



PATTI DIGITALI

0-6 ANNI

0-6
MESI



Guarda il tuo bambino

Non farti distrarre da messaggi o notifiche.
Puoi usare lo smartphone quando il tuo bambino dorme.

Allatta senza schermi

Il momento dell'allattamento è una magia:
stai con il tuo bambino e solo con lui.
(non stai solo nutrendo il tuo bambino, stai creando un legame)

Il pianto è un messaggio per te

Non utilizzare mai gli schermi per calmare il pianto,
non lo aiuti a conoscersi, a crescere bene e ad autoregolarsi.

1-3
ANNI



Il movimento sviluppa il cervello e rende intelligenti

Ogni volta che metti tuo figlio davanti ad uno schermo,
stai evitando che impari qualcosa.

A tavola si sta insieme e si parla

Prendi l'abitudine di non avere schermi a tavola
(spegni gli smartphone, la tv e non usare il tablet).
Il tuo bambino imparerà a conoscere i cibi e la socialità.

Cartoni e video ... ma scegli bene quali mostrare

Chiedi al tuo pediatra l'elenco dei cartoni e video adatti alle
diverse età del bambino (comunque dai 2 anni in avanti)

Prima di dormire leggi al tuo bambino o abitualo ad ascoltare una musica rilassante

Un video non è la stessa cosa.
La fantasia e la creatività si sviluppano immaginando,
e solo la lettura ha questo potere. Fai un regalo al tuo
bambino e leggi per lui ogni sera prima della nanna.

6-12
MESI



Mangiare è una scoperta continua

Aiuta il tuo bambino a fare esperienza del cibo e del gusto.
Non mettergli mai uno schermo davanti,
non impedirgli di fare queste esperienze.

Condividi le foto con pochi e fidati

Mandale ad amici e parenti, ma non condividerle sui social media:
dalla rete non si cancella nulla.

Il bambino impara muovendosi e toccando

A questa età l'intelligenza si sviluppa con il movimento
e l'esplorazione diretta: uno schermo impedisce ad un bambino
di imparare e ostacola il suo apprendimento.

Sviluppa il senso di autocontrollo del bambino

Non usare mai gli schermi per calmarlo.
Tre cose calmano il bambino: la voce, il contatto fisico, lo sguardo.
Gli schermi lo ipnotizzano e non lo aiutano a sviluppare l'autocontrollo.

3-6
ANNI



Il tablet non è obbligatorio

Si può evitare e si deve limitare.
In questa fase è fondamentale il gioco e la sperimentazione diretta.
Scegli insieme al pediatra i contenuti giusti.

Chiedi di raccontarti quello che ha visto

Cartoni animati, video, app e giochi: chiedi al tuo bambino di raccontarti
quello che vede, e commentatelo insieme in modo critico e costruttivo.

Coinvolgilo nei compiti domestici

Se lo coinvolgi in queste attività, gli darai la possibilità di aiutarti
e stimolerai anche la sua autonomia.

Usa le tecnologie in modo attivo

Scegli le applicazioni e i giochi con i quali il tuo bambino
può disegnare, costruire, fare delle cose e non solo seguire schemi.

Offri delle alternative

Quando possibile cerca di trovare delle alternative creative e non passive

Stabilisci dei momenti

Decidi da subito i momenti in cui l'uso delle tecnologie è vietato
(es. pasti o prima di dormire)



ISTITUTO SAN LEONE MAGNO