



0-3 AÑOS



Para el buen desarrollo del niño, **no debemos exponerlos a las pantallas antes de los 3 años.**

Uso
digital
responsable

3-4 AÑOS

No se deja al niño solo frente a la pantalla. **Los padres lo guían y fijan las reglas.** Por el bienestar del niño, el tiempo de exposición a la pantalla no debe superar los 30 minutos por día.



Utilizar juegos
manuales

Bricolaje

Cantar

Bailar

Pintar

Cocinar

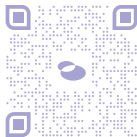
Disfrazarse

Explorar
la naturaleza

Compartir
historias

Construir cabañas

Encontrará más información y otros
«trucos y astucias» para la vida diaria en
usagenumeriquevalais.ch



usage numérique
responsable
Medienkompetenz



Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis



CANTON DU VALAIS
KANTON WALLIS

Con el apoyo de

