

GYIK - gyermekes családoknak

Bevezetés

A mindennapi élet összeszervezésében ezek a napok kihívást jelenthetnek. Főleg a gyermekes családoknak. Ezért összegyűjtöttünk néhány kérdést és választ, melyek hasznosak lehetnek.



Együttlét

Szervezhetünk – e együtt játszást más gyermekeivel?

Igen. Egészséges gyermekek játszhatnak együtt. Azt tanácsoljuk, hogy ezeken a találkozókon 1-2 gyermeknél ne legyen több, és igyekezzünk mindig ugyanazokkal a gyerekekkel találkozni, együtt játszani! Ha tehetik, szervezzék inkább kül-, mint beltérre.

Szabad-e a gyerekeknek a játszótéren játszani?

Igen, de a fenti tanácsokat itt is megfogadva. Fordítsanak különös figyelmet arra, hogy a gyerekek alaposan mossanak kezet, amikor hazaérnek és kerüljék a játékok cserélgetését.

A gyermekem születésnapja közeleg – tarthatunk egy kis zsúrt?

Nem, azt tanácsoljuk, hogy az ilyen típusú összejöveteleket halasszák későbbre.

Kockázatos – e a több gyerekkel való otthon tanulás?

A közös otthon tanulásra is ugyanazok a tanácsok vonatkoznak, mint a szervezett együtt játszásra, tehát 1-2 gyermeknél nem többet fogadni és lehetőleg mindig ugyanazokat. Figyeljen rá, hogy ha a gyermekek bármilyen tünetet mutatnak, nem szabad a többi gyermek közelében tartózkodniuk, inkább maradjanak otthon.

Alhatnak-e egymásnál a gyerekek, ha mindketten egészségesek?

Nem, nem ajánljuk a vendégágyban alvást. Ilyen esetekben a gyerekek gyakran egymáshoz közel, hosszabban alszanak egy szobában. Hívják inkább fel egymást, hogy jó éjszakát kívánjanak.

Mit csináljak, ha olyan helyen élek, ahol több gyerek lakik közel egymáshoz és játszani szeretnének egymással?

Ugyanúgy, mint az együtt játszásnál – kevés és lehetőleg ugyanazok a gyermekek.

A fiatal korú gyermekem egy élelmiszerboltban dolgozik. Megtiltsuk neki, hogy bemenjen dolgozni?

Nem, de beszéljenek vele és a boltvezetővel a megelőzés szabályairól.

Magammal vihetem a gyermekeimet bevásárolni?

Azt részesítjük előnyben, ha csak egy családtag intézi a bevásárlást – ha lehetséges, a gyerekek inkább maradjanak otthon.

A gyermekek és a félelem érzet

Mit kell mondanom a gyermekemnek?

Beszélgessen velük a félelmeikről az ő szemszögükből és hogy milyen, a szokásostól eltérő óvintézkedések és szabályok érvényesek ilyenkor. A legtöbb ember, aki elkapja a koronavírust, enyhe tüneteket tapasztal. Ha idősebb vagy megelőzően beteg volt, akkor komolyabb is lehet a lefolyása. Erős és hatékony egészségügyi ellátásunk van és hozzáértő orvosaink, akik segítik az embereket, hogy újra egészségesek legyenek. Ha a gyermek egy kicsit idősebb, akkor beszélgethetnek együtt a gyerekeknek szóló hírekről.

Mit mondjak a gyermekemnek ha nem követi a szabályokat?

Beszélgjék meg, hogy miért és hogyan kell védekeznie a vírussal szemben.

Mit tegyek, ha a gyermekemnek hiányoznak a barátai és a nagyszülei?

Engedje meg, hogy olyan gyakran hívja fel őket, amilyen gyakran csak lehet. Video-telefonálhatnak vagy küldhetnek levelet egymásnak.

Gyermekek és nagyszülők

Hogyan döntsem el, hogy mikortól ne látogassuk a nagyszülőket?

Ha a nagyszülők tartósan betegek, akkor nem lehet látogatni őket. Minél idősebbek a nagyszülők, annál nagyobb a rizikó. Annak ellenére, hogy az idősebbek egészségesnek érzik magukat, az immunrendszerük gyengébb, mint fiatalabb korukban.

Higiénia

Milyen gyakran és mikor kell kezet mosni?

Gyakran – egy jó követendő szabály, hogy minden alkalommal, amikor ki- és bemegyünk a házba és minden étkezés előtt.

Milyen gyakran figyelmeztessem a gyermekemet (pl. hogy ne piszkálja az orrát, fürödjön meg, ne érjenek egymáshoz)?

Összpontosítson a kézmosásra, a könyökhajlatba való köhögésre és tüsszentésre vonatkozó fő tanácsokra és ajánlásokra.

Milyen gyakran takarítsak a gyerekszobában – és a lakás többi részében?

Gyakrabban, mint általában. Különösképpen most, amikor rendszeresebben vannak otthon, egymáshoz közel.

Beteg gyermek és szülők

Megfertőződtem koronavírussal és nem tudom ellátni a gyermekemet. Mit kell tennem?

Amennyiben lehetséges – kérjen segítséget barátoktól és családtagoktól vagy azoktól, akik felajánlják.

A gyermekemnek koronavírusos tünetei vannak. Hogyan beszéljünk erről?

Fontos, hogy beszéljünk a felmerülő aggodalmakról. A legtöbb fertőzött csak enyhe tüneteket produkál. De az idősebbeknek és a tartósan betegeknek nagyon komoly tünetek is lehetnek.

Az asztmás gyermekem a veszélyeztetettek közé tartozik?

Ha súlyos asztmája van igen. Ha könnyen kezelhető asztmája, akkor nem.

Fertőzhetnek-e a gyerekek, ha nem betegek?

Minél több tünetet mutat, annál fertőzőbb a többiekre nézve. Ha a gyermekének nincsenek tünetei, nem kell attól tartania, hogy terjeszti a korona vírust.

Váltott felügyeletű gyermekek

Mik a váltott felügyeleti jogú gyermekek szüleinek iránymutatói?

Elfogadott, hogy a gyermek a szokásos szülői beosztást követi – amennyiben a gyermek tüneteket mutat, úgy el kell különíteni az egyik szülővel.

A volt férjem/feleségem most tért vissza egy utazásról. Kell tesztet végeztetnie mielőtt él a szülői láthatási jogával?

Ennek a személynek elkülönítve kell lennie 14 napig és azt tanácsoljuk, hogy a láthatást halassza el a 14 nap letelte utánra.