|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  | | --- | --- | |  | Community-National-Schools-DDLETB | | Uniform-cover |  | |
| Seicliosta  Covid-19 : Seicliosta mar thacaíocht do Fhilleadh an Rialtais ar an Ionad Oibre go Sábháilte | Daltaí agus Páistí  Meithemah 2020 |

|  |  |
| --- | --- |
| **COVID-19 Prótacal um Fhilleadh ar Scoil go Sábháilte**  **Daltaí agus Páistí** | |
| Ba cheart go dtuigfeadh leanaí agus daoine óga faisnéis bhunúsach atá oiriúnach dá n-aois faoi COVID-19, lena n-áirítear a hairíonna, conas a tharchuirtear í agus conas tarchur a chosc. Ba cheart dóibh fanacht ar an eolas faoi COVID-19 trí fhoinsí measúla mar FSS, HPSC, UNICEF, WHO agus comhairle náisiúnta maidir leis an raidió agus an teilifís. Ba chóir go mbeadh siad ar an eolas faoi fhaisnéis / mhiotais bhréige a d’fhéadfadh scaipeadh timpeall ar bhéal nó ar líne. | |
| **1.** | I gcás mar seo is gnách go mbraitheann tú brónach, buartha, mearbhall, scanraithe nó feargach. Bíodh a fhios agat nach bhfuil tú i d'aonar agus labhair le duine a bhfuil muinín agat as, cosúil le do thuismitheoir nó do mhúinteoir ionas gur féidir leat cabhrú leat féin agus do scoil a choinneáil slán agus sláintiúil.  • Cuir ceisteanna, cuir oideachas ort féin agus faigh faisnéis ó fhoinsí iontaofa. |
| **2.** | Cosain tú féin agus daoine eile   * Nigh do lámha go minic, i gcónaí le gallúnach agus le huisce ar feadh 20 soicind ar a laghad; * Cuimhnigh gan teagmháil a dhéanamh le d’aghaidh; * Ná roinn cupáin, uirlisí ithe, bia nó deochanna le daoine eile. * Déan fadú fisiceach agus sóisialta a chleachtadh a oiread agus is féidir |
| **3.** | Bí i do cheannaire chun tú féin, do scoil, do theaghlach agus do phobal a choinneáil sláintiúil.   * Roinn an méid a fhoghlaimíonn tú faoi ghalar a chosc le do theaghlach agus le cairde, go háirithe le leanaí níos óige; * Déan dea-chleachtais a shamhaltú mar shraothartach nó casacht isteach i do uillinn agus do lámha a ní, go háirithe do dhaoine óga sa teaghlach. |
| **4.** | Ná stiogmaigh do phiaraí ná bí ag magadh faoi dhuine ar bith faoi bheith tinn. |
| **5.** | Inis do do thuismitheoirí, do bhall eile den teaghlach, nó do chúramóir má bhraitheann tú tinn, agus iarr ort fanacht sa bhaile. |