

MEDIENCHECK



Hund und Katz



Meine Musik



Liebe



Leserate



Sicherheit



Identität



Zuhause



Träumen



Lets talk about



Gemeinsam stark



Lach mal



Recht & Pflicht

*Was Handy und Internet
für dich bedeuten können.*



Darmstadt



MuK



HddM



Frieden



Abenteuer

Meins!

Diese Broschüre gehört:

MEDIENCHECK

*Was Handy und Internet für dich
bedeuten können.*



*Bist du auch so neugierig wie ich
und willst immer alles wissen?*

LIEBE KINDER,

wir leben in einer Welt, in der das Internet und die digitalen Medien immer wichtiger geworden sind. Ihr selbst habt bestimmt auch schon Online gelernt oder gespielt.

Viele Menschen arbeiten mit dem Computer, ob beruflich oder privat.

Wir finden es deswegen wichtig, dass sich alle Menschen mit den digitalen Welten auseinandersetzen und dabei einen Weg finden, gut damit zurecht zu kommen.

Sicher habt ihr auch schon mitbekommen, dass es im Internet nicht nur Informationen, Spaß und Unterhaltung, sondern auch Ärger geben kann. Deswegen sollten sich alle mit ihrer Haltung zu Medien beschäftigen – auch ihr!

Wir haben viele Informationen, Fragen und Rätsel für euch vorbereitet. Mukelchen führt euch durch dieses Heft und hat immer einen coolen Spruch bereit. Und wenn ihr Fragen habt, sprecht mit euren Eltern. Wir finden es sehr wichtig, dass sich Menschen mehr über ihre Erfahrung in den digitalen Welten austauschen. Nur so können wir es schaffen, dass wir alle gut und verantwortungsvoll mit Medien umgehen.

Und jetzt viel Spaß mit diesem Heft!



Barbara Akdeniz

Bürgermeisterin der Wissenschaftsstadt Darmstadt



Peter Holnick

Geschäftsführer MuK Hessen e. V.

INHALTSVERZEICHNIS

1. UM WAS GEHT'S?

Schön, dass du da bist! 6

2. DAS BIN ICH!

Das bin ich! 10
Mein Name, mein Logo 12
Lieblingsmedien 14
Familienzeit 16
Finde deine Superkraft 20
Heute so, morgen so 22

3. MEDIEN & ICH

Alles Spiel 26
Senden & Empfangen 28
Sprich mit mir! 30
Streiten & Versöhnen 32
Freundschaft 2.0 34
Zeitfresserchen 36
Mach mal Pause! 38
Sicherheit & Verantwortung 40
Hast du Töne!? 42
Zukunftsfragen 44

Impressum 46

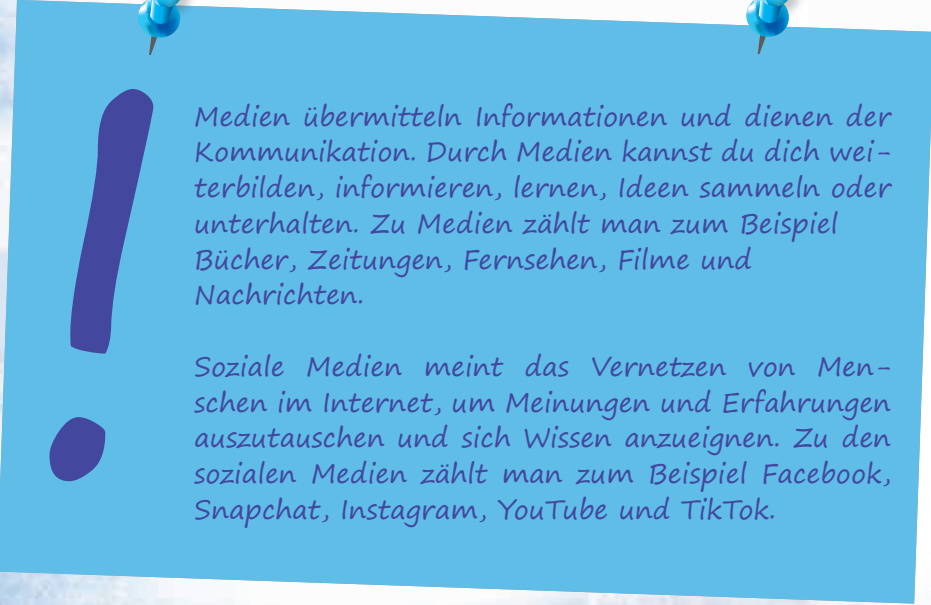
SCHÖN, DASS DU DA BIST!

Du kannst auf den folgenden Seiten je nach Laune jede Menge Fragen beantworten, Bilder ausmalen, Quizfragen ankreuzen oder ganz einfach in Ruhe über etwas Nachdenken. Seite für Seite, wie du gerade Lust hast. Wichtig ist, dass du dran bleibst, also immer mal wieder in diesem Heftchen herumbblätterst und dich einer Seite widmest. Oder zwei. Oder drei. Mit Buntstift. Oder Schere und Kleber. Findest du eine Seite bzw. Frage gerade mal nicht passend für dich, blättere einfach weiter. Beim nächsten Mal hast du sicher Spaß daran.

Ich freue mich, wenn dich die folgenden Seiten zum Lachen, Mitmachen und Nachdenken anregen. Vor allem aber soll es dich stärken und dir Vertrauen ins Leben schenken.

Alles Gute & viel Spaß wünscht dir

Dein Mukelchen



Medien übermitteln Informationen und dienen der Kommunikation. Durch Medien kannst du dich weiterbilden, informieren, lernen, Ideen sammeln oder unterhalten. Zu Medien zählt man zum Beispiel Bücher, Zeitungen, Fernsehen, Filme und Nachrichten.

Soziale Medien meint das Vernetzen von Menschen im Internet, um Meinungen und Erfahrungen auszutauschen und sich Wissen anzueignen. Zu den sozialen Medien zählt man zum Beispiel Facebook, Snapchat, Instagram, YouTube und TikTok.

Ein QR-Code ist ein aus Punkten zu einem Quadrat zusammengesetztes Bild, in dem jede Menge Informationen stecken – wenn du es mit deinem Handy scannst. Mit einem QR-Code kannst du schnell auf Informationen zugreifen.





DAS BIN
ICH!

DAS BIN ICH!

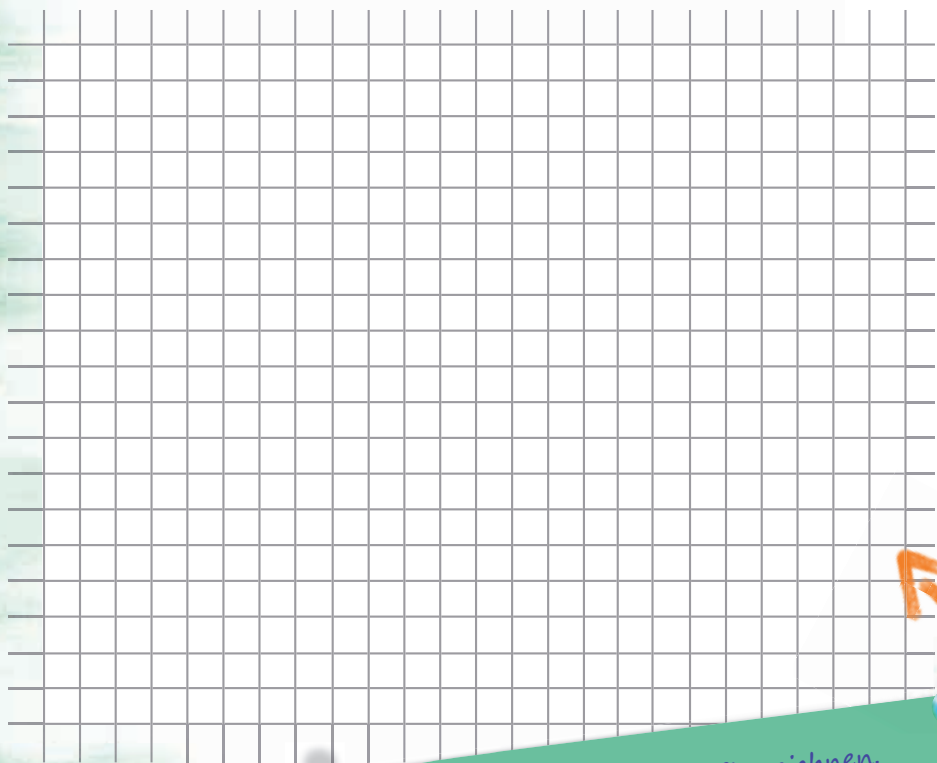
Ich heiße:

Alter:

Hobbies:

.....

SO SEHE ICH AUS:

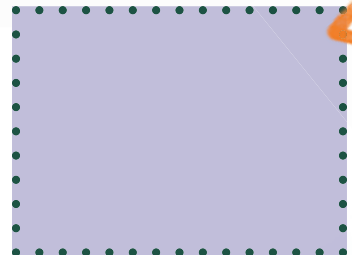


Hier kannst du ein Selfie zeichnen.

ICH HABE

- Handy
- Tablet
- Computer
- VR-Brille
- Spielekonsole
- Laptop
- Digitalkamera
- _____
- Sprachassistentz (z.B. Alexa)

DARAN ERKENNT MICH JEDER:



Hier ist Platz für deinen Fingerabdruck.

Niemand ist perfekt!
Und welche Macke hast du?



.....

.....

.....

MEIN NAME, MEIN LOGO

FINDE MIT DEN BUCHSTABEN DEINES NAMENS POSITIVE EIGENSCHAFTEN, DIE DICH BESCHREIBEN!

Beispiel: **M**eisterhaft, **U**nverwechselbar, **K**reativ = **MUK**

Mein Name:








Meine Eigenschaften:

ERFINDE EIN LOGO ODER ZEICHEN FÜR DICH!



KENNST DU DIESE LOGOS?

Ordne die Logos richtig zu. Das Lösungswort verrät dir eine der größten Gefahren beim Umgang mit Sozialen Medien.

 4	 1	 5	
 6	 2	 7	
 3	Facebook B	Instagram B	Roblox M
	Snapchat I	TikTok N	WhatsApp O
	YouTube G		

LÖSUNGSWORT:

Die Auflösung findest du auf Seite 47.

Ein Logo ist ein Zeichen, an dem man eine Firma erkennt. Es kann aus einem Symbol, einer Schrift oder beidem bestehen.



LIEBLINGSMEDIEN

WELCHE SIND DEINE LIEBLINGSMEDIEN UND WARUM?

Kreuze nur die Medien an, die du benutzt.

Bücher weil

.....

Filme, weil

.....

Soziale Netzwerke, weil

.....

Nachrichten, weil

.....

Fernsehen, weil

.....

Spiele, weil

.....

Apps, weil

.....

Radio, weil

.....

Diese Videos schaue ich auf YouTube:

.....

.....

So viel Zeit verbringe ich pro Tag am Laptop/Tablet/Handy:

.....

.....

TikTok finde ich toll, weil:

.....

.....

Spielekonsolen finde ich cool, weil:

.....

.....

Liebings-Buch:

Liebings-Film:

Liebings-Spiel:

Liebings-App:

FAMILIENZEIT

Handy, Bücher, Fernseher ... ganz bestimmt nutzen deine Eltern und Geschwister jeweils auch unterschiedliche Medien.

SO IST DAS IN MEINER FAMILIE AN WOCHENTAGEN/WOCHENENDEN

Kreuze in blau für unter der Woche und in rot für am Wochenende an.

Welche Regeln gibt es bei dir zu Hause in Bezug auf Medien?

Wie findest du diese Regeln? Was glaubst du, warum Regeln wichtig sind?

Welche Regeln würdest du für deine eigenen Kinder aufstellen, wenn du welche hättest?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Badezimmerstau | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Stress am Frühstückstisch |
| <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Wettrennen zum Bus | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Hektik |
| <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Abendessen vorm Fernseher/Tablet | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Einer ist immer am Handy |
| <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Niemand hört mir zu | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Ausschlafen |
| <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Einkaufen & Putzen | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Zocken ohne Ende |
| <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Ausflug & Spielen | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Ich kann machen, was ich will |
| <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Oma und Opa besuchen | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> _____ |

Das finde ich besonders gut:

.....

.....

Das finde ich besonders doof:

.....

.....

Mein Bruder/meine Schwester macht ...

.....

.....

.....



Heute spielen wir gemeinsam!

Was liebt Mukelchen? Wenn du die Begriffe richtig zuordnest, verraten es dir die Anfangsbuchstaben.

1. Anwendungssoftware für mobile Geräte
2. Kleinste Einheit eines digitalen Computers
3. Informationsfilm
4. Mukelchens beste Eigenschaft
5. Beliebte Social-Media Plattform für Kurzvideos
6. Elektronischer Brief
7. Englisch Wort für Benutzer
8. Anderes Wort für Smiley
9. Maschinenmensch

USER
 ROBOTER
 EMOJI
 E-MAIL
 BIT
 TIKTOK
 ERKLÄRVIDEO
 APP
 NEUGIER

LÖSUNGSWORT:

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Die Auflösung findest du auf Seite 47.

SO IST DAS MIT PAPA UND SEINEM HANDY, DEM TABLET UND DEM FERNSEHER:

.....

.....

.....

SO IST DAS MIT MAMA UND IHREM HANDY, DEM TABLET UND DEM FERNSEHER:

.....

.....

.....

SO IST DAS BEI MEINEN GESCHWISTERN:

.....

.....

.....



FINDE DEINE SUPERKRAFT

Das haben mir meine Eltern beigebracht:

.....

An meinen Eltern mag ich am liebsten:

.....

Von habe ich diese besonders tolle

Eigenschaft geerbt:

(z.B. Fröhlichkeit, Stupsnase, Lachen, Tüfteltalent, Mathegenie, Sportlichkeit, Bastelfimmel, Haare, Kreativität, Power, Kraft, Zufriedenheit)

Wenn ich traurig bin, gehe ich zuerst zu,

weil

Wenn ich Fragen habe, gehe ich zu,

weil

SUPERHELDINNEN UND -HELDEN SPIELEN IN FILMEN UND SERIEN EINE GROSSE ROLLE. ÜBERLEG MAL: WELCHE SIND FÜR DICH WICHTIG?

Welche Filme guckst du?

.....

Welche Spiele spielst du?

.....

Wer ist deine Lieblingsfigur?

.....

Welche davon wärst du gerne und warum?

.....

.....

(z. B. Eiskönigin, Pokémon, Brawler, Pippi Langstrumpf ...)



Was ist deine Superkraft?

.....

.....

.....

.....

HEUTE SO, MORGEN SO

Stell dir vor, in deinem Kopf steht ein Mischpult mit lauter Hebeln. Je nach Situation schaltet sich ein Hebel um: Am Frühstückstisch verhältst du dich anders als in der Schule, auf dem Fußballplatz bist du Stürmer*in oder Torhüter*in, an der Spielekonsole Misses oder Mister X. Aber jedes Mal bist du DU! Denn all diese verschiedenen Rollen gehören zu dir und deinem Leben.

In welche Rollen schlüpfst du gerne und wie würdest du gerne sein?

.....

.....

.....

Male dich heute und in 10 Jahren!

Schreibe in die Wölkchen wie du bist!

ICH BIN WIE ...



MEDIEN & ICH!



ALLES SPIEL



WELCHE SPIELE SPIELST DU GERNE?

- | | | |
|------------------------------------|-------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Fortnite | <input type="checkbox"/> Pokémon | <input type="checkbox"/> Super Mario |
| <input type="checkbox"/> Minecraft | <input type="checkbox"/> Brawlstars | <input type="checkbox"/> Animal Crossing |
| <input type="checkbox"/> Roblox | <input type="checkbox"/> Fifa | <input type="checkbox"/> Among Us |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



WENN ICH SPIELE, DANN ...

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> vergesse ich alles um mich herum. | <input type="checkbox"/> bestimme ich, was passiert. |
| <input type="checkbox"/> muss ich Chips essen. | <input type="checkbox"/> bin ich sauer, wenn ich verliere. |
| <input type="checkbox"/> fühle ich mich groß und stark. | <input type="checkbox"/> freue ich mich, wenn ich gewinne. |
| <input type="checkbox"/> bekomme ich Lob und Anerkennung. | <input type="checkbox"/> kann ich nicht aufhören. |
| <input type="checkbox"/> bin ich besser als in der Schule. | |
| <input type="checkbox"/> spielen meine Eltern mit. | |

*Sieger*innen erkennt man am Start!*

*Spielen kann süchtig machen!
Hinter diesem QR-Code erfährst du mehr darüber.*



SENDEN & EMPFANGEN

Schau mal in den Spiegel: wenn du lachst, lacht jemand zurück. Wenn du die Zunge rausstreckst, macht das dein Spiegelbild ebenfalls. So ist das auch, wenn du mit anderen Menschen redest: Es gibt immer eine Reaktion. Und je nach dem, wie klar du dich ausdrückst, bekommst du von deinem Gegenüber auch eine entsprechende Rückmeldung. Auch deine Körperhaltung und dein Gesichtsausdruck senden Signale. Wie ist das bei dir?

MALE DIE EMOJIS AUS, DANN STELLE DICH VOR DEN SPIEGEL UND MACHE SIE NACH.

Ich, wenn ich mich **stark** fühle.



Ich, wenn ich **traurig** bin.



Ich, wenn ich **wütend** bin.



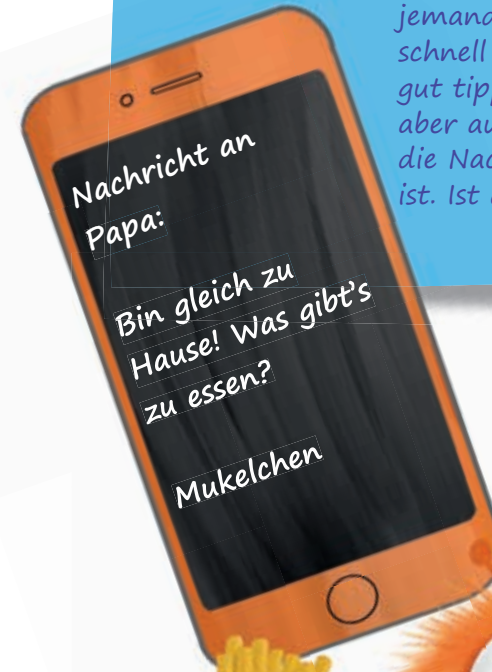
Ich, wenn ich gute **Laune** habe.



Ich, wenn ich **unsicher** bin.



Ich, wenn ich **stolz** bin.



! Mit Messengern wie WhatsApp, Signal oder Threema kannst du Text- oder Sprachnachrichten verschicken. Das ist praktisch, denn so kannst du schnell jemandem Bescheid sagen. Weil es oft schnell gehen muss oder man nicht so gut tippen kann, kommt es manchmal aber auch zu Missverständnissen, weil die Nachricht nicht eindeutig formuliert ist. Ist dir so etwas schon mal passiert?



SPRICH MIT MIR!

Sprachassistenten oder KI-Chatbots wie Alexa oder ChatGPT können sehr praktisch sein. Aber denke daran: Sie sind keine Menschen und tun nur das, wofür sie programmiert wurden. Außerdem können sie manchmal zuhören und private Dinge speichern.

Gib niemals persönliche Daten wie deinen Namen oder deine Adresse preis und überprüfe Antworten, sie könnten falsch sein. Wenn dir etwas seltsam vorkommt, sprich mit einem Erwachsenen.

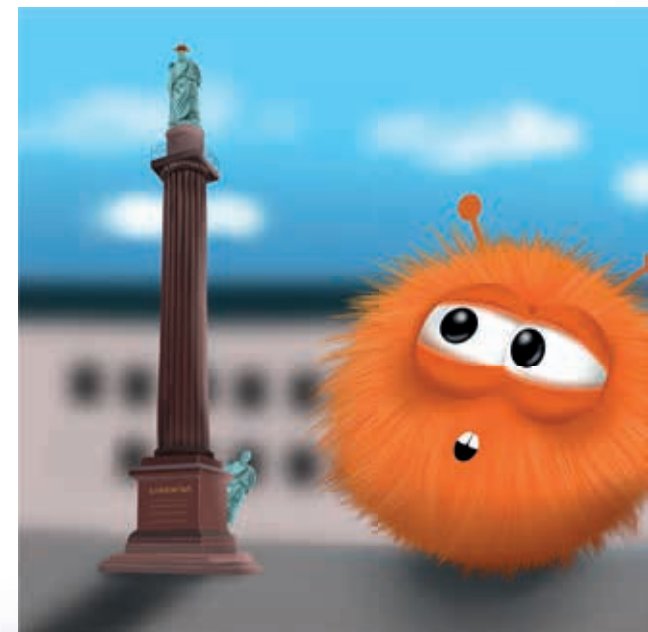
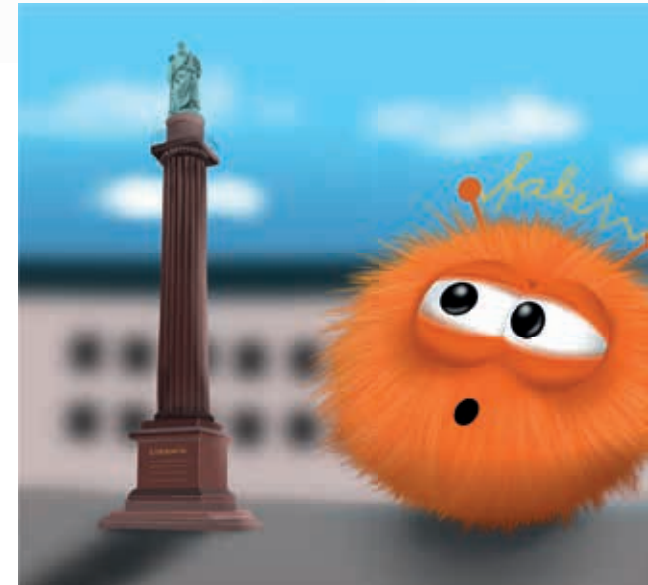
Glaub nicht alles, was du im Internet liest, siehst oder hörst. Heutzutage ist es dank KI für fast jeden möglich, Texte, Bilder und Musik herzustellen, die täuschend echt wirken und aussehen.



*Das Internet steckt voller Informationen und Nachrichten. Manche davon stimmen, andere sind frei erfunden und erlogen. Dann ist die Rede von **FAKE NEWS**. Scanne den QR-Code, um mehr zu erfahren!*

ORIGINAL UND FÄLSCHUNG:

Im unteren Bild haben sich 6 Fehler versteckt, entdeckst du sie alle?



Die Auflösung findest du auf Seite 47.

STREITEN & VERSÖHNEN

Streit kommt in den besten Familien vor, sagt man. Auch unter Freund*innen. Und ganz ehrlich: Das ist auch völlig normal! Wenn du wütend auf deinen Vater bist, weil er dir die Spielekonsole nicht erlaubt. Dir deine Schwester deine Stifte gemopst hat. Dich dein Kumpel geärgert hat. Oder du eine völlig andere Meinung hast.

Wichtig ist nur, sich hinterher wieder zu versöhnen! Mach dir klar: es geht bei Streitereien nie um deine Person (du bist nämlich toll!), sondern um dein Verhalten, deine Meinung, deine Aussage. Wer Mist gebaut hat, muss auch dafür gerade stehen. Sich entschuldigen. Und es beim nächsten Mal besser machen.

WORÜBER HAST DU DICH DAS LETZTE MAL GESTRITTEN UND MIT WEM?

.....

.....

.....

.....

WAS MACHST DU, WENN DU WÜTEND BIST?

.....

.....

.....

.....

TUT MIR LEID!



SO WERDEN KONFLIKTE IN MEINER FAMILIE GELÖST:

.....

.....

.....

! Etwas anderes ist, wenn dich jemand grundlos ärgert, gemeine Dinge über dich erzählt oder dir etwas wegnimmt, dich angreift. Noch schlimmer: andere machen mit. Dann spricht man von Mobbing. Egal, ob Mobbing analog oder digital stattfindet, die Muster sind immer die gleichen. Hole dir in solchen Fällen Hilfe bei deinen Eltern oder einer Vertrauensperson.

FREUNDSCHAFT 2.0

DIESE DINGE MACHE ICH AM LIEBSTEN ALLEINE:

- Lesen Träumen Singen _____

DIESE DINGE ERLEBE ICH AM LIEBSTEN GEMEINSAM MIT FREUND*INNEN

- Kletterpark Sport Musik Basteln
 Zocken Fangen spielen Chillen Draußen spielen



Freundschaft in den Sozialen Medien hat eine ganz andere Bedeutung. Hier bist du Teil einer Gruppe (Familie, Klasse, Training) und/oder mit anderen befreundet. Im „echten“ Leben dauert es meist etwas länger, bis du jemanden deine Freundin, deinen Freund nennst.

Online braucht es nur einen Klick, einen Like, und du stehst mit vielen in Kontakt: Über Likes, Chats, Fotos könnt ihr euch 24/7 über all das austauschen, was euch interessiert. Mehr noch: Vielleicht hast du auf diese Weise unzählig viele Freundinnen und Freunde! Das ist toll, kann dich aber auch unter Druck setzen, weil du ständig mit ihnen im Austausch sein musst, um ihre „Freundschaft“ nicht zu verlieren: Nachrichten beantworten, Bilder schicken, Kommentare verfassen. Für das Gemeinschaftsgefühl ist das toll. Echte Freundinnen und Freunde verstehen aber auch, wenn du nicht ständig on sein willst.



Scanne den QR-Code und erfahre mehr zum Thema Cybergrooming.

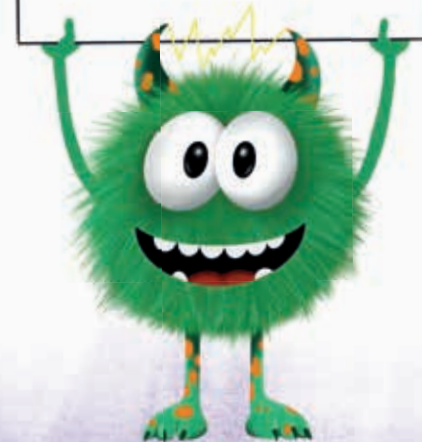
ZEITFRESSERCHEN

Schreib doch mal eine Woche lang auf, womit du wirklich wie viel Zeit am Tag verbringst und wie lange du das jeweils tust! Unterscheide dabei, ob du online lernst, spielst oder dich mit deinen Freund*innen austauschst und was du im realen Leben machst.

Das habe ich gemacht	Aktionen ohne Bildschirm	Aktionen vorm Bildschirm
Essen		
Schule		
Hausaufgaben		
Hobby		
Musik		
Spielen		
Lesen		
Freund*innen treffen		
Film gucken		
Chillen		
Shoppen		
Abenteuer		

Das habe ich gemacht	Aktionen ohne Bildschirm	Aktionen vorm Bildschirm
Familie		
Basteln		
Haushalt		
Summe		

*Mir ist soooooo langweilig,
aber Langeweile macht
die besten Ideen!*



MACH MAL PAUSE!

Immer on, immer in action – alle brauchen mal Pause! Rückzug aus der digitalen Welt heißt: offline sein. Schlafen, träumen, Augen zu.

Wie sieht dein Lieblingsplatz zum Alleinesein aus?

Was findest du anstrengend?

Wann brauchst du eine Pause?

WO HAST DU DEINE RUHE?

Zu Hause:

In der Schule:

WAS MACHST DU, WENN DU ALLEINE BIST?
KREISE EIN!

MUSIK HÖREN
SINGEN
LESEN
SCHREIBEN
RÄTSEL LÖSEN
LANGWEILEN
CHILLEN
SPIELEN
NACHDENKEN
FILM SCHAUEN
TAGEBUCH SCHREIBEN
MALEN
BASTELN
TRÄUMEN

PAUSEN-RITUAL

Lege dich mit geschlossenen Augen der Länge nach auf eine gemütliche Unterlage. Spüre deinen Atem, wie sich dein Bauch langsam hebt und senkt. Hebe deinen rechten Arm beim Einatmen an und lasse ihn beim Ausatmen wieder sinken. Wiederhole die Übung rechts und links fünf Mal.



Bau dir eine Pauseninsel! Das kann eine Kuschelecke sein, ein Kissen oder eine Ecke in deinem Zimmer. Wichtig für eine echte Pause: Flugmodus oder Ausschaltknopf an deinem Handy aktivieren.

SICHERHEIT & VERANTWORTUNG

Alle verstehen, dass Alkohol für Kinder schädlich ist. Medien sind es manchmal auch. Vor allem, wenn du ungewollt mit verstörenden Bildern konfrontiert wirst. Sprich mit einem Erwachsenen, wenn dich das beschäftigt. Und prüfe selbst, was du tun kannst, um dich zu schützen.

- Sichere Passwörter
- Datenschutzeinstellungen auf deinem Handy
- Apps nur von Erwachsenen heruntergelassen lassen

Nutze außerdem Alternativen zu großen Datensammlern. Zum Beispiel **Firefox** statt Chrome oder Safari (Internetbrowser)
Ecosia statt Google (Suchmaschine)
Signal statt WhatsApp (Messenger)
Mastodon statt Instagram (Social Media)

Lehne nach Möglichkeit Cookies und App-Tracking beim Surfen ab.

ÜBERTRAGE MAL DIE FOLGENDEN WORTE IN DEN DIGITALEN RAUM. WAS KÖNNTEN SIE BEDEUTEN?

„Geh mit keiner fremden Person mit!“

„Öffne niemandem die Tür, den oder die du nicht kennst.“

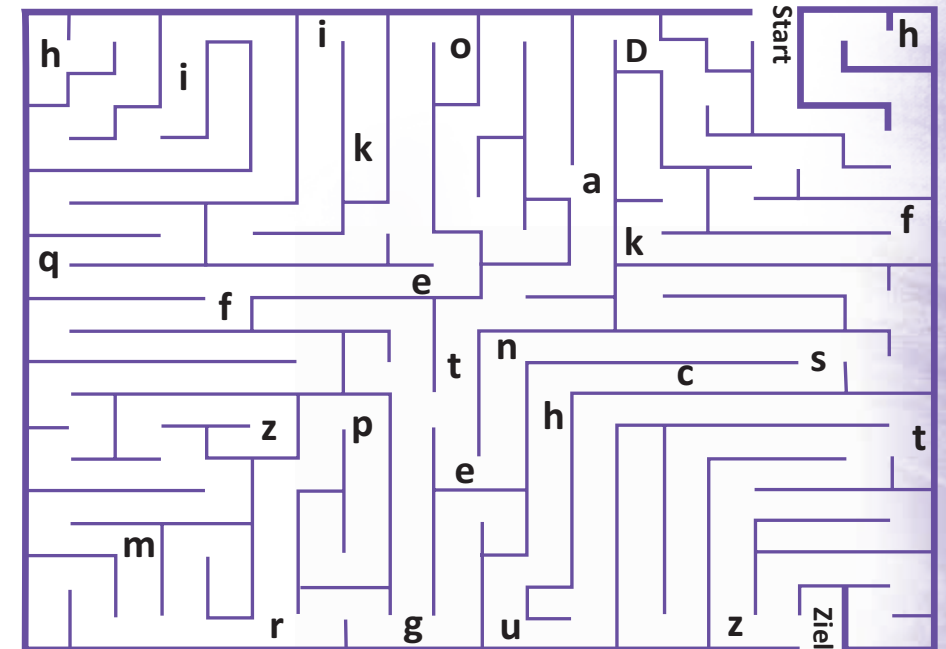
Prüfe auf deinem Gerät in „Einstellungen“ die Sichtbarkeit deiner privaten Daten. Deine Accounts und Posts sollten nie öffentlich sein und nur für diejenigen sichtbar, mit denen du auch wirklich befreundet bist. Schütze dich und deine Privatsphäre im Internet! Scanne den QR-Code um mehr über Datenschutz zu erfahren!



Entsprechende Einstellungen auf deinem Handy schützen deine Privatsphäre. Damit ist gemeint, dass niemand ohne deine Erlaubnis Zugriff auf deine persönlichen Daten hat.

Die beliebten Messenger Instagram und Snapchat sind offiziell erst ab 13 erlaubt, WhatsApp und TikTok ebenfalls. Trotzdem sind auf diesen Plattformen schon jüngere Kinder unterwegs. Du vielleicht auch. Deswegen ist es gut, auf ein paar Einstellungen im Vorfeld zu achten.

Was ist eine wichtige Grundregel im Umgang mit persönlichen Angaben? Finde das richtige Lösungswort indem du das Labyrinth durchquerst!



LÖSUNGSWORT:

Die Auflösung findest du auf Seite 47.

HAST DU TÖNE?

Welches Instrument spielst du?

Welche Farbe hat Musik?

Was ist deine Lieblingsmusikrichtung?

Welche Musik-Videos guckst du?

Welche Gefühle kann Musik auslösen?

WELCHE GERÄUSCHE ERKENNST DU?

Unter www.geräuschesammler.de findest du noch viele weitere Geräusche.



Die Auflösung findest du auf Seite 47.



Hör mal rein!
Auf der Website
www.ohrenspitzer.de findest du
mehr Töne für Kinder.



DAS PASSWORT LAUTET:

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Die Auflösung findest du auf Seite 47.

ZUKUNFTSFRAGEN

Was wünschst du dir von der Schule?

.....
.....
.....

Was machst du in zehn Jahren?

.....
.....
.....

Wie sieht unsere Welt in zehn Jahren aus?

.....
.....
.....

Welche Technik gibt es in zehn Jahren?

.....
.....
.....

Was willst du einmal werden?



Wenn ein Computer eigenständig Probleme lösen kann, spricht man von Künstlicher Intelligenz (KI).

ZEICHNE EINEN ROBOTER! WAS KANN DEIN ROBOTER ALLES?

Mein Roboter kann:



 Hier ist Platz für deine Zeichnung

HILFREICHE TIPPS UND ANREGUNGEN FINDEST DU AUF FOLGENDEN WEBSITES:

www.hddm-darmstadt.de
www.muk-hessen.de
www.klicksafe.de
www.Polizeifürdich.de
www.internet-abc.de

www.handysektor.de
www.juuuport.de
www.youtube.com/mailab
www.gmk-m-team.chayns.net/DIY
www.spieleratgeber-nrw.de

Das Kinder- und Jugendtelefon „Nummer gegen Kummer“ erreichst du unter der Telefonnummer: 116 111 oder über www.nummergegenkummer.de

IMPRESSUM

Haus der digitalen Medienbildung (HddM) im Institut für Medienpädagogik und Kommunikation Hessen e.V.
Forstmeisterstraße 11
64285 Darmstadt
Telefon 06151-3605687
Mail muk@muk-hessen.de

3. überarbeitete Auflage © 2026
Redaktion und Text: Ilona Einwohlt
Illustration, Layout und Satz: Mareike Biek

Das HddM ist eine Kooperation der Wissenschaftsstadt Darmstadt Abteilung Kinder- und Jugendförderung und MuK Hessen e.V.

RÄTSELAUFLÖSUNGEN:

Seite 13: Mobbing

Seite 18: Abenteuer

Suchbild von Seite 31:



Seite 41: Datenschutz

Seite 42:

1 - Fahrrad, 2 - Küken, 3 - Klebestreifen, 4 - Erdmännchen

Seite 43: Musiker

DEIN MEDIEN-MITMACH-HEFT

*Rätseln, Bilder ausmalen, Quizfragen beantworten
oder einfach in Ruhe nachdenken über das, was
Medien für dich und deinen Alltag bedeuten.*



Herausgebende: Wissenschaftsstadt Darmstadt,

Institut für Medienpädagogik und
Kommunikation (MuK) Hessen e. V.

Wissenschaftsstadt
Darmstadt



HddM

M@K
Institut für Medienpädagogik
und Kommunikation Hessen e.V.