

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.

Türk

Grip: Bulaşmasını Nasıl Önleriz?

Grip yurdumuza geri döndü. Bu çok bulaşıcı bir hastalıktır. Çocuğunuza veya bir başkasına bulaşmasını önleyin.

İyi Bir Kişisel Hijyen

Çocuğunuza bir kaç basit hijyenik davranışı edindirin. Ebeveyn olarak örnek olun:

- Burnunuzu kağıt mendil ile temizleyip mendili anında çöpe atmak.
- Hapşırma anında ağzınızı ve burnunuzu kapatın, ayrıca eliniz veya ellerinize hapşırma yerine tercihen kolunuza hapşırın.
- Ellerinizi sık sık (normal) sabun ile yıkayın.

Çocuğunuz grip mi oldu?

Hasta olan çocukları evden çıkarmayın, böylece başkalarına bulaştırmamış olurlar. Hasta olan çocuklar kendilerini iyi hissetmezler ve bu nedenle derste aktif katılım gösterecek halde olamazlar.

Aşı

Aile hekiminiz çocuğunuza mevsimsel gribe karşı aşı vurabilir. Bu zorunlu değildir. Grip virüsü her sene değiştiğinden, çocuğunuza her yıl tekrar aşı yaptırmanız gerekir. Bunun için ise en uygun dönem Ekim ayından Kasım ayına kadardır.

KLASSE

Hollandaca Öğrenmek İster Misiniz? Bunun için gidebileceğiniz yerleri www.integratie-inburgering.be/nederlands-leren-en-oefenen adresinden öğrenebilirsiniz. Veya bunu çocuğunuzun okuluna sorabilirsiniz. Brüksel’ de mi yaşıyorsunuz? O halde www.huisnederlandsbrussel.be/leren-oefenen adresini ziyaret edin.