



# ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ ДИТИНИ ПІД ЧАС ЕВАКУАЦІЇ



ЗДО №6 «Веселка»



1. Заспокойтеся самі. Чим молодші діти, тим сильніше їхній психоемоційний стан залежить від стану батьків. Тому спочатку знайдіть точку рівноваги для себе. Доступний практично всім спосіб – дихальні вправи. Психологиня Світлана Ройз радить зробити дихальні вправи, обійняти самого себе, легенько простукати все тіло долонями, обов'язково потягнутися.

4250 №6 «Веселка»



2. Скажіть слова підтримки. «Ми в порядку. Ми будемо робити все, що в наших силах», «Я доросла, я знаю, що робити», «Я з тобою». За необхідності повторюйте.

3. Домовтеся про правила поведінки. У небезпечній ситуації дитина повинна виконувати ваші розпорядження миттєво і без сперечань.

Ваші прохання повинні бути лаконічними та зрозумілими. Якщо є можливість, завчасно порепетируйте в ігровій формі головні команди: «Стій», «Не торкайся цього», «Викинь це», «Іди до мене».

4990 №6 «Веселка»



4. Іграшку-супергероя — з собою! Попросіть дитину вибрати маленьку іграшку або талісман, який вона зможе покласти в кишеню. Це може бути навіть мушля з відпустки на морі або камінчик з рідного двора. Скажіть, що у хвилини, коли буде страшно чи самотньо, дитина може брати цю іграшку в руки, розмовляти з нею, розповідати їй про свої почуття.

ЗДБД №6 «Веселка»



5. Прикріпіть до верхнього одягу дитини бейдж з повною інформацією про неї. Ім'я, прізвище, вік, контактні дані батьків, особливі медичні потреби дитини (якщо такі є), вкажіть групу крові. Окрім бейджа на одязі, покладіть дитині у кишеню записку та/або напишіть цю інформацію на її руці стійким маркером або ж наклейте цупкий скотч на одяг. Це варто зробити навіть з дітьми 7-10 років, які у звичайному житті пам'ятають персональні дані. У стані стресу забувати прості речі можуть навіть дорослі, а діти й поготів.

4060 №6 «Веселка»