

COVID-19'un Okullarda Önlenmesine ve Kontrolüne İlişkin Ana Mesajlar ve Aksiyonlar

Mart 2020



İÇİNDEKİLER

- I. COVID-19 HAKKINDAKİ GERÇEKLER
 - COVID-19
 - İlaç Dışı Müdahaleler (NPI)
- II. GİRİŞ
- III. OKUL YÖNETİCİLERİ, ÖĞRETMENLER VE PERSONEL
 - Ana Mesajlar ve Aksiyonlar
 - Kontrol Listesi
- IV. EBEVEYNLER/BAKIM VERENLER VE TOPLUM ÜYELERİ
 - Ana Mesajlar ve Aksiyonlar
 - Kontrol Listesi
- V. ÖĞRENCİLER VE ÇOCUKLAR
 - Kontrol Listesi
 - Yaşa özel sağlık eğitimi
 - Okul öncesi dönem
 - İlk öğretim
 - Alt Dönem Orta öğretim
 - Üst Dönem Orta öğretim

EKLER (GÜNCEL DOKÜMANDA KISACA TAKİP ETMEK İÇİN, GENİŞ İÇERİK AŞAĞIDADIR)

- A. Tedarike İlişkin Tavsiyeler
- B. Önemli hususlar
 - Rehberliğin ülke düzeyinde bağlama uyarlanması (kırılgan popülasyonlar)
 - Rehberliğin işlevsel hale getirilmesi (yayma ve uygulama)
 - İzleme
- C. Ruh Sağlığı ve Psikososyal Destek (MHPSS) İle İlgili
 - MHPSS İle İlgili Ana Mesajlar
- D. Kaynaklar ve Ek Bilgi
 - Örnek Posterler

I. COVID-19 HAKKINDAKİ GERÇEKLER

COVID-19 nedir?

COVID-19 yeni koronavirüs suşunun neden olduğu bir hastalıktır. 'CO' korona, 'VI' virüs ve 'D' hastalık (İngilizce'de "disease" sözcüğünün baş harfidir) anlamına gelir. Başlarda bu hastalıktan '2019 yeni koronavirüs' ya da '2019-nCoV' şeklinde bahsedilmekteydi. COVID-19, Şiddetli Akut Solunum Yolu Sendromuna (SARS) ve soğuk anlığının bazı türlerine neden olan aynı virüs ailesi ile bağlantılı yeni bir virüstür.

COVID-19'un semptomları nelerdir?

Semptomlar ateş, öksürük ve nefes darlığını içerebilir. Daha ağır vakalarda enfeksiyon, zatürreye ya da solunum güçlüğüne neden olabilir. Bu hastalık daha nadiren ölümcül de olabilir. Söz konusu semptomlar gribe (influenza) ya da nezleye benzerdir. Bunlar, COVID-19'dan çok daha yaygın görülürler. İşte bu nedenle COVID-19'un varlığını doğrulamak için test yapılması gerekir.

COVID-19 nasıl yayılır?

Virüs, enfekte bir kişinin solunum yolundan (öksürme ve hapşırma ile) çıkan damlacıklarla doğrudan temas edilmesi yoluyla yayılır. Ayrıca virüsle kontamine olmuş yüzeylerden ve bu yüzeylere dokunmak suretiyle yüze (göz, burun, ağız vb.) temas etmekten dolayı da bulaş gerçekleşebilir. COVID-19 virüsü yüzeyler üzerinde birkaç saat yaşayabilir, ancak basit bir dezenfektanla öldürülebilmektedir.

Kimler en fazla risk altındadır?

Her gün COVID-19'un etkileri hakkında yeni bir şeyler öğreniyoruz. İleri yaştaki kişiler ile diyabet ve kalp gibi kronik rahatsızlığı olanlar, şiddetli semptomlar geliştirme bakımından daha riskli görülmektedirler. Yeni olduğu için virüsün çocukları nasıl etkilediği konusunda hala bir şeyler öğreniyoruz. Virüsün her yaştan kişiyi enfekte etme olasılığı olduğunu bilmekle birlikte çocuklar arasında rapor edilen COVID-19 vakaları henüz görece çok azdır. Bu, yeni bir virüstür ve çocukları nasıl etkilediği hakkında daha fazla bilgi edinmemiz gerekir. Virüs nadir vakalarda, şu ana kadar ağırlıklı olarak öncesinde kronik rahatsızlığı bulunan ileri yaştaki kişilerde, ölümcül olabilir.

COVID-19 nasıl tedavi edilir?

COVID-19'un mevcutta bilinen bir aşısı yoktur. Bununla birlikte semptomların birçoğu tedavi edilebilir. Erkenden bir doktora/sağlık kuruluşuna başvurmak hastalığın tehlikesini azaltabilir. COVID-19'a yönelik potansiyel tedavilerin değerlendirildiği bazı klinik çalışmalar devam etmektedir.

COVID-19'un yayılması nasıl yavaşlatılabilir veya önlenir?

Grip ya da soğuk algınlığı gibi diğer solunum yolu enfeksiyonlarındakine benzer şekilde, halk sağlığı tedbirleri hastalığın yayılmasını yavaşlatmada kritiktir. Halk sağlığı tedbirleri, günlük koruyucu eylemlerdir ve şunları içerir:

- ✓ Hastayken evde kalmak
- ✓ Öksürürken ya da hapşırırken ağız ve burnu dirseğin iç tarafıyla veya mendille kapatmak; kullanılmış mendili hemen çöp kutusuna atmak
- ✓ Elleri sık sık su ve sabunla yıkamak
- ✓ Sık dokunulan yüzeyleri ve eşyaları temizlemek

COVID-19 hakkında daha fazla bilgi edindikçe halk sağlığı görevlileri, ilave aksiyonlar önerebilirler.

II. GİRİŞ

Koronavirüs hastalığı (COVID-19) salgını, Uluslararası Halk Sağlığı Acil durumu (PHEIC) olarak ilan edilmiş ve virüs halihazırda pek çok ülkeye ve bölgeye yayılmıştır. COVID-19'a yol açan virüs hakkında hala çok fazla bilinmeyen olsa da virüsün enfekte bir kişinin solunum yolundan (öksürme ve hapşırma yoluyla) çıkan damlacıklarla doğrudan temas edilmesi yoluyla yayıldığını bilmekteyiz. Ayrıca, virüsle kontamine olmuş yüzeylerden ve bu yüzeylere dokunmak suretiyle yüze (göz, burun ağız vb.) temas etmekten dolayı da bulaş gerçekleşebilir. COVID-19 yayılmaya devam ederken toplumların yayılmanın ilerleyişini önlemek, salgının etkilerini azaltmak ve kontrol tedbirlerine destek olmak üzere harekete geçmeleri gerekir.

Çocukların ve eğitim kurumlarının korunması özellikle önemlidir. COVID-19'un okul ortamlarında yayılma potansiyelini önlemek için tedbirlere ihtiyaç vardır, ancak virüsle karşı karşıya kalmış olabilecek öğrencilerin ve okul personelinin damgalanmasını önlemeye de özen gösterilmesi şarttır. COVID-19'un coğrafi sınır, etnik köken, engellilik, yaş ya da cinsiyet ayrımı yapmadığı unutulmamalıdır. Eğitim ortamları, herkes için kucaklayıcı, saygılı, içermeci ve destekleyici yerler olmalıdır. Okullar tarafından alınacak tedbirler, bir taraftan COVID-19'un ortaya çıkmasını ve belki de virüsle karşı karşıya kalmış olan öğrenciler ve okul personeli tarafından bulaştırılmasını önleyebilirken; diğer taraftan eğitim sürecinin kesintiye uğramasını mümkün mertebe azaltabilir ve öğrencileri ve personeli ayrımcılığa karşı koruyabilir.

Amaç

Günümüzde çocuklar ve gençler; dünya vatandaşlarıdır, değişimin güçlü araçlarıdır ve gelecek neslin bakım verenleri, bilim insanları ve doktorlarıdır. Her kriz, onların öğrenmesine yardımcı olmak, şefkat yeşertmek ve uyum direncini (resilience) arttırmak için olduğu kadar aynı zamanda daha güvenli ve daha ilgili toplumlar tesis etmek için fırsat sunar. COVID-19 hakkındaki bilgilere ve gerçeklere ulaşmak öğrencilerin hastalığa dair korkularını ve endişelerini azaltmaya ve yaşamlarındaki ikincil etkilerle baş edebilme becerilerini güçlendirmeye yardımcı olacaktır. Bu rehber; okul yöneticilerinin, öğretmenlerin, okul personelinin, ebeveynlerin, bakım verenlerin ve hatta çocukların kendilerinin bile güvenli ve sağlıklı okulların teşvik edilmesine katkı sağlamalarına yönelik ana mesaj ve hususları sunmaktadır.

Bu dokümanın amacı, okullarda ve diğer eğitim kurumlarında COVID-19'un önlenmesi, erken tespiti ve kontrolü yoluyla güvenli faaliyetlere yönelik net ve uygulanabilir rehberlik sunmaktır. Bu rehberlik, halihazırda COVID-19 bulaşı teyit edilmiş ülkelere özel olsa da tüm diğer bağlamlar için de geçerlidir. Eğitim sayesinde öğrenciler, virüsün yayılmasının nasıl önlenebileceği hakkında başkalarıyla konuşarak evde, okulda ve yaşadıkları toplumda hastalıktan korunma ve kontrol sürecinin savunucuları haline gelmeye teşvik edilebilir. Okul faaliyetlerinin güvenli şekilde sürdürülmesi ya da kapatılan okulların yeniden açılması için birçok husus gereklidir ve bunlar yerine getirilebilirse halk sağlığı da teşvik edilebilir.

III. OKUL YÖNETİCİLERİ, ÖĞRETMENLER VE PERSONEL

Ana Mesajlar ve Aksiyonlar

Temel İlkeler

Temel ilkeleri takip etmek okulda öğrencileri, öğretmenleri ve personeli güvende tutmaya yardımcı olabilir ve bu hastalığın yayılmasını durdurmayı destekler. Sağlıklı okullara yönelik tavsiyeler şunlardır:

- Hasta öğrenciler, öğretmenler ve diğer okul personeli okula gelmemelidir.
- Okullarda temiz su ve sabunla, alkol bazlı el dezenfektanı ya da klorlu solüsyonlarla düzenli el yıkama uygulaması olmalıdır ve okuldaki yüzeyler günde en az bir kez dezenfekte edilip temizlenmelidir.
- Okullarda su, sanitasyon ve atık yönetimi altyapısı mevcut olmalı ve çevre temizliği ile dekontaminasyon prosedürleri takip edilmelidir.
- Okullarda sosyal mesafe teşvik edilmelidir (sosyal mesafe; bulaşıcılığı yüksek olan hastalıkların yayılmasını yavaşlatmak amacıyla alınan, örneğin kalabalıklar halinde toplanmanın kısıtlanması gibi belli başlı aksiyonlar için kullanılan bir terimdir).

En yeni gerçekler hakkında bilgi edinin

Semptomlar, komplikasyonlar, bulaşma şekilleri ve bulaşmayı önleme yolları dahil koronavirüs hastalığı (COVID-19) hakkındaki temel bilgileri kavrayın. UNICEF, DSÖ ve ülkelerin sağlık bakanlıkları gibi itibar edilebilir kaynaklar üzerinden COVID-19 ile ilgili en güncel bilgileri edinin. Kulaktan kulağa ya da internet üzerinde asılsız haberlerin/söylentilerin dolaşabileceğinin farkında olun.

Okul faaliyetlerinin güvenliğini temin edin

Aşağıdaki 'Güvenli Okul Ortamları Kontrol Listesine' bakınız.

Okulun acil durum ve beklenmedik durum planlarını güncelleyin ya da yoksa bunları geliştirin. Yetkililerle birlikte hareket ederek okul binalarının barınma, tedavi vb. amaçlarla kullanılmayacağını garantisini alın. Riske istinaden normalde okul binalarında gerçekleştirilen toplu etkinlikleri/toplantıları iptal etmeyi düşünün.

Sık el yıkama ve sanitasyon uygulamalarını teşvik edin ve bunun için gerekli malzemeleri satın alın. Su ve sabun bulunan el yıkama istasyonları kurun ve bunları çalışır durumda tutun. Eğer mümkünse her sınıfa, bina girişlerine ve çıkışlarına ve yemekhane ile tuvalet yakınlarına alkol bazlı el dezenfektanı makineleri yerleştirin.

Okul binalarını, derslikleri ve özellikle de lavabo ve tuvaletleri, başta en çok temas edilen yüzeylere dikkat edecek şekilde (merdiven tırabzanları, yemekhane masaları, spor malzemeleri, kapı/pencere kolları, oyuncaklar, eğitim araç ve gereçleri vb.) günde en az bir kez temizleyin ve dezenfekte edin.

Sosyal mesafe tedbirleri uygulayın. Örneğin,

- Okul giriş ve çıkış saatlerini çakışmayacak şekilde düzenleyin
- Kalabalık ortamlara yol açabilecek buluşmaları, spor müsabakalarını ve diğer etkinlikleri iptal edin
- Mümkünse öğrenci sıralarını 1 metre arayla düzenleyin
- Dersleri araya mesafe koyacak ve gereksiz temastan kaçınacak şekilde anlatın

Kendini iyi hissetmeyen öğrenciler veya okul personeline ilişkin prosedürler oluşturun

Yerel sağlık otoriteleriyle, okul reviriyle önceden planlama yapıp acil durum irtibat listelerini güncelleyin. Hasta öğrencileri ve personeli sağlıklı olanlardan (damgalamaya neden olmayacak şekilde) ayıracak, ebeveynleri/bakım verenleri konuyla ilgili bilgilendirecek ve mümkün olan yerlerde sağlık kurumlarına/otoritelerine başvurmayı sağlayacak bir prosedür oluşturun. Öğrencilerin/personelin direkt olarak bir sağlık kuruluşuna sevk edilmesi ya da duruma/bağlama göre eve gönderilmesi gerekebilir. Önceden personelle, ebeveynlerle ve öğrencilerle prosedürleri paylaşın.

Bilgi paylaşmayı teşvik edin

Ulusal sağlık ve eğitim otoriteleri tarafından yayınlanan kılavuz ilkeleri koordine edin ve takip edin. Hastalığın gidişatı hakkında güncel bilgi sunarak okul çapındaki önleme ve kontrol çalışmaları da dahil olmak üzere bilinen gerçekleri personelle, bakım verenlerle ve öğrencilerle paylaşın. Evde herhangi birine COVID-19 tanısı koyulursa bunu okula ve sağlık otoritelerine bildirmeleri ve çocuklarını evden çıkarmamaları gerektiği bakım verenlere sürekli hatırlatılmalıdır. Bilgi paylaşımını teşvik etmek için okul aile birliklerini ve diğer mekanizmaları kullanın. Ayrıca, öğrenci panolarına, tuvaletlere ve okuldaki diğer görünür yerlere posterler asmak da dahil olmak üzere çocuk dostu materyaller aracılığıyla çocukların sorularına ve endişelerine cevap verdiğinizden emin olun.

Uygun olan yerlerde okul politikalarını duruma göre adapte edin

Hastalanan ya da ailede hasta olan birine bakmak zorunda olan öğrencilerin ve personelin evde kalmasını teşvik edecek esnek devamsızlık ve hastalık izni politikaları geliştirin. Hiç aksatmadan okula devamı özendiren ödül ve teşviklerden vazgeçin. Kritik görev ve pozisyonları belirleyin ve çapraz eğitim yoluyla personelin birbirini ikame etmesine yönelik alternatif planlar hazırlayın. Muhtemel akademik takvim değişikliklerini (yarı yıl ve sınav takvimi başta olmak üzere) planlayın.

Okula devam edilip edilmediğini izleyin

Okula gelmeyen öğrencileri ve personeli takip etmek için devamsızlık izleme sistemlerini hayata geçirin ve bunu okuldaki normal devamsızlık rakamları ile karşılaştırın. Solunum hastalıkları sebebiyle öğrenci ve personel devamsızlığında büyük artışlar olursa yerel sağlık otoritelerini bundan haberdar edin.

Eğitim devamlılığı için plan oluşturun

Devamsızlık/hastalık izni veya okulların geçici süreyle kapatılması durumunda nitelikli eğitime erişimin devam etmesini desteklemek için şunları yapabilirsiniz:

- Online/e-öğrenme stratejilerini kullanın
- Evde çalışmak için okuma ve alıştırma ödevleri verin
- Akademik içeriği radyo, podcast veya televizyon yayınıyla sunun
- Öğretmenleri günlük ya da haftalık düzende öğrencileri takip etmek üzere görevlendirin
- Hızlandırılmış eğitim stratejilerini inceleyin/geliştirin

Hedefli sağlık eğitimi uygulayın

Hastalıktan korunma ve kontrolü günlük aktivitelere ve derslere entegre edin. İçeriğin yaşa, cinsiyete, etnik kökene ve engellilik durumuna uygun olmasını ve aktivitelerin işlenmekte olan ders konularının içine yerleştirilmesini sağlayın (Yaşa Uygun Sağlık Eğitimi bölümüne bakınız).

Ruh Sağlığı/Psikososyal yardım ihtiyaçlarını ele alın

Çocukları, sorularını ve endişelerini konuşma konusunda teşvik edin. Farklı reaksiyonlar deneyimleyebilecek olmalarının normal olduğunu açıklayın ve soruları ya da tedirginlikleri varsa bunları öğretmenleri ile konuşmaları konusunda onları teşvik edin. Dürüst ve yaşlarına uygun şekilde bilgilendirme yapın. Akranlarını destekleme ve dışlanmayı ve zorbalığı önleme yolları hakkında öğrencilere rehberlik edin. Öğretmenleri, kendi esenliklerini muhafaza etmek için kullanabilecekleri yerel kaynaklar konusunda bilgilendirin. Kederlenme işaretleri sergileyen öğrencileri ve okul personelini tespit etmek için okulun sağlık görevlisi/sosyal çalışmacısı ile birlikte çalışın.

Kırılgan popülasyonları destekleyin

Özel ilgiye muhtaç çocuklar için sağlık taraması, beslenme programları ya da tedaviler gibi okullarda yürütülen kritik hizmetlerin devamlılığını temin etmek için sosyal hizmet sistemleri ile birlikte çalışın. Engelli çocukların özel ihtiyaçlarını ve toplumda kenara itilmiş popülasyonların hastalıktan ya da bunun ikincil etkilerinden nasıl çok daha akut bir şekilde etkilenebileceklerini göz önünde bulundurun. Kız çocuklarını daha fazla risk altına sokabilecek onlara özel her türlü somut olası sonucu inceleyin (evde hasta bakma sorumluluğu ya da okul dışında sömürü vb.).

OKUL YÖNETİCİLERİ, ÖĞRETMENLER VE PERSONEL İÇİN KONTROL LİSTESİ

- 1. Düzenli el yıkama ve pozitif hijyen davranışlarını teşvik edin ve görünür kılın; bunları benimseyip benimsemediklerini izleyin. Yeterli sayıda, temiz, kız ve erkek çocukları için ayrılmış tuvaletler temin edin
 - o Yaşa uygun tasarlanmış el yıkama istasyonlarında temiz su ve sabun bulundurun
 - o Sık ve iyice yıkamayı teşvik edin (en az 20 saniye)
 - o Mümkünse tuvaletlere, dersliklere, koridorlara ve çıkışa yakın yerlere el dezenfektanı makineleri yerleştirin
 - o Tuvaletleri (bina içinde veya dışında) yeterli sayıda, temiz, kız ve erkek çocukları için ayrı olacak şekilde tesis edin.
- 2. Okul binalarını, derslikleri ve özellikle de lavabo ve tuvaletleri, başta en çok temas edilen yüzeylere dikkat edecek şekilde (merdiven tırabzanları, yemekhane masaları, spor malzemeleri, kapı/pencere kolları, oyuncaklar, eğitim araç ve gereçleri vb.) günde en az bir kez temizleyin ve dezenfekte edin
 - o Yüzey dezenfeksiyonu için %0,5 hipoklorit (5000 ppm'e eşdeğer) ve küçük parçaların dezenfeksiyonu için %70 etil alkol kullanın ve temizlik personeli için uygun araç ve gereçler temin edin
- 3. İklimin müsait olduğu yerlerde mekânı sık sık havalandırın (pencereleri açın, varsa klima kullanın vb.)
- 4. İyi el yıkama ve solunum hijyeni uygulamalarını teşvik eden levhalar asın
- 5. Çöplerin her gün boşaltılmasını ve güvenli bir şekilde bertaraf edilmesini sağlayın

IV. EBEVEYNLER/BAKIM VERENLER VE TOPLUM ÜYELERİ

Ana Mesajlar ve Aksiyonlar

Yeni olduğu için COVID-19 virüsünün çocukları nasıl etkilediği konusunda hala bir şeyler öğreniyoruz. Virüsün her yaştan kişiyi enfekte etme olasılığı olduğunu bilmekle birlikte çocuklar arasında rapor edilen COVID-19 vakaları henüz görece çok azdır. Virüs nadir vakalarda, şu ana kadar ağırlıklı olarak öncesinde kronik rahatsızlığı bulunan ileri yaştaki kişilerde, ölümcül olabilir.

En yeni gerçekler hakkında bilgi edinin

Semptomlar, komplikasyonlar, bulaşma şekilleri ve bulaşmayı önleme yolları dahil koronavirüs hastalığı (COVID-19) hakkındaki temel bilgileri kavrayın. UNICEF, DSÖ ve ülkelerin sağlık bakanlıkları gibi itibar edilebilir kaynaklar üzerinden COVID-19 ile ilgili en güncel bilgileri edinin. Kulaktan kulağa ya da internet üzerinde asılsız haberlerin/söylentilerin dolaşabileceğinin farkında olun.

Çocuğunuzda COVID-19 semptomlarını (öksürük, ateş, nefes darlığı) tanıyın

Önce ilgili sağlık kurumunu/doktorunuzu arayıp fikrini alın ve eğer tavsiye edilirse çocuğunuzu bu kişilere götürün. COVID-19'daki öksürük ya da ateşin, grip ya da soğuk algınlığı gibi çok daha yaygın görülen rahatsızlıklardaki semptomlara benzeyebileceğini unutmayın. Eğer çocuğunuz hastaysa, çocuğu evden dışarı çıkarmayın ve okulu arayıp onları çocuğunuzun semptomları hakkında ve okula devam edemeyeceği konusunda bilgilendirin. Öğrencilerin evde eğitime devam edebilmeleri için okuldan okuma listesi ve ev ödevi talep edin. Çocuğunuza basit sözcüklerle durumu açıklayın ve güvende oldukları konusunda moral verin.

Sağlıklıyken çocuğu okula göndermeye devam edin

Eğer çocuğunuz ateş ya da öksürük gibi herhangi bir semptom göstermiyorsa, çocuğunuzun okulunu etkileyen bir halk sağlığı ikazı ya da resmi tavsiye kararı çıkmadığı sürece, en iyisi onu okula göndermeye devam etmektir.

Çocukları okuldan uzak tutmak yerine onlara okulda ve her yerde kullanabilecekleri iyi el ve solunum hijyeni uygulamalarını öğretin: elleri yıkamak (bkz. aşağıda), öksürürken ya da hapşırırken ağzı ve burnu dirsek içiyle veya mendille kapatmak ve sonra bu mendili bir çöp kutusuna atmak, ellerini düzgünce yıkamadılarsa elleriyle göz, ağız ve buruna dokunmamak.

Ellerin düzgünce yıkanması

1. Adım: Temiz suyla elleri ıslatın
2. Adım: Islanmış ellerin tamamına yayılacak şekilde yeterli miktarda sabun uygulayın
3. Adım: Ellerin her yerini ovalayın – ellerin üstü, parmakların arası ve tırnakların içi dahil – en az 20 saniye
4. Adım: Musluk suyuyla iyice durulayın
5. Adım: Elleri, temiz, kuru bez, tek kullanımlık havlu kâğıt ya da varsa el kurutma makinesi ile kurulayın

Ellerinizi sık sık, özellikle de yemekten önce ve sonra, burnunuzu sildikten, öksürdükten ya da hapşırdıktan sonra, banyoya/tuvalete/lavaboya giderken ve ellerinizin fark edilir şekilde kirlendiği her defasında yıkayın.

Eğer su ve sabun yoksa, en az %60 alkol içeren bir el dezenfektanı kullanın. Eğer kirli görünüyorsa, ellerinizi her zaman su ve sabunla yıkayın.

Çocuklara stresle başa çıkmada yardımcı olun

Çocuklar strese farklı şekilde yanıt geliştirebilirler. Yaygın olarak görülenler, uyku bozukluğu, yatağı ıslatma, mide ya da baş ağrısı, tedirginlik, içe kapanma, öfke, ilgi muhtaçlığı ya da yalnız kalma korkusudur. Çocukların tepkilerine destekleyici bir şekilde yanıt verin ve onlara anormal bir durum karşısında normal tepkiler verdiklerini söyleyin. Endişelerine kulak verin, onları rahatlatmaya ve onlara şefkat göstermekte zaman ayırın, güvende oldukları konusunda moral verin ve onları sık sık övün.

Eğer mümkünse çocukların oyun oynaması ve gevşemesi için fırsatlar yaratın. Mümkün olduğunca her zamanki rutini ve programı – özellikle de akşam uyuyana kadar – sürdürün ya da yeni ortama uygun yeni rutinler/programlar oluşturun. Gelişmelerle ilgili yaşlarına uygun bilgilendirme yapın, neler olup bittiğini açıklayın ve kendilerini ve başkalarını enfeksiyondan nasıl koruyacaklarına dair net örnekler verin. Neler olabileceği konusunda moral bozmadan bilgi paylaşın.

Örneğin, eğer çocuğunuz hasta hissediyorsa ve evde ya da hastanede kalıyorsa, ona şunu söyleyebilirsiniz: “Evde/hastanede kalmak zorundasın. Çünkü bu hem senin hem de arkadaşlarının güvenliği için önemli. Bunun zaman zaman zor (belki ürkütücü ve hatta sıkıcı) olduğunu biliyorum. Ancak hem kendi güvenliğimiz hem de başkalarının güvenliği için kurallara uymamız gerekiyor. Her şey yakında yoluna girecek”.

EBEVEYNLER/BAKIM VERENLER VE TOPLUM ÜYELERİ İÇİN KONTROL LİSTESİ

- 1. Çocuğunuzun sağlık durumunu takip edin ve eğer hastalarsa onları evde tutun, okula göndermeyin
- 2. Çocuğunuza iyi hijyen uygulamalarını öğretin ve bu konuda örnek olun
 - Ellerinizi su ve sabunla sık sık yıkayın. Eğer su ve sabun yoksa, en az %60 alkol içeren bir el dezenfektanı kullanın. Eğer kirli görünüyorsa, ellerinizi her zaman su ve sabunla yıkayın
 - Evde güvenli içme suyu bulunduğundan ve ev içindeki ya da dışındaki tuvaletlerin temiz ve kullanılabilir durumda olduğundan emin olun
 - Atıkların güvenli bir şekilde toplanmasını, depolanmasını ve bertaraf edilmesini sağlayın
 - Öksürürken ve hapşırırken mendil ya da dirseğinizi kullanın ve yüzünüze, gözlerinize, ağızınıza ve burnunuza dokunmayın
- 3. Çocuklarınızı size ve öğretmelerine soru sormaya ve hislerini ifade etmeye teşvik edin. Unutmayın ki çocuklar stres karşısında farklı reaksiyonlar sergileyebilir. Sabırlı ve anlayışlı olun.
- 4. Gerçekleri kullanarak ve öğrencilere birbirlerine karşı düşünceli olmalarını hatırlatarak stigmatı engelleyin
- 5. Bilgi edinmek için okulla koordineli bir şekilde ilerleyin ve okuldaki güvenlik çalışmalarını desteklemek için neler yapabileceğinizi sorun (okul aile birliği vb. aracılığıyla)

V. ÖĞRENCİLER VE ÇOCUKLAR

Çocuklar ve gençler; semptomlar, komplikasyonlar, bulaşma şekilleri ve bulaşmayı önleme yolları dahil olmak üzere koronavirüs hastalığı (COVID-19) hakkında yaşlarına uygun şekilde sunulan temel bilgileri kavramış olmalıdır. UNICEF, DSÖ ve ülkelerin sağlık bakanlıkları gibi itibar edilebilir kaynaklar üzerinden COVID-19 ile ilgili en güncel bilgileri edinin. Kulaktan kulağa ya da internet üzerinde asılsız haberlerin/söylentilerin dolaşabileceğinin farkında olun.

ÖĞRENCİLER VE ÇOCUKLAR İÇİN KONTROL LİSTESİ

- 1. Bu gibi durumlarda üzgün, endişeli, karışık, korkmuş ya da öfkeli hissetmek normaldir. Yalnız olmadığınızı bilin ve ebeveynleriniz ya da öğretmeniniz gibi güvendiğiniz kişilerle konuşun. Böylece kendinizi ve okulunuzu güvende ve sağlıklı tutmaya yardım edebilirsiniz. Dirsek içine öksürmek ya da hapşırarak ve elleri yıkamak gibi iyi uygulamalarda, özellikle de ailedeki daha küçük bireylere örnek olun
 - o Soru sorun, kendinizi eğitin ve güvenilir kaynaklardan bilgi edinin
- 2. Kendinizi ve başkalarını koruyun
 - o Ellerinizi sık sık, her zaman su ve sabunla en az 20 saniye boyunca yıkayın
 - o Yüzünüze dokunmayın
 - o Başkalarıyla bardak, çatal/bıçak, yiyecek veya içecek paylaşmayın
- 3. Kendinizi, okulunuzu, ailenizi ve toplumunuzu sağlıklı tutmaya önderlik edin.
 - o Hastalıktan korunma ile ilgili öğrendiklerinizi ailenizle, arkadaşlarınızla ve özellikle de sizden yaşça küçük olan çocuklarla paylaşın
 - o Dirsek içine öksürmek ya da hapşırarak ve elleri yıkamak gibi iyi uygulamalarda, özellikle de ailedeki daha küçük bireylere örnek olun
- 4. Akranlarınızı damgalamayın ya da onlarla hastalık konusunda dalga geçmeyin. Virüsün coğrafi sınır, etnik köken, engellilik, yaş ya da cinsiyet ayrımı yapmadığı unutmayın.
- 5. Kendinizi hasta hissederseniz bunu ebeveynlerinize, başka bir aile bireyine veya bakım vereninize söyleyin ve evde kalmayı rica edin.

Yaşa özel sağlık eğitimi

Aşağıda, farklı yaşlardan oğrencileri COVID-19'un ve başka virüslerin yayılmasını önleme ve kontrol etme sürecine çekmeye yönelik öneriler sunulmaktadır. Aktiviteler, çocukların somut ihtiyaçlarına dayanarak (dil, yetenek, cinsiyet vb.) bağlama daha da uygun olacak şekilde düzenlemelidir.

Okul öncesi

- Öksürürken ve hapşırırken dirsekleri kullanmak ve elleri sık sık yıkamak gibi iyi sağlık davranışlarına dikkat çekin.
- Tavsiye edilen 20 saniyelik el yıkama süresince şarkı söyleyin
 - Çocuklar ellerini yıkamayla el dezenfektanı ile "pratik" edebilirler
- El yıkama davranışlarını takip etmenin bir yolunu bulun ve ellerini sık sık/zamanlıca yıkayan çocukları ödüllendirin
- Semptomların neler olabileceğini (hapşırık, öksürük, ateş), hasta hissedelerse ne yapacaklarını (baş ağrısı, mide ağrısı, sıcak basması ya da aşırı yorgunluk vb.) ve hasta birini nasıl rahatlatacaklarını (empati yapmak ve güvenli şekilde ilgilenmek) göstermek için kukla ya da oyuncak bebekler kullanın
- Çocukları birbirlerine daha mesafeli şekilde oturtun, kollarını iki yana açtırın ya da 'kanat çırpma" hareketi yaptırın. Böylece yanlarındaki kişilere temas etmeyecek mesafede olurlar.

İlk oğretim

- Çocukların endişelerine kulak verin ve sorularını yaşlarına uygun şekilde cevaplayın. Onları aşırı bilgiye boğmayın. Hislerini ifade etmeye ve aktarmaya teşvik edin. Deneyimleyebilecekleri farklı reaksiyonlar hakkında konuşun ve bunların anormal bir duruma karşı verilen normal reaksiyonlar olduğunu açıklayın.
- Çocukların kendilerini ve başkalarını güvende tutmak için yapabilecekleri pek çok şey olduğunu vurgulayın.
 - Sosyal mesafe konseptini tanıttın (arkadaşlardan biraz daha uzakta durmak, büyük kalabalıklara katılmamak, zorunda olmadıkça insanlarla temas etmemek vb.)
 - Öksürürken ve hapşırırken dirsekleri kullanmak ve elleri sık sık yıkamak gibi iyi sağlık davranışlarına dikkat çekin
- Çocukların hastalık önleme ve kontrol hakkındaki temel kavramları anlamasına yardımcı olun. Mikropların nasıl yayılabildiği örneklerle gösterin. Mesela, boyalı suyu bir spre y kutusuna koyun ve sonra beyaz bir sayfa üzerine püskürtün. Damlacıkların ne kadar hızlı hareket edebildiğini gözlemleyin.
- Elleri 20 saniye boyunca su ve sabunla yıkamanın neden önemli olduğunu gösterin
 - Oğrencilerin ellerine az miktarda to z sim koyun ve ellerini önce sadece suyla yıkattın. To z simin hala elde kaldığını fark edin. Daha sonra 20 saniye süresince su ve sabunla yıkamalarını söyleyin
- Yüksek riskli davranışları belirlemeleri için oğrencilere senaryo analiz ettirin ve onlardan davranış değişikliği önermelerini isteyin

- Örneğin, nezle olan bir öğretmen okula gelir. Öğretmen hapşırırken ağızını/burnunu elleriyle kapatır. Sonra bir başka öğretmenle tokalaşır. Öğretmen ellerini bez bir mendille siler ve ders anlatmak üzere sınıfa girer. Öğretmen burada riskli sayılabilecek neler yapmıştır? Onun yerine neler yapmalıydı?

Alt dönem orta öğretim

- Mutlaka öğrencilerin endişelerine kulak verin ve onların sorularını cevaplayın.
- Öğrencilerin kendilerini ve başkalarını güvende tutmak için yapabilecekleri pek çok şey olduğunu vurgulayın.
 - Sosyal mesafe kavramını tanıttın
 - Öksürürken ve hapşırırken dirsekleri kullanmak ve elleri sık sık yıkamak gibi iyi sağlık davranışlarına dikkat çekin
 - Öğrencilere sağlıklı davranışlar konusunda ailelerine örnek olabileceklerini hatırlatın
- Öğrencileri, stigmatı engelleme ve bunu ele alma konusunda cesaretlendirin
 - Deneyimleyebilecekleri farklı reaksiyonlar hakkında konuşun ve bunların anormal bir duruma karşı verilen normal reaksiyonlar olduğunu açıklayın. Hislerini ifade etmeye ve aktarmaya teşvik edin.
- Öğrencilerden oluşan bir ajans kurun ve halk sağlığı ile ilgili bilgilendirme yapmalarını isteyin.
 - Öğrencilere, duyuru ve poster yoluyla kendi kamu spotlarını hazırlatın
- Sağlık bilgisi eğitimini müfredat derslerinin içine yerleştirin
 - Fen derslerinde virüsler, hastalığın bulaşması ve aşının önemi gibi konular işlenebilir
 - Sosyal bilgiler dersinde pandemi tarihine ve halk sağlığı ve güvenliği hakkındaki politikaların gelişimine dikkat çekilebilir
 - Medya okur yazarlığı derslerinde öğrencilere eleştirel düşünme ve eleştiri yapma, etkili haberleşme ve aktif vatandaşlık ödevleri verilebilir

Üst dönem orta öğretim

- Mutlaka öğrencilerin endişelerine kulak verin ve onların sorularını cevaplayın.
- Öğrencilerin kendilerini ve başkalarını güvende tutmak için yapabilecekleri pek çok şey olduğunu vurgulayın.
 - Sosyal mesafe kavramını tanıttın
 - Öksürürken ve hapşırırken dirsekleri kullanmak ve elleri sık sık yıkamak gibi iyi sağlık davranışlarına dikkat çekin. Öğrencileri, stigmatı engelleme ve bunu ele alma konusunda cesaretlendirin.
 - Deneyimleyebilecekleri farklı reaksiyonlar hakkında konuşun ve bunların anormal bir duruma karşı verilen normal reaksiyonlar olduğunu açıklayın. Hislerini ifade etmeye ve aktarmaya teşvik edin.
- Sağlık bilgisi eğitimini müfredat derslerinin içine yerleştirin
 - Fen derslerinde virüsler, hastalığın bulaşması ve aşının önemi gibi konular işlenebilir

-
- Sosyal bilgiler dersinde pandemi tarihine ve pandeminin ikincil etkilerine dikkat çekilebilir ve kamu politikalarının hoşgörüyü ve sosyal beraberliği nasıl teşvik ettiği incelenebilir.
 - Öğrencilere sosyal medya, radyo ve hatta yerel televizyon kanalları aracılığıyla kendi kamu spotlarını hazırlatın
 - Medya okur yazarlığı derslerinde öğrencilere eleştirel düşünme ve eleştiri yapma, etkili haberleşme ve aktif vatandaşlık ile ilgili ödevleri verilebilir.

Teşekkür

Bu doküman Lisa Bender (Education UNICEF NYHQ) tarafından, UNICEF COVID-19 Sekretarya üyelerinin (Carlos Navarro Colorado, Maya Aarii & Hugo Razuri) ve aynı zamanda UNICEF WASH, C4D ve Çocuk Koruma ekiplerinin teknik desteğiyle hazırlanmıştır. Maida Paisic'e (UNICEF EAPRO), Le Anh Lan'a (UNICEF Vietnam), Tserennadmid Nyamkhuu'ya (UNICEF Moğolistan), Dr. Maria D Van Kerkhove'ye (DSÖ) ve Gwedolen Eamer'e (IFRC) gösterdikleri yakın işbirliğinden ötürü ayrıca teşekkür edilmektedir.

İLETİŞİM

Lisa Bender
(lbender@unicef.org)
Education in Emergencies
UNICEF New York