



SMARTPHONE AUS

Leben an

Deine Zeit gehört dir. Hol sie dir zurück.

FÜR SCHULEN · DAS 4-WOCHEN-PROGRAMM

Ein begleitetes Selbstexperiment über vier Wochen.

Für Schülerinnen und Schüler, Eltern und Lehrkräfte gemeinsam. Für einen bewussten und selbstbestimmten Umgang mit dem Smartphone.

Regeln und Verbote haben im Schulalltag ihren Sinn. Unser Ansatz setzt an einer anderen Stelle an: bei **Aufklärung, Bewusstsein und Selbstbestimmung**, mit **klaren, einfachen Mechanismen**, die den Jugendlichen bei der tatsächlichen Umsetzung helfen. Denn niemand wird weniger am Smartphone sein, nur weil es Sinn macht, sondern erst dann, wenn wir Ideen haben, was wir mit unserer gewonnenen Zeit anfangen wollen.

WAS IHRE SCHULE DAVON HAT

Mehr Fokus

Aufmerksamkeit und Konzentration im Unterricht

Mehr Miteinander

echte soziale Interaktion in Klasse und Pause

Ein Partner an Ihrer Seite

in allen Belangen zu diesem Thema

AUF EINEN BLICK



4 Wochen, 10–15 Minuten am Tag

im Unterricht, gemeinsam über Beamer oder Smartboard



Kein Fachwissen nötig

fertiger Leitfaden, 15 Minuten persönliche Einweisung



Für ganze Klassen

inklusive Eltern und Lehrkräfte



Persönlich eröffnet vor Ort

mit einer Auftaktveranstaltung (Kick-off) an Ihrer Schule



Anonym und DSGVO-konform

nur Teilnehmer-IDs, keine Namen

„Das Programm sollte ab der 7. Klasse mit jeder Klasse durchgeführt werden. Auch mir persönlich hat es sehr geholfen.“

– Lehrkraft, anonyme Befragung

„Ich habe TikTok gelöscht und Instagram auf 20 Minuten pro Tag begrenzt. Jetzt habe ich jeden Tag 4 Stunden mehr Zeit.“

– Schüler nach dem Programm

BEKANNT AUS



Deine Zeit gehört dir. Hol sie dir zurück.

info@smartphoneaus-lebenan.de · www.smartphoneaus-lebenan.de

DER ABLAUF AN IHRER SCHULE

Sie bieten den Rahmen. Wir liefern die Inhalte.

Täglich für 10 bis 15 Minuten, gemeinsam über Beamer oder Smartboard. Die einzelnen Aufgaben erfolgen analog. Zu festen Zeitpunkten füllt die Klasse eine kurze, anonyme Reflexion aus.



DAS ÜBERNEHMEN WIR FÜR SIE

Auftaktveranstaltung vor Ort

45 Min.

Wir kommen zu Ihnen und eröffnen das Programm, in einzelnen Klassen oder als Aula-Impuls.

Einweisung der Lehrkräfte

15 Min.

Kurz und klar. Es gibt einen fertigen Leitfaden, Fachwissen ist nicht nötig.

Support während der vier Wochen

4 Wochen

Wir sind durchgehend erreichbar und begleiten Sie als Partner an Ihrer Seite.

DIE MATERIALIEN: SIE MÜSSEN NICHTS VORBEREITEN

Alle Materialien sind fertig vorbereitet: Plakate, begleitende Arbeitsblätter und die persönlichen QR-Blätter für die anonyme Reflexion, nach Jahrgängen und Klassen sortiert. Sie wählen nur, wie Sie die Unterlagen bekommen möchten:

Option 1

Wir bringen alles mit

Wir bringen die gedruckten Unterlagen zum Kick-off mit an Ihre Schule.

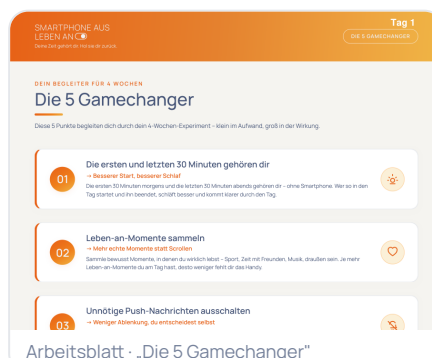
Option 2

Sie drucken selbst

Sie erhalten alle Materialien digital als PDF und drucken sie an der Schule aus.



Auftakt an der Schule



KOSTEN

Transparent und fair.

Einfach kalkulierbar, pro Gruppe und pro Klasse. Es gibt kein 4-Wochen-Programm ohne einen Präsenztermin bei Ihnen vor Ort, denn der persönliche Auftakt ist entscheidend für den Erfolg.

Auftaktveranstaltung (Kick-off)

pro Kick-off, in einzelnen Klassen oder als Aula-Impuls

250 €

je Kick-off

4-Wochen-Programm

pro Klasse, inklusive Eltern und Lehrkräfte

250 €

je Klasse

Anfahrt und Übernachtung

Fahrtkostenpauschale, Hotel nur bei Bedarf nach Beleg

100 €

+ Hotel

Optional: Lehrkräfte-Veranstaltung oder Elternabend

je Termin, auf Wunsch als Ergänzung

250 €

je Termin

BEISPIELRECHNUNG

Mit einem Kick-off in der Aula, zzgl. Anfahrtspauschale 100 € und Hotel nach Beleg.

Umfang	Kick-off	Programm	Summe Programm
5 Klassen	250 €	5 × 250 €	1.500 €
10 Klassen	250 €	10 × 250 €	2.750 €
20 Klassen	250 €	20 × 250 €	5.250 €
30 Klassen	250 €	30 × 250 €	7.750 €

Finanzielle Herausforderungen? Sprechen Sie uns an.

Wir möchten, dass dieses Programm jede Schule erreicht. Wenn das Budget eng ist, finden wir gemeinsam eine Lösung. Melden Sie sich einfach bei uns.

Alle genannten Preise sind Endpreise. Es kommt keine Umsatzsteuer hinzu (Kleinunternehmerregelung nach § 19 UStG).

WAS DAS PROGRAMM BEWIRKT

Ergebnisse aus den Wirkungsberichten von über 10.000 Teilnehmenden in 11 Bundesländern.

-31 %

weniger Bildschirmzeit

-42 %

weniger Aktivierungen

+70 %

mehr Leben-an-Momente

10.000+

Teilnehmende

GUT ZU WISSEN

Die häufigsten Fragen.

Braucht unser Kollegium Fachwissen oder viel Vorbereitung?

Nein. Es gibt einen fertigen Leitfaden und eine Einweisung von 15 Minuten. Fachwissen ist nicht nötig. Die Lehrkräfte führen die Klasse einfach Schritt für Schritt durch die vier Wochen.

Wie steht es um den Datenschutz?

Wir erheben von Schülerinnen und Schülern ausschließlich anonyme Teilnehmer-IDs, keine Namen und keine Klardaten. Die Auswertung dient allein dem Fortschritt der Klasse und ist DSGVO-konform.

Ab welcher Klassenstufe ist das Programm sinnvoll?

Wir empfehlen den Start ab Jahrgangsstufe 7. Ist die Smartphone-Nutzung in Klasse 6 bereits sehr hoch, ist auch ein Start ab Klasse 6 möglich. Für alle Schulformen geeignet.

Was passiert nach den vier Wochen?

Auf Wunsch begleiten wir Sie als „Leben-an-Schule“ weiter, ohne weitere Kosten für das aktuelle Schuljahr: mit monatlichen Challenges und Impulsen, damit die Wirkung nicht nach vier Wochen endet, sondern ganzheitlich im Schuljahr weiterträgt.

Bieten Sie auch andere Themen an?

Ja. Wir beraten Sie gern auch auf dem Weg zu einer möglichen handyfreien Schule und bringen unser Wissen zu allen weiteren Themen rund um einen bewussten Umgang mit dem Smartphone ein.

WIE GEHT ES WEITER?

1 Kurzer Call oder Vorstellung. Wir klären offene Fragen, gern auch in einer Vorstellung in der erweiterten Schulleitung (ESL) oder Dienstberatung (DB).

2 Termin für die Auftaktveranstaltung finden. Wir stimmen Kick-off und Ablauf mit Ihnen ab.

3 Los geht's. Wir liefern alle Materialien, weisen die Lehrkräfte ein und begleiten Sie durch die vier Wochen.

Lassen Sie uns dieses wichtige, für viele Menschen auf so vielen Ebenen lebensverändernde Thema an Ihre Schule bringen.

Melden Sie sich, wir stimmen alles Weitere persönlich mit Ihnen ab.

info@smartphoneaus-
lebenan.de

www.smartphoneaus-
lebenan.de

0155 6155 8595

Deine Zeit gehört dir, und du entscheidest, was du damit machst.