



Bun-sgoil

Cùm Sàbhailte air Loidhne



Puing # 1 - Cùm d'inneal sàbhailte le facal-faire neo àireamh. Cùm am fiosrachadh seo leat fhèin ach innis do phàrant/ neach-churaim.



Puing # 2 - Na bi a' fosgladh ceanglaichean neo 'attachments' bho daoine air nach eil thu eòlach. Faighnich do inbhich aig an taigh mus sàbhail thu badhar-bog ùr.

Puing # 3 - Ionnsaich de tha ceart a bhith a' cuir air loidhne. Bidh teachdaireachd, dealbhan agus bhideothan, fiù 's nuair a tha thu ga chuir as dhaibh, fhathast ri lorg air loidhne.



Puing # 4 - Na bi a' dèanamh no ag ràdh rudan air loidhne a bhios a' goir-teachadh daoine eile. Dh' innis gu inbheach ma tha cuideigin ga toirt ort a bhith brònach neo mi-chofhurtail. Dh' innis mu dheidhinn rud sam bi nach eil freagarrach.

Puing # 5 - Cuimhnich chan fheum thu a' freagairt teachdaireachd sam bi a tha mì-mhodhail riut. Dèan 'block' air duine a tha mì-mhodhail no grànnda riut is innis do inbheach.



Puing # 6 - Na bi innse fiosrachadh pearsanta mar ainm, seòladh, àireamh fòn neo ainm/ àite an sgoil agad. Coimhead air de bhios daoine faicinn air an duilleag agad anns na 'roghainn prìobhaideachd' agad. Na bi a' sgaoileadh dealbhan le duine sam bidh nach eil thu eòlach. Nuair a tha iad air a' sgaoileadh chan eil smachd agad air cò tha ga faicinn.

Puing # 7 - Na bi dèanamh caraidean air na meadhanan-soisealta. Na bi cuir air dòigh planaichean airson coinneachadh le cuideagan bhon eadar-lìon. 'S dòcha nach bi iad mar a thuirt iad.



Puing # 8 - Na bi a' faireachdainn mar gum feum thu dèanamh rudeigin nach eil thu ag iarraidh. Dh' innis gu inbheach ma tha thu a' faireachdainn iomagaineach neo gu bheil an eagal ort mu dheidhinn rud sam bi a tha a' tachairt air loidhne. Tha cuideigin ann a bhios gad cuideachadh.

Puing # 9 - Cleachd larach-lìon a tha freagarrach nuair a tha thu air loidhne. Ma tha thu a' dol air rudan nach eil freagarrach tha cunnartan ann. Cleachd an inneal agad le urram is cuimhnich gum faod daoine fhaicinn na tha thu a' coimhead air.



Puing # 10 - Na bi air loidhne airson cus ùine. Cuir bacadh-tìde ort fhèin leis an ùine agus cùm leis. Thèid a-muigh is gabh spòrs le do charaidean gun a bhith cleachdadh sgrionaichean.

Còmhla, a' surfadh gu sàbhailte.



Pàrantan / neach-chùraim

Cùm do chlann sàbhailte air loidhne



Puing # 1 - Brosnaich do chlann ri bhith cumail innealan sàbhailte le facal-faire no àireamh. Dèan cinnteach gu bheil fhios agad air am fiosrachadh ach cuir nar cuimhne am fiosrachadh seo a' cumail bho daoine eile.



Puing # 2— Ged a tha e cudthromach gu bheil prìobhaideachas aig na clann agaibh, bu chòir dhut sùil a chumail air teachdaireachdan, eachdraidh am brabhsair agus na cunntasan aca air na meadhanan-soisealta - gu h-àraid ma tha thu a' faireachdainn gu bheil rudeigin ceàrr.

Puing # 3 - Cuir cuideam air a' phuing gu bheil prìobhaideachas air loidhne cudthromach. Thoir fiosrachadh do chlann nach bu chòir dhaibh fiosrachadh pearsanta mar aois, an ainm a sgoil agus àite fuireach a' sgaoileadh gu daoine eile.



Puing # 4 - Bhruidhinn ri do chlann mu na cunnartan air loidhne. Ged nach eil thu ag iarraidh eagal a' cuir air do chlann, tha thu ag iarraidh gum bi iad a' tuigsinn gu bheil daoine air loidhne nach eile còir agus a bhios a' dèanamh cron.

Puing # 5 - Bhruidhinn ri do chlann mu dheidhinn cunnartan ann a bhith a' sgaoileadh dealbhan air loidhne . Nuair a tha dealbh ann a tha air a' sgaoileadh air loidhne chan eil smachd aca an uairsin air cò tha a' faicinn no a' sgaoileadh na dealbhan seo. Ma tha iad a' faiginn dealbhan sam bi nach eil freagarrach bho daoine eile cha bu chòir dhaibh fios a cuir air ais neo ga sgaoileadh le daoine eile—dh'innis gu nibheach.

Puing # 6 - A bheil eòlas ceart aig clann air na caraidean aca air loidhne? Faighnich ciamar a tha na clann eòlach air na caraidean aca air loidhne, mur a h-eil iad eòlach oirre gu ceart cha bu chòir iad a bhi caraidean air loidhne.



Puing # 7 - Iarr air do chlann ri smaoineachadh mus cuir iad rudan air loidhne! Bidh teachdaireachdan, dealbhan is bhideothan a tha iad a cuir air loidhne neo a' sgaoileadh, a' cruthachadh an lorg-coise didseatach aca, fiù 's ma tha iad ga sguabadh as. Faighnich ma bhios iad toilichte na rudan seo fhaicinn ann an 10 no 20 bliadhna.



Puing # 8 - Cuir uidheaman-smachd pàrantan air an eadar-lìon agad aig an taigh airson 's gum faod thu cumail smachd air na cleachdaidhean. Bu chòir thuigse a bhith aig clann gu bheil cunnartan ann a bhith tadhal air làraich nach eil freagarrach. Dèan cinnteach gu bheil iad a' cleachdadh innealan le urram agus gum faod sibh sùil a chumail air na cleachdaidhean aca.

Puing # 9 - Brosnaich do chlann na innealan aca a' cleachdadh ann a h-àitean comannach. Na leig le innealan a bhith aca anns na seomraichean-cadal, agus gu bheil iad ann an àite comannach gu sònraichte tron oidhche. Tha seo a' brosnachadh deagh mhodhan a thaobh cadal agus cuideachd a' dèanamh cinnteach gu bheil clann sàbhailte nuair nach eil thu mun cuairt.



Puing # 10 - Cuir cuideam air a' phuing gum bu chòir dhaibh bruidhinn gu inbheach air a bheil iad eòlach, ma tha rud sam bi air loidhne a cuir dragh orra. Tha e cho cudthromach gun cùm pàrantan/neach-cùraim co-naltradh fosgailte mu na rudan seo. Innis dhaibh nach bi iad ann an trioblaid agus tha cuideigin ann leis gum faod iad bruidhinn mu dheidhinn rud sam bi.

Còmhla airson surfair sàbhailte!