

# Para os pais

## Reabertura das ofertas diurnas e escolas de educação básica

O ministério da Saúde envia esta carta à todos os cidadãos, que são registrados como detentores da custódia de crianças nascidas após o dia 1 de janeiro de 2007.

O nosso esforço conjunto contra a epidemia de COVID-19 parece estar funcionando. Significa que, a Dinamarca cuidadosamente e com controle pode abrir agora uma parte da sociedade. Nós estamos prontos para tomar o primeiro passo rumo à reabertura, e muitas crianças e jovens poderão portanto ir à escola e instituições diurnas novamente depois da Páscoa.

Nós estamos no entanto no meio de uma grave epidemia. Nós não podemos evitar o contágio, nem nas instituições diurnas e nem nas escolas. Mas para evitar que o contágio se eleve novamente, é necessário que tomemos medidas de condutas mais drásticas. Nós devemos continuar a cuidar de uns aos outros contra a contaminação. Nós devemos permanecer com nossos novos hábitos. Nós devemos continuar mantendo a distância entre si, a lavar as mãos regularmente e manter uma boa higiene nas mãos. Nós devemos ficar atentos ao aparecimento de sintomas e agir sobre eles.

Isso significa também, que haverão novas condições para seu filho(a). O dia-a-dia, que nós conhecemos normalmente na escola ou creches de nossos filhos, tornará-se diferente, do que estamos acostumados. Haverá uma série de ações, que deverão ajudar a diminuir o contágio do novo coronavírus. As crianças deverão por ex. ficar mais tempo fora e não deverão ficar concentradas na mesma área em grande número, como elas estavam acostumadas anteriormente.

Nós todos temos uma responsabilidade coletiva e um exercício coletivo, para termos sucesso na reabertura da sociedade, e isso exige um esforço de todas as famílias.

## **Se você estiver preocupado consigo mesmo ou com seus parentes**

Muitos se preocupam com a epidemia do novo coronavírus. Isso afeta a todos nós. É natural que percebamos um aumento de estresse e preocupação, e é importante, que cuidemos de nós mesmos e de uns aos outros.

A maior parte das pessoas, que se contaminam pelo novo coronavírus, terão um quadro de doença leve. Isso vale em especial para crianças e jovens. É importante ter em mente. Em relação à crianças e jovens as nossas experiências indicam que, as crianças e jovens não são uma fonte significativa de contaminação.

Se você está preocupado em mandar seu filho(a) para instituições diurnas ou escolas, é importante, que você converse com o líder da instituição ou escola de seu filho(a) sobre isso.

Se seu filho(a) estiver preocupado ou tiver perguntas, é importante, que você converse com ele(a) sobre, o que está gerando as preocupações. O ministério da Saúde em parceria com as “Condições das crianças” fez um filme com 4 boas dicas para, como falarmos com as crianças sobre o novo coronavírus. Você encontra o filme no [www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/ Film-om-coronavirus](http://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Film-om-coronavirus)

O ministério da Saúde também fez uma série de vídeos, que na perspectiva das crianças falam sobre o novo coronavírus e sobre, como as crianças devem brincar e estar juntas de um modo novo – você como pai pode usar e mostrar isso para seus filhos. Os vídeos podem ser vistos no [www.sst.dk/corona](http://www.sst.dk/corona)

# Ministério da Saúde regras gerais para todos:

- **Se você está saudável** – proteja a si mesmo para proteger aos outros
- **Siga as regras de lavar as mãos e usar álcool gel**, mostre consideração e limite o contato físico e atividades sociais
- **Se você tiver tosse, febre leve ou resfriado** – fique em casa, até melhorar
- **Mantenha distância dos seus entes queridos**, e evite contato com outros fora de casa.
- **Se você tiver problemas de respiração, piora de sintomas ou ficar doente por dias** – ligue para seu médico. É importante, que você ligue primeiro e não vá direto na sala de espera, porque lá você pode contaminar os outros.

## Boas dicas

O ministério da Saúde preparou algumas boas dicas para, guiar você enquanto pai no que fazer, quando seu filho(a) começar a ir novamente às instituições diurnas ou escolas dentro das novas condições.

Abaixo você encontra:

**Boas dicas para pais com filhos em instituições diurnas (creches, cuidadores particulares, jardins de infância)**

**Boas dicas para pais com filhos no ensino básico (de 0 à 5 classe)**

Você pode encontrar as informações mais atuais no [sst.dk/corona](https://sst.dk/corona). Você pode ligar 24 horas na hotline coletiva das autoridades no telefone **70 20 02 33**.

Informações em inglês disponíveis no [sst.dk/corona-eng](https://sst.dk/corona-eng). Seleção de materiais em outras línguas via lista de publicações no [sst.dk/coronamaterialer](https://sst.dk/coronamaterialer)

**O novo corona vírus se espalha tipicamente no encontro entre muitas pessoas através de, entre outros, aperto de mãos e pequenas gotas que saem da tosse e do espirro. Proteja a si e aos outros com essas boas dicas.**

- Lave as mãos regularmente– ou use álcool gel
- Tussa ou espirre no seu braço– não nas suas mãos
- Evite aperto de mãos, beijo no rosto e abraço– limite o seu contato físico
- Fique atento com a limpeza
- Mantenha distância – peça aos outros que mostrem consideração

Veja aqui, como você e suas crianças devem lavar as mãos de maneira boa e efetiva, para que você proteja a si e aos outros contra o coronavírus/COVID-19 [www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/film\\_vask\\_haender](http://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/film_vask_haender)

## Grupo de risco

**A maioria das crianças não correm um risco grave. Se seu filho(a) pertence ao grupo de risco**, você enquanto pai deve falar com a diretoria da instituição ou escola de seu filho, para fazer uma avaliação concreta e individual, se seu filho poderá ou não ir à instituição ou escola. Na avaliação pode ter um peso, se é justificável em termos de saúde, que a criança vá à instituição ou escola.

Uma definição do grupo de risco se encontra aqui.

<https://www.sst.dk/da/corona/Saerlige-risikogrupper>

Se a criança morar junto com alguém pertencente ao grupo de risco, a criança poderá a princípio comparecer à sua instituição diurna ou escola. Poderão haver casos, onde depois de uma avaliação concreta do quadro da doença do parente, decidam que, a criança não deverá ir à instituição ou escola. Se você está em dúvida de, até que ponto o seu filho(a) está em grupo de risco, ou se você precisar de um aconselhamento especial, nós recomendamos que, você fale com seu médico.

Se você seguir essas regras, você pode contribuir para a diminuição do contágio pelo coronavírus.

## Boas dicas para pais com crianças em instituições diurnas (creches, cuidadores particulares e jardins de infância)

Se você seguir essas dicas, você pode contribuir para a diminuição do contágio do novo coronavírus.

- Se possível, entregue sua criança na entrada externa da instituição
- Quando você entregar e buscar sua criança, evite se amontoar com outros pais e crianças. Garanta que uma distância seja mantida.
- Garanta que, a criança lave as mãos antes de sair de casa de manhã. E que lave as mãos, ao chegar em casa depois do almoço imediatamente.
- Ensine ao seu filho(a), como lavar as mãos, e converse com ele(a) sobre, como seguir as regras gerais sobre boa higiene e distância física, quando possível.
- Garanta que seu filho(a) traga roupas adequadas, para que possa ficar nas áreas externas durante o dia. Lembre-se de protetor solar, quando o tempo estiver bom.
- Traga brinquedos de casa
- Seu filho(a) não deve dividir comida com os outros. Não dê por ex. comida para dividir em aniversários.
- Siga as recomendações do ministério da Saúde sobre crianças e acordos de lazer no tempo livre. Mantenha acordos com poucas e com as mesmas crianças, que estão na classe no seu filho(a).
- Fique atento em especial no aparecimento de sintomas no seu filho(a) – se houver uma leve suspeita de doença, a criança deve ficar em casa. Seu filho(a) deve voltar à instituição, depois de 48 horas sem apresentar sintomas.
- Se você mesmo estiver doente, você deve ficar em casa e não entregar ou buscar a criança pessoalmente na instituição.
- Se a sua criança ficar doente enquanto estiver na instituição, você deve buscá-la imediatamente.

Leia mais informações sobre o novo coronavírus para famílias com crianças no

[www.sst.dk/coronasmitte](http://www.sst.dk/coronasmitte)

---

## Boas dicas para pais com crianças de 0 à 5 classe

Se você seguir essas dicas, você pode contribuir para a diminuição do contágio do novo coronavírus.

- Converse com seu filho(a) sobre, como proteger a si e aos outros contra o contágio o melhor possível
- Conte para seu filho(a), que mesmo que a escola e áreas de lazer abram de novo, o dia-a-dia não será como antes, pois nós precisaremos ainda cuidar de uns aos outros e evitar que o contágio aumente.
- Peça a seu filho(a) que lave as mãos imediatamente, quando chegar na escola de manhã. E de novo imediatamente, ao chegar em casa depois do almoço.
- Ensine ao seu filho(a), como lavar as mãos, e converse com ele(a) sobre, como seguir as regras gerais sobre boa higiene e distância física.
- Entregue e busque o seu filho(a) no lado de fora da escola. Evite se amontoar com muitas pessoas, por ex. no corredor da entrada. Mantenha distância.
- Garanta que seu filho(a) tenha roupas adequadas, para que a maior parte do tempo de escola e de lazer possa acontecer em áreas externas. Lembre-se de protetor solar, se o tempo estiver bom.
- Seu filho(a) não deve dividir comida com outras crianças. Não distribua por ex. comida em aniversários.
- Limpe os aparelhos eletrônicos do seu filho(a) diariamente (celulares, tablets, computadores). Peça aos seus filhos que não dividam os aparelhos com os outros.
- Siga as recomendações do ministério da Saúde sobre crianças e acordos de lazer no tempo livre. Mantenha acordos com poucas e com as mesmas crianças, que estão na classe no seu filho(a).
- Fique atento em especial no aparecimento de sintomas no seu filho(a) – se houver uma leve suspeita de doença, a criança deve ficar em casa. Seu filho(a) deve voltar à escola, depois de 48 horas sem apresentar sintomas.
- Se você mesmo estiver doente, você deve ficar em casa e não entregar ou buscar a criança pessoalmente na escola.
- Se a sua criança ficar doente enquanto estiver na escola ou no clube de lazer, você deve buscá-la imediatamente.
- Fique atento com o estado mental de seu filho(a) e pergunte à ele(a), o que está causando a preocupação.