

Bildschirmzeit: Eltern erkennen Problem nicht

geschrieben von Redakteur | Juli 25, 2022



Die Zahl der Kurzsichtigen wächst weltweit. Eine der Ursachen ist die intensive Bildschirmnutzung von Kindern und Jugendlichen. Eine US-Umfrage zeigt, dass viele Eltern das Problem gar nicht erkennen. Und dabei ist Kurzsichtigkeit nur ein Problem, das sich durch Bildschirmnutzung ergibt.

Schlafprobleme durch intensive Bildschirmnutzung

geschrieben von Redakteur | Juli 25, 2022

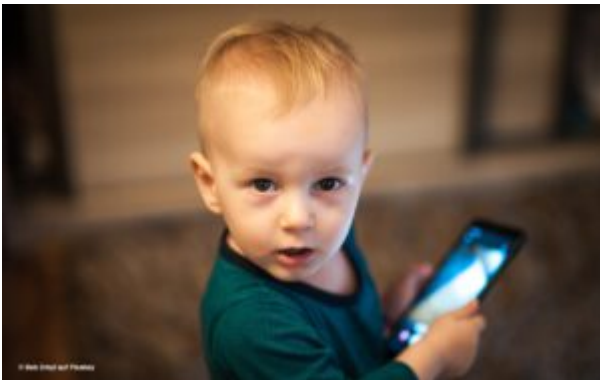


Schlaf ist für die Gesundheit enorm wichtig, besonders bei Kindern. Zu wenig Schlaf oder Schlafstörungen schaden ihrem

Wohlbefinden und ihrer Entwicklung. Wissenschaftlerinnen haben deutliche Hinweise darauf gefunden, dass intensive Bildschirmnutzung dem Schlaf schadet.

Kleinkinder nicht an den Bildschirm!

geschrieben von Redakteur | Juli 25, 2022



Dass Kleinkinder wirklich nichts mit Bildschirmen zu tun haben sollten, ist eigentlich ein alter Hut. Dass Kindergartenkinder maximal 30 Minuten vor dem Bildschirm verbringen sollten, ebenfalls. Im Zusammenhang mit dem Thema „Digitale Bildung“ vergisst das offenbar der ein oder andere. Die BZgA hält dazu viele Tipps und Anregungen bereit.