

# Flimmerpause



Nächste Woche wird chillig –  
mein Handy macht Ferien

# LUST AUF EIN EXPERIMENT?

Stell dir vor, du planst eine Woche lang deine Freizeit ohne Handy, TV und andere Bildschirmmedien. Du fragst dich: Wie fühlt es sich an, wenn das Handy verstummt? Was vermisse ich auf gar keinen Fall? Was macht mir Spass? Geh auf Entdeckungsreise mit Flimmerpause!

## Mitmachen und Erfahrungen teilen

Handbücher, Daten zu den Informationsveranstaltungen, Tipps und Materialien unter: [www.sucht-praevention.ch/flimmerpause](http://www.sucht-praevention.ch/flimmerpause). Wir beraten Lehrpersonen, Schulsozial- oder Jugendarbeitende, Eltern und alle Interessierten gerne bei der Planung und Umsetzung des Experimentes. Wer seine Flimmerpause-Erfahrungen dokumentiert und einsendet, nimmt an der Verlosung teil.

**Anmeldung und Kontakt:** [flimmerpause@sucht-praevention.ch](mailto:flimmerpause@sucht-praevention.ch)

Simone Rindlisbacher, Projektleitung Flimmerpause

Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland

Telefon 043 399 10 92

