

IL MANIFESTO DI ROVEREDO

Accompagnare, proteggere, stare in rete con i figli.

I consigli e le indicazioni che seguono sono il frutto di diversi momenti di scambio e confronto tra i genitori di bambini dai 6 ai 14 anni dell'Istituto di Roveredo in Piano, che si sono chiesti come far diventare internet, i social media e lo smartphone strumenti di benessere dei propri figli.



DIFENDI LA SALUTE DI TUO FIGLIO

limita il tempo d'uso dei dispositivi digitali.

PROTEGGI IL RIPOSO DI TUO FIGLIO

fai in modo che lo smartphone rimanga fuori dalla camera.



RENDI TUO FIGLIO UNA PERSONA EQUILIBRATA

alterna le attività digitali ad esperienze / attività pratiche (letture, sport, passeggiate, giochi insieme, etc...).

AIUTA TUO FIGLIO A PENSARE

discuti con lui i fatti di cronaca.



TUTELA LA SICUREZZA DI TUO FIGLIO

controlla (spesso) il suo smartphone.

NON LASCIARE SOLO TUO FIGLIO

controlla i social media, i gruppi whatsapp, i videogiochi. Non è lì solo perché lo vedi sul divano.



RISPETTA TUO FIGLIO

non rispondere al telefono o ai messaggi mentre ti sta parlando.

INTERESSATI A QUELLO CHE TUO FIGLIO VIVE ON LINE

luoghi, persone, argomenti. Sempre.



DIVERTITI CON TUO FIGLIO

gioca con tuo figlio ai videogiochi e non dimenticarti di inventare altri giochi.

INFORMATI SU QUALI SONO I REATI ON LINE

leggili con tuo figlio.



SEI IL PRIMO ESEMPIO PER TUO FIGLIO

ogni tanto spegni lo smartphone, non tenerlo in camera tua.

ALLENA LA SUA PAZIENZA

la vera felicità non arriva mai subito.



COLLABORA CON ALTRE FAMIGLIE

organizzare momenti "no smartphone" (pizza di classe, gite, uscite...).

CONDIVIDI CON ALTRE FAMIGLIE QUESTI CONSIGLI

perché sono troppo intelligenti.



RISPETTA IL TUO AMBIENTE (SPAZIO DI VITA / SPAZIO FAMILIARE)

definisci i "luoghi no smartphone" (tavola, bagno, camera, chiesa, scuola).

CONDIVIDI LE BUONE ESPERIENZE

vieni agli incontri di formazione.

