

PATTO DIGITALE RORAIGRANDE

Il percorso per arrivare ai Patti digitali è iniziato nel marzo del 2026, quando un gruppo di genitori, in dialogo e in collaborazione con la Parrocchia e la Scuola Santa Lucia, ha avviato una riflessione condivisa sull'importanza di mantenere un equilibrio sano tra tempo davanti agli schermi e vita reale. Il progetto si è sviluppato, quindi, fondandosi su una solida alleanza tra scuola e famiglie, riconoscendo che l'educazione digitale è più efficace quando viene proposta in modo coordinato da tutta la comunità educante: genitori, scuole, pediatri, istituzioni, oratori, scout, società sportive e altre realtà del territorio. In questo modo le famiglie non si sentono sole, ma possono sostenersi e condividere scelte e regole.

Gli esperti suggeriscono di avvicinare i bambini al digitale con gradualità.

Tuttavia, per una singola famiglia è spesso difficile resistere alle spinte commerciali e alle richieste dei figli, naturalmente attratti dagli strumenti tecnologici.

Mettersi d'accordo prima tra famiglie rende tutto più semplice e più coerente per i bambini.

Da questa esigenza condivisa nasce l'idea del Patto digitale della nostra comunità.



1

Nel momento dei pasti (compresa la colazione) e in tutti i momenti di convivialità (ad esempio, feste di compleanno, gite, pic-nic...) scegliamo di non utilizzare gli schermi per **favorire socialità e relazione**. Tale prassi si applica sia a casa che fuori.

Lasciamo che i bambini sperimentino piccoli momenti di frustrazione e noia, senza correre a ipnotizzarli con uno schermo durante le attese o i viaggi in macchina. Questo li aiuterà a sviluppare una maggiore capacità di autoregolazione emotiva.

2

Seguiamo le indicazioni PEGI (www.pegi.info) per i videogiochi e più in generale scegliamo soltanto contenuti adeguati all'età dei bambini/ragazzi anche per film e serie TV.

Scegliamo applicazioni che prevedano l'interazione attiva dei bambini/ragazzi che **stimolino il pensiero e richiedano di fare scelte ragionate**.

Facciamo inoltre molta attenzione a gadget e merchandising che indirizzino i bambini-ragazzi a focalizzarsi su programmi, videogiochi e app non adatti alla loro età.

3

Seguiamo le linee guida pediatriche internazionali (OMS) e italiane (SIP) che raccomandano di limitare drasticamente l'esposizione agli schermi per i bambini: **zero schermi sotto i 2 anni, massimo 1 ora tra 2-5 anni, e massimo 2 ore dai 6-10 anni** ATTENZIONE: parliamo di **"tempo-schermo"** (qualunque schermo) complessivo e non necessariamente consecutivo.

Sosteniamo un **uso attivo** del digitale, in modo che gli schermi diventino uno strumento per migliorare la vita quotidiana o le esperienze vissute, e non solo demonizzati. (Es. guardare le foto insieme, fare una ricerca sul web, prenotare esperienze, guardare programmi formativi, ecc...)

4

Limitiamo al minimo la **condivisione di foto e video dei nostri figli** per tutelarli da condivisioni inaspettate e potenzialmente pericolose (no sharenting).

Non condividiamo immagini nelle quali siano presenti altri bambini **senza l'esplicita approvazione dei loro genitori (genitori, non nonni o parenti)**.

5

Evitiamo di portare in camera telefoni e/o schermi che possano inficiare la qualità del riposo di adulti e bambini. Soprattutto per il più piccoli **spegniamo gli schermi almeno 30' - 60' minuti prima di andare a dormire**. Prediligiamo la lettura condivisa.

6

Posticipiamo la dotazione di uno **smartphone personale alla fine della terza media**. Prima di tale data, e comunque **non prima della prima media**, è facoltà di ciascuna famiglia valutare se fornire un telefono non connesso alla rete internet (*dumbphone*) per rimanere in contatto con i propri figli.

Consigliamo la proposta del contratto genitori/figli.

7

Ci impegniamo ad organizzare periodici **momenti di formazione per gli adulti** su temi legati all'educazione e alla genitorialità (A.I., utilizzo del parental control, informazioni legali, approfondimenti psicologi, cybersicurezza, ecc...)

8

Questo patto sarà soggetto a **3 momenti di "manutenzione" durante l'anno** (indicativamente febbraio-maggio-ottobre) in cui i sottoscrittori si incontreranno per scambiare le loro esperienze, aggiornare eventuali tematiche e confrontarsi sullo sviluppo di possibili proposte e iniziative.



FIRMA IL PATTO INQUADRANDO CON LA FOTOCAMERA IL
QR CODE O TRAMITE IL SITO:
[PATTIDIGITALI.IT/RORAIGRANDE](https://pattidigitali.it/roraigrande)

