

Nederlands

Griep: voorkom besmetting

De griep is in het land. Deze ziekte is heel besmettelijk. Voorkom dat jouw kind besmet raakt of anderen besmet.

Goede persoonlijke hygiëne

Leer je kind een aantal simpele hygiënische handelingen. Geef als ouder het goede voorbeeld:

- neus snuiten in papieren zakdoeken en die onmiddellijk weggooien
- mond en neus bedekken als je niest, en bij voorkeur niezen op de arm in plaats van de hand(en)
- regelmatig handen wassen met (gewone) zeep

Heeft jouw kind de griep?

Hou zieke kinderen thuis, zodat ze anderen niet besmetten. Ze voelen zich niet goed en zijn dus ook minder in staat om actief aan de les deel te nemen.

Vaccinatie

Je huisarts kan je kind vaccineren tegen seizoensgriep. Dat is niet verplicht. Omdat het griepvirus elk jaar verandert, moet je je kind elk jaar opnieuw laten vaccineren. De beste periode is van oktober tot november.

KLASSE

Nederlands leren? Zoek waar jij terecht kan op www.integratie-inburgering.be/nederlands-leren-en-oefenen. Of vraag het op de school van je kind. Woon je in Brussel? Surf dan naar www.huisnederlandsbrussel.be/leren-oefenen.

русский

Грипп: профилактика инфекции

В стране растет заболеваемость гриппом. Это очень заразное заболевание. Не допустите, чтобы ваш ребенок заразился или заразил других.

Надлежащая личная гигиена

Научите ребенка соблюдать несколько простых правил гигиены. Как родитель подавайте хороший пример:

- сморкайтесь в бумажную салфетку и сразу же выбрасывайте ее;
- прикрывайте рот и нос, когда чихаете, и старайтесь чихать в локтевой сгиб, а не в ладонь;
- регулярно мойте руки с мылом (обычным).

У вашего ребенка грипп?

Заболевшие дети должны оставаться дома, чтобы не заражать других. Ребенок плохо себя чувствует и потому едва ли сможет активно участвовать в занятиях.

Вакцинация

Семейный врач может сделать ребенку прививку от сезонного гриппа. Это необязательно. Поскольку вирус гриппа меняется из года в год, необходимо каждый год делать ребенку прививку заново. Лучший период для вакцинации — с октября по ноябрь.

KLASSE

Хотите выучить нидерландский язык? Найдите, где это можно сделать: www.integratie-inburgering.be/nederlands-leren-en-oefenen. Или спросите в школе, где учится ваш ребенок. Вы живете в Брюсселе? Тогда зайдите на www.huisnederlandsbrussel.be/leren-oefenen.