samowar

Suchtprävention
Bezirk Meilen

Flimmerpause

Ein Experiment für die Familie



samowar

Lust auf ein Experiment?
Können Sie sich vorstellen, in der Freizeit eine Woche lang auf Smartphone, Fernseher, Tablet und andere Bildschirmmedien zu verzichten?

Ihr Kind nimmt im Rahmen eines Klassenprojekts an der diesjährigen Flimmerpause teil. Das einwöchige Experiment soll dazu anregen, den eigenen Medienkonsum zu reflektieren, darüber zu diskutieren und Freizeit anders zu gestalten. Im Bezirk Meilen nehmen jährlich rund 1000 Kinder und Jugendliche an der Flimmerpause teil.



Haben Sie Lust, Ihre Tochter oder Ihren Sohn zu unterstützen, indem Sie als Familie an der Flimmerpause teilnehmen? Sie verzichten in der Freizeit auf sämtliche Bildschirmmedien und erhalten mehr Zeit für gemeinsame Familienaktivitäten, Hobbies und neue Ideen.

Mehr Informationen zum Projekt finden Sie unter:
www.samowar.ch/meilen
> Schulen/Flimmerpause.

Samowar
Suchtprävention Bezirk Meilen
Hüniweg 12
8706 Meilen
044 924 40 10
meilen@samowar.ch
www.samowar.ch

akzent prävention und suchttherapie

Das Projekt Flimmerpause wurde von Akzent Prävention und Suchttherapie des Kantons Luzern entwickelt und wird seit Jahren mit grossem Erfolg durchgeführt.

© Foto: Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland