

Langes Spielen am Bildschirm schadet den Augen von Kleinkindern, weil es kurzsichtig macht.

Augenärzte warnen: langes und häufiges Schauen auf den Nahbereich mit Handy oder Tablet führt dazu, dass die Augäpfel zu stark wachsen und Kinder kurzsichtig werden. Außerdem müssen Babys und Kleinkinder erst lernen räumlich zu sehen (dreidimensional). Das wird vom flachen Bildschirm verhindert, weil die Kinder die Gegenstände nicht in die Hand nehmen können.

Augenärzte empfehlen deshalb: Kein PC, Handy, Tablet, TV unter 3 Jahren! Über 3 Jahren höchstens eine halbe Stunde täglich, und dann mit mindestens 30 cm Augenabstand vom Bildschirm. Wichtig für eine gesunde Entwicklung der Augen ist, dass Kinder sich jeden Tag mindestens 2 Stunden bei Helligkeit draußen im Freien aufhalten.

(Empfehlung vom Kongress der Deutschen Ophthalmologischen Gesellschaft 2018)

Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation zu täglicher Bewegung, Schlafdauer und Bildschirmzeiten vom Säuglingsalter bis zum fünften Lebensjahr: <https://www.bvpraevention.de/cms/index.asp?inst=newbv&snr=12809>

Zum Weiterlesen über Kinder und Medien: <https://www.kindergesundheit-info.de/themen/medien/>



Kontakt:

Landratsamt Rastatt
Gesundheitsamt und Jugendamt
Am Schlossplatz 5, 76437 Rastatt
Tel. 07222 381-2300
amt23@landkreis-rastatt.de
www.landkreis-rastatt.de

und

Frühförderverbund Rastatt
der Sonderpädagogischen
Beratungsstellen



LANDKREIS

RASTATT



Handy und Tablet: Nichts für kleine Kinder!



Bundesstiftung
Frühe Hilfen

Gefördert vom:

Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Babys von 0 - 12 Monaten

Elektronische Mediengeräte wie Handy, Tablet, Fernseher, Spielkonsolen sind schädlich für Babys und Kleinkinder.



Babys wollen

- ☺ die Stimmen von Mama und Papa hören und ihnen zuhören
- ☺ mit Mama und Papa spielen
- ☺ im Alltag dabei sein
- ☺ sich frei auf dem Boden/einer Decke bewegen (ohne Maxi Cosi oder Wippe)
- ☺ mit den eigenen Händen die Welt entdecken
- ☺ kuscheln
- ☺ Lieder vorgesungen bekommen und Musik hören
- ☺ alles in den Mund nehmen
- ☺ und ab ca. 6 Monate Bilderbücher anschauen

Kleinkinder von 1 - 3 Jahren

Kinder von 1-3 Jahren wollen sprechen lernen, spielen, sich bewegen und die Welt entdecken!

Wie lernen Kinder sprechen?

Dadurch, dass Mama und Papa

- ☺ so viel wie möglich mit den Kindern sprechen
- ☺ gemeinsam mit den Kindern Bilderbücher anschauen und vorlesen
- ☺ den Alltag erklären und Dinge benennen

Kleine Kinder von 1-3 Jahren sollen nicht mit dem Handy oder Tablet spielen.

- ☹ keine Spiele auf Handy/Tablet/Konsole
- ☹ auch keine Kinder-Apps benutzen
- ☹ keine Serien (YouTube/TV) anschauen - auch keine Kindersendungen
- ☹ Kinder unter 3 Jahren können aus Bildschirmmedien nichts lernen

Was darf ein Kleinkind mit dem Handy machen?

Zusammen mit den Eltern:

- ☺ Fotos machen
- ☺ Fotos anschauen
- ☺ kurz telefonieren oder skypen

Geben Sie Ihrem Kind auch nicht das Handy um es ruhezustellen!

Eltern sind Vorbilder

Babys und Kleinkinder merken genau, ob Mama oder Papa mit den Gedanken und Gefühlen für sie „da“ sind oder durch das Handy abgelenkt sind.

Handys/PC/Tablet stehlen Ihre Aufmerksamkeit für Ihre Kinder.

Legen Sie Ihr Handy bewusst weg oder schalten Sie den Fernseher ab, um mit Ihrem Kind zu spielen, zu sprechen, zu toben oder zu kuscheln!



Liebe Mama, lieber Papa,
leg dein Handy weg und
spiel mit mir!