

# SÍMALAUS 30. OKTÓBER



## UPPLIFUM ÆVINTÝRIN SAMAN

Barnaheill – Save the Children á Íslandi vilja hvetja alla til að taka þátt í símalausum sunnudegi þann 30. október næstkomandi. Áskorunin felst í því að leggja frá sér símann og önnur snjalltæki í 12 klukkustundir, frá kl. 9–21. Yfirskrift átaksins er „Upplifum ævintýrin saman“ og er markmiðið að vekja foreldra og annað fullorðið fólk til umhugsunar um áhrif snjalltækja á samveru og nánd innan fjölskyldna.

Snjallsímar og önnur snjalltæki eru skemmtileg og gagnleg tæki sem hafa umbylt því hvernig við eigum í samskiptum, nálgumst upplýsingar og verjum tíma okkar. Í mörgum tilvikum eru áhrif tækninnar jákvæð og sniðug en einnig hefur verið bent á skuggahliðar hennar. Óhófleg notkun á snjalltækjum getur meðal annars haft áhrif á samskipti innan fjölskyldunnar – samskiptin og nándin minnka því það er eitthvað sem stelur athyglinni.

Símalaus sunnudagur er nú haldinn í fjórða sinn og hefur dagurinn fengið töluverð viðbrögð undanfarin ár. Barnaheill hvetja skóla til þess að vekja athygli á deginum og þannig efla samveru foreldra og barna á þessum degi.

Hægt er að skrá sig til leiks á [www.simalaus.is](http://www.simalaus.is) og taka áskorun Barnaheilla. Allir þátttakendur eiga möguleika á að vinna fjölbreytta og fjölskylduvæna útdráttarvinninga og fá auk þess nokkur góð ráð send í tölvupósti laugardaginn 29. október.



**Barnaheill**