

Virtublick die Ziele...

Welche Möglichkeiten gibt es, den Medienkonsum zu reduzieren und Medien angemessen zu nutzen?

Was wäre ein erster Schritt zur Veränderung?

Was sind Alternativen zum Medienkonsum?

Virtublick Infos und Anmeldung

e-mail suchtpraevention@win.ch
telefon 052 267 63 80
post Suchtpräventionsstelle
Technikumstrasse 1
8402 Winterthur
web www.suchtpraevention.winterthur.ch

Deine Angaben werden vertraulich behandelt!

Ein Angebot der Suchtpräventionsstelle Winterthur.



Virtublick

 Ein Kursangebot für Jugendliche mit übermässigem Medienkonsum zwischen 12 und 18 Jahren

Virtublick

das Angebot...

Du erhältst Fakten und Informationen über Risiken im Umgang mit digitalen Medien.

Du arbeitest in einer kleinen Gruppe von Jugendlichen, begleitet durch Fachleute (2 mal 2.5 Stunden).

Welche Ziele du verfolgst, bestimmst du selber!

Wir arbeiten mit verschiedenen Mitteln:

Diskussionen

Gruppenarbeit

Quiz

Film

Einzelarbeit

«Blick in die Zukunft»

usw.

Virtublick

die Inhalte...

Du erstellst dir ein Medienkonsum-Tagebuch:

Welche Rolle spielt der Medienkonsum in deinem Leben?

Wann, wo und wie viel konsumierst du?

Was gefällt dir daran?

Was stresst dich?