



Italienisch
italiano

Tempo dedicato ai media

Contano: Gameboy, Cellulare, iPod, Playstation, Computer, televisione e così via. Informatevi dei dispositivi usati e dei loro contenuti e delle possibilità di applicazione e tematizzate ciò con i vostri figli. Computer, Televisione e così via non dovrebbero essere nella stanzetta, così avrete un controllo migliore del consumo dei media. Limitate il consumo dei media dei vostri figli.

Linea guida:
dai 14 anni 2 ore al giorno

Protezione della gioventù e dipendenza

Comportamenti cospicui dei vostri figli possono indicare un problema o una esposizione a un rischio. Fate vedere ai vostri figli il vostro interesse e conversate con loro. Mantenete i contatti con i genitori degli amici dei vostri figli se non è possibile mantenete il contatto con la scuola o con le istituzioni corrispondenti.

Contatti e siti

School social work: Kurt Staub 079 374 57 86 kurt.staub@schule-wald.ch
parents emergency ZH: 044 261 88 66 www.elternnotruf.ch
addiction ZO hotline for parents: 043 399 10 99 www.sucht-praevention.ch
youth support center Wald ZH "Let's talk": 055 246 40 19 www.jugendarbeit-wald.ch *

"Dargebotene Hand": 143 www.143.ch

„Pro Juventute“: 147 www.147.ch

„Jugend und Medien“: www.jugendundmedien.ch

*raccomandabile, attuale: contiene informazioni per giovani, per genitori e molti altri link interessanti

Let's talk about ...

PER GENITORI E GIOVANI
DISCUTERE, PORRE, ADEGUARE REGOLE...

Paghetta / denaro mensile / salario Gioventù

Solo chi ha denaro a disposizione, può imparare a trattare con esso. Per questo è utile che il vostro bambino riceva la paghetta mensile o settimanale. Mettete in chiaro con i vostri bambini per quale scopo viene usata la paghetta ed evitate di usare la paghetta come metodo educativo.

Linea guida:

7. - 8. Classe	30.-	a	40.-	Mensili
9. - 10. Classe	40.-	a	50.-	Mensili

La paghetta è determinata dalle possibilità finanziarie della Famiglia. Denaro per i vestiti e per il cellulare può essere incluso insieme alla paghetta. Trattate insieme a vostri figli lo scopo della paghetta e mettete in chiaro per cosa deve essere usato il denaro.

Informazioni:

www.jugendarbeit-wald.ch / Linkseite für Eltern / Budgetberatung / Kinder und Jugendliche / Taschengeld (pdf)

Alcuni giovani sono pronti per prendersi responsabilità di un Conto - bancario o postale verso la fine delle superiori. Provare e controllare!

Bisogno di sonno

Il bisogno di sonno è molto individuale. Nella Pubertà diminuisce di circa di 2 ore. Ad alcuni giovani bastano meno di sei ore per notte, altri invece hanno bisogno più di nove ore per notte.

Nutrizione

Una buona colazione dà il fabbisogno energetico per affrontare la giornata. Chi di mattina non ha fame può portarsi una merenda per la ricreazione oppure usare il chiosco della scuola. Ricordarsi a vicenda di bere abbastanza acqua durante la giornata aiuta a ricordarsi meglio l'importanza di bere abbastanza.

Uscita

Interessatevi dei piani dei vostri figli. Chiarite prima dell'uscita dei vostri figli i seguenti punti:

Dove vai?

Con chi vai?

Che cosa fai lì?

Quando ritorni?

Come sei raggiungibile?

Assicuratevi che i vostri figli rispettino gli orari stabiliti. In situazioni di dubbio metetevi in contatto con i genitori dei giovani coinvolti.

I giovani dovrebbero essere a casa:

Età	Domenica a giovedì	venerdì e sabato
1./2./3. OS	ore 21/22/22	ore 23/23/24

Cellulare

Impostate un cellulare con una carta SIM Prepaid con un credito di 25.- o 30.- al mese. Se si vuole un abbonamento, regolate la paghetta.

Determinate dei orari senza cellulare per esempio: Quando si mangia, quando si va a letto, quando si studia e accertatevi che vengano rispettate.