

Рекомендации родителям в кризисной ситуации

Дорогие родители, учитывая распространение вируса COVID-19 и введенное чрезвычайное положение в Латвии, а также карантин, с 13.03.2020 по 14.04.2020 дети должны оставаться дома для сохранения здоровья. **В связи с этим ОГРАНИЧЬТЕ КОНТАКТЫ С ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ, ИЗБЕГАЙТЕ ПОСЕЩАТЬ МЕСТА БОЛЬШОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ!!!**

Чтобы объяснить ребенку ситуацию и снизить возможные страхи и волнения, обнимите своего ребенка и спокойно объясните ему, как вести себя в данной ситуации:

- Самое лучшее, что ты можешь сделать, чтобы быть здоровым, - остаться дома!
- Учись дистанционно, соблюдай инструкции учителя, полученные через e-класс!
- Общайся с друзьями дистанционно, используя средства коммуникации!
- Мой руки!
- Здоровайся, не пожимая рук!
- Избегай поездок в общественном транспорте!
- Избегай посещения магазинов и торговых центров!
- Расскажи родителям, если почувствуешь себя плохо!

Дорогие родители, используйте это время для того, чтобы быть рядом со своим ребёнком:

- Играйте в настольные игры!
- Разгадывайте кроссворды!
- Читайте книги!
- Собирайте LEGO и пазлы!
- Вместе готовьте блюда!
- Рисуйте!
- Занимайтесь рукоделием!
- Вместе выполняйте физические упражнения!
- Уделите время хобби!

Объясните детям, что они могут испытывать чувство страха, тревоги, огорчение, разочарование, но все вместе мы справимся. Это лишь временная ситуация!

Следите за информацией!

Будьте позитивны, уделите время семье, сохраняйте спокойствие!

Управление образования г.Даугавпилса

В случае необходимости звоните нам: 65421623, 65423110