



### Veranstaltungsort

Das DEGGINGER  
Wahlenstraße 17 /  
Tändlergasse 18 (Passage)  
93047 Regensburg

### Parkmöglichkeiten

Falls Sie mit dem Pkw kommen, nutzen Sie bitte die umliegenden Parkhäuser.

### Veranstalter

Bayerische Landeszentrale für neue Medien (BLM)  
Heinrich-Lübke-Straße 27, 81737 München

### Organisation und Kontakt

Tanja Nagel, events@blm.de

### Anmeldungen

Anmeldungen bitte über [www.medienpuls-bayern.de](http://www.medienpuls-bayern.de)  
oder an: [events@blm.de](mailto:events@blm.de).

Der Eintritt ist kostenlos.

Kooperationspartner



**BLM**  
Bayerische  
Landeszentrale für  
neue Medien

Mediengespräch  
Regensburg

30. Januar 2018  
19:00 Uhr

Veranstaltungsort:  
Das DEGGINGER  
Regensburg

Bild: fotolia.de - lassedesigner | Karte: openstreetmap.org | Gestaltung: Mellion Design GmbH

Smartphone:  
Zwischen  
Helfer und  
Stressfaktor

## Smartphone: Zwischen Helfer und Stressfaktor

### Sehr geehrte Damen und Herren,

vor etwa zehn Jahren kamen die ersten Smartphones auf den Markt. Heute ist ein Leben ohne sie unvorstellbar. Das Smartphone ist zu unserem festen Wegbegleiter geworden: 55 Mal am Tag nutzen wir laut einer Studie der Universität Bonn Smartphone-Funktionen, alle 18 Minuten schicken wir WhatsApp-Nachrichten oder Mails, surfen oder telefonieren wir. Smartphones sind persönliche Assistenten, sie halten das Wissen der Welt jederzeit bereit, sie sind Fotoapparate, Videokameras und Kompass. Sie sind ungemein praktisch und fördern die Flexibilität im Beruf und in der Freizeit, können aber auch zum Stressfaktor werden und unsere Gesundheit gefährden.

Es verschwimmen die Grenzen von Privatem und Beruflichem, zwischen Notwendigem und Zeitvergeudung. Für viele wächst der Druck, sich per Social Media selbst zu inszenieren. Kann virtuelles Dabeisein zum Ersatz für echte Nähe werden? Oder verlieren wir durch den ständigen Blick aufs Handy den Blick für die Realität? Sind alle Jugendlichen und Erwachsenen, die das Handy vor lauter Angst, etwas zu verpassen, nicht mehr zur Seite legen können, suchtgefährdet? Was ist zu tun, um hier das Gleichgewicht wieder herzustellen bzw. zu wahren?

Mit diesen und weiteren Fragen beschäftigt sich das Mediengespräch Regensburg am 30. Januar 2018 im Regensburger Degginger. Die Veranstaltung wird organisiert und durchgeführt von der Bayerischen Landeszentrale für neue Medien (BLM). Partner sind die lokalen Radio- und Fernsehsender.



SIEGFRIED SCHNEIDER  
Präsident der BLM

Dienstag

30.01.2018

Das DEGGINGER  
Wahlenstraße 17/  
Tändlergasse 18  
Regensburg

19:00

#### Grußwort

■ **Siegfried Schneider** Präsident der Bayerischen Landeszentrale für neue Medien (BLM), München

19:10

#### Einführung „Im digitalen Dauerstress“

■ **Dr. Volker Busch** Facharzt für Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie an der medbo Universitätsklinik Regensburg

19:40

#### Podiumsdiskussion

- **Eva Maria Faltermeier** Blogautorin, Social Media Managerin, Mitarbeiterin Presse- und Öffentlichkeitsarbeit bei der Stadt Regensburg
- **Prof. Dr. Berthold Langguth** Chefarzt Zentrum II und Psychiatrische Institutsambulanz, medbo Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Regensburg
- **Michael Schwägerl** Vorsitzender des Bayerischen Philologenverbandes, Verband der Lehrer an Gymnasien und Beruflichen Oberschulen, München
- **Verena Weigand** Bereichsleiterin Medienkompetenz und Jugendschutz, Bayerische Landeszentrale für neue Medien (BLM), München

#### Moderation

- **Martin Lindner** Redaktion Wirtschaft TVA Ostbayern
- **Anja Stubba** Redaktionsleitung, Das neue charivari

**Anschließend Fragerunde und Imbiss**