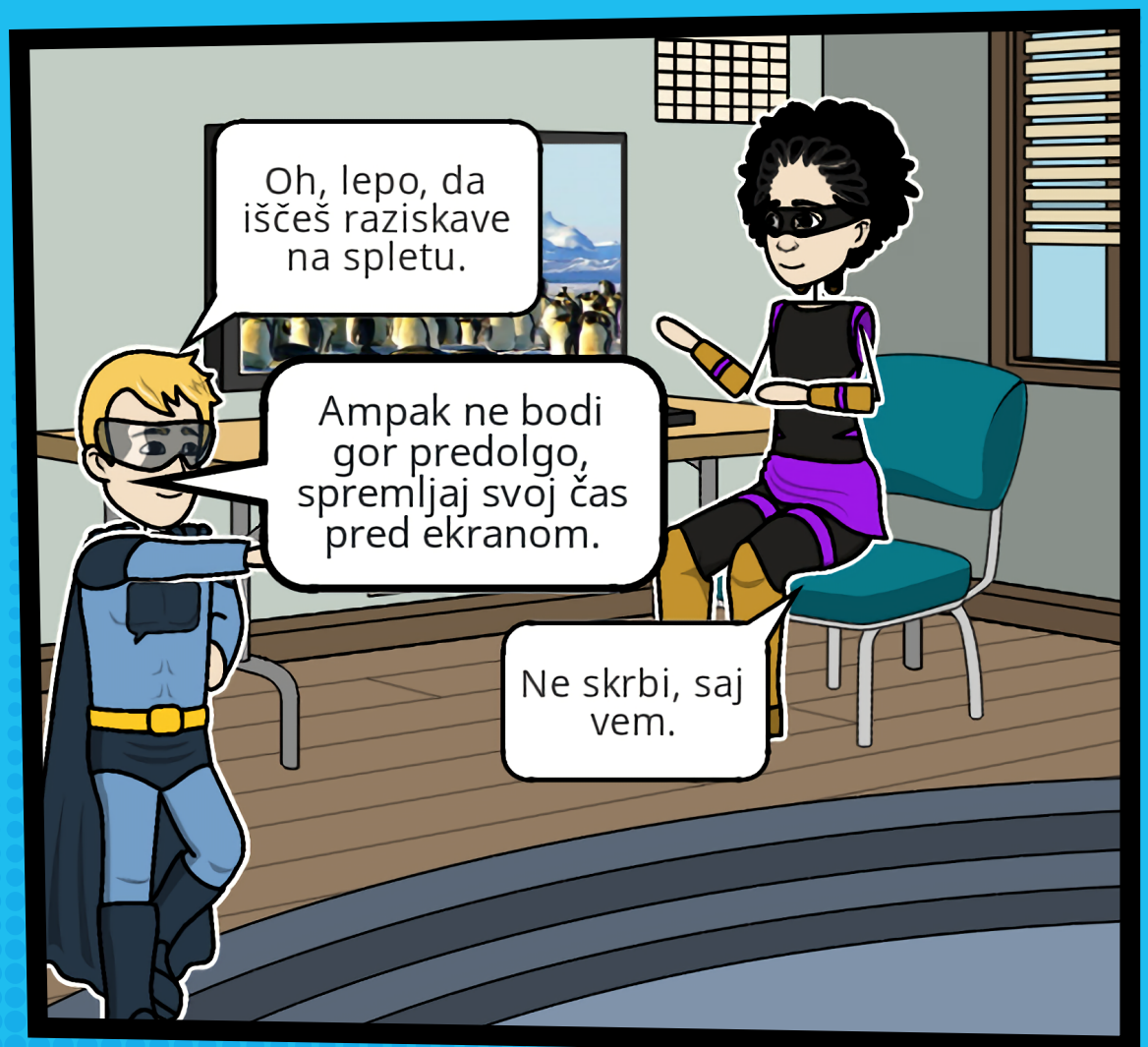
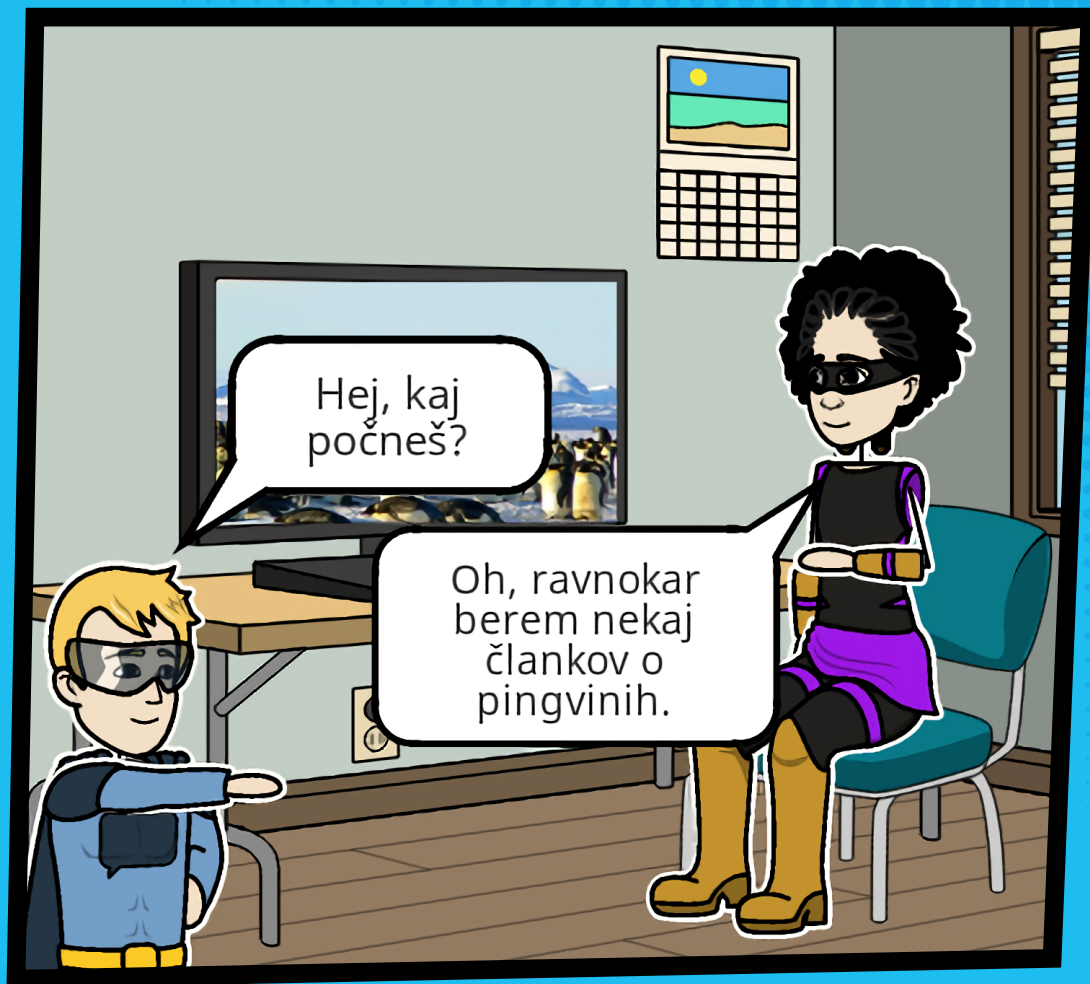


# PUSTOLOVŠČINE KIBER-DESKARJA



## ČAS BEŽI







## OBMOČJE BREZ TEHNOLOGIJE

To pomeni, da  
ustvariš miren in  
sproščujoč  
prostor zase.

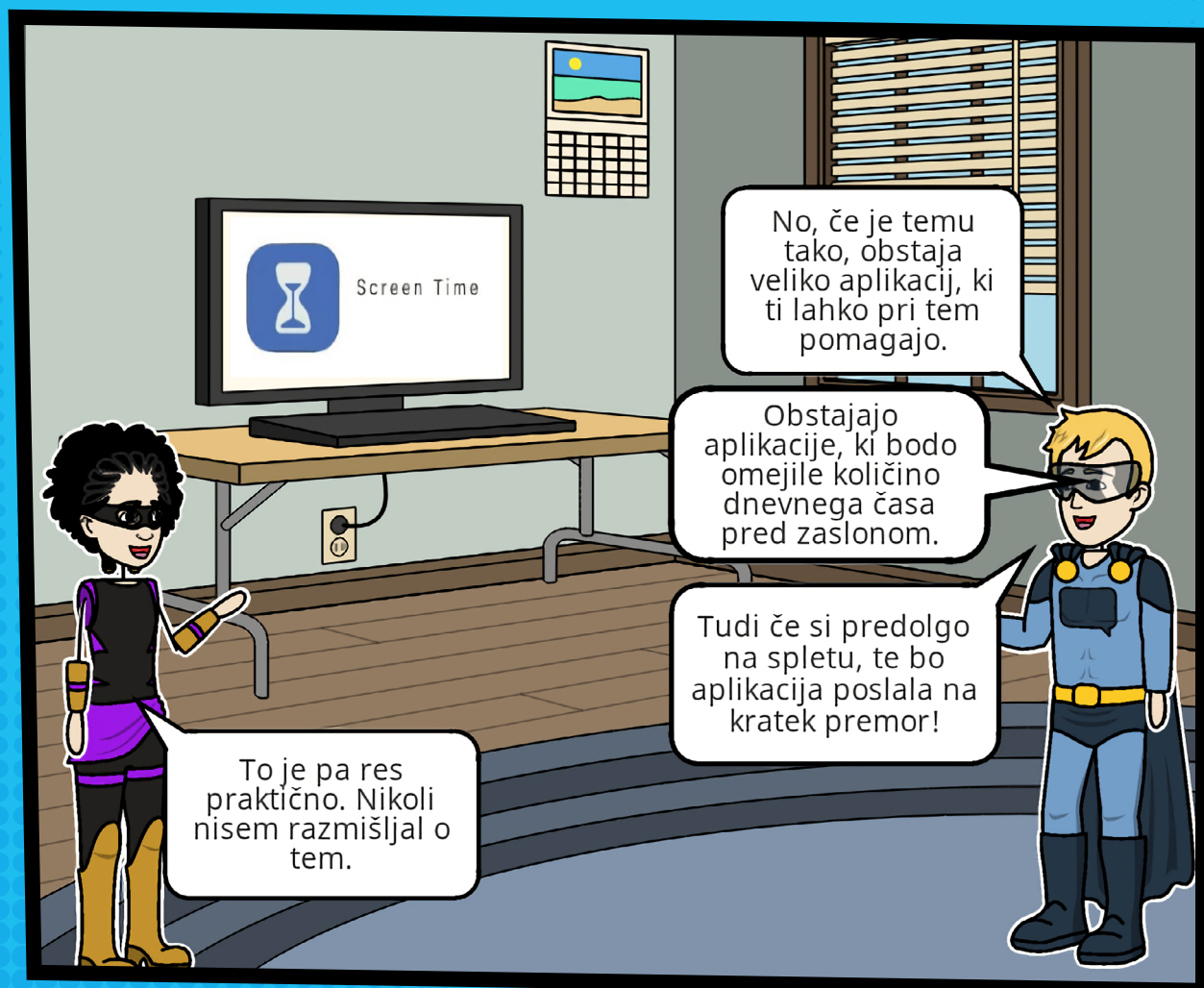
Morda na svojem  
najljubšem kavču  
ali na klopi na  
vrtu.

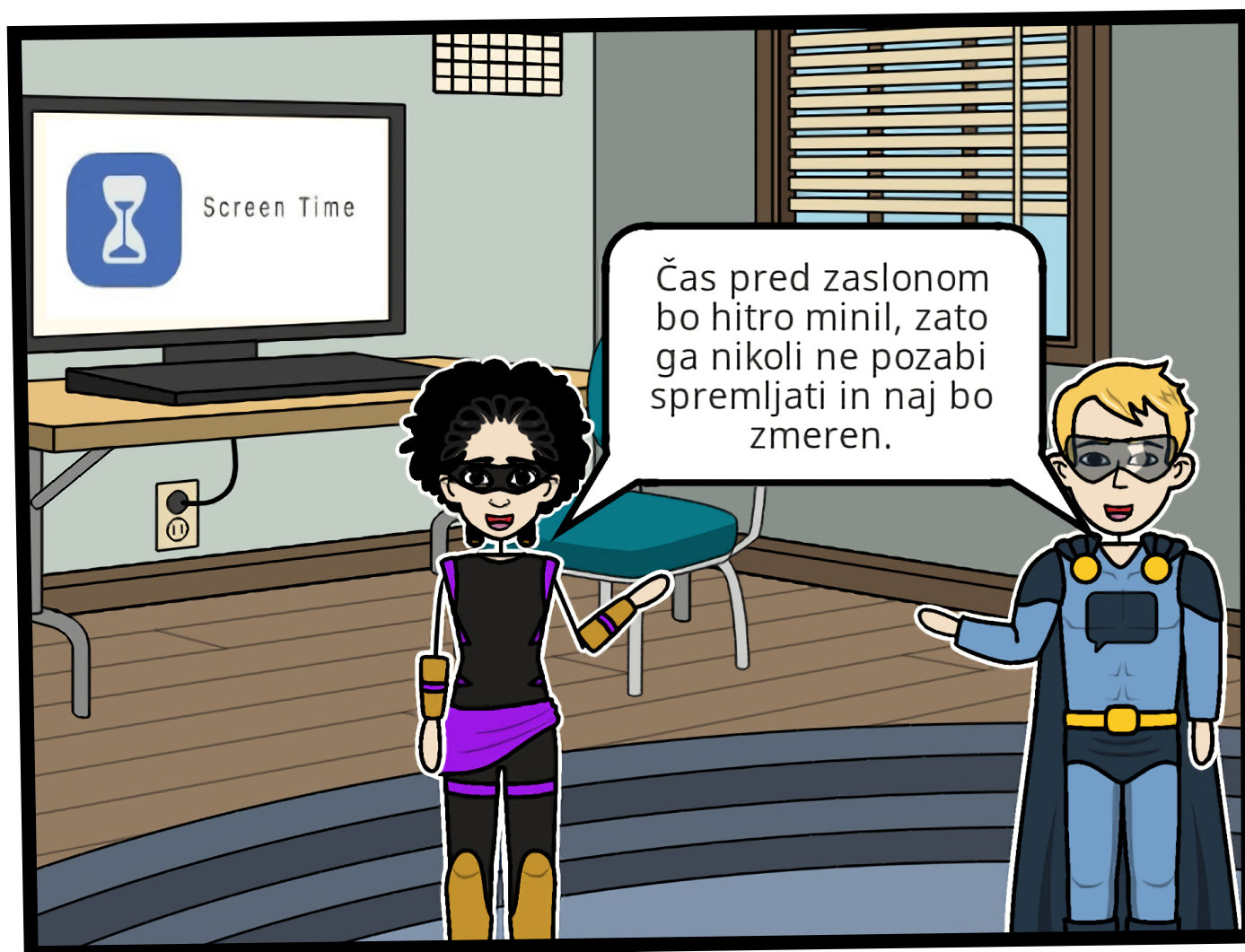
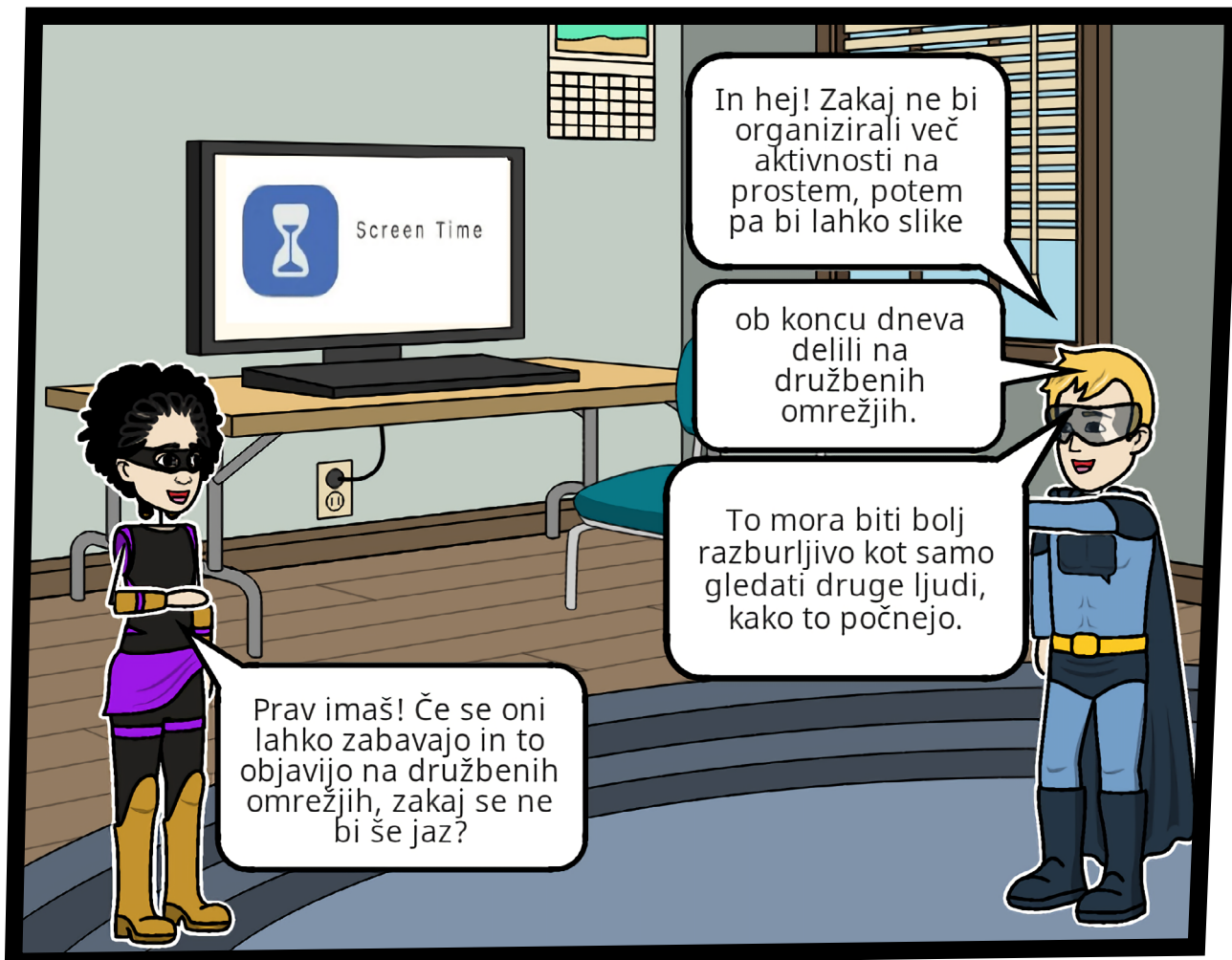
Kakorkoli že, to moraš  
biti samo ti in svet,  
brez telefona, brez  
računalnika ali česar  
koli drugega.

Oh, to je res lepo.  
Poskušal bom  
ustvariti svojo cono  
brez tehnologije.











# NASVETI ZA STARŠE

- Ugotovite več o spletni dejavnosti vašega otroka
- • Z otrokom določite meje glede časa uporabe.
- • Vključujte tehnologijo in jim dovolite, da se o njej pogovarjajo z vami
- • Pogovorite se z njimi o spletni zasebnosti
- • Uravnajte spletne in offline dejavnosti
- • Pomagajte svojemu otroku, da si organizira svoj čas pred zaslonom.

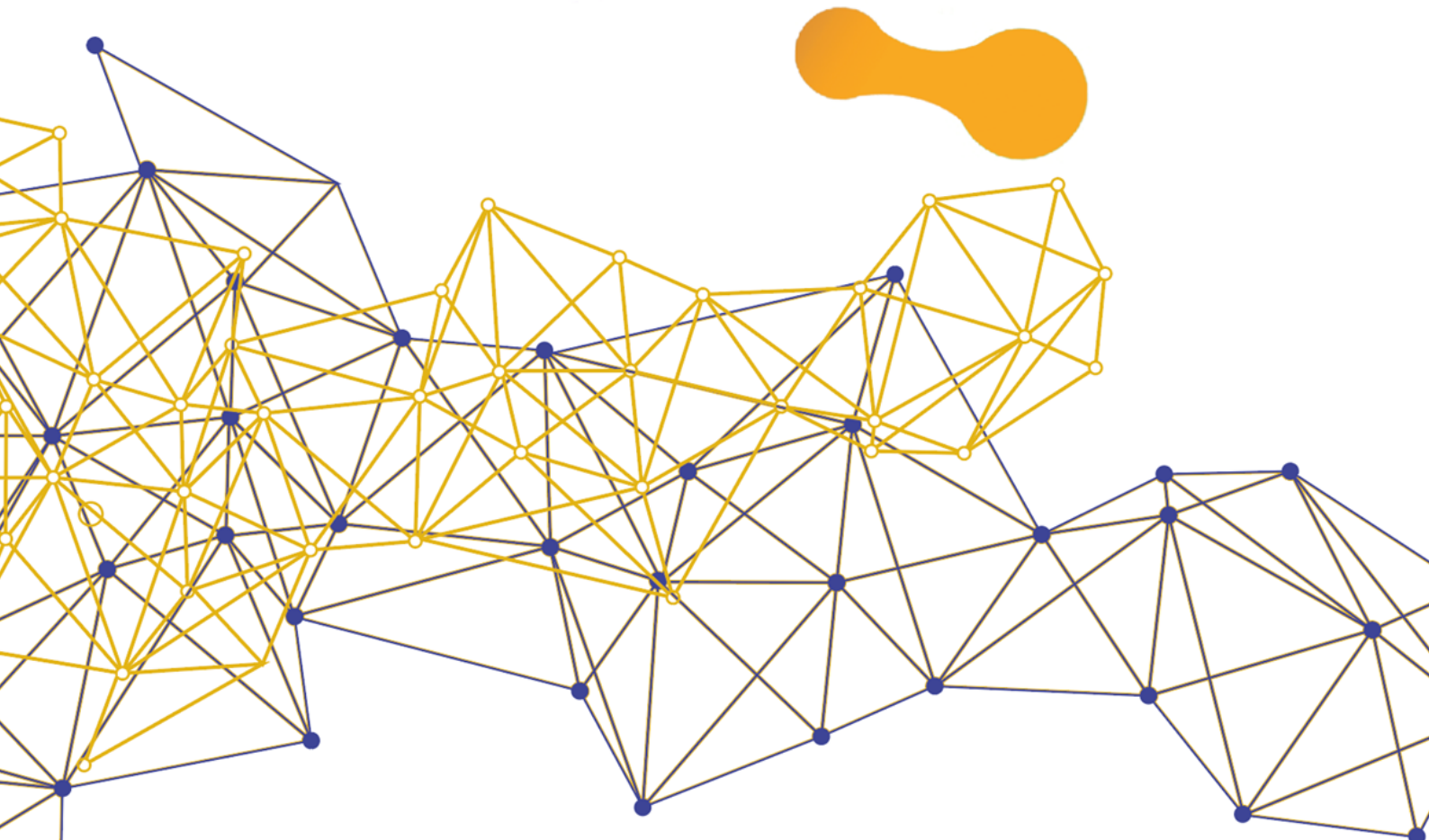
## ZABAVNA AKTIVNOST ZA MLADE UČENCE

Internet in družbeni mediji so lahko zelo zabavni! Vedno pa je dobro, da si vzameš odmor od zaslonov in poiščeš alternativne aktivnosti za prosti čas. Temu se reče čas brez tehnologije. V spodnji tabeli obkroži dejavnosti, ki spodbujajo čas brez tehnologije. Zakaj ne bi poskusil izvesti kakšno od teh dejavnosti, da si zagotoviš zdravo zaslonsko ravnovesje v svojem življenju!

<b>Preberi knjigo</b>	<b>Kuhaj s svojo družino</b>	<b>Igraj Nintendo Switch</b>
<b>Igraj Fortnite</b>	<b>Igraj nogomet</b>	<b>Preizkusi nov hobi</b>
<b>Pogovarjaj se s prijatelji na spletu</b>	<b>Igraj družabno igro</b>	<b>Napiši zgodbo</b>
<b>Oglej si videoposnetke na YouTubeu</b>	<b>Naredi TikTok</b>	<b>Pospravi svojo sobo</b>



# WOWSA



Co-funded by  
the European Union

"The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."

Project Number: 2020-1-AT01-KA204-077958