



digitale a patti
una comunità ben connessa



**PATTI
DIGITALI**

Patti Educativi Digitali

fascia 0-6 anni

L'impegno che ci prendiamo come comunità nasce dall'esigenza di promuovere un accompagnamento consapevole e graduale fondato sul ruolo centrale dell'adulto, sulla qualità della relazione e sulla costruzione di regole semplici e condivise.

Il patto si basa sui seguenti principi:

- coerenza educativa tra adulti
- alleanze tra famiglie e comunità educante
- indicazioni chiare e condivise, a partire dalla prima infanzia

Ci impegniamo a:

1. TEMPO DI ESPOSIZIONE E GRADUALITÀ

Gestire il tempo dei nostri figli è una priorità educativa: nei primi due anni evitare ogni tipo di schermo (Tv, tablet, smartphone); dai 3 ai 6 anni limitare al massimo a 30 minuti giornalieri con la presenza e la mediazione attiva dell'adulto.

2. RUOLO DELL'ADULTO E MODELLO EDUCATIVO

Noi siamo un esempio per i nostri figli e dobbiamo quindi essere consapevoli dell'utilizzo dello smartphone di fronte ai bambini: per questo è importante ridurre e limitarne l'uso personale quando sono presenti. È molto importante dedicare loro tempo di qualità senza dispositivi.

3. RELAZIONE COME PRIORITÀ EDUCATIVA

La relazione con i bambini è prioritaria soprattutto nei momenti quotidiani (allattamento, cura, gioco, presenza): in questi momenti è importante astenersi dall'uso dei dispositivi digitali per ridurre quei comportamenti che interrompono la relazione.

4. EVITARE IL DIGITALE COME "RIEMPITIVO"

Evitiamo di utilizzare il dispositivo per calmare o

distrarre i nostri bambini, valorizzando la noia come esperienza positiva e "costruttiva".

5. OFFRIRE ALTERNATIVE CONCRETE ED ESPERIENZE REALI

È importante offrire alternative concrete ed esperienze reali, come: il gioco libero, attività creative e manipolative, esperienze all'aria aperta, esperienze di socializzazione, etc...

6. REGOLE SEMPLICI, CHIARE E CONDIVISE

In famiglia è importante darsi regole esplicite, individuando momenti in cui il digitale non si usa (pasti, notte, relazione) e momenti in cui può essere utilizzato. È importante anche dare valore al gesto dell'uso del dispositivo ed evitare di usare gli schermi come premio o punizione.

7. CONTENUTI E QUALITÀ DELL'ESPERIENZA DIGITALE

È importante prestare attenzione alla qualità dei contenuti proposti scegliendo i contenuti adeguati all'età, facendo riferimento a sistemi di classificazione PEGI. I dispositivi possono essere usati per fare foto.

8. LAVORARE SU ALLEANZE TRA FAMIGLIE E COMUNITÀ EDUCANTE

Di fronte alla presenza di

differenze educative tra famiglie e al timore di essere "fuori dal gruppo", è importante condividere le scelte educative, costruire una linea comune, evitando di far sentire diverso chi sceglie di dare limiti e regole.

9. COMUNITÀ EDUCANTE E RETE TERRITORIALE

È importante creare e coinvolgere nella rete territoriale le istituzioni scolastiche, le associazioni sportive, oratori, nonni e l'intera comunità educante affinché ci sia una rete che trasmette lo stesso messaggio.

10. SOSTENERE MOMENTI DI CONFRONTO E FORMAZIONE PER LA CONSAPEVOLEZZA DEI GENITORI

È importante tenere attiva una rete che promuova la condivisione di informazioni e formazione, condivida strumenti e contenuti in percorsi di accompagnamento sia dei genitori sia delle istituzioni.

Queste indicazioni nascono anche dalle difficoltà quotidiane dei genitori nella gestione dei tempi e nell'uso del digitale come strumento di regolazione dei bambini.



INDICAZIONI DELLA ORGANIZZAZIONE MONDIALE DELLA SANITÀ:

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha definito standard rigorosi per lo "screen time" (tempo schermo davanti a TV, smartphone o videogiochi) nei bambini sotto i cinque anni. L'obiettivo primario è contrastare la sedentarietà precoce e favorire uno sviluppo psicofisico armonioso, garantendo un equilibrio tra movimento, riposo e attività cognitive. Le raccomandazioni variano in base alla fascia d'età:

Sotto i 2 anni (0-24 mesi): L'indicazione è categorica: nessun tempo davanti allo schermo. In questa fase cruciale per lo sviluppo cerebrale e motorio, l'OMS raccomanda di privilegiare l'interazione umana, il gioco libero e la lettura, evitando ogni tipo di intrattenimento digitale passivo.

Dai 2 ai 4 anni: Per i bambini in questa fascia d'età, il limite massimo suggerito è di 1 ora al giorno, con la specifica che "meno è meglio". Superare questa soglia sottrae tempo prezioso ad attività fondamentali come il movimento fisico e l'esplorazione del mondo reale.

BIBLIOGRAFIA MINIMA:

Jean Marie Twenge, *Iperconnessi: perché i ragazzi oggi crescono meno ribelli, più tolleranti, meno felici e del tutto impreparati a diventare adulti*, Einaudi, 2018.

Marco Fasoli, *Il benessere digitale*, il Mulino, 2019.

Michel Desmurget, *La fabbrica del cretino digitale*, Rizzoli, 2020.

Marco Gui, *Il digitale a scuola, rivoluzione o abbaglio?* Mulino, 2019

Veronica Barassi, *I figli dell'algoritmo*, Luiss, 2020.

Marco Grollo et alii, *Pediatri custodi digitali, la prima guida per i pediatri di famiglia sull'educazione digitale familiare dalla nascita*, Iam, 2022

Jonathan Haidt, *Generazione ansiosa*, Rizzoli, 2025.

Alberto Pellai e Barbara Tamborini, *Esci da quella stanza. Come e perché riportare i nostri figli nel mondo*, Mondadori, 2025.

Stefania Garassini, *Smartphone, 12 ragioni per non regalarlo alla prima Comunione e neanche alla Cresima*, Ares, 2026.

Marco Gui, *Un patto sociale per l'educazione digitale. Attori, evidenze e prospettive dopo l'era degli entusiasmi*, Mondadori Università, 2026.

Simone Lanza, *Un attimo e arrivo. Gestire gli schermi per crescere una generazione attenta*, Sonda, 2026.

DUE SITI IMPORTANTI DOVE SI TROVANO APPROFONDIMENTI:

Sito Fondazione patti Digitali: www.pattidigitali.it

Sito della Società Italiana di Pediatria: www.sip.it