

Informatie mbt corona vanuit het NJI (Nederlands Jeugd Instituut) voor kinderen:

Kan ik nog wel buitenspelen met vriendjes?

Ja dat mag. Wel is het belangrijk dat je op een paar dingen let:

Het is beter dat je niet met teveel kinderen tegelijk in de speeltuin dichtbij elkaar speelt.

Probeer ook wat afstand te houden met andere kinderen. Zorg dat er minstens 1,5 meter tussen jullie zit. Spelletjes die daar fijn voor zijn: een bal overtrappen, samen fietsen, frisbeeën of een parcours rennen of skaten.

Heb je (een beetje) keelpijn, ben je verkouden, heb je koorts of voel je je niet lekker? Dan moet je binnen blijven. Zo maak jij de kans dat je andere kinderen én hun ouders, opa of oma besmet kleiner.

Heeft iemand bij jou thuis koorts? Dan moet je extra voorzichtig zijn en binnen blijven. (Video)bel van te voren met je vriendjes over deze regels. Je kunt dan ook met elkaar bespreken welke spelletjes jullie tijdens het buiten spelen nog goed kunnen doen, met een beetje ruimte tussen jullie in!

Overleg ook altijd even met je ouders. Wat wil je gaan doen buiten? En wat spreken jullie hierover af?

Vergeet ook niet je handen te wassen als je uitgespeeld bent!

Kan ik nog thuis met vrienden afspreken (bijvoorbeeld om te gamen)?

Ja dat kan. Wel is het belangrijk dat je je ook hier aan een paar afspraken houdt:

Het is niet de bedoeling om met veel vrienden tegelijk af te spreken. Spreek met maximaal één of twee vrienden tegelijk af. Je mag niet meer dan 3 mensen bij je thuis uitnodigen. Houd ook hierbij minimaal 1,5 meter afstand.

Zorg ervoor dat iedereen zijn handen wast als hij of zij binnenkomt.

Spreek van te voren af dat het niet doorgaat als iemand niest, verkouden is, keelpijn heeft of verhoging of koorts heeft. Ook als iemand bij een van je vrienden thuis, zoals zijn of haar vader of moeder, koorts heeft, moet ook je vriend of vriendin thuisblijven. Ook als iemand bij jou thuis deze klachten heeft, moet jij thuisblijven. En mag je niemand bij jouw thuis uitnodigen. Zo voorkom je dat je je vrienden aansteekt.

Zorg er als je gaat gamen voor dat je controllers schoon zijn. Maak ze als je klaar bent ook weer schoon.

Ga niet dichtbij elkaar op de bank zitten, maar zorg dat er een lege stoel tussenstaat.

Voor verdere informatie zie:

<https://www.nji.nl/nl/coronavirus/Kinderen-en-jongeren/Coronavirus-vraag-en-antwoord-voor-kinderen-en-jongeren>

Bij vragen mag ook altijd contact worden opgenomen met de jeugdverpleegkundige van het Centrum Jeugd en Gezin:

Annemieke van der Meulen

a.vandermeulen@cjgrijnmond.nl

06-54914584