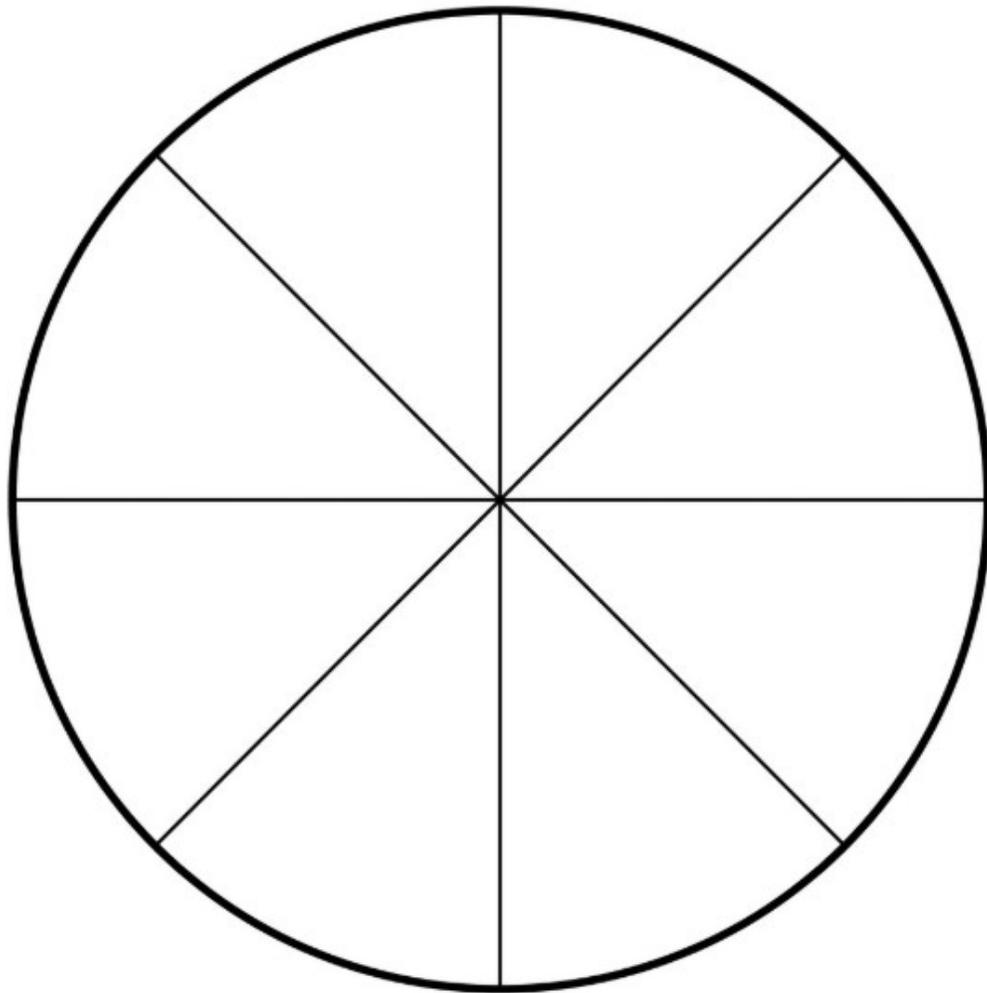


Идеальные MEALS



Идеальные MEALS для медиа и технологий



Пример: Подавайте хороший пример! Ваши дети будут учиться, наблюдая за вашими действиями.



Вовлечение: Разговаривайте о контенте, который они смотрят. Используйте медиа для установления связей с реальной жизнью.



Адаптация: Не все время на экране одинаковое. Выбирайте подходящий качественный контент.



Ограничение: установите здоровые правила и ожидания в своём доме.



Поддержка: Поддерживайте друг друга! Будьте терпеливы, даже в те дни, когда правила выходят за пределы!

1. _____

2. _____

3. _____