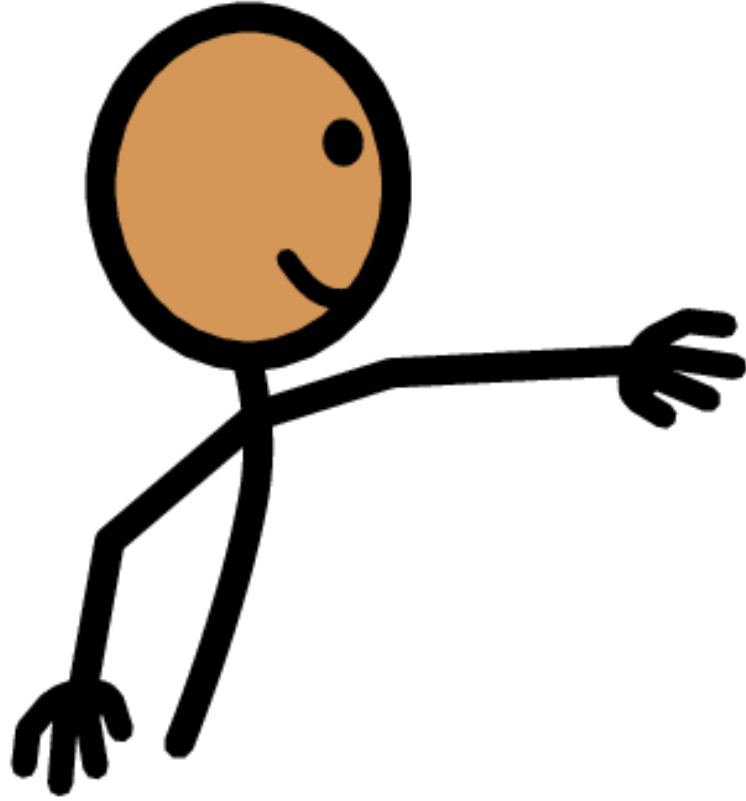


סיפור חברתי פיגוע

קלינאיות תקשורת: נועה פורת לוטן, הדס גולדפיין, לאה קאופמן
עו"ס: בת-חן ברל





בתקופה האחרונה הרבה אנשים מדברים על פיגועים

מש"י - בני ברק



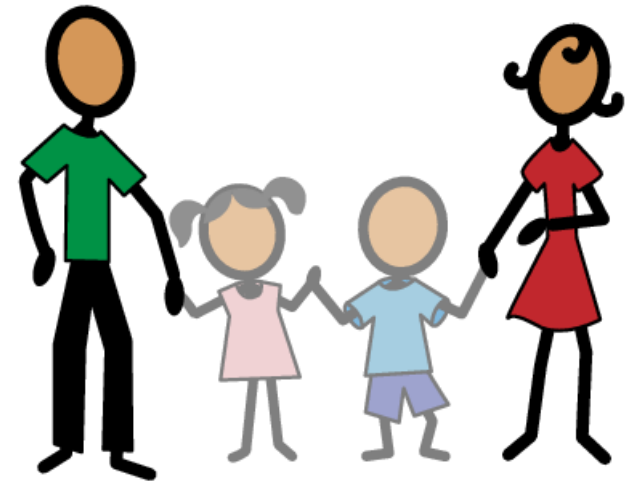
מה זה פיגוע? פיגוע זה דומה למילה פגיעה.
בפיגוע יכולים להיות נפגעים.



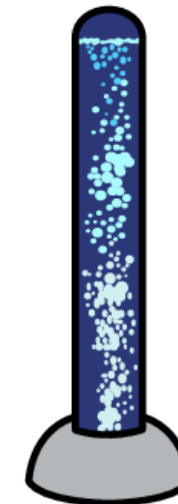
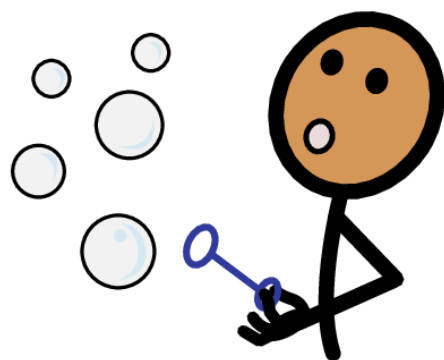
בזמן פיגוע אנשים מתקשרים למשטרה והם עוזרים לעצור את
הפיגוע כמה שיותר מהר.
בדרך כלל, הם מגיעים מהר מאד.
גם אמבולנסים מגיעים אתם, והם מטפלים במי שצריך.



הרבה אנשים מפחדים מפיגועים וגם אנחנו מפחדים
לפעמים, וזה בסדר.

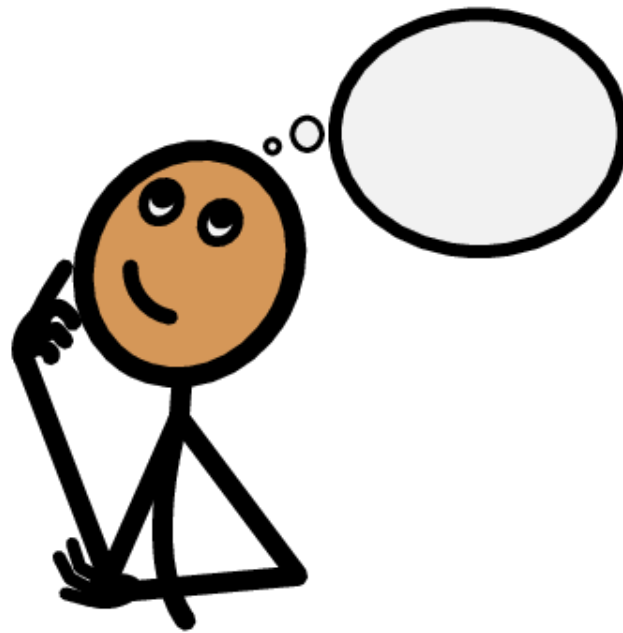


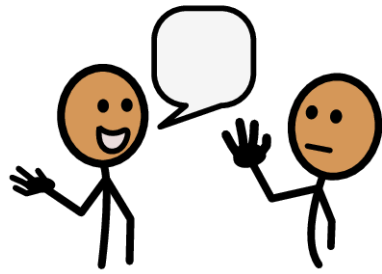
זה בסדר לפחד מפיגועים.
זה בסדר לדבר על זה עם המורה, עם אבא ואמא, או עם
מישהו אחר שנוח לי לדבר אתו על זה.



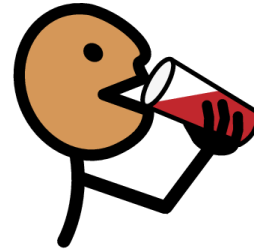
כשמפחדים, כדאי לעשות דברים שמרגיעים אותנו.

מה עוזר לך להירגע?

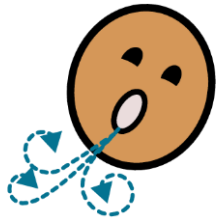




1. אפשר לדבר עם מישהו



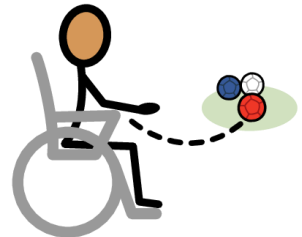
2. לשתות מים



3. לנשום נשימות עמוקות



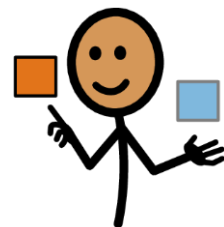
4. לבקש שידליקו לי שיר



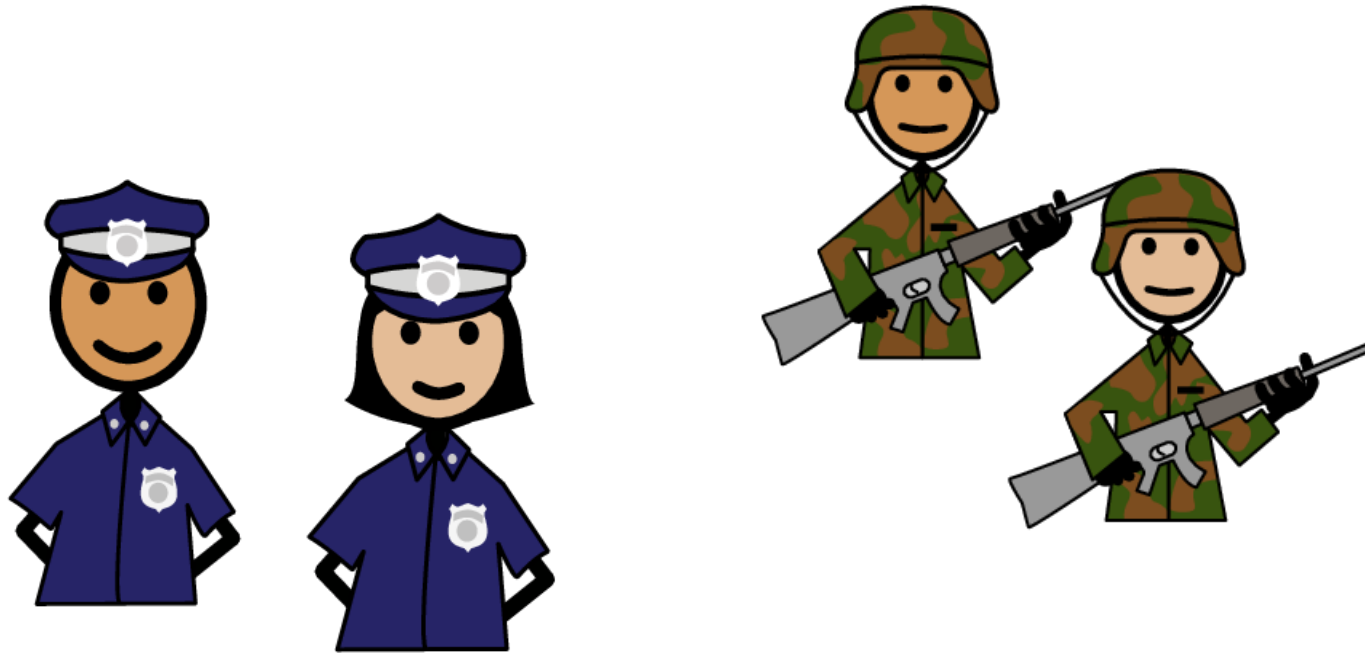
5. לשחק משחק



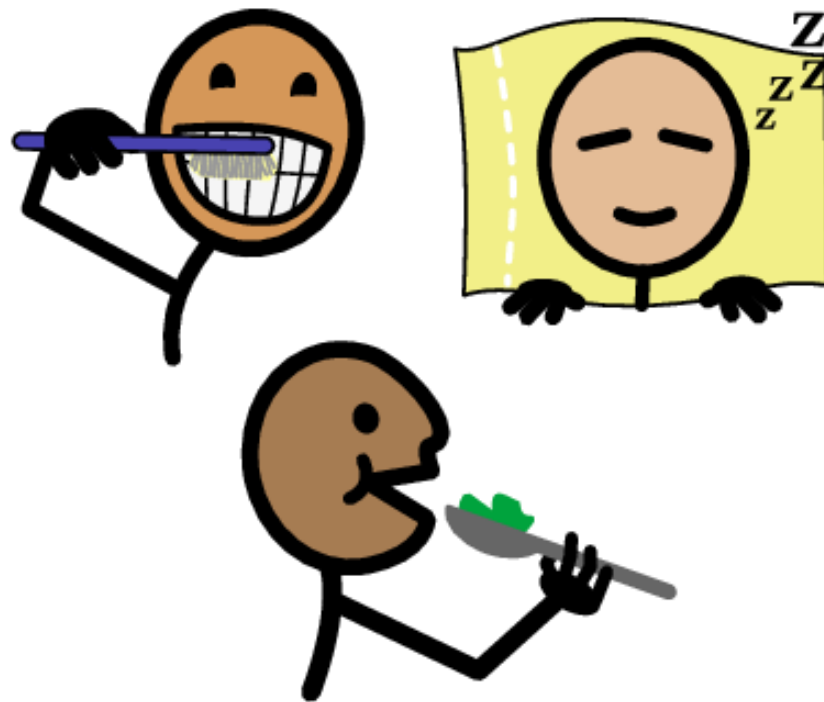
6. לבקש ממישהי שתקרא אתי פרק תהילים



7. אפשר גם לבקש משהו אחר



בתקופה הזו אנחנו נראה יותר שוטרים וחיילים
שמסתובבים בחוץ. הם שם, כדי לעזור לנו ולשמור
עלינו.



זה מאד חשוב שנמשיך לעשות דברים כרגיל,
זה גם יכול לעזור לנו להישאר רגועים.



אתמול היה פיגוע, והוא נגמר.
זה בסדר לפחד לפעמים,
וחשוב שנעשה דברים שעוזרים לנו להישאר רגועים.