

Gesunder Umgang mit Medien im Kindes- und Jugendalter

Kommunale Angebote gemeinsam entwickeln und umsetzen

Bundesweit zeigt sich nachweislich seit Jahren eine immer stärkere und frühere Nutzung digitaler Medien durch Kinder bereits ab dem Grundschulalter. Dies wird durch die rasant steigende Verfügbarkeit in den Haushalten der Dialoggruppe begünstigt.

Das Projekt „Gesunder Umgang mit Medien im Kindes- und Jugendalter“ verfolgt das übergeordnete Ziel, die Medienkompetenz bzw. den gesunden Umgang mit Medien von Kindern und Jugendlichen zwischen 6 und 16 Jahren und deren Erziehungsberechtigten zu fördern.

Dabei sollen im Land Bremen insbesondere Kinder, Jugendliche und Erziehungsberechtigte aus sozial benachteiligten Verhältnissen durch Angebote in den Lebenswelten Schule und Quartier angesprochen werden, darunter medienpädagogische Angebote für Kinder in Grundschulen, mehrteilige Workshops oder Expert:innenkonferenzen für Jugendliche im Quartier und Angebote für Eltern.

Ziele

Bei dem Vorhaben geht es um einen „gesunden Umgang mit Medien“ für Kinder und Jugendliche, es zielt also auf die Förderung der Medienkompetenz verknüpft mit der Stärkung der Gesundheitskompetenz in dieser Dialoggruppe. Die geplanten Maßnahmen werden in den Settings „Grundschule“ (Altersgruppe 6-11 Jahre) und „Quartier“ (Altersgruppe 11-16 Jahre) umgesetzt. In beiden Settings sollen auch die Erziehungsberechtigten erreicht werden.

Hierzu werden bestehende effektive Strukturen wie die Gesundheitsfachkräfte an Schulen und die Gesundheitsfachkräfte in Bremer Quartieren einbezogen. Diese und weitere Multiplikator:innen sollen in den Bereichen Medienpädagogik und Medienkompetenz geschult und entsprechende Angebote entwickelt und umgesetzt werden.

Zu den konkreten Handlungsfeldern gehören neben Mediensucht und digitaler Gewalt/Cybermobbing auch Themen wie Körperselbstbilder, der gesunde Umgang mit Endgeräten (Dauer, Sitzhaltung, Augenhygiene etc.), die Förderung körperlicher Aktivität durch die Nutzung digitaler Medien und das Auffinden von verlässlichen (gesundheitsbezogenen) Informationen.

Maßnahmen

Es werden vorhandene Angebote zur Förderung der Medienkompetenz für Kinder, Jugendliche und deren Erziehungsberechtigte im Land Bremen recherchiert. An den Grundschulen des Projektes „Gesundheitsfachkräfte an Bremer Schulen“ werden im Projektverlauf allen Viertklässler:innen Maßnahmen zur Förderung der Medienkompetenz angeboten.

An allen Grundschulen dieses Projekts werden in der Projektlaufzeit Elternabende oder Elterncafés zum Thema Medienkompetenz angeboten.

Es werden an den Einsatzorten der Bremer Gesundheitsfachkräfte in den Bremer WiN-Quartieren und in Bremerhaven Angebote für Jugendliche und deren Erziehungsberechtigten zur Förderung der Medienkompetenz entwickelt bzw. von professionellen, externen Trägern umgesetzt. Dabei werden

kommunale Träger (wie Jugendtreffs, Häuser der Familie, Volkshochschulen u.a.) einbezogen. Gesundheitsfachkräfte in Schulen und Quartieren und andere Fachkräfte aus dem Bildungs- und Sozialbereich sind zum Thema sensibilisiert und als Multiplikator:innen geschult. Beratungs- und Unterstützungsangebote zur Medienkompetenz werden zusammengefasst und für Multiplikator:innen und die Dialoggruppe zur Verfügung gestellt. Anmeldung für Grundschulen.

Materialien

- [Übersicht Webseiten Medienkompetenz](#)  (hilfreiche Seiten zum Thema Medienkompetenz für verschiedene Dialoggruppen, hier sind vor allem neue fremdsprachige Angebote verfügbar), Stand: 09/2025
- [Übersicht medienpädagogische Angebote in Bremen](#)  (Workshops, Schulungen zur Förderung der Medienkompetenz, Beratung bei exzessivem Medienkonsum etc.), Stand: 09/2025
- [Anlaufstellen bei digitaler Gewalt](#)  (Informationen und praktische Tipps, rechtliche Unterstützung, psychologische Unterstützung und Beratung in Krisen, Prävention digitaler Gewalt)

Weitere Informationen und Materialien

Das Projekt wird gefördert von den Krankenkassen/Krankenkassenverbänden des Landes Bremen nach §20 a SGB V im Rahmen ihrer Aufgaben zur Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten.

Kooperationspartner:innen

- Senatorische Behörde für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz
- Gesundheitsfachkräfte im Quartier Bremen & Bremerhaven
- Gesundheitsfachkräfte an Bremer Grundschulen
- Magistrat der Stadt Bremerhaven Gesundheitsamt

Laufzeit: 1. September 2022 bis 31. August 2026

Kontakt

Merle Flemming

merle.flemming@gesundheit-nds-hb.de

0511 / 388 11 89 – 327

Annika Ruef

annika.ruef@gesundheit-nds-hb.de

0511 / 388 11 89 – 326

Julia Törper

julia.toerper@gesundheit-nds-hb.de

0511 / 388 11 89 – 328

Ein Angebot von:

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V.

Ansprechperson:

Merle Flemming, Annika Ruef, Julia Törper

Telefon:

0511 388 11 89-326 /-327 /-328

Internetadresse:

www.gesundheit-nds-hb.de/

Nächste Termine:

Termine bitte erfragen