

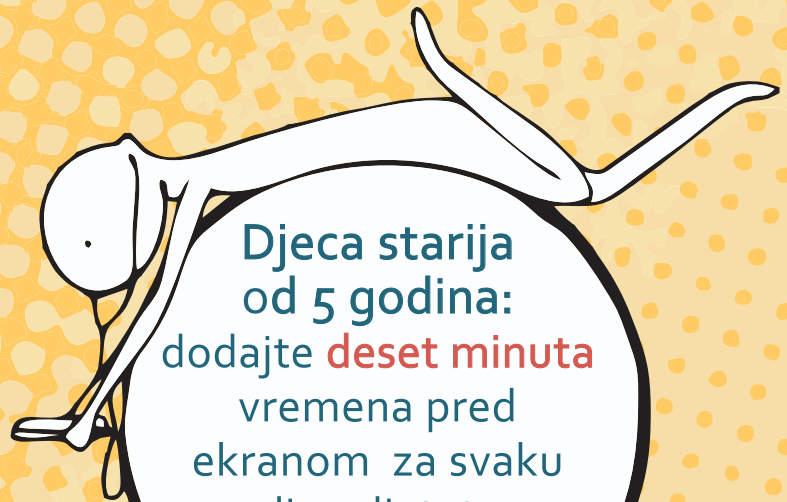


Djeca mlađa
od 2 godine
uopće ne bi
trebala provoditi
vrijeme pred
ekranima.



Djeca u dobi
od 2 do 5 godina
ne bi trebala
provoditi dulje od
jednog sata
dnevno ispred
ekrana.

1 sat



Djeca starija
od 5 godina:
dodajte deset minuta
vremena pred
ekranom za svaku
godinu djetetove
starosti.

+10 min

EduSkills+
Media

Sufinancirano sredstvima
programa Europske unije
Erasmus+



Ekrani mogu biti korisni i zabavni, ali mala djeca za zdrav razvoj trebaju mnogo prave igre, kretanja i povezanosti s drugima. Uravnotežena dnevna rutina znači da ekrani ne zamjenjuju san, igru na otvorenom, kreativnost ili zajedničko vrijeme s obitelji.

S malim svakodnevnim navikama, poput zajedničkog gledanja sadržaja, odabira mirnijih sadržaja i osiguravanja da su obroci te vrijeme prije spavanja razdoblja bez zaslona, možete stvoriti uravnoteženo digitalno okruženje za svoje dijete.



Pročitajte više u letku
Eduskills+Media



Djeca i mediji

Prostor za vaše mišljenje

**Koliko je lako ograničiti
vrijeme pred zaslonom?**

Označite:

