IMMUNITY GROUP
AUSTRALIA

나는 알레르기 안전 지킴이!

너는 특별하고 용감하고 아주 멋져!

안전하게 놀고, 안전하게 먹고, 나답게 멋지게!

1 색칠해 보세요!

멋진 그림에 색칠해 주세요!

2 먹을 수 있는 음식을 찾아 ○ 해 보세요!

먹을 수 있는 음식은 ○,
먹으면 안 되는 음식은 ✕ 표시를 해 주세요.

바나나 | 사과 | 컵케이크 | 땅콩
밥 | 쿠키 | 딸기 | 우유
빵 | 포도 | 요거트 | 초콜릿

★ 모르겠다면 꼭 어른에게 물어보세요!

3 나를 도와주는 사람을 찾아 ○ 해 보세요!

음식 알레르기가 있을 때, 나를 도와줄 수 있는 사람은 누구일까요?
○ 해 보세요!

엄마 | 아빠 | 선생님 | 친구
간호사 | 영양사/요리사 | 코치/감독 | 나 자신!

4 오늘의 내 기분은 어떤가요?

지금 내 마음을 보여주는 얼굴을 ○ 해 보세요!

행복해요 | 괜찮아요 | 신나요
걱정돼요 | 조금 긴장돼요 | 화가 나요

어떤 마음이든 모두 괜찮아요.
당신은 혼자가 아니에요. 우리는 항상 당신을 응원해요!

5 안전 습관을 기억해요!

그림을 보고 맞는 행동은 ○, 틀린 행동은 ✕ 해 보세요!

- 손을 깨끗이 씻어요 ○ ✕
- 다른 사람 음식은 함부로 먹지 않아요 ○ ✕
- 성분 표시를 확인해요 ○ ✕
- 모를 때는 꼭 어른에게 물어요 ○ ✕
- 응급 약(EpiPen®)은 항상 가지고 다녀요 ○ ✕
- 나만의 안전한 음식을 준비해요 ○ ✕

너는 정말 잘하고 있어! 계속 힘내!

기억해요!

- 나는 용감해요!
- 나는 안전이 중요해요!
- 나는 나를 잘 돌봐요!
- 나는 다른 사람에게 도움을 요청해요!

내가 좋아하는 것(그림)을 그려 보세요!

더 알고 싶나요?

우리 웹사이트에서 유용한 정보와 자료를 확인해 보세요!

우리는 알레르기가 있는 친구들과 가족을 매일 응원합니다!

www.immunitygroupaustralia.com