

Medienmitteilung

# Flimmerpause 5. – 11. Juni 2017

**Eine Woche lang die Freizeit ohne Bildschirm verbringen? Genau das probieren die angemeldeten Schulklassen, Familien und Einzelpersonen aus. Neben den Kantonen Luzern, Nidwalden, Obwalden und Schwyz übernehmen nun auch die Suchtpräventionsstellen des Kantons Zürich das erfolgreiche Projekt.**

SEIT 2006 MEHR ALS 22'000 FLIMMERPAUSEN

Viele engagierte Lehrpersonen, Elterngruppen und weitere Institutionen vernetzen sich, um den teilnehmenden Kindern ein Begleitprogramm mit speziellen Aktivitäten anzubieten. Sinnliche Erfahrungen in der realen Welt sind für die Entwicklung von Kindern zentral. Wissenschaftliche Studien (z.B. Peter Raschke, Lernen durch Verzicht, 2002) zeigen, dass durch einen zeitlich begrenzten Verzicht auf bestimmte Verhaltensweisen (und Substanzen) der Konsum kurz- und mittelfristig abnimmt und ein verantwortungsbewusstes Verhalten gefördert wird. Die Flimmerpause regt dazu an, sich über den eigenen Medienkonsum Gedanken zu machen und neue Ideen für die Freizeitgestaltung zu entwickeln.

FLIMMERPAUSE 2017

Als Medienschaffende tragen sie einen wichtigen Teil zur Information der Bevölkerung bei. Gerne vermitteln wir Kontakte zu geplanten Aktivitäten. Neu ist das Flimmerpause Leporello mit Anregungen für das Experiment in der Familie. Ab 26. Juni wird unter [www.flimmerpause.ch](http://www.flimmerpause.ch) die Schatztruhe mit den diesjährigen Ideen der Teilnehmenden aufgeschaltet. Alle Infos und Downloads [www.flimmerpause.ch](http://www.flimmerpause.ch)

STUDIEN ZUM THEMA DIGITALE MEDIEN

JAMES-Studie 2016 [https://www.zhaw.ch/storage/psychologie/upload/forschung/medienpsychologie/james/2016/Ergebnisbericht\\_JAMES\\_2016.pdf](https://www.zhaw.ch/storage/psychologie/upload/forschung/medienpsychologie/james/2016/Ergebnisbericht_JAMES_2016.pdf),

Flyer zur James-Studie 2016 [https://www.swisscom.ch/content/dam/swisscom/de/ghq/verantwortung/documents/james2016/flyer\\_james\\_a5-delow.pdf](https://www.swisscom.ch/content/dam/swisscom/de/ghq/verantwortung/documents/james2016/flyer_james_a5-delow.pdf)

MIKE-Studie 2015 [https://www.zhaw.ch/storage/psychologie/upload/forschung/medienpsychologie/mike/Bericht\\_MIKE-Studie\\_2015.pdf](https://www.zhaw.ch/storage/psychologie/upload/forschung/medienpsychologie/mike/Bericht_MIKE-Studie_2015.pdf)).

KONTAKT

Akzent Prävention und Suchttherapie

Seidenhofstrasse 10, 6003 Luzern [www.akzent-luzern.ch](http://www.akzent-luzern.ch)

Eva Schätti, Marketing und Kommunikation

041 429 72 39, [eva.schaetti@akzent-luzern.ch](mailto:eva.schaetti@akzent-luzern.ch), [www.flimmerpause.ch](http://www.flimmerpause.ch)