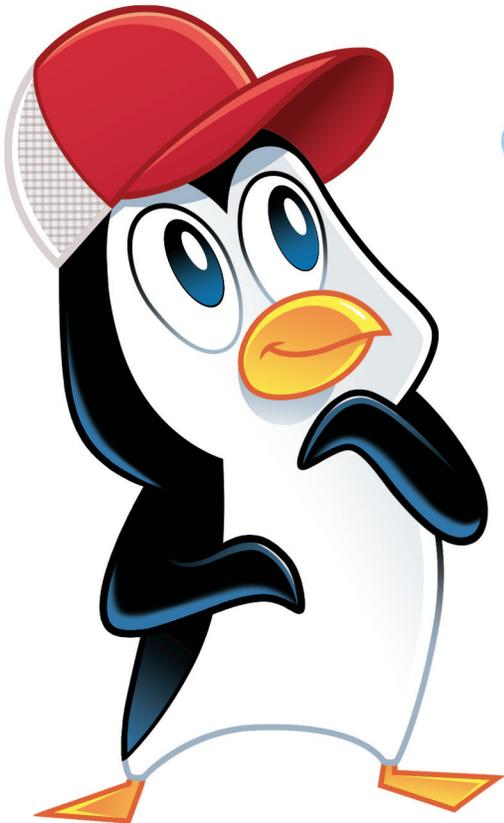


Bereite dich mit Pedro vor!

PEDRO GEHT ZU EINER UNTERKUNFT



Hallo! Ich bin Pedro!
Ich lerne gerade, wie
ich mich für Notfälle
vorbereiten kann.

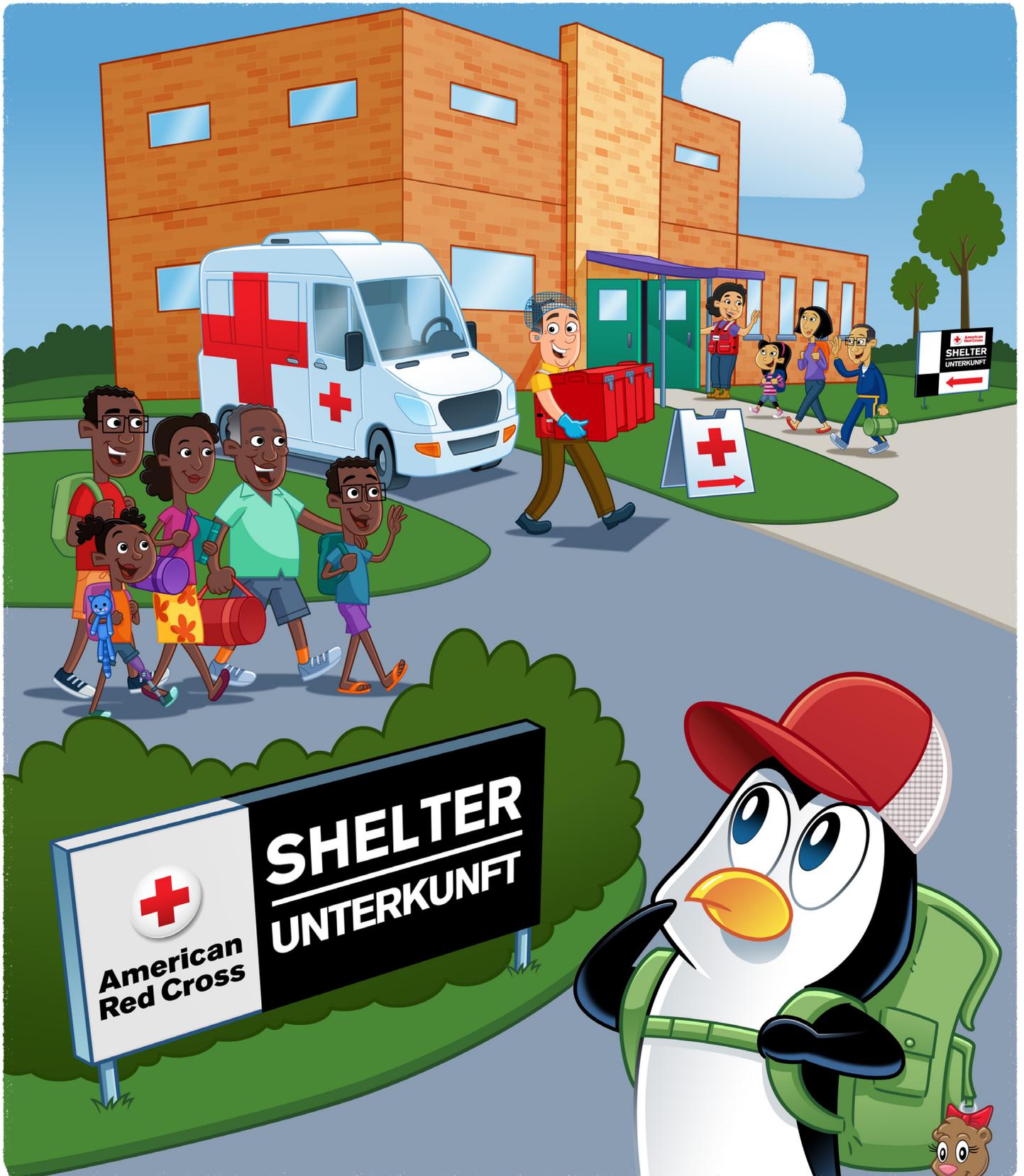


Manchmal, wenn ein Notfall passiert,
öffnet das Amerikanische Rote Kreuz
eine Unterkunft, damit Menschen einen
sicheren Ort haben. Während man in einer
Notfallunterkunft bleibt, stellen die Leute
sicher, dass du Lebensmittel zu essen und
Kleidung zu tragen sowie einen sicheren
Ort zum Schlafen hast!



Lass uns mehr darüber
herausfinden, wie es sich
anföhlt, in einer Unterkunft
zu leben!
Komm mit mir!

In Pedros Nachbarschaft gab es einen großen Notfall und er musste sein Heim verlassen, um an einen sicheren Ort zu gelangen. Er ging zu einer Unterkunft des Roten Kreuzes, die offen war, da er wusste, dass dies ein sicherer Ort war.





Sobald er drinnen war, meldete sich Pedro an der Rezeption. Er war nervös wegen dem neuen Ort, wo er niemanden kannte. Dann kam ein Freiwilliger vom Roten Kreuz zu ihm.



„Hallo! Ich bin Mae. Ich freue mich, dass du hier bist! Du wirst hier sicher sein und bist in der Unterkunft gut aufgehoben. Würdest du gern etwas essen? Wir haben einen Tisch mit kleinen Snacks.“



Mae machte mit Pedro einen Rundgang durch die Unterkunft und zeigte ihm, wo er schlafen würde. Pedro sah einige Kinder und wunderte sich, ob er neue Freunde finden würde. Als sie an seinem Bett ankamen, gab ihm Mae einen Teddybär, den er behalten durfte!





Es war bald Zeit zum Abendessen. Pedro freundete sich rasch mit Sofia an, die mit ihm in der Schlange zum Abendessen stand.



**„Das ist genau wie meine Cafeteria in der Schule!“ sagte Sofia.
„Willst du neben mir und meinem großen Bruder, Gabe, sitzen?“**

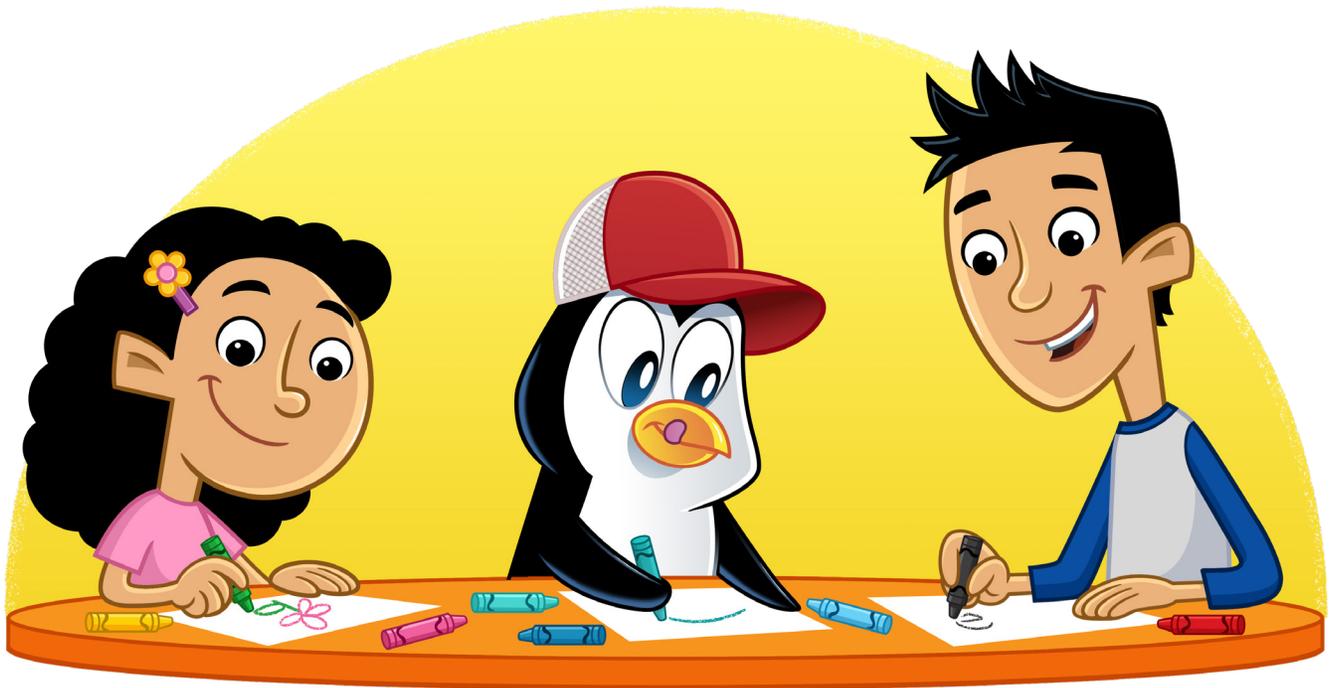
„Na klar!“ Pedro antwortete.



Die Zeit ging so schnell vorbei, es war rasch Zeit, das Licht auszumachen. Als Pedro ins Bett schlüpfte, fühlte er sich etwas komisch, neben fremden Menschen an einem neuen Ort zu schlafen. Pedro sah hinüber und erblickte Sofia und ihre Familie war direkt neben ihm! Er hielt sich an seinem Bär fest und fühlte sich erleichtert und sicher, dass er in der Nähe seiner neuen Freundin war.

Pedro schlief rasch ein.





Am nächsten Tag nach dem Frühstück saßen Pedro und seine neuen Freunde beisammen und malten mit Buntstiften.

„Mein Freund Martin hat einen Hund, der genauso aussieht, sein Name ist Red!“ sagte Gabe. „Red konnte nicht mit ihnen in die Unterkunft kommen, aber er ist an einem sicheren Ort, bis Martin und seine Familie ihn abholen kann.“



Einige Tage später erfuhr Pedro, dass er zurück nach Hause gehen kann. Es wurde Zeit, sich von allen Leuten zu verabschieden, die ihm dabei halfen, sich in der Unterkunft sicher und gut aufgehoben zu fühlen.





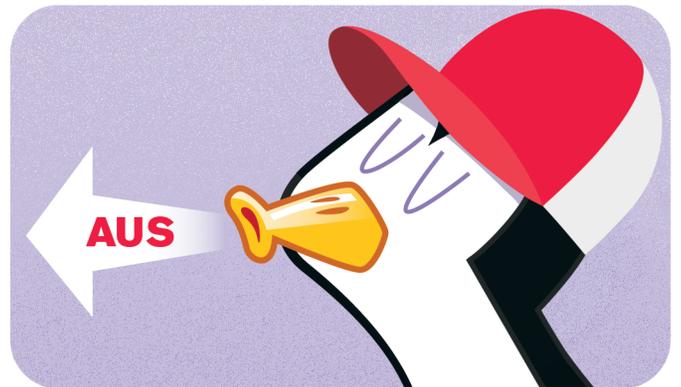
„Danke für deine Hilfe, um mich während meines Aufenthalts in der Unterkunft sicher zu fühlen!“ Sagte Pedro. „Ich bin froh, neue Freunde gemacht zu haben.“



Wow, ich fühle mich etwas nervös in einer Unterkunft. Daher atme ich langsam tief ein, um mich zu beruhigen.



Atme langsam durch die Nase ein, so wie ich.



Dann atme ich langsam durch meinen Mund aus.

Nach nur 5 oder 6 Atemzügen fühle ich mich besser und beginne mich zu entspannen. Versuche es selbst und finde heraus, wie gut es ist!



Erwachsene -

Dieses Bilderbuch beschreibt die Erfahrung eines Aufenthalts in einer Notfallunterkunft des Roten Kreuzes und was zu erwarten ist. Obgleich dieses Buch darauf abzielt, Ihrem Kind etwas Komfort zu bieten, ist es Ihre Unterstützung und Liebe, die dem Kind dabei helfen werden, sich sicher und gut aufgehoben zu fühlen.

Nach einem Notfall sind bestimmte Verhaltensweisen sehr häufig bei Kindern, wie Ängstlichkeit, Schlafstörungen, Angst davor, dass der Notfall erneut eintreten wird und eine Zurückentwicklung von bestimmten Meilensteinen in der Entwicklung und Anhänglichkeit. Kinder können außerdem ihre Gefühle im Spiel ausdrücken, manchmal durch erneutes Durchspielen des Notfalls, den sie erlebt haben. Seien Sie sich bewusst, dass diese Verhaltensweisen und Gefühle häufig nach einer stressigen Situation vorkommen, und dass Ihre Beruhigung, Liebe und besondere Zuwendung deren Ängstlichkeit lindern kann.

DINGE, DIE SIE TUN KÖNNEN, UM ZU HELFEN:

- Achten Sie auf Ihre Kinder und lassen Sie sie nicht allein in der Unterkunft.
- Untersuchen und identifizieren Sie die Gefühle, die Ihr Kind eventuell hat, und besprechen Sie, was passiert ist, auf eine für das Alter Ihres Kindes passende Weise.
- Geben Sie zusätzliche Zuwendung und Komfort.
- Seien Sie besonders geduldig und verständnisvoll, wenn das Kind normale Tätigkeiten ausführt; Vergesslichkeit und Konzentrationsprobleme treten häufig auf.
- Versuchen Sie, zumindest eine Routine am Tag beizubehalten, die gleich ist, wie vor dem Notfall.
- Versichern Sie Ihrem Kind, dass Sie alles tun werden, um es zu beschützen und es sicher zu halten.
- Bleiben Sie mit Ihren Worten und Handlungen stets positiv.
- Überwachen Sie die Medien, die Ihr Kind konsumiert, sowie die Nachrichten oder andere Informationen bezüglich dem Notfall, denen Ihr Kind ausgesetzt ist.
- Denken Sie daran, sich um sich selbst zu kümmern, damit Sie für Ihr Kind da sein können.



Für weitere Informationen gehen Sie bitte zu [redcross.org/YouthPrep](https://www.redcross.org/YouthPrep).



Finanziert vom Amerikanischen Roten Kreuz dank der Großzügigkeit der Spender nach dem Hurrikan Florence.