

COMPATTIAMOCI

PATTO DIGITALE DELLA COMUNITÀ DI BERTIOLO

Smartphone, videogame, app... qual è l'età giusta? Quali regole applicare per un utilizzo sicuro? Gli esperti suggeriscono di avvicinarsi al digitale con gradualità, ma per una famiglia è difficile resistere alle insistenze dei figli che si confrontano con i compagni e si influenzano a vicenda. Non sarebbe allora più facile mettersi d'accordo prima tra famiglie della comunità, sulle scelte educative da applicare in ambito digitale?

Da qui nasce l'idea di questo patto nato grazie al confronto tra genitori sensibili a questo tema, l'amministrazione comunale e gli esperti dell'Associazione MEC.

REGOLE FONDAMENTALI 0-5 ANNI

1

INSTALLARE I CONTROLLI PARENTALI

sui dispositivi che vengono usati dai ragazzi

TEMPI DI UTILIZZO (smartphone, tablet, TV, PC, console)

0-3 anni: evitare l'uso di dispositivi digitali.

3-5 anni: massimo 1 ora al giorno non continuativa (in presenza di un adulto), con giornate programmate senza schermi.

**2****3**

LUOGHI "SMARTPHONE FREE"

Lo smartphone non si usa:

- Durante i pasti
- Prima di dormire (almeno 30 minuti prima)
- Al mattino prima di scuola
- Nei momenti in famiglia, alle feste, all'aperto o quando si gioca con gli amici.

L'uso dei dispositivi avviene nei luoghi comuni della casa.

Gli schermi non sono babysitter, calmanti, né premi.



CONTENUTI VIDEO E VIDEOGIOCHI

Visionare preventivamente film, serie TV, video e i giochi da vedere assieme. Sceglierli secondo il codice PEGI (pegi.info/it) e rispettando le indicazioni sui limiti di età. Meglio guardare o giocare insieme e confrontarsi sui contenuti visti. Film, serie TV e video devono essere coerenti con l'età.

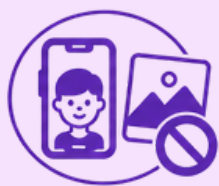
Se ci sono figli di diverse età, la scelta di cosa guardare o a cosa giocare, andrà fatta sulla base dell'età del figlio/a più piccolo/a.



4

PRIVACY

Non pubblichiamo sui social foto e video in cui i nostri figli sono riconoscibili poiché le tracce digitali contribuiscono all'identità online dei minori e possono avere conseguenze a lungo termine. La privacy dei bambini va sempre salvaguardata. Quando possibile, coinvolgiamoli nella decisione e nella scelta, di inviarne a parenti e amici. La propria immagine ha un valore, alleniamoli a tutelarla.



5

COMUNITÀ EDUCANTE

Le famiglie aderenti al Patto si impegnano a:

- Cercare e costruire reti di famiglie che condividano le stesse scelte educative.
- Creare più occasioni di socialità senza smartphone.

Condividere questo Patto con tutte le figure che si prendono cura del bambino (familiari, baby-sitter, educatori).



6

SOTTOSCRIVENDO QUESTO PATTO, LE FAMIGLIE SI IMPEGNANO A:

- usare il digitale con gradualità e consapevolezza;
- proteggere tempi, spazi e relazioni dell'infanzia;
- educare con l'esempio;
- collaborare come comunità educante.

**FIRMA IL PATTO INQUADRANDO
CON LA FOTOCAMERA IL QR CODE
o tramite il sito: pattidigitali.it/bertiolo**



QUALI RISCHI?

Le ricerche scientifiche ci dicono che l'uso scorretto degli schermi digitali può causare:

PROBLEMI FISICI

Aumento dei problemi alla vista e alla postura, disturbi del sonno e dell'alimentazione.

PROBLEMI COGNITIVI

Difficoltà di concentrazione e apprendimento, diminuzione dei tempi di attenzione, riduzione della creatività.

CONSEGUENZE PSICOLOGICHE

Paure e traumi legati alla visione di contenuti per adulti. Ansia e svalutazione personale di fronte a modelli estetici e di successo distorti su web e social.

COMPROMISSIONE DELLA REPUTAZIONE ONLINE (SHARENTING)

Le "tracce digitali" che sedimentiamo nel web condividendo immagini e video dei bambini diventando parte della loro identità digitale. Questo potrebbe avere conseguenze anche gravi a lungo termine.

APPROFONDIMENTI

LASCIAMO SPAZIO ALLE ESPERIENZE UTILI!

Nella prima infanzia i bambini apprendono attraverso i cinque sensi, il movimento del corpo nello spazio e attraverso la relazione con l'altro. Ecco perché è bene favorire le attività che prevedono il gioco all'aria aperta, il gioco di ruolo possibilmente con altri bambini, le attività che stimolano la motricità fine. Incoraggiamo i bambini a trovare soluzioni a piccole situazioni difficili (allacciarsi le scarpe, risolvere un conflitto tra pari, rimediare ad un errore commesso, ecc.). Ci vuole un po' di pazienza, ma è un investimento per il futuro!

NOIA? PERCHÉ NO!

Gli spazi vuoti da attività prestabilite o da intrattenimenti digitali sono necessari ai bambini per dar loro la possibilità di auto-organizzarsi e trovare autonomamente strategie per superare delle piccole sfide (la capacità di attendere, di gestirsi il tempo, di imparare a stare con sé stessi e di ascoltare i propri bisogni). Saranno capacità e competenze preziose per il loro futuro!

PER APPROFONDIMENTI:



pattidigitali.it

Per consulenze su come configurare i controlli parentali e per supporto educativo:



sportello@associazionemec.it



0432 1845776