



BIMBI ON SCREEN

Qualche punto da tenere a mente

A TAVOLA SENZA TABLET

Durante i pasti evita la visione di video e cartoni animati: distraggono il bambino e aumentano il rischio di soffocamento.



COGLI LE OPPORTUNITÀ

Le tecnologie digitali non sono buone o cattive, premi o punizioni: sono degli strumenti. Saperne cogliere le opportunità e utilizzarle con senso critico è compito dell'adulto. Informati sui contenuti più adeguati al bambino! Esistono videogiochi, applicazioni e contenuti multimediali di qualità.

PRIMA DELLA NANNA TUTTO SPENTO

Prima di andare a dormire, almeno per un'ora evita l'utilizzo di dispositivi digitali, soprattutto se hanno un ritmo sostenuto: la luce blu degli schermi ostacola il sonno!



OCCHIO AI TEMPI

Tra i 2 e i 5 anni limita l'esposizione agli schermi a meno di 1 ora al giorno. Dopo i 5 anni poni il limite sotto le 2 ore.

PRIMA DEI 2 ANNI PUOI FARNE A MENO

Durante i primi anni di vita sono i cinque sensi a dover essere stimolati. Prediligi attività sensoriali e motorie per incoraggiare il linguaggio e la creatività. Gli schermi possono aspettare: c'è un mondo intero da scoprire!



UN MOMENTO DA CONDIVIDERE

Accompagna sempre il bambino nella visione di un cartone animato o di un video: nomina personaggi e oggetti, aiutalo a rielaborare la storia: può essere un'occasione per potenziare il suo sviluppo cognitivo, linguistico ed emotivo.

ALTERNA LE PROPOSTE

Alterna le proposte di attività: non dimenticare mai l'importanza del gioco, della musica, del movimento e di trascorrere ogni giorno del tempo all'aria aperta!



TANTI TANTI LIBRI

Il libro è uno strumento potentissimo: rafforza la relazione adulto-bambino, promuove lo sviluppo emotivo e l'apprendimento del linguaggio. Il piacere dato dalla lettura condivisa durante l'infanzia pone le basi per diventare i lettori di domani.