

يوميات استخدامي

الوسائط الرقمية

اسم (الطفل)



CC BY-NC-ND 4.0 International
© 2020 Gameshift NRW
جميع الحقوق محفوظة من طرف مؤسسة Gameshift NRW
Gameshift NRW 40



بعد الاستخدام أشعر ب

النسب _____

المدة الزمنية: _____

اليوم _____ لقد استخدمت

الاثنين

الأحد

لقد استخدمت _____ اليوم

المدة الزمنية: _____

السبب _____

بعد الاستخدام أشعر ب



بعد الاستخدام أشعر ب

النسب _____

المدة الزمنية: _____

اليوم _____ لقد استخدمت

الاثنين

السبت

لقد استخدمت _____ اليوم

المدة الزمنية: _____

السبب _____

بعد الاستخدام أشعر ب



بعد الاستخدام أشعر ب

النسب _____

المدة الزمنية: _____

اليوم _____ لقد استخدمت

الاثنين

الجمعة

لقد استخدمت _____ اليوم

المدة الزمنية: _____

السبب _____

بعد الاستخدام أشعر ب

- _____ +



بعد الاستخدام أشعر ب

النسب _____

المدة الزمنية: _____

اليوم _____ لقد استخدمت

الاثنين

يوميات استخدامي

الوسائط الرقمية

اسم (الأهل/الأوصياء)



الأحد

رائع، لقد نجحت! الآن تعرف كيف
تستفيد من استخدامك لوسائل الإعلام .
ولكن كيف الحال بالنسبة لطفلك؟ اليوم
هو اليوم المثالي للتحدث معاً عن
أيوميات استخدامكم

لا تعرف ماهي الطريقة؟
لا مشكلة! فقط قم بالمسح الضوئي للبار
!كود وأجيبوا على الأسئلة معاً



السبت

لقد استخدمت _____ اليوم

المدة الزمنية: _____

السبب _____

بعد الاستخدام أشعر ب _____



لقد استخدمت _____ اليوم

السبب _____

المدة الزمنية: _____

لقد استخدمت _____ اليوم

الأربعاء

الجمعة

لقد استخدمت _____ اليوم

المدة الزمنية: _____

السبب _____

بعد الاستخدام أشعر ب _____



لقد استخدمت _____ اليوم

السبب _____

المدة الزمنية: _____

لقد استخدمت _____ اليوم

الخميس



لقد استخدمت _____ اليوم

السبب _____

المدة الزمنية: _____

لقد استخدمت _____ اليوم

الأحد



لقد استخدمت _____ اليوم

السبب _____

المدة الزمنية: _____

لقد استخدمت _____ اليوم

الاثنين