

Medienkompetenz-Projekt an der Eichwald-Realschule Sachsenheim

Mit dem Präventionsprogramm #lassbewusstmachen vermittelt die IKK classic Schülerinnen und Schülern ein gesundes Verhalten auf Instagram, TikTok und Co

Dresden/Ludwigsburg, 29. Juli 2025. Die 8. Klasse der Eichwald-Realschule in Sachsenheim hat erfolgreich am Präventionsprogramm #lassbewusstmachen der IKK classic teilgenommen. An zwei Projekttagen konnten die Schülerinnen und Schüler viel über den eigenverantwortlichen und achtsamen Umgang mit Instagram, TikTok und Co. erfahren.

„Das Projekt lässt den Schülerinnen und Schülern die Augen öffnen und einige grundlegende Dinge in ihrem alltäglichen Leben bewusst machen. Durch das Projekt erhoffe ich mir, dass meine Schülerinnen und Schüler in Zukunft über ihr Handeln nachdenken und bewusst im Internet unterwegs sind, aber auch mal bewusst das Smartphone weglegen“, so Klassenlehrerin Laura Barth. Vor allem die Mitmach-Aktionen, wie die Bildbearbeitung in den Netzwerken oder auch das Herausfinden des eigenen Nutzerverhaltens, seien für alle Teilnehmenden spannende Momente gewesen.

„Das Präventionsprogramm #lassbewusstmachen ist eine wichtige Initiative zur Medienkompetenz, um die Schülerinnen und Schülern im sicheren und verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Medien zu stärken. Durch Aufklärung und praktische Tipps möchten wir Risiken minimieren und einen bewussten Umgang mit Medien fördern. Mit dem Projekt können wir dazu beitragen, eine sichere und positive Mediennutzung zu gewährleisten“, erklärte Schulleiter Sascha Renner.

Chancen und Risiken bewusst machen

Die Nutzung sozialer Netzwerke kann neben vielen positiven Aspekten auch gesundheitliche Risiken bergen. Cybermobbing, Realitätsverlust und Konsumsucht sind beispielsweise ernstzunehmende Problemthemen, die zu gestörten Selbst- und Körperbildern führen und Krankheiten verursachen können.

„Insbesondere Influencerinnen und Influencer sind auf den verschiedenen Plattformen sehr präsent und haben einen starken Einfluss auf die individuellen Wertvorstellungen und das Selbstwertgefühl von Jugendlichen. In unserem Präventionsprogramm #lassbewusstmachen

setzen die Schülerinnen und Schüler sich mit ihren eigenen Werten, ihrer Selbstwahrnehmung und vor allem mit ihren individuellen Stärken auseinander, um ihr Bewusstsein für einen gesunden Social-Media-Umgang zu schärfen“, erklärt Marion Ebinger. Sie hat als Gesundheitsmanagerin der IKK classic das Projekt vor Ort begleitet.

Flankiert wird das Projekt mit Kurzvideos für Eltern sowie weiteren Modulen, die Lehrende frei in den Unterricht einbinden können.

Informationen und Anmeldung

Klassen der Jahrgänge 8 bis 10 von anderen Schulen, die Interesse an dem kostenfreien zweitägigen Präventionsprojekt #lassbewusstmachen haben, erhalten weitere Informationen unter www.ikk-classic.de/lassbewusstmachen oder direkt von Marion Ebinger (Tel. 07141 9416-45043, E-Mail marion.ebinger@ikk-classic.de).

Das Foto darf im Zusammenhang mit der Pressemitteilung verwendet werden (©IKK classic):

v. l.: Laura Barth, Marion Ebinger, Sascha Renner

Die IKK classic ist mit rund drei Millionen Versicherten die führende handwerkliche Krankenversicherung und eine der großen Krankenkassen in Deutschland. Die Kasse hat rund 7.000 Beschäftigte an 161 Standorten im Bundesgebiet. Ihr Haushaltsvolumen beträgt über 15 Milliarden Euro.

www.ikk-classic.de/presse