich grösser als bei Erwachsenen. So nutzt fast jeder vierte Jugendliche das Internet «risikoreich». Deshalb ist es unabdingbar, dass die Jugendlichen sensibilisiert sind für die eigenen Gewohnheiten der Mediennutzung und die Einschätzung der damit verbundenen Risiken. Im Klassenkurs «Suchtfrei online» steht die Reflexion des eigenen Risikoverhaltens und die Nutzung der digitalen Medien im Vordergrund. Die SuS diskutieren gesundheitsfördernde und -hemmende Verhaltensweisen. Sie verstehen die Zusammenhänge der Suchtentstehung und wissen bei problematischer Internetnutzung, wo sie Hilfe holen können.

### Nachbearbeitung

Spezielle Arbeitshilfen zur Nachbereitung werden zur Verfügung gestellt.

### Rahmenbedingungen Klassenkurse

Ort: Sie stellen **zwei** (Klassen-)Zimmer zur Verfügung, nach Möglichkeit nicht den Computerraum  
Dauer: 2 Lektionen  
Material: Es werden **keine** Computer benötigt

**Anmeldung unter:** [Kurs 1: smart@phone](#)

[Kurs 2: Gewaltfrei online](#)

[Kurs 3: Suchtfrei online](#)

**Buchungsbegrenzung:** Pro Schulhaus dürfen 4 Kurse gebucht werden

**Anmeldeschluss:** 7. Februar 2025

**Durchführung:** zischtig.ch

### Kosten

Die Finanzierung erfolgt über den Kanton. Für Sie entstehen keine Kosten.

### Was Sie übernehmen

- Die Medienpädagogen müssen 20 min. vor Beginn für die Vorbereitungen in die beiden Zimmer rein
- Sie stellen eine Leinwand, eine Wandtafel oder ein Whiteboard zur Verfügung
- Sie empfangen die Medienpädagogen
- Sie informieren Ihre SuS, dass sie am besagten Tag ihre eigenen Smartphones mitnehmen. Es wird nach Möglichkeit auf diesen gearbeitet

### Buchung und Anmeldung

Wichtig: Die Kurse müssen als «Schulhauspakete» gebucht werden. «Zweierpakete» müssen an einem Vormittag, idealerweise einem Mittwoch gebucht werden. Wenn es nur ein Kurs pro Schulhaus ist, dann muss es am Nachmittag sein. Wir bitten Sie sich im Team bei der Terminwahl abzusprechen und **eine** Anmeldung pro Schulhaus auszufüllen.

Für die eingehende Buchung erhalten Sie eine Bestätigung. Über die definitive Durchführung werden Sie nach Anmeldeschluss informiert. Bei einer kurzfristigen Absage sind die Kosten für die Veranstaltung durch die Schule zu übernehmen.

Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

### Kontaktperson:

Boris Simic, Mitarbeiter Fachstelle Gesundheitsförderung und Prävention

Email: [b.simic@vjps.ch](mailto:b.simic@vjps.ch) / Tel. 052 633 60 24