



Haderslev
Kommune

December, 2023

Kære forældre

I dette lille julebrev vil jeg dele nogle tanker og refleksioner med jer, der vedrører vores børns trivsel og det stigende fokus, der er på skærmforbrug.

I vores moderne tid har teknologien åbnet op for en verden af muligheder og social interaktion. Vi ser en stigning i børns skærmforbrug, hvilket kan påvirke deres trivsel og mentale sundhed. Mens skærme kan være værdifulde værktøjer, der tilbyder viden og underholdning, kan overdreven brug have negative konsekvenser for vores børn. Det kan påvirke deres søvn, evnen til sociale interaktioner og den mentale velbefindende.

Vi opfordrer jer som forældre til at være opmærksomme på jeres børns skærmvaner og reflektere over, hvordan dette påvirker dem. Her er nogle skridt, I kan tage for at støtte jeres børns trivsel:

- **Åben dialog:** Start en åben og ærlig samtale med jeres børn om deres skærmvaner. Lad dem føle, at de kan tale frit om deres oplevelser og følelser vedrørende deres brug af teknologi.
- **Fastlæg grænser:** Udvikl klare retningslinjer for skærmbrug derhjemme. Fastlæg specifikke tider, hvor skærme er tilladt, og sørg for, at der er tid til fysisk aktivitet, leg og tid sammen som familie uden skærme.
- **Vær et forbillede:** Vær opmærksom på jeres eget skærmforbrug og vis en sund balance. Børn lærer ofte af de voksne omkring dem.
- **Skab alternative aktiviteter:** Fremhæv og opmuntre til andre aktiviteter såsom læsning, udendørs leg, kreativ udfoldelse eller familieaktiviteter der ikke involverer skærme.
- **Støt på en positiv måde:** Hjælp jeres børn med at forstå vigtigheden af balance i deres liv og støt dem i at udvikle sunde vaner, der inkluderer skærmtid men også tid væk fra skærmene.



Haderslev
Kommune

På Fællesskolen Hammelev Sct. Severin stræber vi efter at forbedre og tilpasse vores undervisning, så det bidrager til elevernes sociale og faglige kompetenceudvikling og dannelse, og vi har for nærværende fokus på at prioritere brugen af skærme i undervisningen med lidt større omhu.

Vi ønsker at understrege, at skærmene selvfølgelig vil blive anvendt, når de tilføjer en merværdi til læringen og støtter op om den pædagogiske proces.

Vores mål er, at skabe en balanceret og varieret undervisning, der integrerer teknologi som et redskab til at fremme kreativitet, kritisk tænkning og problemløsningsevner. Vi vil således tilstræbe en bred vifte af læringsmetoder, der omfatter både digitale og ikke-digitale ressourcer, for at skabe et stimulerende læringsmiljø for vores elever, der kan bringe flere børn i læringsituationer, som er motiverende og lærerige.

Nu står julen og en dejlig ferie snart for døren.

Jeg ønsker jer alle en god jul og et godt nytår.

Første skoledag efter juleferien er torsdag den 4. januar 2024.

Med venlig hilsen

Adam Valeur Askjær-Hansen

Skoleleder