

Як діяти батькам

за COVID-19



1. Уважно стежте за здоров'ям дитини. У разі хвороби зателефонуйте сімейному лікарю або педіатру й з'ясуйте алгоритм ваших дій та лікування.



5. Переконайтеся, що ваші діти ані зазнають булінгу, ані сприяють йому. Знущання — це завжди неправильно. Заохочуйте дітей бути уважними одне до одного.



2. Навчайте дітей:

- ✓ Часто мити руки з милом під проточною водою — щоразу не менше за 20 секунд.
- ✓ Якщо мило та вода недоступні, використовувати засіб для дезінфекції на спиртовій основі (у складі має бути щонайменше 60% спирту).
- ✓ Кашляти і чхати у згин ліктя. Якщо в серветку — відразу викидати її, у тканину — дезінфікувати.
- ✓ Якомога менше торкатися руками обличчя, очей, рота і носа.



6. Запобігайте стигмі: пояснюйте, що коронавірус не залежить від того, який хтось має вигляд, звідки походить чи якою мовою говорить.



7. Пропонуйте дітям ділитися з вами своїми почуттями. Не мінімізуйте і не уникайте їхніх почуттів та запевніть, що боятися — це природно.



3. Забезпечте регулярне акуратне збирання, зберігання та утилізацію відходів, наприклад, використаних при кашлі й чханні серветок.



8. Переконайте дітлахів, що ви піклуєтеся і піклуватиметеся про них, і вони можуть звернутися до вас завжди, коли занепокоєні.



4. Дозволяйте дітлахам розпитувати вас про коронавірус: вони мають право на правдиву інформацію. Використовуйте мову, відповідну віку, спостерігайте за реакцією і будьте чутливими до рівня тривоги дітей.



9. Координуйтеся зі школою, щоб отримувати інформацію. Поцікавтеся, як у майбутньому ви могли б допомогти школі запобігти спалахам або діяти правильно під час них.