

Uso
digital
responsável

8 - 12 ANOS

As **idades** recomendadas devem ser **respeitadas**.

O **adulto cria um vínculo de confiança** que permite à criança falar sobre as suas experiências digitais.

Um **enquadramento claro responsabiliza a criança** sobre as suas ações nos ecrãs.



Programar um temporizador
para o tempo de ecrã

Jogos teatrais, mímicas

Incentivar atividades
em clubes ou associações

Brincar com os
amigos, sem ecrãs

Mostrar o que gostamos
de fazer nos ecrãs

Requisitar livros na biblioteca

Mais informações e outras «dicas e
truques» para o quotidiano em
usagenumeriquevalais.ch



usage numérique
responsable
Medienkompetenz



Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis



CANTON DU VALAIS
KANTON WALLIS

Com o apoio de

