

Paghahanda para sa mapanganib na klima – Pakiramdam ba ng iyong mga anak na sila ay ligtas?

Alam mo kung papaano panatilihing ligtas ang pangangatawan ng iyong mga anak, subalit paano mo ihahanda ang kanilang emosyon para sa mapanganib na klima?

1. Makakatulong ang pakikipag-usap sa iyong mga anak tungkol sa mapanganib na klima, subalit siguraduhing hindi lang ito ang pag-uusapan ninyo.
2. Kung magtatanong sa iyo ang iyong mga anak, sagutin lang ito nang nananatili sa katotohanan at huwag magbigay ng masyadong maraming detalye.
3. Tumitingin ang mga bata sa mga taong nasa wastong gulang bilang gabay sa pagkilos, kung kaya't siguraduhing manatiling kalma ka.
4. Repasuhin kasama ng iyong mga anak ang plano ng iyong pamilya sa panahon ng mapanganib na klima upang malaman nila kung papaano manatiling ligtas. Mangyaring bumisita sa www.qld.gov.au/getready para sa karagdagang impormasyon.
5. Limitahan ang kontak ng iyong anak sa mga kuwento sa media tungkol sa mapanganib na klima – kailangang manatiling may kaalaman ang mga taong nasa wastong gulang, subalit hindi kailangang makita ng mga bata ang ilang oras ng mga nakakatakot na larawan.
6. Kung papalapit na ang mapanganib na klima, manatiling malapit sa iyong mga anak at alamin kung nasaan sila.
7. Makipag-usap sa iyong local na GP o tumawag sa 13 HEALTH (13 43 25 84) kung nababahala ka tungkol sa iyong mga anak o kailangan mo ng suporta.



Australian Government



We get up again



Queensland
Government

TAGALOG