



## Fit fürs Handy Der Handy Guide für Kids und Eltern



Diese Broschüre des **Deutschen Kinderhilfswerkes** ist in Kooperation mit **E-Plus** entstanden.

Das **Deutsche Kinderhilfswerk** setzt sich seit Jahren dafür ein, Kinder darin zu unterstützen, Medien kompetent zu nutzen. Denn Kinder wissen schon sehr gut, welche Medien es gibt und was sie damit machen wollen. Dem Deutschen Kinderhilfswerk ist es daher wichtig, dass Kinder die Vor- und Nachteile der unterschiedlichen Medien wie Fernsehen, Computer, Internet oder Handy kennen lernen, um diese ohne Gefahr und mit viel Spaß zu nutzen.

Das Mobilfunkunternehmen **E-Plus** hat zusammen mit anderen Firmen und vielen Anbietern von Inhalten für Handys eine Regel (der genaue

Titel dafür ist „Verhaltenskodex für Mehrwertdienste der Mobilfunkbranche“) entwickelt, an die sich alle halten müssen, die mit diesen Regeln einverstanden sind und sie unterzeichnet haben.

Neben E-Plus sind das z. B. auch O<sub>2</sub>, T-Mobile und Vodafone. Damit wollen diese Firmen garantieren, dass ihre Angebote für Kinder und Jugendliche sicher sind.

Die Regel ist z. B. dafür da, dass den Nutzern ganz deutlich gemacht wird, wie teuer z. B. SMS, Klingeltöne, Logos oder Spiele sind. Die Preise dafür müssen genau angegeben werden. Außerdem muss für alle klar erkenntlich sein, wann man z. B. ein Abonnement für Klingeltöne bestellt und dass dieses jederzeit wieder kündbar ist.

## Impressum

Deutsches Kinderhilfswerk e.V. – Referat Medien  
Leipziger Str. 116-118 • 10117 Berlin  
medien@dkhw.de • www.dkhw.de

*in Kooperation mit*

E-Plus Mobilfunk GmbH & Co. KG • Abteilung Environment, Health and Safety  
E-Plus-Platz • 40468 Düsseldorf  
jugendschutz@eplus-gruppe.de • www.eplus-gruppe.de

*Autorin* Sandra Ostermann

*Inhaltliche Überarbeitung 2. Auflage* Kai Hanke

*Redaktion/Idee und Konzept* Leo und Lupe Daniela Feldkamp

*Illustration* Thorsten Trantow (Illustration und Comics), Alexander Pierschel (Titelillustration), Marcus Koch (Character-Design)

*Layout* Gabriele Lattke, Journalisten&GrafikBüro

2. Auflage 2009



# Hallo,

wir sind Leo und Lupe. Das hier ist unser Handy Guide. Wir finden Handys total praktisch. Aber wenn man nicht aufpasst, kann man damit auch eine Menge Probleme haben.

Lupe hat z. B. letztes Jahr zu Weihnachten sein erstes Handy geschenkt bekommen. Leider ist er auch prompt auf eine Klingeltonwerbung aus dem Fernsehen reingefallen. Er musste nicht nur den coolen Klingelton bezahlen, sondern war, ohne es zu merken, Mitglied in einem Club geworden, wofür er jede Woche Geld bezahlen musste.

Möchtest du wissen, worauf du achten solltest, wenn du dir ein

Handy kaufst? Oder du hast schon eins und bist schon mal böse von einer richtig hohen Handyrechnung überrascht worden? Oder jemand, den du gar nicht kennst, hat dir eine merkwürdige SMS geschrieben und du wusstest nicht, wie du darauf reagieren solltest?

In unserem Handy Guide findest du viele tolle Tipps, wie du mit deinem Handy günstig telefonieren kannst. Wir zeigen dir, was Handys alles können und wie man sie sicher benutzt.

Viel Spaß mit dem Handy  
wünschen dir

**Leo und Lupe**

# Tipps und Tricks

## vor dem Handykauf

## Erst überlegen, dann kaufen

Bevor du dir ein Handy kaufst, solltest du dir genau überlegen, wofür du das Handy wirklich brauchst und was du damit machen möchtest: Möchtest du damit nur telefonieren oder auch Fotos machen und Musik hören? Je mehr man mit einem Handy machen kann, desto teurer ist meistens das Gerät selber und desto höher wird unter Umständen auch deine Handyrechnung sein.

Neben dem Handymodell musst du dich auch entscheiden, ob ein Handy-Vertrag oder ein Handy mit Guthabekarte (Prepaid) sinnvoller ist. Für beide Möglichkeiten gibt es Vor- und Nachteile:

## Der Handy-Vertrag

Ein Handy kostet doch nichts – so denken viele, wenn sie sehen, dass die neuesten Modelle im Geschäft für wenige Euros angeboten werden. Der Haken daran: Um so ein Handy zu bekommen, muss man erst einen Vertrag abschließen und zahlt so über meist zwei Jahre verteilt jeden Monat für das Handy. Da Verträge aber nur von Erwachsenen abgeschlossen werden können, die mindestens 18 Jahre alt sind, bestehen für Kinder und Jugendliche diese Angebote nicht.



# Tipps und Tricks

vor dem  
Handykauf

## Das Guthaben-Handy

Für Kinder und Jugendliche ist häufig ein Prepaid-Handy die beste Lösung.

Prepaid ist Englisch und heißt „im Voraus bezahlt“. Ein Prepaid-Handy ist also ein Handy ohne Vertrag und ohne monatliche Grundgebühren.

Du kaufst vorab ein Guthaben, genauer einen Aufladecode, den du z. B. über die Tastatur deines Handys eingibst. Dann kannst du solange mit deinen Freunden telefonieren, bis der aufgeladene Betrag verbraucht ist. Je nach Höhe deines Taschengeldes kannst du dir ein

Guthaben kaufen. Auch nachdem das Guthaben aufgebraucht wurde, kannst du auf dem Handy noch angerufen werden. Das ist wichtig, wenn du unterwegs bist und kein Geld zum Aufladen hast. Lasse das Handy also unterwegs auch ohne Guthaben eingeschaltet.



Inzwischen bieten die Mobilfunkunternehmen auch spezielle Services für Kinder und Eltern: Damit kannst du auch ohne Guthaben auf der Karte die Eltern oder eine andere Nummer anrufen oder diese benachrichtigen, wenn es nötig ist. Frag danach, bevor du dich für ein Angebot entscheidest.

ABER MIT SO EINEM HANDY KANNST DU  
BESSER DIE KOSTEN KONTROLLIEREN!  
UND KLEINE KINDER WISSEN, DASS ES  
COOL IST, MEHR TASCHENGELD ZU HABEN!



DANN MÖCHTE ICH  
DOCH EIN KLEINES  
COOLES KIND SEIN!



# Tipps und Tricks

für  
die clevere  
Handy-  
nutzung



## Verantwortung für deine Kosten übernehmen: Dein Handy-Tagebuch

Vor dem erstem Telefonat mit deinem neuen Handy solltest du dir noch überlegen, wie du am besten jeden Monat mit einer festen Summe an Handycosten auskommst. Das geht und ist gar nicht so schwer.

Um ein Gefühl dafür zu bekommen, für welche Telefonate oder andere Dienste du mit deinem Handy Geld aus gibst, ist es sehr spannend, ein Handy-Tagebuch anzulegen.

Das geht und ist gar nicht so schwer. Um ein Gefühl dafür zu bekommen, für welche Telefonate oder andere Dienste du mit deinem Handy Geld aus gibst, ist es sehr spannend, ein Handy-Tagebuch anzulegen.

Besorge dir von deinem Handyanbieter eine Preis-Liste für Telefonate, SMS und das Verschicken von Fotos (MMS). Sieh dir die Angebote von Klingeltönen oder Logos vorher an und notiere dir, wie teuer das Runterladen ist. Dann mach dir für jeden Tag eine Tabelle, wo du alles genau notierst, was du mit deinem Handy gemacht hast und wo du Kosten hättest sparen können. Du kannst auch zusammen mit deinen Freunden Handy-Tagebücher führen und schnell merken, wo Geld gespart werden kann. Von dem gesparten Geld könnt ihr euch dann einen Ausflug oder eine Party gönnen.

### Handy-Tagebuch für die Woche vom ... bis ...

Uhrzeit und Tag der Handy-Nutzung	Dauer & Preis pro Min. für Gespräch oder andere Funktion	Was hast du mit dem Handy gemacht und warum?	Kosten insgesamt	War die Handynutzung wirklich nötig?
Mo, 13.15 Uhr	10 Minuten 1 Minute = 39 Cents	Anna auf dem Nachhauseweg wegen Schulaufgaben angerufen.	3,90 €	Nein, hätte auch von zu Hause mit dem Festnetz anrufen können.
Mo, 17.00 Uhr	2 Minuten	Henrik angerufen wo er bleibt, weil Kinofilm gleich anfängt.	0,78 €	Ja, zum Teil, weil ich alleine vor dem Kino stand und nicht länger warten wollte.
Di, 18.00 Uhr	1,49 € je 5 Tage	Im Fernsehen coolen Klingelton gehört und heruntergeladen.	nach einem Monat 8,94 €	Klingelton ja, aber das Abo war nicht nötig.
Mi, 10.00 Uhr	zwei Fotos verschickt, pro Foto 49 Cents	Anna Fotos von ihrem Schwarm aus der 4b geschickt.	0,98 €	Ein Foto hätte auch gereicht.
<b>Summe</b>	...	...	...	...

## Unser Tipp für den Urlaub

Du hast Ferien und fährst mit deinen Eltern in ein anderes Land. Hast du es gut! Urlaub ist immer super, aber leider nicht, wenn man aus den Ferien kommt und auf einem Berg von Handykosten sitzen bleibt. Ein Handy im Ausland zu nutzen, ist nämlich oft ganz schön teuer. Im Ausland telefonierst du nicht über deinen Handyanbieter aus Deutschland, sondern über eine Firma im Urlaubsland, den sogenannten Roaming-Partner. Dieser Partner vermietet sein Netz gegen eine Gebühr an deinen Anbieter aus Deutschland. Die Tarife zum Telefonieren sind dann sehr teuer. Das gilt sogar auch, wenn du angerufen wirst, weil du nämlich die Gebühren für das ankommende Gespräch im Ausland

selbst bezahlen musst. Besonders das Abhören deiner Mailbox kann ins Geld gehen. Diese schaltest du besser vor dem Urlaub noch zu Hause ganz aus. Im Urlaubsland sind solche Einstellungen nicht mehr möglich.

Deshalb unser Tipp: Benutze zum Telefonieren im Ausland öfter mal eine Telefonzelle, um genau zu sehen, wie viel Geld du vertelefonierst. Die Mobilfunkfirmen bieten aber auch für das Ausland günstigere Preise oder Roaming-Partner an – am besten du informierst dich mit deinen Eltern vor der Abreise auf den Internetseiten oder bei der Kundenhotline deines Anbieters. So bleibt mehr Geld für den Urlaubsspaß.



# Tipps und Tricks

für  
die clevere  
Handy-  
nutzung

## Das „Schloss“ für dein Handy

Verlierst du einmal dein Handy oder sollte es geklaut werden, musst du es sofort von deinen Eltern sperren lassen, damit niemand auf deine Kosten telefonieren kann. Für solche Fälle ist ein Ausweis für dein Handy eine gute Sache, damit du der Polizei genaue Angaben zu deinem Handy machen kannst und diese es vielleicht sogar wiederfindet.

Leg dir einen Ausweis für dein Handy an, in dem du Marke, Modell, Farbe und vor allem die IMEI-Nummer, die du über die Tasten **\*#06#** anzeigen lassen kannst, notierst. (Sie steht meist auch im Handy unter dem Akku auf dem Typenschild.)

## Der geheime Code für dein Handy

Schütze dein Handy auch immer mit einem PIN-Code (eine Geheimnummer, die du beim Einschalten des Handys eingeben musst). Dann kann keiner, der diesen Code nicht kennt, unberechtigt mit deinem Handy telefonieren. Aber Achtung: Allzu einfache Codes, wie deinen Geburtstag, erkennt ein Dieb schnell. Wähle eine Zahlenkombination, die keiner so einfach errät. Notiere sie dir an einem sicheren Ort, wo du sie wiederfindest – aber niemals auf dem Handy.



## Telefonieren ist nicht gleich telefonieren

Telefonieren in fremde Handynetze ist meistens teurer als ein Anruf ins eigene Handynetz. Erkundige dich immer vorher, bei welchem Handybetreiber deine Freunde sind. Die Vorwahl alleine sagt noch

nichts über den Handybetreiber aus, da man die Rufnummer beim Wechsel des Betreibers mitnehmen kann. Die Kosten sind häufig auch von der Uhrzeit abhängig, zu der man telefoniert.



Neben der Notrufzentrale für Polizei, Feuerwehr und Krankenwagen (112) gehören auf jedes Handy die Rufnummern der Eltern, Großeltern oder Geschwister.

## Handys können Leben retten

In Notfällen kannst du jederzeit schnell mit deinem Handy Polizei, Feuerwehr oder Krankenwagen zur Hilfe rufen.

Die Notrufnummer 112 ist in allen europäischen Ländern immer zu erreichen – auch wenn du kein Guthaben mehr aufgeladen hast. Wenn du die Nummer 112 wählst, wirst du mit einer Rettungszentrale in der Nähe verbunden. Notrufe können Leben retten. Deswegen bitte nie mit der Nummer spielen und nur so zum Spaß anrufen. Dadurch werden die Mitarbeiter davon abgehalten, tatsächliche Notrufe anzunehmen. Zudem kann dein Handy mühelos identifiziert werden.

## Mein Handy kann mehr als nur telefonieren

Was es außer telefonieren noch gibt, um per Handy mit deinen Freunden in Kontakt zu bleiben und was dein Handy sonst noch alles kann, erklären wir dir auf den folgenden Seiten.

### Was ist SMS?

Übersetzt heißt der „Short Messaging Service“ „Kurznachrichten-Service“. Damit kannst du kurze Textnachrichten auf ein anderes Handy verschicken. SMS zu versenden (simsen) ist häufig preiswerter als ein Telefonat über Handy. Simsen ist mindestens so beliebt wie telefonieren.

Denke daran, dass eine SMS zwar billiger als ein Telefonat mit dem Handy sein kann, aber ellenlange Absprachen per SMS auch ganz schön ins Geld gehen können. Kostet bei deinem Handyanbieter eine SMS z. B. 19 Cents und du schreibst in einer Woche pro Tag fünf SMS, kostet dich das schon fast 7 € in der Woche bzw. 28 € im Monat allein nur fürs Simsen!



### Achtung Flirt-SMS

Du bist verliebt oder auf der Suche nach der großen Liebe? Dann hast du vielleicht schon einmal von Flirt-SMS gehört.

Da erhältst du eine SMS von einem angeblichen Verehrer oder ein Verehrerin, wirst neugierig gemacht und sollst diese Person zurückrufen. Kennst du die Nummer aber nicht und weißt nicht, wer sich dahinter verbirgt, handelt es sich

meistens um eine so genannte SPAM-SMS, bei der ein Rückruf sehr teuer für dich werden kann. Das erkennst du oft daran, dass die Nummer eine ausländische Vorwahl mit zwei Nullen (00...) am Anfang hat. Antworte nicht und lösche diese Nachrichten sofort. Gib auch niemals deine Handynummer an unbekannte Personen weiter.



## Mit jedem neuem Medium kommt auch neue Technik hinzu

Viele neue Handys verfügen über Dinge wie „Bluetooth“, „Infrarot“ oder „GPRS“. Klingt alles sehr technisch und ein wenig geheimnisvoll. Wir sagen dir, was dahinter steckt.

### Was ist Bluetooth?

Bluetooth ist eine Funktechnologie, mit der man Daten wie Fotos von einem Handy auf das andere oder einen Computer ganz ohne Kabel überspielen kann. Mit Bluetooth kannst du z. B. auch dein Handy kabellos mit einer Freisprecheinrichtung (Headset) verbinden und telefonieren, obwohl das Handy in einer Jacken- oder Handtasche steckt.

### Was ist Infrarot?

Auch mit Infrarot (erkennbar an einem dunklen, halbtransparenten Fenster an einer der Seiten des Handys) können Daten zwischen Handys und anderen Geräten über kurze Entfernungen übertragen werden. Über die Infrarot-Schnittstelle lassen sich Adressbuchdaten, Klingeltöne, Bilder und Videos, Logos und sonstige Inhalte überspielen. Dabei muss eine Sichtverbindung zwischen den beiden Schnittstellen bestehen.

### Was bedeuten „GSM“, „UMTS“, „GPRS“, „WAP“?

GSM steht für „Global System for Mobile Communication“ und bezeichnet die Technik deines Handys. Weltweit nutzen mehr als zwei Milliarden Menschen GSM-Handys.

**UMTS** ist die neueste Mobilfunktechnik und noch nicht so weit verbreitet. Die Buchstaben stehen für „Universal Mobile Telecommunication System“. Durch den neuen Übertragungsstandard können mit UMTS Daten noch schneller übertragen werden. So kann man gleichzeitig telefonieren und z. B. E-Mails empfangen oder im Internet surfen.

Die Technologie **GPRS** („General Packet Radio Service“) wird benötigt, um mit dem Handy Daten zu übertragen. GPRS wird heute von den meisten Handys unterstützt. Anders als beim Telefonieren, wo man minutenweise bezahlen muss, werden bei GPRS die Datenmengen abgerechnet, die gesendet oder empfangen werden. Manche Netzanbieter haben Pauschalen oder günstige Paketpreise für die GPRS-Nutzung.

**WAP** („Wireless Application Protocol“) ist eine Technik zur Darstellung einfacher Internetseiten auf dem Handy-Display (dem „Bildschirm“ deines Handys). Meist sind WAP-Seiten über das Menü des Handys einzustellen. Surfen mit WAP ist nicht umsonst, da hierzu mit GPRS Daten gesendet und empfangen werden. Erkundige dich nach Pauschalen oder günstigen Paketpreisen für GPRS.

# Kosten rund ums Handy

## Klingeltöne, Fotos, Videos, Logos und andere Mehrwertdienste

Mit vielen Handys von heute kannst du nicht nur telefonieren, sondern auch Musik hören, fotografieren, Computerspiele spielen, im Internet surfen oder sogar kurze Filme aufnehmen und mit anderen austauschen. Das macht Spaß, kann aber auch ganz schön ins Geld gehen. Denn wer mehr will, zahlt meist auch mehr. Teuer kann es werden, wenn du nicht nur selbst Bilder und Musik aufnehmen willst, sondern so genannte Mehrwertdienste nutzt. Dies sind z. B. Handylogos, Klingeltöne oder Flirt-SMS, die man mit seinem Handy kaufen oder abonnieren kann. Bezahlt wird mit der Handyrechnung oder dem Guthaben für das Prepaid-Handy.

**MP3:** Musiktitel vom PC auf das Handy übertragen und anhören kostet nichts. Herunterladen aus dem Internet verursacht wieder Verbindungskosten und Kosten für die Titel. Achtung: Die meisten Musiktitel dürfen nicht beliebig kopiert werden!

**Logos, Klingeltöne, Flirt-SMS u.a.:** Kosten Geld für die Angebote und die Verbindungen. Oft erwirbst du auch ein Abonnement, das weitere Kosten verursacht. Abonnements bestehen fort, bis man sie kündigt. Solange wird auch Geld abgebucht – egal ob du das Abonnement nutzt oder nicht. Informiere dich über die Kosten und die Kündigungsmöglichkeiten!

### Was kostet extra?

**Fotos und Videos:** Selber machen kostet nichts, es sei denn, du lädst sie mit deinem Handy aus dem Internet herunter. Das kostet Verbindungsgebühren für die Daten und oft noch eine Gebühr für die Inhalte selbst. Wenn du von dir selbst gemachte Fotos oder Videos mit dem Kabel, der Bluetooth- oder Infrarot-Schnittstelle an ein anderes Handy oder den PC überträgst, kostet das ebenfalls nichts. Bitte beachte, dass Musik und Videoclips von Anbietern nicht frei kopiert werden dürfen.



# Kosten rund ums Handy

## Was ist MMS (Multimedia Messaging Service)

Übersetzt heißt das „Multimedia-Nachrichten-Service“. Wie das Wort Multimedia schon verrät, kann man mit MMS nicht nur Textnachrichten verschicken, sondern auch Töne, Bilder und sogar kleine Filme. Da eine MMS vom Datenumfang her größer als ein Text bei einer SMS ist, ist das Versenden auch teurer. Für die Übertragung von Fotos oder Filmen fallen oft noch weitere zusätzliche Kosten an.

Das Verschicken eines Fotos ist z. B. oft dreimal so teuer wie das Verschicken einer SMS. Erkundige dich, ob dein Mobilfunkanbieter günstige Tarife, wie z. B. Flatrates oder Datenpakete anbietet! Die sind meist günstiger, wenn man viele MMS verschickt und im Internet surft.



Genau wie bei persönlichen Gesprächen oder Briefen solltest du darauf achten, dass du mit deinen Anrufen und SMS niemanden beleidigst oder verletzt. Auch beim Fotografieren oder Filmen mit dem Handy gilt: Heimliche Aufnahmen können andere verletzen und sind deshalb verboten. Bei Aufnahmen von echten oder nur gespielten Gewaltszenen hört der Spaß endgültig auf. So etwas ist durch Gesetze verboten und wird hart bestraft – selbst wenn du die Dinge nicht selbst aufgenommen hast!



# Kosten rund ums Handy

## Klingeltöne und Logos

Täglich wird man im Fernsehen mit Angeboten für schrille und witzige Klingeltöne oder bunte und animierte (sich bewegende) Logos überhäuft. Die Auswahl ist riesig und die Preise dafür meist auch. Bei der Werbung für Klingeltöne und Logos ist dir sicherlich auch schon einmal aufgefallen, dass es immer das sogenannte „Kleingedruckte“ gibt. Hier wird



### Handylogos und Klingeltöne selbst gemacht

Viel kreativer und vor allem günstiger ist es, sich sein eigenes

Handylogo oder seinen eigenen Klingelton zu produzieren. Die sind garantiert umsonst und absolut einzigartig!

Mit der richtigen Computersoftware ist das auch gar nicht schwer. Probiere doch das mal zusammen mit deinen Freunden aus oder schlag es sogar in der Schule für den Kunst- oder Musikunterricht vor.

Tipps zum Selbermachen von Handylogos und Klingeltönen findest du z. B. im Internet unter [www.internauten.de](http://www.internauten.de) oder [www.netzcheckers.de](http://www.netzcheckers.de).

– oft schwer lesbar – erklärt, dass der Abruf eines Logos z. B. pro Minute schon fast 2 € kosten soll. Da du dich aber erst registrieren musst – und das kann richtig lange dauern – kann ein einziges Logo schon bis zu 8 € kosten. Da bleibt von deiner 15 € Guthabekarte nicht mehr viel übrig! Auch Klingeltöne kosten viel Geld und sind dabei meistens von schlechter Qualität. Das Original hört sich im Radio oder auf CD viel besser an, so dass es sich nicht wirklich lohnt, einen Klingelton runterzuladen.



# Kosten rund ums Handy

## Was ist ein Abonnement?

Schließt man ein Abonnement (kurz Abo) ab, verpflichtet man sich, etwas nicht nur einmal, sondern für längere Zeit zu nutzen. Vielleicht kennst du das für Zeitschriften, die man dann für ein ganzes Jahr bestellt oder auch für Theaterkarten.

Gerade bei Handylogos wird oft damit geworben, dass es diese auch kostenlos gibt. Dies ist aber meistens nur der Fall, wenn man dafür ein Abo abschließt, wofür man jeden Monat einen festen Betrag zahlen muss. So ist ein Klingelton also nicht billiger oder gar umsonst, sondern kostet dich jeden Monat Taschengeld.



**Achtung:** Willst du einen Vertrag oder Abonnement abschließen, informiere dich genau über die Kosten und frag vorher immer deine Eltern. Bezahle im Internet niemals mit deinem Handy. Wenn du im Internet aufgefordert wirst, deine Handynummer anzugeben, mache dies auf gar keinen Fall! Es gibt trickreiche Anbieter, die per SMS einen Bezahlcode an dich verschicken und dich mit allerhand Erklärungen auffordern, diesen einzutippen. Wenn du dies machst, kann es passieren, dass von deinem Handykonto bis zu 9,90 € pro Tag (!) abgebucht werden. Also Finger weg von allen fremden SMS, in denen du zu bestimmten Schritten aufgefordert wirst. Falls du eine SMS mit Bezahlcode erhalten solltest, zeige diese zur Sicherheit erst deinen Eltern. In vielen Fällen kann auch die Kundenhotline deines Netzanbieters weiterhelfen.

## Abstimmen übers Handy für deinen Lieblingsstar

Aus dem Fernsehen kennt man Sendungen, wo man per Telefon für seinen Lieblingsstar oder seine Lieblingsband abstimmen kann, das nennt man auch „voting“ (wählen). Geworben wird damit, dass jeder, der mitwählt, tolle Preise gewinnen kann. Meistens sind die Preise aber gar nicht so toll oder man gewinnt sowieso nicht. Außerdem kostet so ein Anruf pro Minute zwischen 49 Cents und 1,89 €. Überlege dir also genau, welcher Lieblingsstar dir diese Ausgabe von deinem Taschengeld wert ist!



# Mobilfunk und Gesund- heit

## Handystrahlung – was ist denn das?

Um diese Frage zu beantworten, muss man sich kurz anschauen, wie Mobilfunk funktioniert.

Das Handy überträgt alle Gespräche und Daten von SMS und MMS mit Hilfe so genannter hochfrequenter elektromagnetischer Wellen an eine Empfangsanlage irgendwo in der Nähe. Diese nennt man auch Basisstation. Diese „Wellen“ kennst du aus dem Alltag oder auch aus der Natur: Auch das Sonnenlicht besteht aus elektromagnetischen Wellen und sie sorgen für Radio- und Fernsehempfang.

Elektromagnetische Wellen, wie sie beim mobilen Telefonieren eingesetzt werden, dringen wenige Zentimeter in den menschlichen Körper ein. Dort wird ihre

Energie aufgenommen und in Wärme verwandelt. Eine solche Wärmewirkung wird man jedoch kaum spüren, da die Energie sowohl der Handys als auch der Basisstationen weit geringer ist als z. B. die eines Sonnenstrahls, der unsere Haut wärmt.

Wie viel Energie ein Handy an den Körper abgibt, kann gemessen werden. Der Wert heißt SAR-Wert. Er wird in Watt pro Kilogramm Körpermasse (Watt/kg) angegeben. Für die Stärke der elektromagnetischen Felder von Mobiltelefonen und Basisstationen gibt es gesetzlich festgelegte Grenzwerte, die vor allen bekannten gesundheitlichen Risiken schützen und somit sicherstellen, dass deine Gesundheit nicht gefährdet wird.



Damit ein Handy funktionieren kann, muss es sich in der Nähe einer so genannte Basisstation des Netzbetreibers befinden. Die Basisstation ist eine Sende- und Empfangsanlage, die in Städten einen Umkreis von wenigen hundert Metern und auf dem flachen Land bis zu einigen Kilometern mit Empfang versorgt. Man erkennt sie an den meist lang gezogenen, rechteckigen Antennen, die auf Dächern oder Masten angebracht sind.



Im normalen Praxisbetrieb werden diese Grenzwerte vom Handy selten ausgeschöpft, da es über eine automatische Leistungsregelung verfügt. Die Felder werden stark reduziert, wenn die Verbindung gut ist.

Zur Frage, ob Mobilfunk-Felder gesundheitlich bedenklich sind, schreibt beispielsweise das Bundesamt für Strahlenschutz ([www.bfs.de](http://www.bfs.de)) als zuständige Behörde, dass die Mehrheit der Wissenschaftler davon ausgeht, dass bei Einhaltung der Grenzwerte keine gesundheitlichen Risiken von Handys und Sendeanlagen zu befürchten sind.

Wer persönlich vorsorglich mehr Sicherheit haben möchte, wählt ein Handy mit einem niedrigen **SAR-Wert** und verwendet, wenn möglich, einen Kopfhörer (Headset). Es gibt diese auch mit der Bluetooth-Funktechnik, die mit extrem schwachen Feldern arbeitet. Man kann dabei das Handy neben sich ablegen und ganz bequem telefonieren, ohne dass die elektromagnetischen Felder auf den Kopf einwirken können. Durch sein Verhalten kann man also viel dazu beitragen, mögliche Risiken zu vermindern.

## Wie nah am Körper sollen Handys getragen werden?

Grundsätzlich gilt: Handys sind für einen Einsatz als Telefon gemacht, die an das Ohr gehalten werden. Dadurch leitet die Antenne die meiste Sendeenergie vom Körper weg und nur ein Teil wird in Richtung Kopf selbst abgestrahlt.



Anders kann dies sein, wenn das Handy am Körper getragen wird und dabei Nachrichten empfängt oder mit einem Headset zum Telefonieren genutzt wird. Dann ist die Antenne oftmals näher am Körper. Doch auch dann, wenn du dir das Handy an einem Band um den Hals hängst oder es in der Hosentasche trägst, werden die Grenzwerte in jedem Fall eingehalten. Im „Standby-Betrieb“ sendet ein Handy – bis auf kurze Signale alle paar Stunden – überhaupt nicht.

Gibt der Hersteller in seiner Bedienungsanleitung einen Sicherheitsabstand für dein Handy an, solltest du diesen auf jeden Fall beachten!

# Tipps für Eltern

## Liebe Eltern,

wir hoffen, mit dieser Broschüre nicht nur Ihr Kind, sondern auch Sie umfangreich über einen kompetenten, sicheren und vor allem kostenbewussten Umgang mit dem Handy zu informieren. Wie bei jedem Medium ist es wichtig, dass Sie sich zusammen mit Ihrem Kind über die Chancen und Risiken der Handynutzung auseinandersetzen. Das Thema Handy ist nicht allein wegen möglicher Kostenfallen, sondern verstärkt auch unter dem Stichwort „Gewaltvideos“ sehr aktuell. Diese Themen sollten ernst genommen werden, ohne jedoch gleich Handys oder ihren Gebrauch durch Kinder in Frage zu stellen. Thematisieren Sie Ihre Fragen auf Informationsabenden und im Freundeskreis. Gleichzeitig sollte aber auch bedacht werden, dass mit jedem neuen Medium neue technische Möglichkeiten in der

Handhabung hinzukommen, die auch stets neue Möglichkeiten für eine kreative Nutzung bieten.

Das Handy ist mittlerweile zu einem Alltagsmedium für viele Kinder und Jugendliche in Deutschland geworden. Sie nutzen es zum Kommunizieren, zum Versenden von SMS oder Fotos, zum Spielen oder zum Herunterladen von Klingeltönen und Logos. Die modernen Handys von heute bieten viele Möglichkeiten, die aber auch Probleme mit sich bringen können.

Lassen Sie sich deshalb genau von Ihren Kindern erklären und zeigen, wofür sie das Handy nutzen und was sie alles auf dem Gerät gespeichert haben. Sprechen Sie mit Ihren Kindern über die Gefahren der Handynutzung und stehen Sie stets als Ansprechpartner zur Seite. Geben Sie Ihren Kindern nicht das Gefühl, dass Sie sie kontrollieren



# Tipps für Eltern

und in die Privatsphäre eindringen wollen, sondern dass Sie offen für ihre Interessen sind – und lassen Sie sich auch einmal von Ihrem Sohn oder Ihrer Tochter etwas erklären, da die junge Generation die neuen Technologien meist viel schneller begreift und anwendet.

Viele Eltern suchen nach einer Möglichkeit, die Sorge um ihr Kind loszuwerden, wenn es mal alleine unterwegs ist. Es gibt verschiedene Angebote von Mobilfunk-Anbietern, die diese Sorge aufgreifen. Sie bieten eine Funktion an, die den Eltern den Standort des Handys ihres Kindes entweder per SMS oder über das Internet mitteilt. Eltern sollten sich dabei bewusst sein, dass sie durch ein Übermaß an Kontrolle ihren Kindern wichtige Freiräume nehmen können. Die Ortungsfunktionen sollten daher nur dann genutzt werden, wenn es

wichtige Gründe für ihren Einsatz gibt.

Scheuen Sie sich auch nicht, Anbieter aus der Mobilfunkbranche nach Jugendschutzmaßnahmen zu fragen. Zeigen Sie Interesse an diesem Thema und geben Sie alle wichtigen Informationen und Tipps an Ihr Kind weiter!

Weitere Informationen und Unterstützung zum Thema finden Sie im Internet auf folgenden Seiten:

- [www.fsm.de](http://www.fsm.de) (Freiwillige Selbstkontrolle Multimedia-Dienstanbieter e.V.)
- [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)
- [www.handysektor.de](http://www.handysektor.de)
- [www.handywissen.info](http://www.handywissen.info)
- [www.izmf.de](http://www.izmf.de) (Informationszentrum Mobilfunk e.V.)
- [www.bfs.de](http://www.bfs.de) (Bundesamt für Strahlenschutz)

Ihr Deutsches Kinderhilfswerk





Deutsches Kinderhilfswerk e.V.

Leipziger Straße 116-118  
10117 Berlin  
Fon: (030) 308 693-0  
Fax: (030) 279 56 34  
dkhw@dkhw.de  
www.dkhw.de

Die Broschüre entstand  
in Kooperation mit

E-PLUS GRUPPE

BASE

e-plus+

simyo

ay yildiz

vybermobile