## Informacja Prasowa Rodzicu, zadbaj o dziecięcy mózg! Wprowadź Domowe Zasady Ekranowe.

Kontakt dla mediów:

Dział PR

Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę

+48 22 616 02 68

[pr@fdds.pl](mailto:pr@fdds.pl)

Monika Kamińska

+48 609 007 178

Anna Grabowska

+48 518 511 652

## Warszawa, 27 sierpnia 2020

Wychowujemy pokolenie dzieci urodzonych w epoce urządzeń ekranowych i nowych technologii. Ponad 40 proc. rocznych i dwuletnich dzieci korzysta z tabletów lub smartfonów, a niemal co trzecie dziecko w tym wieku korzysta z tych urządzeń codziennie lub prawie codziennie[[1]](#footnote-2). Ekrany dają wiele możliwości i mogą pozytywnie stymulować mózg, ale używane nadmiarowo mogą negatywnie wpływać na rozwój i zdrowie dziecka oraz relacje rodzinne.

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę wraz z partnerami, Fundacją Orange oraz Facebook Polska startują z kampanią „Zadbaj o dziecięcy mózg” i promują Domowe Zasady Ekranowe.

Mózg dziecka to niezwykle plastyczny organ, wysoce podatny i wrażliwy na warunki zewnętrzne. Do prawidłowego i harmonijnego rozwoju potrzebuje doświadczeń bogatych w różne bodźce, bliskości i uwagi dorosłych oraz możliwości poznawania świata wszystkimi zmysłami. Dlatego niezwykle ważne jest, aby dziecko miało szansę swobodnej eksploracji otoczenia. Ograniczanie pola działania dziecka, rekompensowanie dziecku braku rodzicielskiej uwagi przez udostępnianie ekranów i brak uważności na jego potrzeby może mieć negatywny wpływ na rozwój struktur neuronowych jego mózgu.

**Domowe Zasady Ekranowe w zgodzie z dziecięcym mózgiem**

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę rozpoczęła kampanię „Zadbaj o dziecięcy mózg”, której celem jest zwrócenie uwagi rodziców na potrzebę zachowania równowagi w korzystaniu z urządzeń ekranowych przez dzieci oraz uważnego towarzyszenia dziecku i spędzania z nim czasu bez zbędnych rozpraszaczy w postaci ekranów. Fundacja proponuje rodzicom wprowadzenie do codziennego życia tzw. Domowych Zasad Ekranowych, czyli zbioru reguł dotyczących sposobów i czasu korzystania z ekranów. Zasady pomagają zadbać o prawidłowy rozwój mózgu dziecka, uczą uważności i równowagi między aktywnościami online i offline oraz mogą pozytywnie wpłynąć na relacje rodzinne.

Na potrzeby kampanii powstał [**film**](https://www.youtube.com/watch?v=reBzTX6UO5E&feature=youtu.be&fbclid=IwAR3CNRu1peaiIGOA9V3PMpmFPcjeeHfcAt-XqgXuvV7ZPBzodqF6WhdvMns) przedstawiający historię dziecięcego mózgu, który niepostrzeżenie wchodzi w fascynującą relację z ekranami, która z czasem okazuje się szkodliwa.

*Główny bohater filmu, czyli dziecko, jest jednocześnie personifikacją mózgu. Osiągnęliśmy ten efekt przy wykorzystaniu szczególnych możliwości filmowych. Dzięki temu widz będzie doświadczał tego, jak mózg reaguje na ekran i co czuje w danej sytuacji. Chcieliśmy w emocjonalny sposób pokazać mechanizm budowania swoistej zależności pomiędzy urządzeniami ekranowymi, a dziećmi i uwrażliwić rodziców na to, co się dzieje, kiedy pozwolimy, żeby ekrany zdominowały życie dziecka kosztem relacji rodzinnych* – mówi Łukasz Wojtasik z Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę. *Puenta filmu pokazuje, co każdy rodzic powinien zrobić i na co zwrócić uwagę, aby jego dziecko nie wpadło w pułapkę nadmiernego korzystania z ekranów. Pokazujemy, że ekrany nie są złe, ale zbyt wcześnie udostępniane dzieciom i wykorzystywane bez umiaru mogą być zagrożeniem dla ich rozwoju i zdrowia* – dodaje Wojtasik.

*Nie nadmiar, a umiar. Szczególnie w czasie pandemii, kiedy wiele aktywności przenosi się do internetu, warto dbać o zdrową równowagę w używaniu technologii. Oby ta kampania pomogła nam zatrzymać się na chwilę refleksji, przyjrzeć się naszym nawykom, rozmawiać o cyfrowych aktywnościach w rodzinie. Jej przekaz zachęca nie tylko do ustalania zasad i granic, ale po prostu wzajemnej uważności na to, kiedy technologie są niezbędne, kiedy wzbogacające, a kiedy warto odłożyć smartfony* – mówi Konrad Ciesiołkiewicz z Fundacji Orange.

Platformę kampanii stanowi strona [domowezasadyekranowe.fdds.pl](http://domowezasadyekranowe.fdds.pl/), na której rodzice znajdą szczegóły na temat zasad korzystania z ekranów w rodzinie oraz porady, jak je wprowadzić w życie. W serwisie znajdują się również materiały wideo, grafiki oraz szereg eksperckich artykułów i podcastów dotyczących m.in.: wpływu nadużywania ekranów na rozwój mózgu dziecka, sposobów zapobiegania uzależnieniu od ekranów czy sposobów budowania relacji z dzieckiem.

*Kwestia zachowania umiaru w korzystaniu z internetu, ale też naszych platform jest dla nas bardzo ważna. Nieprzerwanie rozwijamy narzędzia, które pomagają kontrolować to, ile czasu spędzamy na przykład na Facebooku. Wiemy jednak, że nawet najlepsze rozwiązania technologiczne nie zastąpią edukacji zaczynającej się już w domu. Dlatego od lat współpracujemy blisko z Fundacją Dajemy Dzieciom Siłę i wspieramy kampanie takie jak „Zadbaj o dziecięcy mózg”, które pełnią ogromnie ważną rolę w budowaniu świadomości wśród rodziców i opiekunów* – mówi Jakub Turowski, szef polityki publicznej Facebooka w Polsce.

Jednym z ważnych elementów kampanii „Zadbaj o dziecięcy mózg” będzie webinar dla rodziców, podczas którego uczestnicy dowiedzą się m.in.: Czym są Domowe Zasady Ekranowe i jak je stosować w życiu codziennym? Jaki ekrany wpływają na rozwój mózgu dziecka? Jak przeciwdziałać, diagnozować i reagować w przypadku uzależnienia dzieci od ekranów? **Webinar odbędzie się 27 sierpnia w godz. 20:00-21:30.** Link do wydarzenia dostępny będzie na stronie kampanii oraz profilu FB Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę.

Kampania „Zadbaj o dziecięcy mózg” realizowana jest przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę w ramach działań Polskiego Centrum Programu Safer Internet i współfinasowana przez Unię Europejską z Instrumentu „Łącząc Europę”. Głównym partnerem kampanii jest Fundacja Orange. Kampanię wspiera również Facebook Polska.

Komunikacja kampanii „Zadbaj o dziecięcy mózg” obejmuje 3-minutowy film, 30-sekundowy spot telewizyjny, 8-sekundowe spoty do internetu oraz materiały graficzne, które wykorzystywane będą w social mediach i działaniach PR. Kampania realizowana będzie od 27 sierpnia do 8 października 2020 roku.

Za pomysł, koncepcję kampanii, kreację i realizację filmu, spotów, dedykowanej strony internetowej oraz visuali odpowiada agencja BBDO Warszawa w składzie: Anna Myślińska, Joanna Cichalewska, Kamil Redestowicz i Ievgen Vietrov. Film i spoty zostały wyprodukowane w studio Makata, spot reżyserował Karol Kołodziński, a w filmie udział wzięli Joanna Orleańska i Andrzej Deskur. Za postprodukcję był odpowiedzialny Televisor, a za udźwiękowienie studio Juice.

W planowaniu i pozyskiwaniu mediów wsparł Fundację dom mediowy Zenith.

Więcej o kampanii na stronie: [domowezasadyekranowe.fdds.pl](http://domowezasadyekranowe.fdds.pl/)

\*\*\*  
Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę prowadzi **Poradnię Dziecko w Sieci**, która zajmuje się m.in. problemami związanymi z nadużywaniem mediów elektronicznych. Wsparcie skierowane jest do dzieci i młodzieży, rodziców i opiekunów oraz profesjonalistów pracujących z dziećmi. W poradni odbywają się **bezpłatne konsultacje psychologiczne, terapia indywidualna i grupowa oraz spotkania warsztatowe**. Na konsultacje w Poradni Dziecko w Sieci można umówić się telefonicznie od poniedziałku do piątku w godz. od 8:00 do 18:00 pod numerem telefonu 22 826 88 62.

**O Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę:** Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę dąży do tego, by wszystkie dzieci miały bezpieczne dzieciństwo i były traktowane z poszanowaniem ich godności i podmiotowości. Chroni dzieci przed krzywdzeniem i pomaga tym, które doświadczyły przemocy, by znały swoje prawa, wierzyły w siebie i cieszyły się życiem. Wspiera rodziców i opiekunów w ich drodze do dobrego rodzicielstwa, a także profesjonalistów na co dzień pracujących z dziećmi. Wszystkie działania Fundacji łączy jedno: chronimy dzieci i dajemy im siłę – każdego dnia.

**Biuro prasowe fundacji:** [media.fdds.pl](http://media.fdds.pl/)

**Znajdź nas na:** [fdds.pl](https://fdds.pl/) [facebook.com/dajemydzieciomsile](https://www.facebook.com/DajemyDzieciomSile/) [instagram.com/dajemydzieciomsile](https://www.instagram.com/dajemydzieciomsile/)

1. Korzystanie *z urządzeń mobilnych przez małe dzieci w Polsce. Wyniki badania ilościowego.* Badanie Millward Brown Poland dla FDN, Warszawa 2015. [↑](#footnote-ref-2)