

הורים, זיהיתם כי ילדיכם נחשפו לפגיעה ברשת?

עשו ✓ ואל תעשו ✗

1 תאמינו להם

✓ הקשיבו להם, גם אם אתם לא מסכימים איתם
✗ אל תכעסו ואל תאשימו אותם

2 קבלה והכלה

✓ נהלו שיחה רגועה, שדרו שאתם איתם
✗ אל תהיו שיפוטיים

3 יש מה לעשות

✓ חזקו ושבחו אותם שפנו לעזרה, זו עדות לאומץ
✗ אל תישארו עם זה לבד,
פנו לקבלת עזרה מקצועית בהקדם

4 הבינו מה קרה

✓ שבו והחליטו יחד איתם כיצד להתמודד
✗ אל תעזבו אותם, הם צריכים אתכם איתם

5 היו אופטימיים

✓ זכרו, לילדכם ולכם יש כוחות להתמודד,
להתגבר ולהמשיך הלאה



✗ אל תתייאשו, זכרו שהכל זמני

איך לזהות פגיעה?

היו עירניים - שימו לב לשינויים

סימנים לזיהוי מצוקה:

מצב רוח ירוד או שינויים במצבי רוח 

כעס ועצבנות 

שינה מרובה או מועטה מדי 

שינויים בתיאבון (עלייה או ירידה ניכרת במשקל) 

הימנעות ממפגשים חברתיים ומשפחתיים 

ירידה בתפקוד הלימודי 

הסתגרות והתבודדות לאורך זמן 

הם מסתירים את המסך והופכים רכושניים בנוגע לטלפון שלהם 

הם נלחצים כשהטלפון מצלצל ומעדיפים לשוחח בפרטיות 

במה מוקד 105 יכול לסייע?

מתן מידע 

מענה מותאם למגוון פגיעות בקטינים ברשת 

טיפול מותאם באירועים משולבים (אזרחי-משטרתי) 

סיוע במצבי חירום ומצוקה ברשת 

הסרת תמונות וסרטונים במידת האפשר 

איתור זהות פוגעים או נפגעים 

זקוקים לעזרה?

חייגו 105

אנחנו כאן עבורכם!



*לא כל שינוי בהתנהגות מעיד על פגיעה

ניתן לפנות גם בטופס מקוון דרך האתר
www.105.gov.il

