

Потрібно сприяти формуванню в суспільстві культури безбар'єрності: через підвищення обізнаності, мотивацію до змін і популяризацію позитивних прикладів рівності можливостей для всіх.

Безбар'єрність — це коли кожна людина, незалежно від віку, інвалідності, статі чи інших особливостей, може:

- вільно пересуватись;
- навчатися;
- працювати;
- подорожувати;
- користуватись онлайн-послугами;
- впливати на життя громади та країни.

Це — про зручність, повагу та врахування потреб кожного і кожної. Безбар'єрність — це коли можеш.

Національний тиждень безбар'єрності відбувається в межах реалізації Національної стратегії зі створення безбар'єрного простору в Україні до 2030 року, розробленої за ініціативи першої леді Олени Зеленської.

Більше інформації можна дізнатися за посиланням у Довіднику безбар'єрності

wym-1747809419337

Телефони гарячої лінії:

Департамент кіберполіції 0800505170 (у робочі дні з 9.00 до 18.00 год)

Відділ протидії кіберзлочинам у Волинській області ДКП НП України 0332240095

Аварія на системах життєзабезпечення: як діяти:

Дії на випадок аварійного вимкнення електроенергії:

Як підготуватися:

1 

Придбайте свічки, ліхтарик, сірники, адаптер для зарядки телефонів у автономію.

2 

Придбайте повербанк та тримайте їх зарядженими. Зарядіть акумуляторні батареї.

3 

Придбайте сухий спирт, туристичні принуси та балони з газом для них.

Що робити під час аварійної ситуації:

1 

Вимкніть усі електричні побутові прилади, відімкніть з розеток.

2 

Будьте особливо обережними під час використання свічок та сухого спирту для освітлення приміщення.

3 

В разі обриву чи провисання на вулиці електричних дротів не наближайтесь до них і викликайте рятувальників.

Переживемо зиму
та переможемо ворога!

Готуймося!

Дії на випадок аварійного вимкнення газу:

Як підготуватися:

1 

Підготуйте туристичний паливник для приготування їжі.

2 

Створіть запаси продуктів швидкого приготування: консерви, сухофрукти, сублімовану їжу (харчування для туристів).

3 

Сплануйте варіант переїзду на зиму у приватний будинок, з дров'яним чи вугільним опаленням.

Що робити під час аварійної ситуації:

1 

Перекрийте газовий вентиль у своїй оселі та квартирах літніх і самотніх сусідів, людей з інвалідністю.

2 

Використовуйте нагали, дров'яні печі (буражники) для приготування їжі у дворах багатопверхівок.

3 

Категорично заборонено опалювати квартири дров'яними печами (буражниками!)

Переживемо зиму
та переможемо ворога!

Готуймося!

Дії на випадок аварійного вимкнення **води**:

Як підготуватися:



Зробіть запас питної побутової розфасованої води (на 2-3 доби).



Зробіть запас технічної води.



Наперед визначте найближчу до вас колонку-ячужку, де можна поповнити запаси питної води.

Що робити під час аварійної ситуації:



Закрийте усі відкриті до цього крани з водою.



Якщо воду доводиться зберігати тривалий час, кип'ятіть її для пиття та приготування їжі.



Воду з відкритих водопроводів використовуйте лише для технічних цілей.

Переживемо зиму та переможемо ворога!

Готуймося!

ЯК ДІЯТИ ПІД ЧАС ЗЕМЛЕТРУСУ

У РАЗІ ЗНАХОДЖЕННЯ НА 1 - 2 ПОВЕРХАХ:
швидко залишити будинок та відійти від нього на відкрите місце

У РАЗІ ЗНАХОДЖЕННЯ ВИЩЕ ДРУГОГО ПОВЕРХУ — НЕГАЙНО ЗАЛИШИТИ КУТОВІ КІМНАТИ

ЩО РОБИТИ ДАЛІ?

- Стати в отворі внутрішніх дверей або у кутку кімнати, подалі від вікон і важких предметів;
- укритися під міцними столами, поблизу головних стін чи колон, закрити голову руками;
- коли закінчиться перша серія поштовхів — залишити будинок;
- якщо будинок цілий — закрити водопровідні крани, відключити газ і електроенергію.

ВАЖЛИВО:

Не кидатися до сходів або ліфту;

вигідати з будинку швидко, але обережно;

остерігатися уламків, електричних дротів та інших джерел небезпеки;

віддалитися від високих споруд, шляхопроводів, мостів та ліній електропередач.

ЗА МОЖЛИВОСТІ НЕ КОРИСТУВАТИСЯ АВТОМОБІЛЕМ, А ПЕРЕСУВАТИСЯ ПІШКИ

У ВИПАДКУ ПЕРЕСУВАННЯ АВТОТРАНСПОРТОМ:

- ✓ зупинитися, відчинити двері;
- ✓ залишитися у автомобілі до припинення коливань;
- ✓ перевірити чи немає поблизу постраждалих, сповістити рятувальників та медиків;
- ✓ надати домедичну допомогу.

ДСНС УКРАЇНИ

Міністерство внутрішніх справ України

Про роботу ліцею в умовах воєнного стану

24 лютого 2022 року, в Україні введено воєнний стан. Президент підписав Указ №64/2022 «Про введення воєнного стану в Україні», який підтримано Верховною Радою.

Воєнний стан – це особливий правовий режим, що вводиться в Україні або в окремих її місцевостях у разі збройної агресії чи загрози нападу, небезпеки державній незалежності, територіальній цілісності та передбачає надання відповідним органам державної влади, військовому командуванню, військовим адміністраціям і органам місцевого самоврядування повноважень, необхідних для відвернення загрози, відсічі збройної агресії та забезпечення національної безпеки, а також тимчасове обмеження конституційних прав і свобод людини та громадянина, прав і законних інтересів юридичних осіб із зазначенням строку дії цих обмежень. Закликаємо усіх зберігати спокій і розсудливість.

Шановні батьки!

Дитяча психіка – найвразливіша. Діти добре відчують будь-які зміни в поведінці своїх батьків, навіть якщо ті вдають, що нічого не відбувається.

Як правильно пояснити дитині про те, що зараз - йде війна, що тривожна сирена, вибухи та постріли - це знак йти до укриття, а головне - як заспокоїти?

Ні в якому разі не приховуйте правди, будьте відвертими, не вигадуйте свої варіанти подій, а головне - запевніть їх у тому, що зробите все, аби їх захистити.

Інформація для батьків щодо дій під час отримання сигналу "Повітряна тривога!"

Дії учня під час отримання сигналу "Повітряна тривога!"





Дії вчителя після отримання сигналу "Повітряна тривога!"



ДЛЯ БАТЬКІВ!!!

Друзі!

Поряд з вами знаходяться діти!

Важливо поговорити з ними, про те, що відбувається.

Коли говорите - зберігайте спокій.

Нехай з дитиною говорять та людина, яка найбільш спокійна.

Варто сказати, що ви відповідально ставитесь до ситуації і зробите все, щоб захистити себе і їх.

Араміа на варті! Ми готові до відсічі!

Якщо дитина дуже тривожиться, підкріплюємо свої слова про захист і безпеку обіймами. Це для дітей до підліткового віку, підлітків можуть сприймати обійми, як слабкість. Дорослий має демонструвати надійність і спокій.

Важливо обговорювати так звану "цивільну оборону" як в закладах освіти, так і вдома.

Правила для "цивільної оборони":

1. Слухаємо "старшого" - вчителя, батька, маму.
2. Не сперечаємося, слухаємо за тям, хто відповідальний за безпеку в даний час.
3. Домовляємося з рідними про зв'язок на випадок втрати мобільного зв'язку. Де зустрічаємося, де можемо переховуватися.

Зараз будуть доречні:

1. Обійми
2. Гумор
3. Рутинні справи (сунісії)
4. Квадратне дихання (вдихаємо-затримка дихання-видихаємо-затримка дихання)
5. Комп'ютерні ігри (зараз можна!)
6. Пасти теплі (не холодні, не гарячі!) напої.
7. Розповідати казки, історії, читати дітям вголос
8. Дітям ставимо мультфільми, серіали.
9. Готуємо їжу, подумо смачненьким.

Зберігаємо спокій!

Слава Україні!!!

ЯК ЗАСПОКОЇТИ ДІТЕЙ ПІД ЧАС ВІЙНИ?



Демонструйте спокій та надійність. Пояснійте кожен крок та план дій. Якщо ви прямуєте до укриття, переїжджаєте до іншого міста, скажіть, що вдома зараз небезпечно і ви берете з собою лише найнеобхідніше.



Наголосіть на тому, що ви робите все, аби їх захистити, і зараз дуже важливо слухати, що ви говорите та не сперечатися.



Спробуйте відволікти дитину гумором, іграшками, руханками. Говоріть про побутові речі, читайте вголос.



Разом практикуйте так зване квадратне дихання: вдих-затримка дихання-видих-затримка дихання. Це допоможе дитині опанувати себе та подолати стрес.



Не нехуйте міцними обіймами. Зайвий раз візьміть дитину за руку чи поцілуйте. Будьте поруч.



Що робити після отримання сигналу «УВАГА ВСІМ»

Якщо ви почули звуки сирен, переривчасті гудки підприємств або звуки гучномовця, що тривають протягом кількох хвилин, це означає попереджувальний сигнал «УВАГА ВСІМ»

ЩО ТРЕБА РОБИТИ, ПОЧУВШИ ТАКИЙ СИГНАЛ?

01.

Увімкніть телебачення або радіо:

Інформація передуватиме офіційними каналами протягом 5 хвилин після сигналу.

02.

2. Уважно! Зосередьтесь

Прослухавши повідомлення, виконуйте інструкції.

03.

3. Пильнуйте

Залишайте теле- і радіоканали увімкненими — через них може надходити подальша інформація.

ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ В ЗОНІ БОЙОВИХ ДІЙ



- Носіть із собою документ, що посвідчує особу.
- Тримайте в кишені одягу записи про групу крові й про можливі проблеми зі здоров'ям.
- Намагайтеся якнайменше перебувати поза житлом і роботою, уникайте місць скупчення людей.
- За можливості уникайте демонстрації патріотичної атрибутики: це може спровокувати агресора.
- Пам'ятайте, де розташовані найближчі від оселі, роботи чи місць, які ви часто відвідуєте, сховища та укриття.



- Не повідомляйте про свої плани малознайомим людям, не сперечайтесь з ними.
- Уникайте колон техніки й не стійте біля військових машин.
- Не фотографуйте й не знімайте відео в присутності людей у військовій формі.
- Не спостерігайте за ходом військових дій, ховайтеся одразу, як почуєте постріли.
- Не носіть із собою зброю, не показуйте військовим нічого, що навіть за формою може нагадувати зброю.
- Не підбирайте покинуту зброю або боєприпаси.
- Не торкайтесь вибухонебезпечних або просто невідомих чужих речей, бо звичайні побутові предмети можуть бути замінювані.
- Не носіть армійської форми, камуфльованого одягу чи одягу з шевронами. Надавайте перевагу одягу темних кольорів, що не привертає уваги.



10 ПОРАД

Як не стати жертвою дезінформації

01

Мета дезінформатора — послати паніку, послабити нашу волю до оборони. Не допомагайте їм: зберігайте самоконтроль і не поширюйте інформацію емоційного характеру в соцмережах.

06

Агресор поширюватиме чулки про військово-політичне керівництво, аби українці не довіряли йому. Але ворог поширює те, що намагається сепарувати. **Звертайте кожну тривожну новину з офіційними джерелами.**

02

Україна захищається та продовжує боротьбу за свою територію. Якщо ви чуєте проплекне — це неправда. Вас хочуть деморалізувати.

07

Інформацію про втрати можуть координувати лише органи безпеки та оборони України. Інформація на приватних акаунтах може не відповідати дійсності.

03

Не вірте й не поширюйте інформацію із сумнівних джерел. Достовірна інформація — на офіційних сторінках і каналах державних органів та Суспільного мовлення.

08

Агресор поширюватиме наклепи та «зраду» через свої офіційні канали, прикриваючись патріотичними гаслами та українською символікою. **Перевіряйте повідомлення та заклики.**

04

Жодним чином не поширюйте інформацію про переміщення українських військ. Ви можете нашкодити тим, хто захищає вас і державу.

09

Мета ворога — розколоти українське суспільство зсередини. Так, ми різні та наші погляди можуть не збігатися, але наша спільна справа — діяти відноч агресору. **Єднаймося й підтримаймо один одного.**

05

Україна веде оборонну війну на своїй території. Повідомлення про нібито **обстріли мирного населення українськими військовими — неправда.** Ворог хоче підірвати вашу довіру до власних захисників.

10

Якщо перераховує інтернет-з'явки або сторінки державних органів зламани, **звертайтеся за інформацією до Суспільного мовлення.** Якщо не працює телебачення — вмикайте абонентську радіоточку.



Омбудсман України
Ombudsman of Ukraine



ЧИМ ЗАЙМАЄТЬСЯ УПОВНОВАЖЕНИЙ ВЕРХОВНОЇ РАДИ УКРАЇНИ З ПРАВ ЛЮДИНИ?



УПОВНОВАЖЕНИЙ ПРОВАДИТЬ СВОЮ ДІЯЛЬНІСТЬ ЗА ТАКИМИ НАПРЯМАМИ:



особисті права та свободи
(право на життя, право на свободу та особисту недоторканність, свобода пересування, право на повагу до гідності, право на вільний розвиток своєї особистості, недоторканність житла, таємниця комунікації, право на недоторканність особистого життя, право на недоторканність сімейного життя, право на свободу світогляду і віросповідання, свободу думки та слова)



право людини не бути підданою катуванню, жорстокому, нелюдському або такому, що принижує її гідність, поводженню чи покаранню



права дитини



права цивільних осіб, які постраждали внаслідок війни Російської Федерації проти України



громадянські та політичні права
(право на інформацію, право на свободу об'єднання, право на участь в управлінні державними справами, право доступу до державної служби, право обирати, право бути обраним, право на мирні зібрання, право на звернення громадян, право на допомогу, права мігрантів та осіб, які до них належать, право мовного самовизначення, право власності)



права військовослужбовців, поліцейських, пенсіонерів з-поміж осіб, звільнених із військової служби, ветеранів і членів їхніх сімей



економічні, соціальні та культурні права
(право власності на результати своєї інтелектуальної, творчої діяльності, право на підприємницьку діяльність, право на страйк, право на відпочинок, право на соціальний захист, право на житло, право на достатній життєвий рівень, право на охорону здоров'я, право на безпечне для життя і здоров'я довкілля, право на вільний доступ до інформації про стан довкілля, право на освіту, право на творчість, право на результати своєї інтелектуальної, творчої діяльності, право на компенсацію збитків, завданих державою, право знати свої права та обов'язки)

2/6

КОЛИ ВАРТО ЗВЕРТАТИСЯ ДО УПОВНОВАЖЕНОГО?

Кожна і кожен має право звертатися за захистом своїх прав і свобод до Уповноваженого, якщо їх порушили органи державної влади, органи місцевого самоврядування (міські, сільські, селищні ради) та їхні посадові й службові особи, а також юридичні та фізичні особи.

Зверніть увагу: якщо ви вчасно не отримали соціальну виплату або послугу, насамперед варто звернутися до органу, який призначає/надає виплати або послуги. І тільки в разі неправомірної відмови варто звертатися до Уповноваженого.

До прикладу, якщо це питання щодо виплати грошової допомоги на проживання ВПО, звертатися слід до органу соціального захисту населення або Національної соціальної сервісної служби України. Якщо йдеться про проживання в тимчасовому соціальному житлі — до адміністрації місця компактного поселення, модульного містечка або до органу місцевого самоврядування (міська, сільська, селищна рада).

3/6

У ЗВЕРНЕННІ ДО УПОВНОВАЖЕНОГО ОБОВ'ЯЗКОВО ПОТРІБНО ЗАЗНАЧАТИ:

1. Прізвище, ім'я, по батькові (за наявності).
2. Місце фактичного проживання та місце реєстрації.
3. Суть порушеного питання (детально).
4. Зауваження, пропозиції, прохання чи вимоги.
5. Засоби зв'язку: електронна пошта та/або контактний телефон (за наявності).



ВАЖЛИВО!

Вам необхідно зазначити вищевказану інформацію при будь-якому способі звернення.

4/6

СПОСОБИ ЗВЕРНЕННЯ ДО УПОВНОВАЖЕНОГО:



1. ЕЛЕКТРОННА ПОШТА

На електронну пошту: hotline@ombudsman.gov.ua.



2. СКРИНЬКА АБО ПОШТА

- Через скриньку за адресою: вул. Інститутська, 21/8, м. Київ.
- Через регіональні громадські приймальні Уповноваженого
- Поштою на адресу Секретаріату Уповноваженого Верховної Ради України з прав людини: вул. Інститутська, 21/8, м. Київ, 01008.



3. ОСОБИСТИЙ ПРИЙОМ ГРОМАДЯН У ГРОМАДСЬКІЙ ПРИЙМАЛЬНІ УПОВНОВАЖЕНОГО

У Секретаріаті Уповноваженого на постійній основі працює громадська приймальня Уповноваженого.

Адреса: вул. Інститутська, 21/8 (1-й поверх), м. Київ.

Графік роботи за розпорядженням Керівника Секретаріату:

понеділок – п'ятниця: 9:00-17:00;

субота, неділя: вихідні дні.

5/6

СПОСОБИ ЗВЕРНЕННЯ ДО УПОВНОВАЖЕНОГО:

4. ГАРЯЧА ЛІНІЯ



Гаряча лінія Уповноваженого Верховної Ради України з прав людини:

+380-800-501-720

або Секретаріату Уповноваженого Верховної Ради України з прав людини:

+38-044-299-74-08.

Дзвінки з-за кордону доступні.



ВАЖЛИВО!

У разі потреби ви можете звернутися особисто до Уповноваженого або представників Уповноваженого.

Особистий прийом громадян проводиться за попереднім записом. Попередній запис заявників здійснюється на підставі письмового звернення, поданого за 14 днів до дня проведення прийому у разі, якщо порушене у зверненні питання залишилось не вирішеним по суті після його розгляду відповідним структурним підрозділом Секретаріату Уповноваженого.

Цей матеріал підготував Благодійний фонд «Стабілізаційний Суппорт Сервіс» за фінансування Агентства ООН у справах жінок (УВКБ ООН). Зміст цієї публікації є виключно відповідальністю ВО «БФ «ССС» та не може використовуватися, щоб відобразити точку зору Агентства.

6/6

**Зберігаймо спокій!
УКРАЇНА ПЕРЕМОЖЕ!**