

ПАМ'ЯТКА ДЛЯ БАТЬКІВ

Безпека дітей під час осінніх канікул

Осінні канікули: 24 жовтня – 01 листопада 2026 року · навчання з 02 листопада за розкладом

Шановні батьки! Під час канікул відповідальність за життя та здоров'я дітей покладається на батьків (законних представників). Домашні завдання на канікули не задаються – допоможіть дітям повноцінно відпочити. Просимо звернути увагу на такі правила.

1 Знайте, де ваша дитина

- Домовтеся з дитиною про правила: **куди, з ким і до котрої години** вона може піти, як повідомлятиме про зміну планів.
- Переконайтеся, що дитина **знає напам'ять ваш номер телефону** та адресу, а телефон завжди заряджений.
- Не залишайте **малих дітей без нагляду** вдома, біля води, на дорозі.

2 Тривоги та обстріли

- Складіть **сімейний план дій**: де найближче укриття, як діяти, якщо тривога застала дитину на вулиці чи вдома самою.
- Підготуйте **тривожну валізу**: документи (копії), ліки, воду, павербанк, ліхтарик, теплий одяг.
- Не ігноруйте сигнали тривоги та **не публікуйте** фото й відео роботи ППО та наслідків обстрілів.
- Нагадайте дітям правила **мінної безпеки**: не підходити, не торкатися, повідомити 101 або 102. Не відпускайте дітей у ліси, поля та на незнайомі території.

3 Відключення електроенергії

- **Генератор – лише надворі**, ніколи в приміщенні, під'їзді чи на закритому балконі: є ризик отруєння чадним газом.
- **Не обігрівайте** житло газовою плитою чи духовкою. Встановіть датчики диму та чадного газу.
- Замість свічок використовуйте **ліхтарики**. Не залишайте павербанки й зарядні станції на зарядці без нагляду.
- Зберігайте **ліки, побутову хімію, сірники та запальнички** поза досяжністю дітей. Стежте за якістю продуктів, які довго були без холодильника.

4 На дорозі

- Подбайте про **світловідбивачі** на одязі дітей – восени рано темніє, а під час відключень вулиці не освітлюються.
- Перевозьте дітей у **дитячих автокріслах** і показуйте приклад дотримання правил дорожнього руху. На велосипеді та самокаті – обов'язково шолом.

5 Цифрова безпека

- Цікавтеся, **з ким спілкується дитина** в мережі, які застосунки використовує. Налаштуйте батьківський контроль.
- Поясніть, що пропозиції **«легкого заробітку»** (сфотографувати об'єкт, щось підпалити, передати посилку), а також «вигідні вакансії» за кордоном і знайомства з незнайомцями – це пастки, а в окремих випадках – злочин.

- Якщо дитина стала **жертвою кібербулінгу чи шантажу** – збережіть докази (скріншоти), зверніться до поліції (102) або кіберполіції (cyberpolice.gov.ua) та повідомте гімназію.
- Якщо ваша родина перебуває на тимчасово окупованій території, подбайте про цифрову безпеку дитини: обговоріть, що і з ким можна обговорювати, які фото й переписки не варто зберігати на телефоні.
- Якщо ви **за кордоном**, ознайомтеся з правилами безпеки країни перебування. Єдиний номер екстреної допомоги в країнах ЄС – 112.

6 Здоров'я та емоційний стан дитини

- Допоможіть дитині дотримуватися **режиму дня**: повноцінний сон, прогулянки, рух, обмеження екранного часу.
- Звертайте увагу на **зміни в поведінці**: замкненість, тривожність, порушення сну чи апетиту, агресію. Говоріть з дитиною і будьте поруч.
- За потреби зверніться до **практичного психолога гімназії** – консультації для учнів і батьків відбуваються за попереднім записом через класного керівника.

ТЕЛЕФОНИ ЕКСТРЕНИХ СЛУЖБ

101

ДСНС (пожежа, підозрілий предмет)

102

Поліція

103

Швидка допомога

104

Газова служба

112

Єдиний номер екстреної допомоги (також у країнах ЄС)

Підтримка: Дитяча лінія «Ла Страда» – 116 111 або 0 800 500 225 · Протидія домашньому насильству – 116 123 · «Ти як?» – howareu.com

Гімназія на зв'язку: andreevka.school@meta.ua , andriivka-school.zp.ua