

RACCOMANDAZIONI DI TORINO

per il benessere e la sicurezza digitale di bambini/e da 0 a 6 anni

Il rapido sviluppo e la diffusione degli strumenti digitali hanno raggiunto anche i bambini e le bambine in età prescolare. Le Raccomandazioni di Torino per la fascia 0-6 anni nascono dal **Tavolo Tecnico per l'Educazione e il Benessere Digitale**, che ha riunito servizi e istituzioni del territorio impegnati quotidianamente nella **cura dei più piccoli**, con l'obiettivo di offrire a famiglie, nidi, scuole e professionisti della prima infanzia una **guida condivisa e autorevole** per accompagnarli in modo consapevole e sicuro nell'era digitale.

1

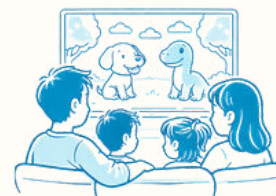


LA PRESENZA FA LA DIFFERENZA

Offri tempo di qualità e la tua attenzione piena. Mettere da parte lo smartphone nei momenti condivisi (pasti, gioco, nanna), aiuta i bambini/e a sentirsi visti e ascoltati. Il tuo sguardo crea relazione.

PRIMI PASSI NEL DIGITALE

Sei importante per i tuoi bambini/e. Accompagnali in modo graduale nella scoperta del digitale: limita i tempi, scegli contenuti adatti su schermi grandi, come la TV, e guardateli insieme.



2

3



GIOCARE SENZA SCHERMI

Dai priorità a esperienze corporee, natura, libri e gioco condiviso, soprattutto quando i bambini/e sono agitati, annoiati o in attesa. Abbracci, parole e immaginazione favoriscono calma e connessione.

I PEDIATRI CONSIGLIANO

Niente schermi sotto i 2 anni, poi gradualmente fino a un massimo di 1 ora al giorno a 5 anni. Evita di usarli a tavola o prima di dormire, per calmare o distrarre i bambini/e. Non lasciarli soli davanti agli schermi.



4

5



PROTEGGI I BAMBINI/E ANCHE NEL WEB

Attenzione a condividere foto e video, anche con persone fidate: una volta online possono circolare senza controllo. Evita di pubblicare immagini di bambini/e senza il consenso dei genitori: è illegale.

SCHERMI GIÙ E UN ABBRACCIO IN PIÙ

A scuola e al nido, ingressi e uscite senza smartphone, per saluti attenti e presenti. Meno foto e video tra famiglie e insegnanti, più dialogo per creare fiducia e lasciare spazio ai bambini/e per raccontare le loro esperienze.



6

7



NON SEI SOLO/A

Cerca alleanze in questa sfida digitale! Altre famiglie e figure professionali possono aiutarti. Condividi queste informazioni per costruire insieme una comunità educante.

RACCOMANDAZIONI DI TORINO

per il benessere e la sicurezza digitale di bambini/e da 0 a 6 anni

Le presenti Raccomandazioni per la fascia 0-6 anni sono state elaborate dal Tavolo Tecnico multiprofessionale per l'educazione e il Benessere Digitale di Torino, che ha riunito i **principali soggetti territoriali impegnati nel lavoro con i bambini**: servizi educativi, sanitari, sociali e di tutela dell'infanzia. Il percorso condiviso ha integrato evidenze scientifiche e buone pratiche nazionali e locali, con l'obiettivo di offrire una **guida operativa per promuovere, fin dalla nascita, un ambiente educativo digitale sicuro**. In continuità con le *Raccomandazioni di Milano* per bambini e preadolescenti (6-14 anni), il presente documento adatta i principi generali alla fascia prescolare, offrendo a professionisti, istituzioni, scuole e servizi indicazioni, esempi concreti e suggerimenti applicativi per un'implementazione coordinata sul territorio. Le Raccomandazioni non si limitano a suggerire comportamenti immediatamente applicabili, ma individuano anche obiettivi raggiungibili nel medio periodo attraverso un lavoro condiviso, tracciando una direzione strategica per il **benessere digitale dell'infanzia**.

1

LA PRESENZA FA LA DIFFERENZA:

La consapevolezza degli adulti

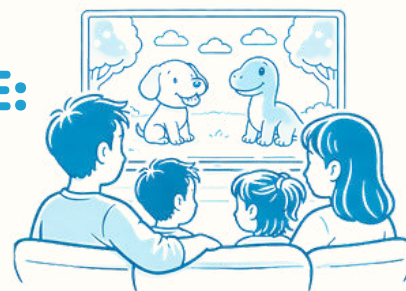


Diventare genitori nell'era digitale significa crescere i propri figli/e in un contesto in cui schermi e connessioni fanno parte della quotidianità. Il modo in cui i bambini e le bambine impareranno a stare nel mondo digitale dipende soprattutto dallo **sguardo**, dalle scelte e dall'**esempio degli adulti** che li circondano.

Nei primi anni di vita, sicurezza emotiva, linguaggio e capacità di relazione si costruiscono attraverso il **contatto diretto**: la voce che rassicura, lo sguardo che incontra le espressioni del volto, gesti e gioco condiviso. Quando però l'**attenzione dell'adulto** viene assorbita dagli schermi (durante i pasti, il gioco e i momenti di cura), si riducono le occasioni di dialogo, **ascolto** e scambio che nutrono lo sviluppo. Per questo è importante che gli adulti si concedano tempi senza schermi, in cui poter essere davvero presenti.

Occuparsi di educazione digitale nella fascia 0-6 significa anche interrogarsi sulle proprie **abitudini online**: silenziare le notifiche nei momenti in famiglia e scegliere consapevolmente quando e come connettersi, riconoscendo le proprie fatiche e risorse. Gli adulti possono offrire ai bambini/e un modello di uso equilibrato della tecnologia e costruire un clima familiare ricco di **relazioni autentiche e dialogo**.

2 PRIMI PASSI NEL DIGITALE: Gradualità e accompagnamento



Nella fascia 0-6 anni, le esperienze digitali non favoriscono la crescita e il neurosviluppo.

Le evidenze disponibili indicano che, in questa fase evolutiva, le competenze cognitive, linguistiche, motorie ed emotivo-relazionali si strutturano prevalentemente attraverso **esperienze concrete, interazioni dirette e gioco attivo**. È quindi raccomandato evitare che i dispositivi diventino strumenti personali dei più piccoli: niente smartphone o tablet “del bambino/a”.

Qualora vengano utilizzati gli schermi, è preferibile privilegiare quelli grandi, come la televisione, collocati in spazi comuni della casa e gestiti dagli adulti. Anche i contenuti (cartoni, film, app, videogame, ecc.) dovranno essere scelti in base alla fase evolutiva. Le principali piattaforme streaming e gli App Store forniscono **indicazioni di età per i contenuti** ed è fondamentale rispettarle.

Per i videogiochi è utile tenere conto delle classificazioni d'età fornite dalla Pan European Game Information (PEGI: pegi.info/it). In questo modo il digitale resta un supporto occasionale e guidato, evitando che assuma un ruolo centrale nella routine quotidiana e influisca negativamente sui processi di crescita e sviluppo.

3 GIOCARE SENZA SCHERMI: Corpo, natura, immaginazione



Nei primi anni di vita, bambine e bambini apprendono soprattutto attraverso **il corpo, i sensi e l'incontro**

con le persone e gli ambienti che li circondano. Il gioco libero, il movimento, la natura, la lettura su carta, le storie raccontate e le attività creative sostengono il loro **sviluppo motorio, linguistico, emotivo e sociale** in modo insostituibile.

Per questo è importante che il tempo davanti agli schermi non sottragga spazio a queste **esperienze reali**. Nella vita quotidiana può essere utile offrire **alternative concrete** al digitale: chiacchierare durante i pasti, proporre rituali di addormentamento senza dispositivi, portare i bambini/e nei cortili, parchi e spazi d'incontro, **valorizzare la noia** come occasione per inventare giochi, raccontare e immaginare.

4

I PEDIATRI CONSIGLIANO: linee guida scientifiche



Per orientarsi tra informazioni contrastanti sull'uso del digitale in età evolutiva, le famiglie possono fare riferimento alle linee guida elaborate dalle principali società pediatriche, che forniscono indicazioni basate su evidenze aggiornate e condivise a livello internazionale.

In particolare, le ultime linee guida convergono nell'indicazione di **evitare completamente gli schermi sotto i 2 anni**. Nella fascia successiva, tra i 2 e i 5 anni, l'introduzione di eventuali attività digitali dovrebbe avvenire per brevi momenti, sempre con la presenza attiva dell'adulto e con contenuti adeguati e di qualità, **in modo progressivo fino ad arrivare a un massimo di un'ora al giorno intorno ai 5 anni**. Nella fascia 0-6 anni è particolarmente importante non usare gli schermi come calmante, ricompensa o intrattenimento, soprattutto durante i pasti e nella fase che precede l'addormentamento. Questi momenti rappresentano occasioni privilegiate di interazione, dialogo e consolidamento del legame affettivo, favorendo lo sviluppo del linguaggio e del ritmo sonno-veglia. In caso di **bisogni educativi speciali** o **neurodivergenze**, confrontarsi con pediatri e professionisti di riferimento per valutare se e come integrare il digitale nel percorso di crescita.

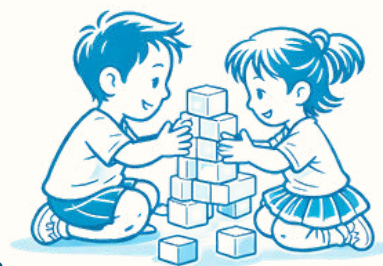
5

PROTEGGI I BAMBINI/E ANCHE NEL WEB: custodisci la loro privacy



Fin dalla nascita, ogni bambina e ogni bambino ha **diritto alla tutela della propria identità personale**, compresa quella digitale, che va protetta e rispettata. Pubblicare immagini, video o informazioni li inserisce in uno spazio online dove i contenuti possono essere scaricati, modificati e diffusi nel tempo, senza il controllo di chi li ha condivisi. Sotto i 6 anni (e anche successivamente), i bambini/e non sono in grado di comprendere le conseguenze della circolazione online delle loro immagini: per questo è compito degli adulti **custodire con cura la loro presenza nel digitale**, limitando la quantità di contenuti condivisi e la loro visibilità. È importante che gli adulti si chiedano se ciò che stanno condividendo risponde davvero al benessere del bambino/a o piuttosto a un bisogno dell'adulto. Non è consentito creare profili social a nome dei minori, né pubblicare immagini di altri bambini senza il **consenso** dei loro genitori o di chi ne esercita la responsabilità.

6 SCHERMI GIÙ E UN ABBRACCIO IN PIÙ: Il digitale nei Servizi educativi 0-6



Nei nidi e nelle scuole dell'infanzia, la relazione diretta tra educatrici e famiglie è il cuore dell'**alleanza educativa**.

Gli ingressi e le uscite devono essere smartphone-free, per garantire saluti attenti e pienamente presenti.

Il confronto quotidiano non deve essere sostituito da semplici aggiornamenti via app o report fotografici alle famiglie, ma va sostenuto il **dialogo diretto**, valorizzando anche il racconto dei bambini e delle bambine quale elemento centrale dell'alleanza educativa.

In sezione si raccomanda al personale educativo di non utilizzare smartphone personali e per le attività di **documentazione** si suggerisce l'utilizzo di strumenti della struttura.

7 NON SEI SOLO/A: Alleanze per il benessere digitale



Il rapporto tra bambini/e e tecnologie digitali coinvolge educazione, salute e benessere sociale.

Per questo è fondamentale che i servizi educativi per la prima infanzia, le famiglie, i servizi sanitari territoriali e ospedalieri, le realtà sportive e culturali condividano **indicazioni chiare, coerenti e basate su evidenze scientifiche**, riconoscendosi parte di un'unica comunità educante. Quando gli adulti ricevono messaggi convergenti, diventa più semplice tradurli in scelte concrete nella vita quotidiana. Le istituzioni e gli enti coinvolti sono chiamati a sostenere e promuovere percorsi strutturati di **formazione e aggiornamento rivolti agli operatori che lavorano con la prima infanzia**. Particolare attenzione va posta alla prevenzione dei rischi per i bambini/e correlati all'esposizione precoce e non guidata ai dispositivi digitali.

Un intervento coordinato sin dalla nascita garantisce continuità con le "Raccomandazioni" per le età successive, accompagnando lo sviluppo armonico dei bambini e delle bambine nel tempo.

DOCUMENTO PROMOSSO DA:

Città di Torino - Assessorato alle Politiche Educative
Associazione MEC - Media Educazione Comunità
Società Italiana delle Cure Primarie Pediatriche - SICuPP Piemonte

PARTNER:

MIM - Ufficio Scolastico Regionale per il Piemonte - Ambito Territoriale di Torino
 Consiglio Regionale del Piemonte
 Garante dei diritti per l'infanzia e l'adolescenza della Regione Piemonte
 Co.Re.Com. Piemonte - Comitato Regionale per le Comunicazioni
 Città Metropolitana di Torino
 ASL Città di Torino
 Ospedale infantile Regina Margherita Sant'Anna
 Federazione SIGO Società Italiana di Ginecologia e Ostetricia
 Ordine degli Psicologi del Piemonte
 AGIPPSA - Associazione dei Gruppi Italiani di
 Psicoterapia Psicoanalitica dell'Adolescenza
 Polizia Locale Torino - Nucleo di prossimità
 Servizi Educativi della Città di Torino - Coordinamento Pedagogico
 Tutti in Rete - Tavolo multiprofessionale per la tutela dei minori
 Fondazione Patti Digitali
 Progetto Custodi Digitali

HANNO PARTECIPATO ALLA STESURA DEL DOCUMENTO:

Carpignano Simone, Cascino Alessandra, Cattaneo Antonella, Cottone Antonella,
 Di Leva Alice, Di Paola Silvia, Malorgio Emanuela, Mignosi Alda, Morero Daniela,
 Mortara Giulia, Gioelli Iris Marina, Pantaleo Barbara, Patriarca Lorenza, Ravalli Giovanni,
 Russo Dario, Salerno Carlotta, Siccardi Ilaria, Sharka Ona, Verzari Rita.

REDAZIONE E COORDINAMENTO A CURA DI:

Silvia Di Paola, Alice Di Leva e Emanuela Malorgio

Per citare: "Di Paola S., Di Leva A. e Malorgio E. (2026), Raccomandazioni di Torino
 per il benessere e la sicurezza digitale di bambini/e da 0 a 6 anni."

PER INFORMAZIONI: mecpiemonte@associazionemec.it • presidenza@sicupp.org

Con il patrocinio di: