






Medientagebuch für die Woche vom _____ bis _____

	 Handy	 Computer/ Laptop	 Konsole	 TV	 Summe
Montag					
Dienstag					
Mittwoch					
Donnerstag					
Freitag					
Samstag					
Sonntag					
					Gesamt

In dieser Woche habe ich Minuten mit digitalen Medien verbracht. Mein Zeitkonto habe ich also aufgebraucht, nicht aufgebraucht, überzogen.