

# „Mediensucht“ - Prävention und Intervention in der Landeshauptstadt München

## Broschüren

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:

- Gut hinsehen, gut zuhören, aktiv gestalten! [Tipps für Eltern zum Thema „Mediennutzung in der Familie“ \(PDF\)](#)
- Online sein mit Maß und Spaß. [Elternratgeber zum richtigen Umgang mit digitalen Medien \(PDF\)](#). Auch in [ukrainischer Sprache \(PDF\)](#).
- [Achtsamen Medienkonsum und Selbstfürsorge vermitteln \(PDF\)](#)

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V.:

- Digitale Medien - wann sind sie riskant? Ein Heft über Internet-Nutzung in [Leichter Sprache \(PDF\)](#).

Deutsches Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters:

- Games, Social Media, Streaming. Informationen für junge Menschen ab 10 Jahren. Die [Informationsbroschüre ist in mehreren Sprachen verfügbar](#).
- Games, Social Media, Streaming. Informationen für Angehörige von jungen Menschen ab 10 Jahren, die viel gamen, streamen oder viel auf Social Media aktiv sind. Die [Informationsbroschüre ist in mehreren Sprachen verfügbar](#).

Klicksafe:

- [Digitale Abhängigkeit – Tipps für Eltern \(PDF\)](#)
- [Tipps fürs digitale \(Über\)Leben für Jugendliche \(PDF\)](#)
- [Digitaler Mediennutzungsvertrag](#) zwischen Eltern und Kind

Media Protect e.V.:

- [Medienratgeber für Eltern](#). Für verschiedene Altersgruppen und in mehreren Sprachen

Neon Prävention & Suchthilfe Rosenheim:

- Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen. [Ratgeber für Eltern. Information für Fachkräfte](#).



Diese Übersicht wurde vom [Münchner Programm zur Suchtprävention](#) der Landeshauptstadt München erstellt. Sie wird regelmäßig aktualisiert und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Wollen Sie auch auf dieser Liste erscheinen? Dann melden Sie sich beim Münchner Programm zu Suchtprävention [per E-Mail](#).

Stand Dezember 2024

## Präventive Projekte direkt für Kinder und Jugendliche

Bayerisches Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung:

- [Netpiloten - ein evaluiertes Peer-Projekt](#) für eine verantwortungsvolle Nutzung von Computerspielen und Internet im Rahmen der Kampagne [Ins-Netz-gehen](#).

Condrobs e.V.:

- [Inside](#): für Jugendliche in Schulen und Auszubildende in Betrieben
- Peer-Projekt [Netzgänger](#)

Keine Macht den Drogen e.V.:

- Adventure-Camp: [Abenteuer-Zeltlager für Kinder und Jugendliche](#) (11-15 Jahre)
- Familiencamp: [Abenteuerwochenende für die ganze Familie](#)

SIN - Studio im Netz e.V.:

- Peer-Projekt [Mediencouts](#)

Villa Schöpflin gGmbH:

- [Max & Mina](#): Programm zur Prävention problematischer Mediennutzung für Klasse 4, 5 und 6

## Angebote und Beratung im Netz

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:

- Infoportal für Mediennutzung & Medienkompetenz für Jugendliche: [Ins Netz gehen](#)

Condrobs e.V.:

- [Digitale Streetwork im Bereich Sucht](#) und Beratung im geschützten, anonymen und datensicheren [Condrobs-Chatbereich](#)

Fachverband Medienabhängigkeit e.V.:

- [Infoportal](#) unter anderem mit spezialisierten Anlaufstellen in ganz Deutschland

Schau hin! Was dein Kind mit Medien macht:

- Eine [Initiative mit verschiedenen Angeboten](#), wie zum Beispiel Online-Medienkurse für Eltern, Eltern fragen - Medicoaches antworten

Tal 19 am Harras:

- [ELSA, eine kostenlose, internetbasierte Elternberatung](#) zu Suchtgefährdung und Abhängigkeit bei Kindern und Jugendlichen



Diese Übersicht wurde vom [Münchner Programm zur Suchtprävention](#) der Landeshauptstadt München erstellt. Sie wird regelmäßig aktualisiert und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Wollen Sie auch auf dieser Liste erscheinen? Dann melden Sie sich beim Münchner Programm zu Suchtprävention [per E-Mail](#).

Stand Dezember 2024

# Beratung, Frühintervention und Behandlung persönlich in München

Blaukreuz-Zentrum München:

- [Hilfe bei Medienabhängigkeit \(PDF\)](#)

Caritas-Fachambulanz für junge Suchtkranke München:

- [Beratung bei problematischer Mediennutzung](#)

Condrobs e.V.:

- [Hilfe bei Computerspiel- und Mediensucht](#)

Gärtnerstiftung:

- [Beratungsstelle für Medienabhängigkeit](#)

kbo-Isar-Amper-Klinikum Region München, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Süd.West:

- [Medienambulanz \(PDF\)](#)

Tal 19 am Harras:

- [Angebote der Mediensucht-Ambulanz](#)



Diese Übersicht wurde vom [Münchner Programm zur Suchtprävention](#) der Landeshauptstadt München erstellt. Sie wird regelmäßig aktualisiert und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Wollen Sie auch auf dieser Liste erscheinen? Dann melden Sie sich beim Münchner Programm zu Suchtprävention [per E-Mail](#).

Stand Dezember 2024

# Fortbildungen für Eltern und Fachkräfte

Aktion Jugendschutz, Landesarbeitsstelle Bayern e.V.:

- [Hilfe, mein Kind pubertiert](#)

Condrobs e.V.:

- [Condrobs-Akademie](#)
- [Inside](#): Fortbildungen für Schulen, Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe, pädagogische Institutionen, Betriebe und Unternehmen

Echt dabei – Gesund groß werden im digitalen Zeitalter:

- Ein [Präventionsprogramm für Kindertagesstätten und Grundschulen](#).

Keine Macht den Drogen e.V.:

- Fairnetzen: [Medienkompetenztraining für Multiplikator\\*innen](#)
- [Elternabende](#) in Präsenz oder online
- Familiencamp: [Abenteuerwochenende für die ganze Familie](#)

Münchner Programm zur Suchtprävention und Fortbildungskooperative:

- [Online-Vortragsreihe und -Vertiefungsseminare](#) für Eltern und Lehrkräfte/Fachkräfte
- [Einrichtungsinterne Schulungen](#) in Präsenz oder online, kostenfrei zu verschiedenen Themen
- [Elternabende Medien\(sucht\)prävention](#) für Eltern von Kindern im Alter von 6 bis 10 Jahren und ab 10 Jahren

SIN - Studio im Netz e.V.:

- [Referent\\*innentätigkeiten zum Thema Medien](#)



Diese Übersicht wurde vom [Münchner Programm zur Suchtprävention](#) der Landeshauptstadt München erstellt. Sie wird regelmäßig aktualisiert und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Wollen Sie auch auf dieser Liste erscheinen? Dann melden Sie sich beim Münchner Programm zu Suchtprävention [per E-Mail](#).

Stand Dezember 2024