

17. Dezember 2019

## „Ich bin (nicht) süchtig“ –

### **JUUUPOORT-Scout veröffentlicht Rap-Song zum Thema Handysucht**

Hannover. Kevin Lehmann von der Beratungsplattform [JUUUPOORT.de](http://JUUUPOORT.de) veröffentlicht heute seinen neuen Song „Ich bin (nicht) süchtig“. Mit dem [Musikvideo](#) setzt sich der 19-Jährige für einen bewussteren Handykonsum ein.

Kevin Lehmann engagiert sich als ehrenamtlicher Berater bei JUUUPOORT.de – einer Plattform von Jugendlichen für Jugendliche bei Problemen im Netz. Dort hilft er gemeinsam mit anderen jungen Berater\*innen Gleichaltrigen bei Themen wie Cybermobbing und Datenschutz.

„Ich erwische mich oft, wie ich zum Beispiel während einer Vorlesung am Handy bin und auf Nachrichten antworte, obwohl ich lieber zuhören sollte“, so der Student aus Oldenburg. Mit dem Song möchte Kevin ein Zeichen setzen, den eigenen Umgang mit dem Smartphone kritischer zu hinterfragen. Einen Tipp für alle, die „Digital Detox“ vertragen könnten, hat er auch: „Wenn ich mal eine am Handypause brauche, schalte ich den Flugmodus ein oder das Handy ganz aus. So kann ich keine Nachrichten bekommen und bin dadurch weniger abgelenkt.“

Gemeinsam mit anderen JUUUPOORT-Scouts hat Kevin im November das Video zu dem Song produziert. Gefördert wurde das Projekt durch die Techniker Krankenkasse (TK): „Ein bewusster Umgang mit Smartphones kann helfen, dass Internet und Social Media unseren Alltag nicht dauerhaft dominieren. Dabei unterstützen zum Beispiel Apps, die den Bildschirm für eine gewisse Zeit sperren. Zum Essen und wenn Freunde oder Familie da sind, gehören Smartphones sowieso nicht auf den Tisch“, so Dr. Sabine Voermans, Leiterin des Gesundheitsmanagements bei der TK. Positiv bewertet sie deshalb auch den Trend, dass viele Menschen wieder eine Armbanduhr tragen würden: „So wird man nicht dazu verleitet, sein Smartphone länger als nötig zu nutzen, wenn man nur die Uhrzeit wissen möchte.“

Auch zum Thema Mobbing veröffentlichte Kevin Lehmann bereits einen [Rap-Song](#). Zu diesem wurde eine [Unterrichtseinheit](#) konzipiert, die auf der Plattform JUUUPOORT abgerufen werden kann.

*JUUUPOORT ist eine Beratungsplattform, auf der sich Jugendliche gegenseitig helfen, wenn sie Probleme im und mit dem Internet haben. Ob Cybermobbing, Abzocke, Datensicherheit oder Technik – zu allen diesen Themen können auf JUUUPOORT.de Fragen gestellt werden. JUUUPOORT wurde von der Niedersächsischen Landesmedienanstalt ins Leben gerufen. Getragen wird die Plattform von dem Verein JUUUPOORT e.V., deren Mitglieder neben der NLM folgende Landesmedienanstalten sind: Bremische Landesmedienanstalt, Landesanstalt für Kommunikation Baden-Württemberg, Landesanstalt für Medien Nordrhein-Westfalen, Landeszentrale für Medien und Kommunikation, Medienanstalt Mecklenburg-Vorpommern, Medienanstalt Sachsen-Anhalt.*

Pressekontakt: Lennart Sörnsen

Telefon: 0151 – 28729757

E-Mail: [presse@juuuport.de](mailto:presse@juuuport.de)

Instagram: [www.instagram.de/juuuport](http://www.instagram.de/juuuport)

YouTube: [www.youtube.com/juuuportde](http://www.youtube.com/juuuportde)

Facebook: [www.facebook.com/juuuport](http://www.facebook.com/juuuport)

Twitter: [www.twitter.com/juuuport](http://www.twitter.com/juuuport)