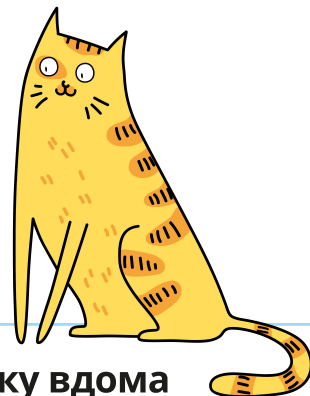


ЧИМ ЗАЙНЯТИСЯ ВДОМА ВЗИМКУ?



Під час зимових свят важливо пам'ятати про безпеку вдома

- Переконайтеся, що у вас є достатньо простору для ігор та творчих занять, щоб випадково не травмуватися, бо хтось, наприклад, випадково залишив ножиці на дивані.
- Обережно використовуйте ножі, кухонні прилади чи інші гострі предмети під час кулінарних майстеркласів.
- Якщо ви виготовляєте щось вручну, будьте уважні з дрібними елементами, щоб випадково не проковтнути їх, чи щоб вони не потрапили вам в очі.
- Уважно та обережно працюйте з ножицями чи клейовим пістолетом.
- Також не забувайте правильно користуватися електроприладами (ліхтариками або електropечами) і завжди вимикайте їх після використання.

ІГРИ ВДОМА ПІД ЧАС ЗИМОВИХ СВЯТ



Зимові свята — це чудова можливість весело та творчо провести час вдома. А ще пора див і добрих справ! Тримайте перелік занять для всієї родини.

1. Завдання від Моментала

Познайомтеся родиною зі знавцем із плекання стійкості для дорослих та дітей — **Моменталом**! Кожен та кожна отримає від нього цікаві справи і знайде щось особливе та дієве саме для себе.

2. Малювання

Що потрібно: кольорові олівці, фломастери, папір.

Ідеї для творчості

- Намалюйте святкові сцени: засніжені будиночки, новорічну ялинку чи Святого Миколая.
- Створіть власний дизайн листівок для друзів і рідних.
- Використовуйте розмальовки. Наприклад, можна використати [Розмальовки з мінної безпеки](#).

3. Створення флікерів

Що потрібно: світловідбивальна плівка, ножиці, голка з ниткою або міцна стрічка, основа для флікера (щільний картон, пластик, тканина), клей, маркери або фарби для декору.

1. Виберіть форму флікера.

Намалюйте та виріжте з основи бажану форму — зірочки, сніжинки, ялинки чи будь-який інший святковий мотив.

2. Наклейте світловідбивальну плівку.

Обклейте вирізану форму плівкою так, щоб вона повністю покривала поверхню.

3. Прикрасьте.

За бажанням розмалюйте флікер або додайте декоративні елементи, такі як блискітки чи святкові написи.

4. Додайте кріплення.

Протягніть нитку або прикріпіть стрічку, щоб флікер можна було повісити на одяг, рюкзак чи ключі.

Результат: унікальний та корисний аксесуар, що створить святковий настрій і подбає про вашу безпеку у темну пору доби.

4. Створення новорічних декорацій

Що потрібно: кольорові олівці, фломастери, папір, ножиці, клей, різноманітні декоративні елементи (блискітки, тканина, стрічки), нитки або скотч.

Намалюйте святкові малюнки, прикрасьте кімнату новорічними декораціями або створіть власні листівки для друзів і рідних. Обирайте свої улюблені кольори та створюйте атмосферу свята.

5. Настільні ігри

Що потрібно: настільні ігри. Можна обирати такі:

- **Фінансові та підприємницькі ігри.** Вони допомагають вивчати фінансову грамотність і планування в атмосфері свят.

- **Тематичні карткові ігри.** В них за допомогою карток і тактики створюються зимові світи або святкові сценарії.
- **Логічні та стратегічні ігри.** Розвивають мислення та пов'язані з зимовими сценами або святковими завданнями.
- **Колекційні ігри.** Тут гравці та гравчині збирають картки або елементи, такі як зимові подарунки чи сніжинки.

Можна обрати й онлайн-ігри: [«Суперкоманда проти мін!»](#), [«Мапа смачних пригод про здорове харчування»](#) або [«Асоціативні картки про вибухонебезпечні предмети»](#).

Запросіть родину або друзів до цікавої гри. Ігри розвивають логіку та уважність, з ними весело працювати в команді.

6. Гра «Ланцюжок бажань»

Що потрібно: аркуші паперу та ручки, щоб вистачило всім, хто хоче пограти.

Учасники та учасниці пишуть свої бажання на аркуші. Важливо, щоб бажання були реалістичними і їх можна було здійснити за короткий час (наприклад, сходити в кіно, зробити смачний напій для друга, подивитись улюблений фільм разом тощо).

Потім всі аркуші потрібно скласти в ланцюжок. Кожен та кожна отримує папірець з чужим бажанням і намагається виконати його до кінця свят. Це чудова гра, аби здивувати інших і створити святкову атмосферу, виконуючи бажання близьких.

7. Ігри з конструктором

Що потрібно: конструктор (без схеми).

Будуйте разом із друзями або родиною хатинки, машинки або навіть ціле місто! Можна організувати конкурси на найвищу чи найфункціональнішу конструкцію або будувати разом — це розвиватиме уяву та дрібну моторику.

8. Кулінарний майстерклас: приготування новорічного печива

Що потрібно: інгредієнти, посуд, формочки для печива, форма для випікання, духовка.

Разом із близькими приготуйте святкове корисне печиво.

Рецепт

Інгредієнти

- 100 г цільозернових вівсяних пластівців
- 100 г цільозернового пшеничного (чи спельтового або мигдалевого) борошна
- 1 банан (для пом'якшення тіста і як натуральний замітник цукру)
- 50 г меду або кленового сиропу
- 50 г розтопленого кокосового (або вершкового) масла
- 1 чайна ложка ванільного екстракту
- 1 чайна ложка кориці
- 1/2 чайної ложки меленого імбиру (для різдвяного аромату)
- 1 чайна ложка розпушувача
- Дрібка солі

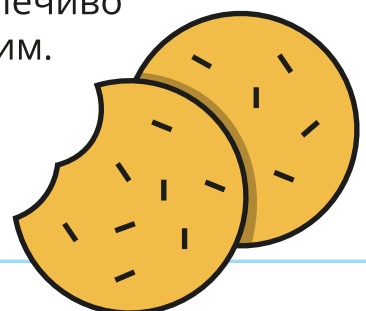
Приготування

1. Розімніть банан у пюре у великій мисці.
2. Додайте мед (або кленовий сироп), ваніль і розтоплене масло. Перемішайте до однорідної маси.
3. В окремій мисці змішайте вівсяні пластівці, пшеничне (чи спельтове або мигдалеве) борошно, корицю, мелений імбир, розпушувач і сіль.
4. Поступово вводьте суху суміш у бананову масу, добре вимішуючи, доки не утвориться густе тісто.
5. Сформуйте з тіста невеликі кульки, викладіть на деко, застелене пергаментом, та злегка притисніть.
6. Виріжте печиво у вигляді зірочок, сніговиків чи ялинок.
7. Випікайте в розігрітій до 180°C духовці 10–12 хвилин до золотистої скоринки.
8. Залиште печиво охолонути на деку, щоб воно стало щільнішим.

Корисні поради

- Щоб печиво було хрустким, можна додати трохи подрібнених горіхів або насіння (соняшникове, гарбузове).
- Зменшити кількість цукру можна, якщо додати стиглий банан і зменшити кількість меду чи сиропу до 25 г.
- Пам'ятайте, що цільозернове борошно робить печиво щільнішим, але воно все одно залишається ніжним.

Печиво готове! Готуйте **разом із близькими** та насолоджуйтеся часом, проведеним разом 🌲



9. Зимові квести вдома

Зимовий безпековий квест «Рятівники зими»

Оберіть організатора чи організаторку. Це можеш бути ти або хтось із домашніх дорослих. Попередньо ця людина готує записки-підказки та розкладає їх у таємних місцях. Учасники та учасниці виконують завдання, шукаючи підказки в домі, щоб опанувати правила безпеки взимку.

Одяг

Перша підказка ховається в шафі з зимовим одягом.

Завдання: назвати правила утеплення взимку.

Ймовірні правильні відповіді:

- *Одягайтеся багатошарово: термобілизна, теплий светр, зимова куртка.*
- *Носіть шапку, шарф і рукавички, щоб запобігти втраті тепла через відкриті частини тіла.*
- *Одягайте теплі шкарпетки та взуття, яке не пропускає вологу і забезпечує тепло.*
- *Вибирайте натуральні тканини (шерсть, бавовна) для внутрішнього шару одягу.*
- *Уникайте перегрівання: якщо стало тепло, можна зняти верхній шар одягу.*

Лід

Друга підказка біля морозильника.

Завдання: пояснити, чому виходити на лід небезпечно.

Ймовірні правильні відповіді:

Чому виходити на лід небезпечно?

- *Лід може бути тонким і не витримати вагу людини.*
- *На вигляд міцний лід може мати тріщини або тонкі місця.*
- *Рухомий або нерівний лід, наприклад, біля берегів чи в місцях течії, особливо небезпечний.*

Як діяти?

- *Не виходити на лід, якщо його товщина невідома або він виглядає ненадійно.*
- *Якщо потрібно перейти водойму, шукати спеціально облаштовані переходи.*
- *У разі надзвичайної ситуації на льоду кликати на допомогу дорослих та телефонувати **101**.*

Бурульки

Третя підказка біля вікна.

Завдання: пояснити, чому не можна чіпати бурульки та як діяти безпечно.

Ймовірні правильні відповіді:

Чому не можна чіпати бурульки?

- Бурульки можуть бути крихкими та впасти під вагою чи від найменшого дотику.
- Падаючи, вони можуть серйозно травмувати людину.

Як діяти безпечно?

- Не ходити під дахами, з яких звисають бурульки.
- Якщо помітили небезпечні бурульки, повідомити комунальні служби.
- Не намагатися збивати бурульки самотійно.

Фінал

Коли квест закінчується, тій людині, яка впоралася найкраще, всі вручають нагороду та титул «Героя (чи героїні) зимової безпеки». А ще можна пограти [в онлайн-гру «Суперкоманда проти мін!»](#) або дослідити [«Мапу смачних пригод про здорове харчування»](#).

10. Кіно та гаряче какао

Що потрібно: улюблені фільми, комфортні ковдри та подушки, корисні снеки та гарячі напої.

Виберіть відео для перегляду з родиною або друзями. Влаштуйте справжній кіносеанс вдома з корисними смаколиками. Ось, що можна подивитися.

Короткі відео

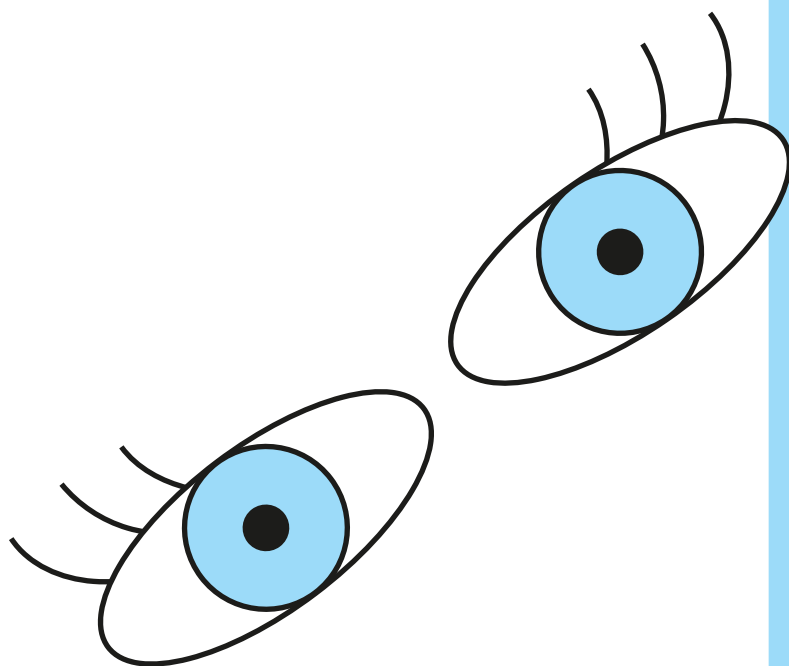
- [Серія відеороликів «Зимові пригоди без шкоди»](#)

Кінопоради

- «Різдвяні хроніки» (2018)
- «День "Так"» (2021)
- «Родинний обмін» (2023)
- «Чумова п'ятниця» (2003)
- «Із 13 в 30» (2004)

Мультфільми

- «Пес Патрон»
- «Грінч» (2018)
- «Клаус» (2019)
- «Вартові легенд» (2012)
- «Дракон бажань» (2021)
- «Стихії» (2023)



- «Лео» (2023)
- «Дикий Робот» (2024)
- «Везіння» (2022)
- «Душа» (2020)
- «Я — панда» (2022)
- «Відважна» (2012)
- «Украдений місяць. Кум» (2022)
- «Думками навиворіт» (2015)
- «Енканто» (2021)

11. Читання книг та інших цікавинок

Почитайте всією сім'єю різдвяні книги та корисні матеріали про безпеку!



Брошура зі стикерпаком
«Зимові пригоди без шкоди»

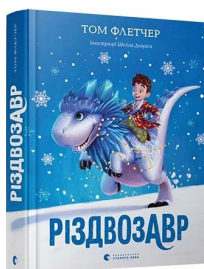


Брошура «Твоя сила: практикум
для дітей та підлітків»



Серія коміксів «Пес
Патрон та його пригоди»

Книгопоради



Том Флетчер
«Різдвозавр»



Збірка оповідань
«Коли сніг пахне мандаринками»



Дж. К. Ролінг
«Різдвяна свинка»

Більше безпекових матеріалів для дітей та підлітків шукайте на ресурсах bezpeka.dsns.gov.ua та **«Спільнотека»**.

Зимові свята — це час для творчості, радості та тепла!

Нехай ці ігри допоможуть зробити ваші свята приємними та незабутніми. Вибирайте улюблену гру, залучайте рідних і насолоджуйтеся кожним моментом разом!