

DIGITALE BALANS

Gezond gebruik van (sociale) media

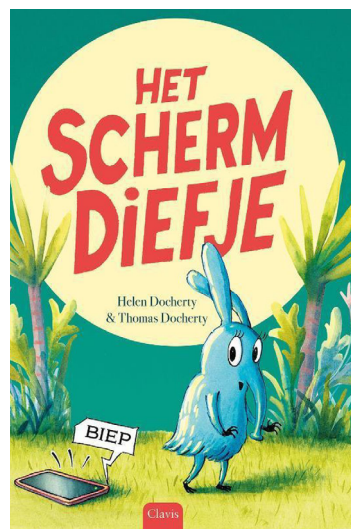
Tip van de expert:

De boeken op deze lijst gaan over digitaal in balans blijven: een goede verdeling hebben tussen online en offline bezig zijn. Zo blijven kinderen én volwassenen gezond en voelen ze zich prettig. Bij elk boek staat een vraag om met kinderen over het onderwerp te praten.

Wil je weten of jij zelf in balans bent? Doe eens de zelftest op digitalebalans.nl



0 - 6 jaar



Het schermdiefje
(2021)
Helen Docherty

Hoe voelt het voor jou als iemand je aandacht steelt door steeds op een scherm te kijken?



Vos en Haas Feestboek (2018)
Sylvia Vanden Heede

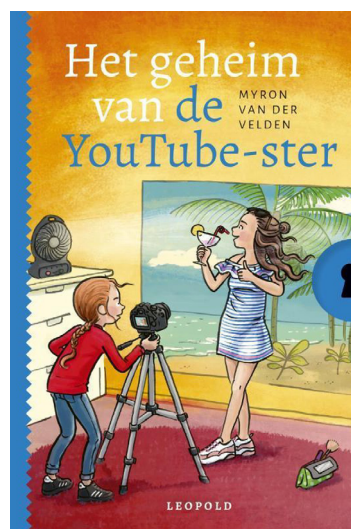
Welke leuke dingen kun je samen doen als er helemaal geen schermen in de buurt zijn?



De leukste vlog!
(2024)
Lizette de Koning

Wanneer is het leuk om een filmpje te maken en wanneer juist niet?

6 - 12 jaar



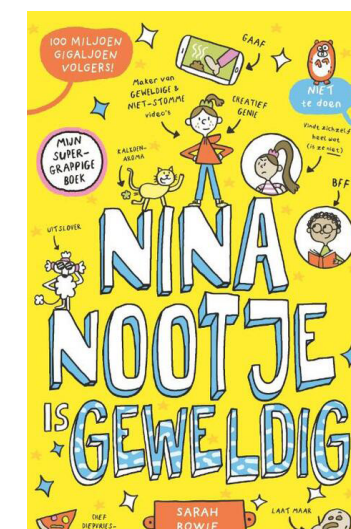
Het geheim van de YouTube-ster (2020)
Myron van der Velden

Op welke manier check jij of een video echt is of niet?



De TikTok Prank (2025)
Annet Jacobs

Hoe zorg jij ervoor dat een grap online grappig blijft en niemand er verdrietig van wordt?



Nina Nootje is geweldig (2020)
Sarah Bowie

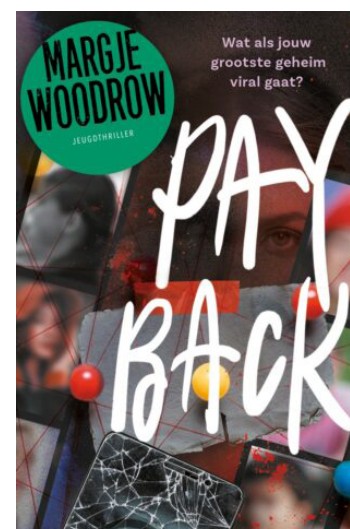
Op welke manier voel jij aan je lijf dat je te lang naar een scherm gekeken hebt?

12 - 18 jaar



De jongen die verdween in een game (2024)
Claudia Jong

Welke dingen zou jij missen als je te veel tijd in een gamewereld zou doorbrengen?



Payback (2025)
Margje Woodrow

Wat zou jij doen als er iets gemeens over jou online staat en jij je daar niet fijn bij voelt?



Alle ogen op Mia (2025)
Susan Muskee

Heb je wel eens dat iets online jou het gevoel geeft dat je niet goed genoeg bent?

