



Gamen. Chatten. Surfen.
Süchtig werden.

Info zum Thema: **Internet-Sucht**

Surfen, Gamen und Chatten sollen Spass machen, nicht süchtig! Doch es besteht die Gefahr einer Internet-Sucht, wenn Ihr Kind

- immer mehr Zeit im Netz verbringt und darüber Schule und Freizeitinteressen vernachlässigt.
- versucht, seine Probleme im realen Leben durch Internetaktivitäten zu vergessen oder zu verdrängen.
- über die eigenen Aktivitäten im Internet die Kontrolle verliert.

Deshalb:

Interessieren Sie sich dafür, wieviel Zeit Ihr Kind im Internet verbringt und was genau es dort macht.

Sprechen Sie mit Ihrem Kind über das Thema Internet-Sucht, stellen Sie gemeinsam Regeln auf und setzen Sie Grenzen!

Wenden Sie sich an eine Beratungsstelle, die Ihnen gerne weiterhelfen wird.

Ausführliche Informationen und nützliche Adressen finden Sie und Ihre Kinder unter **www.safersurfing.ch**