MINI DNEVNIK

Dnevnik korištenja uređaja *tvog djeteta*

Sarah Piljek

Sretno roditeljstvo

Iako su uređaji često prisutni u životima djece, važno je pratiti **vrijeme** provedeno pred ekranima. Prekomjerno izlaganje može **negativno utjecati** na djetetovu pažnju, emocionalno zdravlje i socijalne vještine. Ovaj dnevnik pomoći će ti pratiti koliko vremena dnevno tvoje dijete provede ispred ekrana i omogućiti da prepoznaš trenutke kada je potrebno poduzeti promjene.

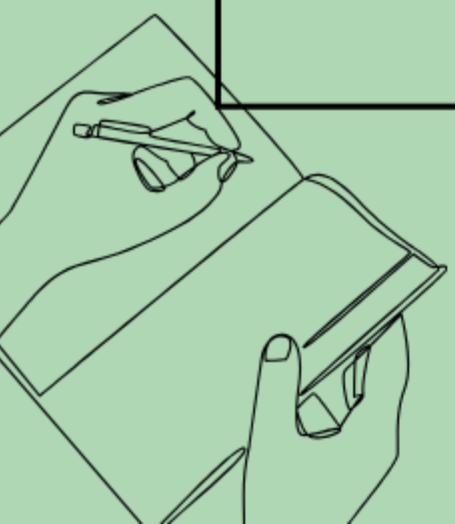
Korištenje ekrana može negativno utjecati na djetetovu sposobnost koncentracije i samostalne igre. Puno vremena provedeno pred ekranom može smanjiti mogućnost razvoja vještina **rješavanja problema i kreativnog razmišljanja.**

Sarah Piljek

Sretno roditeljstvo

Dnevnik korištenja uređaja *tvog djeteta*

DAN/DATUM	KOJI UREĐAJ JE DIJETE KORISTILO?	KOLIKO DUGO?	TKO JE BIO PORED DJETETA?



Sarah Piljek

Sretno roditeljstvo

„S malim koracima prema zdravijim navikama, možeš osigurati da tehnologija ne ometa ključne aspekte razvoja tvog djeteta.“

Sarah Piljek

Sretno roditeljstvo