

# Як говорити з дітьми про епідемію



«Боятися – це  
нормально»

«Страх стає меншим,  
коли ним ділишся.  
Говори зі мною»

Страх зменшується, коли  
знаєш, що робити,  
щоб захистити себе.  
Поясніть, що вже робите.

Обмежте перегляд  
новин вдома

«Всі епідемії закінчуються  
і все стає, як раніше»



Нехай дитина поговорить  
з бабусяю/дідусем онлайн

Не обговорюйте поряд  
з дітьми найгірші сценарії



Створіть щоденні, сімейні,  
позитивні ритуали