



Kurzbeschreibung

Die Flimmerpause ermutigt Kinder und Jugendliche aber auch deren Bezugspersonen, sich mit dem persönlichen Umgang mit den Bildschirmmedien auseinanderzusetzen. Daraus können eigene Ideen und Alternativen für bildschirmlose Freizeit-Aktivitäten entstehen und umgesetzt werden. In der Woche vom 1. - 7. Juni 2020 verzichten alle Teilnehmenden in ihrer Freizeit auf Bildschirmmedien oder reduzieren diese auf das notwendige Minimum.

Die Website www.flimmerpause.ch unterstützt mit Begleitmaterialien wie Unterrichtseinheiten, Musterbriefen und vielen Ideen zur Umsetzung der Flimmerpause.

Die Kinder- und Jugendgesundheits bietet interessierten Lehrpersonen, Jugendarbeitenden und Elterngruppen auf Wunsch Unterstützung bei der Planung und Umsetzung einer massgeschneiderten Flimmerpause an.

Ziele

- Die Teilnehmenden reduzieren den Konsum von Bildschirmmedien und gestalten in der Freizeit während der Flimmerpause alternative Aktivitäten.
- Die Teilnehmenden reflektieren den eigenen Medienkonsum und den Zusammenhang zu ihrer Befindlichkeit

Zielgruppe

Schulen, Institutionen im Freizeitbereich sowie Familien, Kinder und Jugendliche

Kosten

Die Teilnahme ist kostenlos.

Dauer

Die Flimmerpause dauert vom 1. - 7. Juni 2020.

Anmeldung Flimmerpause und Live-Bühnenperformance

Bitte melden Sie sich bis Mitte April 2020 unter www.flimmerpause.ch > Anmelden und Kontakt > Zug an und bestellen Sie zusätzliche, kostenlose Materialien. Für die Teilnahme an der Flimmerpause können Sie sich bis einen Tag vor Beginn der bildschirmfreien Woche anmelden.

Kontakt

Amt für Gesundheit, Kinder- und Jugendgesundheits
041 728 39 39, gesund@zg.ch
www.zg.ch/gesund

