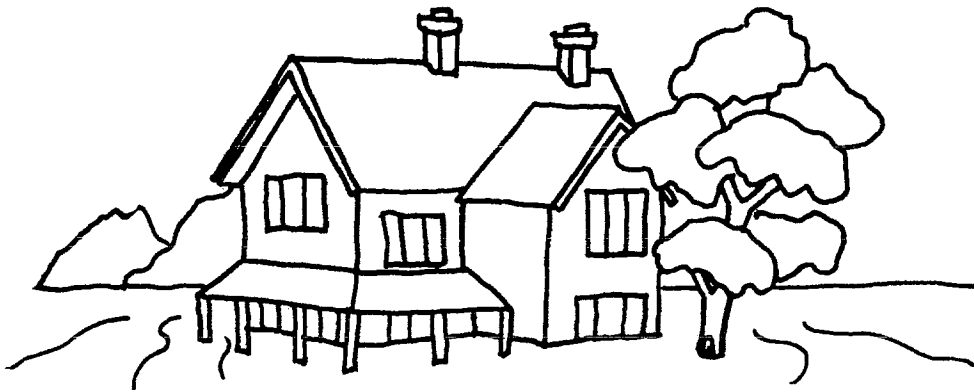


**Flood Support Services**

# My Flood Book

**Mi Libro de Inundación**



## **Activities for Children Actividades para Niños**

Project Concept: Holly Finan, M.A. (Skagit Community Mental Health Center)  
Deborah DeWolfe, Ph.D., M.S.P.H.

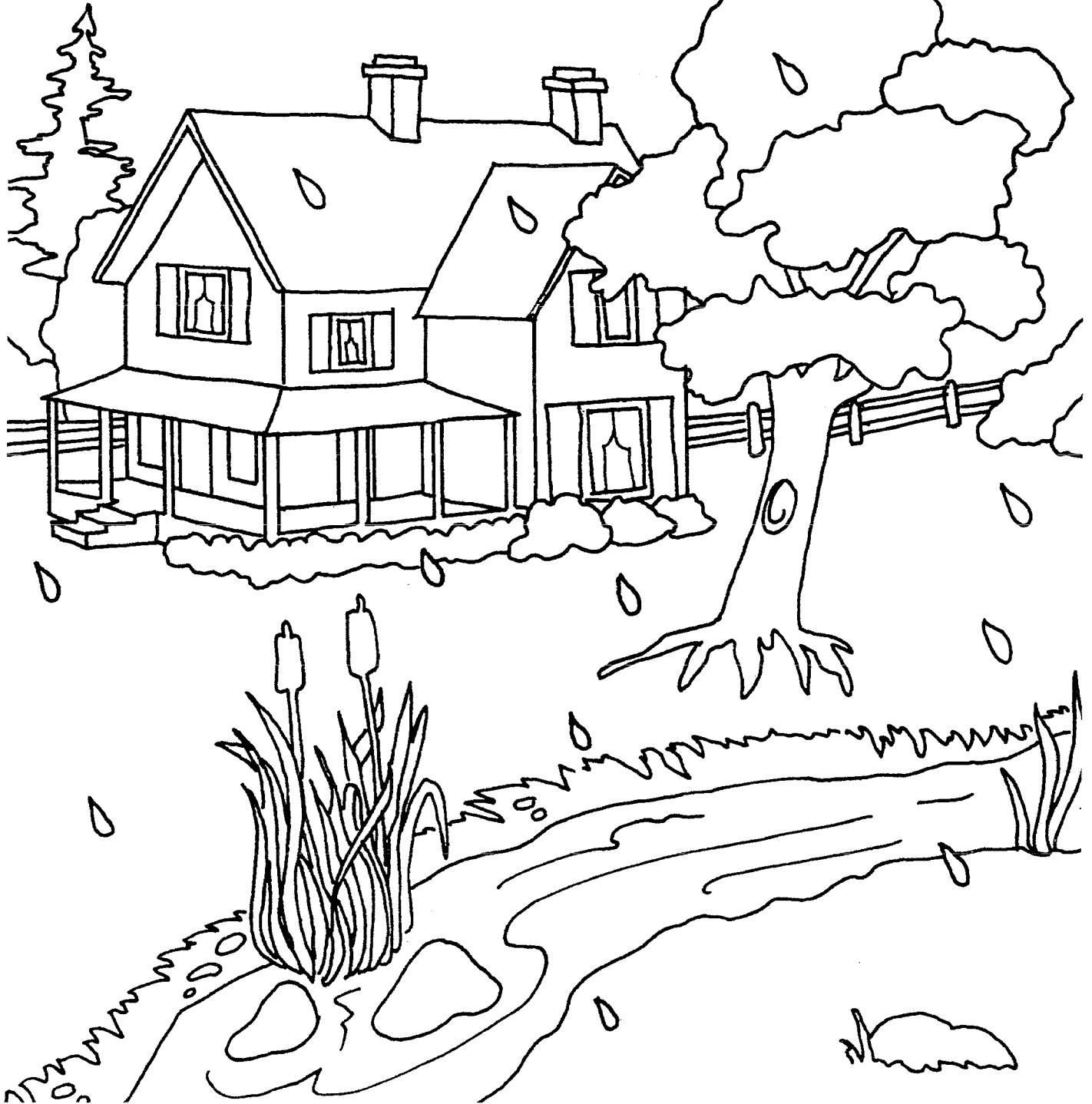
Design: Dana Webb

Special thanks Barb Williams (Director of Education, Pacific Science Center)  
and Jesus Rodriguez, MA (SeaMar Community Health Clinic Administrator)

Flood Support Services is funded by the Federal Emergency Management Agency  
through the Substance Abuse and Mental Health Services Administration-Center for Mental Health Services  
and the Minnesota Department of Human Services.

**Its starting to rain. Its raining very hard.**

**Está empezando a llover.  
Está lloviendo muy fuerte.**



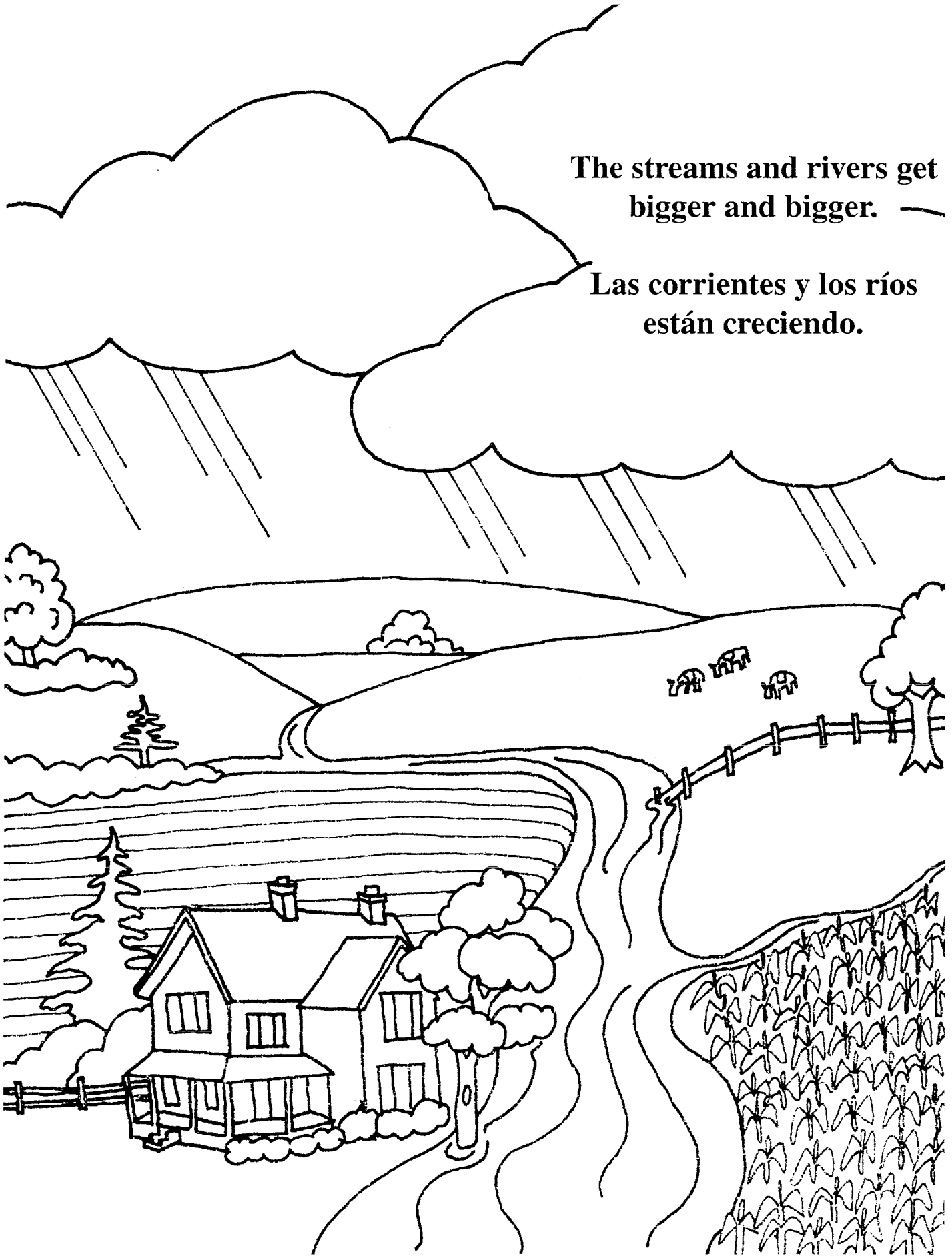
**Thunderstorms come.  
Crops and homes are damaged.**

**Por ahí viene una tempestad  
de truenos y rayos.  
Las cosechas y los hogares están destruidos.**



The streams and rivers get  
bigger and bigger. —

Las corrientes y los ríos  
están creciendo.



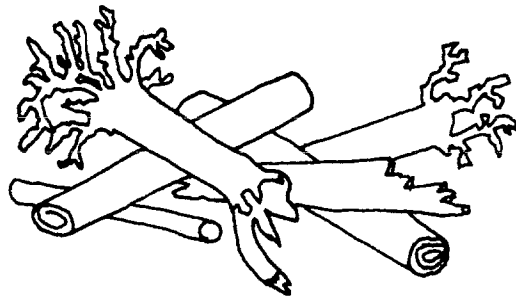
The river banks aren't big enough to hold the extra water.

Las orillas del río no son lo suficientemente grandes para retener toda el agua.

Heres why.

Estas son las razones:

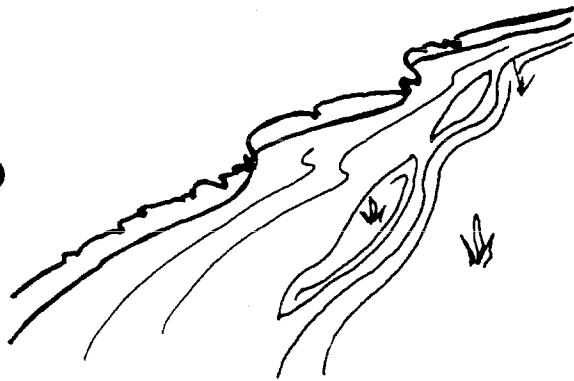
1.



Logjams

Los nudos de leña

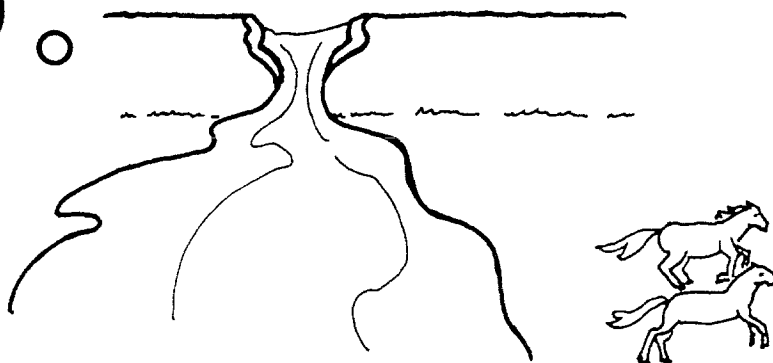
2.



Soil deposits

Los depósitos de arena

3.

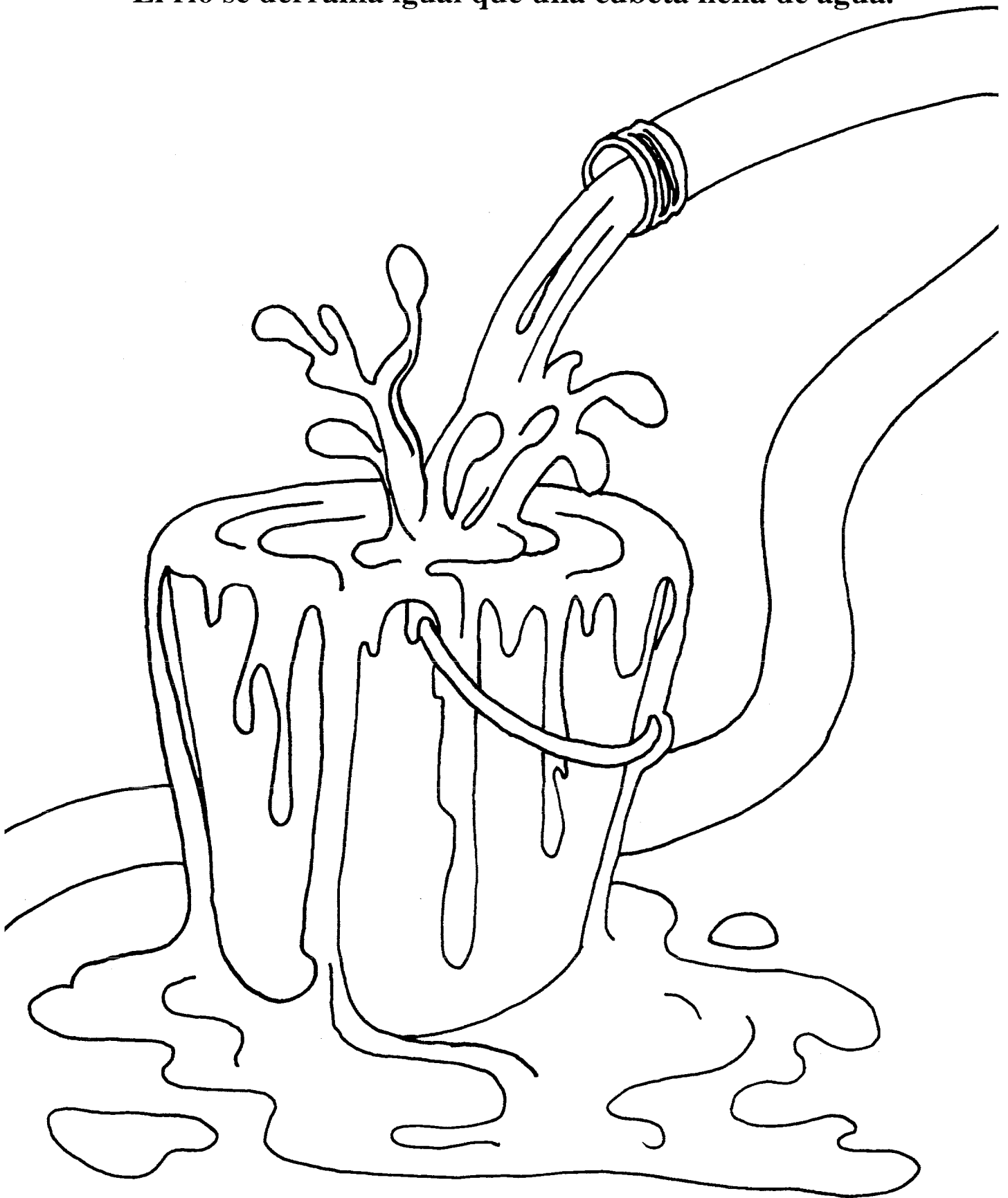


Broken dikes

Los bordes rotos

**The river overflows, just like a bucket.**

**El río se derrama igual que una cubeta llena de agua.**





**Water is everywhere!**

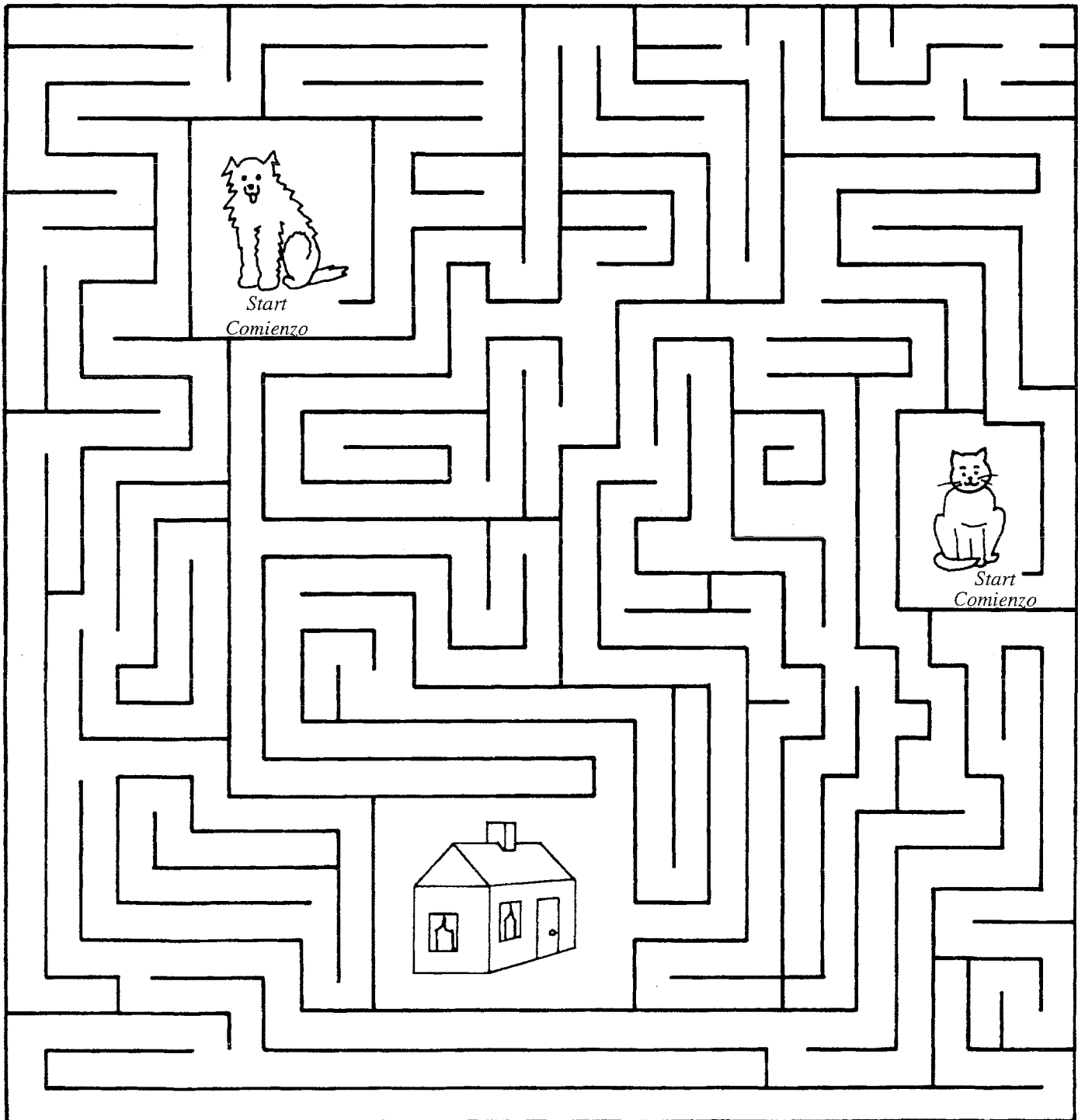
**¡Hay agua por todos lados!**

Most pets can swim, but they sometimes get lost.

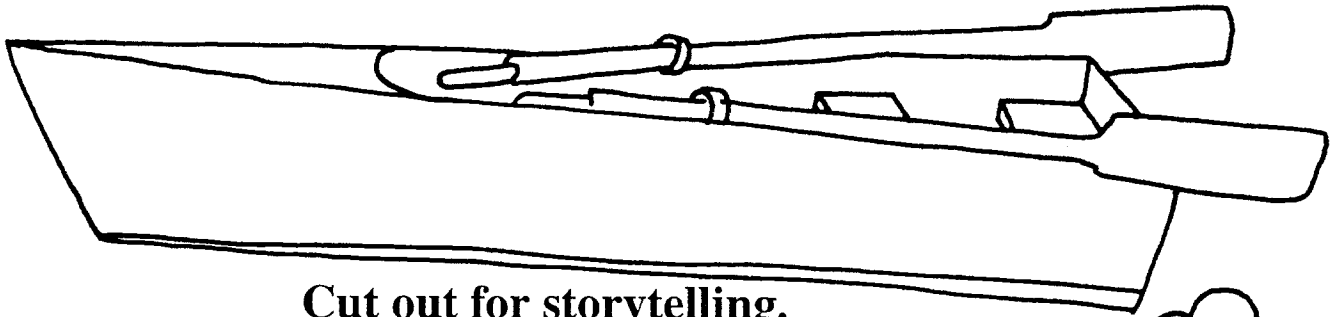
Nuestros animalitos pueden nadar, pero a veces se pierden.

Help the cat and dog find their home.

Ayuda al gato y al perro a encontrar su hogar.

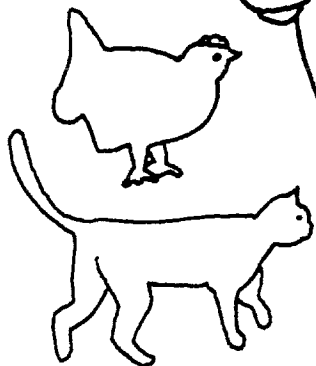
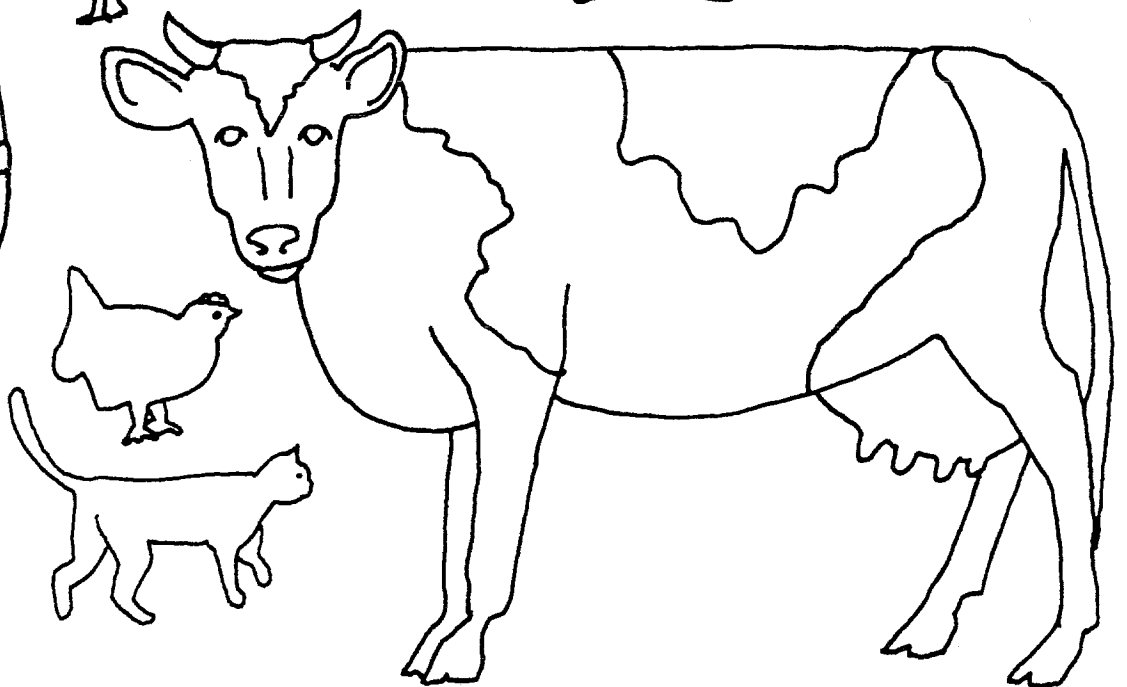
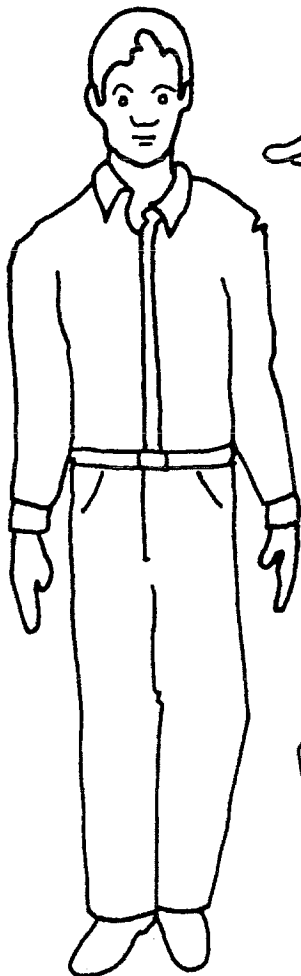
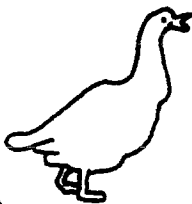
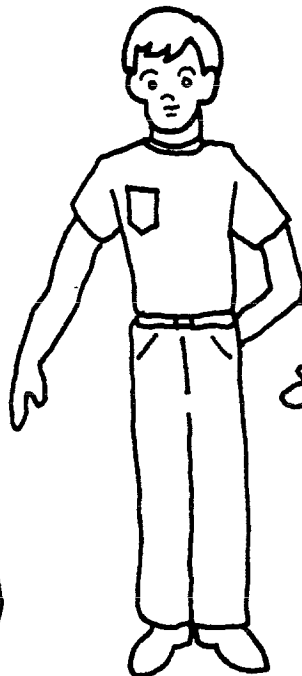
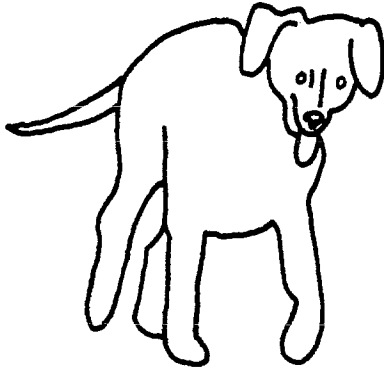






**Cut out for storytelling.**

**Corta cada muñeco para usarlos  
luego cuando nos cuentes un cuento.**



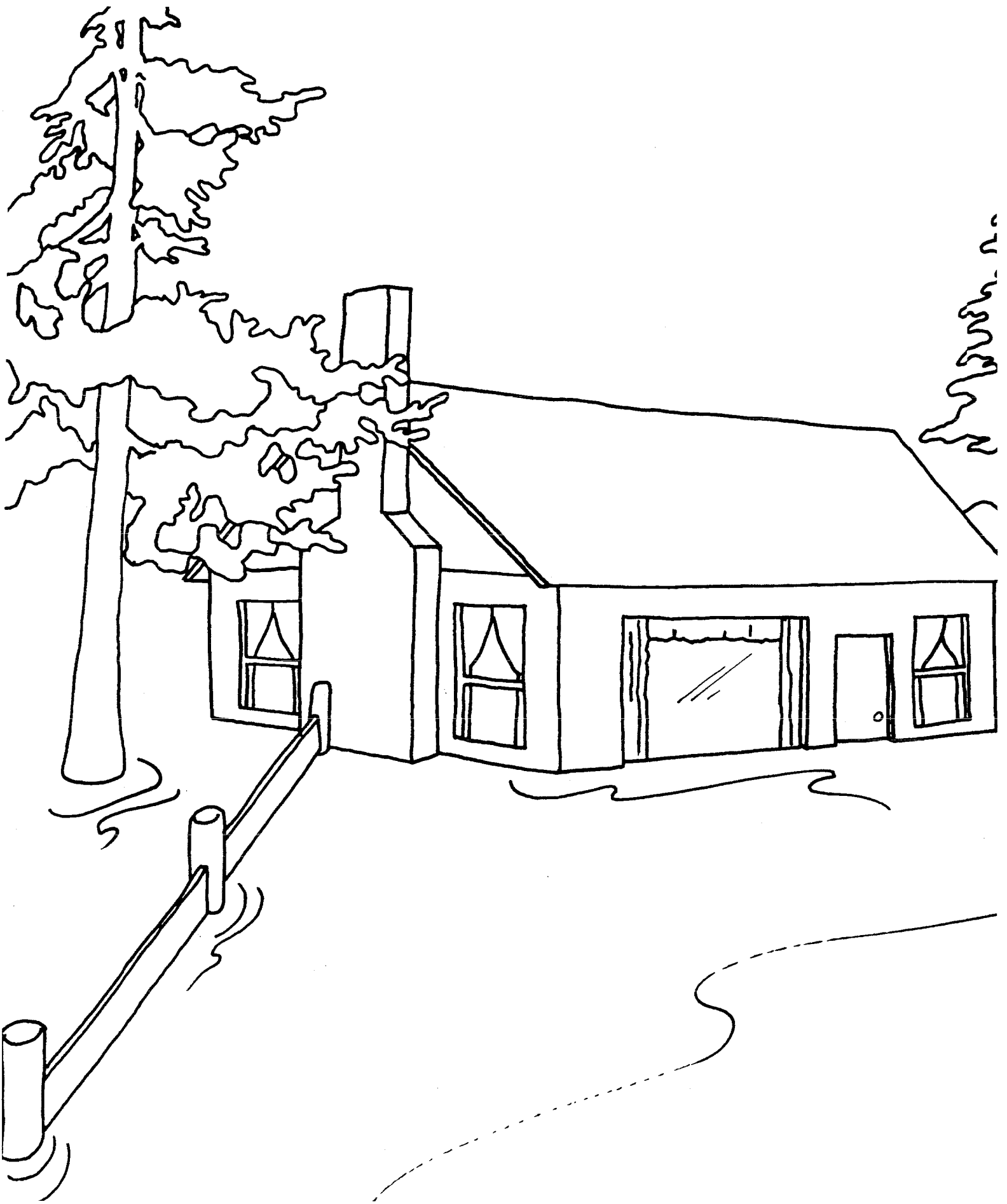
Cut out the figures on the other side of this page and use them with the pages ahead to tell a story that you have made up. You can use your own paper to draw and cut out other people and things if you need them for your story, or you can use pictures from magazines. Have fun!

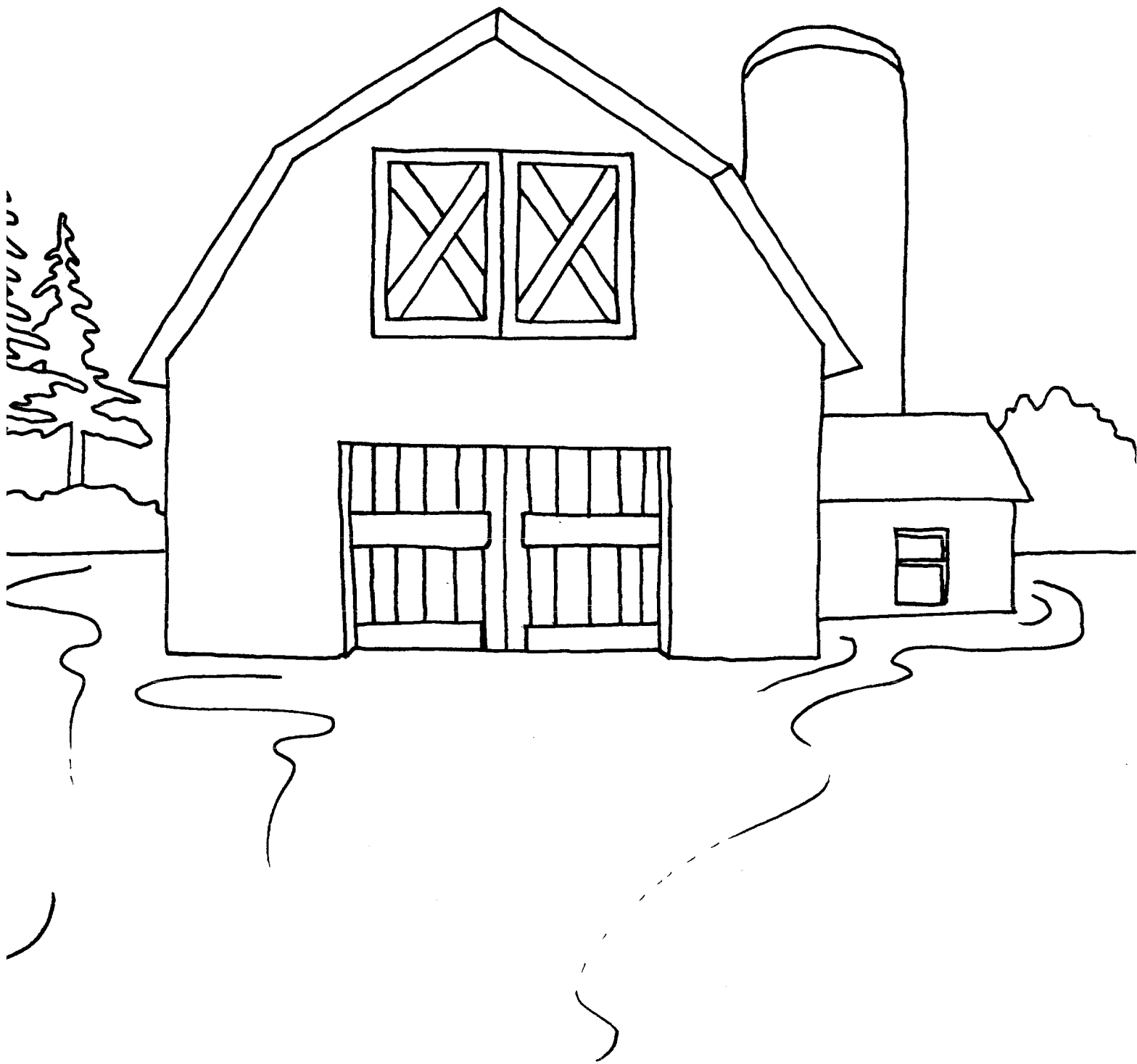
Corta las figuras del otro lado de esta página y úsalas con las siguientes páginas para que nos cuentes un cuento. Puedes utilizar tu propio papel para dibujar y cortar otras personas y cosas si las necesitas en tu cuento o puedes usar fotos de revistas. ¡Diviértete!

Farm animals must be moved.

Los animales del rancho tienen que ser trasladados.





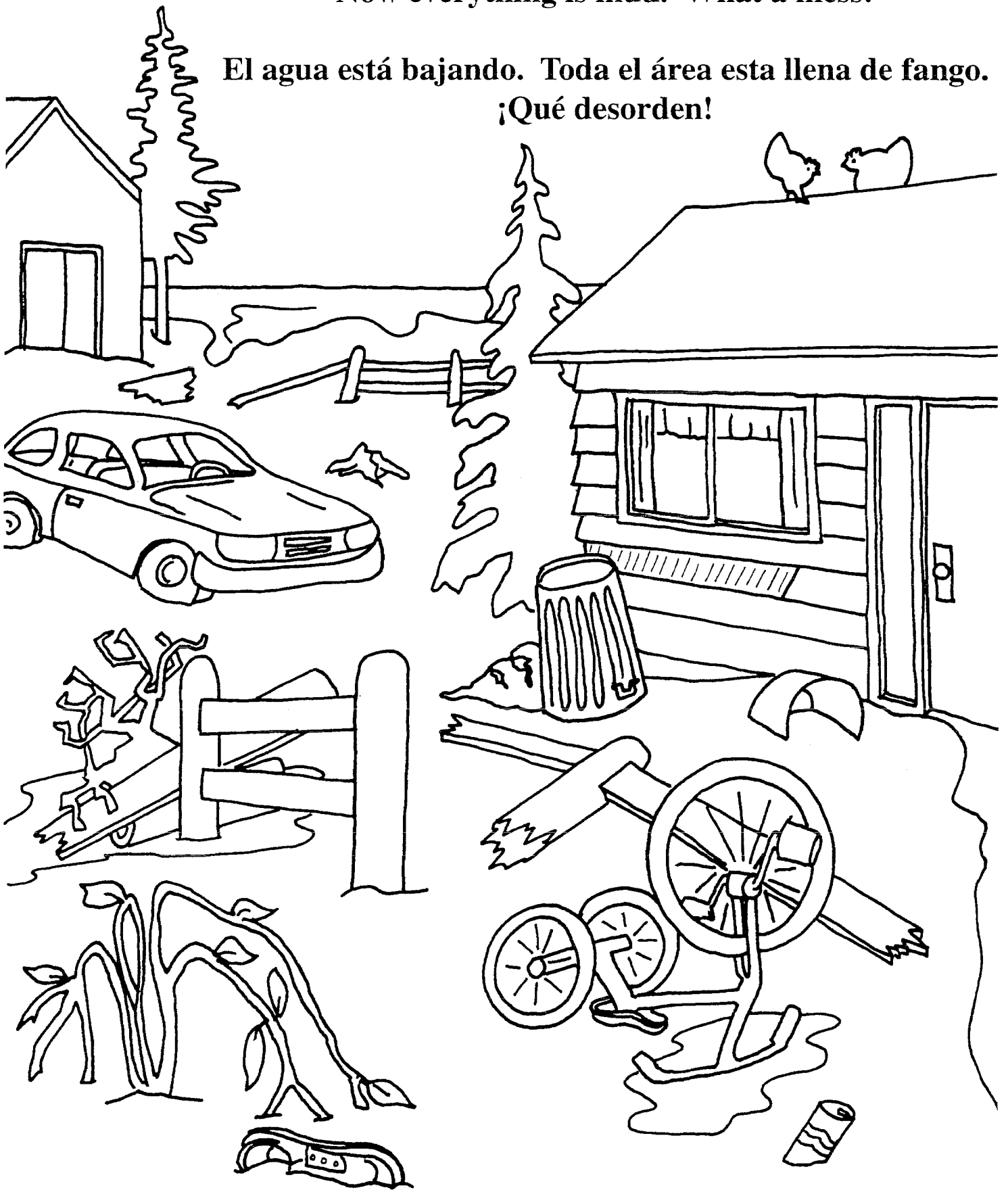


**Tell a story.**

**Cuéntanos un cuento.**

The water is going down.  
Now everything is mud. What a mess!

El agua está bajando. Toda el área esta llena de fango.  
¡Qué desorden!

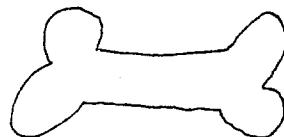
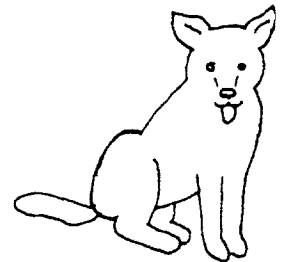
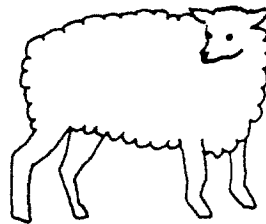
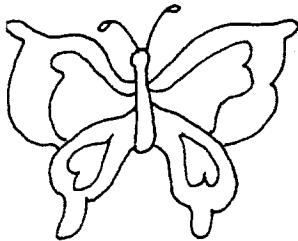
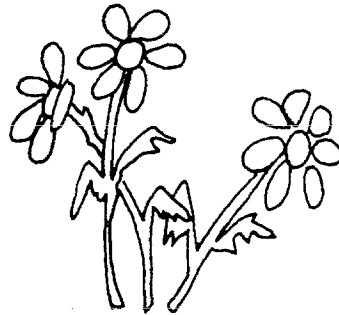
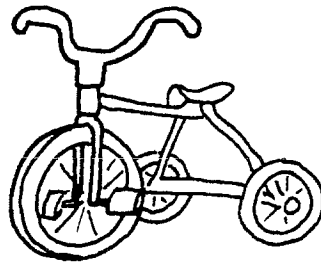


**No one can find their things.**

**Nadie puede encontrar sus pertenencias.**

Return the things in the middle column to the ones who have lost them by drawing a line.

Dibuja una raya en la columna del medio para juntar las cosas o personas que se perdieron durante la inundación.

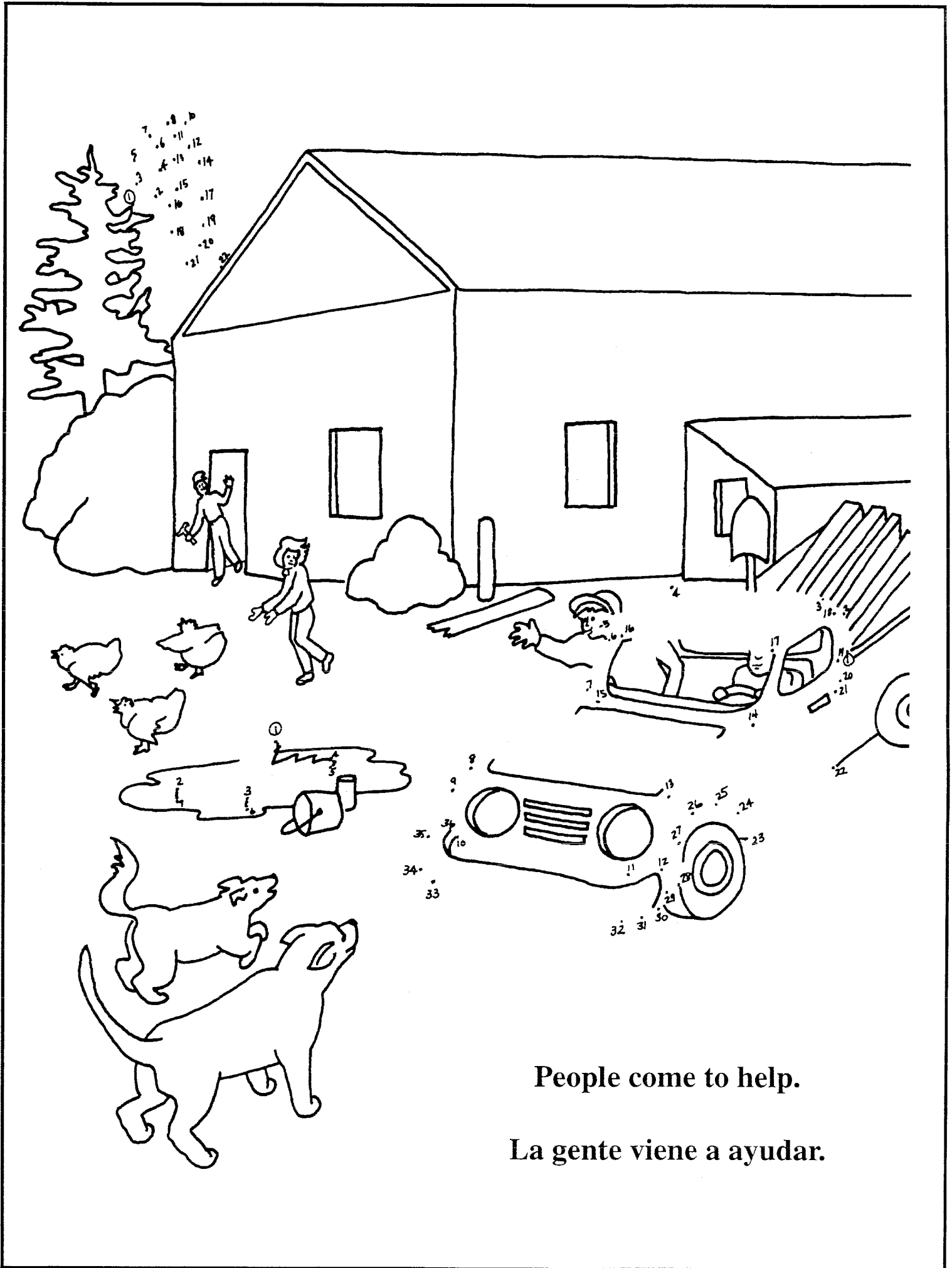


Everyone is very busy.

Todo el mundo está muy ocupado  
limpiando y recogiendo después  
de la inundación.







People come to help.

La gente viene a ayudar.

I'm helping clean up.

Ayudo a limpiar y recoger todas las cosas.



**Draw a picture of a house all cleaned up.**

**Dibuja una casa que este toda limpia.**

What if it floods again?

¿Qué pasaría si todo se inunda otra vez?

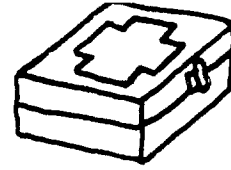
0



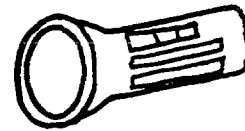
Let's make a list of things we might need.

Hagamos una lista de lo que necesitaremos durante una inundación.

First aid kit  
Un equipo de  
primeros auxilios



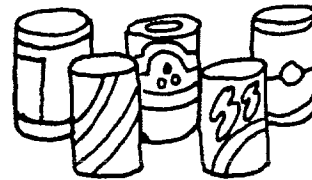
Flashlight  
Una linterna



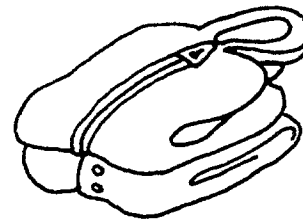
Fresh water  
Agua fresca



Extra food  
Comida extra



Warm clothes  
Ropa para el frío



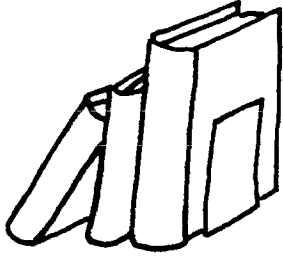
Other things  
Otras cosas

---

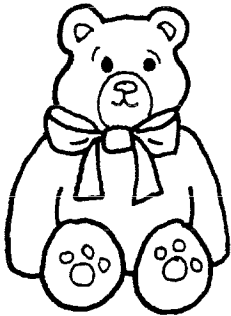
---

Where can we put our favorite things so they will be safe?

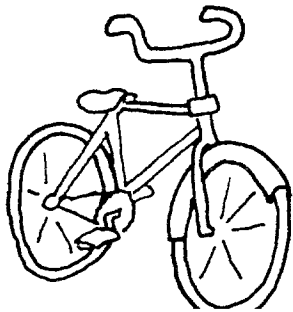
¿Dónde guardamos nuestras cosas favoritas para que estén seguras?



- Under the bed?  
¿Debajo de la cama?
- In the refrigerator?  
¿En la nevera?
- On the top shelf of the bookcase?  
¿En la tablilla más alta del librero?



- In the zoo?  
¿En el Zoológico?
- Under the hood of the truck?  
¿Debajo de la capota del camión?
- At the top of the closet?  
¿Arriba del ropero?



- Behind the car?  
¿Detrás del carro?
- Under my pillow?  
¿Debajo de mi almohada?
- Hanging up in the garage?  
¿Colgado en la marquesina?

The sun is coming out.

El sol está saliendo.



# Notes for Parents

To enhance your child's learning experience, several suggested activities for the entire family are listed below.

1. Fill a bucket three-fourths of the way full. Let your child continue to pour additional water into the bucket until it overflows. Discuss the concepts found early in the activity book about why flooding occurs.
2. Let your child place a number of objects into the bucket one at a time to see which ones sink and which ones float.
3. When it is dark, turn off all the lights in your house. Instruct everyone to find a designated place. Choose some items such as flashlight, first aid kit, blankets and so forth for people to find. Set a specific amount of time before you turn the lights back on. Discuss how everyone found their way around. What senses did they use? Could they find the designated place in the house? Did they find the items they were looking for?
4. Have a family meeting and draw up a disaster plan. Include needed items and agree on where they will be kept in the house. Are there personal items each member would take with them? Are there safe places to put things to keep them from getting wet? If the family is not together at the time of a disaster what is the plan to reunite?
5. Do exercise #3 again. Did it feel different this time with a family disaster plan in place?

With a bit of practice, small children can feel more able to contribute to family safety by making responsible decisions in times emergency. GOOD LUCK!

## Symptoms of Stress

The disruption, loss and trauma resulting from a disaster like flooding can affect children for months, even years. Some children will not express their distress until months after the event. Children lack the developmental maturity to understand what has happened and need special attention and support.

Children normally respond to frightening events that they can't control by having nightmares or sleep problems, being afraid of being alone, having physical problems like stomach aches, being more withdrawn or aggressive than usual, having school problems, or returning to former "more childish" behavior.

Getting some professional help is a good idea if these or other symptoms persist for more than four months. Flood Support Service, provides free counseling, information for parents, assistance connecting with resource, and educational programs about coping with disaster.

# Información Para Los Padres

Para aumentar el aprendizaje de su niño nosotros sugerimos las siguientes actividades para que toda su familia y sus niños practiquen:

1. Llene un cubo de agua. Permita que su niño siga echándole agua al cubo hasta que se desborde. Discuta los conceptos que se encuentran en este libro para explicarle porque ocurren inundaciones.
2. Permita que su niño ponga un número de objetos en el balde uno a la vez para ver cuáles se hundan y cuáles flotan.
3. Cuando oscurezca, apague todas las luces de su casa. Instruya a todos a ir al lugar que usted haya designado. Traiga una linterna, un equipo de primeros auxilios, y sábanas. Especifique cuando las luces van a ser prendidas. Discuta como todos se pudieron guiar en la oscuridad.
4. Reúnase con su familia para diseñar un plan para lidiar con desastres. Incluya todas las cosas que van a traer consigo y pónganse de acuerdo donde van a guardar las cosas. ¿Hay objetos personales que cada uno puede llevarse consigo? ¿Existen lugares seguros donde poner todas las cosas para que no se mojen? Si la familia no está junta el momento del desastre. ¿Cómo podrían reunirse?
5. Repita el ejercicio #3. ¿Cómo se sintieron todos ahora que tenían un plan para lidiar con desastres e inundaciones?

Con poca práctica los niños pequeños se pueden sentir capaces de tomar decisiones responsables en tiempo de emergencias. ¡Buena Suerte!

## Reacciones de los Niños

El trauma que los niños sienten después de un desastre como una inundación, puede afectar a niños por meses o años. Es probable que algunos niños no expresen su aflicción hasta que sean mayores cuando entiendan lo que sucedió. Ayúdelos cuando se sientan afligidos y proveale apoyo y atención especial.

Normalmente los niños responden a situaciones horribles teniendo pesadillas y problemas con el dormir. También puede que tengan problemas físicos como dolores de estómago. Es probable que sus niños se aislen o se comporten más agresivamente. Otra manera de lidiar con el trauma es que sus niños se comporten como "niñitos."

Es buena idea que busque ayuda profesional si estos u otros síntomas duran más de cuatro meses. Los servicios llamados "Flood Support Service" proveen consejos gratuitos, información para los padres, y referidos educacionales.