

QUÈ FER AMB ELS XIQUETS I XIQUETES AQUESTS DIES SENSE ESCOLA?



EVITAR EL CONTACTE AMB GRUPS VULNERABLES

- Persones majors de 60 anys
- Persones amb patologies prèvies

Per tant, aquestes persones no han de cuidar xiquets i xiquetes

CAL INCIDIR EN EL MANTENIMENT DE LES MESURES DE PREVENCIÓ

- Llavar-se les mans sovint
- Utilitzar mocadors d'un sol ús
- Tossir en el colze
- Evitar tocar-se la boca, el nas i els ulls

ESTAR A CASA NO TÉ PER QUÈ SER AVORRIT

- Fer activitat física com ara ballar i jugar
- Ajudar en les tasques domèstiques, a ordenar la casa, a planificar els menjars, estimularà la seua autonomia i corresponsabilitat
- Llegir, pintar, disfressar-se o cantar, a més d'entretindre, estimularà la seua creativitat
- Mantindre els hàbits i rutines familiars, diferenciant els horaris d'un dia entre setmana dels del cap de setmana
- Seguir les pautes i activitats que des dels centres educatius es faciliten a les famílies per a fer a casa

COM ACTUEM MARES I PARES?

- Mantindre la calma i gestionar l'estrés
- Intentar transmetre serenitat; és una malaltia greu i molt contagiosa però amb un alt percentatge de curació
- No ignorar que és una situació nova que pot generar inquietud i temor en xiquets i xiquetes

*(Esta fitxa s'ha elaborat a partir de la informació emanada de les distintes autoritats sanitàries del nostre país i de la nostra comunitat autònoma, i té vigència des del 16 de març de 2020)



GENERALITAT
VALENCIANA

Conselleria de Sanitat
Universal i Salut Pública