



Cómo crear un plan familiar de uso de pantallas

Las pantallas están en todo lugar, y administrar su uso puede ser complicado. La Academia Americana de Pediatría recomienda crear un plan familiar de uso.

Crear un plan familiar de uso de pantallas puede ayudarle a usted y a su hijo a establecer las prioridades de uso familiar más importantes. Revise y actualice su plan las veces necesarias, por ejemplo, al inicio de cada año escolar o durante las vacaciones de verano y días festivos.

Un plan familiar de uso de pantallas incluye:

- ☒ Una lista de prioridades de medios de comunicación para elegir.
- ☒ Consejos prácticos de ayuda para que el plan funcione.
- ☒ Razones por las que es importante.
- ☒ La habilidad de imprimir o compartir el plan final.
- ☒ La opción de guardar el plan y volver cuando desee hacer cambios.

Para crear su plan familiar de uso de pantallas, utilice esta herramienta:
beavertonsd.org/family-media-plan



Escanee el código QR o visite
beavertonsd.org/BYM para obtener más información.

