# Консультация для родителей

#  «Как говорить с детьми о коронавирусе?»

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рекомендует:

* регулярно мыть руки
* прикрывать рот и нос, чихая или кашляя
* избегать контакта с людьми, проявляющими симптомы ОРВИ
* а также с дикими или сельскохозяйственными животными

**Научите ребенка, как себя обезопасить**

Маленькие дети проявляют большую любознательность, тянутся ко всему, что попадается на глаза, стараются все потрогать руками и попробовать на зуб. Кроме того, они любят делиться едой и напитками и принимать такие угощения от других. А когда дело доходит до мытья рук, мало кто из детей делает это правильно и тщательно.

Это значит, что они, как правило, являются основными распространителями инфекций, и задача взрослых - с самого раннего возраста приучить их к соблюдению основных правил личной гигиены и научить это делать правильно.

Многие дети забывают вытирать руки после мытья либо вовсе не пользуются мылом - сейчас самое время объяснить им, что, делая это добросовестно,

**Конкретные шаги**

По словам докторов, хотя вы и не можете быть уверенными в том, что ваши дети не заболеют, однако лучше смотреть на вещи с оптимизмом, чем беспокоиться и тем самым тревожить - возможно, совершенно напрасно - ребенка.

"Дело не только в том, чтобы успокоить детей, нужно также, чтобы они понимали, что от них тоже многое зависит", - говорит психолог.

Детей следует научить предпринимать конкретные шаги для того, чтобы снизить риск заражения. Это позволит им почувствовать, что они могут в определенной степени контролировать ситуацию и сделать что-то, чтобы защитить себя и своих родителей от инфекции.



АВТОР ФОТО,GETTY IMAG

Соблюдение правил гигиены поможет уменьшить риск заражения

Доктора предлагают говорить с маленьким ребенком так: "Есть вещи, которые могут помочь тебе и нам не заразиться и оставаться здоровыми. И вот что ты можешь сделать. Ты можешь, например, не забывать мыть руки", и так далее.

Такая стратегия, когда вы одновременно и успокаиваете ребенка, и рассказываете, как он может защитить себя и свою семью, самая подходящая.