

# NEWSLETTER

SOZIALE ARBEIT  
DRK HÜNFELD



WWW.MITTELPUNKTWIR.DE

## INHALT

\* AKTUELLE ANGEBOTE

\* WAS WAR LOS?

KATZENKUNGFU IM RÜCKBLICK

\* BOXSACK IM JUGENTREFF

\* SPECIAL:

SOG DER PIXEL - WARUM  
GAMING KINDER UND  
JUGENDLICHE FESSELT

## APRIL 2025

Willkommen zum April-Newsletter!

Der Frühling hält Einzug – und mit ihm neue Energie, frische Impulse und spannende Entwicklungen.

Wir freuen uns, Sie durch diesen Monat zu begleiten und Ihnen aktuelle Neuigkeiten, interessante Einblicke und hilfreiche Tipps mit auf den Weg zu geben.

Lassen Sie sich inspirieren – und genießen Sie den Start in einen hoffentlich sonnigen und erfolgreichen April!



HELLO  
April



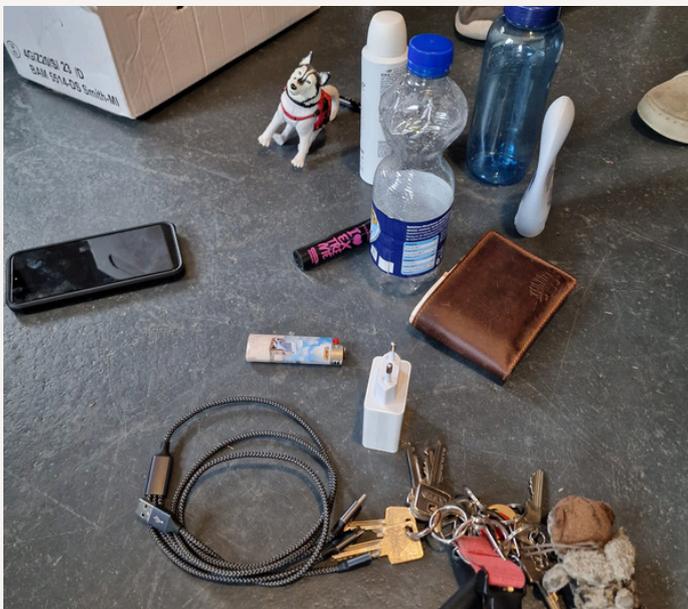
# Was war los?

## Selbstverteidigung für Frauen

Am vergangenen Wochenende fand im Familienzentrum Hünfeld ein praxisnaher und inspirierender Kurs unter dem Motto „Selbstverteidigung – Gewaltprävention – Ich-Stärkung für Frauen“ statt. Geleitet wurde die Veranstaltung vom erfahrenen Trainerteam Fabian Köster und Frank Kuhnecke aus dem Projekt „Denk nicht mal dran“.

Ziel des Kurses war es, Frauen zu zeigen, wie sie sich mit nur wenigen gezielten Bewegungen – konkret sechs kleine Techniken – wirkungsvoll aus unangenehmen oder bedrohlichen Situationen befreien können. Die einfachen, aber effektiven Übungen wurden so vermittelt, dass sie auch ohne Vorkenntnisse leicht erlernbar und im Ernstfall schnell abrufbar sind.

Ein weiteres Highlight: Die Trainer zeigten eindrucksvoll, wie man Alltagsgegenstände aus der Handtasche, wie z. B. ein Schlüsselbund oder ein Kugelschreiber, im Notfall als Hilfsmittel zur Selbstverteidigung nutzen kann. So wurde deutlich, dass man nicht wehrlos ist – man muss nur wissen, wie.



# Was war los?

Neben der körperlichen Komponente spielte auch die psychologische Stärkung eine zentrale Rolle. Die Teilnehmerinnen lernten, Gefahrensituationen frühzeitig zu erkennen, Grenzen zu setzen und mit einem gestärkten Selbstbewusstsein aufzutreten.

Ein besonders eindrucksvolles Bild, das den Teilnehmerinnen im Kopf geblieben ist: „KatzenKungFu“.

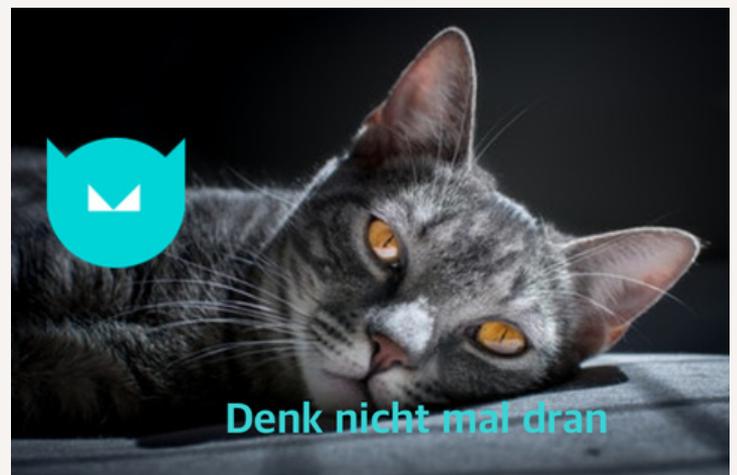
Dabei lernten wir, dass selbst die kleinste Katze gegen einen großen Hund bestehen kann – nicht, weil sie stärker ist, sondern weil sie nicht aufgibt, sich instinktiv und natürlich bewegt und keine Angst zeigt. Diese Haltung wurde im Kurs immer wieder betont: Selbstbewusstsein, Beweglichkeit und der Mut, auf die eigenen Stärken zu vertrauen, sind oft entscheidender als körperliche Kraft.

Die Rückmeldungen am Ende des Kurses waren durchweg positiv. Eine Teilnehmerin brachte es auf den Punkt:

„Das hat echt Spaß gemacht und man konnte mal richtig abschalten.“

Ein großes Dankeschön geht an das Trainerteam.

Ein Kurs, der nicht nur Wissen und Sicherheit vermittelt, sondern auch Mut macht – für mehr Selbstbestimmung und innere Stärke im Alltag.



Warum haben Katzen eigentlich eine Chance gegen Hunde? Ganz klar, sie können KatzenKungFu.  
**Und wir jetzt auch!**



# Aktuelle Angebote

## Basteln für Grundschul Kinder

**02.04.25**  
5,00€ Pro Kind

15:30 Uhr – 17:00 Uhr  
Thema: Ostereier



### Anmeldung für die Veranstaltungen:

Anna-Lena Weller / 01603000599 oder  
A.Weller@drk-huenfeld.de



**Viel Spaß.  
Bewegung  
und ein kleiner  
Auftritt**

**... Kinder...  
Tanzen**

AB DEM 15. APRIL  
JEDEN DIENSTAG

**10 Einheiten**

16:00 Uhr - 17:00 Uhr

Für Kinder 5-8 Jahre  
im Jugend- und  
Familienzentrum  
Hünfeld

**Kosten:**  
50,00€ Pro  
Kind  
Geschwisterkinder  
ermäßigt

mit kleinem Auftritt am 17.06.2025

Anmeldung:  
Anna-Lena Weller / A.Weller@drk-huenfeld.de / 01603000599  
Jugend- und Familienzentrum, Karl-Medler-Str. 19, Hünfeld

# Aktuelle Angebote

**STARKE KINDER BANDE** 

**STARK IM ALLTAG**

**SELBSTBEHAUPTUNG UND RESILIENZ FÜR KINDER**

**AM 18. MAI 2025**

**Jedes 3. Kind erlebt Mobbing im Alltag!** 

Wie kann man Mobbing frühzeitig vorbeugen, um die Kinder stark für ihre Herausforderungen zu machen?

Wann: 10:00-14:30 Uhr  
Wo: Bürgerhaus bei der Rettungswache in Leibolz  
Großentafer Straße 15  
Kosten: 59,00€

für Kinder von 6-10 Jahren

**ANMELDUNG**  
Anna-Lena Weller  
01603000599  
A.Weller@drk-huenfeld.de

**Gemeinsam besprechen wir:**

- Beleidigungen können an mir abprallen
- Strategien zur eigenständigen Problemlösung
- achtsames und respektvolles Miteinander
- Alle Gefühle sind ok und dürfen da sein
- Jeder ist gut so wie er ist
- Ich kann das NOCH lernen
- Meinen Akku richtig aufzuladen

Weitere Infos: [www.starke-kinder-bande.de](http://www.starke-kinder-bande.de)

Stefanie Vitt  
Trainerin für Resilienz und Selbstbehauptung

## Motivation und Lernen

Die Kinder bekommen Mut zugesprochen: „Ich kann das NOCH nicht“ – das bedeutet: Fehler machen ist okay, Hauptsache, man bleibt dran.

## Eigene Energiequellen erkennen

Kinder lernen, was ihnen gut tut und wie sie „ihren Akku wieder aufladen“ – also, wie sie auf sich selbst achten.



## Warum ist der Kurs so wertvoll für ein Kind?

### Stärkung des Selbstbewusstseins

Kinder lernen, dass sie wertvoll sind, so wie sie sind. Das stärkt ihr Selbstvertrauen und hilft ihnen, auch in schwierigen Situationen standhaft zu bleiben.

### Mobbing vorbeugen & besser damit umgehen

Der Kurs zeigt, wie man mit Beleidigungen und Ausgrenzung umgeht, ohne sich schlecht zu fühlen. Das Motto: „Beleidigungen können an mir abprallen“ macht Kinder innerlich stark.

### Gefühle verstehen & zulassen

Kinder erfahren, dass alle Gefühle erlaubt sind – auch Wut oder Traurigkeit. Dadurch lernen sie, besser mit ihren Emotionen umzugehen.

### Problemlösung und Konfliktfähigkeit

Sie üben Strategien, um selbstständig Probleme zu lösen – eine wichtige Fähigkeit fürs ganze Leben.

### Soziale Kompetenzen stärken

Ein achtsames und respektvolles Miteinander wird geübt – das hilft nicht nur in der Schule, sondern auch im Freundeskreis.

# Aktuelle Angebote

Ein Angebot der Gemeinwesenarbeit

Omas gegen rechts

## LESUNG

Dienstag | 15. April | 16:00 Uhr

**„Hase und Igel – wir zwei sind füreinander da“ von Micheal Engler**

1 OG im Jugend- und Familienzentrum,  
Karl-Medler-Straße 19, 36088 Hünfeld



Anmeldung bis 14.04.2025 bei Marie Mathes  
(0157 80673705)



Gemeinwesenarbeit  
Gefördert durch das  
Hessische Sozialministerium



Deutsches  
Rotes  
Kreuz



Am 15.04.25 um 16:00 Uhr findet die nächste Lesung statt. Oma Connie wird die Geschichte „Hase und Igel – wir zwei sind füreinander da“ von Michael Engler vorlesen (eignet sich für Kinder ab 4 Jahren): Der quirlige Hase und der besonnene Igel erleben gemeinsam kleine Abenteuer und stehen sich in schwierigen Momenten bei. Mit warmherziger Erzählweise und liebevollen Illustrationen vermittelt das Buch die Bedeutung von Zusammenhalt und Vertrauen. Die Geschichte wird mit einem Kamishibai-Theater vorgetragen.

Im Anschluss an die Geschichte gibt es ein thematisch passendes Bastelangebot. Anmeldungen für das Angebot werden bis zum 11.04.25 per Mail an [marie.mathes@drk-huenfeld.de](mailto:marie.mathes@drk-huenfeld.de) oder unter 0157 806 737 05 entgegengenommen. Bei Fragen steht Marie Mathes gerne zur Verfügung.

## Aktuelle Angebote

# FÜR ERWACHSENE

Drahtkunst-Workshop – Kreativ in den Frühling starten!

Der Frühling ist die Zeit des Neubeginns, der Leichtigkeit und der Inspiration – genau die richtige Gelegenheit, um selbst kreativ zu werden! Lassen Sie sich von der filigranen Schönheit der Natur inspirieren und gestalten Sie Ihr eigenes Kunstwerk aus Draht.

Unter der liebevollen Anleitung von Sabine Grob von PURE Drahtkunst Tann entdecken Sie, wie aus einfachem Draht bezaubernde Formen entstehen – sei es eine zarte Blüte, ein elegantes Blatt oder ein filigranes Deko-Element für Ihr Zuhause. Egal, ob Sie bereits Erfahrung haben oder einfach mal etwas Neues ausprobieren möchten: Sie sind herzlich eingeladen, sich eine kleine kreative Auszeit vom Alltag zu gönnen.



**Drahtkunst  
Workshop**  
mit Sabine Grob von PURE Drahtkunst Tann  
<https://www.puredrahtkunst.de/>

35,00€ inkl.  
Material

17:00 UHR | 19 Mai  
Dauer ca. 3,5 Std | 2025

Jugend- und Familienzentrum  
Hünfeld  
Karl-Medler-Straße 19  
36088 Hünfeld

ANMELDUNG  
ANNA-LENA WELLER  
0160 3000599  
A.WELLER@DRK-HUENFELD.DE

UNSERE  
RÄUMLICHKEITEN SIND  
BARRIEREFREI

DIE KLEINE PERSÖNLICHE AUSZEIT  
VOM ALLTAG



Unsere Räumlichkeiten sind barrierefrei – alle sind herzlich willkommen!

## Aktuelle Angebote

# FÜR ERWACHSENE

Am 19.5.25 um 16:00 Uhr findet im 1. OG des DRK Jugend- und Familienzentrums in Kooperation mit der Nassauischen Heimstätte Wohnstadt eine Informationsveranstaltung zum Bewerbungsprozess auf eine Wohnung der Wohnungsbaugesellschaft statt. Erklärt wird der konkrete (online) Ablauf einer Bewerbung um eine Wohnung der Wohnstadt.

Anmeldungen für die Veranstaltung werden bis zum 16.05. 25 per Mail an [marie.mathes@drk-huenfeld.de](mailto:marie.mathes@drk-huenfeld.de) oder unter 0157 806 737 05 entgegengenommen.

EIN ANGEBOT DER GEMEINWESENARBEIT

### INFOVERANSTALTUNG BEWERBUNGSPROZESS UM EINE WOHNUNG DER NASSAUISCHEN HEIMSTÄTTE WOHNSTADT



**19.05.2025  
16:00 UHR**

### SCHULUNGSRaum JUGEND- UND FAMILIENZENTRUM

KARL-MEDLER-STRASSE 19, 36088 HÜNFELD

FRAGEN?  
MARIE MATHES 0157 806 737 05

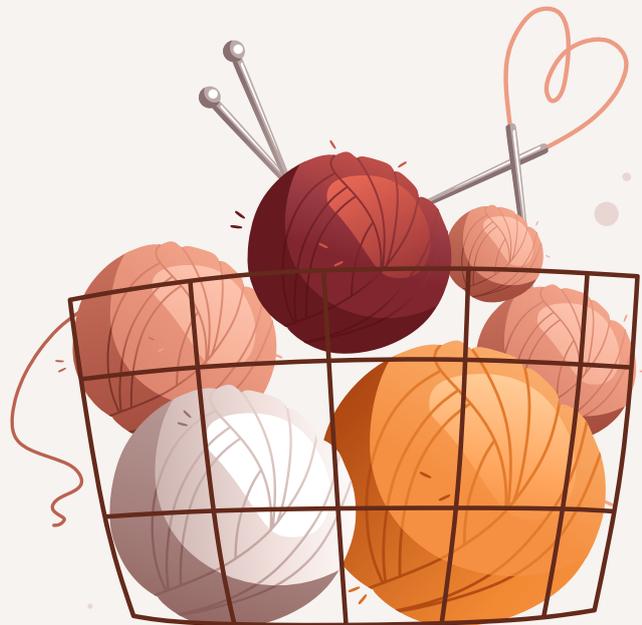


Am 16.04.25 von 10:00 bis 12:00 Uhr trifft sich der Stricktreff um 1. OG des DRK Jugend- und Familienzentrums.

EIN ANGEBOT DER  
GEMEINWESENARBEIT

## STRICKTREFF

16.04.2025 VON 10:00 - 12:00 UHR  
IM FAMILIENZENTRUM



# Aktuelle Angebote

# FÜR ERWACHSENE



Mit Sport- und  
Gesundheitsrainerin  
Ella-Sophia Fleck

## Achtsamkeits- YOGA

eine Mischung aus Basic Yoga,  
Achtsamkeit, Ruhe und  
Entspannung



**6 Einheiten**  
immer donnerstags  
ab **03.04.2025**

immer um 18:40Uhr -  
19:40 Uhr

(03.04/10.04/17.04/24.07/08.05/15.05)

Kosten für 6  
Einheiten:  
80,00€

Wenn möglich, bitte eigene Yogamatte mitbringen



Jugend- und  
Familienzentrum  
Hünfeld  
Karl-Medler-Straße 19  
36088 Hünfeld

Anmeldung  
unter:  
Anna-Lena Weller  
01603000599  
a.weller@drk-huenfeld.de



Es wird sportlich !

# START JEWEILS AB DEM 03.04.2025

Buchung von  
Einzelterminen ist  
möglich



# STRONG & FIT

## GANZKÖPER WORKOUT



Mit Sport- und  
Gesundheitsrainerin  
Ella-Sophia Fleck

**6 Einheiten**  
immer donnerstags  
ab **03.04.2025**

immer um 17:30 Uhr -  
18:30 Uhr

(03.04/10.04/17.04/24.07/08.05/15.05)

Kosten für 6  
Einheiten:  
80,00€

Wenn möglich, eigene Matte  
mitbringen



Jugend- und  
Familienzentrum  
Hünfeld  
Karl-Medler-Straße 19  
36088 Hünfeld

Anmeldung  
unter:  
Anna-Lena Weller  
01603000599  
a.weller@drk-huenfeld.de



# Aktuelle Angebote

## Kreativ-Köpfe

Ein offener Treff für Kreativität und Austausch



**Wann?**  
Dienstag,  
29.04.2025  
von 15:00 - 17:00 Uhr

**Wo?**  
DRK Jugend- und  
Familienzentrum  
Karl-Medler-Straße  
19, 36088 Hünfeld

**Was?**  
...neugierige Fragen stellen  
...Experimentierfreudig sein  
...malen, basteln, schreiben  
...weiterdenken, träumen



Ein Angebot der Gemeinwesenarbeit



Die Kreativköpfe treffen sich am 01.04.25 von 10:00–12:00 Uhr und am 29.04.25 von 15:00–17:00 Uhr im 1. OG des DRK Jugend- und Familienzentrums. Gemeinsam können Gesellschaftsspiele gespielt werden, gemalt oder gebastelt werden oder bei einer Tasse Tee/Kaffee gequatscht werden. Das Angebot richtet sich an Jung und Alt, ist kostenlos und ohne vorherige Anmeldungen.

Bei Fragen rund um das Angebot steht Marie Mathes gerne zur Verfügung.



Der Elternabend richtet sich an alle Eltern, dessen Kinder einen Kurs bei Frau Vitt absolviert haben oder absolvieren werden – aber auch an Eltern, die einfach nur neugierig auf das Thema sind und sich damit auseinandersetzen möchten.

Die Kosten des Elternabends werden vom Familienzentrum übernommen. Somit ist der Abend kostenfrei.

Um Anmeldung wird gebeten.

## STARKE KINDER BANDE

### ELTERNABEND SELBSTBEHAUPTUNG & RESILIENZ FÜR KINDER

Wie kann man Mobbing vorbeugen?

An diesem Abend bekommen Sie neue Impulse, damit sie Ihr Kind bestmöglich in schwierigen Alltagssituationen wie Ausgrenzung, Streit, Gefühlschaos und Stress unterstützen können.

**Gemeinsam besprechen wir:**

- Mit Beleidigungen richtig umgehen
- Selbstbewusstsein der Kinder aufbauen
- Klare Kommunikation fördern
- Gefühle und Grenzen klar benennen
- Vorbild sein
- Zuhause als sicherer Hafen & Rückzugsort
- Mein Akku ist immer gut aufgeladen



**JETZT ANMELDEN  
UND WERTVOLLE  
IMPULSE BEKOMMEN**

**03.04.2025**  
19:30 Uhr - 21:00 Uhr  
Anmeldung erforderlich



Jugend- und  
Familienzentrum  
Hünfeld  
Karl-Medler-Straße 19  
36088 Hünfeld

Anmeldung  
unter:  
Anna-Lena Weller  
01603000599  
a.weller@drk-huenfeld.de

# FÜR BÜCHERWÜRMER



**Ort:** Öffentlicher  
Bücherschrank,  
Appelsbergstraße 7, Hünfeld  
**Zu jeder Zeit zugänglich**  
– Bücher ausleihen oder  
tauschen (max. 5 Exemplare)

Wir freuen uns darauf,  
gemeinsam mit Ihnen die  
Freude am Lesen zu teilen!

An der Appelsbergstraße 7 in Hünfeld steht ein ganz besonderer Ort für alle Bücherliebhaber und Lesefreunde bereit: Der öffentliche Bücherschrank! Hier haben Sie rund um die Uhr die Möglichkeit, Bücher kostenlos auszuleihen oder gegen eigene Exemplare zu tauschen.

Das Prinzip ist ganz einfach: Nehmen Sie sich bis zu fünf Bücher mit nach Hause, genießen Sie spannende Geschichten, wertvolle Sachbücher oder inspirierende Ratgeber – und bringen Sie die Bücher nach dem Lesen einfach zurück. Genauso können Sie gut erhaltene Bücher, die Sie nicht mehr benötigen, im Bücherschrank abstellen und damit anderen Menschen eine Freude bereiten.

Der Bücherschrank fördert nicht nur den Austausch von Literatur, sondern auch den sozialen Zusammenhalt im Stadtteil. Ein Buch kann Brücken bauen, Generationen verbinden und neue Perspektiven eröffnen.

Schauen Sie doch mal vorbei, stöbern Sie in den Regalen und lassen Sie sich überraschen, welche literarischen Schätze auf Sie warten.

**Zu jeder  
Zeit Bücher  
ausleihen  
oder  
tauschen  
(max. 5  
Exemplare)**

**Öffentlicher Bücherschrank**  
Hünfeld,  
Appelsbergstraße 7

Sozialer Zusammenhalt  
Hünfeld Nord- & Ostend

# FÜR SENIOREN

*“Das Alter ist wie ein wertvolles Buch – jede Falte ist eine Zeile, jede Narbe eine Geschichte und jedes Lächeln ein Gedicht. Senioren sind die Hüter unserer Erinnerungen, die Brücken zwischen den Generationen und die stillen Helden des Alltags. Sie zeigen uns, dass wahre Stärke im Annehmen des Lebens liegt und dass Glück nicht immer laut, sondern oft ganz leise ist. Wer mit Senioren Zeit verbringt, taucht ein in einen Schatz voller Weisheit, Humor und Herzenswärme”*



Am Mittwoch, den 24. 04 lädt das Stadtteilbüro herzlich zum Seniorennachmittag im Pfarrheim St. Ulrich ein. Ab 15:00 Uhr erwartet die Gäste eine gemütliche Atmosphäre bei einer Tasse Kaffee und leckerem Kuchen. Der Nachmittag bietet die perfekte Gelegenheit, bei guten Gesprächen neue Bekanntschaften zu knüpfen und gemeinsam eine schöne Zeit zu verbringen. Gerade für ältere Menschen ist es wichtig, soziale Kontakte zu pflegen und aktiv am Gemeinschaftsleben teilzunehmen – und genau das wird hier möglich gemacht. Die Teilnahme ist kostenlos, und sowohl Kaffee als auch Kuchen werden bereitgestellt. Alles, was Sie mitbringen müssen, ist gute Laune und Lust auf Gesellschaft.



## Was ist passiert?

### Eine neue Boxsackhalterung für den Jugendtreff !

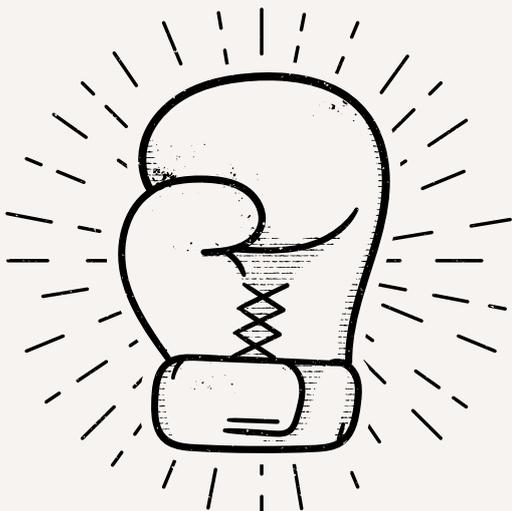


Der Jugendtreff Hünfeld freut sich über eine großzügige Spende des Sportladens Sportbecker aus Hünfeld. Dank dieser Spende kann der Jugendtreff seinen Boxbereich mit einer neuen, stabilen Halterung für den Boxsack ausstatten.

Die bisherigen Halterungen hielten dem Gewicht des Boxsacks nicht stand und stellten somit ein Sicherheitsrisiko dar. Mit der neuen, professionellen Halterung von Sportbecker können die Jugendlichen nun ordentlich zulangen.

Der Jugendtreff bedankt sich herzlich bei Sportbecker für diese wertvolle Unterstützung. Diese Spende ermöglicht es, das Sportangebot des Jugendtreffs zu erweitern und den Jugendlichen eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung zu bieten.

Sportbecker ist ein Sportfachgeschäft in Hünfeld, das eine große Auswahl an Sportartikeln und -bekleidung anbietet. Das Unternehmen engagiert sich seit vielen Jahren für die Förderung des Sports in der Region.



Hier geht es zur Website 😊



**Auf einen Blick | Sport Becker, 36088 Hünfeld**

Alle Informationen zu unserer Filiale: Anschrift, Öffnungszeiten, Marken, Serviceleistungen,...

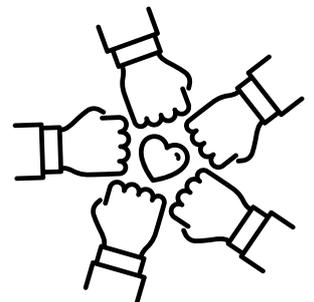
[sportbecker.de](http://sportbecker.de)



# Sog der Pixel: Warum Gaming Kinder und Jugendliche fesselt

Kinder und Jugendliche sind fasziniert. Computer, Spielkonsolen oder Handys sind aus dem Alltag von Erwachsenen, Kindern und Jugendlichen nicht mehr wegzudenken. Ein schneller Griff in die Tasche und schon bewegt man sich im digitalen Raum des Internets. Doch warum interessieren sich Kinder und Jugendliche so sehr für die Welt des Internets oder der Online-Spiele? Im Folgenden werden mögliche Gründe für diese Faszination aufgezeigt. Im Anschluss finden Sie die Schattenseiten und Tipps für den Umgang mit Kindern und Jugendlichen im Bann der Onlinewelt.

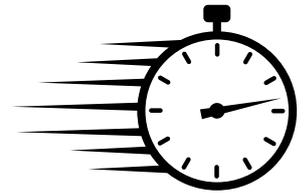
- **Sprung in andere Welten:** Digitale Spiele ermöglichen es, in fremde Rollen zu schlüpfen, fantastische Welten zu erkunden und Abenteuer zu erleben, die im realen Leben so nicht möglich wären. Diese Eskapismus-Komponente bietet eine willkommene Abwechslung und befriedigt die kindliche Neugier und Fantasie.
- **Der Kick des Erfolgs:** Viele Spiele sind so konzipiert, dass sie klare Ziele und sofortiges Feedback bieten. Das Erreichen von Leveln, das Besiegen von Gegnern oder das Lösen von Rätseln vermittelt ein starkes Gefühl von Kompetenz und Erfolg. Gerade in Phasen, in denen sich junge Menschen nach Anerkennung sehnen, kann dies sehr motivierend sein.
- **Gemeinsam stark:** Soziale Interaktion im virtuellen Raum: Online-Spiele sind oft soziale Treffpunkte. Kinder und Jugendliche können mit Freunden spielen, neue Kontakte knüpfen und Teil von Online-Communities werden. Das gemeinsame Erleben und Erreichen von Zielen stärkt das Gemeinschaftsgefühl und fördert den Austausch – auch über räumliche Distanzen hinweg.
- **Technik, die begeistert:** Die grafische Gestaltung, der Sound und die interaktiven Elemente vieler Spiele sind beeindruckend und schaffen ein immersives Erlebnis. Diese technische Raffinesse trägt maßgeblich zur Faszination bei und lässt die Spieler tief in die virtuelle Welt eintauchen.



## Schattenseiten der Bits und Bytes: Die Risiken des Online-Gamings

Neben den positiven Aspekten birgt das digitale Spielen auch einige Risiken, die wir als Eltern ernst nehmen müssen:

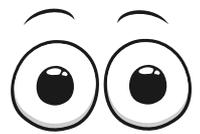
- **Wenn die Zeit davongaloppiert:** Gefahr der Überlastung: Exzessives Spielen kann dazu führen, dass andere wichtige Lebensbereiche wie Schule, Hobbys und soziale Kontakte in der realen Welt vernachlässigt werden. Ein Ungleichgewicht kann sich negativ auf die Entwicklung auswirken.
- **Mehr als nur ein Hobby: Die Suchtgefahr:** Die Belohnungsmechanismen vieler Spiele können in seltenen Fällen zu einer Abhängigkeit führen. Anzeichen hierfür können Kontrollverlust, Entzugserscheinungen und die Vernachlässigung anderer Interessen sein.
- **Ungeeignete Begegnungen:** Risiken im Online-Raum: In Online-Spielen können Kinder und Jugendliche mit Inhalten konfrontiert werden, die nicht ihrem Alter entsprechen (z.B. Gewalt, sexuelle Anspielungen). Zudem besteht die Gefahr, mit unbekanntem und potenziell gefährlichen Personen in Kontakt zu treten.
- **Cybermobbing:** Auch in der vermeintlich anonymen Welt des Online-Gamings kann es zu Mobbing und Belästigungen kommen, was erhebliche psychische Belastungen verursachen kann.
- **Klick und weg – das Geld:** Kostenfallen in Spielen: Viele Online-Spiele locken mit In-App-Käufen, die schnell zu unerwartet hohen Kosten führen können, insbesondere wenn Kinder ohne Aufsicht Käufe tätigen.
- **Verlorene Realität? Wenn die virtuelle Welt wichtiger wird:** In extremen Fällen kann eine übermäßige Beschäftigung mit virtuellen Welten dazu führen, dass der Bezug zur Realität verloren geht und soziale Interaktionen in der echten Welt erschwert werden.



## Ihr Kompass in der digitalen Welt: Tipps für Eltern

Als Eltern spielen Sie eine entscheidende Rolle dabei, Ihre Kinder im Umgang mit digitalen Spielen zu begleiten und zu schützen:

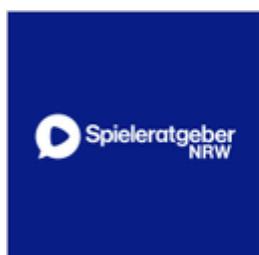
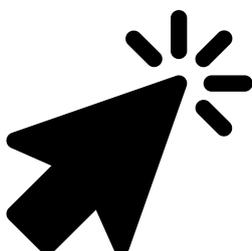
- **Das offene Ohr:** Sprechen Sie mit Ihren Kindern: Zeigen Sie Interesse an den Spielen Ihrer Kinder und führen Sie regelmäßig Gespräche über ihre Erfahrungen und mögliche Risiken.
- **Klare Linien:** Vereinbaren Sie Regeln und Zeitlimits: Setzen Sie verständliche Regeln für die Spielzeit und achten Sie darauf, dass ein gesunder Ausgleich zu anderen Aktivitäten besteht.
- **Augen auf bei der Auswahl:** Informieren Sie sich über Spiele: Achten Sie auf Altersfreigaben und informieren Sie sich über die Inhalte der Spiele, die Ihre Kinder spielen. Nutzen Sie gegebenenfalls Jugendschutzeinstellungen.
- **Aufmerksam bleiben:** Achten Sie auf Veränderungen: Seien Sie sensibel für Veränderungen im Verhalten Ihres Kindes, die auf eine problematische Nutzung hindeuten könnten.
- **Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser (in Maßen):** Schenken Sie Ihren älteren Kindern Vertrauen, aber bleiben Sie aufmerksam und bieten Sie Unterstützung an, wenn diese benötigt wird.



## Unser Fazit:

Indem wir uns aktiv mit der digitalen Spielwelt unserer Kinder auseinandersetzen, können wir ihnen helfen, die faszinierenden Möglichkeiten zu nutzen und gleichzeitig die potenziellen Gefahren zu erkennen und zu vermeiden. Gemeinsam können wir dafür sorgen, dass das digitale Spielen ein bereichernder Teil ihrer Entwicklung bleibt und nicht zur Belastung wird.

Falls Sie dieses Thema interessiert hat, finden Sie auf dieser Seite weitere spannende **Informationen und Einschätzungen von einzelnen Spielen** und ihre Altersfreigabe.



### Spieleratgeber NRW

Pädagogischer Ratgeber zu digitalen Spielen. Wir testen Games mit Kindern und Jugendlichen.

[Spieleratgeber NRW](#)

## Infos

# ANSPRECHPARTNER\*INNEN DER BEREICHE

### Jugend- und Familienzentrum

Anna-Lena Weller  
0160 3000599 / A.Weller@drk-huenfeld.de



### Generationentreff

Verena Petter  
06652 967013 / V.Petter@drk-huenfeld.de



### Offene Jugendarbeit

Simon Heil/Paula Schütz  
0160 6832464 o. 06652 748605  
Simon.Heil@drk-huenfeld.de  
Paula.Schuetz@drk-huenfeld.de



### Gemeinwesenarbeit

Marie Mathes  
0157 80673705 / marie.mathes@drk-huenfeld.de



### Sozialer Zusammenhalt

Bianca Weber  
0160 96230554 / B.Weber@drk-huenfeld.de



### Gemeinschaftsunterkünfte

Niklas Will / 0171-29 81 29 6  
Niklas.Will@drk-huenfeld.de  
Sven Schütz / 01590 - 4328371  
S.Schuetz@drk-huenfeld.de  
Mohammad Asad/ 01514-6234871  
mohammad.asad@drk-huenfeld.de

## BLUTSPENDE TERMINE

Gotthards: 03.04.25  
Hünfeld: 15.04.25

## ERSTE HILFE KURSE

Di. 01.04.2025 9:00 - 16:30 Uhr  
Do. 03.04.2025 9:00 - 16:30 Uhr  
Di. 08.04.2025 9:00 - 16:30 Uhr  
Sa. 12.04.2025 9:00 - 16:30 Uhr

Weitere Infos:



## Fragen?

Kerstin Bueno Sánchez  
Breitenausbildung / Blutspende /  
Rettungsdienstfaktura

Deutsches Rotes Kreuz - Kreisverband  
Hünfeld  
Mackenzeller Str. 19  
36088 Hünfeld  
Tel.: 06652 9670-12  
Fax: 06652 96 70-70  
E-Mail: k.buenosanchez@drk-huenfeld.de