



PATTI
DIGITALI



COMUNITÀ
PASTORALE
MADONNA
DELL'AIUTO



Croce Rossa Italiana
Comitato di Villasanta



Fondazione IRCCS
San Gerardo dei Tintori

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia



Circolo L'Unione



Villasanta

**per crescere un
bambino**

**ci vuole un
villaggio**



Villasanta

PATTO DIGITALE Villasanta



Chi siamo?

Alcune famiglie sensibili al tema dell'educazione digitale in collaborazione con l'Istituto Comprensivo di Villasanta, con il Comune e con altre associazioni educative del territorio.

Vogliamo promuovere un uso consapevole e sano del digitale, per sostenere il benessere nostro e dei ragazzi, e rafforzare l'alleanza educativa tra scuola e famiglie.

Il nostro obiettivo



In che modo?

Sottoscrivendo un PATTO DIGITALE costituito da regole e strategie pratiche per promuovere un utilizzo consapevole e responsabile dei dispositivi e della rete.

Firmare il Patto Digitale significa formare una comunità educante che promuova un uso consapevole e sano della tecnologia, tutelando il benessere di ragazzi e adulti e rafforzando l'alleanza tra scuola e famiglie.

Perché un PATTO?



A chi ci rivolgiamo?

A chiunque abbia il desiderio di far parte di una SQUADRA che abbia a cuore l'educazione (anche quella digitale) di ragazzi e giovani.

Sentirsi parte di una comunità
Migliorare il dialogo con i figli
Diminuire il rischio di Cyberbullismo
Aumentare il benessere psichico e delle relazioni tra i coetanei

Benefici

per sottoscrivere il patto,
inquadra il QR code



Per info scrivici a pattidigitalivillasanta@gmail.com

10 PATTI DIGITALI Villasanta



Villasanta



01. Infanzia smartphone free

Consegniamo lo smartphone personale non prima della fine della seconda media. Non superiamo le 2 ore totali di accesso al digitale per evitare il rischio di dipendenze.

Prima dei due anni EVITARE l'utilizzo degli schermi.
Tra i 2 e i 5 anni non più di un'ora al giorno. Consentiamo l'uso di schermi tra i 6 e i 10 anni non più di due al giorno, preferiamo la visione degli schermi in spazi condivisi, come consigliato dalla Società Italiana di Pediatria.



03. Limiti chiari su tempi e luoghi

I bambini non devono utilizzare i dispositivi e navigare in rete in autonomia. Utilizziamo strumenti di protezione all'accesso su tutti i dispositivi della famiglia (ad esempio con password sui cellulari, smart TV, tablet).

02. Lo smartphone può attendere



Evitiamo l'utilizzo degli schermi: Prima del sonno, durante i pasti e come risposta ai momenti di noia e pianto. A scuola e durante lo sport. In occasione di pizze, cene di gruppo e nei momenti di convivialità con amici e parenti.



05. Rispettiamo i limiti d'età

Noi genitori abbiamo il dovere educativo di conoscere le password del loro smartphone e degli altri Device che utilizzano, questo ci permette di poter controllare le chat, cronologia, app utilizzate e contenuti visionati e caricati.

04. Mai da soli



Non permettiamo l'utilizzo autonomo e non controllato dei social (compreso whatsapp) app e giochi prima dell'età consentita dalla legge. Ad esempio Social come TikTok e Instagram sono vietati prima dei 14 anni.



07. Videogiochi, sì o no?

Educhiamo i figli a un uso consapevole dello smartphone, promuovendo confronto, informazione e creatività. Controlliamo i contatti, insegniamo il rispetto online e la responsabilità dei propri comportamenti sui social, per prevenire il cyberbullismo.

06. Smartphone trasparente



I videogiochi devono essere proposti seguendo l'età consigliata dallo standard PEGI. Evitiamo l'utilizzo dei videogiochi almeno fino alla scuola primaria. I videogiochi possono essere un'occasione di socialità e di divertimento insieme anche tra genitori e figli, o tra coetanei e compagni di classe, ma sempre con limiti di tempo stabiliti dal genitore.



08. Parliamone

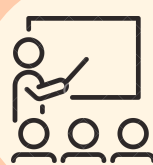
Utilizziamo il meno possibile i dispositivi in presenza dei bambini e ragazzi, condividiamo le regole con chi si prende cura di loro. Impegniamoci a definire regolarmente giornate senza schermi, dedicandoci alla famiglia, e promuovendo momenti di socialità.



09. Io guardo e imparo da te

Anche noi genitori, nonni, educatori, insegnanti, possiamo fare la nostra parte. Ci impegniamo a informarci e ad aggiornarci su come promuovere un uso consapevole del digitale.

10. genitori consapevoli



Per info scrivici a pattidigitalivillasanta@gmail.com

01.



Gli esperti dicono...

L'uso frequente dei dispositivi può interferire con lo sviluppo della motricità fine e della coordinazione oculo-manuale, competenze fondamentali per manipolare oggetti e per imparare a scrivere. Per questo la Società Italiana Pediatria raccomanda zero schermi sotto i 2 anni.

Nei primi tre anni di vita il cervello cresce rapidamente e ha bisogno di stimoli, relazioni e gioco. Le evidenze scientifiche mostrano che l'esposizione precoce agli schermi è associata a ritardi nel linguaggio, difficoltà di attenzione, disturbi del sonno e problemi nella regolazione emotiva.

02.

Infanzia smartphone free



03.

Non solo nutrimento



Evitiamo l'utilizzo degli schermi anche se di sottofondo: durante il cambio, i momenti di cura, durante il gioco, nei momenti di attesa, in giro con il passeggino. Prima della nanna proponi una lettura e non uno schermo, per favorire immaginazione, fantasia e creatività.

04.

La relazione



Evitiamo video e televisione durante i pasti: mangiare insieme è un'occasione preziosa di relazione e comunicazione. L'uso di dispositivi a tavola distrae il bambino e può favorire sovrappeso e obesità, perché ostacola il riconoscimento del senso di sazietà, oltre che essere una fonte di distrazione che aumenta il rischio di ostruzione delle vie aeree.

05.

e a tavola?



E' fondamentale il tuo ruolo di esempio-guida. Limitiamo l'uso dei dispositivi quando siamo con i bambini. Condividiamo le regole con chi li accudisce e dedichiamo giornate senza schermi a momenti di relazione e socialità.

06.

lo guardo e imparo da te



Noi adulti facciamo la nostra parte: informandoci e partecipando a momenti di formazione sul digitale, per accompagnare i ragazzi nella loro crescita e continuare insieme il percorso dei patti digitali. Ci impegniamo a porre la giusta attenzione nella condivisione delle foto dei bambini.

07.

Genitori consapevoli



PATTO DIGITALE

Infanzia - Villasanta

01.



Gli esperti dicono...

Fino ai 2 anni evitiamo del tutto gli schermi; tra i 2 e i 5 anni li limitiamo a un'ora al giorno. Usiamo gli schermi in spazi condivisi, per poter accompagnare i bambini nella fruizione dei contenuti.

In questa fascia di età è fondamentale il gioco, l'attività all'aria aperta, la relazione e la sperimentazione diretta per promuovere corretti stili di vita sin dalle prime età della vita. A [questo link](#) puoi consultare le indicazioni della società italiana di pediatria

02.

Infanzia smartphone free



03.



Limiti chiari su tempi e luoghi

I bambini non dovrebbero usare dispositivi e navigare in rete da soli. È importante proteggere l'accesso con password, usare strumenti di parental control e scegliere contenuti adatti alla loro età. Accompagnarli davanti agli schermi diventa un'occasione preziosa di dialogo.

Evitiamo l'utilizzo degli schermi: Prima del sonno, durante i pasti e come risposta ai momenti di noia e pianto. In occasione di cene al ristorante e nei momenti di convivialità con amici e parenti

04.

Mai da soli



05.

Videogiochi sì o no?



Evitiamo la visione di video su smartphone da parte dei bambini e controlliamo sempre l'età consigliata dei contenuti, senza lasciare loro il dispositivo. Rimandiamo l'uso dei videogiochi almeno fino alla scuola Primaria.

06.

Io guardo e imparo da te



Anche noi adulti ci impegniamo a fare la nostra parte, informandoci e partecipando a momenti di formazione sul digitale, per accompagnare i ragazzi nella loro crescita e continuare insieme il percorso dei patti digitali.

07.

Genitori consapevoli



PATTO DIGITALE

Primaria - Villasanta



01. Primaria smartphone free

Evitiamo l'utilizzo degli schermi:
Prima del sonno, durante i pasti e come risposta ai
momenti di noia e pianto.
A scuola e durante lo sport
In occasione di cene al ristorante e nei momenti di
convivialità con amici e parenti

Rimandiamo lo smartphone personale alla fine della
seconda media e, tra i 6 e i 10 anni, limitiamo l'uso
degli schermi a due ore al giorno, preferendo spazi
condivisi. Favoriamo gioco tra pari, attività all'aperto,
attività manuali e lettura per sostenere la
concentrazione, la socialità e uno stile di vita sano.



02. Limiti chiari su tempi e luoghi

I bambini non dovrebbero usare dispositivi e navigare
in rete da soli. È importante proteggere l'accesso con
password, usare strumenti di parental control e
scegliere contenuti adatti alla loro età.
Accompagnarli davanti agli schermi diventa
un'occasione preziosa di condivisione e dialogo.



03. Mai da soli

Controlliamo il codice PEGI dei videogame,
verifichiamo le età consigliate e i contenuti di video
(YouTube, cartoni animati e film) guardati dai nostri
figli. Evitiamo di lasciare i bambini da soli davanti
agli schermi, cercando invece di condividere con loro
l'esperienza, parlando insieme di ciò che hanno visto
e del significato che può avere.



04. Videogiochi sì o no?

Non permettiamo l'utilizzo autonomo (compreso
whatsapp), app e giochi prima dell'età consentita
dalla legge. Ad esempio Social come TikTok e
Instagram sono vietati prima dei 14 anni.



05. Rispettiamo i limiti d'età

Limitiamo l'uso dei dispositivi quando siamo con i
bambini, soprattutto nei momenti importanti come i
pasti o la notte. Condividiamo le regole con chi li
accudisce e dedichiamo giornate senza schermi per
coltivare momenti di relazione e socialità.

06. Io guardo e imparo da te



Anche noi adulti ci impegniamo a fare la nostra parte,
informandoci e partecipando a momenti di
formazione sul digitale, per accompagnare i ragazzi
nella loro crescita e continuare insieme il percorso dei
patti digitali.



07. Genitori consapevoli



01. Aspettando lo smartphone e limiti chiari

Noi genitori abbiamo il dovere educativo di conoscere le password dei device che utilizzano, questo ci permette di poter monitorare le chat, la cronologia, app utilizzate e contenuti. Spesso i figli rivendicano il loro diritto alla privacy. Il nostro compito è accompagnarli a comprendere che non si tratta di invadere il loro spazio, ma di esercitare la nostra responsabilità di genitori.

Durante la pre-adolescenza e l'adolescenza, la relazione con i pari è centrale per lo sviluppo emotivo e sociale. Restano importanti anche il gioco e le attività all'aperto, utili per il benessere fisico e l'espressione di sé. Consegnamo lo smartphone solo alla fine della seconda media. Se lo avessi già consegnato? E' essenziale definire insieme le regole d'uso. Limitare l'uso del digitale a un massimo di 2 ore al giorno per prevenire l'insorgere di dipendenze.

02. Smartphone trasparente fino ai 16 anni



Concordiamo insieme regole graduali che definiscano tempi e luoghi in cui evitarne l'uso, favorendo così attenzione, riposo e relazioni autentiche. Per questo evitiamo lo smartphone:

- La notte o come sveglia;
- A tavola, prima del sonno e prima di andare a scuola;
- A scuola, durante i compiti e lo sport;
- In occasione di pizze, cene di gruppo e nei momenti conviviali.



03. Tempi e luoghi concordati

Controlliamo il codice PEGI dei videogame, verifichiamo le età consigliate e i contenuti di video, canali YouTube, serie tv e film guardati dai nostri figli. Quando possibile, evitiamo di lasciare i ragazzi da soli davanti agli schermi, cercando invece di condividere con loro l'esperienza, parlando insieme di ciò che hanno visto e del significato che può avere.

04. Videogame e contenuti video adatti



Non permettiamo l'utilizzo autonomo e non controllato dei social (compreso whatsapp) app e giochi prima dell'età consentita dalla legge. I ragazzi NON devono falsificare la loro età per poter usare queste APP

Ad esempio Social come TikTok e Instagram sono vietati dalla legge prima dei 14 anni.



05. App e social in regola con l'età

Educhiamo i nostri figli ad un uso consapevole dello smartphone attraverso momenti di confronto e informazione.

Proponiamo il digitale come strumento per informarsi e allenare la creatività. Accompagniamo i nostri figli a relazionarsi sui social comprendendo l'importanza di assumersi la responsabilità di quello che postano, riflettere prima di scrivere e prendere le distanze dai commenti inappropriati.

06. Rischi e opportunità: parliamone!



Utilizziamo il meno possibile i dispositivi in presenza dei ragazzi. Impegniamoci a definire regolarmente giornate senza schermi promuovendo momenti di socialità. Una possibile strategia è decidere un luogo dove tutta la famiglia deposita i dispositivi in orario serale per riprenderli solo il giorno seguente.



07. Io guardo e imparo da te

Anche noi adulti ci impegniamo a fare la nostra parte, informandoci e partecipando a momenti di formazione sul digitale, per accompagnare i ragazzi nella loro crescita e continuare insieme il percorso dei patti digitali, coinvolgendo direttamente i nostri figli

08. Genitori consapevoli

