



I DISPOSITIVI ELETTRONICI NUOCIONO ALLA SALUTE DEL TUO BAMBINO

NON SONO GIOCATTOLI!

La **luce** emessa dallo schermo interferisce col sonno.
Le **onde elettromagnetiche** sono potenzialmente cancerogene, passibili di alterare le cellule cerebrali e lo sviluppo neuropsicologico del bambino.

MAI AL TUO BAMBINO SOTTO I 6 ANNI E SOLO UN'ORA AL GIORNO FINO AI 12 ANNI

BUONE REGOLE

- **SPEGNERE I CELLULARI** di notte e tenerli lontani dalla testa del bambino.
- **NON** portare il cellulare in tasca (danneggia i genitali).
- Fare conversazioni **BREVI**.
- **NON** tenere il cellulare dove dorme il bambino (oppure tenerlo in modalità aereo).
- Utilizzare sempre gli **AURICOLARI** (se mono alternare destro e sinistro) o il viva voce.
- **PULIRE** regolarmente il cellulare.
- **NON** usare tablet e cellulare nell'ora che precede il momento dell'addormentamento.
- Internet è pieno di contenuti **NON ADATTI** ai bambini. L'uso non controllato e precoce della rete è pericoloso come farli uscire da soli di notte.
- **NON** tenere il cellulare a tavola: in famiglia durante i pasti si dialoga!
- **NON** parlare al cellulare mentre si passeggia con il bambino: **CONDIVIDI** il tempo con lui.
- **EDUCARE** il bambino all'uso corretto e consapevole (condividi password e contenuti!)

IN GRAVIDANZA, TIENI IL CELLULARE LONTANO DAL PANCIONE