



**Per i genitori
di bambini
fino ai 7 anni**

Media digitali e Internet – Consigli importanti



Buono a sapersi

I media digitali sono dappertutto.

I media digitali sono ad esempio i siti Internet, le applicazioni (dette app), i libri elettronici e i videogiochi. Utilizziamo i media digitali con questi apparecchi elettronici:

- i telefonini
- la televisione
- i tablet
- i computer.

I bambini piccoli vedono gli adulti o i fratelli maggiori usare i media digitali.

E quindi anche loro ne sono incuriositi e vogliono usarli.

I bambini piccoli vogliono sapere:

Cosa posso vedere sullo schermo?

Cosa posso fare con questi apparecchi?

È meglio **non proibire i media digitali** ai bambini.

Anche i bambini possono usare i media digitali.

Ma hanno bisogno dell'aiuto dei genitori.

Desideriamo darvi dei consigli.



Ecco i nostri consigli:

1 **Utilizzate i media digitali insieme a vostro figlio.**

I bambini **non** devono usare **da soli** il telefonino o stare da soli davanti al computer o alla televisione. È importante che abbiano vicino i genitori o un altro adulto.

2 **Ricordate che siete un modello per vostro figlio.**

Vostro figlio osserva attentamente come utilizzate i media digitali. Quindi state attenti a come utilizzate **voi stessi** i media digitali.

3 **Ci sono cose più importanti dei media digitali.**

La cosa più importante per i bambini piccoli sono i loro genitori. Vostro figlio ha soprattutto bisogno del vostro amore e del vostro tempo.

Per i bambini è anche molto importante:

- giocare
 - vedere e imparare cose nuove
 - dormire bene.
-

4 Dite a vostro figlio quanto tempo può trascorrere davanti allo schermo.

Siete voi a decidere le regole.

Dite chiaramente a vostro figlio per **quanto tempo** può guardare la televisione o usare il telefonino.

Ditegli anche **che trasmissione** può guardare o a **che videogiochi** può giocare.

E controllate che rispetti le regole.

5 Film e videogiochi: qual è l'età giusta?

Come genitori, conoscete molto bene vostro figlio.

Sapete quali film o videogiochi riesce a capire.

Per molti film o videogiochi è indicata l'età minima consigliata.

L'età minima consigliata significa che un film o un videogioco è adatto a partire da quell'età.

6 **Non usate i media digitali come babysitter.**

Vostro figlio si annoia?

Oppure è agitato?

Allora **non** dovete usare i media digitali come babysitter.

Fate in modo che vostro figlio si possa anche rilassare. È importante che passi del tempo **senza** media digitali.

7 **Spiegate a vostro figlio cosa è la pubblicità.**

Discutete con vostro figlio su:

- come funziona la pubblicità,
 - come può riconoscere la pubblicità, per esempio alla televisione o su YouTube.
-

8 **Parlate con vostro figlio, è importante.**

Un filtro famiglia blocca pagine internet o programmi **non** adatti ai bambini.

Ma un filtro famiglia **non** offre una protezione completa.

Dovete **sempre vedere** cosa fa vostro figlio con gli apparecchi elettronici.

Parlate con lui delle sue esperienze con i media digitali.

9 **Fate attenzione con le informazioni personali e le foto in Internet.**

State attenti soprattutto se volete pubblicare: foto private, informazioni personali come nome, indirizzo ed età di vostro figlio.

Volete pubblicare una foto della vostra famiglia sui social?

In tal caso sarebbe meglio pubblicare una foto in cui **non** si vede il viso di vostro figlio.

10 **Usate i media digitali in modo positivo e creativo.**

Esistono molti giochi e video per bambini piccoli ben fatti.

In Internet si trovano molti siti didattici interessanti, un sito didattico è fatto per spiegare determinati argomenti.

Potete usare i media digitali con vostro figlio in un modo molto buono.

Aiutate vostro figlio in queste attività.

Così potete **divertirvi insieme** con i media digitali.



Altre informazioni

Giovani e media.

Questo sito è stato creato dall'Ufficio federale delle assicurazioni sociali.

Lo si trova a questo indirizzo:

www.giovanimedia.ch

Perché è stato creato il sito **Giovani e media?**

Per informare sui media digitali.

Per aiutare genitori e figli a utilizzare i media digitali in modo sicuro e adeguato.

Le informazioni contenute in questo volantino sono destinate:

- **ai genitori e alle persone di riferimento di bambini fino ai 7 anni**

Esistono altri due volantini:

- un volantino per i genitori e le persone di riferimento di bambini dai **6 ai 13 anni**,
- un volantino per i genitori e le persone di riferimento di giovani dai **12 ai 18 anni**.

Tutti i volantini esistono in 16 lingue

e si trovano qui:

www.giovanimedia.ch/ordinare-pubblicazioni

Qui trovate altri consigli e informazioni:

www.giovanimedia.ch/raccomandazioni-lingua-facile



Questo volantino è stato scritto da:

Giovani e media

Piattaforma nazionale per la promozione
delle competenze medial

Ufficio federali delle assicurazioni sociali

e

Scuola universitaria di scienze applicate di Zurigo (ZHAW)

Dipartimento di psicologia applicata

Campo di ricerca Sviluppo psicosociale e media Sotto
la direzione di: Prof. Dr. Daniel Süss, MSc Gregor Waller

Le fotografie sono di:

Pia Neuenschwander, www.photopia.ch



Ordinazione (gratuita):

UFCL, Shop pubblicazioni federali per clienti privati,
CH-3003 Berna

www.bundespublikationen.admin.ch > Attualità >
Giovani e media

Numero di ordinazione: 09.21 300 860496104
318.865, Italiano



Traduzione in linguaggio semplificato (livello A2):
Pro Infirmis, Servizio di Lingua facile

© 2020 Giovani e media, Piattaforma nazionale per
la promozione delle competenze medial, Ufficio federale
delle assicurazioni sociali / Scuola universitaria di scienze
applicate di Zurigo (ZHAW)

Zurich University
of Applied Sciences



**School of Applied
Psychology**

Psychological Institute



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Dipartimento federale dell'interno DFI
Ufficio federale delle assicurazioni sociali UFAS