

Hello 5th Grade Parents!

Today your child participated in the Prevention & Awareness for Total Health (PATH) Lesson 7: Cyber Trouble. This lesson addressed internet safety and safeguards. We stressed the importance of how internet use can directly impact your child/children's future and the need for taking steps to safeguard your information when online. As your children are beginning to increase the use of social media, we introduced the dangers of cyberbullying (bullying or harassment by electronic means) by identifying the various means for online bullying as well as ways to report concerns.

Did You Know?

According to the Center for Disease Control, students who experience cyberbullying are more likely to have social, mental health, and behavioral problems particularly in school. Bullied students also have more physical problems, reporting more headaches and sickness. The effects of bullying can also impact attendance, grades, and achievement. Educating students about the definition, impact, and prevention of bullying can reduce the prevalence and effects of bullying. We can teach young people to make a positive difference to stay safe and be positive.

Tips:

Cyber Safety Tips for your Child

- Keep your passwords a secret.
- Never give out your cell number, address, email address, school name or personal information.
- Don't talk to strangers.
- Ask your parents before you download games.
- Never send a picture of yourself to a stranger.
- Never open emails, files, or web pages from people that you do not know.
- Do not respond to a new person online.
- Never tell a stranger where you are going or the time you will be there.
- Do not share online detailed information about your life.
- Tell an adult if something makes you feel uncomfortable, scared, or confused.

What can you do if your child is being bullied online?

- Block the bully.
- Encourage your child to take a break from online activities.
- Encourage your child to not respond to the bully.
- Contact the school to make sure bullying isn't happening at school.
- Report the bully to the social website they are bullying through.
- Save pictures of bullying posts.
- Contact law enforcement if threats occur or if your child fears that they are in danger.

Hotlines & Resources

- Parent and student resources for Anti-Bullying <https://www.stopbullying.gov/>
- Jamari Terrell Williams online support system 800.261.7097 Referral Hotline <https://www.jamariterrellwilliams.org/unite>
- National Bullying Prevention Center <https://www.pacer.org/bullying/>

¡Hola! ¡Padres de 5ta Grado!

Hoy su hijo/a participó en la Lección 7 de Prevención y Concientización para la Salud Total (PATH): Problemas cibernéticos. Esta lección abordó la seguridad y las salvaguardias en Internet. Destacamos la importancia de cómo el uso de Internet puede afectar directamente el futuro de su hijo/a y la necesidad de tomar medidas para proteger su información cuando esté en línea. A medida que sus hijos comienzan a aumentar el uso de las redes sociales, presentamos los peligros del acoso cibernético (acoso o acoso por medios electrónicos) al identificar los diversos medios para el acoso en línea, así como las formas de informar inquietudes.

¿Sabías?

Según el Centro para el Control de Enfermedades, los estudiantes que sufren acoso cibernético tienen más probabilidades de tener problemas sociales, de salud mental y de comportamiento, especialmente en la escuela. Los estudiantes acosados también tienen más problemas físicos, reportando más dolores de cabeza y enfermedades. Los efectos del acoso también pueden afectar la asistencia, las calificaciones y el rendimiento. Educar a los estudiantes sobre la definición, el impacto y la prevención del acoso puede reducir la prevalencia y los efectos del acoso. Podemos enseñar a los jóvenes a hacer una diferencia positiva para mantenerse seguros y ser positivos.

Consejos sobre: Consejos de seguridad cibernética para su hijo/a

- Mantenga sus contraseñas en secreto.
- Nunca dé su número de celular, dirección, dirección de correo electrónico, nombre de la escuela o información personal.
- No hables con extraños.
- Pregúntales a tus padres antes de descargar juegos.
- Nunca envíe una foto suya a un extraño.
- Nunca abra correos electrónicos, archivos o páginas web de personas que no conoce.
- No responda a una nueva persona en línea.
- Nunca le diga a un extraño adónde va o la hora en que estará allí.
- No comparta en línea información detallada sobre su vida.
- Dile a un adulto si algo te hace sentir incómodo, asustado o confundido.

¿Qué puede hacer si su hijo/a está siendo acosado en línea?

- Bloquear al acosador.
- Anime a su hijo/a a que se tome un descanso de las actividades en línea.
- Anime a su hijo/a a no responder al acosador.
- Comuníquese con la escuela para asegurarse de que no haya intimidación en la escuela.
- Denuncie al agresor en el sitio web social a través del cual está intimidando.
- Guarde imágenes de publicaciones de intimidación.
- Comuníquese con la policía si ocurren amenazas o si su hijo/a teme estar en peligro..

líneas directas y recursos

- Recursos para padres y estudiantes sobre Anti-Bullying <https://www.stopbullying.gov/>
- Sistema de apoyo en línea de Jamari Terrell Williams 800.261.7097 Línea directa de referencia <https://www.jamariterrellwilliams.org/unite>
- Centro Nacional de Prevención del Bullying <https://www.pacer.org/bullying/>