



Leonie Lutz © Philipp Behrendt



fit4future – eine Initiative der DAK-Gesundheit und der fit4future foundation

## **EINLADUNG FÜR FAMILIEN: fit4future Kita-Online-Seminar** **Gemeinsam stark im Netz – Kinder sicher begleiten**

Liebe Eltern,

„Ich will aber noch ein Video sehen! Du bist gemein!“ Ist es bei Ihnen auch jedes Mal ein Kampf, wenn Ihr Nachwuchs das Tablet oder Smartphone weglegen soll? Und fragen Sie sich immer wieder, ob und wie Ihr Kindergartenkind digitale Medien überhaupt altersgerecht nutzen kann?

**Wie Sie Ihr Kind beim Umgang mit Medien sicher, altersgerecht und möglichst konfliktfrei begleiten können, erfahren Sie in unserem nächsten Online-Seminar.** Unsere Sprecherin Leonie Lutz ist Redakteurin, Autorin und Social-Media-Expertin – und fit4future-Botschafterin für das Thema „Digitale Medien“. Die Mutter von zwei Töchtern veröffentlichte u. a. das Buch „Begleiten statt verbieten: Als Familie kompetent und sicher in die digitale Welt.“

### **Ein kleiner Einblick: Im Online-Seminar erhalten Sie ...**

- ... Orientierung für einen gesunden, altersgerechten Medienumgang.
- ... alltagstaugliche, realistische Lösungen statt Verbote oder schlechtes Gewissen.
- ... konkrete App-Tipps, Sicherheit bei Geräte- und App-Einstellungen sowie Schutzmaßnahmen.
- ... Ideen für kreative, aktive und pädagogisch sinnvolle Mediennutzung.

Hinweis: Auch Kita-Personal erhält im Seminar Lösungen, Ideen und Tipps für digitale Bildung ohne Stress.

Profitieren Sie von diesen wertvollen Tipps und den anschaulichen Beispielen – inklusive Zeit für Ihre Fragen oder einen Austausch mit anderen Teilnehmenden im Chat. Wir freuen uns auf Sie!

**Datum:** Donnerstag, 19.02.2026  
**16.30-18.00 Uhr**  
**Ort:** Online – Microsoft Teams



SCAN ME

**Bitte melden Sie sich für die Teilnahme über diesen Link oder den QR-Code an.**

**Laden Sie auch andere Eltern ein** – das Seminar ist für alle Interessierten öffentlich zugänglich.

Herzliche Grüße

Dr. Florian Kreuzpointner  
Programmleitung fit4future