

Про гаджети і наслідки



ЦЕНТР
ГРОМАДСЬКОГО
ЗДОРОВ'Я
КАКІВ

ДІТИ І ГАДЖЕТИ

Час роботи за комп'ютером / Гаджетом

до 2х років - не бажано
до 5 років - до 1 год на день
підліток - 2 год
дорослий - 4 год



При дистанційному навчанні:

Вік, роки	Час перед екраном, хв	Час перерви, хв
6-10	40	40
11-13	60	60
14-18	90	60



ЦЕНТР
ГРОМАДСЬКОГО
ЗДОРОВ'Я
КАКІВ

ДІТИ І ГАДЖЕТИ

Негативні наслідки надмірного захоплення гаджетами:



Проблеми
із зором



Ожиріння



Психологічні
проблеми



Викривлення
постави
(сколіоз)



Порушення
сну



Розвиток
агресії



Психологічна
залежність