

Spørgsmål og svar til børnefamilier

Det, at få hverdagen til at hænge sammen lige nu, kan være noget af en udfordring. Især for børnefamilier. Derfor har vi samlet nogle spørgsmål og svar, som forhåbentligt kan hjælpe.

Samvær

Må man have legeaftaler?

Ja. Raske børn må gerne lege med raske børn. Vi anbefaler dog, at legeaftaler kun afholdes med 1-2 børn, og at børnene er de samme fra aftale til aftale – og helst skal legeaftalen holdes udenfor.

Må børnene gerne tage på legepladsen?

Det må de, men se ovenstående. Og vær ekstra opmærksom på at børnene vasker hænder, når de kommer hjem og undgår at dele legetøj.

Mit barn har fødselsdag - må vi gerne holde en lille komsammen?

Nej, vi opfordrer til, at man udskyder alle familiefødselsdage og andre sammenkomster.

Løber vi en risiko med hjemmeskoling af flere børn?

Ved fælles hjemmeskoling gælder samme anbefalinger som ved legeaftaler - 1-2 børn på besøg og helst de samme børn. Og husk hvis børnene har symptomer, skal de ikke være sammen med andre børn, men blive hjemme.



Er det ok at have en soveaftale, hvis begge børn er raske?

Nej, vi opfordrer til, at man ikke laver soveaftaler. Når man sover sammen, er man tæt på hinanden indenfor og over længere tid. Ring i stedet til hinanden og sig godnat.

Hvad gør man, hvis man bor i tæt bebyggelse med mange børn, der gerne vil lege sammen?

De samme anbefalinger gælder som ved andre legeaftaler – få børn og de samme børn.

Min teenager arbejder i et supermarked. Skal vi forbyde hende det?

Nej, men tal gerne med hende om at snakke med butikschefen om forholdsreglerne.

Må jeg have mine børn med i supermarkedet?

Vi anbefaler, at kun én fra familien køber ind – så hvis muligt, lad børnene blive hjemme.

Børn og frygt

Hvad skal jeg sige til børnene?

Snak med dem om bekymringerne i børnehøjde, og hvorfor det er, at vi lige nu har lidt flere regler end normalt. De fleste, der bliver smittet med coronavirus vil opleve et mildt forløb. Hvis man er ældre eller syg i forvejen, kan det blive alvorligt. Men vi har et rigtig godt sundhedsvæsen og dygtige læger til at hjælpe folk med at blive raske igen. Hvis børnene er lidt større, kan man se og snakke om børnenyheder sammen.

Hvad skal jeg sige, der sker, hvis børnene ikke overholder reglerne?

Snak om hvorfor og hvordan man skal beskytte sig.

Hvad gør jeg, når mit barn savner venner og bedsteforældre rigtig meget?

Ring sammen så tit I har muligheden, f.eks. med videoopkald og send eventuelt små breve til hinanden.

Børn og bedsteforældre

Hvor går grænsen for, hvornår man skal stoppe med at se bedsteforældre?

Hvis bedsteforældre er kronisk syge – så ingen besøg. Jo ældre bedsteforældrene er, jo større risiko har bedsteforældrene for alvorlig sygdom. Selvom ældre føler, at de har et godt helbred, er immunforsvaret svagere, end da de var unge.

Hygiejne?

Hvor tit og hvornår skal de vaske hænder?

Oftest – en god regel er, hver gang man går ind og ud af hjemmet og inden spisetid.

Hvor meget skal jeg rette på mine børn (fx ingen næse-pilleri, gå i bad, røre ved hinanden)?

Fokuser på de generelle råd om håndvask og nys/host i ærmet.

Hvor tit skal jeg gøre rent på børneværelset - og i resten af huset?

Oftere end du plejer, særligt nu hvor I er mere hjemme og tættere sammen.

Syge børn og forældre

Jeg har coronavirus og kan ikke tage mig af mit barn. Hvad gør jeg?

Hvis muligt - få hjælp af venner og familie eller andre, som tilbyder det.

Mit barn har symptomer på coronavirus. Hvordan taler vi om det?

Det er vigtigt at tale om de bekymringer, det kan give. De fleste, der bliver smittet, vil opleve et mildt forløb. Men for ældre og kronisk syge, kan det blive alvorligt.

Er mit barn med astma i risikogruppen?

Hvis hun har svær astma, ja. Ved velbehandlet astma, Nej.

Kan børn smitte, selvom de ikke virker syge?

Jo flere symptomer man har, jo mere smitter man. Hvis børnene ikke har symptomer, skal der ret meget til før, at de smitter.

Delebørn

Hvad er retningslinjerne for deleforældre?

Det er ok, at børnene opretholder normalt samvær – men hvis børnene får symptomer, skal de blive hos den ene forælder.

Mine eksmand/-kone er lige kommet hjem fra rejse, skal vedkommende testes inden samvær?

Vedkommende skal holde sig hjemme i 14 dage, og vi anbefaler at man udskyder samværet til de to uger er gået.

