

# הורים, החופש שלהם הגבולות שלכם!

תקופת הקיץ מזמנת לבני הנוער הזדמנויות  
למפגשים חדשים, בילויים וצבירת חוויות.

**איך נוכל לכוון אותם לצבירת חוויות  
טובות ולהימנע ממצבי סיכון וסכנה?**



## מוגנות ברשת

### חשוב לדעת!

הרשת הינה הזירה העיקרית בה הילדים ובני  
הנוער מבלים את רוב שעות היום, בעיקר  
בחופשה. לצד מאפיינים חיוביים כגון: לימוד,  
משחק, הרחבת תחומי עניין ותקשורת עם  
חברים הרשת יכולה להוות סכנה בשל חשיפה  
תכנים בעייתיים ופגיעה מצד אחרים.

### שימו לב- כשיש ספק אין ספק!

חושדים שילדכם נפגע ברשת? הילד שיתף  
אתכם כי נחשף לתוכן לא מותאם? נתקלתם  
בתופעה של חרם/שיימינג כלפי ילדכם או כלפי  
ילד אחר? אתם לא בטוחים ומחפשים עצה?  
אל תשאר לבד- פנו למנהל היישובי של הרשות  
הלאומית לביטחון קהילתי או למטה הלאומי  
להגנה על ילדים ברשת בטלפון 105

## שמרו על ערנות

חופשת הקיץ מזמנת לא מעט אתגרים: היעדר מסגרת,  
שעות פנאי מרובות, שעמום ושינויים במעגלים  
החברתיים. היו ערניים לשינויים ועזרו להם להתמודד  
עימם באופן מיטבי.



## גלו מעורבות בתרבות הפנאי והבילוי

היו מעורבים בתרבות הפנאי של ילדכם: בררו עם מי הם  
יוצאים? היכן יבלו? קבעו מסגרת שעות וגבולות.  
רצוי לעשות זאת בשיתוף עם הורי החברים.



## נוכחות הורית

היו שם עבור ילדכם, עודדו אותם במציאת תעסוקה  
מותאמת ובעלת משמעות חברתית וקהילתית באזור  
מגוריהם.



## התייעצו

במידה ונתקלתם בסוגיות מאתגרות, אל תהססו לפנות  
ולקבל הכוונה ועצה מאנשי מקצוע. פנו להתייעצות  
עם צוות בית הספר ו/או עם המנהל היישובי לביטחון  
קהילתי (פנו למוקד העירוני-106)



חשוב לנהל שיח בנושא מידת הסיכון שיש בשתיית אלכוהול, שימוש בסמים וחומרים ממכרים,  
להקשיב למתבגרים ולאפשר להם לשתף אתכם בעמדותיהם. האם שתיית אלכוהול נחשבת בעינייהם  
ללגיטימית? האם זהו תנאי להנאה ושמחה במסיבה?

כוונו אותם ללקיחת אחריות אישית, והסבירו להם שאין לעמוד מן הצד כאשר הם עדים לפגיעה או  
להתנהגות מסוכנת. עודדו אותם לבקש ולהגיש עזרה.

חשוב להעביר מסר השולל שימוש באלכוהול וסמים ומסביר את הסכנה הטמונה בשימוש זה.  
אתם המבוגר האחראי!

סכמו על שעת חזרה, בקשו מהמתבגרים להעיר אתכם בהגיעם על מנת שתוכלו לוודא שהכל בסדר.



כלים  
לשיח