

Digi Family – gemeinsam sicher und stark aufwachsen in der digitalen Welt

Digitale Medien gehören heute fest zum Alltag von Kindern und Jugendlichen – sie sind Spielplatz, Treffpunkt, Lernort und Freizeitbeschäftigung in einem. Das bringt viele Chancen mit sich, aber auch Herausforderungen.

Vielleicht ...

- gibt es immer wieder Streit um Medienzeit und Regeln
- machen Sie sich Sorgen, dass Ihr Kind zu viel Zeit am Handy oder PC verbringt
- fragen Sie sich, wie Sie Medien so in den Familienalltag einbinden, dass sie allen guttun
- wollen Sie wissen, wie Sie Ihr Kind auf die digitale Welt gut vorbereiten können

Genau hier setzen wir an – wir begleiten, unterstützen und stärken Familien im Umgang mit Medien.

Unser Angebot

Unsere Beratung richtet sich an Eltern, Kinder, Jugendliche und Fachkräfte. Wir helfen bei Fragen, Konflikten oder Unsicherheiten rund um digitale Medien.

Unsere Schwerpunkte:

- Gute Empfehlungen: Kindgerechte Internetseiten, hilfreiche Apps und spannende Medienangebote
- Fragen klären:
 - Wie viel Medienzeit ist gut?
 - Was tun bei zu viel Mediennutzung?
 - Welche Regeln funktionieren wirklich?
 - Was sind Chancen & Risiken von Medien?
 - Welche Möglichkeiten habe ich bei Cybermobbing, Sextortion und Cybergrooming?
- Praktische Lösungen entwickeln: Ideen, die zu Ihrer Familie passen und sich leicht umsetzen lassen
- Eigene Vorbildrolle reflektieren: Bewusst mit der eigenen Mediennutzung umgehen
- Konflikte entschärfen: Wege finden, wieder entspannter über Medien zu sprechen

Unser Ziel

Wir möchten, dass Kinder und Jugendliche **sicher, gesund und selbstbewusst** in der digitalen Welt aufwachsen – und dass Familien dabei zusammenhalten.

Anstatt nur auf Strafen und Verbote zu setzen, möchten wir Sie darin bestärken, die Mediennutzung **gemeinsam zu gestalten**.

Das bedeutet:

- Offene Gespräche über Medien
- Klare und faire Regeln
- Verständnis für die Sichtweisen von Kindern und Jugendlichen
- Mut, Neues auszuprobieren und gemeinsam Medienerfahrungen zu sammeln

Warum das wichtig ist

Die digitale Welt ist kein eigener Ort – sie ist längst Teil unseres Alltags. Wer sicher, kritisch und bewusst mit Medien umgehen kann, ist besser vorbereitet auf Schule, Beruf und das Leben. Dafür brauchen Kinder und Jugendliche Erwachsene, die sie begleiten, zuhören, Orientierung geben und gemeinsam mit ihnen lernen.

So können Sie unsere Beratung nutzen

Egal, ob Sie nur eine kurze Frage haben oder sich länger begleiten lassen möchten – wir sind für Sie da.

Die Beratung ist **vertraulich, kostenlos, wertschätzend und praxisnah**.

Gemeinsam finden wir Lösungen, die zu Ihrer Familie passen.

Jetzt Kontakt aufnehmen

Telefon: 02131 369 28 30

E-Mail: sabrina.sandfuchs@caritas-neuss.de

Ort: balance Erziehungs- und Familienberatungsstelle, Kapitelstr. 30, 41460 Neuss