Servizi educativi 0-3
Scuola dell'infanzia

PATTO DIGITALE 0-5

1 Guarda tuo figlio, non lo schermo

I genitori sono il primo modello.
Allatta e "nutri" tuo figlio attraverso la tua attenzione e il tuo sguardo, non lasciandoti distrarre dagli schermi.
Impegniamoci a dare il buon esempio limitando l'uso dei dispositivi in loro presenza, spiegando loro cosa stiamo facendo quando invece ne abbiamo la necessità, in modo che non li percepiscano solo come una distrazione nei loro confronti.
I bambini piccoli desiderano ciò che vedono in mano ai genitori: meno lo schermo è presente, meno diventa desiderabile.

2 Schermi: quando, quanto e come

Prima dei 2 anni si raccomanda di evitare qualsiasi esposizione, salvo videochiamate con i familiari.
Dopo i 2 anni il massimo consigliato è un'ora al giorno, in blocchi di 15-20 minuti, con contenuti scelti in anticipo e guardati insieme a un adulto.
La tv non dovrebbe mai essere accesa come sottofondo. I videogiochi non sono adatti a questa fascia d'età.

3 Alcuni momenti appartengono alla vita

I pasti, il momento dell'addormentamento, il ricongiungimento dopo una separazione, il gioco insieme, i tragitti in auto: sono occasioni preziose da proteggere dagli schermi.
Gli schermi non dovrebbero mai essere usati per consolare o premiare il bambino: nei momenti in cui faticano a gestire le emozioni, la voce, il contatto fisico e lo sguardo di un genitore sono strumenti molto più efficaci e significativi.
Gli schermi non calmano, ipnotizzano.

4 Proteggi la sua identità digitale

Condividere foto o informazioni del bambino online è una scelta che merita riflessione: ciò che è pubblicato non è più privato, è di tutti, per sempre. Sei tu il custode digitale della sua identità, e puoi scegliere di tutelarla.

5 Scegli le alternative

Il gioco libero, le attività manuali, la lettura, il tempo all'aria aperta e la relazione con i coetanei sono esperienze insostituibili. Tenere a portata di mano qualche alternativa — anche fuori casa — aiuta nei momenti in cui la tentazione dello schermo è più forte.

6 Coerenza tra tutti gli adulti

Condividere le regole del patto con nonni, babysitter e tutti gli adulti di riferimento aiuta a creare un ambiente coerente e sereno per il bambino. Le buone abitudini funzionano meglio quando tutti remano nella stessa direzione.

Scuola Primaria

PATTO DIGITALE 6-10

1 Nessuno smartphone personale

In questa fascia d'età il telefono non dovrebbe essere un oggetto di proprietà personale. Un dispositivo condiviso dalla famiglia — tablet o computer, con parental control ben configurati — è una scelta più adatta e più sicura.
I bambini imparano guardando gli adulti: seguire le stesse regole che si chiedono ai figli è il gesto educativo più efficace.

2 Usare gli schermi insieme

Più che vietare è utile attuare un'attenzione condivisa: scegliere i contenuti insieme al bambino, guardarli insieme, commentarli.
È anche un'occasione per scoprire app e video utili oltre che divertenti — sulla natura, la musica, lo sport, le materie scolastiche — e per imparare a riconoscere contenuti di qualità da quelli che non lo sono.
Così facendo si evita anche il rischio di selezione di contenuti casuali, ambigui o autonomi da parte del bambino.

3 Videogiochi: scegliere bene e giocare insieme

Molti bambini si avvicinano ai videogiochi in questi anni. Il codice PEGI aiuta a scegliere quelli adatti all'età.
Giocare insieme — tra genitori, fratelli e amici — è più bello e più sicuro: nei giochi online è importante bloccare i contatti con sconosciuti e condividere le scelte con altre famiglie.

4 Preferire uno schermo grande e un posto fisso

Computer e televisione sono più facili da controllare e meno immediati da usare rispetto a smartphone e tablet.
Posizionare questi dispositivi in spazi comuni della casa aiuta a mantenere l'uso degli schermi visibile e condiviso.

5 Limiti chiari su tempi e luoghi

Gli schermi non dovrebbero essere il passatempo quotidiano per la noia. Vale la pena stabilire regole chiare: niente dispositivi durante i pasti, almeno un'ora prima di dormire e quando si è in compagnia.
Nei primi anni della Scuola Primaria i limiti possono essere più stretti, per poi allargarsi gradualmente con la crescita.

6 Scegli le alternative

Giochi di società, attività all'aperto, lettura, disegno: non sono ripieghi quando manca il tablet, sono la scelta principale. Tenerle a portata di mano anche fuori casa — al ristorante, in sala d'attesa, in viaggio — aiuta a non ricorrere allo schermo come soluzione automatica.

Scuola Secondaria

PATTO DIGITALE 11-18

1 Smartphone trasparente fino a 14 anni

I genitori dovrebbero conoscere le password dei figli e consultare regolarmente le chat, cronologia e app utilizzate, non di nascosto e possibilmente assieme ai figli.

2 App e social in regola con l'età

Social come TikTok e Instagram sono vietati per legge prima dei 14 anni (Whatsapp, 13 anni).
Secondo gli esperti ci sono seri motivi per rispettare i limiti indicati dalle app, legati alla privacy, alla sicurezza personale e agli effetti psicologici.

3 Videogame e contenuti video adatti

Controllare il codice PEGI dei videogame (dettagli sul retro), verificare le età consigliate e i contenuti di video, canali YouTube, serie tv e film guardati dai nostri figli.

4 Parlare con i figli di rischi e opportunità

Dedicare tempo per condividere le attività dei figli online, verificare i contatti e proporre il digitale come strumento per informarsi e allenare la creatività.
Le impostazioni e le app di parental control possono essere una risorsa molto utile.

5 Limiti chiari su tempi e luoghi

Concordare le regole su orari e luoghi, evitare l'utilizzo degli schermi a tavola, prima del sonno e in camera, controllare le ore complessive (non più di 2 ore nello stesso giorno) e definire regolarmente giornate senza schermi.
Prevedere regole condivise con tutta la famiglia (nonni, babysitter…).

6 Formiamoci insieme

Genitori e figli hanno entrambi qualcosa da imparare: i genitori possono approfondire strumenti di parental control e normativa vigente; i ragazzi possono capire come funzionano privacy, fake news e responsabilità online.
Una volta al mese una "serata digitale in famiglia" per raccontarsi cosa si guarda, cosa si usa e come ci si sente: non per giudicare, ma per crescere insieme.