



**GIOVANI  
E  
MEDIA**

PIATTAFORMA NAZIONALE  
PER LA PROMOZIONE  
DELLE COMPETENZE MEDIALI



**per i genitori  
di bambini dai  
6 ai 13 anni**

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

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



## 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.

Anche i bambini sono interessati ai media digitali.

I bambini osservano i genitori e vedono:

come usano i media digitali.

Anche i bambini usano i media digitali:

nel tempo libero, a scuola.

**I bambini devono imparare a usare bene i media digitali.**

I genitori hanno il compito di aiutarli,

usando i media digitali **insieme** a loro.

Desideriamo darvi dei consigli.



## Ecco i nostri consigli:

---

### 1 I bambini hanno bisogno di fare attività variate nel tempo libero.

Vostro figlio **non** deve passare tutto il tempo libero davanti allo schermo.

Fate in modo che faccia diverse attività durante il tempo libero.

---

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

Stabilite insieme a vostro figlio quanto tempo al giorno o alla settimana può trascorrere con i media digitali.

Ditegli anche **cosa può guardare** o **quale videogioco** può fare.

Controllate se vostro figlio rispetta le regole che avete fissato.

---

### 3 Usate Internet insieme a vostro figlio.

Come genitori, dovrete:

- aiutate vostro figlio a trovare informazioni in Internet,
  - parlare con vostro figlio delle sue esperienze in Internet.
-

**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 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 **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.

---

## 8 **Attenzione alle informazioni personali e agli amici conosciuti in Internet.**

Vostro figlio vuole dare delle informazioni personali? Prima deve **chiedervi il permesso**.

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

**Non** permettete a vostro figlio di incontrare questa persona da **solo**.

---

## **9 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

---

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

Vostro figlio deve comportarsi in modo rispettoso  
anche in Internet.

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

---

## **11 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.

In Internet c'è anche tanta pubblicità.

---

## **12 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 bambini dai 6 ai 13 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 giovani dai **12 ai 18 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  
318.866, 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**