



# JUGEND UND MEDIEN

NATIONALE PLATTFORM  
ZUR FÖRDERUNG VON  
MEDIENKOMPETENZEN

## RINIA DHE MEDIAT

PLATFOMA KOMBËTARE PËR  
PROMOVIMIN E  
KOMPETENCAVE TË MEDIAVE



Për prindërit  
dhe të gjithë ata,  
të cilët kanë të  
bëjnë me fëmijët

## Disa Këshilla të rëndësishme për përdorimin e sigurtë të mediave dixhitale

[www.jugendundmedien.ch](http://www.jugendundmedien.ch)

Të mbroni  
fëmijët do të thotë,  
që Ju ti shoqëroni ata  
në botën dixhitale.

## Mediat dixhitale janë pjesë e përditshmërisë tonë

Fëmijët dhe të rinjtë rriten në një botë të mediave të shumëllojshme. Ata në kohën e tyre të lirë, luajnë lojëra kompjuteri, informohen dhe lidhen në internet dhe nëpërmjet të celularit komunikojnë me shokët e tyre. Tani më 98 përqind të 12 - 19 vjeçarëve kanë një Smartphon të vetin dhe me këtë internetin e kanë në xhepin e tyre. Mirëpo edhe fëmijët e moshës parashkollore vijnë gjithnjë e më herët në kontakt me mediat dixhitale.

## Mediat dixhitale nuk ofrojnë vetëm mundësi, por ata gjithashtu bartin edhe rreziqe

Në jetë, si çdo herë, aty ku ofrohen mundësitë, ekzistojnë edhe rreziqet. Interneti mund të krijojë varësi, fëmijët dhe të rinjtë në rrjetin social mund të ngacmohen, të dhënat e tyre personale mund të keqpërdoren, mund të vijë deri në sulme seksuale.

*« Si mundem unë të mbrojmë fëmijën time nga këto rreziqe? Sa orë nëpër media dhe prej cilës moshë është e arsyeshme? »*

Këto pyetje i parashtrijnë me të drejtë prindërit dhe personat e tjerë kujdestarë.

## Fëmijët duhet të mësohen me përdorimin kritik të mediave dixhitale

Një gjë është e sigurt: Nuk mundeni thjeshtë dhe as që është e arsyeshme fëmijët ti izoloni. Mediat e reja janë një normalitet nëpër shkolla dhe në vende të punës, ata ndihmojnë në zgjidhjen e shumë detyrave. Përveç kësaj mediat ofrojnë edhe mundësi të shumëllojshme për zhvillim dhe mësim.

Prandaj edhe është e rëndësishme, që të rinjtë të mësohen të vlerësojnë në mënyrë kritike përmbajtjen, ti dallojnë rreziqet e mundshme, dhe të dinë se si të mbrojnë veten e tyre. Gjatë kësaj prindërit dhe mësuesit kanë një funksion të rëndësishëm shoqëruesi - si dëgjues i besuar, bashkëbisedues i gatshëm të ndihmojë dhe shokë i interesuar të mësojë.

## Fëmijët kanë nevojë për shoqërues aktiv nga të rriturit në mediat e përditshme

Ne dëshirojmë që ti inkurajojmë prindërit dhe mësuesit, që ti shoqërojnë në mënyrë aktive fëmijët dhe të rinjtë në përdorimin e mediave dixhitale të përshtatshme për moshën e tyre. Kjo broshurë i tregon këshillat më të rëndësishme, të cilët duhet të merren parasysh në edukimin e përditshëm.

# RREGULLAT E ARTA

## **Shoqërimi është më i mirë sesa ndalimet**

Fëmijët në botën dixhitale duhet të shoqërohen nga prindërit. Flisni me fëmijën mbi përvojën e tij në mediat dixhitale.

## **Fëmijët kanë nevojë për shembull kompetent për mediat.**

Personat përkujdesës për fëmijët dhe të rinjtë janë shembull për përdorimin e mediave. Prandaj kontrolloni shprehitë tuaja me mediat.

## **3-6-9-12-Rregull i përgjithshëm**

Jo televizor ndër 3 vjeç, jo lojra konsolle personale para 6 vjeç, Internet pas 9 vjeç dhe rrjetet sociale pas 12 vjeç.

## **Vini re moshën e lejuar.**

Për Filma ([jugendundmedien.ch](http://jugendundmedien.ch)) dhe për lojëra në kompjuter ([pegi.ch](http://pegi.ch)).

## **Caktoni së bashku kohën para ekranit.**

Përcaktoni së bashku me fëmijën tuaj se sa kohë gjatë ditës ose gjatë javës mund të kalojë para ekranit. Vendosni kufi të qartë dhe kujdesuni që ti përmbahet marrëveshjes.

## **Ekulibri në mes të kohës së lirë mediale dhe jo mediale**

Ofroni aktivitete argëtuese pa media dixhitale.

## **TV, Kompjuteri dhe tastiera për lojëra nuk e kanë vendin në dhomën e fëmijëve.**

Vendosni pajisjet në një dhomë të përbashkët. Mbani nën vëzhgim Smartphonin dhe Tabletin.

## **Shikoni saktësisht me cilin komunikon fëmija juaj.**

Takimet nga njoftimet në Online duhet të bëhen vetëm të shoqëruara nga të rriturit dhe në vende publike.

## **Keni kujdes me të dhënat private në rrjetë.**

Thoni fëmijës tuaj, që nuk duhet ti jep të dhënat personale si emrin, adresën, moshën dhe numrin e telefonit, përveç nëse më parë për këtë ka biseduar me Ju.

## **Diskutimet e hapura janë më të mira sesa Filtër-Software.**

Bisedoni me fëmijën tuaj mbi seksualitetin dhe dhunën në mënyrë të përshtatshme për moshën e tyre. Një Filtër-Software është e dobishme, por nuk garanton mbrojtje të plotë.

**Këto rregulla u dedikohen veçanërisht prindërve me fëmijë të moshës prej 0-13 vjeç. Por gjithashtu edhe për shoqërimin e fëmijëve adoleshentë disa rregulla janë shumë të rëndësishme.**

# INFORMATATA SHITESË

- Në Internet: [www.jugendundmedien.ch](http://www.jugendundmedien.ch)
- Informata- dhe oferta për këshilla në afërsinë tuaj: [www.jugendundmedien.ch/beratung-und-angebote](http://www.jugendundmedien.ch/beratung-und-angebote)
- Broshura «Kompetenca mbi mediat – Disa këshilla të rëndësishme për përdorimin e sigurtë të mediave dixhitale»: Si PDF në [www.jugendundmedien.ch](http://www.jugendundmedien.ch) ose si Broshurë mund ta merrni falas: [www.bundespublikationen.admin.ch](http://www.bundespublikationen.admin.ch) (Porosia Nr. 318.850 d, f, i)

## Në raste urgjente

- Elternotruf, Telefon 0848 35 45 55, [www.elternotruf.ch](http://www.elternotruf.ch)
- [www.147.ch](http://www.147.ch) – Këshilla falas dhe anonime në telefon, SMS dhe Chat për fëmijë dhe të rinjtë, në çdo kohë

Distributor: BBL, Verkauf Bundespublikationen, CH-3003 Bern  
[www.bundespublikationen.admin.ch](http://www.bundespublikationen.admin.ch)  
Art.-Nr. 318.851.alb, 06.2018 1000 860422267

© 2013 Rinia dhe mediat, Platforma kombëtare për promovimin e kompetencave të mediave, Zyra Federale për Sigurime Shoqërore, Departamenti për çështjen e fëmijëve dhe të rinjve



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI  
**Bundesamt für Sozialversicherungen BSV**

**Rinia dhe Mediat** është Platforma kombëtare për promovimin e kompetencave të mediave. I cili ka për qëllim që fëmijët dhe të rinjtë të mund ti përdorin mediat dixhitale në mënyrë të sigurt dhe të sigurtë dhe të përgjegjshme. Kjo platformë u ofron prindërve, mësuesve dhe specialistëve informacione, mbështetje dhe këshilla për një shoqërim të mirëfilltë të fëmijëve dhe të rinjve.

Me mbështetje nga



Département de l'économie et de la formation  
**Service cantonal de la jeunesse**  
Departament für Volkswirtschaft und Bildung  
**Kantonale Dienststelle für die Jugend**

**CANTON DU VALAIS**  
**KANTON WALLIS**

Zürcher Hochschule  
für Angewandte Wissenschaften



**Angewandte  
Psychologie**

Rregullat e arta u hartuan në bashkëpunim me Universitetin e Cytihut për Shkencat Aplikative (ZHAW), Ekipin psikologjia e mediave nën drejtimin e Prof. Dr. Daniel Süss.