{Course: Keep My Child Safe and Healthy}

| {Lesson: Teaching Safe Touch (Age 2-5/M & F)} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Hallo, jy is terug op ParentText, fantasties!   Die kursus gaan oor hoe om jou kind veilig en gesond te hou. Vandag, gaan ons praat oor hoe om jou kind te leer van veilige en onveilige aanraking.   Hier is vier handige wenke wat jou sal lei deur jou kind te leer oor veilige en onveilige aanraking en wat om te doen as hulle ooit ongemaklik voel wanneer iemand hulle raak.  Kom ons leer meer saam! | Leer Veilige Aanraking |  |
| Eerste, kom ons leer oor privaat dele.  Leer jou kind that dele van die liggaam wat onder hulle onderklere of swembroek is privaat dele is. Dit is nie reg dat ander mense hulle privaat dele sien of raak nie.  [pause]  Dit is ook nie reg vir iemand om jou kind te vra of hulle na hulle privaat dele kan raak of kyk nie.  [pause]  Tweede, leer jou kind dat dit reg is om nee te sê.  Vertel jou kind dat hulle altyd die reg het om nee te sê vir iemand wat hulle raak al is dit vriende of familie. Dit is selfs waar vir dinge soos drukkies! Dit leer jou kind dat hulle altyd in beheer is deur wie hulle toelaat om hulle te raak, sodat hulle veilige keuses kan maak deur hulle lewe, in enige situasie. Jy kan oefen deur te sê "Nee, asseblief moenie dit doen nie" en "Nee! Stop!" met jou kind sodat hulle weet hoe om dit te doen indien nodig.  Die volgende stap is om weg te kom.  Leer jou kind hoe om weg te kom van die situasie waar hulle ongemaklik voel. In meeste gevalle is oortreders nie vreemdelinge vir die kind nie. Hulle is gewoonlik bekend aan die kind en/of versorgers. Hulle sal gewoonlik dit begin deur fisiese aktiwiteite soos stoei of raak. Hulle doen dit om die kind gemaklik te maak met aanraking. Wanneer jy fisiese speletjies speel soos stoei met jou kind, laat hulle oefen om "nee" te sê en hulle persoonlike grense te respekteer. Wanneer jou kind "nee" sê, stop die speletjie onmiddelik.  [pause]  Dit bemagtig hulle ook om "NEE!" te sê in onveilige situasies buite die huis.  Dit sal nie maklik wees vir jou kind om weg te kom van sulke situasies nie, maar om hulle te leer hoe om ongemaklike situasies of onveilige situasies te ken, leer dit hulle 'n lewenslange vaardigheid.  [pause]  Laastens, leer jou kind om vir 'n volwassene te vertel.  Vertel vir jou kind as hulle bekommerd, ongemaklik, of onveilig voel oor enige iemand wat hulle raak, dat hulle vir jouself of 'n volwassene vertel wat hulle vertrou.  [pause]  Wanneer jou kind jou vertel oor iets wat gebeur het, luister openlik en vertel vir hulle dat hulle reg was om jou te vertel. Gevolglik, neem dan stappe om hulle veilig te laat voel. Glo altyd jou kind, en moenie hulle alleen los by mense by wie hulle onvelig voel nie. | LEARN ABOUT PRIVATE PARTS  “NO” IS OK!  GET AWAY   TELL AN ADULT | Animate words to text |
| Onthou, om jou kinders te leer oor veilige aanraking, volg die vier wenke - leer hulle oor privaat dele, om "nee" te sê is reg, hoe om weg te kom, en sê vir 'n volwassene.  Jou huis aktiwiteit is om 'n gesprek te hê met jou kind oor veilige en onveilige aanraking. Help hulle om te oefen om te sê, "Nee, moenie dit doen nie!" of "Nee! Stop!" en onthou hulle om vir 'n volwassene te sê indien dit gebeur.  Kan jy dit vandag met jou kind doen? | Teaching Safe Touch  LEARN ABOUT PRIVATE PARTS  “NO” IS OK!  GET AWAY   TELL AN ADULT  TUISAKTIWITEIT  Have a conversation about safe and unsafe touch. |  |

| {Lesson: Teaching Safe Touch (Age 6-9)} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Hallo, jy is terug op ParentText, fantasties!   Die kursus gaan oor hoe om jou kind veilig en gesond te hou. Vandag, praat ons oor hoe om veilige aanraking te leer.   Hier is vyf wenke om jou te help om jou kind te leer oor veilige aanraking en wat om te doen as hulle onveilig voel wanneer iemand aan hulle raak.  Reg om meer te leer? | Teach Safe Touch |  |
| Die eerste stap is om eerlik te wees.  Praat met jou kind oor hoe om elke deel van hulle liggaam te noem. As jou kind weet hoe hulle liggaam werk en waar mense moet en nie moet raak nie, kan hulle veiliger keuses maak reg deur hulle lewenspad.  Antwoord enige vrae wat jou kind het eerlik en opreg. Dit kan wees oor enige deel van hulle eie liggaam of dit van die ander geslag - selfs privaat dele!  Dit leer hulle dat dit veilig is om te vra oor die liggaam, wat beteken hulle sal meer leer en veiliger bly.  Om jou kind oor hulle hele liggaam te leer, selfs al is hulle jonk, beteken dat hulle sal weet hoe om oor iets te praat indien hulle onveilig voel. | BE HONEST about how to name body parts and how bodies work |  |
| Die tweede wenk is om jou kind te leer dat dit reg is om nee te sê.  Vertel vir jou kind dat hulle altyd geregtig is om nee te sê vir iemand wat aan hulle wil raak al is dit familie of vriende. Dit is selfs waar vir goed soos drukkies!  Dit leer jou kind dat hulle altyd in beheer is met wie hulle toelaat om aan hulle te raak, sodat hulle veilige keuses kan maak reg deur hulle lewe, in enige situasie.  Jy kan oefen deur te sê "Nee, moet asseblief nie dit doen nie" en "Nee! Stop!" met jou kind sodat hulle weet wat om te doen indien nodig. | “NO” IS OK!  practise saying “No, please don’t do that” and “No! Stop!” |  |
| Die derde wenk is om weg te kom.  Leer jou kind hoe om weg te kom van enige situasie waar hulle ongemaklik voel. In meeste gevalle is oortreders nie vreemdelinge vir jou kind nie. Meeste van die tyd is hulle bekend aan die kind en/of versorger. Hulle sal gewoonlik begin deur fisiese aktiwiteite soos stoei en raak. Dit is om die kind gewoont te maak aan aanraking. Wanneer jy fisiese speletjies speel soos stoei met jou kind, oefen om "nee" te sê en respekteer hulle grense. Indien jou kind "nee" sê, stop die speletjie onmiddellik.  [pause]  Dit bemagtig hulle om ook "NEE!" te sê vir onveilige situasies buite die huis.  Dit sal nie maklik wees vir jou kind om weg te kom van sulke situasies nie, maar om hulle te leer hoe om weg te kom in ongemaklike of onveilige situasies sal 'n lewenslange vaardigheid wees. | GET AWAY from situations where your child feels uncomfortable |  |
| Volgende, vertel 'n volwassene.  Vertel jou kind dat indien hulle bekommerd, ongemaklik, of onveilig voel oor enige iemand wat hulle raak, dat hulle dadelik vir jou of enige volwassene wat hulle vertrou vertel.  [pause]  Wanneer jou kind jou vertel van iets wat gebeur het, is dit belangrik dat jy openlik luister en dat hulle reg was om jou te vertel. Dan, vat stappe om hulle veilig te hou. | TELL AN ADULT about anything uncomfortable or unsafe |  |
| Onthou, leer jou kind oor veilige aanraking, deur die vyf wenke te volg - wees eerlik, om nee te sê is reg, hoe om weg te kom, vertel 'n volwassene, en kry hulp.  Jou huis aktiwiteit is om 'n gesprek te hê met jou kind oor veilige en onveilige aanraking. Help hulle oefen om te sê, "Nee, moenie dit doen nie!" en onthou hulle dat hulle 'n volwassene moet vertel indien dit gebeur.  Kan jy dit vandag met jou kind doen? | Teach Safe Touch  BE HONEST  “NO” IS OK!  GET AWAY  TELL AND ADULT  RESPOND  TUISAKTIWITEIT  Have a conversation about safe and unsafe touch. |  |

| {Lesson: Community Safety (2-4)} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Hallo, dit is wonderlik om jou weer op ParentText te sien!  Die les gaan oor hoe om jou kind veilig te hou in die gemeenskap.  Een ding wat jy kan doen om jou kind te help veilig wees is om te praat oor veilige plekke waarnatoe hulle kan gaan en nie kan gaan nie, en leer hulle hoe om versigtig te wees as hulle mense ontmoet wat hulle nie ken nie.  Hier is vier stappe om jou te help met die gesprek:  Teken  [pause]  praat,  [pause]  bespreek,  [pause]en oefen.  Kom ons leer meer saam! | Community Safety  DRAW  TALK  DISCUSS  practise |  |
| Die eerste stap is om te TEKEN.  Saam met jou kind, teken 'n padkaart van die gemeenskap. Sluit in al die hoof plekke in julle gemeenskap op die padkaart, soos julle huis, strate in julle buurt, kleuterskool, en enige ander plekke waarnatoe julle dalk mag gaan. [1]  Teken en identifiseer prente van mense wat julle vertrou na wie jou kind toe kan gaan wanneer hulle onveilig voel. Dit kan jy en jou eggenoot wees, of ander familielede, of selfs hulle onderwyser. | DRAW | Begin with a blank sheet. Animate on [1] |
| Die volgende stap is om te PRAAT.  Praat oor die veilige en onveilige plekke op julle padkaart. Byvoorbeeld, laat weet jou kind dat die straat nie 'n veilige plek is nie, al gaan hulle speelgoed of bal daar.  [1] SIRKEL die plekke wat veilig is vir kinders. DEURKRUIS enige plekke wat onveilig is vir jou kind. Byvoorbeeld, snoepies, taxi staanplekke, of onbekende of onbesette geboue. | TALK | Begin with the previous sheet. Animate on [1] |
| The third step is to DISCUSS. Discuss with your child why it is important to ALWAYS have an adult with them when they go outside. Make sure your child knows it’s okay to walk or run inside if a stranger tries to talk to them or asks them to go somewhere. Discuss with your child safe places they can run if a stranger approaches them – such as your home, or a neighbour’s home.  [1] Mark these areas clearly on your map. | DISCUSS | Begin with the previous sheet. Animate on [1] |
| The last step is to practise, practise, practise!  Gebruik speelgoed of poppe, rolspel moontlike gebeurtenisse waar vreemdelinge hulle benader. Vra jou kind wat die speelding moet doen. Kinders vind dit minder vreesaanjaend om te maak of ander in gevaar is.  Onthou om jou kind te prys wanneer hulle die korrekte reaksie kies, soos om weg te hardloop, te skreeu vir hulp, of om 'n volwassene te kry wat hulle vertrou. | practise  Role-play using toys or puppets  Remember to praise |  |
| Om met jou kind te praat oor ongemaklike situasie mag dalk ongemaklik voel, maar dit is belangrik. When children know what to do in a dangerous situation, they're much safer.  Your home activity is to have a conversation with your child about which places are safe or unsafe for children in your community. Het jy vandag tyd om dit te doen? | Being Safe in the Community  TUISAKTIWITEIT  Have a conversation with your child about safe and unsafe places in your community |  |

| {Lesson: Community Safety (5-9)} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Hello! This course is all about keeping your child safe and today we are learning about community safety.  One thing you can do to help keep your child safe is to talk with them about which places are safe to go and which are not, and teach them how to be careful when they meet people they don't know.  Here are four steps to help you with this conversation:  Draw  [pause]  talk,  [pause]  discuss,  [pause]and practise.  Let’s learn more together! | Being Safe in the Community  DRAW  TALK  DISCUSS  practise |  |
| The first step is to DRAW.  With your child, draw a map of your community. Include all the main places in your community on the map, like your house, streets in your neighbourhood, school, shops, and other places you and/or your child might go to. [1]  Draw and identify pictures of trusted people who your child can go to when they feel unsafe. These can be you and your partner, other family members, or their teachers. | DRAW | Begin with a blank sheet. Animate on [1] |
| The next step is to TALK.  Talk about the places on your map and decide if they are safe or not.  Make sure you listen to your child. It is important to understand why they think a place is safe or unsafe.  [1] CIRCLE the places that are safe for children. CROSS OFF any places that are unsafe for your child. For example, areas under construction, parking areas, or unfamiliar buildings. | TALK | Begin with the previous sheet. Animate on [1] |
| The third step is to DISCUSS.  Sometimes, we find ourselves in trouble. Make sure your child knows it’s okay to walk or run inside if a stranger tries to talk to them or asks them to go somewhere. Discuss where you and your child can get support in a crisis. These places may include home, school, clinic or an institution you trust.  [1] Mark these areas clearly on your map. | DISCUSS | Begin with the previous sheet. Animate on [1] |
| Finally, practise! practise! practise!  Role-play scenarios where a stranger approaches using toys or puppets. Ask your child what the toy should do. children find it less scary to pretend that someone else is in danger. Praise them when your child chooses the correct response, such as running away, shouting for help, or finding a trusted adult. | practise  Role-play using toys or puppets  Remember to praise |  |
| Talking about unsafe situations with your child might feel uncomfortable, but it's important. When children know what to do in a dangerous situation, they're much safer.  Your home activity is to have a conversation with your child about which places are safe or unsafe for children in your community. Give space for your child to share their thoughts, too. Hulle mag dalk dink dat 'n plek, wat jy gedink het veilig is, onveilig is. Laat hulle toe om hulle redes te verduidelik. Het jy vandag tyd om dit te doen? | Wees Veilig in die Gemeenskap  TUISAKTIWITEIT  Gesels met jou kind oor veilige en onveilige plekke in jou gemeenskap |  |

| {Lesson: Responding to Crises (2-6)} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Hello! In hierdie kursus het ons begin leer hoe om jou kind veilig te hou. In hierdie les leer ons hoe om te reageer op jou kind in 'n krisis.  Dit is belangrik om jou kind te ondersteun wanneer hy of sy 'n moeilike situasie ervaar. Wanneer jy jou kind help in 'n krisis, onthou hierdie vier dinge: [pause] haal asem, [pause] luister, [pause] reageer, [pause] en troos.  Kom ons leer saam meer oor hierdie stappe. | Reageer op 'n Krisis  ASEM IN  LUISTER  REAGEER  TROOS |  |
| Haal eers asem. Bly kalm. Vra jouself "Wat het jou kind nou nodig?"  Luister dan. Vra jou kind wat aangaan. Laat jou kind deel wat hulle nodig het. Soms voel jou kind dalk gemaklik om te deel deur te teken of speelgoed en poppe te gebruik om jou te vertel wat hulle ontstel het. Let op na hoe hulle voel en sê vir hulle wat jy op let sodat hulle weet hulle word gehoor. Sê vir jou kind dat jy daar is vir hulle en lief is vir hulle. Onthou, kinders kan moeilike tye en krisis situasies ervaar. Vra uit daaroor.  Die derde stap is om te reageer. Wat kan dalk help met wat besig is om te gebeur? Jy mag dalk jou kind moet help om oor hul gevoelens te praat. Onthou, in die oomblik het jou kind jou nodig om daar vir hulle te wees met liefde en hul gevoelens te aanvaar. Jy mag dalk moet praat oor die aksies wat jy of jou kind kan neem om te help met wat gebeur het. Onthou, jy kan altyd [1]HELP in ParentText tik en inligting kry oor hulpbronne in jou gemeenskap waar jy hulp kan ontvang indien jy dit nodig het.  [2]  Dan, laastens, troos jou kind. Wees daar vir jou kind. Dit kan moeilik wees om jou kind ontsteld of verward te sien, maar daar is baie wat jy kan doen om hulle te ondersteun. Hulle het jou nodig om hulle te aanvaar en te troos wanneer moeilike dinge gebeur. In hierdie oomblikke kan dit baie nuttig wees om 'n konsekwente roetine te handhaaf. Bekende roetines kan 'n gevoel van sekuriteit en normaliteit bied, wat jou kind help om weer veilig te voel. Herinner jou kind weer dat jy hulle liefhet, en sê dankie dat hulle met jou gedeel het. | ASEM IN  Bly kalm  LUISTER  Luister na jou kind en let op na wat hulle voel  REAGEER  Wat kan jou kind op hierdie oomblik help?  [1] HELP  TROOS  Troos jou kind | Animate words to text  [1] Add a phone with HELP on the screen. Remove it at [2] |
| Dit kan moeilik wees om jou kind ontsteld of verward te sien, maar onthou dat daar baie is wat jy kan doen om hulle te ondersteun tydens 'n moeilike tyd. Jy het dit, jy is so 'n wonderlike ouer!  Volg hierdie stappe wanneer jou kind iets moeilik deel. Om your child deur 'n krisis te ondersteun, sal hulle ook leer hoe om ander in moeilike tye te ondersteun.  Vir jou tuisaktiwiteit, [1] vind 'n rustige tyd om na die gemeenskapskaart te kyk wat jy saam met jou kind tydens die vorige wenk gemaak het. [2] Praat oor moontlike risiko’s en wat hulle kan doen om dit te vermy. [3] Bespreek moontlike aksies wat jy saam met jou kind kan neem as dit gebeur.  Het jy tyd hiervoor vandag? | Reageer op Krisisse  ASEM IN  LUISTER  REAGEER  TROOS  TUISAKTIWITEIT: [1] Kyk na die gemeenskapsveiligheidskaart  [2] Praat met jou kind oor moontlike risiko’s. [3] Praat met hulle oor wat om te doen as dit gebeur. | Animate sentences to script either as bullets or in paragraph form. Show map from previous activity. |

| {Lesson: Respond to Crises (7-9)} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Hello! In hierdie kursus het ons geleer hoe om jou kind veilig te hou. In hierdie les het ons ook geleer hoe om te reageer op jou kind in 'n krisis.  Dit is belangrik om jou kind te ondersteun wanneer hulle in 'n moeilike situasie is. Wanneer jy jou kind help in 'n krisis, onthou hierdie vier dinge: [pause] haal asem, [pause] luister, [pause] reageer, [pause] en troos.  Kom ons leer saam meer oor hierdie stappe. | Reageer op Krisisse  ASEM IN  LUISTER  REAGEER  TROOS |  |
| Die eerste stap is om asem te haal. Jy mag dalk 'n tydjie wil neem sodat jy kalm is voordat jy jouself vra, “Wat het my kind nou nodig?"  Volgende, luister. Vra jou kind wat aangaan. Laat jou kind met jou deel wat hulle nodig het. Soms voel jou kind dalk gemaklik om te deel deur te teken of speelgoed en poppe te gebruik om jou te vertel wat hulle ontstel het.  Let op na hoe hulle voel en sê vir hulle wat jy op let sodat hulle weet hulle word gehoor. Maak seker om te vermy om hulle te kritiseer. Sê vir jou kind jy is daar vir hulle en lief vir hulle. Onthou, kinders kan moeilike tye en krisis situasies ervaar. Vra uit daaroor.  Die derde stap is om te reageer. Wat kan dalk help met wat aangaan? Jy mag dalk jou kind moet help om oor hul gevoelens te praat. Onthou, in die oomblik het jou kind jou nodig om daar vir hulle te wees met liefde en hul gevoelens te aanvaar. Jy mag dalk moet praat oor die aksies wat jy of jou kind kan neem om te help met wat aangaan. Onthou, jy kan altyd [1]HELP in ParentText tik en inligting kry oor hulpbronne in jou gemeenskap waar jy hulp kan ontvang indien jy dit nodig het.  [2]  Laastens, troos jou kind. Wees daar vir jou kind. Dit kan moeilik wees om jou kind ontsteld of verward te sien, maar daar is baie wat jy kan doen om hulle te ondersteun. Hulle het jou nodig om hulle te aanvaar en te troos wanneer moeilike dinge gebeur. In hierdie oomblikke kan dit baie nuttig wees om 'n konsekwente roetine te handhaaf. Bekende roetines kan 'n gevoel van sekuriteit en normaliteit bied, wat jou kind help om weer veilig te voel. Herinner jou kind weer dat jy hulle liefhet, en sê dankie dat hulle met jou gedeel het. | ASEM IN  Bly kalm  LUISTER  Luister na jou kind en let op na wat hulle voel  REAGEER  Wat kan jou kind op hierdie oomblik help?  [1] HELP  TROOS  Troos jou kind | Animate words to text  [1] Add a phone with HELP on the screen. Remove it at [2] |
| Dit kan moeilik wees om jou kind ontsteld of verward te sien, maar onthou dat daar baie is wat jy kan doen om hulle te ondersteun tydens 'n moeilike tyd. Jy het dit, jy is so 'n wonderlike ouer!  Volg hierdie stappe wanneer jou kind iets moeilik deel. Om jou kind deur 'n krisis te ondersteun, sal hulle ook leer hoe om ander in moeilike tye te ondersteun.  Vir jou tuisaktiwiteit, [1] vind 'n rustige tyd om na die gemeenskapskaart te kyk wat jy saam met jou kind tydens die vorige wenk gemaak het. [2] Praat oor moontlike risiko’s en wat hulle kan doen om dit te vermy. [3] Bespreek moontlike aksies wat jy saam me jou kind kan neem as dit gebeur.  Het jy tyd om dit vandag te doen? | Reageer op Krisisse  ASEM IN  LUISTER  REAGEER  TROOS  TUISAKTIWITEIT: [1] Kyk na die gemeenskapsveiligheidskaart  [2] Praat met jou kind oor moontlike risiko’s. [3] Praat met hulle oor wat om te doen as dit gebeur. | Animate sentences to script either as bullets or in paragraph form. Show map from previous activity. |

| {Lesson:Knowing Basics of Online Safety} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Hallo daar! Vandag se les gaan oor hoe om jou kind veilig te hou aanlyn.  Kinders spandeer baie tyd aanlyn. Om verbind te wees help hulle om positief te bly en meer te leer, maar daar is ook sommige risiko’s en gevare. Om jou kind veilig te hou aanlyn is 'n belangrike stap om hulle deel van die digitale wêreld te maak.  Wanneer dit kom by aanlyn-veiligheid, is daar vier wenke wat jy in gedagte moet hou:  LEER  BESKERM,  BOU GEWOONTES,  en BOU VERTROUE.  Daar is so baie om te deel. Ons sal aanlyn-veiligheid in twee lesse dek.  [1] Vandag, kyk ons na wenke [pause] LEER [pause] and BESKERM.  Die volgende les sal [pause] BOU GEWOONTES [pause] en BOU VERTOUE dek.  Kom ons begin. | Ken die Basiese Beginsels van Aanlyn-Veiligheid  LEER  BESKERM  BOU GEWOONTES  BOU VERTROUE | Circle around 1 and 2 |
| Leer eerstens die gevare van aanlyn wees:  INHOUD: Your Child mag dalk op skadelike inhoud afkom of inhoud wat jy as onvanpas vir hulle beskou, soos geweld, aggressiewe taal, of pornografie.  KONTAK: Volwassenes mag voorgee om kinders te wees en vra vir seksuele foto’s of om met jou kinddeur 'n aanlyn platform te ontmoet.  GEDRAG: Soms kan kinders of vreemdelinge dinge wat seermaak aanlyn sê of doen. | LEER:  ✅Inhoud  ✅Kontak  ✅Gedrag | Animate words to text |
| Volgende, beskerm. Hou jou kind veilig aanlyn.  Praat met jou kind oor watter toepassings en webwerwe veilig is en watter nie. Bespreek hoekom!  Help jou kind om te leer hoe om sterk wagwoorde te skep om hulle toestelle te beskerm.  Se vir jou kind dat hulle persoonlike inligting privaat moet hou, insluitend foto’s of video’s van hulself. Wat aanlyn gaan, bly aanlyn! | BESKERM  ✅ Praat met jou kind oor veiligheidstoepassings  ✅Help jou kind leer oor sterk wagwoorde  ✅Praat met jou kind oor wat privaat gehou moet word | Animate words to text |
| In hierdie volgende afdeling, sal ons verder oor aanlyn-veiligheid leer. Vandag, as jou tuisaktiwiteit, vra jou kind wat hulle doen om veilig te bly aanlyn. Jy mag dalk vind dat hulle klaar aan aanlyn-veiligheid dink.  Prys jou kind vir enige pogings wat hulle maak. Kan jy vandag met jou kind praat? | Ken die Basiese Beginsels van Aanlyn-Veiligheid  Leer ✅  Beskerm ✅  Bou Gewoontes  Bou Vertroue  TUISAKTIWITEIT  Vra jou kind wat hulle doen om veilig te bly aanlyn |  |

| {Lesson: Build Habits and Trust Online} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Welkom terug by ParentText ! Hierdie les bou op ons kennis oor hoe om ons kinders veilig te hou aanlyn.  Om jou kind veilig te hou aanlyn is 'n belangrike stap om hulle deel van die digitale wêreld te maak.  Jy het klaar maniere geleer hoe om jou kind aanlyn te beskerm met LEER en BESKERM in die vorige les.  Vandag leer ons oor BOU GEWOONTES en BOU VERTROUE.  Is jy reg om te begin? | Bou Gewoontes en Vertroue Aanlyn  LEER  BESKERM  BUILD HABITS  BUILD TRUST | Circle number 3 and 4 |
| Die volgende stap is BOU GEWOONTES. Skep veilige aanlyngewoontes by die huis.  Beplan telefoonvrye tye in jou huis, soos tydens etes, huiswerk, of in die bed.  Stel limiete op die hoeveelheid tyd wat jou kind aanlyn spandeer.  Laat jou kind net toe om aanlyn met mense te gesels wat hulle reeds ken. Hulle moet nooit persoonlike inligting in 'n kletskamer of met vreemdelinge deel nie.  Voordat jy vorms invul wat vir persoonlike inligting vra, maak seker dat die webadres begin met https://. Webwerwe wat begin met http:// mag dalk nie veilig wees nie. | BOU GEWOONTES   * Beplan telefoonvrye tye in jou huis * Kontroleer webadresse   https://  http:// | Animate to text |
| Vir ouer kinders, kan jy hulle help om sterk wagwoorde vir hul rekeninge te skep. Goeie wagwoorde is:  [pause] lank  [pause] sluit nie ooglopende persoonlike inligting soos jou naam of verjaarsdag in nie;  [pause] en sluit hoof- en kleinletters, syfers en simbole in.  Sê vir jou kind om nie op opwipboodskappe te klik wat hulle vra om iets af te laai of vir iets te betaal nie. | BOU GEWOONTES  Gebruik Sterk Wagwoorde:  -Lank  -Moenie persoonlike inligting insluit nie  -Sluit hoof- en kleinletters, syfers en simbole in. | ^ Animate password details to explain better. |
| Laastens, BOU VERTROUE met jou kind  [1]  Kyk saam na die webwerwe, sosiale media, speletjies en toepassings wat hulle gebruik.  [2]  Vra vrae - dit help jou om meer oor jou kind se belangstellings te leer! | BOU VERTROUE   * Kyk saam na die webwerwe, sosiale media, speletjies en toepassings wat jou kind gebruik * Vra vrae | ^ |
| As julle iets bekommerwekkends saam teëkom, praat daaroor met jou kind. [1]Indien jy ondersteuning nodig het, tik HELP nadat jy vandag se les voltooi het.  Deel met jou kind dat hulle 'n volwassene moet inlig as hulle bang, onveilig of ontsteld voel oor iets aanlyn.  Leer jou kind dat as 'n vreemdeling geskenke, soos virtuele munte, aanbied in ruil vir foto’s en persoonlike inligting, en hulle vra om dit geheim te hou, hulle dit vir jou moet vertel.  Net soos jy jou kind in die werklike wêreld veilig hou, moet jy ook seker maak dat hulle in die digitale wêreld veilig is. Deur hierdie stappe te volg, kan jy hulle beskerm en seker maak dat hul aanlyn-tyd veilig is, sodat hulle dit kan bly gebruik om te leer. Jy doen goed! | BOU VERTROUE   * Praat saam oor dinge wat julle bekommerd maak * Moedig jou kind aan om 'n volwassene te sê as hulle bang of onveilig voel   HELP | ^  [1]Then, animate a phone with HELP on the screen with text. |
| Hier is iets wat jy vandag saam met jou kind kan doen om seker te maak hulle bly veilig aanlyn:  [1]  Eerstens, praat met jou kind oor hoe hulle die internet en toestelle op 'n veilige manier kan gebruik.  [2]  Praat dan oor watter webwerwe of toepassings onveilig kan wees. Bespreek hoekom.  [3]  Laastens, prys jou kind vir hoe goed hy/sy met die internet is!  Kan jy en jou kind vandag hierdie taak doen? | Bou Gewoontes en Vertroue Aanlyn  TUISAKTIWITEIT   * Praat met jou kind oor hoe hulle die internet en toestelle op 'n veilige manier kan gebruik. * Praat oor watter webwerwe of toepassings onveilig kan wees en hoekom? * Prys jou kind vir hoe goed hy/sy die internet veilig gebruik! |  |