

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 12-14 ANNI

1

INSTALLARE I CONTROLLI PARENTALI

sui dispositivi che vengono usati dai bambini



QUANDO E COME DARE UNO SMARTPHONE PERSONALE

- Prima di concedere lo smartphone personale, invitiamo a valutare un telefono di famiglia da tenere solo nelle aree comuni della casa, per accompagnare i ragazzi/e verso un corretto uso autonomo, costruendo fiducia reciproca.
- Il telefono personale non viene consegnato prima dei 14 anni.
- Non è un diritto, ma una responsabilità.



Se lo smartphone è già stato consegnato prima della firma del patto si possono seguire comunque le indicazioni sottostanti. Consigliamo di stabilire regole precise sull'uso dei device. Si può utilizzare, ad esempio

IL CONTRATTO PER L'USO DELLO SMARTPHONE (bit.ly/4cZ4aUJ)

che può essere adattato a tutti i dispositivi

2**3**

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

Massimo 2 ore al giorno (studio escluso), con giornate programmate senza schermi.



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.
- In camera da letto si preferisce una sveglia tradizionale.



4

CONTENUTI VIDEO E VIDEOGIOCHI



Sceglierli secondo il codice PEGI (pegi.info/it) e rispettando le indicazioni sui limiti di età. Attenzione alle chat dei videogiochi: i bambini possono entrare in contatto con sconosciuti. Confrontarsi sui contenuti visti. Se ci sono figli di diverse età, la scelta di cosa guardare o a cosa giocare, andrà fatta assieme ma sulla base dell'età del figlio/a più piccolo/a.

5

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.



6

SOCIAL E APP



I Social sono vietati per legge prima dei 14 anni. Secondo gli esperti ci sono validi motivi per rispettare i limiti indicati, legati alla privacy, alla sicurezza personale e agli effetti psicologici. I genitori:

- conoscono le password
- non lasciano i figli decidere da soli quali app installare
- verificano periodicamente l'uso di chat, social e contenuti (assieme al figlio/a),

I genitori sono civilmente e penalmente responsabili per gli illeciti commessi dai figli.

7



9



RISCHI ONLINE

Le famiglie si impegnano a educare i ragazzi/e su:

- Cyberbullismo e offese online
- Condivisione di immagini personali
- Contatti con sconosciuti
- Sfide pericolose e contenuti non adatti

In caso di problemi: parlarne in famiglia o a scuola, isolarsi e tenerlo nascosto non è la soluzione.

**Per un supporto:
sportello@associazionemec.it
Tel: 0432 1845776**

DIGITALE POSITIVO

Il digitale non è solo da limitare, ma può diventare una risorsa molto positiva per:

- Informarsi
- Imparare
- Creare
- Sviluppare competenze per il futuro



10

COMUNITÀ EDUCANTE

Le famiglie aderenti al Patto si impegnano a:

- Sostenersi con regole condivise
- Evitare confronti sulle scelte educative fatte in famiglia ("tutti ce l'hanno, solo io no") Creare più occasioni di socialità senza smartphone
- Collaborare come comunità educante in caso di difficoltà o comportamenti a rischio.



11

**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