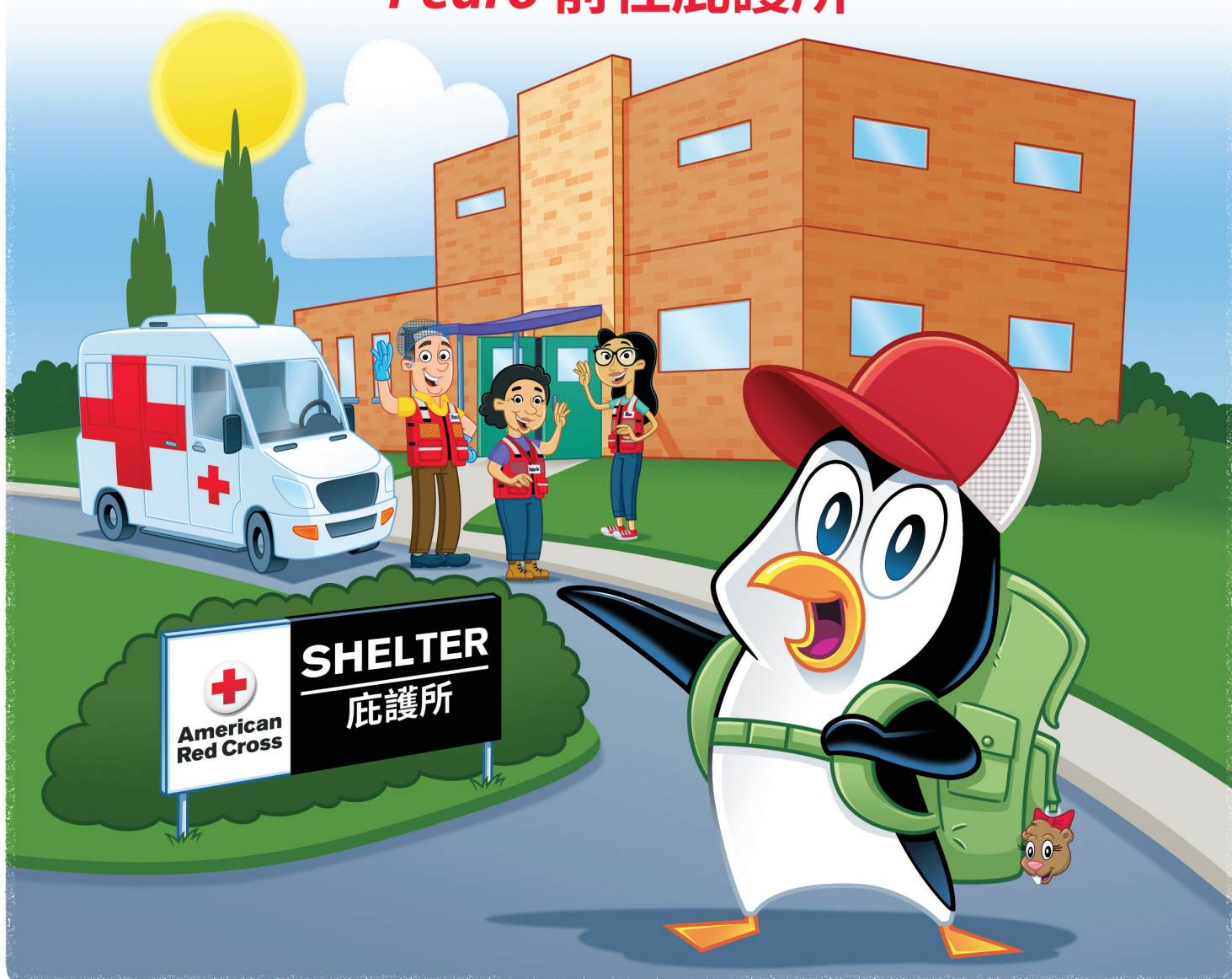


與 Pedro 一起準備!

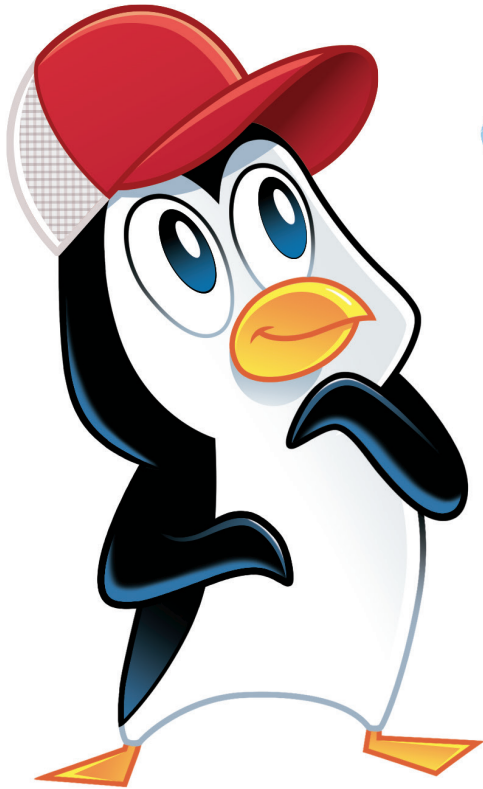
Pedro 前往庇護所



這個故事情節反映了在COVID-19大流行之前的庇護所操作規範。紅十字會庇護所和庇護所操作規範已經過調整，以確保享受我們服務的人士和我們志願者的安全。



您好!我是 Pedro!
我正在學習如何
為緊急情況做
準備。

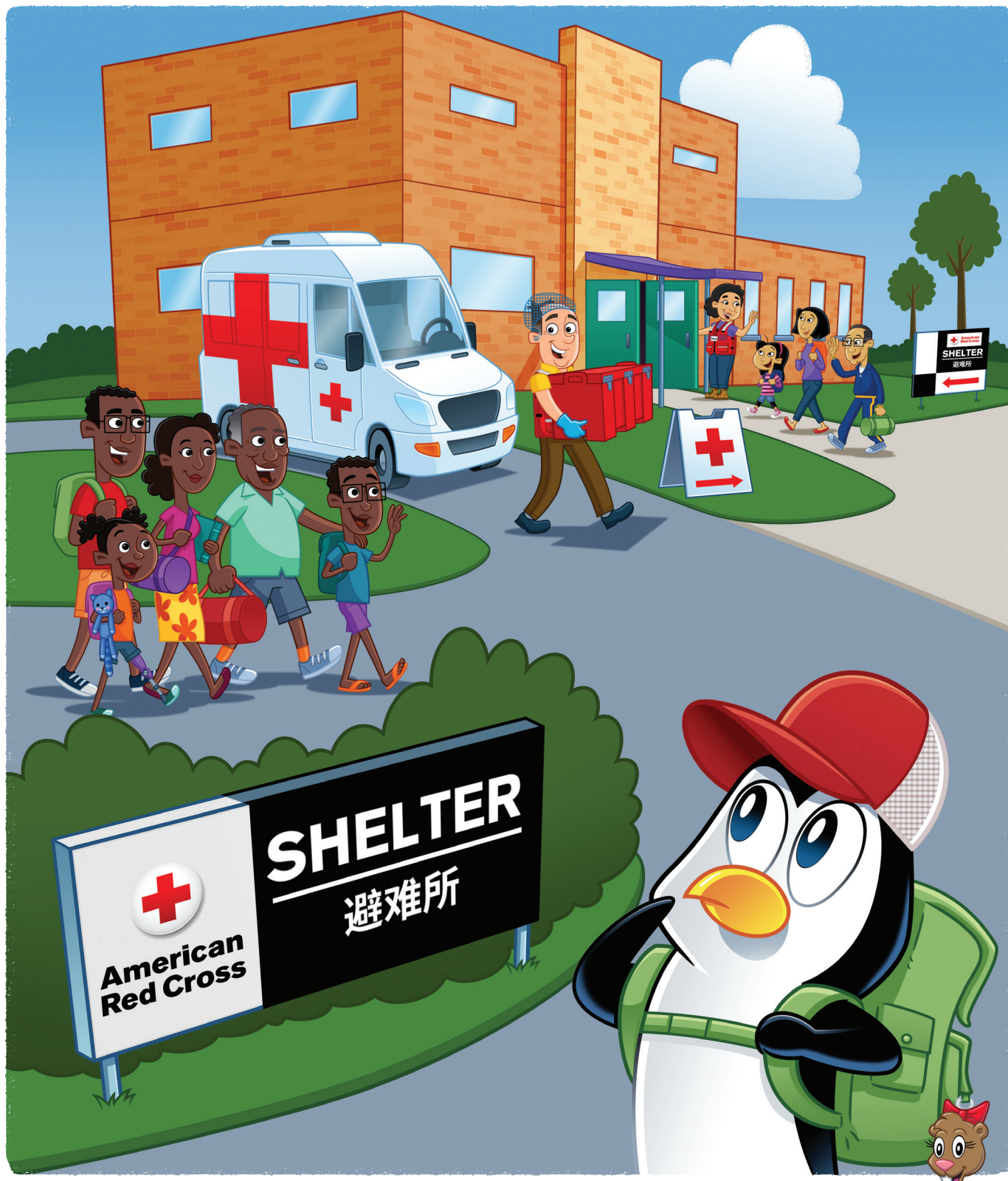


有時,當緊急情況發生時,
美國紅十字會會開放庇護所,
以便人們可以呆在安全的地方。
在庇護所中,會有人確保您有食物、
要穿的衣服和安全的睡眠場所!



讓我們更多地了解住在
庇護所的感覺!
跟我一起來!

Pedro 的鄰里發生了緊急情況，他不得不離開家去安全的地方。
他去了紅十字會開放的庇護所，因為他知道這是一個安全的地方。





進去後, Pedro 在前台登記。他很緊張, 因為他要在一個陌生的新地方生活, 而且他不認識任何人。就在這時, 一位紅十字會庇護所志願者向他走來。





Mae 讓 Pedro 參觀了庇護所，包括他要睡覺的地方。Pedro 看到幾個孩子在附近，想知道他是否能交朋友。當他們來到他的嬰兒床時，Mae 給了他一隻可以留下的泰迪熊！





馬上到了晚餐時間。Pedro 很快與 Sofia 成為了朋友，Sofia 也加入了他的食品隊伍。



“這裡就像我的學校食堂！” Sofia 說。“想和我和我的哥哥 Gabe 一起坐嗎？”

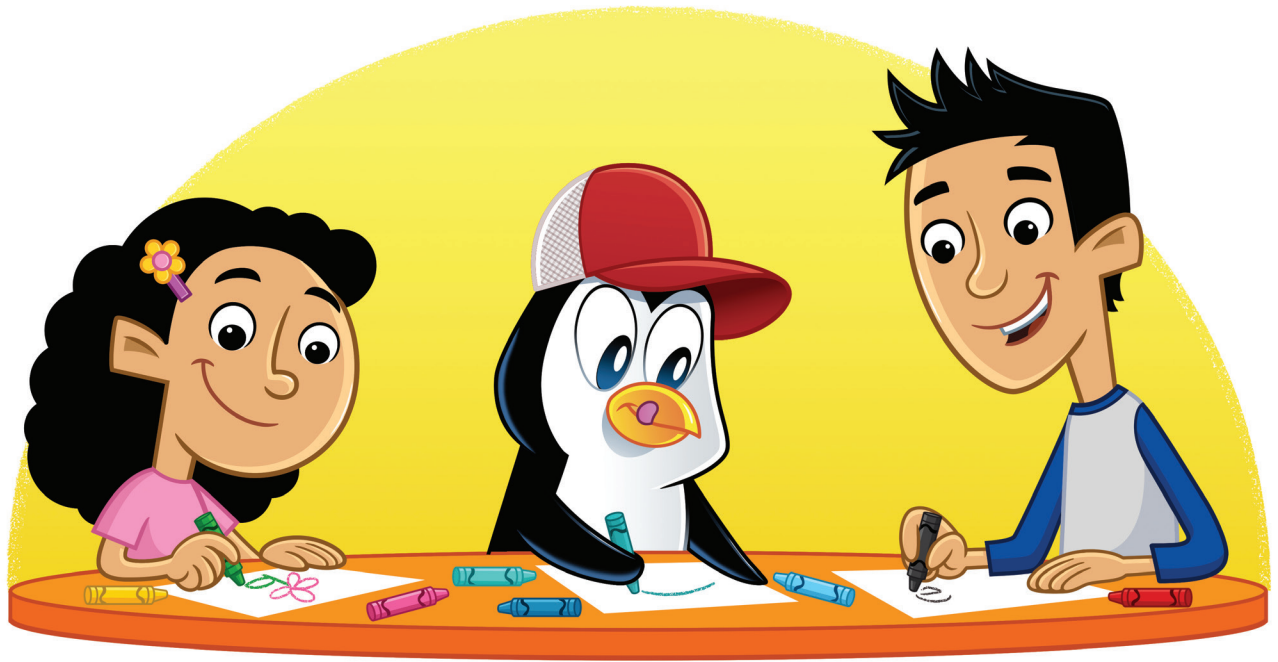
“當然！” Pedro 回答。



他還沒意識到，就已是時候熄燈了。Pedro 上床睡覺時，他覺得在新地方，在陌生人 旁邊睡覺有點奇怪。Pedro 望了一眼，看到 Sofia 和她的家人就在他旁邊！他緊緊抓住他的熊，知道自己就在他的新朋友附近，他感到放心和安全。

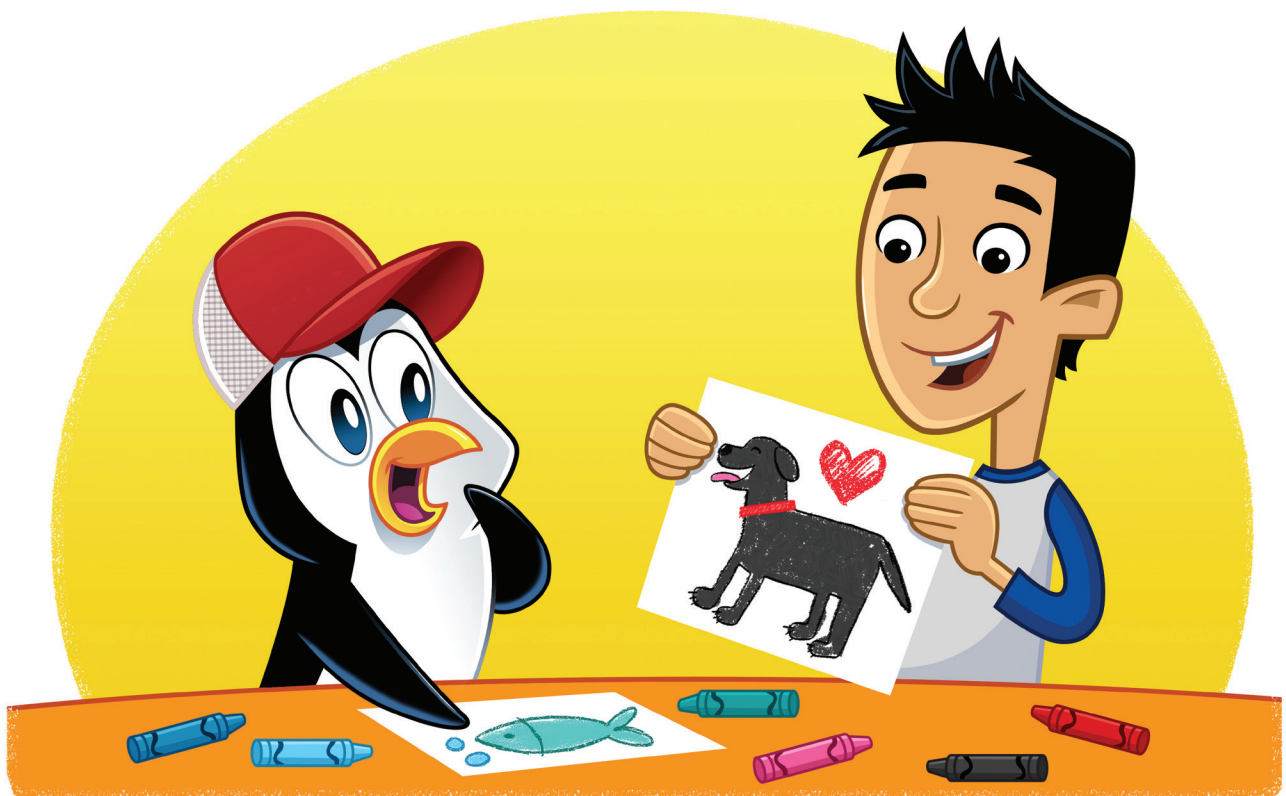
Pedro 睡著了。





第二天早晨，早餐後，Pedro 和他的新朋友們坐在一起塗色。

“我的朋友 Martin 有一隻看起來像這樣的狗，叫Red！” Gabe 說。 “Red 無法和他們一起來庇護所，但在 Martin 及其家人接走它之前，它一直在安全的地方。”



幾天後，Pedro 得知他將能夠返回家中。現在是時候向所有幫助他在庇護所中感到安全並照顧他的人道別了。





“感謝您在庇護所期間幫助我感到安全！” Pedro 說。“很高興我結識了一些新朋友。”



哇，呆在庇護所裡會讓我感到緊張。所以我深呼吸，讓自己平靜下來。



像我一樣，通過鼻子慢慢吸氣。



然後通過嘴慢慢呼氣。

呼吸五六次後，我感覺好些了，開始放鬆。自己嘗試看吧！



成人 -

這本故事書解釋了住在紅十字會緊急庇護所的感受以及應會發生的事情。雖然本書旨在為孩子在遇到緊急情況後提供一些安慰，但您的支持和愛將幫助他們重新獲得安全感。

遇到緊急情況後，某些行為在兒童中很普遍，例如焦慮、睡眠問題、擔心緊急情況會再次發生，與某些發展里程碑的消退以及不願離開親人或分離焦慮。孩子們可能還會通過玩耍來表達自己的感受，有時還會重演他們所經歷的緊急情況。瞭解在壓力事件後這些行為和感覺很普遍，並且您的保證、愛心和更多情感可以幫助緩解他們的焦慮。

您可以執行的行動：

- 跟着您的孩子，不要將他們獨自留在庇護所。
- 探索並確定您的孩子可能會感覺到的感受，並以適合其年齡的方式開誠布公地討論發生的事情。
- 提供更多感情和舒適感。
- 在孩子執行常見任務時要多加耐心和理解；健忘和專注困難很常見。
- 盡量保持與緊急情況發生前至少一項相同的日常活動。
- 向您的孩子保證您將竭盡所能保護他們並確保他們的安全。
- 保持言行舉止積極。
- 監控媒體以及您的孩子對新聞或有關緊急情況的其他信息的接觸。
- 記住要照顧好自己，以便您能夠照顧孩子。



更多信息，請造訪 redcross.org/YouthPrep。



在佛羅倫薩颶風過後，美國紅十字會通過捐助者的慷慨捐助。