Zu viel Bildschirmzeit bringt Kinder um den Schlaf

geschrieben von Redakteur | Februar 21, 2025

Je mehr Zeit Kinder und Jugendliche vor dem Bildschirm verbringen, desto schlechter schlafen sie. Das berichtet die Stiftung Kindergesundheit. Sie verweist auf aktuelle Studien, die belegen, dass intensiver Medienkonsum nicht nur den Schlaf, sondern auch die Lernfähigkeit beeinträchtigt.