



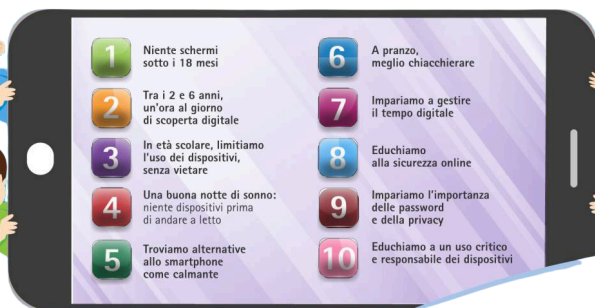
# PATTI DIGITALI OLTREMELLA



PATTI  
DIGITALI

Un'alleanza educativa per un uso sano, consapevole e creativo del digitale.

“ Qual è l'ETÀ GIUSTA  
per dare uno smartphone  
a mio figlio/a? ”



- 1 Niente schermi sotto i 18 mesi
- 2 Tra i 2 e 6 anni, un'ora al giorno di scoperta digitale
- 3 In età scolare, limitiamo l'uso dei dispositivi, senza vietare
- 4 Una buona notte di sonno: niente dispositivi prima di andare a letto
- 5 Troviamo alternative allo smartphone come calmante
- 6 A pranzo, meglio chiacchierare
- 7 Impariamo a gestire il tempo digitale
- 8 Educiamo alla sicurezza online
- 9 Impariamo l'importanza delle password e della privacy
- 10 Educiamo a un uso critico e responsabile dei dispositivi







# INDICE



Il Manifesto (Perché lo facciamo) .....	3
Il nostro Impegno .....	3
L'esempio Adulto .....	4
Infanzia (0 - 6 anni) - Custodire lo Sguardo .....	5
Primaria (6-10 anni) - Crescere con Gradualità ..	7
Secondaria (11 -14 anni) - Consapevolezza .....	9
Firma (Aderisci al Patto).....	11





# Il Manifesto Digitale di Comunità

## ***PERCHÈ LO FACCIAMO***

### **La Forza della Comunità Educante**

La "Comunità Educante" non è solo un termine, ma l'unione di tutte le persone e istituzioni — scuole, famiglie, associazioni sportive, oratori, biblioteche...- che contribuiscono alla crescita dei nostri figli. Collaboriamo per condividere strumenti, idee e valori che migliorino concretamente le loro condizioni di vita.

### **Il Nostro Impegno Comune**

Sottoscrivendo questo patto, aderiamo ai principi del Manifesto dell'educazione digitale di comunità. Ci sfidiamo a rispettare regole quotidiane condivise per promuovere un uso sano, responsabile e creativo dei media digitali, tutelando la salute e la creatività di ogni bambino.





Siamo consapevoli che il mondo digitale presenta enormi opportunità, ma riconosciamo anche che il ritmo della tecnologia spesso supera le nostre capacità di orientamento. Questo accordo nasce per non lasciare le famiglie sole: desideriamo trasformare la solitudine educativa in una rete di sostegno. Stabilire insieme limiti e tempistiche significa offrire ai nostri figli lo spazio necessario per annoiarsi, sognare e sviluppare il pensiero critico, lontano dalle eccessive stimolazioni degli schermi.

## **LA Nostra Sfida: Educare nell'Era Digitale**

### **Noi Adulti: Il Primo Esempio**

#### ***OGNI GIORNO***

I bambini assorbono i nostri comportamenti come specchi. Essere modelli positivi significa dimostrare con i fatti che il tempo della relazione ha più valore di qualsiasi notifica. Limitiamo l'uso dei dispositivi quando siamo con loro e proteggiamo la loro privacy online evitando la pubblicazione indiscriminata di foto dei minori.



# Infanzia ( 0 - 6 anni)



## L'Essenza dei Patti Digitali per i più piccoli:



Sottoscrivere i patti digitali per la fascia 0-6 non significa solo limitare i tempi, ma fare una scelta d'amore per il futuro dei nostri bambini. In questi anni le connessioni cerebrali si formano attraverso l'esperienza fisica: il tatto, l'olfatto, il movimento e lo sguardo rivolto ai genitori. Il digitale, se inserito troppo presto, rischia di "sequestrare" l'attenzione, togliendo spazio a queste scoperte vitali. ***Aderire al patto significa proteggere questo tempo sacro.***



# Infanzia ( 0 - 6 anni)

## CUSTODIRE LO SGUARDO

### FASCIA 0-3 ANNI IL VALORE DELL'ATTESA

In questa fase cruciale dello sviluppo, l'utilizzo degli schermi è fortemente sconsigliato dalle autorità sanitarie (OMS). Il cervello del bambino ha bisogno di realtà tridimensionale. Privilegiamo il contatto con la natura, le camminate e il gioco libero: stimolare i sensi in modo reale getta le basi per un apprendimento sano e per una corretta coordinazione motoria.

### FASCIA 3 - 6 ANNI LA GRADUALITÀ

Il tempo davanti agli schermi non dovrebbe superare un'ora al giorno. Tuttavia, il tempo non è tutto: è fondamentale la visione condivisa. Un adulto deve essere presente per mediare, spiegare e rassicurare, trasformando un momento passivo in un'occasione di dialogo. La tecnologia deve essere un'eccezione, non una baby-sitter.

Il Momenti "NO" (Custodiamo i momenti che contano): Esistono spazi della giornata che devono restare "liberi da onde". Evitiamo gli schermi durante i pasti, momento fondamentale per la socialità e l'educazione alimentare, e prima di dormire, per non disturbare il ciclo del sonno. Evitiamo l'uso del cellulare nelle situazioni di attesa (pediatra, ristorante, macchina): la noia è il terreno fertile in cui nasce la fantasia. Soprattutto, non usiamo il digitale per calmare la frustrazione: imparare a gestire le proprie emozioni, con il supporto dell'adulto, è una tappa fondamentale della crescita.

*Contenuti su Misura:*

*Scegliamo con cura cosa mostrare. Prediligiamo app educative e cartoni brevi, con ritmi lenti e tematiche adatte all'età. Meglio evitare piattaforme aperte come YouTube, dove l'algoritmo può proporre video non idonei; preferiamo piattaforme protette e pensate per l'età prescolare come Rai Yoyo, Sago Mini o Storytel Kids.*

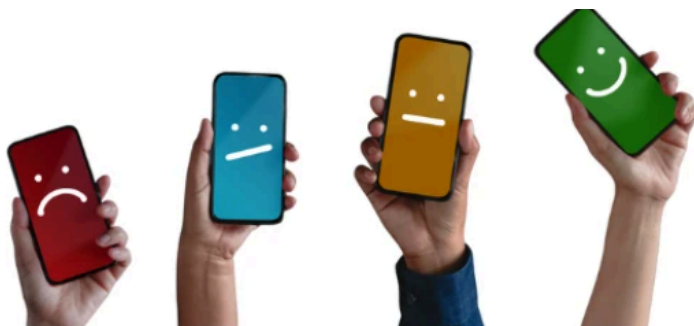
# Primaria (6-10 anni)



## CRESCERE CON GRADUALITÀ

*L'Alleanza tra Genitori (Il cuore del Patto):*

La sfida più grande per un genitore della primaria è sentirsi dire: "Ma i miei amici ce l'hanno!". Aderire ai Patti Digitali Oltremella serve proprio a questo: creare una rete di famiglie che condividono le stesse regole. Se tutti diciamo "non ancora" allo smartphone, i nostri figli non si sentiranno esclusi, ma protetti in un gruppo di pari che cresce alla stessa velocità.



Attendiamo i 14 anni per la consegna di un dispositivo personale.

## Lasciamoli liberi dallo Smartphone

Lo smartphone non è solo un telefono, ma una porta aperta sul mondo intero, per la quale i bambini non hanno ancora le "chiavi" emotive. Fino ad allora, favoriamo il prestito del dispositivo del genitore per compiti o brevi ricerche, mantenendo l'esperienza condivisa e mediata e preferendo l'utilizzo del PC.

"Lo sapevi che? L'Unione Europea consiglia di alzare a 16 anni l'età per i social."

# In rete solo se accompagnati:

Promuoviamo esperienze digitali sicure! I bambini fino ai 10 anni non sono ancora in grado di gestire le criticità della rete (pubblicità ingannevoli, contenuti violenti, contatti con estranei). La tua presenza accanto a loro mentre usano il tablet o la console non è controllo, è scuola di navigazione.



## Videogame e Responsabilità:

Non tutti i giochi sono adatti, anche se sembrano cartoni animati. Utilizziamo il sistema PEGI ([www.pegi.info](http://www.pegi.info)) per verificare l'età consigliata. Impostiamo insieme i sistemi di Parental Control, spiegando ai bambini che servono a proteggere la loro serenità, proprio come il casco quando vanno in bicicletta.

## Luoghi e Tempi della Salute

Definiamo delle "Zone Bianche" in casa. I dispositivi devono restare fuori dalle camere da letto, specialmente di notte, per garantire il corretto riposo e lo sviluppo cognitivo. Insegniamo che durante le gite scolastiche, le feste di compleanno o le uscite con gli amici, il vero "social" è guardarsi negli occhi e giocare insieme.

## **La Piramide dell'Attività Motoria**

*Ricordiamoci che per ogni ora di schermo devono esserci almeno due ore di movimento. Contrastiamo la sedentarietà promuovendo lo sport, il gioco all'aperto e le attività manuali.*

# Secondaria (11-14 anni)



## VERSO L'AUTONOMIA CONSAPEVOLE

### *Consegna dello Smartphone*

Attendiamo almeno la **fine della 3° media** per la consegna di uno smartphone personale connesso in rete. In attesa di questo traguardo, è possibile dotare i ragazzi di un feature phone (privo di internet) o permettere l'uso supervisionato del dispositivo dei genitori, di cui rimaniamo responsabili.

### *Trasparenza e Dialogo:*

Fino ai 14 anni, manteniamo i device "trasparenti" condividendo le password con i genitori. Utilizziamo il monitoraggio periodico e le app di Parental Control, ma puntiamo soprattutto sul dialogo, proseguendo il confronto anche oltre i 14 anni.

# Dispositivi OFF Luoghi e Orari

Definiamo luoghi e orari di utilizzo, preferendo gli spazi comuni della casa per evitare l'isolamento. I dispositivi non si usano:



A tavola



In camera la notte



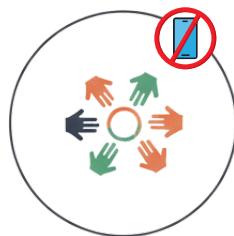
Durante lo studio



Durante lo sport



Durante l'attività  
all'aria aperta



In momenti di convivialità  
con amici e parenti

**Regole e Rispetto:** No all'uso autonomo di social e app prima dell'età consentita (14 anni per TikTok, Instagram, YouTube; 16 anni per WhatsApp). Utilizziamo la classificazione PEGI per i videogiochi e blocchiamo i contatti con sconosciuti.

**Contratto Educativo:** Al momento della consegna dello smartphone, sottoscriviamo un accordo scritto con i nostri figli per stabilire regole chiare di utilizzo. Ci impegniamo a essere adulti informati, limitando noi per primi l'uso dei device quando siamo con loro.



# FACCIAMO UN PATTO?

## A CHI CI RIVOLGIAMO

**A TUTTI!**

- Ai genitori che vogliono confrontarsi e riflettere sull'accesso al web dei propri figli, che si pongono dubbi sui tempi di consegna dello smartphone, che si chiedono come tutelare i propri figli.
- Ai ragazzi di tutte le età.
- Agli Enti che hanno un ruolo educativo nella nostra comunità (scuole, pediatri, associazioni sportive, oratorio...)

## ADERISCI ANCHE TU! FIRMA IL PATTO QUI

<https://pattidigitali.it/oltre-mella/>

