

Russikon, im Mai 2026

Projekt Flimmerpause vom 1. bis 5. Juni 2026

Liebe Eltern, liebe Erziehungsberechtigte

Die Schule Russikon führt während der ganzen Schulzeit Präventionsanlässe zu verschiedenen Schwerpunkten durch. Beim Projekt Flimmerpause (www.sucht-praevention.ch) geht es um die digitalen Medien, die aus unserem und aus dem Alltag unserer Kinder nicht mehr wegzudenken sind. Ein bewusster Umgang damit ist wichtig, um problematische Verhaltensweisen vorzubeugen.

Mach mal Flimmerpause - eine Woche Freizeit ohne Bildschirm

Was bedeutet es, eine Woche ohne Blick auf das Smartphone, den Computer oder das abendliche Fernsehprogramm zu gestalten? Kinder und Familien werden eingeladen, bewusst flimmerfreie Erfahrungen zu machen und dadurch auf spielerische Art ihren Konsum von digitalen Medien zu überdenken.

Mit Flimmerpausen aus der digitalen Blase heraustreten

Allgemein zeigt sich, dass Haltungen und Regeln im Umgang mit digitalen Medien in der Schule und zu Hause sehr vielfältig sind. Auch werden die Chancen und Gefahren der Digitalisierung unterschiedlich wahrgenommen und vermittelt. Das Projekt Flimmerpause hilft, den Medienkonsum während einer Woche auf kreative Art zu reflektieren.

Schule und zu Hause gemeinsam

In den Klassen wird das Thema digitaler Medien und unser Umgang damit thematisiert, ergänzt mit Tipps für eine bildschirmfreie Freizeitgestaltung. Durch diese Challenge können Hobbys, Freunde und Freundinnen vielleicht wieder mehr Raum gewinnen. Wir wollen nicht moralisieren, sondern einen spielerischen, lustvollen Zugang zum Thema finden.

Dabei hoffen wir, dass Sie als Eltern dieses Anliegen unterstützen und die Flimmerpause mit Ihren Kindern gemeinsam gestalten. Wir sind überzeugt, dass Sie als Familie während dieser Woche viele tolle Freizeit-Erfahrungen machen können.

Auf der Padletseite Flimmerpause (to.fobizz.com/pause) finden Sie viele Spiel- und Freizeitideen, sowie weiterführende Links.

Wir wünschen Ihnen spannende Erfahrungen und interessante Diskussionen während diesem Projekt!

Freundliche Grüsse

Tanja Fritschi und Daniel Tobler
Verantwortliche Medien und Informatik / PICTS

