

# KiJaS@ESS

AUFKLÄREN. UNTERSTÜTZEN. STÄRKEN.

## Liebe Eltern, liebe Lehrkräfte,

um Sie über wichtige Themen rund um die Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen zu informieren, biete ich als KiJaS-Fachkraft ab sofort einen Newsletter für die Einhardschule an. Dieser wird vierteljährlich erscheinen und Einblicke in aktuelle Themen geben, die junge Menschen beschäftigen.

## Warum ein Newsletter?

Mein Ziel ist es, Ihnen fundierte Informationen und praxisnahe Anregungen zu bieten, die Sie in der Begleitung von Kindern und Jugendlichen unterstützen.

## Mögliche Themen:

- ♥ Digitale Lebenswelten – Trends, Chancen & Risiken im Internet
- ♥ Mentale Gesundheit – Wohlbefinden & Prävention
- ♥ Sucht & Konsumverhalten – Von Social Media bis Substanzen

**Ich freue mich, Ihnen mit diesem Newsletter neue Perspektiven aufzuzeigen und Anregungen zu geben, die dabei helfen, junge Menschen in ihrer Entwicklung einfühlsam und wirksam zu begleiten.**

Bitte schreiben Sie mir eine E-Mail, wenn Sie **keinen** Newsletter erhalten möchten.

Mit freundlichen Grüßen  
Dominika Perczak



Kinder- und Jugendsozialarbeit  
an Schulen im Kreis Offenbach



dominika.perczak@cv-offenbach.de



# KiJaS@ESS

AUFKLÄREN. UNTERSTÜTZEN.  
STÄRKEN.



## Gefährlicher TikTok- Trend: Paracetamol-Challenge

**Problem:** Jugendliche nehmen absichtlich hohe Dosen Paracetamol, um eine vermeintliche Herausforderung zu bestehen.

### Gefahren:

- Spät eintretende Symptome (24–48 Std.) → hohes Risiko einer tödlichen Überdosis.
- Irreparable Leberschäden, wenn keine schnelle medizinische Hilfe erfolgt.

### Was können Eltern tun?

- Aufklären über die Gefahren von Medikamentenmissbrauch.
- Kritisches Denken gegenüber Social-Media-Trends fördern.
- Vertrauen stärken, damit Kinder über Unsicherheiten sprechen.
- Fake News und Manipulation in sozialen Netzwerken
- 

**Hinweis:** TikTok ist in Deutschland erst ab 13 Jahren erlaubt.

## Risiken in Online-Spielen: Roblox und Brawl Stars

**Altersfreigabe:** 12 Jahre

### Gefahren bei Roblox:

- Fremde können Kinder kontaktieren und sie zu unangemessenem Verhalten drängen.
- Beispiel: Das Teilen freizügiger Inhalte im Austausch gegen virtuelle Währung (Robux).

### Gefahren bei Brawl Stars:

- Hohe Kosten: Unkontrollierte In-App-Käufe können hohe Ausgaben verursachen.
- Glücksspielelemente: Mechanismen mit Suchtpotenzial.
- Chat-Funktion: Risiko für Cybermobbing und unangemessene Nachrichten.

### Was können Eltern tun?

- Aufklärung durch Gespräche mit Ihren Kindern über potenzielle Risiken.
- Vereinbaren Sie **klare Regeln zur Spieldauer**, um exzessives Spielen zu vermeiden.
- Deaktivieren Sie In-App-Käufe, um unerwartete Ausgaben zu verhindern.
- Datenschutz- und Privatsphäre-Einstellungen prüfen.
- Besprechen Sie mit Ihren Kindern den **sicheren Umgang** mit der Chat-Funktion und **ermutigen** Sie sie, bei **unangenehmen Kontakten sofort** einen **Erwachsenen zu informieren**.



### Mehr Infos:

Auf [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)

- umfassende Informationen zu Medienerziehung
- Empfehlungen für eine gesunde tägliche Bildschirmzeit je nach Altersgruppe
- ausgewogene Nutzung digitaler Medien verbessert Konzentrationsfähigkeit und Schlafqualität, beugt Überlastung und Suchtverhalten vor.
- Richtwerte bieten Orientierung, um digitale Aktivitäten sinnvoll in den Alltag von Kindern und Jugendlichen zu integrieren.