

Për prindërit

Rihapja e kujdesit ditor dhe shkollave fillore

Ministria i Shëndetësisë ua dërgon këtë letër të gjithë qytetarëve të regjistruar si mbajtës kujdestarie për fëmijët e lindur pas 1 janarit 2007.

Përpjekjet tona të përbashkëta kundër epidemisë COVID-19 duket se po funksionojnë. Kjo do të thotë që Danimarka tani mund të kontrollojë me kujdes dhe kontroll të hapur për pjesë të shoqërisë. Nje jemi të gatshëm të hedhim hapin e parë në rihapjen, dhe shumë fëmijë dhe të rinj mund të kthehen në shkollë ose kujdes ditor pas Pashkëve.

Sidoqoftë, ne jemi akoma në mes të një epidemi serioze. Ne mund të shmangim përhapjen e infeksionit, madje edhe në qendrat e kujdesit ditor dhe shkollat. Sidoqoftë, nëse do të shmangim përhapjen e infeksionit përsëri, është e nevojshme të merren disa masa më të rrepta. Ende duhet të mbrojmë njëri-tjetrin nga infeksioni. Ne duhet t'i përmbahemi zakoneve tona të reja. Ne kemi nevojë për të mbajtur distancën tonë, dhe ne duhet të vazhdojmë të lani duart shpesh dhe të kemi higijenë të mirë të duarve. Ne duhet të jemi të vetëdijshëm për shenjat e sëmundjes dhe të veprojmë mbi to.

Do të thotë gjithashtu se për fëmijën tuaj po vijnë kushte të reja. Jeta e përditshme që ne zakonisht dimë nga shkolla e fëmijëve tanë ose kujdesi ditor do të jetë e ndryshme nga sa jemi mësuar. Do të ketë një sërë masash që do të ndihmojnë në zvogëlimin e përhapjes së infeksionit me koronavirus të ri. Fëmijet duhet, për shembull të jenë shumë më tepër jashtë dhe mund të mos ketë aq fëmijë të mbledhur në të njëjtën zonë me të cilën jemi mësuar më parë.

Të gjithë kemi një përgjegjësi të përbashkët dhe një mision të përbashkët për të pasur sukses në rihapjen e shoqërisë, dhe kjo kërkon përpjekjet e të gjitha familjeve.

Nëse shqetësoheni për vete ose të afërmit tuaj

Shumë njerëz janë të shqetësuar për epideminë e re të koronavirusit. Ajo prek të gjithë ne. Është e natyrshme të përjetojmë një nivel të shtuar stresi dhe shqetësimi, dhe është e rëndësishme që të kujdesmi për veten dhe njëri-tjetrin.

Shumica e njerëzve të infektuar me koronavirus të ri do të kenë një kurs të butë të sëmundjes. Kjo është veqanërisht e vërtetë për fëmijët dhe të rinjtë. Është e rëndësishme t'i përmbaheni. Në lidhje me fëmijët dhe

Letër nga Ministria Shëndetësisë në lidhje me fillimin e shkolles klara 0-5 dhe të kujdesit ditor.

adoleshentët, përvoja tregon gjithashtu që fëmijët dhe adoleshentët nuk përbëjnë një burim kryesor infeksioni.

Nëse jeni të shqetësuar për dërgimin e fëmijës tuaj në një kopsht ditor ose shkollë, është e rëndësishme që të bisedoni me menaxhimin e kujdesit ditor ose shkollë në lidhje me të.

Nëse fëmija juat është e shqetësuar ose ka pyetje, është e rëndësishme që të bisedoni me fëmijën tuaj për atë që shqetëson fëmijën. Në bashkëpunim me Kushtet e Fëmijëve, Bordi Kombëtar i Shëndetësisë ka bërë një film me katër këshilla të mira se si të bisedoni me fëmijët për koronavirusin e ri në www.sst.dk/en/Udgivelser/2020/Film-about-coronavirus

Ministria i Shëndetësisë ka përgatitur gjithashtu një seri filmash që u tregojnë fëmijëve rreth koronavirusit të ri dhe ti të luajnë dhe të jenë së bashku në një mënyrë të re - ju si prind mund të përdorni dhe tregoni fëmijën tuaj. Ato mund të gjenden në www.sst.dk/corona

Këshillat e përgjithshme të Bordit Kombëtar të Shëndetësisë për të gjithë:

- Nëse jeni të shëndetshëm - mbroni veten për të mbrojtur të tjerët
- Ndiqni sugjerimet për larjen e duarve dhe qdo dezinfektim, tregoni konsideratë dhe kufizoni kontaktin fizik dhe aktivitetet shoqërore.
- Nëse keni një kollë, ethe të lehtë ose të ftohtë - qëndroni në shtëpi derisa të jeni mirë.
- Mbajeni larg të dashurit tuaj dhe shmangni kontaktet me këdo jashtë shtëpisë.
- Nëse keni probleme me frymëmarrjen, përkeqësim të simptomave ose jeni sëmurë për disa ditë - telefononi së pari dhe të mos shfaqeni në dhomën e pritjes pasi mund të infektoni të tjerët.

Këshilla të mira

Bordi Kombëtar i Shëndetësisë ka përgatitur disa këshilla të mira për atë që mund të beni kur fëmija juaj duhet të fillojë kujdesin ditor ose shkollën përsëri në kushtet e reja.

Më poshtë do të gjeni:

[Këshilla të mira për prindërit me fëmijë në kujdesin ditor](#)

[Këshilla të mira për prindërit më fëmijë në shkollën fillore 0 deri në klasen e 5-të.](#)

Gjithmonë mund t'i gjeni informacionet më të fundit në sst.dk/corona. Mund të telefononi përreth orës në linjën e hapur qeveritare të përbashkët në tel 70 20 02 33.

Letër nga Ministria Shëndetësisë në lidhje me fillimin e shkolles klara 0-5 dhe të kujdesit ditor.

Informacioni në anglisht në dispozicion në sst.dk/corona-eng.

Materialet e zgjedhura të gjuhë të tjera përmes listës së botimeve: sst.dk/coronamaterialer

Koronavirusi i ri zakonisht përhapet në vende ku përfshihen shumë njerëz përmes shtrëngimeve të dorës dhe pikave të vogla nga kollitja dhe teshtitja. Mbroni veten dhe të tjerët me këto këshilla të shkëlqyera.

- Lani duart shpesh - ose përdorni dezinfektim
- Kollë ose teshtitje në mëngë - jo në duart tuaja
- Shmangni shtrëngimet e duarve, faqet dhe përqaftimet - kufizoni kontaktin fizik
- Kushtojini vëmendje pastrimit
- Mbani distancën tuaj - kërkoni nga të tjerët që t'i kushtojnë vëmendje.

Shihni këtu se si ju dhe fëmijët tuaj duhet t'i lani duart mirë dhe në mënyrë efektive për të mbrojtur veten dhe të tjerët nga koronavirus / COVID-19

www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/film_vask_haender

Grupet e rrezikut

Shumica dërmuese e fëmijëve nuk kanë ndonjë rrezik të veçantë. Nëse fëmija juaj i përket një grupi rreziku, si prind, bisedoni me menaxhimin e kujdesit ditor ose shkollës për të bërë një vlerësim konkret dhe individual nëse fëmija juaj ka të drejtë për kujdesin ditor ose shkollë. Në vlerësim, theksi mund të vendoset nëse është e arsyeshme për shëndetin që fëmija të ndjekë kujdesin ditor ose shkollë.

Një përshkrim i grupeve të rrezikut mund të gjendet këtu.

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

Nëse fëmija jeton në një familje me një person që është në rrezik të veçantë, fëmija zakonisht mund të vijë në kopsht ditor ose shkollë. Mund të ketë raste kur, pas një vlerësimi konkret, individual të shkollës së sëmundjes së të afërmit, mund të vlerësohet se fëmija nuk merr pjesë në kopsht ditor ose shkollë. Nëse nuk jeni të sigurt nëse fëmija juaj është në rrezik të veçantë ose keni nevojë për këshilla të veqanta, ju rekomandojmë të bisedoni me mjekun tuaj.

Duke ndjekur këto këshilla, ju mund të ndihmoni në zvogëlimin e përhapjes së infeksionit me korona të ri.

Këshilla të mira për prindërit me fëmijë në kujdesin ditor.

Duke ndjekur këto këshilla, ju mund të ndihmoni në zvogëlimin e përhapjes së infeksionit me koronavirus të ri.

- Nëse është e mundur, dorëzoni fëmijën tuaj në hyrje të zonave të jashtme të institucionit.
 - Kur dorëzoni dhe kapni fëmijën tuaj, shmangni pengesat me fëmijët dhe prindërit e tjerë. Sigurohuni që të mbani distancën tuaj.
 - Sigurohuni që fëmija është duke larë duart para se të dalë në mëngjes. Dhe para së gjithash, kur të ktheheni në shtëpi pasdite
 - Mësoni fëmijën tuaj se si të lajë duart dhe të flasë me fëmijën se t'i përmbahet këshillave të përgjithshme për higjienën e mirë dhe të mbahet larg njëri-tjetrit kur është e mundur.
 - Sigurohuni që fëmija juaj të ketë rroba që dita të jetë jashtë. Mos harroni krem dielli nëse moti është i mirë.
 - Mos sillni lodra nga shtëpia.
 - Fëmija juaj nuk duhet të ndajë ushqimin me të tjerët. Për shembull, mos jep ushqim për shpërndarje ditëlindje.
 - Ndiqni udhëzimet e Bordit Kombëtar të Shëndetësisë për fëmijët dhe kohën e lirë. Bëni takime luajnë me të njëjtat dhe kanë fëmijë që janë në grupin e fëmijës tuaj gjatë ofertës ditore.
 - Kushtojini vëmendje të veçantë shenjave të sëmundjes tek fëmija juaj - nëse ka shenjën më të vogël të sëmundjes, mbajeni fëmijes në shtëpi. Fëmija juaj mund të rihyjë në ofertën e ditës vetëm kur kanë kaluar 48 orë pasi fëmija nuk ka simptoma.
 - Nëse jeni të sëmurë vetë, rrini në shtëpi dhe mos e dorëzoni ose kapni fëmijën tuaj.
 - Nëse fëmija juaj sëmuret gjatë ofertës së kujdesit ditor, kapni menjëherë fëmijën tuaj.
- Gjeni më shumë informacion mbi koronavirusin e ri për familjet me fëmijë në www.sst.dk/coronasmitte

Këshilla të mira për prindërit me fëmijë në klasat 0-5

Duke ndjekur këto këshilla, ju mund të ndihmoni në zvogëlimin e përhapjes së infeksionit me koronavirus të ri.

- Bisedoni me fëmijën tuaj se si të mbrohen më mirë veten dhe të tjerët nga infeksioni.
- Tregojini fëmijës tuaj që edhe pse sistemi shkollor dhe ai i kohës së lirë rihapen, jeta e përditshme nuk do të jetë ashtu siq ndodh, sepse ende duhet të kujdesemi për njëri-tjetrin dhe të shmangim përhapjen e infeksionit.
- Kërkojini fëmijës tuaj që të larë duart së pari kur shkon në shkollë në mëngjes. Dhe përsëri, si gjëja e parë kur ktheheni në shtëpi pasdite.
- Mësoni fëmijën tuaj se si të lajë duart dhe të flasë me fëmijën se si t'i përmbahet këshillave të përgjithshme për higjenën e mirë dhe distancën fizike.
- Dorëzoni dhe kapni fëmijën tuaj jashtë shkollës. Shmangni grumbullimin me shumë njerëz, p.sh. në hyrjen kryesore. Mbani distancën tuaj.
- Sigurohuni që fëmija juaj të ketë rroba në mënyrë që pjesa më e madhe e ditës së shkollës dhe koha e lirë të kalojë jashtë. Mos harroni krem dielli nëse moti është i mirë.
- Fëmija juaj nuk duhet të ndajë ushqimin me të tjerët. Për shembull, mos sillni ushqim për shpërndarje në ditëlindje.
- Pastroni elektronikën e fëmijës tuaj qdo ditë (celular, tablet, kompjuter). Kërkojini fëmijës tuaj të mos ndajë elektronikë me të tjerët.
- Ndiqni rekomandimet e Bordit Kombëtar të Shëndetësisë për fëmijët dhe kohën e lojës në kohën e lirë. Vazhdoni të luani marrëveshje me të njëjtat dhe të keni fëmijë që ndjekin klasën e fëmijës tuaj.
- Kushtojini vëmendje të veçantë shenjave të sëmundjes tek fëmija juaj - nëse ka shënjën më të vogël të sëmundjes, mbajeni fëmijën në shtëpi. Fëmija juaj mund të mos kthehet në shkollë derisa të kenë kaluar 48 orë pasi fëmija të shërohet.
- Nëse jeni të semurë vetë, rrini në shtëpi dhe mos e dorëzoni ose kapni fëmijën tuaj.
- Nëse fëmija juaj sëmuret në shkollë ose në kohën e lirë, vini menjëherë fëmijën tuaj.
- Kushtojini vëmendje gjendjes mendore të fëmijës tuaj dhe pyesni se qfarë shqetëson.

Gjeni më shumë informacion mbi koronavirusin e ri për familjet me fëmijë në www.sst.dk/coronasmitte