ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

01 ЧТО НЕ СТОИТ ДЕЛАТЬ В ИНТЕРНЕТЕ ?

Делиться личными данными – домашний адрес, номер телефона, данные о своей семье, геолокации

Посещать опасные группы в Telegram, Вконтакте, TikTok – синий кит, тихий дом, разбуди меня в 4.20, млечный путь, море китов, U19, F57, беги или умри, киты плывут вверх, f58, Рина, Ня.пока, 50 дней до моего..., красный дельфин, союз нерных клеток, honey moon, союз Ян и др.

Читать литературу с пометками +16, +18 - Цветы пиона на снегу, Сплетни и K-POP, Пока не погаснет последний фонарь, Единственный конец злодейки – смерть, Начало после конца, Хаски и его учитель белый кот, Магистр дьявольского культа, Злодейский путь и др.

Играть в опасные онлайн игры - Schoolboy runaway – stealth, GachaLife и др.

02 КАК КОНТРОЛИРОВАТЬ ДЕЙСТВИЯ РЕБЕНКА?

Используйте настройки родительского контроля. Например, Family Link (Android), Screen Time (iOS)

Контролируйте список друзей и подписки ребенка в социальных сетях

Уделяйте внимание - анонимным профилям, либо профилям, содержащим сатанинские символы, знаки, иероглифы, шрифты иврита, арабской вязи, санскрита, картинки аниме и др.



03 НА КАКОЕ ПОВЕДЕНИЕ РЕБЕНКА СТОИТ ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ?



Ребенок не высыпается, даже если ложится рано, или часто просыпается среди ночи



Появление порезов, синяков или других ран на теле без объяснений



Слушание мрачной музыки, просмотр видео с депрессивными или агрессивными сюжетами



Замкнутость, агрессия, уход в себя, отказ от общения с близкими



Ребенок рисует пугающие символы или знаки, не объясняя их смысла

04 КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ?

Внимательно отслеживайте эмоциональное состояние и поведение ребенка

Регулярно разговаривайте с ребенком, проявляйте интерес к его жизни и переживаниям

Ребенок должен **чувствовать**, что может прийти к вам **в любое время и поделиться своими мыслями**



05 КУДА ОБРАТИТЬСЯ?





к школьному **педагогу-психологу**

в школьный **Центр педагогической поддержки родителей**

в Центр психологической поддержки детей

к Региональному уполномоченному по правам ребенка

на телефон «111» – круглосуточный, бесплатный, контакт-центр для детей

РЕГИОНАЛЬНЫЕ УПОЛНОМОЧЕННЫЕ ПО ПРАВАМ РЕБЕНКА

Регион	ФИО, номер телефона
г. Астана	Бимендина Асима Темкеновна, 8 701 516 01 15, bala.ombudsman@mail.ru
г. Алматы	Ерлан Диана Ерлановна, 8 771 770 51 11, Yerlan.diana@gmail.com
г. Шымкент	Наимбекова Айжан Избасхановна, 8 775 210 80 44, aigan_777@mail.ru
Акмолинская обл.	Асаинова Асем Ануарбеккызы, 8 705 519 36 15, asainova83@inbox.ru
Актюбинская обл.	Тулеуова Нуржамиля Нурлыбаевна, 8 778 505 80 49, jamily_1985@mail.ru
Алматинская обл.	Есимбекова Айгуль Канатовна, 8 777 888 16 88, y.aigul@mail.ru
Атырауская обл.	Сарсембаева Айжан Махсуткызы, 8 701 352 51 35, Turarbek93@mail.ru
ВКО	Каленова Аксана Александровна, 8 777 153 82 28, aksana_kalenova@mail.ru
Жамбылская обл.	Багжанов Даурен Ораевич, 8 747 187 76 47, Dauren_1978@mail.ru
ЗКО	Нурмагамбетова Жанат Жандуллаевна, 8 701 789 95 48, Lioness.9@mail.ru
Карагандинская обл.	Киселева Ирина Болеславовна, 8 701 444 39 74, iradeti@mail.ru
Костанайская обл.	Басенова Несибели Зарифовна, 8 701 778 35 35, Basenova.nesibeli@mail.ru
Кызылординская обл.	Тоганова Жаксыгуль Кохановна, 8 701 515 04 65, Karshiga.ru@mail.ru
Мангистауская обл.	Болатбаева Тілектес Аманкоскызы, 8 701 463 33 09, jpkta@mail.ru
Область Абай	Жунусова Эльзира Ауесхановна, 8 777 213 75 00, elzira@list.ru
Область Жетiсу	Егинбаев Ермек Молдакулович, 8 777 555 87 87, aqjoljetisy@mail.ru
Область Ұлытау	Жаппасова Гульмира Алпысбаевна, 8 776 976 76 00, G.1112@mail.ru
Павлодарская обл.	Шакенова Сауле Сабитовна, 8 707 498 51 83, sshakeneva@mail.ru
СКО	Сураганова Сауле Куандыковна, 8 705 320 60 63, saule_suraganova@mail.ru
Туркестанская обл.	Егамбердиева Динара Асыловна, 8 702 720 17 00, Digitalgrace777@gmail.com