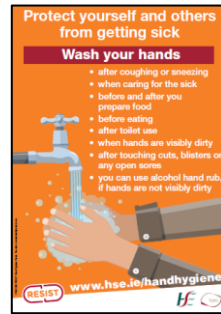




## Ag Caint le Leanaí agus le Daoine Óga faoi COVID-19 (Coronavirus) Comhairle do Thuismitheoirí agus do Scoileanna

- Bíonn gá ag leanaí agus ag daoine óga le heolas fíriciúil, aois-oiriúnach faoin víreas mar aon le treoir chinnte faoin tslí le scaipeadh an víris a sheachaint. Gan fíricí a bheith acu, is minic go mbíonn siad ag samhlú riochtaí a bhíonn i bhfad níos measa ná an scéal mar atá. Féach <https://www2.hse.ie/conditions/coronavirus/coronavirus.html>
- Bíodh ceisteanna agus aois an linbh/duine óig mar threoir don mhéid eolais a chuirtear ar fáil:
  - Bíonn gá ag **leanaí an-óg** le heolas gonta, simplí agus a mheabhru dóibh go bhfuil siad slán agus go bhfuil na daoine atá tábhachtach dóibh slán. B'fhéidir go gceisteoidh siad *An éireoidh mise tinn? An bhfaighidh Mamó/Daideo bás?*
  - Cuir iad ar a suaimhneas agus abair leo go bhfuil an Rialtas ag obair go dian lena chinntiú go bhfanfaidh daoine ar fud na tíre sláintiúil.
  - Míniú d'óibh go bhfuil fíorbheagán daoine ar fud na tíre seo tinn faoi láthair leis an víreas.
  - Míniú d'óibh nach bhfaighidh gach duine an víreas agus go dtiocfaidh biseach iomlán ar thromlach mór na ndaoine.
  - B'fhéidir go mbeidh gá ag **leanaí níos sine** le fírinne ar leith seachas luaidreáin agus fantaisí. Cuir an t-eolas ar fáil dóibh nó treoraigh iad chuig áit inar féidir leo eolas cruinn, fíriciúil a fháil faoi stádas reatha COVID-19. Nuair a bhíonn eolas acu, cuidíonn sé leo a mhothú go bhfuil smacht acu.
- Is féidir imní a mhaolú agus smacht a mhéadú i measc leanaí nuair a chuirtear comhairle ar fáil dóibh faoin tslí leis an ionfhabhtú a laghdú. Tabhair an t-eolas seo dóibh. Tá eolas breise ar fáil [anseo](#).
- Tá na póstaerí thall ar fáil ag an nasc seo. Tá nasc freisin chuig físeán inar thug an Leas-Phríomhoifigeach Leighis freagra ar cheisteanna coitianta do chlár RTÉ Junior's News 2Day [anseo](#):



- Bíonn leanaí agus daoine óga ag brath ar dhaoine fásta do threoir maidir leis an tslí le himeachtaí strusmhara agus imníoch a láimhseáil. Má bhíonn daoine fásta a bhaineann leo thar a bheith imníoch, d'fhéadfadh a leithéid cur leis an inní a bhíonn orthu féin.
- Má bhíonn imní orthu, tabhair deis dóibh labhairt faoi na mothúcháin atá acu agus cabhraigh leo a smaointe agus ábhair imní a athchruthú ionas gur féidir leo smaoineamh ar bhealach a chabhraíonn níos fearr leo.
- Díriú níos mó airde agus ama orthu, chun aon ábhair imní, eagla nó ceisteanna atá acu a phlé.
- Bí aireach go dtarlaíonn uaireanta nach labhraíonn siad i gcónaí faoi na rudaí a bhíonn ag cur isteach orthu. Bí ag faire amach do leideanna go dteastaíonn uathu labhairt, mar shampla, má bhíonn siad ag crochadh timpeall agus tú ag ní na ngréithre srl.
- Bíonn sé mar ghnáthnós ag leanaí níos óige cúpla ceist a chur, dul ar ais ag súgradh agus teacht ar ais le ceisteanna eile ina dhiaidh sin.
- Cuir leanaí agus daoine óga ar a suaimhneas, ag míniú gur ráflaí agus eolas míchruinn a bhaineann le roinnt de scéalta COVID-19 ar an idirlíon.
  - Ná déan dearmad gur féidir le heolas fíriciúil faoin víreas imní a laghdú.
  - Seachain monatóireacht agus plé go leanúnach ar an scéal is déanaí faoi stádas COVID -19, mar d'fhéadfadh a leithéid an inní a mhéadú.
  - Déan iarracht an fáil a bhíonn acu ar eolas ar an idirlíon/teilifís/na meáin shóisialta, a d'fhéadfadh cur isteach orthu, a laghdú.
  - Meabhraigh do leanaí/daoine óga nach bhfuil 'an locht' don víreas ar aon duine ná ar aon ghrúpa ar leith.
  - Meabhraigh dóibh nach cóir dóibh aon rudaí diúltacha a rá faoi dhaoine eile maidir leis an víreas.
  - Tabhair dúshlán do thuairimíocht nó steiríteopáil dhiúltach a dhéanann siad. Mínigh céard a bhíonn i gceist le tuairimí a léirítear muna mbíonn siad de réir na luachanna atá agaibh sa bhaile.
- Gríosaigh na leanaí/daoine óga chun leanúint le hobair na scoile agus le gníomhaíochtaí seach-churaclaim, ach ná cuir ró-bhrú orthu.
- Déan iarracht leanúint ar aghaidh mar is gnáth chomh fada agus is féidir, cuirtear iad ar a suaimhneas má leantar leis an ngnáthsceideal.