Консультация на тему:

«Коронавирус»

Информационное пространство мира переполнено пугающими сообщения о новом **коронавирусе**, получившим название *(COVID-19)*. Мы постоянно слышим о нем из телевизоров, по радио в автомобилях, читаем в Интернете.

Наши дети тоже это слышат и видят, этот поток информации начинает пугать, вызывает беспокойство.

Что же за зверь этот *(COVID-19)* и как предупредить **детей о его опасности**, не напугав до стресса.

**Коронавирус** – это целое семейство вирусов, которое включает более 30 видов. Виды объединены в 2 подсемейства. Они могут заражать не только человека, но и животных – кошек, собак, птиц, свиней и крупный рогатый скот.

Чтобы не напугать впечатлительного ребенка до паники к такому разговору надо подойти очень ответственно.

Вот что советуют детские психологи

1. Успокойте сначала себя и умерьте свое беспокойство

2. Поговорите с ребенком, чтобы выяснить, что он уже знает о **коронавирусе**. разговор должен вестись с учетом возраста, с детьми до 10 лет надо говорить осторожно и понятными словами.

3. Расскажите, каких правил надо придерживаться, почему люди носят маски.

4. Постарайтесь успокоить ребенка, не пугайте его страшными последствиями, объясните, что профилактика поможет уберечь себя.

Напряженная ситуация в семье может сильно повлиять на психологическое и психическое состояние ребенка, повышенная тревожность бывает у подростков.

Маленькие дети чувствуются себя более защищенными, а старшие уже понимают, что **родители** не всегда могут их защитить от такого невидимого врага, как вирусы и инфекция.

Если во время разговора вы выясните, что ребенок необоснованно перепуган, не надо сразу переубеждать его в том, что ничего страшного. Следует объяснить, что опасность есть, но она преувеличена. А чтобы минимизировать ее, следует неукоснительно придерживаться определенных правил.

Как защитить себя и ребенка от заражения **коронавирусом**?

Самое важное, что можно сделать, чтобы защитить себя и ребенка, — это поддерживать чистоту рук и поверхностей.

Держите руки в чистоте, часто мойте их водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство.

Носите с собой дезинфицирующее средство для рук, чтобы в любой обстановке вы могли очистить руки.

Всегда мойте руки перед едой.

Будьте особенно осторожны, когда находитесь в людных местах, в системах общественного транспорта. Максимально сократите прикосновения к находящимся в таких местах поверхностям и предметам, и не касайтесь лица.

Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования.

Не ешьте еду *(орешки, чипсы, печенье и другие снеки)* из общих упаковок или посуды.

Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку.

На работе регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники общего использования, экран смартфона, пульты, дверные ручки и поручни).

- аккуратно закройте нос и рот маской и закрепите ее, чтобы уменьшить зазор между лицом и маской.

- не прикасайтесь к маске во время использования. После прикосновения к использованной маске, например, чтобы снять ее, вымойте руки.

- после того, как маска станет влажной или загрязненной, наденьте новую чистую и сухую маску.

- не используйте **повторно одноразовые маски**. Их следует выбрасывать после каждого использования и утилизировать сразу после снятия.

Что можно сделать дома.

Расскажите детям о профилактике **коронавируса**. Дети и подростки больше других рискуют заразиться, они часто близко взаимодействуют друг с другом и не являются эталоном в поддержании чистоты.

Объясните детям, как распространяются микробы, и почему важна хорошая гигиена рук и лица.

Убедитесь, что у каждого в семье есть свое полотенце, напомните, что нельзя делиться зубными щетками и другими предметами личной гигиены.

Часто проветривайте помещение.