

Что делать при наводнении и паводке?

Памятка для родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста

Важно заранее рассказать ребенку о том, что происходит, и какие будут ваши с ребенком дальнейшие действия при наводнении и паводке. Можно привлечь ребенка к сбору тревожного чемоданчика с самыми необходимыми вещами.

ПРОГОВОРИТЕ С РЕБЕНКОМ СЛЕДУЮЩИЕ ПРАВИЛА:

- ▶ Как только начала прибывать вода, оставайся рядом со взрослым!
- ▶ Если взрослого рядом не оказалось, поднимись как можно выше и жди спасателей. Покажи, где ты находишься: маши руками или одеждой яркого цвета, кричи и т.д.
- ▶ Держись подальше от:
 - розеток;
 - крупных незакрепленных вещей (стол, стулья);
- ▶ Если ты оказался в воде скинь обувь и тяжелую куртку.

ЕСЛИ ВЫ ОКАЗАЛИСЬ В ЗОНЕ ВНЕЗАПНОГО ЗАТОПЛЕНИЯ ВО ВРЕМЯ НАВОДНЕНИЯ ИЛИ ПАВОДКА С РЕБЕНКОМ ВМЕСТЕ:

- Сохраняйте спокойствие. Помните, что с вами ребенок, и вам необходимо показать ему, что он под защитой.
- По возможности немедленно позвоните по телефону вызова **экстренной службы «1-1-2»** (сообщите фамилию, имя, отчество, адрес и причину вызова).
- Заранее наденьте на ребенка яркую одежду или аксессуар (шарф, кофту), чтобы было проще его видеть.
- Соберите важные вещи: документы в герметичной упаковке, жизненно-необходимые лекарства, набор продуктов и воду на несколько дней, комплект сухой одежды и обуви для себя и для ребенка.
- По возможности оставьте зону затопления.
- При невозможности покинуть зону затопления поднимитесь на возвышенность: на крыши или на чердаки.

Что делать при наводнении ←

- Сигнализируйте спасателям о вашем местонахождении:
 - ▶ в светлое время – вывесите максимально высоко полотенца или одежду ярких цветов;
 - ▶ в темное время – подавайте световые сигналы с помощью зажженного фонаря.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ:

- Несмотря на то, что вам необходимо сохранять спокойствие, вы можете сказать ребенку, что вы тоже переживаете негативные эмоции. Пример родителя, которому тоже страшно, но он готов действовать и принимать решения, очень показателен для ребенка.
- Постарайтесь по возможности объяснять ребенку свои действия.
- Избегайте пугающих деталей, рассказывайте о происходящем спокойно и кратко, без эмоционального накала.
- Позвольте ребенку взять любимую игрушку (небольшую вещь), которая придаст ему уверенности.
- Не обсуждайте ситуацию с другими взрослыми в присутствии ребенка, если не уверены, что этот разговор пройдет спокойно.
- Добравшись до безопасного места или в ожидании спасателей можно делать с ребенком упражнения на саморегуляцию или, при наличии материалов, рисовать, творить поделки из подручного (природного) материала, делать пальчиковую гимнастику и т.д.