

SICHER GROSS WERDEN IM NETZ

Die fünf Regeln, die wirklich helfen.

Wenige klare Sätze wirken besser als eine lange Liste.

Sie müssen kein Technik-Profi sein. Was Ihr Kind schützt, sind ein paar Regeln, die es auswendig kennt, und die Gewissheit, dass es mit allem zu Ihnen kommen darf.

- 1 Nachts schläft das Handy außerhalb des Kinderzimmers.**
Das schützt den Schlaf und nimmt den Druck, immer erreichbar sein zu müssen.
- 2 Käufe und neue Apps nur nach Rückfrage.**
So gibt es keine bösen Überraschungen, und Sie bleiben im Gespräch.
- 3 Beim Essen und bei den Hausaufgaben bleibt das Handy in der Tasche.**
Feste bildschirmfreie Inseln entlasten den ganzen Tag, am besten für die ganze Familie.
- 4 Bei allem Unangenehmen komme ich zu dir. Dafür gibt es nie Ärger.**
Die wichtigste Regel von allen. Wer für schlechte Nachrichten Ärger bekommt, kommt beim nächsten Mal nicht mehr.
- 5 Fotos und Nummern von anderen teile ich nur mit deren Einverständnis.**
Rücksicht im Netz ist dieselbe Höflichkeit wie im echten Leben.

DER NOTFALL-ANKER**Ein Familien-Codewort, das nur Ihre Familie kennt.**

Zwei Wörter, die zusammen keinen Sinn ergeben, zum Beispiel lila Gießkanne. Kein Name, kein Geburtsdatum, kein Haustier, denn das steht oft schon im Netz. Nur mündlich weitergeben, an alle Generationen. Wenn am Telefon plötzlich Geld und Eile im Spiel sind, fragen Sie ruhig nach dem Codewort. Wer es nicht kennt, bekommt kein Geld. Legen Sie freundlich auf und rufen Sie die Person danach selbst unter der gespeicherten Nummer an.

UNSER WORT**Aus Vorsätzen wird eine Abmachung: der Bordvertrag.**

Die Vorlage zum Ausdrucken füllen Sie zu Hause gemeinsam aus. Kind und Eltern kreuzen ihre eigenen Punkte an, beide unterschreiben, dann hängt das Blatt sichtbar in der Wohnung. Nach ein paar Wochen schauen Sie zusammen darauf und passen an, was nicht passt. Zu finden unter mindlaunch.de/materialien.

Rakis Regel: Wenn Ihr Kind von diesem Blatt nur einen Satz behält, dann diesen: Bei allem Unangenehmen komme ich zu dir, dafür gibt es nie Ärger.

**mindlaunch.de/eltern**

Ruhige Leitfäden zum ersten Handy, zur Bildschirmzeit, zum Klassenchat und zu Online-Spielen. Dazu kurze Lektionen, die Ihr Kind selbst durcharbeiten kann. Der QR-Code führt direkt dorthin. Dort ist auch der Funk-Kanal verlinkt, mit einem kurzen Tipp pro Woche.

Wenn etwas passiert ist: mindlaunch.de/hilfe bündelt Anlaufstellen und geprüfte Notfall-Nummern.