Інструкції не треба перекладати. але перекладено в іншому файлі

* Інструкції не треба перекладати. але перекладено в іншому файлі **{Script}** and **{On Slide Text}.**
* **Do not** translate content in the **{Animation Notes}** column. Інструкції не треба перекладати. але перекладено в іншому файлі.
* **Інструкції не треба перекладати. але перекладено в іншому файлі. s**. Інструкції не треба перекладати. але перекладено в іншому файлі. Інструкції не треба перекладати. але перекладено в іншому файлі.
* Інструкції не треба перекладати. але перекладено в іншому файлі. Інструкції не треба перекладати. але перекладено в іншому файлі. Інструкції не треба перекладати. але перекладено в іншому файлі.
* (/) Інструкції не треба перекладати. але перекладено в іншому файлі.
* Інструкції не треба перекладати. але перекладено в іншому [1] файлі **Do not translate**

# {Modules}

| {Keep Children Safe} | |
| --- | --- |
| Сьогоднішній урок про те, як подбати про безпеку дітей.  Ось 3 поради, поради, як подбати про безпеку ваших дітей у небезпечній ситуації: | Як подбати про безпеку дитини |
| Перша порада - говоріть.  Пояснюйте дітям, що відбувається, простими словами, зрозуміло для їхнього віку.  Поговоріть з ними про речі, які можуть бути небезпечними. | Говоріть |
| Друга порада — домовляйтесь і плануйте.  Обговоріть, де ви зустрінетесь, якщо раптом загубитесь.  Слідкуйте, щоб дитина завжди була з вами або з людиною, якій ви довіряєте.  Спільне планування додає дитині відчуття безпеки. | Плануйте |
| Третя порада - заспокоюйте.  Скажіть дитині, що ви зробите все можливе, щоб вона була у безпеці.  Підтримуйте дитину - заохочуйте її ділитися з вами всім, що турбує.  Пишайтеся тим, як ви стараєтеся. І не забувайте піклуватися про себе також. | Підтримуйте |

# 

| {Travel Safely} | |
| --- | --- |
| Сьогоднішній урок про те, як безпечно подорожувати.  Ось дві поради, які допоможуть вам і вашим дітям бути в безпеці під час подорожі: | Безпечна подорож |
| Перша порада - пересувайтеся безпечно.  Подорожуйте з людьми, яких ви знаєте, коли це можливо.  Якщо потрібно показати паспорт або інші документи - тримайте їх напоготові, у руках. | Пересувайтесь безпечно  Подорожуйте з групою людей  Документи тримайте під рукою |
| Друга порада - подбайте про себе.  Навіть коли складно - пам’ятайте, ви робите все, що можете в цей непростий час.  Не забувайте про себе. | Піклуйтеся про себе  Ви стараєтесь якнайкраще  Знайдіть момент і для власного відновлення |

# 

| {Protect From Traffickers} | |
| --- | --- |
| Сьогоднішні поговоримо про те, як захистити дитину від людей, які можуть завдати їй шкоду.  Ось п'ять порад, які допоможуть вам подбати про безпеку дитини: | Захистіть дитину від обману та небезпеки |
| Перша порада - поясніть дитині, що є люди, які прикидаються добрими, але мають погані наміри.  Поясніть, що іноді хтось може вдавати друга, щоби змусити дитину піти з ним або зробити щось, чого вона не хоче. | Допоможіть дитині зрозуміти  Небезпечні люди можуть обманювати, бути «приємними»  Вони можуть здаватись бути «приємними» |
| Такі люди можуть бути будь-хто — чоловіки, жінки, пари або навіть знайомі, яким дитина довіряє. | Серед них можуть бути й ті, кому довіряєш |
| Щоб завоювати довіру, вони можуть дарувати подарунки, робити великі обіцянки, говорити багато приємних слів, просити тримати це в таємниці. | Вони можуть намагатися завоювати довіру через:  Подарунки  Обіцянки  Компліменти  Секрети, які просять не розповідати нікому |
| Друга порада - навчіть дитину довіряти собі.  Розкажіть дитині, що варто довіряти своїм почуттям. Поясніть: якщо щось здається дивним або тим, що лякає - краще довіритися своїм відчуттям. | Довіряйте собі  Прислухайтесь до внутрішнього відчуття  Іноді тіло підказує раніше, ніж розум |
| Третя порада - уміти вчасно і безпечно піти.  Перед тим, як піти з будь-ким, навіть якщо це знайома дитині людина, поясніть, що важливо відчувати себе у безпеці.  Порадьте дитині переконатися, що хтось інший знає, де вона знаходиться. | Йдіть так, щоб було безпечно  Поясніть дитині, що йти варто лише тоді, коли вона справді відчуває себе безпечно  Переконайтеся, що хтось інший знає, де вона знаходиться. |
| Навчіть дитину не йти ні з ким незнайомим, навіть якщо ця людина здається доброю.  Якщо дитина почувається небезпечно, навчіть її залишатися спокійною. Якщо можливо - відійти, знайти безпечне місце, де є люди, і попросити допомоги у дорослого, якому довіряє (наприклад, вчителя, працівника поліції або охоронця). | Навчіть не йти з незнайомцями  Якщо почуваєшся небезпечно - залишайся спокійним, відійди та попроси допомоги. |
| Четверта порада - говори з дорослим, якому довіряєш.  Поясніть дітям, що якщо вони відчувають сумніви чи тривогу, варто поговорити з дорослим, якому довіряють.  Підкресліть, що дитина завжди може розповісти вам або іншому дорослому, якому довіряє, якщо хтось, навіть знайома людина:  дарує їй подарунки  робить великі обіцянки або  просить тримати таємниці, які змушують дитину почуватись незручно.  Нагадайте дитині, що вона завжди може поговорити з вами, не дивлячись ні на що. | Говоріть з дорослим, якому довіряєте |
| П’ята порада - навчайтеся самі.  Навчіться помічати ознаки, які можуть свідчити про те, що щось не так.  Слідкуйте за змінами у поведінці чи настрої вашої дитини. | Вчіться самі  Навчіться помічати ознаки, які можуть свідчити про те, що щось не так  Зміни в настрої або поведінці |
| Також звертайте увагу, якщо ваша дитина:  Починає ходити в незвичні для неї місця.  Отримує подарунки чи гроші, походження яких не може пояснити.  Приховує, з ким спілкується або куди ходить.  Стає нервовою, засмученою або замкнутою, коли користується телефоном.  Ці ознаки не завжди означають проблему, але це хороший привід поговорити з дитиною і показати, що ви піклуєтесь. | Також звертайте увагу,   якщо ваша дитина  Отримує подарунки або гроші, походження яких не може пояснити  Приховує, з ким спілкується або куди ходить  Стає нервовою, засмученою або замкнутою, коли користується телефоном |

# 

| {Care for your Children in a Shelter} | |
| --- | --- |
| Сьогоднішній урок про те, як попіклуватися про дітей, перебуваючи в укритті.  Ось три поради, які допоможуть вам підтримати дітей, якщо ви опинитесь в укритті: | Піклуємося про дітей, перебуваючи в укритті |
| Перша порада - зробіть місце знайомим для дитини.  Якщо можливо, візьміть з собою до укриття річ, яка приносить дитині комфорт - улюблену іграшку чи ковдру  Разом прикрасьте простір: можна повісити малюнки чи записки на стіни, якщо є така можливість. | Зробіть укриття більш знайомим |
| Друга порада - шукайте хороше.  Знайдіть щось, що змусить вас усміхнутись разом. Навіть маленька радість може зробити день світлішим.  Щовечора діліться з дитиною хоч однією приємною подією, навіть якщо вона здається незначною. | Знайдіть у кожному дні щось позитивне |
| Третя порада - підтримуйте і заспокоюйте.  Намагайтеся якомога частіше заспокоювати своїх дітей. Говоріть їм, що все буде добре.  Для молодших дітей іноді найкраща підтримка — це обійми чи просто бути поруч, коли їм страшно.  Для старших дітей важливо дати зрозуміти, що ви поруч і готові вислухати, коли вони будуть готові поділитися. Дайте їм простір, але не залишайте без підтримки. | Підтримуйте і заспокоюйте |

# 

| {Keeping my child safe from bullying} | |
| --- | --- |
| Сьогоднішній урок про те, як захистити вашу дитину від цькування (булінгу).  Ось п’ять порад, які допоможуть вашій дитині почуватись у безпеці: | Як захистити дитину від цькування |
| Перша порада - проводьте більше часу з вашою дитиною.  Чим більше часу ви проводите разом, тим легше дитині розповісти про свої переживання.  Запитуйте, як пройшов їхній день.  Запитуйте, як вони почуваються.  Зробіть час наодинці вашою звичкою.  Слухайте уважно, не поспішайте.  Нагадуйте дитині, що вона завжди може до вас звернутися. | Проводьте час наодинці |
| Друга порада — поясніть, що таке булінг.  Діти можуть сказати про проблему, коли розуміють, що таке булінг.  Булінг - це коли когось навмисно ображають, кривдять або знущаються. Поясніть дитині, що це означає робити боляче іншій людині навмисно. | Поясніть, що таке булінг  Це допомагає дітям не мовчати та відстоювати себе  Булінг - це навмисне заподіяння болю або шкоди іншій людині |
| Обговорюйте з дитиною, як слова, дії чи спілкування в інтернеті можуть образити або засмутити.  Пояснюйте, що це може трапитися з кожним. | Поговоріть про образливі слова, вчинки та шкоду в інтернеті.  Наголосіть, що це може трапитися з будь-ким |
| Заохочуйте дитину не мовчати.  Дайте їй зрозуміти, що ви завжди поруч. | Заохочуйте дитину не мовчати  Дайте їй зрозуміти, що ви завжди поруч |
| Третя порада - звертайте увагу на фізичні зміни.  Діти можуть не розповідати про цькування, але їхнє тіло може показувати ознаки. Слідкуйте за такими симптомами:  Незрозумілі синці або порізи.  Пошкоджений одяг чи шкільне приладдя  Скарги на головний біль або біль у животі  Проблеми зі сном  Зміни в апетиті - їдять набагато більше або менше, ніж зазвичай | Звертайте увагу на фізичні зміни |
| Четверта порада - звертайте увагу на емоційні зміни.  Цькування може впливати на те, як ваша дитина почувається всередині. Слідкуйте за змінами настрою чи поведінки, такими як:  Раптовий сум, злість або різкі перепади настрою. | Звертайте увагу на емоційні зміни  Слідкуйте за змінами настрою чи поведінки  Раптовий сум, злість або різкі перепади настрою |
| Часта нервозність, страх чи тривога.  Фрази на кшталт «Це моя вина» або «Я недостатньо хороший/a». | Часта нервозність, страх чи тривога  Фрази на кшталт «Це моя вина» або «Я недостатньо хороший» |
| Бажання більше часу проводити наодинці.  Мовчання або небажання спілкуватися.  Уникання школи чи соціальних заходів, які раніше подобалися. | Бажання бути на самоті  Мовчання або небажання спілкуватися  Уникання речей, які раніше подобалися |
| П’ята порада - реагуйте з турботою.  Якщо ваша дитина ділиться з вами тим, що її турбує — дуже важливо, як ви на це зреагуєте.  Зробіть паузу та залишайтесь спокійними, навіть якщо вам важко  Слухайте без перебивань і звинувачень  Вірте тому, що ваша дитина вам розповідає  Говоріть речі на кшталт: «Дякую, що поділилася» або «Ти вчинив/ла правильно»  Записуйте, що сталося, або робіть скриншоти, якщо це було онлайн  Повідомте школу або соціального працівника, щоб отримати підтримку | Реагуйте з турботою |

# 

| {Cyberbullying} | |
| --- | --- |
| Сьогоднішній урок про те, як захистити вашу дитину від онлайн-цькування.  Ось шість порад, які допоможуть вашій дитині бути у безпеці в інтернеті: | Як захистити дитину від онлайн-цькування |
| Перша порада - долучайтесь з самого початку.  Користуйтесь інтернетом разом з дитиною, особливо коли вона ще маленька.  Запитуйте, що їй подобається робити онлайн і з ким вона спілкується.  Нагадуйте дитині, що вона завжди може до вас звернутися. | Долучайтесь з самого початку  Користуйтесь інтернетом разом з дитиною  Запитуйте, що їй подобається дивитись в інтернеті  Покажіть, що вона може звернутися до вас |
| Друга порада — встановіть правила разом.  Поговоріть про те, скільки часу можна користуватися телефоном і які додатки дозволені.  Поясніть, що не можна ділитися своїм ім’ям, школою чи фото з незнайомцями. | Встановіть правила разом  Поговоріть про те, скільки часу можна користуватися телефоном  Поясніть, чому не можна ділитися особистою інформацією |
| Третя порада - використовуйте налаштування приватності.  Допоможіть дитині:  Зробити профіль приватним.  Блокувати або повідомляти про агресивних користувачів. | Використовувати налаштування приватності  Зробити профіль приватним  Блокувати агресивних користувачів |
| Ховати або видаляти публікації.  Обирати, хто може надсилати повідомлення або бачити їхні пости  Коли дитина контролює такі налаштування, вона почувається у безпеці та впевненіше онлайн. | Ховати або видаляти публікації  Оберіть, хто може надсилати повідомлення або бачити їхні пости |