



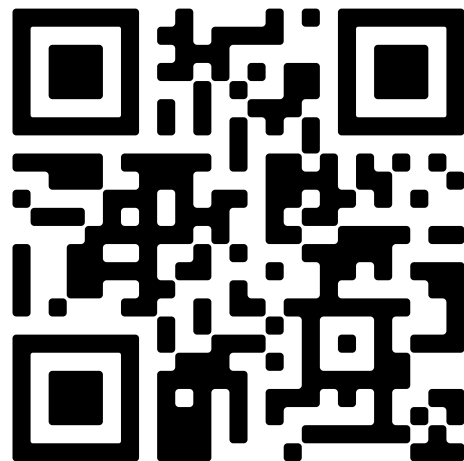
## Vortrag Medienrausch oder Realität: „Wie viel ist zu viel?“ - Abhängigkeit im Kontext von Medien- und Internetnutzung

30.01.2024 Aktuelles Familiennetz Aktuelles Jugendnetz Pressemitteilungen  
FB5\_Gesundheit\_Verbraucherschutz\_Veterinaerwesen

Medien sind im Leben junger Menschen bereits fest verankert und somit führt auch kaum ein Weg an ihnen vorbei. Ein Großteil der Freizeit wird mit dem Smartphone, Videospielen und Fernsehen verbracht. Über unsere Geräte wie Smartphones, Tablets, Laptops etc. lassen sich Informationen und Inhalte von überall abrufen. Somit lässt sich der Alltag in vielerlei Hinsicht erleichtern. Sie bieten zahlreiche Möglichkeiten sich zu informieren, etwas zu lernen und sich unterhalten zu lassen. Die sozialen Medien wie Instagram, Snapchat, WhatsApp, Tik Tok etc. ermöglichen miteinander in Kontakt zu bleiben. Jedoch verbringen immer mehr Kinder und Jugendliche in Deutschland einen Großteil ihrer Zeit in der virtuellen Welt - und das bis zur Abhängigkeit. Einer Studie zufolge sind etwa 680.000 junge Menschen süchtig nach Computerspielen und sozialen Medien. Die Betroffenen haben beispielsweise ihren Umgang mit Internet und Computerspielen nicht mehr unter Kontrolle und vernachlässigen deswegen andere Lebensaufgaben.

Im Rahmen einer exzessiven Mediennutzung kann es zudem vermehrt zu Schlafproblemen, psychischen Problemen, Konzentrationsstörungen, Sprachentwicklungsstörungen etc. kommen. Demnach ist eine bewusste Mediennutzung hilfreich.

Am Montag, dem 4. März 2024, findet ab 18:00 Uhr ein Vortrag zur Abhängigkeit im Kontext von Medien- und Internetnutzung in den



Räumlichkeiten des Beruflichen Gymnasiums (Südring 35, 37269 Eschwege) statt. Die Koordinierungsstelle für Gesundheitsförderung und Prävention hat hierfür in Kooperation mit der Selbsthilfekontaktstelle Werra-Meißner-Kreis, der Fachstelle für Suchthilfe und Prävention und werra-meissner.DIGITAL einen Fachreferenten eingeladen. Der Referent, Herrn Tersteegen, wird über Abhängigkeit im Kontext vom Medien- und Internetnutzung referieren und im Anschluss wird das Unterstützungssystem im Werra-Meißner-Kreis vorgestellt.

Die Anmeldung ist mithilfe des beigefügten QR-Codes bzw. unter [qrco.de/beTC1A](https://qrco.de/beTC1A) sowie unter [gesundheitsfoerderung@werra-meissner-kreis.de](mailto:gesundheitsfoerderung@werra-meissner-kreis.de) bzw. Telefon 05651 302-25314 möglich.

[Download](#)