



“Anne, cep telefonunu kullanabilir miyim?”

3-6 YAŞ ARASI ÇOCUK SAHİBİ
EBEVEYNLER İÇİN 10 İPUCU

İş birliği:



FRAUENHAUS-
KOORDINIERUNG e.V.



Bilgi kaynakları

www.klicksafe.eu/tr/medienerziehung *

klicksafe, çocuk ve gençlerin kullandığı popüler uygulama ve servisler hakkında bilgi verir. Ebeveynler burada medya araçları eğitimi ile ilgili sorulara yönelik yanıt ve öneriler bulabilir.

www.elternguide.online

Elternguide, ebeveynlere rehberlik ederek çocuklarını medya araçları konusunda eğitirken onlara destek olur.

www.internet-abc.de/eltern

İnternet ABC web sitesinin ebeveynler için hazırladığı bölümde, çocuklarınızı internete güvenli bir şekilde nasıl hazırlayabileceğinizle ilgili birçok faydalı ipucu yer alır.

www.medien-kindersicher.de

Bu web sitesi, çocuklarınızın kullandığı cihazlar, uygulamalar ve servisler için teknik güvenlik çözümleri hakkında bilgilendirir.

www.schau-hin.info

Ebeveynler SCHAU HIN web sitesinde medya araçları eğitimiyle ilgili pek çok bilgiye ulaşabilirler.

* klicksafe websitesinin Türkçe dil seçeneğine buradan erişebilirsiniz:

www.klicksafe.eu/tr

Yardım ve tavsiye

www.nummergegenkummer.de

“Nummer gegen Kummer” çocuklar, gençler ve ebeveynler için anonim ve ücretsiz telefon danışmanlığı sunar. Ayrıca, çocuklar ve gençler e-posta yoluyla da danışmanlık alabilirler.

www.bke.de

Federal Eğitim Danışmanlığı Konferansı (bke), Almanya Federal Cumhuriyeti'ndeki eğitim ve aile danışmanlığı konusunda uzman bir kuruluştur.

Şikayet bildirme merkezleri

İnternette karşılaştığınız sorunlu içerikleri buradan bildirebilirsiniz:

www.jugendschutz.net

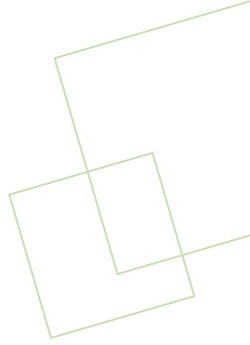
jugendschutz.net , çocukların ve gençlerin internet ortamında korunmasına yönelik federal ve eyalet düzeyindeki ortak uzmanlık merkezidir.

www.internet-beschwerdestelle.de

Bu platform, eco İnternet Endüstrisi Derneği (eco – Verband der Internet-Wirtschaft e. V.) ve FSM Multimedya Hizmet Sağlayıcıları Gönüllü Denetim Derneği'nin (Freiwillige Selbstkontrolle Multimedia-Diensteanbieter e. V.) ortak bir projesidir.

- 1 ▪ Birlikte geçirdiğiniz zamanın **tadını çıkarın**
- 2 ▪ Çocuğunuza **iyi bir örnek** olun
- 3 ▪ Cihazları **çocuklar için güvenli** hale getirin
- 4 ▪ Az ama **kaliteli uygulamalar** tercih edin
- 5 ▪ **Yaş sınırlamalarına** dikkat edin
- 6 ▪ YouTube ve benzeri platformları **çocuk bakıcısı gibi kullanmayın**
- 7 ▪ **Çocukların fotoğraflarını** internete yüklemeyin
- 8 ▪ **Uyarı işaretlerine** dikkat edin
- 9 ▪ **Tartışma anlarında sakın kalın**
- 10 ▪ **Birlikte eğlenmeye** zaman ayırın

10



**Ebeveynler
için dijital
medya
araçlarını
doğru
kullanma
önerileri**

Birlikte geçirdiğiniz zamanın keyfini çıkarın

ocuğunuzla oynarken cep telefonunuzu bir kenara koyun ve tüm dikkatinizi ona verin. Bu zel anları çok yakında zleyeceksiniz.

Ne yapabilirsiniz?:

- 1 | Telefon, tablet veya bilgisayar kullanırken hem iş hem de vakit geçirmek amaçlı net zaman dilimleri belirleyin.
- 2 | Bilinçli olarak telefon molaları verin. Örneğin, birlikte akşam yemeğinin tadını çıkarın ve çocuklarınızın gün boyu neler yaptıklarını dinleyin.
- 3 | Ailenize, arkadaşlarınıza veya iş arkadaşlarınıza önceden haber vermek faydalı olabilir: "Bugün bana 20.00'den sonra ulaşabilirsiniz!"



Çocukların ilgiye ihtiyacı var

Çocuklar kum havuzunda oynarken ebeveynlerin telefonlarına baktıklarını görmüşsünüzdür. Bu, Almanya'da oyun parklarında sıkça rastlanan bir durum.

ABD'de yapılan araştırmalara göre, ilgisiz bırakılan çocuklar daha çabuk hayal kırıklığına uğruyor, daha hareketli hale geliyor veya öfke nöbetleri geçiriyor.

Kaynak: www.nature.com/articles/s41390-018-0052-6

“Evdeyken telefonumu bir kenara bırakmakta zorlanıyorum.

Serbest çalışıyorum, bu yüzden sabit çalışma saatlerim yok.

Aklım sürekli işte olduğu için 3 yaşındaki oğlum artık benimle oynamak istemiyor.

O an bu işin böyle yürümeyeceğini anladım.

Artık telefonumu başka bir odaya koyuyorum!”

Anna,
dil okulu müdürü ve bir anne.

Babam attığım golü görmedi çünkü sürekli telefonuna bakıyordu.

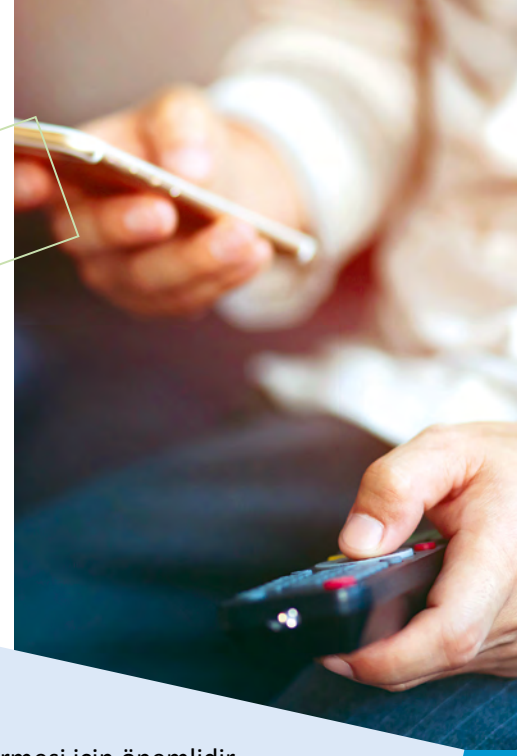
Çocuğunuza iyi bir örnek olun

Çocuğunuz sizden ne görürse onu öğrenir ve yaptıklarınızı taklit eder. Çocuğunuza, sıkıldığında telefon veya diğer dijital araçları kullanmadan nasıl vakit geçirilebileceğini gösterin.

2

Ne yapabilirsiniz?:

- 1 | Sıklık, çocukların hayal gücünü geliştirmesi için önemlidir. Çocuğunuzun can sıkıntısıyla başa çıkmasına yardımcı olun ve hemen bir etkinlik bulmaya çalışmayın.
- 2 | Eğer can sıkıntısı gerçekten dayanılmaz hale gelirse birkaç öneride bulunun!



“Anne, canım sıkılıyor!”

Evde yapabileceğiniz etkinlikler:

- Birlikte kitap okuyun
- En sevdiği oyunu birlikte oynayın
- Birbirinize hikayeler anlatın

Dışarıda yapabileceğiniz etkinlikler:

- Doğada yürüyüş yapın ve hayvanları gözlemleyin
- Su parkına gidin
- Bisiklet turu yapın

Restoranda yapabileceğiniz etkinlikler:

- Peçetelerden şekiller kesin
- Bardak altlıklarından ev yapın
- Peçeteleri ilginç şekillerde katlayın

Not:

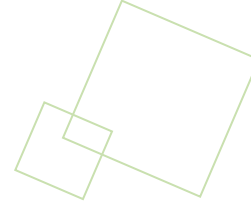
İşiniz gereği ekran başında vakit geçirmeniz gerekebilir. Ancak çocuklarınız iş ve eğlence arasındaki farkı anlamakta zorlanabilir. Bu nedenle ebeveynlerinin evde telefon veya bilgisayarlarıyla neden bu kadar çok vakit geçirdiklerini anlayamayabilirler.

“Benim de bazen mola vermeye ihtiyacım oluyor! Molalarımıda Instagram’da gezinmeyi ve video izlemeyi seviyorum. Eskiden kızım sıkılmasın diye ona çizgi film açıyordum ama sonra kapatma zamanı geldiğinde hep sorun yaşıyorduk. Şimdi birlikte kitap okuyoruz. Bu, benim için de dinlendirici oluyor.”

Anouk, 3 yaşında bir kız annesi ve telefon kullanmayı seviyor.

Annemle babam sıkıldıklarında sürekli dizi izliyorlar. Ben de telefonla oynamak istiyorum.

Cihazları çocuklar için güvenli hale getirin



Çocuğunuzun kullandığı tüm cihazları yaşına uygun şekilde ayarlayın. Kendi cihazlarınız için de aynı özeni gösterin.

3

Ne yapabilirsiniz?

- 1 | Telefonunuzdaki reklamlar size yöneliktir, çocuklarınıza değil. Ancak bu reklamlar çocuklarınız için uygun olmayabilir.
- 2 | Çocuklar farkında olmadan sohbetlerinizi okuyabilir, başka içeriklere erişebilir veya rehberinizdeki kişileri arayabilir. Sohbetlerinizi parolalarla koruyun. (WhatsApp'ta "Sohbet Kilidi" kullanabilirsiniz.)



Cihazlarınızı güvenli hale getirmek için yardım alın!

Cihazlarınızı çocuklar için nasıl güvenli hale getireceğinizi ayrıntılı olarak şu adresten öğrenebilirsiniz:

→ [medien-kindersicher.de](https://www.medien-kindersicher.de)

Kolay anlaşılır dil seçeneği de mevcut!

Her istediğimi yapamıyorum
ama fotoğraflara bakabilirim.

*“Reklamların bu kadar sorun olabileceğini bilmiyordum.
Ta ki 5 yaşındaki oğlum, korku temalı bir oyunun reklamını
görünceye kadar. İkimiz de şok olmuştuk. Şimdi daha dikkatliyim.
Çocuğum sadece çevrimdışı ve reklamsız oyunlar oynayabiliyor.”*

Chris, 5 yaşında bir çocuk babası,
dizi ve korku filmleri izlemeyi sever.



Az ama kaliteli uygulamalar tercih edin

İyi uygulamalar sadece eğlenceli olmakla kalmamalı, aynı zamanda çocuğunuzun kişisel bilgilerini ve mahremiyetini de korumalıdır. Ücretli uygulamalarda kişisel verilerin kötüye kullanımı ve reklam olasılığı daha düşüktür.

Sadece izlemek sıkıcı. Bir şeyler yapmak ya da oyun oynamak istiyorum.

4

Ne yapabilirsiniz?

- 1 | Özellikle 3-6 yaş arası çocuklar için öğretici dijital oyunlar iyi bir çözüm olabilir. Dijital medyayı bir şeyler öğrenmek; kutu oyunları ve oyuncakları ise zaman geçirmek için kullanabilirsiniz.
- 2 | Çocuklara yönelik uygulamalara şu adreslerden erişebilirsiniz:
 - tommi.kids/kindersoftwarepreis
 - studioimnetz.de/apps-kinder



Görsel: Hal Gatewood/Unsplash

“Anne, canım sıkılıyor!”

Çocuğunuz tek başına oynarken yapabileceği aktiviteler:

- Tuvalet kağıdı rulolarından el işi yapmak
- Bir mandala boyamak
- Sevdiği bir oyun ya da kitaptaki karakter gibi giyinmek ve rol yapmak
- Sesli kitap dinlemek
- Dans öğrenmek
- Sevdiği oyuncakçı ile evcilik oynamak

Kaliteli uygulamaların özellikleri:

- Çocukların gelişimine katkı sağlar.
- Reklamsızdır.
- Çevrimdışı kullanılabilir.
- Güvenlidir: Çocuğunuzun yaşına uygun içeriğe sahiptir, sürpriz maliyetler yoktur, ve kullanım süresi sınırlandırılabilir.

Daha fazla bilgi için: → klicksafe.eu/tr/apps

“Eskiden iyi uygulamaların ücretsiz olması gerektiğini düşünürdüm. Ama şimdiden birkaç tane satın aldım.

Çok pahalı değiller.

Ayrıca daha az reklam gösteriliyor.”

Leila, 4 yaşında öğrenme oyunlarını seven bir kız çocuğu annesi.

Yaş sınırlamalarına dikkat edin

Oyun, film ve dizilerdeki yaş sınırı işaretlerini dikkate almak gerekir.

Bu işaretler çocuğunuzu uygunsuz içeriklerden korur.

Ancak yaş sınırı işaretleri her zaman içeriğin çocuklar için yararlı veya eğitici olduğu anlamına gelmez.

5

Bu da ne!
Çok korkunç!

Ne yapabilirsiniz?

- 1 | Eğer çocuğunuz korkutucu bir içerikle karşılaşrsa yanında olup ona destek olun.
Korkularını ciddiye alın ve onu anlamaya çalışın.
- 2 | Korkutucu bulduğu şeyler hakkında çocuğunuzla konuşun.
- 3 | Büyük çocuklarınızla küçük kardeşlerini uygunsuz içeriklerden nasıl koruyabileceklerini konuşun.
- 4 | Bilgisayar oyunları için → spieleratgeber-nrw.de adresindeki önerilere, filmler ve diziler için → flimmo.de web sitesine göz atın.



Görsel: CC-BY 4.0 Service National de la Jeunesse (BEE SECURE)

“Hiç kolay değil! Kızım her zaman abisinin yaptığı şeyleri yapmak istiyor. Artık belirli oyunları kız kardeşi yokken oynayacağı konusunda anlaştık.”

Mehmet, 11 ve 5 yaşında iki çocuk babası.

Avrupa PEGI sistemi, bilgisayar, konsol ve online oyunlar için yaş sınırlarını belirler.



Bu oyun, 3 yaş altı çocuklar için uygun değildir.



Oyun korkutucu içerikler barındırıyor olabilir.

Daha fazla bilgi için: → pegi.info/de

Almanya'da dijital oyunlar, ek olarak **USK işaretleri** ile yaş gruplarına göre sınıflandırılır.



İçerik yaş sınırlaması olmadan yayınlanmıştır.

Daha fazla bilgi için: → usk.de

Filmler ve diziler Almanya'da **FSK işaretleri** ile sınıflandırılır.



İçerik yaş sınırlaması olmadan yayınlanmıştır.

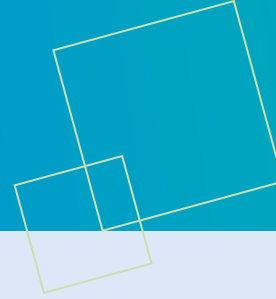
Daha fazla bilgi için: → fsk.de

Bazı uygulama mağazalarında oyunlar için farklı yaş sınırlamaları vardır.

Bu sınırlamalar, burada belirtilenlerden farklı olabilir.

YouTube ve benzeri platformları çocuk bakıcısı gibi kullanmayın

Çocuğunuzun tek başına dizi veya video izlemesine izin vermeyin. Masum görünen çocuk dizilerinde bile onları korkutacak ya da rahatsız edecek sahneler olabilir.



6

Ne yapabilirsiniz?:

- 1 | Ara sıra ekran başında vakit geçirmek sorun değildir. Ancak YouTube çocuklar için ideal bir platform olmayabilir. YouTubeKids uygulaması, çocuklar için daha uygun içerikler sunar. Daha fazla bilgi için:
→ klicksafe.eu/tr/youtube
- 2 | ZDFchen veya WDR'nin çocuklar için hazırlanan programları gibi reklamsız içerikleri tercih edin.
- 3 | Yetişkin profilleri şifrelerle koruyarak dijital platformlarda çocuk profilleri kullanın.
- 4 | Sesli kitaplar gibi alternatif çözümler deneyin. Bu tür içerikler, çocukların hayal gücünü geliştirir ve oyun oynamaya olanak sağlar.



Görsel: amca/pikabay

Bir anda ekranda korkunç
bir palyaço belirdi,
oysa çok farklı bir şey
izliyordum!

Ekran başında geçirilen zaman

0–3 Yaş:

- Ekran kullanımını mümkün olduğunca az tutun. Bunun yerine resimli kitaplar, sesli hikayeler veya şarkılar tercih edin.

3–6 Yaş:

- Çocuğunuzun, her gün olmamak kaydıyla, günde en fazla 30 dakika ekran başında geçirmesine izin verin.
- Çocuklarınızı yalnız bırakmayın.
- İlgi alanlarına yönelik yaşına uygun içeriklere yöneltin. Örneğin: eğitici, öğretici ve eğlenceli kısa videolar
- Ancak bu videoları uyumadan önce izletmeyin.

Kaynak: Alman Sosyal Pediatri ve Ergen Tıbbi Derneği e.V.

“Yalnızken çocuğuma dikkat etmekte zorlanıyorum.

Onu her zaman kontrol edemiyorum.

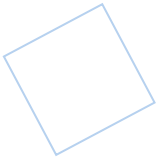
YouTube'un otomatik oynatma özelliği bazen işime yarıyor.

Ancak çocuğumun yaşına uygun olmayan videolara denk geldiği oldu.

Artık daha çok sesli kitaplara yöneliyoruz.

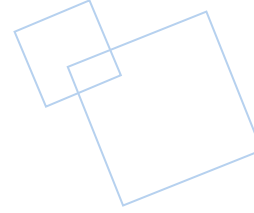
Oğlum böylece oyun oynamaya da devam edebiliyor.”

Kyra, 5 yaşında bir çocuk annesi.



Çocukların fotoğraflarını internete yüklemeyin

Çocuklarınızın fotoğraflarını ailenizle paylaşmak için güvenli bulut hizmetlerini kullanın.
Eğer çocuğunuz fotoğrafının çekilmesini istemiyorsa isteklerine saygı gösterin.
Daha büyük çocuklarınızın fotoğraflarını başkalarına göndermeden önce mutlaka onlardan izin alın.



Ne yapabilirsiniz?

- 1 | Çoğu ebeveynin kendi çocukluk fotoğrafları internette yok.
Bu yüzden kendinize şu soruyu sorun:
Ben çocukken böyle bir şey ister miydim?
- 2 | Küçüklüğünüzde çocukluk fotoğraflarınızın internette açıkça paylaşıldığını bilseydiniz bu size nasıl hissettirirdi?
- 3 | Utandırıcı ya da (yarı) çıplak çocuk fotoğrafları internete yüklenmemeli.
Bu fotoğrafları kimlerin göreceğini ya da yayacağını asla bilemezsiniz!



Ve şimdi, 10 yıl sonra, herkes benimle dalga geçiyor.

Faydalı siteler

Alman Çocuk Vakfı'nın, **#DenkenFragenPosten** (**#DüşünSorPaylaş**) kampanyası, çocukların fotoğraflarını nasıl sorumlu bir şekilde paylaşabileceğinizi anlatıyor:
→ dkhw.de/kinderfotos-im-netz

Kaynak önerisi:

→ klicksafe.eu/tr/materialien/zu-nackt-fuers-internet



“Aile fotoğrafi çekerken bazen ocuğumun 'hayır' demesini gormezden geliyorum. Çünkü ertesı gun fikrini değıştirip fotoğrafta olmadığı için zulebiliyor.

Ama diğer zamanlarda mutlaka ondan izin alıyorum.

Oğlumun fikrine önem veriyorum.”

Luisa, 10 yaşında bir ocuk annesi.

Uyarı işaretlerine dikkat edin

Çocuğunuza online oyun oynarken ya da video izlerken ne zaman dur demelisiniz?

Çocuğunuzun huzursuz ve yorgun olduğunu hisseder veya bunaldığını fark ederseniz müdahale etmeniz gerekir!

Çocuğunuzun duygularını anlamasına yardımcı olun.

8

Ne yapabilirsiniz?

- 1 | İyi uygulamalar ve oyunlar dikkat çekici olabilir. Bu yüzden çocuğunuzun bırakmakta zorlanması normaldir. Ama bu her zaman bağımlılık anlamına gelmez!
- 2 | Çocuğunuzun düzenli egzersiz yapmasına, uykusunu almasına ve ekran olmadan da mutlu olmasına özen gösterin.
- 3 | Dijital oyunlar bazen günlük hayatın stresinden kaçmak için kolay bir yol olabilir. Çocuğunuzun rahatlatıcı başka aktiviteler bulmasına yardımcı olun.





Ekran başında vakit geçirmek yerine ne yapılabilir?

Evde yapılabilecek aktiviteler:

- Hareketli oyunlar oynayın (örneğin, yıldız toplama, timsah gibi yerde sürünme)
- İki hayvan arasında bir konuşma canlandırın
Örneğin, ördek ayıyla nasıl konuşur?
- El işleri yapın
- Kostümler giyin veya favori oyun karakterini taklit edin
- Saklambaç oynayın
- Yapboz yapın, kart ya da masa oyunları oynayın

Bir oyunu gerçekten çok seviyorsam, tuvalete bile gitmek istemiyorum!

“Başlangıçta yeni bir oyuna başlayınca bunun normal olduğunu düşünüyordum. Ancak çocuğum çok huzursuz ve sinirli biri oldu. Bu duruma müdahale etmem gerekti ve bir karar verdim. Artık haftada bir kez oynamasına izin veriyorum. Ve bu yöntem çok iyi işe yarıyor! Başta biraz zorlandı ama şimdi alıştı.”

Paula, 5 yaşında bir çocuk annesi.

Tartışma anlarında sakin kalın

Çocuğunuza neden bazı medya içeriklerini izleyemeyeceğini ve bazı cihazları kullanamayacağını açıklayın.

Çocuğunuz medya kullanımına dair kuralların neden gerektiğini anlamalıdır.

9

Ne yapabilirsiniz?

- 1 | Aile içi tartışmalara son vermek için çocuğunuzla, internet kullanma saatleri konusunda önceden net kurallar koyun.
- 2 | Eğer tartışma çıkarsa yaşadığınız anlaşmazlıkları birlikte çözün.
- 3 | Unutmayın:
Çocukların dijital ortamda bulunurken kurallara ihtiyacı var.
Bazen katı davranmanız gerekebilir.



Gözetil: CC-BY 4.0 Service National de la Jeunesse (BEE SECURE)

Bu hiç adil değil! Neden bunu yapmama izin yok?!

Yardıma mı ihtiyacınız var?

Bu numaradan **Nummer gegen Kummer** ebeveyn yardım hattını arayın:

0800 1110550 veya

şu web sitesini ziyaret edin

→ nummergegenkummer.com

Medya kuponları (Medien-Gutscheine), medya kullanımını düzenlemek ve ekran süresiyle ilgili tartışmaları önlemek için yardımcı olabilir:
→ klicksafe.eu/tr/materialien/mediengutscheine

*“Bu tartışmalardan çok yoruldum!
Hep telefon yüzünden tartışıyoruz.
Hem ben hem de çocuklar arasında oluyor bu.
Artık net kurallar koyduk.
Telefonda vakit geçirmeleri için saatler belirledik
ve yemeklerde, ortak etkinliklerde ya da uyku
öncesinde telefonlar kapalı.”*

Milan, üç çocuk babası,
evden çalışıyor.

Birlikte eğlenmeye zaman ayırın

Unutmayın:

Medya araçları kullanmak, aile içinde tartışma konusu olmamalı, keyifli bir aktivite olmalı!

Çocuğunuzla birlikte dijital dünyayı keşfedin.

Böylece çocuğunuzun internette nelerle ilgilendiğini daha yakından takip edebilirsiniz.

10

Ne yapabilirsiniz?

- 1 | Çocuklarınızın dünyasına dahil olun, birlikte çevrimiçi deneyimler edinin ve bunlar hakkında konuşun.
- 2 | Ortak vakit geçirmeye ne kadar erken başlarsanız o kadar uzun süre devam ettirirsiniz.
Bu, birlikte kitap okuma ya da el işi yapma gibi çevrimdışı etkinlikler için de geçerli.
- 3 | Dijital ortamda vakit geçirmek için aile içinde düzenli bir program oluşturabilirsiniz.



Ekran başında yan yana

Birlikte yapabileceğiniz aktiviteler:

- Filtreler, emojiler veya çıkartmalarla çevrimiçi giyinme oyunu oynayın
- Eğitici bir oyun deneyin
- Birlikte bir video çekin
- Tablet üzerinde parmağınızla çizim yapın
- Zil sesi besteleyin
- Birbirinizin fotoğraflarını çekin
- Günlük hayatta da faydalı olan kronometre veya harita gibi araçları kullanın
- Dışarı çıkıp bir uygulama ile bitkileri tanıyıp sınıflandırın

Birlikte oynarken
gerçekten çok
eğlendik!

“Benim için bu cihaz bir telefondan çok daha fazlası. Fotoğraf çekmeyi seviyorum ve projelerim için fikirler ediniyorum. Benim ufaklık da bunu yapmaya başladı bile. Ama fazla abartmamaya dikkat ediyoruz.”

Elisa, 5 yaşında bir çocuk annesi.



Avrupa Birliği Dijital Avrupa Programı'nın
Almanya'daki Farkındalık Merkezi olan Klicksafe,
Medienanstalt Rheinland-Pfalz bünyesinde
faaliyet göstermektedir.



Medienanstalt Rheinland-Pfalz,
www.medienanstalt-rlp.de



Bu çalışma, Creative Commons Lisansı CC BY 3.0 AT altında lisanslanmıştır:
Atf (www.saferinternet.at) (<https://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>)

Bu yayının tek sorumluluğu yazarlara aittir.

Avrupa Birliği, burada yer alan bilgilerin kullanımıyla ilgili sorumluluk taşımaz.

Tüm bilgiler garanti olmaksızın verilmektedir: Saferinternet.at/Avusturya Uygula-
malı Telekomünikasyon Enstitüsü yazarlarının sorumluluğu yoktur.

Finansman: Federal Dijitalleşme ve Ekonomi Bakanlığı
"Avrupa Birliği - Dijital Avrupa Programı (DEP)"



Kofinansiert von der
Europäischen Union

Yayımlayan:

Klicksafe

Medienanstalt Rheinland-Pfalz
Turmstraße 10
D-67059 Ludwigshafen
info@medienanstalt-rlp.de
www.klicksafe.eu/tr

Basın kanunundan sorumlu kişi:
Deborah Woldemichael

Avusturya Federal Dijitalleşme ve Ekonomi
Bakanlığı tarafından sağlanmıştır.



Bundesministerium
Digitalisierung und
Wirtschaftsstandort

Revizyon ve dil uyarlaması konusunda
iş birliği:



FRAUENHAUS-
KOORDINIERUNG e.V.

4. güncellenmiş baskı Ekim 2024