

# UNSER MEDIENVERTRAG

zwischen \_\_\_\_\_ und \_\_\_\_\_  
Name des Kindes Name des Erwachsenen

- Wir vereinbaren eine Medienzeit von \_\_\_\_ Minuten pro Tag/pro Woche.
- Ich schaue nur Sendungen, die für mein Alter passend sind (mehr unter [www.flimmo.de](http://www.flimmo.de)).
- Wir wählen gemeinsam altersgerechte Computerspiele und Apps aus.
- Neue Computerspiele oder Apps erkunden wir gemeinsam.
- Meine Eltern kontrollieren mich nicht heimlich und spionieren nicht auf meinem Handy herum.
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- Beim Essen, vor der Schule, während der Hausaufgaben und eine Stunde vor dem Schlafengehen schalten wir alle Geräte aus.
- Vor dem Fernseher oder Computer essen wir nicht.
- Wenn ich im Fernsehen oder im Internet etwas sehe, was mir Angst macht, sage ich es meinen Eltern.
- Meine Eltern zeigen mir, woran man Werbung im Internet erkennt. Ich klicke sie nicht an.
- Wenn sich jemand über das Internet mit mir verabreden möchte, den ich nicht kenne, sage ich es meinen Eltern.
- Ich gebe meine Handynummer und unsere Adresse nicht an Fremde weiter.

\_\_\_\_\_  
Unterschrift des Kindes

\_\_\_\_\_  
Unterschrift des Erwachsenen

**Gemeinsam ausfüllen und gut sichtbar aufhängen.**  
Am Ende der Woche prüfen, was gelungen ist.