

NON È MAI TROPPO PRESTO!

9 consigli digitali per neogenitori

Diventare genitori oggi vuol dire fare i conti con un **mondo pieno di schermi, notifiche e connessioni** che non si spengono mai. **La connessione più importante resta quella tra te e il tuo bambino:** uno sguardo, una carezza, una risata condivisa.

1

ALLATTARE È UNO SGUARDO

Quando allatti guarda il tuo bimbo. È un momento fondamentale per creare connessione e sicurezza. Il telefono e lo scroll possono aspettare.



2

TU PRIMA DELLO SCHERMO.

Quando sei con il tuo bambino, metti via il telefono: lo sguardo e la voce della mamma o del papà sono più importanti di qualsiasi notifica.



3

OCCHI NEGLI OCCHI.

Ogni momento di attenzione condivisa – per esempio mentre cambi il pannolino – vale più di mille video.



4

A TAVOLA INSIEME

Non usare il video o la tv come distrazione per far mangiare il bimbo o la bimba.



5 IL LEGAME SI COSTRUISCE CON LA PRESENZA FISICA.

Abbracci, carezze, parole, sguardi sono la vera "tecnologia affettiva" che nutre lo sviluppo.



6 NIENTE SCHERMO PER CALMARE.

Non usare video o smartphone per distrarre o tranquillizzare: insegna a gestire le emozioni con la tua presenza.



7 STAI ATTENTO AL TUO USO DEL DIGITALE.

I bambini imparano guardandoti. Se stai sempre con lo smartphone in mano, penseranno che la vita sia solo quella.



8 SI GIOCA CON GIOCATTOLI TOCCABILI E MANIPOLABILI.

Offri al bimbo giochi e oggetti semplici da esplorare con le mani: stimolano molto più di un'app.



9 POCHISSIMI SCHERMI NEI PRIMI TRE ANNI.

Nei primi anni il cervello ha bisogno di toccare, maneggiare, guardare, imparare.



EDUCA TUO FIGLIO, NON IL TUO CELLULARE!