

Новий коронавірус: що робити молоді?



2. Показуй приклад молодшим



Розповідай, як захистити себе, рідним та друзями, особливо – молодшим.



Показуй, як правильно мити руки, кашляти або чхати в лікоть.



Пам'ятай, що молодші друзі, брати та сестри наслідують тебе, тому дотримуйся правил поведінки.

4. Якщо погано почуваєшся



Обов'язково розкажи батькам, іншим членам родини чи вихователям про погане самопочуття.



Уникай контакту з літніми людьми. Якщо ти живеш разом з бабусяю або дідусем, тримай з ними дистанцію.



1. Захищай себе та інших



Часто мий руки, завжди з милом та водою не менше за 20 секунд.



Регулярно протирай мобільник вологою серветкою.



Не торкайся обличчя, наскільки це можливо.



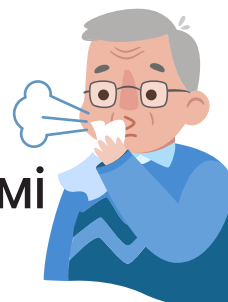
Мий посуд, яким користувалися інші, перед тим, як із нього їсти або пити.



Прикривай рот та ніс при кашлі або чханні.



3. Якщо рідні, друзі та знайомі хворіють



1,5-2 МЕТРИ



Тримай дистанцію (1,5–2 метри) з ними й радь не виходити з дому.



Підтримуй їх і не дражни. Захворіти може кожен незалежно від віку, статі або національності.



Пам'ятай, що температура або кашель ще не означають коронавірус. Це може бути просто застуда.

5. Якщо нервуєш або боїшся



Пам'ятай: сумувати, непокоїтися, почуватися розгубленим, боятися або сердитися – нормально.

Пам'ятай, що ти не один: поговори з тим, кому довіряєш, наприклад, із батьками або вчителем.

Став питання та перевіряй інформацію про коронавірус у надійних джерелах, наприклад, на сайті ЮНІСЕФ: [unicef.org/ukraine/coronavirus](https://www.unicef.org/ukraine/coronavirus)