

Einwohnergemeinde 3438 Lauperswil

Leitfaden zur Freizeitgestaltung von Kindern und Jugendlichen unter 16 Jahren

Liebe Eltern

Die vorliegenden Angaben sollen Sie in Ihrer Tätigkeit als Eltern unterstützen.

Ihr Kind braucht neben Freiräumen auch klare Grenzen. Lassen Sie Ihr Kind spüren, dass Sie ihm vertrauen, ihm aber auch klare Leitplanken setzen.

Unterstützt von:

Gemeinderat, Schulkommission und Schulleitung Lauperswil

TV und Computer

- Sie sollten wissen, wann und wie lange Ihr Kind vor dem Bildschirm sitzt und welche Inhalte konsumiert werden.

- Kein Internetempfang in den Kinderzimmern

- Im Internet sollen keine persönlichen Daten bekannt gegeben werden und Fotos sollten spärlich verwendet werden.

Gesamtzeit TV und Computer-Konsum pro Tag:

6 – 9-jährig: **1 Stunde**

10 – 13-jährig: **1,5 Stunden**

14 – 16-jährig: **2 Stunden**

Ausgang

Bevor Sie Ihrem Kind den Ausgang erlauben, lassen Sie sich folgende Fragen beantworten und treffen Sie Vereinbarungen:

Wohin gehst du?

Mit wem triffst du dich?

Wie kommst du wieder nach Hause?

Genaue Zeit der Heimkehr abmachen

Vertrauen Sie Ihrem Kind. Kontrollieren Sie trotzdem, ob die Abmachungen eingehalten werden!

Alter	7-10 Jahre	bis 14 Jahre	bis 16 Jahre
Sonntag bis Donnerstag (Schulzeit)	18 Uhr	20 Uhr	21 Uhr
Wochenende und Ferien	19 Uhr	21 Uhr	22 – 23 Uhr

Im Winter jeweils eine Stunde früher!

Bedenken Sie, dass Kinder und Jugendliche für Ihre Entwicklung genug Schlaf brauchen:

- bis zum Alter von 12 Jahren durchschnittlich 10 Stunden

- ab 12 Jahren 8 bis 10 Stunden

Anlass besuchen

Bevor Sie Ihrem Kind den Besuch einer Party, eines Festes oder eines andern Anlasses erlauben, klären Sie folgende Fragen:

Wer organisiert den Anlass?

Wo findet der Anlass statt?

Welche erwachsene Person trägt die Verantwortung?

Wie lange dauert der Anlass?

Für welche Altersgruppe ist dieser Anlass vorgesehen?

Wie ist das Nachhausegehen organisiert?

Verbindliche Heimkehrzeit vereinbart?

Weitere Informationen:

www.saferurfing.ch






www.elternbildung.ch

www.jungendschutzbern.ch

ww.feelok.ch

www.be.ch/gespraechsstoff-erziehung

Drogen

	Alcopops	Alcopops, sind alkoholische Getränke, welche mit Limonade oder anderen Süsstoffen versetzt sind. Der Alkoholgehalt beträgt bis zu 6 Volumenprozent! Der Verkauf an Minderjährige ist verboten.
	Wein/Bier	Die Abgabe und der Verkauf von jeglichen alkoholischen Getränken an Jugendliche unter 16 Jahren sowie an schulpflichtige Schülerinnen und Schüler sind verboten .
	Spirituosen	Die Abgabe und der Verkauf von gebrannten alkoholischen Getränken an Jugendliche unter 18 Jahren sind verboten .
	Zigaretten	Die Abgabe und der Verkauf von Tabak (auch Schnupftabak) an jugendliche unter 18 Jahren sind verboten .
	Cannabis Drogen	Der Konsum und der Handel mit Drogen sind verboten und somit strafbar. Wer Cannabis selber anbaut, macht sich strafbar.

Wer Jugendlichen unter 18 Jahren Spirituosen, Tabak, Drogen bzw. unter 16 Jahren alkoholische Getränke abgibt, macht sich strafbar!

Weitere Informationen:

www.sucht-info.ch

www.contactnetz.ch

www.bernergesundheits.ch

Jugend-, Eltern- und Suchtberatung Langnau: 034 422 02 01

Erziehungsberatung Langnau: 034 402 43 47

Freundliche Grüsse

Schulleitung, Schulkommission und Gemeinderat Lauperswil