

**БЕЗПЕКА**

**Зазвичай у кризових ситуаціях батьки найбільше переживають за дітей. У ваших силах підготувати дитину до різних сценаріїв і допомогти їй бути в безпеці, навіть якщо вас не буде поруч. Цей розділ містить поради про те, що потрібно покласти до дитячого «рюкзака безпеки», важливі моменти, які варто проговорити з дитиною, щоб мінімізувати додатковий стрес та мати план дій на різні випадки.**

Зберіть для своєї дитини рюкзак із мінімальним набором речей.

Він має включати:

* фото з батьками, із написаними на звороті телефонами родичів, повною адресою, ПІБ дитини та групою крові (додатково можна нашити на одяг дитини бірку з цією інформацією або покласти в кишеню записку)
* дві пляшки води
* шоколад, печиво, хлібці, сухофрукти



* потрібні лікарські препарати, лейкопластир, антисептики, захисну маску для обличчя
* вологі та сухі серветки невеликий рушник, зубну пасту та щітку, мило
* ліхтарик
* одну-дві улюблені іграшки дитини (вони забезпечать мінімальний психологічний комфорт)
* комплект змінного одягу

Також у дитячий «рюкзак безпеки» можна покласти телефон, якщо дитина вміє ним користуватись, та трохи грошей.













