

# Wat doet schermtijd met je peuter?

GGD Drenthe



Peuters missen tot wel **1000 woorden** per dag door te veel schermtijd.

Ouders **praten minder** met hun kinderen als ze op hun telefoon bezig zijn.

Dagelijkse gesprekjes met je peuter, zorgen voor een betere taalontwikkeling en een **makkelijkere start op school.**

Hoe minder schermtijd, hoe **meer tijd** er overblijft om te **spelen, bewegen** en **sociale vaardigheden** te leren.

BIJZIENDHEID  
OVERGEWICHT  
SLAAPPROBLEMEN

PROBLEMEN MET DE  
MOTORISCHE  
ONTWIKKELING

Kinderen doen **vooral wat jij doet!**  
Wees je bewust van je telefoongebruik in het bijzijn van je kind.

## Tips voor ouders

1

Kijk **samen** naar filmpjes in het Nederlands en/of in de moedertaal zoals Nijntje, Juf Roos of Kikker. **Praat samen** over wat er in de filmpjes gebeurt.

2

Plan **vaste momenten** om je berichten te checken. **Herstel** daarna het contact met je kind. Zeg bijvoorbeeld: *"Ik was er even niet, maar nu gaan we samen verder spelen."*

3

De richtlijnen voor schermtijd voor kinderen zijn:

- 0-2 jaar: geen scherm
- 2-4 jaar: maximaal 30 minuten, verdeeld over de dag.
- 4-6 jaar: maximaal 1 uur, verdeeld over de dag.

4

Vaker offline zijn zorgt voor meer **echte aandacht** en verbondenheid met je kind. Zet je telefoon op stil en leg hem op een vaste plek om minder afgeleid te zijn.

Twijfel je over de spraak-taalontwikkeling van je kind?  
Neem dan vrijblijvend contact op met de logopedist van GGD Drenthe.

T: 088 246 02 46  
E: [logopedie@ggddrenthe.nl](mailto:logopedie@ggddrenthe.nl)  
I: [www.ggddrenthe.nl](http://www.ggddrenthe.nl)