

6. Fachforum Gesundheit in Hemelingen

Medienkompetenz und Digitalisierung



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT



Kooperationsverbund
Gesundheitliche
Chancengleichheit



Die Senatorin für Gesundheit,
Frauen und Verbraucherschutz



Evangelische
Brückengemeinde
Bremen



Gesundheitsamt



Freie
Hansestadt
Bremen



HEMELINGEN
www.hemeligen-marketing.de

11. Februar 2026
Bürgerhaus Hemelingen
Godehardstraße 4
28309 Bremen

6. Fachforum Gesundheit in Hemelingen

Medienkompetenz und Digitalisierung

Inhalt

<u>Seite 3</u>	Einführung
<u>Seite 3</u>	Programm
<u>Seite 4</u>	Begrüßung und Vorstellungsrunde
<u>Seite 4</u>	Gesundheitsbezogene Neuigkeiten aus dem Stadtteil
	<i>Impulsvorträge</i>
<u>Seite 4</u>	Medienkompetenz bei Kindern und Eltern
<u>Seite 5</u>	Medienkompetenz bei Jugendlichen
<u>Seite 5</u>	Medienkompetenz bei älteren Menschen
<u>Seite 5</u>	Kriminalität in den neuen Medien
	<i>Austausch in Kleingruppen</i>
<u>Seite 6</u>	Kinder und Eltern
<u>Seite 8</u>	Jugendliche
<u>Seite 9</u>	Ältere Menschen
<u>Seite 9</u>	Gemeinsame Abschlussdiskussion & Ausblick
<u>Seite 10</u>	Impressum

Einführung

Am 11. Februar 2026 fand das 6. Fachforum „Gesundheit in Hemelingen“ im Bürgerhaus Hemelingen von 9:00 bis 13:00 Uhr statt. Der thematische Schwerpunkt war, wie im vorherigen Fachforum vereinbart, „Medienkompetenz und Digitalisierung“.

Programm

Ankommen, Begrüßung und gesundheitsbezogene Neuigkeiten aus dem Stadtteil

Impulsvorträge

Medienkompetenz bei Kindern und Eltern

Edina Medra, *Blickwechsel e. V.*

Medienkompetenz bei Jugendlichen

Markus Gerstmann, *ServiceBureau Jugendinformation*

Medienkompetenz bei älteren Menschen

Anja Ehlers, *Digital-Fit-60+ Netzwerk Stadt Bremen*

Kriminalität in den neuen Medien

Dirk Bülow, *Polizei Bremen, Leiter Kontaktdienst Hemelingen*

Bewegungspause

Austausch in Kleingruppen

- Kinder und Eltern
Merle Flemming & Annika Ruef, *Medienprojekt LVG & AFS Nds. HB e. V.*
- Jugendliche
Tobias Winkler, *Fachstelle Medienabhängigkeit*
- ältere Menschen
Anja Ehlers, *Digital-Fit-60+ Netzwerk Stadt Bremen*

Gemeinsame Abschlussdiskussion & Ausblick

Mittagsimbiss & gemeinsamer Ausklang

Ende

Begrüßung und Vorstellungsrunde

Das Fachforum begann mit einer Begrüßung durch die Moderation. Es folgte ein gemeinsamer Blick auf die Agenda sowie eine kurze Vorstellungsrunde der Teilnehmer:innen.

Gesundheitsbezogene Neuigkeiten aus dem Stadtteil

Die Teilnehmer:innen hatten anschließend die Möglichkeit, auf gesundheitsbezogene Neuigkeiten im Stadtteil aufmerksam zu machen sowie von Entwicklungen seit dem letzten Fachforum zu berichten. Die folgenden Hinweise wurden genannt:

- Es wird das Projekt „Bremer Hausbesuche“ des DRK-Kreisverband Bremen e. V., welches auch in Hemelingen aktiv ist, vorgestellt. Das Projekt richtet sich an ältere Menschen, die zuhause leben und unterstützt diese in Fragen rund um das Älterwerden in Bremen. Weitere Informationen sind unter [diesem Link](#) zu finden.
- Es wird auf die Übersichten zu Internetseiten, medienpädagogischen Angeboten sowie Anlaufstellen bei digitaler Gewalt des Projektes „Gesunder Umgang mit Medien im Kindes- und Jugendalter“ hingewiesen. Die Übersichten sind unter [diesem Link](#) zu finden.
- Es wird das Projekt „sana – Bewegung und Lebensfreude im Alter“ vorgestellt, welches ein Kooperationsprojekt des Zentrums für Schule und Beruf und der Dienstleistungszentren des DRK ist. Das Projekt richtet sich an ältere Menschen und veranstaltet u.a. einen Sprachtreff sowie Bewegungsangebote. Weitere Informationen sind unter [diesem Link](#) zu finden.

IMPULSVORTRÄGE

Medienkompetenz bei Kindern und Eltern

EDINA MEDRA, [BLICKWECHSEL E. V.](#)

Das Fachforum wurde mit einem Impulsvortrag zum Thema Medienkompetenz bei Kindern und Eltern eröffnet.

Weiterführende Informationen zu der Thematik des Vortrags sind unter den folgenden Links zu finden:

- [Medien in der Familie - TaskCards](#): Digitale Pinnwand für die Zusammenarbeit mit Eltern
- [Buch „Medienerziehung im Dialog. Nachhaltige digitale Bildung als gemeinsame Aufgabe von Kita und Familie“ | Stiftung Digitale Chancen](#)
- [Startseite - einfach vorlesen!](#): App von Stiftung Lesen

- **BLM - Eltern besser erreichen:** Tipps, wie man Eltern besser erreicht – z.B. mit Eltern-Kind-Nachmittagen oder mit Online-Elternabenden wie Digitaler Familientalk **Elterninfo DIGITALER FAMILIENTALK - Blickwechsel e.V.**
- In Bremen gibt es demnächst eine kostenlose trägerübergreifende Fortbildungsreihe für Kita-Fachkräfte. Infos sind unter dem **Fortbildungsprogramm des Landesinstituts für Schule Bremen** zu finden.

Medienkompetenz bei Jugendlichen

MARKUS GERSTMANN, *SERVICEBUREAU JUGENDINFORMATION*

Es folgte ein weiterer Impulsvortrag von Markus Gerstmann zum Thema „Medienkompetenz bei Jugendlichen“. Die Vortragsfolien sind unter [diesem Link](#) zu finden.

Medienkompetenz bei älteren Menschen

ANJA EHLERS, *DIGITAL-FIT-60+ NETZWERK STADT BREMEN*

Im Anschluss folgte ein weiterer Impulsvortrag von Anja Ehlers zur Medienkompetenz und digitalen Teilhabe bei älteren Menschen.

Unter **DigitalPakt Alter** sind Informationen rund um digitale Teilhabe im Alter sowie Handreichungen und weitere Materialien zum kostenlosen Bestellen oder Herunterladen zu finden. Des Weiteren werden im **neuen BAGSO-Projekt „Digital+Vital“** Informationen für ältere Menschen über digitale Gesundheitsthemen und Schritt-für-Schritt-Anleitungen für die Nutzung digitaler Gesundheitsangebote zur Verfügung gestellt.

Die Präsentationsfolien sind zudem unter [diesem Link](#) zu finden.

Kriminalität in den neuen Medien

DIRK BÜLOW, *POLIZEI BREMEN, LEITER KONTAKTDIENST HEMELINGEN*

Abschließend gab es einen weiteren Impulsvortrag von Dirk Bülow über Kriminalität in den neuen Medien.

Informationen über das Präventionszentrum der Polizei Bremen sind [hier](#) zu finden.

Unter [diesem Link](#) sind Informationen der Polizei Bremen über Cyberkriminalität zu finden und das vorgestellte Video ist unter [diesem Link](#) abrufbar.

Im Anschluss an die Vorträge gab es die Möglichkeit, sich in Kleingruppen tiefergehend mit der Medienkompetenz von einzelnen Gruppen zu beschäftigen: Kinder und Eltern, Jugendliche oder ältere Menschen. Dabei wurden den Gruppen folgende Leitfragen zur Verfügung gestellt, anhand derer sie die Themen diskutieren konnten:

- Welche Erfahrungen macht ihr mit der Dialoggruppe? Was erlebt ihr in der Praxis?
- Was wünscht ihr euch in eurer Praxis/ für Hemelingen? Woran würdet ihr gerne weiterarbeiten?

Die Kleingruppen wurden von Expert:innen der jeweiligen Thematik begleitet. Die Ergebnisse der Kleingruppen werden nachfolgend dargestellt.

Kinder und Eltern

MERLE FLEMMING & ANNIKA RUEF, MEDIENPROJEKT LVG & AFS NDS. HB E. V.

Welche Erfahrungen macht ihr mit der Dialoggruppe? Was erlebt ihr in der Praxis? (Eltern)

- Einstellung der Eltern in Extremen
- gesunde Mischung zu finden (als Vorbild) herausfordernd
- Erreichbarkeit bei Elternangeboten schwierig
- Herausfordernde Kommunikation mit Eltern
- Missbräuchlicher Einsatz von Medien durch Eltern → Belohnung/Bestrafung
- Eltern verlassen sich auf Medienkompetenz der Kinder, um Hilfe zu erhalten
- Im Zweifel keine Regulierung aufgrund von Unsicherheiten
- Schwierige Rahmenbedingungen → herausforderndes Zeitmanagement für Eltern durch Notwendigkeit von Vollzeitarbeit
- Hilflosigkeit und Überforderung allem/n gerecht zu werden → Medieneinsatz als Beschäftigung
- Kein Interesse an dem Thema zu arbeiten
- Unwissenheit von medienbezogenen Interessen (Bsp. Roblox)
- Herausforderung, auf aktuellem Stand zu bleiben

Welche Erfahrungen macht ihr in der Dialoggruppe? Was erlebt ihr in der Praxis? (Kinder)

- Kinder berichten oft von vielen oder gar keinen Medienregeln zu Hause
- Kinder berichten, dass Endgeräte von ihren Eltern als Erpressungsmittel Anwendung finden
- Kinder sind in den Familien oft die Medienexpert:innen und ihre Eltern fragen sie nach Unterstützung

- Eltern beschäftigen Kinder mit Endgeräten, um Termine wahrnehmen zu können und Alltagsnotwendiges zu schaffen
- Kinder bringen Bedarfe/Interessen im digitalen Raum mit, mit denen Eltern erstmal nichts „anfangen“ können (Wunsch Roblox zu spielen etc.)

Was wünscht ihr euch für eure Praxis/ für Hemelingen? Woran würdet ihr gerne weiterarbeiten?

- Herausforderung Eltern zu erreichen
 - Best Practice Modelle?
 - Eltern-Medien Führerschein
- Austeilung Tablets in Schule
 - Aufklärung, Sensibilisierung, Stärkung der Eltern (als Voraussetzung) im Umgang
- Infos für Aktivitäten für Kinder und Eltern mehrsprachig gestalten
- Infos über Aktivitäten durch Schulen verteilen
 - Teilweise zusätzliche Begleitung nötig
- Wunsch nach Schulfach zum Thema Medien
- Umsetzung vom Projekt „Nicht wegschauen“ (sexualisierte Gewalt) ansehen und Umsetzbarkeit für Hemelingen prüfen (Thema Medienkompetenz)
- Projekt „Gesunder Umgang mit Medien im Kindes- und Jugendalter“
 - Workshops in Schule auf nicht GefaS-Schulen ausweiten
- Austesten: Elternangebot zum Thema Medienkompetenz mit gemeinsamer Aktivität verbinden (z.B. Essen, Aktivität mit Kindern)

Jugendliche

TOBIAS WINKLER, FACHSTELLE MEDIENABHÄNGIGKEIT

Welche Erfahrungen macht ihr in der Dialoggruppe? Was erlebt ihr in der Praxis?

- Pos. hervorheben
- Medienkompetenz vs. problematischer Konsum
- Genuss vs. problematischer Konsum
- Jugendkultur!?
- Kooperationen

Genuss:

- Gutes, angenehmes Gefühl, Zufriedenheit
- Vorfreude
- Soz. Aspekt
- Befriedigt die Sinne
- Zustand bleibt oder es wird besser
- Glück
- Bewusst/achtsam
- abstinert von negativen Konsequenzen
→ Missbrauch

Konsum vs. Genuss

- Klaviermodell
- Konsumdiagramm
 - Regeln (für Konsum)
- Konsumskala
 - Bewertung Konsum
- Wissen
- Konsumtagebuch
 - Bildschirmersperrungen
 - Digitales Wohlbefinden

Was wünscht ihr euch in eurer Praxis/für Hemelingen? Woran würdet ihr gerne weiterarbeiten?

- Mädchen/junge Frauen und Konsum
- Beratungsstellen dezentral, Angebote dezentral → solange dies nicht existiert, Schulung des pädagogischen Personals verankert

Ältere Menschen

ANJA EHLERS, *DIGITAL-FIT-60+ NETZWERK STADT BREMEN*

Welche Erfahrungen macht ihr in der Dialoggruppe? Was erlebt ihr in der Praxis?

- Angebote vorhanden (mehr Vernetzung der Projekte/Akteur:innen)
- Anfänger:innen-Fortgeschrittene
- Wie können Menschen erreicht werden? Teilweise schwierig, Bsp. keine Medien vorhanden digital oder analog, Kontakte fehlen
- Leichte Sprache/Mehrsprachigkeit fehlt → aber über Technik sind Sprachbarrieren über den Einstieg möglich (Themenbereiche benennen, schwierige Wörter)
- Technik teilweise nicht vorhanden
 - Nutzung nicht gewollt oder nicht möglich
- Generationswechsel stetig feststellbar
- Strukturell benachteiligte Menschen - wenig Ressourcen
- Wohnortnähe, zentrale Erreichbarkeit
- Schlüsselpersonen - Ämter, Behörden /Pflicht
 - Langfristige Unterstützung für „Menschen mit hohen Bedarfen“
- Mehr Ehrenamt, plus Hauptamt
- Nutzung Räumlichkeiten (kostenlos) barrierefrei

Gemeinsame Abschlussdiskussion & Ausblick

Im Anschluss an die Kleingruppenarbeit sind alle Teilnehmer:innen noch einmal zusammengekommen und es wurde gemeinsam im Plenum auf die Ergebnisse der Kleingruppen geblickt.

Zum Abschluss des Fachforums wurde ein gemeinsamer Blick auf die Themenwünsche für das nächste Fachforum geworfen. Beim nächsten Fachforum wird das Thema „Suchtprävention“ im Fokus stehen.

Das 7. Fachforum „Gesundheit in Hemelingen“ wird am 17. Februar 2027, voraussichtlich von 09:00 bis 13:00 Uhr, in Hemelingen stattfinden.

Interessierte sind in der Planungsgruppe für das 7. Fachforum herzlich willkommen und können sich bei Interesse an die Planungsgruppe wenden unter kgc-bremen@gesundheit-nds-hb.de.

Impressum

Redaktion

Nicole Tempel
Marle Albert

Herausgeberin

Landesvereinigung für Gesundheit und
Akademie für Sozialmedizin
Niedersachsen Bremen e. V.

Schillerstraße 32
30159 Hannover

www.gesundheit-nds-hb.de

Gestaltung

Landesvereinigung für Gesundheit und
Akademie für Sozialmedizin
Niedersachsen Bremen e. V.

Fotos

Titelbild: © Stafееva – AdobeStock

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.

