

Medias digitalas



In muossavia per geniturs e lur affons

sursilvan

La purschida ei immensa!

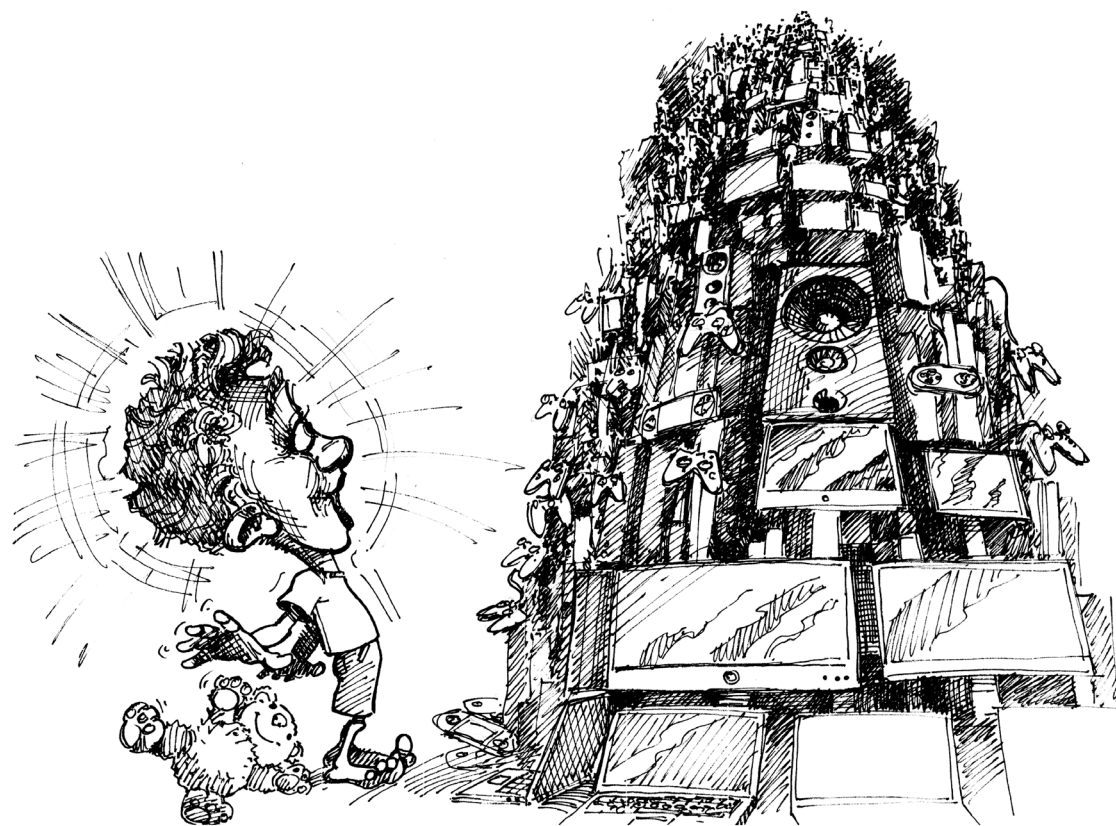
Tablets, televisiun, telefonins, consolas da giugs, internet ...

Affons ston saver discuorer directamein cun autras persunas per acquistar lungatg. Gnanc in soli affon empen lungatg mo cun consumar medias!

La purschida da medias electronicas ei strusch pli da surveser. Dad ina vart san las novas medias esser fetg nizeivlas e divertentas. Dall'otra vart laian ellas era secumblidar nus, san far nus distracts e schizun dependents.

Perquei eisi impurtont d'emprender ensemen culs affons **co duvra las novas medias:**

- a moda raschuneivla
- cun risguardar la vegliadetgna digl affon
- cun esser cunscients dalla responsabladad



Ei drova reglas e cunvegns

Discurri cun vies affon sur dils suandonts puncts

Tgei ch'igl affon astga mirar ni giugar

Medias adattadas alla vegliadetgna digl affon

Programs da televisiun, DVDs, films, paginas d'internet e giugs da computer duessen esser adattai alla vegliadetgna da vies affon.

En tgei lungatgs

Fagei stem che vies affon consumeschi las medias en siu lungatg-mumma ni per tudestg.

Protecziun dils affons e dils juvenils

Activei sin tut vos apparats la segironza per affons ed ils filters.



Il temps ei decisivs

Cura?

Secunvegns cun vies affon, da tgei uras ch'igl ei lubiu da mirar televisiun, duvrar il computer, la consola da giugs, il telefonin ni il tablet.

Con ditg?

Persunas dil fatg cusseglian a di maximalmein:

entochen 3 onns.....	0 minutas
3-5 onns.....	30 minutas
6-9 onns.....	45 minutas
10-13 onns.....	60 minutas
naven da 14 onns.....	90 minutas

Tschentar giu

Silsuenter duess gl'apparat vegnir tschentaus giu e mess dalla vart.



Ei drova reglas e cunvegnas

Ensemen cuagl affon

Ensemen

Experientschas medias comunablas porschan a vies affon in'atmosfera emperneivla e la pusseivladad da sediscussiunar. Affons ston saver discuorer cun enzatgi per elavurar lur experientschas medias e sclarir damondas en quei connex. Cheutras empren gl'affon novs plaid e trenescha da s'exprimer.

Seigies cheu per vies affon!



Controllar

Controllei las apps ed ils programs installai.

Aschia saveis vus, per tgei che vies affon s'interessescha e tgei ch'el consumescha con ditg.

Daco ei quei impurtont?

Reglas e cunfins

Claras reglas e clars cunfins gidan a contonscher quei che vus haveis fatg giu cun vies affon. Cunvegnas dattan segirtad ed orientaziun agl affon.

Scaffir la basa

Aschia scaffis vus ina basa solida, per che vies affon sappi duvvar las medias digitalas a moda responsabla - e quei senza stuer scungirar quellas.

Esser consequents

Entras esser consequents sa vies affon acceptar e setener meglier vid las reglas.



Alternativas dat ei biaras!

Tgei san ins far, sch'il temps fixau pil diever dallas medias digitalas ei vargaus?
Vus haveis differentas pusseivladads!

Esser sez*za in bien exempel

Co nezegeis vus sco geniturs vies temps senza medias?

Vus sco geniturs haveis in'im-purtonta **funzioni d'exempel.** Affons emperdan bia entras imitar autras persunas.

Seigies pia sezs in bien exempel e schei buc adina tschentau en la televisiun, schei il tablet en truchet ni il telefonin ella tastga.

Temps per aventuras

Activitads sco far termagls ni ir giado ell'aria frestga, ella natira, gidan vies affon a scuvierer sez il mund real.

Duront far sport ni termagliar vegnan tut ils senns activai. Ils affons emperdan co saver semuentar meglier e co ir entuorn in cun l'auter.

Quei promova era las habilidades linguisticas da vies affon.

Medias digitalas e giugs digitalas duessen adina restar ina pintga part dil temps liber.



Alternativas dat ei biaras!

Activitads en fuorma da giug

Far termagls ni giugar ei buca mo in'occupaziun duront il temps liber, mobein la preparaziun ideala per la veta.

Leutier sviluppescha vies affon differentes interess e scuviera aschia, tgei ch'el fa bugen e tgei meins bugen.



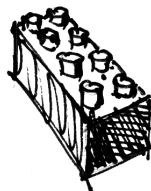
Malegiar e dessignar

Cun malegiar e dessignar scuvieran ils affons colurs, fuormas, il spazi, proporziuns e cuntrasts. Il medem mument treneschan els era la motorica fina dils mauns e scoleschan igl egl.



Zambergiar e far lavurs manualas

Biars affons zambregian bugen. Cheutras sviluppeschan els lur fantasia, emprendan da planisar, da capir connex e co duvrar differentes materials.



Sport

Moviment augmenta la prestaziun corporala, dat musclas ed ossa ferma. La posiziun dil tgierp vegn pli stabila, il cor ed il lom lavuran meglier. Quei munta: Dapli oxigen el tschurvi per saver patertgar pli intensiv.

Sch'in affon empren d'enconuscher il spért da gruppa e la fairness, lu promova quei il svilup social.

Musica

Emprender da sunar in instrument promova il sentiment da ritmus, la capientscha per harmonia e matematica. Duront far musica san ins esser creativs ed exprimer ses sentiments.



Cuschinar, far pettas ni paun



Cuschinar, far pettas ni paun ein experientschas sensitivas pigl affon. Leutier empren el co senutrir a moda sanadeivla e co duvrar las maglias.

Cudischs da maletgs e da lectura

Cudischs ein fetg impurtonts per emprendre in lungatg e per scuvierer il mund! Ultra da quei promovan els la memoria ed animeschan la fantasia.



Far termagls cun auters affons



El giug communabel emprendan ils affons da vegnir perina, da sligiar conflicts in denter l'auter e d'emprendre in da l'auter.



Affons drovan temps

Ei sto buc adina esser organisau e planisau tut en mintga detagl.

Haver liunguriala ei impurtont! Aschia neschan novas ideas da giug.

Cheu anfleis vos ulteriuras informaziuns davart il tema:

- www.bsgl.ch/digitalemedien
- **Brevs da medias – SCHAU HIN!**
www.schau-hin.info
Cheu anfleis vos brevs da medias cun tips precis per affons ella vegliadetgna da 3 entochen 13 onns.
- **Empustaziun dalla brochura ni squitschar quella en ulteriurs lungatgs sut**
www.bsgl.ch/digitalemedien

Edizium:

Berufsverband St.Galler Logopädinnen
und Logopäden BSGL



Cun sustegn amicabel da:

Kantonaler Lehrerinnen- und Lehrerverband St. Gallen (KLV)
Deutschschweizer Logopädinnen- und Logopädenverband (DLV)
Schweizer Hochschule für Logopädie Rorschach (SHLR)

Indicaziun dallas fontaunas

Kinderschutzzentrum St.Gallen
jugendundmedien.ch
kindergesundheit-info.de
schau-hin.info/service/medienbriefe
medienanstalt-nrw.de

Concepziun, configuraziun e cumposiziun
Prozessor Werbung SGD, St.Gallen
Illustraziuns
Christo Dagorov, Rorschach

