

A1 BesserOnline

Smartphone-Vereinbarung



Für unter 14-Jährige

Hallo! Ab heute ist das Handy offiziell ein Teil unseres Familienabenteuers. Damit es für alle Spaß macht - und auch sicher ist - machen wir diesen Vertrag und finden gemeinsam ein paar Regeln.

💡 Tipp: Druckt den Vertrag aus, hängt ihn an euren Kühlschrank oder speichert ihn als Foto im Familien-Chat!
Und: Regeln dürfen sich ändern - redet immer wieder drüber!

Wann darf ich das Handy benutzen?

- An Wochentagen:
Nach den Hausaufgaben: _____ bis _____ Uhr.
- Am Wochenende:
Zwischen: _____ und _____ Uhr.

Handy-Pausen sind wichtig!

- Nach spätestens ____ Minuten mache ich eine Pause.
- Kein Handy 1 Stunde vor dem Schlafengehen.

Privatsphäre respektieren

- Mein Handy ist mein persönlicher Bereich. Mama und Papa schauen nicht heimlich hinein.
- Kinderschutz-Apps dürfen nur nach gemeinsamer Absprache und Erklärung genutzt werden, zum Beispiel, um bestimmte Inhalte zu sperren oder die Zeit zu begrenzen, aber nie zur heimlichen Kontrolle.
- Wir überprüfen gemeinsam regelmäßig, ob und wie die App noch gebraucht wird.

Was mache ich am Handy?

- Hausaufgaben-Apps und Lernen.
- Nachrichten mit Familie und Freund:innen.
- Musik hören, Fotos machen, Spiele spielen (altersgerechte Apps).
- Keine Filme/Spiele/ _____ über meiner Altersbeschränkung.
- Kein Handy am Tisch beim Essen.

Was machen wir, wenn ich gegen die Regeln verstoße?

Erst reden wir drüber.

Dann überlegen wir gemeinsam eine Lösung.

Keine Strafen ohne Grund, aber es muss fair bleiben!

Sicherheit geht vor!

- Ich gebe niemals mein Passwort weiter.
- Ich frage, bevor ich Fotos poste oder weiterschicke.
- Bei komischen Nachrichten sage ich sofort Bescheid.
- Ich teile keine persönlichen Daten (Adressen, Telefonnummern) von mir oder anderen.

Zusätzliche Regeln, die wir gemeinsam festlegen:

-
-
-
-
-



Unterschrift Kind

Datum: _____



Unterschrift Eltern

Datum: _____