

Patto educativo digitale della Città' di Legnano

**“Tecnologia sì...
ma gradualmente!”**

Perché sottoscrivere un patto digitale?

Perché desideriamo promuovere l'uso sano, responsabile e creativo dei media digitali.

In alcuni casi, infatti, i dispositivi digitali generano una **dipendenza** che può portare **all'isolamento sociale sviluppando ansia e depressione.**

- L'educazione digitale parte in famiglia ma serve il sostegno della comunità educante.
- Aderire al patto significa non essere soli.

Sottoscrivendo il presente documento aderiamo ai principi del Manifesto dell'educazione digitale di comunità.

In particolare, per quanto riguarda la gestione dei dispositivi digitali nelle nostre famiglie, ci sfidiamo a rispettare nella quotidianità le seguenti regole decise insieme per promuovere, sia nella nostra casa sia nella comunità, un uso sano, responsabile e creativo dei media digitali.

Per lo smartphone aspettiamo almeno i 12 anni



Lo smartphone **e' uno strumento non e' un traguardo. Per comunicare fuori casa, puo' bastare un cellulare senza connessione, per i compiti puo' bastare il diario**

Se avete già dato lo smartphone provate a dare delle regole per un **utilizzo consapevole e rispettoso**. Il gruppo di lavoro individua nei 12 anni l'età minima per l'accesso al dispositivo, pur raccomandando i 14 anni come soglia ideale per una maggiore consapevolezza e maturità digitale.



App, Social, Chatbot in regola con l'età



NO all'utilizzo autonomo di Social e WhatsApp prima dei 14 anni, in conformità con la legge.

È fondamentale **verificare i contenuti e l'età** appropriata delle app e dei giochi, attraverso la **classificazione PEGI** (<https://pegi.info/it/node/59>)

La stessa cosa si applica per i **chatbot di IA**.



Definisci LUOGHI e ORARI dei dispositivi



EVITARE L'UTILIZZO dello SMARTPHONE:

- durante la notte
- a tavola
- a scuola
- durante lo sport (allenamento e spogliatoio)
- in occasione di momenti di condivisione e convivialità con amici e parenti
- durante lo studio a casa (se non utilizzato come strumento didattico)
- ai bambini/e in età 0-6 come strumento di intrattenimento

EVITARE L'UTILIZZO del TABLET:

- durante i pasti
- prima di andare a letto
- in luoghi isolati della casa

Gli schermi, conta anche la TV, si usano solo quando servono davvero.

Se li accendiamo per l'intrattenimento, non superiamo le **2 ore al giorno**

Anche gli adulti possono impegnarsi a cambiare in meglio alcuni aspetti delle loro abitudini digitali (chiedendo ai minori di aiutarli a farlo) ad es. riporre anche loro lo smartphone personale in una stanza diversa dalla camera da letto di notte.
Riservare dei momenti liberi dalle interferenze degli schermi per la famiglia.

GENITORI INFORMATI E DISPONIBILI A CAMBIARE IL PROPRIO COMPORTAMENTO per diventare ESEMPLI di comportamento

Cari adulti,

il nostro esempio è fondamentale, restiamo il punto di riferimento principale.
Mostriamo ai giovani e alle giovani come usare la tecnologia preferibilmente in modo consapevole e rispettoso.

Guardiamoli, ascoltiamoli per capire i loro bisogni.

Impegniamoci ad organizzare e a partecipare a momenti formativi sui temi dell'educazione digitale; cerchiamo di parlare spesso con i nostri figli/e di quello che facciamo e vediamo sugli schermi, in modo da sviluppare una maggiore responsabilità nell'utilizzo dei vari dispositivi e ambienti digitali.

COSA POSSIAMO FARE PER CRESCERE INSIEME?

- Educiamo nostro/a figlio/a all'utilizzo del digitale
- Insegniamo l'utilizzo degli strumenti per il benessere digitale (limite di tempo, utilizzo settimanale ecc.)
- Troviamo ogni giorno un momento per farci raccontare cosa hanno visto o fatto online
- Usiamo i dispositivi in spazi condivisi della casa
- Il sonno è importante per i giovani, teniamo gli strumenti digitali fuori dalle camere
- Favoriamo la lettura e il gioco, anche insieme ad altri/e ragazzi/e
- Offriamo loro delle alternative: gite, passeggiate in montagna o del tempo di qualità insieme

Frutto del lavoro svolto all'interno del **progetto “La scuola si fa città”**, questo documento nasce dalla **collaborazione tra le diverse realtà del territorio** che hanno contribuito a costruire un pensiero condiviso: **Amministrazione Comunale, Cooperativa Stripes, Istituti Comprensivi e scuole paritarie, oratori, doposcuola, Centri di Aggregazione Giovanile, comitati genitori e Rappresentanti dei Consigli d'istituto.**

Sono stati coinvolti nella riflessione anche alcuni ragazzi e ragazze delle classi terze degli istituti comprensivi.

Auspichiamo che, da qui in avanti, il Patto Digitale di Comunità diventi un'occasione di riflessione per un numero sempre maggiore di persone, restando eventualmente aperto al contributo di chiunque vorrà integrare i contenuti.

FIRMA ANCHE TU QUESTO PATTO DIGITALE





Quali conseguenze comportano l'esposizione precoce e l'uso prolungato delle tecnologie digitali?

Esistono delle evidenze scientifiche?

I bambini e le bambine hanno bisogno di fare esperienza diretta del mondo: devono poter toccare, lanciare, annusare, interagire con le persone per crescere sani. **L'uso precoce degli schermi** (prima dei 2-3 anni) si sostituisce a queste esperienze e le evidenze scientifiche mettono in luce il legame tra utilizzo precoce e possibili **ritardi nello sviluppo del linguaggio e a una minore capacità di concentrazione**, perché il cervello si abitua a stimoli troppo rapidi e passivi.

Per bambini/e e adolescenti conta anche la **quantità di tempo** passato davanti agli schermi: oltre ai **rischi emotivi, psicologici e relazionali** si sommano anche svariate **problematiche fisiche** (postura, vista, disturbi del sonno, irritabilità, dipendenza, ecc.)

La letteratura scientifica sull'argomento è ormai molto vasta e molte associazioni pediatriche (come l'APP americana o la SIP italiana) hanno pubblicato linee guida basate su ricerche che confermano una **correlazione tra tempi eccessivi di connessione e un aumento di ansia, isolamento sociale e calo del rendimento scolastico**.

Le app di parental control possono rappresentare uno strumento utile?

Le app di **parental control** possono rappresentare degli utili "salvagente" per le prime "traversate" del mondo digitale: in una fase iniziale, sono strumenti preziosi perché ci permettono di **limitare i tempi di utilizzo e filtrare contenuti non adatti** alla sensibilità dei più piccoli. Rappresentano un aiuto concreto per i genitori nel gestire la sicurezza mentre i bambini iniziano a esplorare. Tuttavia, **l'obiettivo finale dovrebbe rimanere l'autonomia**: se li accompagniamo con regole e indicazioni chiare, consegnando lo smartphone verso i 14 anni e i social all'età corretta, il controllo tecnologico dovrebbe progressivamente lasciare il posto alla loro capacità di scelta. La protezione più efficace non sarà rappresentata da un software, ma dal **senso critico sviluppato negli anni grazie al supporto e all'educazione ricevuta**.

Questi strumenti spesso sono già dentro i dispositivi che usiamo: sui dispositivi Android, l'app di riferimento è **Google Family Link**, mentre su iPhone o iPad, esiste la funzione Tempo di utilizzo già integrata nelle impostazioni di iOS. Per il computer di casa Windows offre Microsoft **Family Safety**, mentre i Mac hanno i propri **Controlli parentali** nel menu di sistema.

La rete Internet è un luogo pericoloso per bambini/e e ragazzi/e?

Più che un luogo pericoloso in assoluto, la rete è come una grande metropoli. Non è da demonizzare perché offre grandi opportunità di scoperta e apprendimento, ma come ogni piazza affollata presenta dei rischi. Pensiamo all'incontro con contenuti violenti, al cyberbullismo o al contatto con sconosciuti, situazioni per cui i più giovani potrebbero **non avere ancora le "difese" adatte**. A nessuno verrebbe in mente di lasciare un bambino solo in una grande città e, allo stesso modo, non dobbiamo lasciarlo solo nelle esperienze online. **Educare all'uso consapevole** significa accompagnarli nella scelta di app e giochi adatti alla loro età, spiegando i "perché" di certi limiti e trasformando la navigazione in un'attività condivisa, fatta di dialogo e regole chiare per esplorare il web in totale sicurezza.

Mio figlio utilizza dei videogiochi che non mi sembrano adatti alla sua età, come devo comportarmi?

Se hai il dubbio che un videogioco non sia adatto, puoi ricorrere al sistema **PEGI**, uno standard europeo che trovi sulla confezione o negli store digitali: i numeri indicati (3, 7, 12, 16, 18) non misurano la difficoltà, ma l'adeguatezza dei **contenuti per proteggere i minori da violenza o linguaggio volgare**. Il consiglio è di sederti accanto a tuo/a figlio/a, cercare di comprendere il gioco e spiegarli con calma perché certi contenuti sono pensati per i più grandi. Consultando il sito ufficiale www.pegi.info è possibile leggere le descrizioni dettagliate di ogni titolo.

Perché mio figlio deve aspettare 14 anni per usare da solo Whatsapp, i Social Network e l'Intelligenza Artificiale Generativa?

È un requisito di legge dal 2018, a seguito del **Regolamento europeo sulla Privacy**. Riguarda WhatsApp e tutti i Social Network. Con la **legge 132 del 2025** questo requisito si è esteso anche ai **chatbot di IA generativa**. Ad alcuni può sembrare eccessivo, ma ci sono molti motivi seri per rispettarlo, non solo dal punto di vista legale, ma anche del benessere psicologico dei minori.

La Società Italiana di Pediatria consiglia di attendere i 13 anni (<https://sip.it/>).

N.B.: La legge si riferisce all'utilizzo autonomo (apertura di account personali) da parte dei minori: è consentito quindi prima dei 14 anni l'utilizzo insieme ai genitori, con il loro assenso esplicito o con il loro stretto monitoraggio.