endorsed by WWO

COVID 19 अभिभावकका लागि सुझाव

COVID - 19 बारे जानकारी दिने

कुरा गर्न इच्छुक हुनुहोस्। तिनीहरूले पहिले नै केहि सुनिसकेका छन् । मौनता र रहस्यले हाम्रो बच्चाहरूलाई सुरक्षा प्रदान गर्दैनन् । तर इमान्दारिता र खुलापनले भने सुरक्षा प्रदान गर्छन् । उनीहरूले कति सम्म बुझ्न सक्दछन् भनेर विचार गर्नुहोस् । तपाईंले उनीहरूलाई राम्रोसँग चिन्नुहुन्छ !

खुला रहनुहोस् र सुन्नुहोस् ।

तपाईंको बच्चालाई स्वतन्त्र रूपमा कुरा गर्न अनुमति दिनुहोस्। उनीहरूलाई (खुला) प्रश्नहरू सोध्नुहोस् र उनीहरूलाई के - कति थाहा छ भनेर पत्ता लगाउनुहोस्

इमानदार हुनुहोस् ।

तिनीहरूको प्रश्नहरूको जवाफ सँधै सत्य (ठीक) दिनुहोस्। तपाईंको बच्चाको उमेर कती छ र उनीहरूले कति बुझ्न सक्छन् भनेर विचार गर्नुहोस् ।

सहयोगी हुनुहोस् ।

तपाईंको बच्चाहरु डराएका वा अलमल्लमा परेका हुन सक्छन् । उनीहरूलाई कस्तो लागिरहेको छ भनेर बताउन अवसर दिनुहोस् र तपाई उनीहरूका लागि हाजिर हुनुहुन्छ भनेर बताउनुहोस् ।

सबै उत्तरहरु थाहा नहुनु पनि ठीकै छ ।

यो भन्न पनि ठीकै छ "हामीलाई थाहा छैन, तर हामी यसमा काम गरिरहेका छौं वा हामीलाई थाहा छैन, तर हामी सोच्छौं । " यो तपाइँको बच्चासंग केहि नयाँ सिक्नको लागि एक अवसरको रूपमा प्रयोग गर्नुहोस् ।

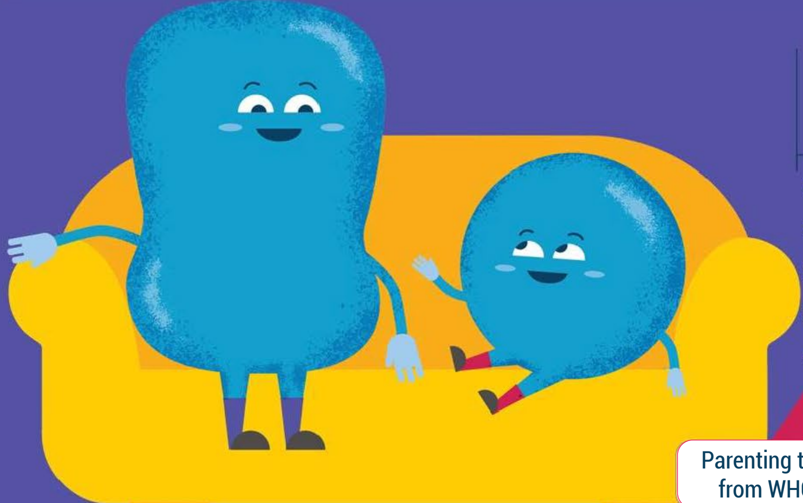
बदमास होइन तर नायक बन्नु

COVID-19 को कुनै पनि व्यक्तिको स्वरूप, मुलुक वा भाषासँग कुनै सम्बन्ध छैन भनेर बताउनुहोस् । तपाईंको बच्चालाई भन्नुहोस् कि बिरामी परेका व्यक्तिहरू र उनीहरूको हेरचाह गरिरहेकाहरू प्रति हामी अनुकम्पापूर्ण हुन सक्छौं ।

ती व्यक्तिहरूको कथा खोज्नुहोस् जो यस प्रकोप रोक्नको लागि काम गरिरहेका छन् अनि बिरामीहरूको हेरचाह गरिरहेका छन् ।

त्यस्ता कथाहरू वरिपरि धेरै पाउन सकिन्छ ।

केही खबरहरु सत्य नहुन सक्छन् । विश्वसनीय साइटहरू प्रयोग गर्नुहोस्। । डब्ल्यूएचओ र युनिसेफबाट https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public and https://www.unicef.org/coronavirus/covid-19



राम्रो नोटमा अन्त्य गर्नुहोस्

तपाईंको बच्चा ठीक छ कि छैन भनेर जाँच गर्नुहोस्। तपाईले तिनीहरूको ख्याल गर्नुहुन्छ र तिनीहरू तपाईसँग कुनै पनि समयमा कुरा गर्न सक्दछन् भनेर याद गराउनुहोस् । त्यसपछि सँगै केहि रमाईलो गर्नुहोस् ।

थप जानकारीको लागि यहाँ थिच्नु होस् ।

Parenting tips from WHO | Parenting tips from UNICEF | In worldwide languages | EVIDENCE-BASE

World Health Organization · unicef for every child · WWO WORLD WITHOUT ORPHANS · End Violence Against Children · PARENTING FOR LIFELONG HEALTH · CDC CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION

The mark "CDC" is owned by the US Dept of Health and Human Services and is used with permission. Use of this logo is not an endorsement by HHS or CDC of any particular product, service, or enterprise.

CHILDHOOD WORLD CHILDHOOD FOUNDATION · ACCELERATE · INTERNET OF GOOD THINGS · UNIVERSITY OF OXFORD · USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE · UNODC United Nations Office on Drugs and Crime

The COVID-19 Playful Parenting Emergency Response is supported by the LEGO Foundation, the philanthropic donors to the University of Oxford's COVID-19 Research Response Fund, and the UKRI GCRF Accelerating Achievement for Africa's Adolescents (Accelerate) Hub. Research on Parenting for Lifelong Health is supported by the UKRI GCRF Accelerate Hub, the Oak Foundation, the European Research Council (ERC) under the European Union's Seventh Framework Programme and the Horizon 2020 Research and Innovation Programme, the Global Alliance for Chronic Diseases under the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation Programme, UNICEF, WHO, Oxford University Innovation GCRF Sustainable Impact Fund, the Leverhulme Trust, the Economic and Social Research Council, CIDA, the National Research Foundation of South Africa, Ilifa Labantwana, the John Fell Fund, the Evaluation Fund, the UBS Optimus Foundation, USAID-PEPFAR, the Wellcome Trust, Grand Challenges Canada and Wellspring Advisors.