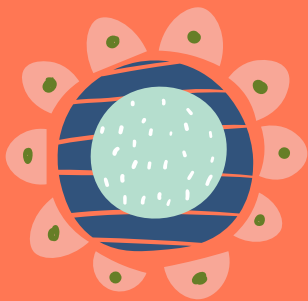




## הורים למתבגרים? נעים להכיר!!

כמה טיפים מאיתנו אליכם בימי  
שגרת-חירום-קורונה



### שגרת חירום

כן, כן, זו סתירה מהותית, אבל זו המציאות של כולנו כרגע. היעדר השגרה משמח את המתבגרים, אבל עלינו לזכור כי בעיתות משבר ולחץ השגרה חשובה. נסו לעזור להם לארגן את הימים באופן קבוע פחות או יותר: זמן למשימות לימודיות וזמן לפעילויות פנאי



### חשוב להיות נחוצים

הראו לילדכם שהם נחוצים ומשמעותיים בתקופה זו בבית - מצאו משהו שהמתבגר מתחבר אליו לעשות בבית: הכנת אוכל, גינה, סדר ואירגון, ותנו להם להרגיש שאי אפשר בלעדיהם



### קשר

המתבגרים שלכם זקוקים לקשר, הם רגילים להיות רוב שעות היום עם חבריהם בבית הספר. כעת בשל ההגבלות הקיימות, היכולת לקשר התמעטה. עודדו אותם לשיחות וידאו עם חברים, שיפיגו את בדידותם



### מידע זהיר

המון מידע עובר ישירות אל בני הנוער, ללא תיווך מבוגר וזה עלול להיות מציף ומעורר חרדה. עזרו לילדכם להבחין בין מידע ממקור אמין ורשמי לבין שמועות



### תנו תוקף

גם אם בתחושה שלנו בני הנוער לא מפסידים מהמצב כמו המבוגרים שחווים פיטורין וכדומה, לבני הנוער נדחו טיולים שנתיים, מסעות לפולין, בגרויות, טסטים, מיונים לצבא.. כל מה שמאוד גדול ומשמעותי עבורם נדחה. אל תקטינו את הקושי שלהם, בעולם שלהם אלו דברים משמעותיים ביותר

## זכרו - המצב זמני!



נכון, המצב מורכב ואי הוודאות גדולה, אבל גם זה מצב זמני שיחלוף, חשוב שאנו כהורים נזכור את זה, וגם נזכיר לילדנו – דברו איתם על זכרונות יפים ותכניות משותפות שיש לכם לעתיד



## אז מי אנחנו?

צוות היחידה למתבגרים, יחידה בתוך אגף יעוץ וטיפול במועצה, הנותנת תמיכה רגשית לנוער והוריהם. אנו צוות של עובדות סוציאליות שנותנות מענה לנערים ונערות מגילאי 13-18 ובתחום השימוש בחומרים ממכרים בגילאי 13-24



הודיה שלוי

מנהלת היחידה למתבגרים, עו"ס.  
טיפול במתבגרים, הנחיית צוותים והדרכת הורים  
052-3499972



טל גבע

עו"ס לנוער שנמצא על  
רצף השימוש בחומרים ממכרים  
052-3250051



מרב גור

עו"ס נוער  
טיפול במתבגרים והדרכת הורים  
050-6368715



מיטל שגיא

עו"ס, מטפלת רגשית בבני נוער  
ומדריכת הורים  
052-6674767



עידית בלסקי

עו"ס להבה-נוער  
מנחת צוותים חינוכיים  
חברתיים קהילתיים  
054-5402575



## אנחנו כאן

לייעוץ ועזרה בצרכים העולים בעקבות המצב

