



RASSEGNA STAMPA

Comunicato

**“Adolescenti e bambini:
cosa sapere e cosa chiedere.
In diretta Facebook con gli esperti”**

5 luglio 2017



Sommario

Affaritaliani.it	7 luglio 2017
Techprincess.it	8 luglio 2017
Corriere.it/salute	17 luglio 2017
Corriere.it/salute	18 luglio 2017
Ilgiorno.it	20 luglio2017

"Sos adolescenti e bambini in estate", le dirette facebook di Family Health

Family Health, progetto di BioMedia, propone due dirette live su facebook per incontrare esperti di adolescenza e infanzia: i loro consigli per l'estate

FacebookTwitterGoogle+LinkedInWhatsAppEmailPrint

Una diretta facebook con esperti per aiutare i genitori ad intercettare i segnali di disagio dei loro figli: è l'idea lanciata con **Family Health** - progetto digitale della Società **BioMedia** pensato, come recita il comunicato, "per attivare in ogni famiglia la cultura della prevenzione – offre a tutti la possibilità di seguire e intervenire in diretta su alcuni temi legati al mondo dell'adolescenza e dell'infanzia con alcuni dei più noti esperti del settore". Due date dunque per chiedere consigli, chiarire dubbi o semplicemente ascoltare per poi mettere in pratica, in dialogo con due medici e un educatore nel live dedicato alla prevenzione.

Il periodo scelto, quello estivo, non è casuale: "E' bene ricordare che i bambini non mandano in vacanza i piccoli fastidi legati al caldo e al mare, mentre i più grandicelli danno da pensare, sempre attaccati allo schermo e ai social, a perdersi in chat condividendo immagini, anche intime, per puro gioco".

Giovedì 13 luglio dalle 21 la pagina Facebook di Family Health proporrà la diretta con **Alberto Pellai** e **Ivano Zoppi**. Come aiutare i genitori a intercettare i segnali di disagio? E ai ragazzi, che consigli possiamo dare?

Alberto Pellai spiegherà ai genitori perché i ragazzi hanno bisogno di continue conferme e le cercano nel web; fornirà consigli per favorire nei figli la valorizzazione della propria identità, selfie a parte, per comprendere se esiste un legame tra immagine di sé e bullismo.

Con Ivano Zoppi i ragazzi connessi, insieme ai genitori, potranno lavorare sul significato dell'empatia: "Se succedesse a te, cosa faresti?". Ma anche sul senso di responsabilità: "Quando condividi, conosci le conseguenze?". Zoppi ricorderà inoltre agli spettatori la chat WhatsApp #adessoparloio, aperta 7/7 h 24 per rispondere in ogni momento a chi si sente vittima di cyberbullismo.

Lunedì 24 luglio dalle 21 sarà la volta di **Elena Bozzola** che parlerà della "cassetta degli attrezzi per vivere le vacanze con i bambini in serenità" per rispondere, in diretta, alle domande quotidiane di genitori in procinto di partire per le vacanze.

A che età posso prendere l'aereo? Mio figlio soffre di bronchiti ricorrenti, è meglio il mare o la montagna? Mare, è davvero necessario aspettare 3 ore dopo mangiato prima di fare il bagno?

Kit di farmaci e medicazioni: cosa portare? Sabbia e pannolino. Meglio lasciar nudo il bambino, o pannolino/costumino a tutti i costi per rischio infezioni?

Vai in vacanza con i consigli di Family Health per grandi e piccini

La **prevenzione** per adolescenti e bambini non va in vacanza, nemmeno d'estate. Proprio per l'importanza di questo tema, è attivo **Family Health**, il progetto digitale della **Società BioMedia** pensato per attivare in ogni famiglia la cultura della prevenzione. Questo progetto offre la possibilità di seguire e intervenire in diretta su alcuni temi legati al mondo dell'**adolescenza** e dell'**infanzia** con alcuni esperti del settore.

L'idea nasce dal gruppo di lavoro di **Family Health**, sempre attento alla prevenzione per la famiglia. In estate è facile e normale sentire il bisogno di **rilassare la mente**, ma i **bambini** non mandano in vacanza i piccoli **fastidi legati al caldo** e al mare, mentre i più grandi sono sempre incollati a **schermi** e ai **social**, chattando e condividendo immagini, anche intime, per puro gioco.

Per parlare di tutti questi temi, **giovedì 13 luglio** dalle 21 la **pagina Facebook** di Family Health proporrà la diretta con **Alberto Pellai** e **Ivano Zoppi** per aiutare i genitori ad intercettare i disagi dei propri figli e consigliare i ragazzi nel modo migliore.

Alberto Pellai, medico e psicoterapeuta dell'età evolutiva, spiegherà ai genitori perché i ragazzi hanno bisogno di **continue conferme** e le cercano nel web, oltre che dare consigli per favorire la valorizzazione della loro identità e comprendere se esiste un legame tra immagine di sé e **bullismo**.

Con **Ivano Zoppi**, fondatore e presidente di **Pepita Onlus**, i ragazzi connessi, insieme ai genitori, potranno lavorare sul significato dell'empatia e sul senso di responsabilità, così come ricorderà agli spettatori la **chat WhatsApp #adessoparloio**, attiva tutti i giorni, 24 ore su 24, per rispondere in ogni momento a chi si sente **vittima di cyberbullismo**.

Lunedì 24 luglio dalle ore 21 sarà invece la volta di **Elena Bozzola**, medico pediatra e Dirigente medico presso l'UOC di Pediatria Generale e Malattie Infettive dell'Ospedale Bambino Gesù. Il medico parlerà di come vivere le **vacanze con i bambini** in serenità e rispondere in diretta alle domande quotidiane di genitori collegati.

Cyberbullismo, come intercettare i segnali di disagio dei ragazzini?

Che cosa fare se i bambini più grandicelli sono sempre attaccati allo schermo e ai social, perdendosi in chat e condividendo immagini, anche intime, per puro gioco
di Laura Cuppini

D'estate, con le scuole chiuse e più tempo libero a disposizione, può succedere che i ragazzini si attacchino ai social, trascorrendo ore in chat e condividendo immagini, anche intime, per gioco, o senza avere piena consapevolezza dei rischi. Cosa possono fare i genitori per arginare il problema e cogliere eventuali segnali di disagio dei figli?

I rischi del bullismo

Se ne parla giovedì 13 luglio, dalle 21, in diretta web sulla pagina Facebook [Family Health](#) con Alberto Pellai e Ivano Zoppi. Pellai, medico e psicoterapeuta dell'età evolutiva e ricercatore presso il Dipartimento di Scienze Biomediche dell'Università degli Studi di Milano, spiegherà ai genitori perché i ragazzi hanno bisogno di continue conferme e le cercano nel web; fornirà consigli per favorire nei figli la valorizzazione della propria identità e per comprendere se esiste un legame tra immagine di sé e bullismo. Zoppi, fondatore e presidente della cooperativa [Pepita Onlus](#), parlerà del significato dell'empatia e del senso di responsabilità.

In vacanza con i bambini

Lunedì 24 luglio, sempre dalle ore 21 sulla stessa pagina Facebook, sarà la volta della diretta con Elena Bozzola, pediatra all'Ospedale Bambino Gesù di Roma, che parlerà della «cassetta degli attrezzi per vivere le vacanze con i bambini in serenità» e risponderà alle domande di genitori in procinto di partire per le vacanze. A che età posso prendere l'aereo? Mio figlio soffre di bronchiti ricorrenti, è meglio il mare o la montagna? È davvero necessario aspettare 3 ore dopo mangiato prima di fare il bagno? Kit di farmaci e medicazioni: cosa portare? Sulla sabbia meglio lasciar nudo il bambino, o è meglio mettere il pannolino/costume per evitare il rischio infezioni? Due appuntamenti per chiedere consigli, chiarire dubbi o semplicemente ascoltare per poi mettere in pratica.

Adolescenti e rischi dei social media, cosa possono fare i genitori?

Ogni occasione può essere buona per mettere a fuoco il problema dell'eccessivo utilizzo di tablet e smartphone da parte dei figli. E per avviare un dialogo costruttivo tra adulti e bambini, superando le distanze generazionali ed evitando che i primi diano esempi scorretti.

di Laura Cuppini

Troppo connessi

Molti ragazzi sono sempre connessi a internet, quali consigli dare ai genitori? «Aiutate i ragazzi a provare modi diversi di stare con le persone, in modo reale e non solo virtuale. Per quanto riguarda i bambini che cominciano a utilizzare il cellulare, più o meno tra 9 e 10 anni, consiglio di adottare delle buone regole e tanto accompagnamento e sostegno da parte degli adulti che, stando al loro fianco, possono essere buoni allenatori» spiega **Alberto Pellai**, medico psicoterapeuta dell'età evolutiva e ricercatore presso il Dipartimento di Scienze Biomediche dell'Università degli Studi di Milano. «Secondo un'indagine, il 58% dei genitori non dà alcun tipo di regola ai propri figli sull'utilizzo dei cellulari, questo vuol dire che più della metà dei genitori mette in mano uno strumento ai ragazzi senza accompagnarli e senza regole - aggiunge **Ivano Zoppi**, educatore e presidente della cooperativa Pepita Onlus -. Il regalo più gettonato alla prima comunione è diventato lo smartphone, ma attenzione: i gestori dei social network hanno stabilito che per l'utilizzo dei social stessi si parte dai 13 anni. Una regola che ogni genitore dovrebbe ricordare». Pellai e Zoppi hanno affrontato questi temi durante una diretta Facebook di "Family Health", progetto digitale della società BioMedia dedicato alla prevenzione. I due esperti hanno risposto in tempo reale alle domande degli ascoltatori: in queste schede riportiamo alcuni stralci dell'incontro.

Mostrare la propria immagine

Per i ragazzi l'immagine è importante, come possono i genitori sostenere la crescita della loro autostima?

«Per i nostri figli è molto importante mostrare la propria immagine online. Quando entrano nei social sperano di ottenere una buona valutazione e tanti riconoscimenti: è un modo indiretto per affermare il valore di sé. La presenza dei ragazzi, e soprattutto delle ragazze, nei social ha generato la ricerca del proprio valore attraverso la popolarità che ottengono rispetto a ciò che decidono di pubblicare. Ai genitori direi di riflettere bene, perché nella prima parte dell'infanzia dei nostri figli anche noi adulti utilizziamo la tecnologia, spesso senza alcuna regola, nell'utilizzo delle immagini dei bambini sui

social. Più regole vi darete nell'utilizzare la loro immagine, più capiranno che devono a loro volta adottare delle regole nel mondo social» dice Alberto Pellai, medico e psicoterapeuta dell'età evolutiva.

Insegnare ad essere responsabili

Come si possono responsabilizzare i nostri ragazzi nell'utilizzo dei social? «Facendo loro capire che tutto quello che rimane pubblicato rimane in Rete e rimane per sempre, non può essere cancellato - risponde Ivano Zoppi, educatore e presidente della cooperativa Pepita Onlus -. Questa è la generazione dei selfie e dei like, ma i ragazzi devono capire che loro sono unici, come delle opere d'arte e dunque devono preservarsi, curarsi. Le opere d'arte stanno nei musei, non si svendono. La regola è: stare attenti a ciò che si condivide e con chi, non sempre le persone a cui mandate foto o video hanno buone intenzioni». Secondo Alberto Pellai, medico e psicoterapeuta, «il genitore potrebbe, una volta alla settimana, chiedere al figlio di guardare insieme quello che succede all'interno dei suoi social e magari provare a guardare anche quello che fanno gli altri amici aiutandolo, così, a sviluppare un pensiero critico su determinate cose, immagini o espressioni».

Come si ferma il bullo?

Come si deve comportare il genitore di un bambino vittima di bullismo? «Provando a verificare i fatti e alleandosi con gli altri adulti, da soli non si ferma il bullo. Impostare una strategia educativa, non per spaventare il bullo ma per fermare le azioni di bullismo e attivare le risorse del gruppo, compresa la vittima, diventando pro attivi nel non permettere al bullo di agire contro altre persone» risponde Pellai. «Guardarsi l'un l'altro significa essere consapevoli e responsabili di quello che si fa in Rete - aggiunge Zoppi -. Bisogna riportare i ragazzi al senso di responsabilità, perché se dico qualcosa dietro a uno schermo non sono meno responsabile che dicendolo in faccia. I nostri ragazzi devono interrogarsi sull'importanza che ha quello che scrivono, postano o condividono. È un percorso di responsabilizzazione che ha bisogno degli adulti».

La mania dei selfie

Selfie: cosa rappresentano per i ragazzi? «Potere mettere un'immagine di sé che viene guardata da qualcuno è come dire: mi danno valore - spiega Pellai -. Ma basare la propria autostima sulla reazione degli altri è chiaramente un autogol. È come spostare costantemente il controllo del proprio valore da dentro di sé a fuori di sé: invece è fondamentale che i ragazzi abbiano un controllo interno. Devono imparare ad attribuirsi il proprio valore da soli, basandolo non solo sull'estetica e l'immagine di sé, ma anche sulle competenze (sport, studio) e il saper fare».

L'esempio dei genitori

Purtroppo la mania dei selfie spesso ce l'hanno anche i genitori. «Un genitore che sgrida il ragazzo perché ha sempre il cellulare in mano, ma poi si comporta allo stesso modo, facendosi selfie e comunicando a tutti dov'è e cosa sta facendo, non dà un buon esempio. In questo modo il genitore non si riserva spazi di intimità. È come se ogni giorno buttassimo in piazza Duomo tutto quello che facciamo. La cultura dell'immagine sempre esposta è un problema per i nostri

ragazzi e mi chiedo quanto non sia un valore trasmesso dai genitori. Questo è il problema: 40-50enni che si comportano come i figli 12enni! Dobbiamo investire tanto sui genitori, sulla formazione dell'adulto ad essere educatore. E il miglior strumento dell'educazione è l'esempio» sottolinea Ivano Zoppi.

Il confine tra reale e virtuale

È vero che i ragazzi hanno perso il confine tra virtuale e reale? Che cosa si può fare per renderli più consapevoli?

«Tempo fa ho proposto un laboratorio sull'uso delle parole - risponde Zoppi - . All'inizio della settimana i partecipanti dovevano consegnare i cellulari e riprenderli alla fine. Funziona! Riportarli alla vita reale dà loro la possibilità di condividere quelle cose, quelle esperienze che la vita virtuale non permette loro di fare. Guardando l'altro, parlando. Riportiamo questo esempio nella nostra quotidianità. Il problema è l'utilizzo che i ragazzi fanno di questi device e la rarità di momenti condivisi senza la mediazione di un mezzo tecnologico. Torniamo a farli stare insieme. Dobbiamo solo riscoprire la voglia di farlo e creare loro alternative e opportunità di incontro vero, perché ciò avvenga più spesso».

Competenze relazionali

Gli adulti hanno maggiori competenze relazionali, i ragazzi sono più abili nel mondo digitale. Può esserci uno scambio, una condivisione? «Stare con, condividere. Guardare qualcosa insieme, ha un valore aggiunto. Occorre però fare una precisazione - risponde Pellai -. Le competenze pro-sociali, come quelle relazionali, si acquisiscono in fasi specifiche e non possono essere imparate a 30/40 anni. Tra i 10 e 14 anni e tra i 14 e 17 anni si mettono a fuoco delle competenze che poi durano tutta la vita. È fisiologico che a 10/11 anni uno esca di casa, si metta in gioco nelle relazioni, si assuma il rischio del fallimento relazionale. Bisogna accettare la frustrazione, sostenere l'ansia del rifiuto dell'altro. Se questo non avviene nel mondo reale e tutto viene trasferito nel mondo virtuale, rischiamo di trovarci di fronte alla "sindrome da ritiro sociale". Posso pensare di essere "social" e avere tanti legami stando solo nella mia stanza di fronte a uno schermo, avendo l'illusione di una vita sociale, ma quando nella vita reale mi devo mettere in gioco, non sono in grado di gestire le relazioni».

Ilgiorno.it	20 luglio 2017
--------------------	----------------

Bambini e vacanze: domande e risposte nella diretta Facebook con la pediatra

Appuntamento social lunedì 24 luglio alle 21

Milano, 20 luglio 2017 - Pronti per vacanze? Si parte. Meglio sapere **primadove andare, come comportarsi e cosa mettere in valigia** quando si hanno bambini piccoli. **Family Health** - progetto digitale della Società BioMedia pensato per attivare in ogni famiglia la cultura della prevenzione – offre a mamma, papà e nonni la possibilità di seguire e intervenire **in diretta Facebook dalla pagina Family Health lunedì 24 luglio dalle 21** per approfondire, ricevere consigli e risolvere i piccoli fastidi legati al caldo e al mare.

Elena Bozzola, pediatra del Bambino Gesù di Roma, parlerà della “**cassetta degli attrezzi per vivere le vacanze con i bambini in serenità**” e risponderà alle domande poste in diretta da genitori e nonni in procinto di partire e alle prese con le piccole insicurezze quotidiane. A che età posso prendere l'aereo? Mio figlio soffre di bronchiti ricorrenti, è meglio il mare o la montagna? Mare, è davvero necessario aspettare 3 ore dopo mangiato prima di fare il bagno? Kit di farmaci e medicazioni: cosa portare? Sabbia e pannolino. Meglio lasciar nudo il bambino, o pannolino/costumino a tutti i costi per rischio infezioni?

Elena Bozzola è medico pediatra e attualmente ricopre l'incarico di Dirigente medico di primo livello presso l'UOC di Pediatria Generale e Malattie Infettive dell'Ospedale Bambino Gesù, Roma. È consigliere e segretario nazionale della Società Italiana di Pediatria e membro della Società Italiana di Infettivologia Pediatrica.