

Orientierungstabelle zur altersgerechten „Mediennutzung“

Quelle: Jugendamt Nürnberg

05.02.2010

Jahre	alleine	unter Aufsicht	Sicherheitstipps	Selbstverantwortung	max. tägl. Medienzeit*
unter 3					
3 - 4					1/2 Std.
5 - 7					3/4 Std.
8 - 10					1 - 1,5 Std.*
11 - 14					2 Std.*
15 - 17		 ab und zu			2,5 Std.*
ab 18					entfällt

* Bitte Pausen einplanen und besser ein Wochenbudget vereinbaren!

	bedingt, jedoch mit Einschränkungen	
nicht empfohlen		empfohlen

* Zeit für Fernseher, Computer, alle anderen elektronischen Medien insgesamt