**Flimmerprotokoll**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Name: | Klasse: | | |
| Tagesprotokoll vom………………………………. | | | |
| Von … bis | **Tätigkeit** | **Zeit am Bildschirm**  (TV, PC, Handy, etc.) | **Zeit ohne Bildschirm**  (Sport, Ausflüge, Freunde, etc. Achtung: Schlafen gilt hier nicht!) |
| Beispiel:  7.30 bis 8.00 Uhr | Frühstücken |  | 30 Minuten |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| **Total Minuten mit und ohne Bildschirm** | |  |  |