

## Sicher Online

### Tipps und Hinweise für Kinder, Jugendliche und Erziehende

#### Für Kinder und Jugendliche

##### Deine Daten gehören dir!

- gib im Internet **so wenig wie möglich** von dir bekannt
- keine echten **Namen**
- keine **persönlichen Daten** (Telefonnummer, E-Mail, Adresse etc.)
- keine **Bilder**, auf denen du erkennbar bist

##### Nützliche Tipps!

- nutze **datensparsame** Apps und Tools
- eine **Alternative** zu Google: **Startpage** oder **DuckDuckGo**
- eine **Alternative** zu WhatsApp: **Signal** oder **Threema**
- deaktiviere **WLAN**, **Bluetooth** und **GPS**, wenn du es gerade nicht nutzt
- wähle **sichere Passwörter** (mind. 10 Zeichen, kleine und große Buchstaben, Zahlen, Sonderzeichen)

##### Sicher Chatten!

- sei **freundlich** und **fair**
- erst denken, dann **posten**
- **Fotos** oder **Videos**, die du heute toll findest, könnten dir später **peinlich** sein
- teile **keine Fotos** oder **Videos** mit **pornografischen** oder **gewalttätigen Inhalten** (kann strafbar sein)
- triff dich **nicht mit fremden Personen** aus einem Chat (du kannst nicht wissen wer dahintersteckt)
- kommt dir etwas **komisch** vor oder **fühlst** du dich **bedrängt**, dann sag deinen Eltern, dem Moderator oder einer anderen Vertrauensperson (große Geschwister, Lehrer, Sozialarbeiter etc.) Bescheid
- du musst **fremden Personen nicht antworten**, du kannst diese **blockieren** oder auch **löschen**

## Was dein Nutzerprofil über dich verrät!

- stell dein **Profil** auf **privat**, so kannst du dich vor **fremden Kommentaren** oder **Beleidigungen schützen**
- gib so **wenig Informationen** wie möglich an
- nutze als **Profilname** einen **Alias** oder **Fantasienamen**
- versuche beim **Profilbild** dein **Gesicht nicht** zu zeigen (sei kreativ)
- melde dich **nicht** über **verknüpfte Konten** an – erstelle immer ein eigenes Passwort
- prüfe, ob du deine „**Online-Freunde**“ wirklich gut genug kennst, um ihnen freien Zugang zu deinen privaten Daten und Fotos zu geben

## Spielregeln beachten!

- lade keine **Bilder von anderen** hoch, ohne vorher zu **fragen**
- es ist verboten, **falsche Daten/Behauptungen** über jemanden zu veröffentlichen (dies ist Rufschädigung und kann **bestraft** werden)
- zeige anderen keine Seiten, auf denen **pornografische** oder **gewalttätige Inhalte** zu sehen sind (damit kannst du dich **strafbar** machen und anderen **schaden**)

## Für Erziehende

### Wie kann ich Tablet und Smartphone kindersicher einstellen?

Gestalten Sie den **Startbildschirm** übersichtlich und kindgerecht.

- kindgerechte Apps
- kindgerechte Suchmaschine
- Infos unter:  
<https://seitenstark.de/>  
[www.blinde-kuh.de](http://www.blinde-kuh.de)  
[www.fragfinn.de](http://www.fragfinn.de)

Richten Sie ein **eigenes** (je nach Alter eingeschränktes) **Benutzerkonto** ein und installieren Sie eventuell eine Kinderschutzsoftware.

- Infos unter:  
[www.medien-kindersicher.de](http://www.medien-kindersicher.de)

Sperren Sie App-Käufe im Play- bzw. App-Store

- eine Anleitung dazu gibt es bei der [Verbraucherzentrale](#)

### Wie kann ich mein Kind im Internet begleiten?

**Surfen** und **Spielen** Sie am Anfang **gemeinsam** mit Ihrem Kind.

Vereinbaren Sie **Bildschirmzeiten**. Es gibt keine generellen Vorgaben, lediglich unverbindliche Leitlinien:

- unter 3 Jahre maximal 10 Min./Tag
- bis 5 Jahre ca. 30 Min./Tag
- bis 9 Jahre ca. 60 Min./Tag
- ab 10 Jahre ca. 10 Min. je Lebensalter/Tag (Beispiel: 10 Jahre = 100 Min./Tag)

**Interessieren** Sie sich für die Lieblingsspiele oder Apps ihrer Kinder und bleiben Sie so im Gespräch über **Medieninhalte**.

Achten Sie auf die **Altersangaben** in den App-AGBs und auf die USK/FSK-Freigaben.

Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind, was es online **tun darf** und was nicht.

- Downloads
- App-Käufe
- Chatten mit bestimmten Personen

Vermitteln Sie Ihrem Kind deutlich, dass es bei **Problemen** vertrauensvoll **zu Ihnen** kommen darf.