

# Ziel ist ein bewusster Medienkonsum

Kinder der Schulen Risch Rotkreuz reduzierten ihren Medienkonsum in der vergangenen Woche auf ein Minimum

Von Svenja Müller

Vom 24. bis 28. Mai nahmen rund 300 Schüler der Primarschule Risch Rotkreuz am Projekt «Flimmerpause» teil. Dafür schraubten sie ihren Bildschirmkonsum stark zurück und wurden mit den Auswirkungen von digitalen Medien bekannt gemacht. Die Klassenlehrerin Doris Wismer hat mit uns über die spannende Woche gesprochen.

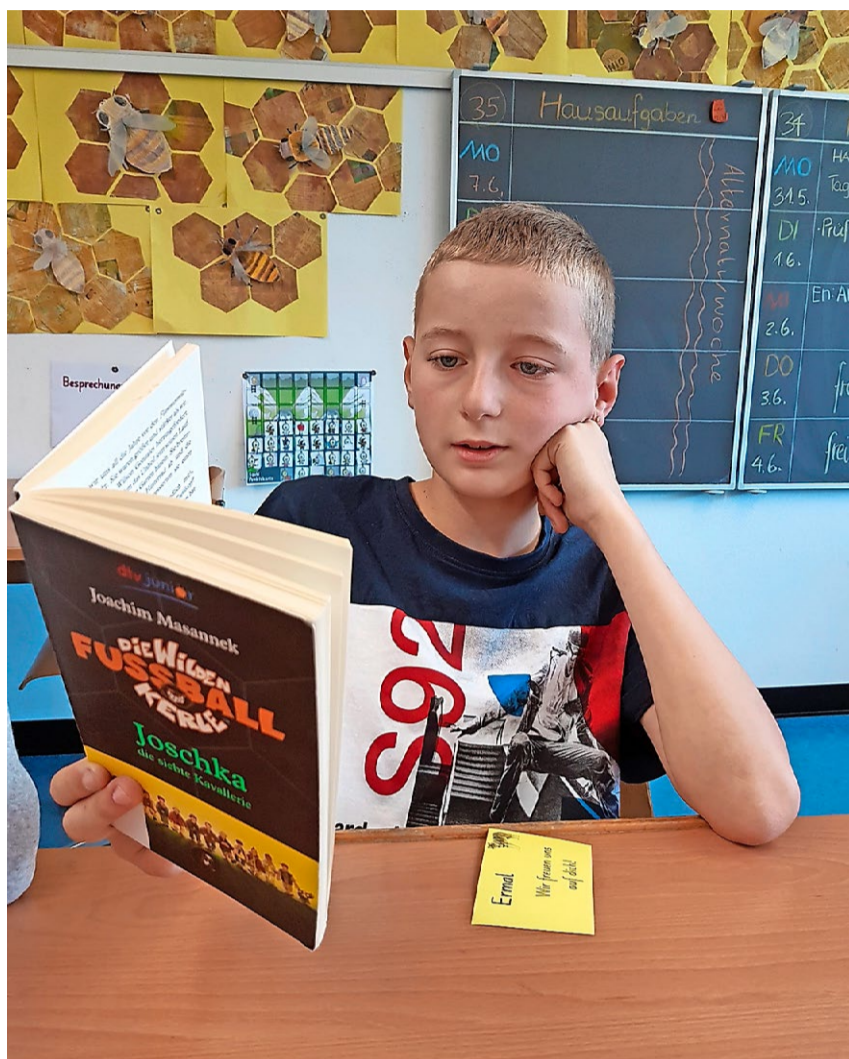
**Risch Rotkreuz** Handy, Laptop und Fernseher sind aus unserem alltäglichen Leben nicht mehr wegzudenken. Doch der übermässige Konsum digitaler Medien ist ungesund und gefährlich. In der «Flimmerpause»-Woche gaben Schulklassen und Familien der Gemeinde Risch Rotkreuz Gegensteuer, reflektierten den eigenen Medienkonsum und reduzierten diesen bewusst.

## Intensive Vorbereitung

Insgesamt freuten sich rund 300 Schülerinnen und Schüler der 3. bis 6. Primarklasse auf die «Flimmerpause». Bereits seit mehreren Wochen beschäftigten sie sich in den Schulzimmern intensiv mit dem eigenen Medienkonsum. Bereits in der Vorbereitung aber auch in der «Flimmerpause»-Woche vom 24. bis 28. Mai ging es darum, die Kompetenzen und das Wissen im Umgang mit digitalen Medien zu stärken.

## Im Gespräch mit Doris Wismer

Lehrerin Doris Wismer nahm mit ihren Schülern am Projekt «Flimmerpause» von vergangener Woche teil. Sie berichtete uns, wie die Aktion in ihrer vierten Primarklasse ablief und wo die Herausforderungen lagen. Den Sinn hinter der «Flimmerpause» erklärt sie wie folgt: «Das wichtigste Ziel ist, dass sich die Kinder über ihren Medienkonsum bewusst werden. Gibt es nicht Alternativen, die auch viel Spass machen und die das Zusammenleben in der Familie und mit den 'Gspänli' bereichern?» Zur Umsetzung des Projekts setzte sich jedes Kind seine eigenen Ziele, um den persönlichen Medienverzehr zu reduzieren. Dies sei wichtig, denn nicht alle konsumieren die «Flimmermedien» in gleichem Masse. Verschmitzt fügt sie hinzu: «Und sie



Anstatt in den Computer zu schauen, liest dieser Schüler (Bild links) aus der Klasse von Doris Wismer in einem Buch. Auch geschrieben wurde während der «Flimmerpause» im eigenen Schulheft und nicht am Laptop.



z.V.g.

durften natürlich auch zwei Joker nehmen, denn die fussballverrückten Jungs wollten doch unbedingt den FC Luzern oder die Champions League sehen!»

## Vielseitige Alternativen aufzeigen

Die Schülerinnen und Schüler schränkten nicht nur ihren persönlichen Medienkonsum ein. Auch in der Schule wurde auf eine möglichst analoge Unterrichtsweise gesetzt. Ausserdem wurden die Kinder und Jugendlichen zu bildschirmfreien Aktivitäten animiert. Doris Wismer erklärt: «Wir haben in Gruppenarbeiten Freizeitaktivitäten zusammengestellt, die die Kinder gerne machen würden. Da kam wirklich einiges zusammen!» Die Jugendförderung und Gemeinwesenarbeit Risch stellten zusätzlich gemeinsam mit lokalen Vereinen ein kostenloses Alternativprogramm für die bildschirmreduzierte Woche zusammen. So konnten sich die Schüler im Tauchen, Tanzen, Mountainbiken,

Tischtennispielen und vielem weiteren versuchen. «Einige Kinder besuchten auch erstmals den Jugendtreff und waren restlos begeistert», berichtet Wismer.

## Auf Gefahren hinweisen

Die digitalen Medien bergen zudem Gefahren. Auch darauf wollte die Klassenlehrerin ihre Schüler aufmerksam machen. «Ich finde es sehr wichtig, dass man den Kindern und Jugendlichen klar macht, dass nicht alles, was sie sehen, auch die Wirklichkeit ist. Sie kennen zwar das Wort 'fake', aber man muss es ihnen schon aufzeigen, wo überall gemogelt und beschönigt wird», berichtet sie. Ausserdem meint Wismer, die Schule versuche über einen bewussten Medienkonsum aufzuklären, aber was zuhause passiere, das könne sie nicht beeinflussen. «Einige Eltern überwachen sehr genau, was und wie lange die Kinder im Netz sind. Andere schauen wirklich nie.» Daher freut sich die Klassen-

lehrerin, wie positiv auch die Eltern auf die Projektwoche «Flimmerpause» reagiert hätten. «Es freut mich auch, dass bei einigen Familien abends zusammen gespielt oder diskutiert wurde.»

## Es war nicht leicht

Den eigenen Medienkonsum zu reduzieren, beinhaltet auch einige Schwierigkeiten. Doris Wismer erzählt: «Man musste wirklich oft bewusst daran denken – nein, jetzt nicht 'Tatort' schauen! Das ging auch den Kindern so.» Da der Medienkonsum der Kinder sehr unterschiedlich sei, sei der Verzicht aber auch nicht allen gleich schwer gefallen. Es ging aber nicht darum, eine komplett bildschirmfreie Woche zu erreichen. Vielmehr wollte man einen bewussten Umgang mit Handy, Laptop und Co. fördern. «Wir haben jeden Tag einander vorgestellt, was wir unternommen haben und auch zugegeben, wenn man leider das Tagesziel nicht er-

reicht hat», erklärt Doris Wismer. Zum Schluss berichtet die Klassenlehrerin: «Ich habe eine tolle Klasse mit sehr motivierten Kindern. Da ist es einfach, solche Projekte durchzuführen. Und ohne die Unterstützung der engagierten Eltern wäre es auch nicht möglich gewesen!»

## Bewusster Medienkonsum

In Zeiten von Home-Office, fehlenden sozialen Kontakten und eingeschränkten Freizeitmöglichkeiten ist es nur verständlich, dass wir mehr und öfters digitale Medien konsumieren. Doch nehmen Sie das Projekt «Flimmerpause» als Inspiration, reflektieren Sie Ihren eigenen Verzehr von Netflix-Serien, Instagram-Stories und Youtube-Videos und reduzieren Sie diesen bewusst. Vielleicht werden Sie dann merken, wie viel Zeit Sie für Dinge haben, die Sie zuvor immer aufgeschoben mussten.

■ [redaktion@zugerwoche.ch](mailto:redaktion@zugerwoche.ch)



Linda Camenisch, Kantonsrätin FDP, Kauffrau



Martin Farner, Kantonsrat FDP, Agrarunternehmer



Christian Müller, Kantonsrat FDP, Unternehmer



Daniela Rinderknecht, Kantonsrätin SVP, Bäuerin FA



Romaine Rogenmoser, Kantonsrätin SVP, Betriebsökonomin HWV



Josef Wiederkehr, alt Kantonsrat CVP/Mitte, Unternehmer

## Darum NEIN zum CO<sub>2</sub>-Gesetz:

**Teuer.  
Nutzlos.  
Ungerecht.**

### Denn es ist ...

#### Teuer, weil ...

- es Benzin und Diesel um 12 Rappen pro Liter verteuert!
- es die Abgabe auf Heizöl und Gas mehr als verdoppelt!
- damit Öl- und Gasheizungen praktisch verboten werden!
- es eine neue Steuer von bis zu 120 Franken auf Flugtickets einführt!

#### Nutzlos, weil ...

- die Schweiz nur für 0,1% (!) des weltweiten Klimaausstosses verantwortlich ist!
- die Schweiz auch ohne CO<sub>2</sub>-Gesetz heute bereits klimapolitisch vorbildlich unterwegs ist!

#### Ungerecht, weil ...

- mit dem CO<sub>2</sub>-Gesetz vor allem Pendler, Menschen in Randregionen, Mieter, Menschen mit kleinem Budget und das einfache Gewerbe massiv belastet werden!
- ein Grossteil des Gewerbes und viele Angestellte und Selbstständige wegen Corona in ihrer Existenz bedroht sind. Und nun sollen Benzin und Heizkosten noch teurer werden? Das können wir uns jetzt nicht leisten!

[www.teuer-nutzlos-ungerecht.ch](http://www.teuer-nutzlos-ungerecht.ch)

Unterstützen Sie unsere Kampagne!

[f](https://www.facebook.com/teuer-nutzlos-ungerecht) [i](https://www.instagram.com/teuer-nutzlos-ungerecht) [y](https://www.youtube.com/teuer-nutzlos-ungerecht) [l](https://www.linkedin.com/teuer-nutzlos-ungerecht) [linktr.ee/neinco2gesetz](https://linktr.ee/neinco2gesetz)

Missratenes CO<sub>2</sub>-Gesetz **Nein**