



## הורים יקרים,

חופשת הפסח נפתחה בצל מצב החירום המתמשך ובמהלכה עלינו להמשיך להיות קשובים להנחיות המתעדכנות של פיקוד העורף. בהמשך להודעת דובר צה"ל ובכפוף להנחיות פיקוד העורף הודיע משרד החינוך כי **לא תתקיים כל פעילות חינוכית בכל מסגרות החינוך בכל רחבי הארץ בימים ראשון 14.4.24 ושני 15.4.24.**

הצורך להסתגל לשינוי בתכניות ולהיערכות המחודשת עלול לעורר אכזבה ואולי אף דאגה בקרב הילדים ובני הנוער ויש לעזור להם להתמודד עם האילוצים ולתווך להם את הצורך לנקוט משנה זהירות עד חלוף מצב החירום. חשוב להביע הבנה לתסכול ולאכזבה אך להסביר שהזהירות הנדרשת היא בלתי נמנעת ושאלנו מקווים לשוב לפעילויות ולחדש אותן במהרה.

### ניצד נשוחח עם ילדינו על ההנחיות הזמניות?

1. נוודא שהילדים מודעים להנחיות פיקוד העורף, נחזור עמם על ההנחיות ונבקש מהם לוודא שבכל מקום בו הם נמצאים הם יודעים היכן נמצא המרחב המוגן.
2. נתווך לילדים את ההנחיות בהתאם לגילם וליכולת ההבנה שלהם, ונשתדל לא להוסיף פרטים או מידע מפורטים יתר על המידה אשר עלולים להציף אותם בחרדה.
3. נקשיב לשאלות הילדים, נענה על שאלותיהם באופן כן אך מדוד ותואם גיל, ונביע מסרים של תקווה ואמונה בכוחנו לשמור על עצמנו ולהישמר "יש לנו מערכות הגנה, יש מי ששומר עלינו".
4. במהלך השעות או הימים בהם נשהה בבית נשתדל לשמור על אווירה רגועה, ליזום פעילויות משפחתיות (משחק, יצירה, צפייה בסרט, האזנה למוזיקה) ולנסות לשמר ככל הניתן את השגרה הביתית.
5. במידה שנאלץ לשהות במרחבים המוגנים נגייס את הילדים לפעולות ולעשייה, נטיל עליהם תפקידים קטנים ומעשיים כגון למזוג מים, לקרוא סיפור לאח צעיר, להתקשר לסבתא וכדומה.
6. בימים הקרובים מומלץ לשים לב לתכנים אליהם נחשפים ילדינו, לנסות לצמצם את צריכת המסכים, למנוע חשיפה לתכנים לא מותאמים ולתווך באופן תואם גיל את המידע אליו נחשפו.

**חשוב לשמור על ערוץ תקשורת פתוח עם הילדים, להזכיר להם את כוחות ההתמודדות שלהם, תוך הבעת מסרים של תקווה, אהבה ואכפתיות.**

נשים לב ונהיה ערניים לשינויים התנהגותיים אשר עלולים להעיד על מצוקה (חוסר שקט, תוקפנות, הסתגרות, חוסר רצון לשתף פעולה, חולשה ועוד). בעת הצורך ניתן להתייעץ עם הצוות החינוכי או לפנות למוקד הסיוע הרגשי \*6552 שלוחה 5.

חשוב לגלות רגישות למשפחות בקהילה הקרובה אלינו שחוו בחודשים האחרונים אובדן או אי ודאות לעמוד לצדן ולסייע להן.

לעזרתכם סרטוני הדרכה:

[לדבר בגובה העיניים ולעודד עשייה -](#)  
[איך נדבר עם ילדינו?](#)

[איך לדבר עם ילדי הגיל](#)  
[הרך בזמן מלחמה?](#)

**הורים יקרים, אינכם לבד,  
הקהילה כולה והצוות החינוכי לצדכם.  
בתקווה לימים שקטים.**