

## Pressemitteilung

# Mehr als jedes zweite Kind in Westfalen-Lippe zwischen vier und sechs Jahren verbringt zu viel Zeit vor dem Bildschirm

## AOK verlängert Kooperation mit Initiative „SCHAU HIN!“

Dortmund, 10.02.2023

In Westfalen-Lippe verbringen bereits 58 Prozent der Kinder im Alter zwischen vier und sechs Jahren mehr als eine halbe Stunde unter der Woche vor TV, Laptop und anderen digitalen Geräten. Am Wochenende sind es sogar 83 Prozent. Das geht aus einer Elternbefragung im Rahmen der aktuellen AOK-Familienstudie hervor. Der tägliche Medienkonsum für Kinder in dieser Altersgruppe sollte jedoch nach Expertenmeinung eine halbe Stunde nicht überschreiten. „Ein zu hoher und falscher Medienkonsum kann sich nachteilig auf die Gesundheit von Kindern auswirken. Vor allem dann, wenn darunter dauerhaft die Bewegung leidet. Wenn Mädchen und Jungen unbeaufsichtigt nicht altersgerechte Inhalte konsumieren, kann dies zudem Ängste bei den Kindern auslösen“, sagt Tom Ackermann, Vorstandsvorsitzender der AOK NordWest.

Auch der tägliche digitale Medienkonsum bei Kindern in Westfalen-Lippe ist in der Altersgruppe sieben bis zehn Jahre kritisch zu sehen. Hier wird der von Experten empfohlenen Wert von einer Stunde täglich deutlich überschritten. Gleich 72 Prozent der befragten Eltern gaben an, dass ihre Kinder diese Werte am Wochenende deutlich überschreiten, unter der Woche sind es 42 Prozent.

Medienkompetenz ist eng mit dem Thema Gesundheit verknüpft. Deshalb ist die AOK bereits seit 2020 Partnerin der bundesweiten Initiative „SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht“ und hat die Kooperation jetzt bis mindestens Ende 2024 verlängert. „Medienkonsum beginnt heutzutage schon im Kleinkindalter. Gerade für die Kleinsten ist dies mit Risiken verbunden. Deshalb ist es wichtig, Eltern zu sensibilisieren und deren Medienkompetenz zu stärken. Genau diese wertvolle Arbeit leistet ‚SCHAU HIN!‘ seit vielen Jahren“, sagt Ackermann mit Blick auf die Fortführung der langjährigen Kooperation. „SCHAU HIN!“ ist eine gemeinsame Initiative des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, der beiden öffentlich-rechtlichen Sender Das Erste und ZDF sowie der AOK. Mit einem neuen TV-Spot, der ab Februar ganzjährig ausgestrahlt wird, sollen Familien auf das Angebot aufmerksam gemacht werden. Im gleichen Monat starten auch die neuen „SCHAU HIN!-Medienkurse für Eltern“ – online, interaktiv, werbefrei und kostenlos.

Laut der aktuellen AOK-Familienstudie begrenzen Erziehungsberechtigte die Bildschirmzeiten ihres Nachwuchses nicht mehr so stark wie vor vier Jahren. Gaben 2018 noch 86 Prozent der Eltern an, ihren Kindern bis zum 14. Lebensjahr in puncto Mediennutzung Grenzen zu setzen, waren es 2022 nur noch 76 Prozent. „Wir wollen Eltern dabei unterstützen, ihren Kindern so früh wie möglich beizubringen, sich in der digitalen Welt nicht zu verlieren“, so Ackermann. Schon bei Kindern zwischen drei und sechs Jahren werden wesentliche Grundlagen für die spätere Mediennutzung gelegt.

Ab dem Frühjahr 2023 wird Medienkompetenz auch fester Bestandteil des AOK-Präventionsprogramms „JolinchenKids – fit und gesund in der Kita“. „Unser Fokus lag bislang auf Ernährung, Bewegung und psychischem Wohlbefinden. Wir sehen aber gerade im Bereich der Medienkompetenz ein riesiges Gesundheitspotenzial und haben uns deshalb für die Erweiterung um diesen Baustein entschieden“, sagt Ackermann.

Mehr Informationen zur Partnerschaft der AOK mit „SCHAU HIN!“ gibt’s hier: <https://www.schau-hin.info/>