

# Korona - informacija za roditelje

## Kako se širi korona virus?

Bolest se širi kontaktom sa zaraženim osobama, kapljičnim putem, kihanjem ili kašljanjem. Virusom se može zaraziti i dodirivanjem predmeta i površina koje su izložene virusu: kvaka na vratima, dugme u liftu, držači u autobusima, tramvajima, trolejbusima itd.

## Zašto je važno zaustaviti zarazu?

Najvažnije što treba uraditi je sprečiti da veliki broj ljudi bude bolestan u isto vreme. Ukoliko se tako nešto desi, zdravstveni sistem neće moći da pomogne svima kojima pomoć bude bila potrebna.

## Zašto su škole i vrtići zatvoreni?

Škole i vrtići su zatvoreni kako bi se izbeglo da se mnogo ljudi nađe na jednom malom mestu. Dosta ljudi u malim prostorijama povećava rizik od zaraze.

## Šta možeš da uradiš kako bi izbegao virus?

- izbegavaj da kišeš ili kašlješ direktno na druge ljude;
- drži najmanje jedan metar odstojanja od drugih osoba;
- kijaj i kašlji u papirnu maramicu ili savijeni lakat;
- peri ruke često i dobro sa sapunom i mlakom vodom, naročito ukoliko si bio napolju i u kontaktu sa drugima;
- ukoliko nemaš mogućnost da opereš ruke, koristi antibakterijske proizvode (antibac);
- ukoliko su ti ruke vidljivo prljave ili mokre, trebalo bi da ih operes sapunom i mlakom vodom, zato što antibakterijski proizvodi nemaju dobar učinak na prljave i mokre ruke;

## Da li deca mogu da se druže sa drugom decom?

Deca bi trebalo da provode vreme u kući. Mogu imati jednog ili dva prijatelja sa kojima se igraju u ovom periodu. Ukoliko se igraju, trebalo bi to da rade napolju, ali bi trebalo da izbegavaju igrališta sa puno dece. Sve proslave rođendana i druge aranžmane na kojima ima okupljanja, trebalo bi odložiti.

## Kako razgovarati sa decom o korona virusu?

Mnoga deca mogu biti uplašena zbog virusa korona. Zato je važno razgovarati sa njima na tu temu kako bi se osetili sigurnije. Organizacija Redd barna je dala šest saveta o tome kako bi trebalo razgovarati sa decom na ovu temu. Saveti su sadržani ovde:

### 1. Koristite dečji jezik kada govoris o virusu korona

Dajte deci informacije na način koji mogu da razumeju. Nemojte davati previše informacija. Uzmite u obzir to što vaše dete već zna, veruje i o čemu razmišlja.

### 2. Budite sa detetom i pružite mu sigurnost

Dajte informacije detetu tako da se ono oseća što sigurnije, ali budite iskreni. Ponekad i pored pranja ruku, čovek može da bude zaražen. Deca ne treba da imaju osećaj krivice ukoliko se zaraze, ali isto tako ne treba da imaju predrasude prema drugima koji su zaraženi.

### 3. Budite otvoreni i iskreni o onome šta se dešava

Dosta je nesigurnosti, informacija i lažnih informacija o korona virusu. Deca bi trebalo da razgovaraju sa nekim ko im može dati jasne informacije. Budite iskreni o onome šta se može desiti ukoliko se neko zarazi.

### 4. Razmislite kako se obraćate detetu

Odrasli moraju da paze kada razgovaraju sa nekim u blizini dece. Lako je da dečja mašta iskonstruiše priču o nečemu što ne razumeju. To može da ih uplaši.

### 5. Dajte detetu nadu

Deca moraju znati šta je potrebno uraditi kako bi se virus zaustavio. Recite im kako vi, a i drugi odrasli radite sve što je moguće da sačuvate decu i izbegnete da ona budu bolesna. Postoje na hiljade odličnih lekara i medicinskih sestara koji u ovom trenutku pomažu ljudima koji su bolesni.

### 6. Razgovarajte o tome šta sama deca mogu da urade

Deca mogu da pomognu u sprečavanju širenja virusa ukoliko dobro i često peru ruke i provode što više vremena u svojoj kući.

## Informacije o kućnoj karanteni i izolaciji na različitim jezicima

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/rad-til-personer-som-er-smittet-eller-har-vart-utsatt-for-smitte/informasjon-om-hjemmekarantene-og-isolasjon-pa-ulike-sprak/>