



Exzessiver Medienkonsum



Beratung- und Hilfsangebote

- **Ginko Stiftung für Prävention** in Mülheim: Jugendberatung /Erziehungsberatung/ Suchtprävention. Sie erreichen uns per Telefon unter 0208 30069-31 oder per E-Mail unter jugendberatung@ginko-stiftung.de, um einen Termin für ein erstes Gespräch zu vereinbaren. <https://www.ginko-stiftung.de/muelheim/Erwachsene.aspx>
- **Das Auxilium Reloaded** ist eine therapeutische Facheinrichtung für Jugendliche und junge Erwachsene mit riskantem Medienkonsum in Dortmund
<https://www.malteser-auxiliumreloaded.de/start.html> Tel: 0231 - 567 665 931
- **Medienambulanz / Verhaltenssuchtambulanz in Bochum**
Zentrum für Internet- und Computerspielabhängigkeit, Cybersexsucht/Pornographiesucht und Sexsucht
<https://psychosomatik.lwl-uk-bochum.de/die-ambulanz/medienambulanz>
- **Beratungsstelle der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung**
Die Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V. (bke) ist der Fachverband für Erziehungs-, Familien- und Jugendberatung. <http://www.bke-elternberatung.de/>

Medienpädagogische Adressen

- **Spieleratgeber.nrw:** Games pädagogisch beurteilt
Der Spieleratgeber-NRW ist die **pädagogische** Informationsplattform zu Computer-, Konsolenspielen und Apps.
<https://www.spieleratgeber-nrw.de/>
- app-geprüft.net unterstützt dabei Risiken in den Lieblings-Apps zu erkennen und einzuschätzen.
- **Mit Medien leben lernen**
Der kompetente Umgang mit Medien ist heute eine Schlüsselqualifikation. Das Medienkompetenzportal NRW bietet Medienkompetenz-Grundlagen, Praxis-Tipps und Themen-Dossiers.
<https://www.medienkompetenzportal-nrw.de/>

- **Klicksafe** – eine EU Initiative: Information und Wissen ermöglicht die kompetente Nutzung des Internets
<https://www.klicksafe.de/>
- **juuport-Scouts**, Jugendliche und junge Erwachsene, die sich ehrenamtlich engagieren, um bei Problemen im Web zu helfen. Hilfe bei Cybermobbing, WhatsApp-Stress & Co.
www.juuport.de
- **Kompetenzzentrum** für den Schutz von Kindern und Jugendlichen im Internet.
www.jugendschutz.net