



**Per i genitori  
di giovani tra  
i 12 e i 18 anni**

# **Media digitali e Internet – Consigli importanti**

[www.giovanimedia.ch](http://www.giovanimedia.ch)



## Buono a sapersi

---

Oggi 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 giovani di oggi sono cresciuti con i telefonini e Internet.

I media digitali fanno parte della loro vita.

I giovani devono essere in grado di:

- capire se un'informazione è vera o falsa,
- utilizzare Internet con spirito critico.

Ad esempio devono sempre riflettere sui testi e sulle immagini che trovano.

Desideriamo darvi dei consigli.



## Ecco i nostri consigli:

---

### 1 **Vostro figlio deve imparare piano piano a usare i media digitali da solo.**

È capace di usare i media digitali in modo sicuro e corretto?

Allora avrà sempre meno bisogno del vostro aiuto.

Come genitori dovete però:

- continuare a interessarvi a quello che fa vostro figlio con i media digitali,
  - essere sempre disponibili a parlare con vostro figlio.
- 

### 2 **I ragazzi hanno bisogno di fare attività variate nel tempo libero.**

I ragazzi **non** devono passare tutto il tempo libero davanti ai media digitali.

Vostro figlio si annoia?

**Non** deve accendere subito il telefonino, la televisione o il computer.

---

### 3 **Fissate dei momenti che vostro figlio deve trascorrere senza media digitali.**

Stabilite con vostro figlio:

quanto tempo deve stare **senza** utilizzare i media digitali.

Controllate se vostro figlio rispetta le regole che avete fissato.

---

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

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

---

**5 Attenzione alle informazioni personali e alle persone conosciute in Internet.**

I problemi possono nascere ad esempio se si pubblicano o inviano:

- delle informazioni personali o delle immagini di se stessi,
- delle informazioni personali o delle immagini di altre persone.

Vostro figlio ha conosciuto una persona in Internet? Desidera incontrarla?

Ditegli che è meglio incontrare questa persona soltanto:

- in un luogo pubblico, ad esempio in una piazza, in un bar, in un centro commerciale;
  - in posti dove ci sono altre persone.
-

## **6 Pubblicare e inviare foto e video**

Vostro figlio vuole pubblicare o inviare foto e video?

Su queste foto o su questi video  
si vedono altre persone?

Allora vostro figlio deve prima chiedere a queste persone  
**se sono d'accordo.**

---

## **7 Parlate con vostro figlio di violenza e di pornografia.**

La legge proibisce:

- i film molto violenti,
- i film pornografici nei quali si vedono dei bambini.

Secondo la legge nessuno può:

- dare o inviare
- mostrare
- vendere

film pornografici a ragazzi sotto i 16 anni.

---

## **8 Il rispetto vale sempre, anche in Internet.**

Dite a vostro figlio che anche in Internet  
deve comportarsi in modo rispettoso.

Sui social deve avere rispetto di se stesso e degli altri.

---

## **9 Informazioni false e pubblicità nei media digitali.**

Vostro figlio deve sapere che in Internet circolano tante informazioni false.

In inglese questo genere di informazioni false si chiama fake news.

Non bisogna credere a tutto ciò che si vede su Internet.

In Internet c'è anche tanta pubblicità.

---

## **10 Film e videogiochi: qual è l'età giusta?**

Su 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.

---

## **11 Usate i media digitali in modo positivo e creativo.**

Con i media digitali vostro figlio può imparare molto. In Internet si trovano:

- giochi e video per i ragazzi molto ben fatti,
  - molti siti internet didattici interessanti,
  - molti video che servono per imparare tante cose.
-



## 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](http://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 giovani dai 12 ai 18 anni**

Esistono altri due volantini:

- un volantino per i genitori e le persone di riferimento di bambini fino **ai 7 anni**,
- un volantino per i genitori e le persone di riferimento di bambini dai **6 ai 13 anni**.

**Tutti i volantini esistono in 16 lingue**

e si trovano qui:

**[www.giovanimedia.ch/ordinare-pubblicazioni](http://www.giovanimedia.ch/ordinare-pubblicazioni)**

Qui trovate altri consigli e informazioni:

**[www.giovanimedia.ch/raccomandazioni-lingua-facile](http://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](http://www.photopia.ch)



Ordinazione (gratuita):

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

[www.bundespublikationen.admin.ch](http://www.bundespublikationen.admin.ch) > Attualità >  
Giovani e media

Numero di ordinazione: 09.21 300 860496104  
318.867, 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

**zh  
aw**

**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**