

## Nederlands

## Praat met je kind over corona

Ook kinderen zijn ongerust nu het coronavirus constant in de media is. Ze horen, zien en lezen net zo goed het nieuws als volwassenen. 5 tips om het gesprek met je kind aan te gaan:

- 1 Luister vooral.** Elk kind is anders en gaat op zijn eigen manier met heftig nieuws om. Stel daarom vragen en laat je kind vooral zelf vertellen. Wat heeft het gezien, gehoord en gelezen? Wat vindt het ervan? Vertrek ook vanuit de behoeftes van je kind: wil het praten, wil het vooral meer informatie, met zijn gevoelens aan de slag, of het laten bezinken?
- 2 Geef emoties een plek.** Het is logisch dat kinderen angstig, onrustig of wantrouwig zijn. En het is belangrijk dat ze die gevoelens kunnen uiten. Dat kan door over het nieuws te praten, te tekenen of te schrijven. Dat helpt kinderen om hun indrukken te verwerken. Je hoeft je eigen emoties niet te verstoppen, maar het is wel belangrijk dat je ze meteen ook duidt.
- 3 Benadruk de zeldzaamheid.** Leg uit dat een dergelijke epidemie niet vaak voorkomt, en dat het net daarom groot nieuws is waarover iedereen praat. Net zoals een natuurramp, een bizar ongeluk of een aanslag. Dat inzicht helpt je kind om de omvang van de gebeurtenissen te plaatsen.
- 4 Blijf bij de feiten.** Kinderen zijn nieuwsgierig en willen vaak heel praktische dingen weten. Beantwoord alleen de vragen die je kind stelt. Geef eerlijke antwoorden. Maak het niet dramatischer dan het is, maar ook niet minder erg. Vermijd te complexe verklaringen die je kind nog meer angst en verwarring kunnen bezorgen.  
Grijp ook de kans aan om je kind te wijzen op hoaxes. Foutieve verhalen en gemanipuleerde beelden doen de ronde. Websites zoals [snopes.com](https://snopes.com) en [hoaxmelding.nl](https://hoaxmelding.nl) helpen je om die te ontmaskeren.
- 5 Benoem ook positieve dingen.** Vertel dat overheden wereldwijd maatregelen nemen, en dat hulpverleners klaar staan om de zieken op te vangen en verdere besmetting in te dijken.

### Meer informatie?

- Algemene info en veelgestelde vragen: [www.info-coronavirus.be](https://www.info-coronavirus.be)
- Heb je nog een vraag? Bel 0800 14689 of mail [info-coronavirus@health.fgov.be](mailto:info-coronavirus@health.fgov.be)
- Informatie over het coronavirus voor ouders op <https://onderwijs.vlaanderen.be/nl/coronavirus-voor-ouders>

## KLASSE

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

## Español

## Habla con tu hijo sobre el coronavirus

También los niños están inquietos ahora que el coronavirus está omnipresente en los medios de comunicación. Escuchan, ven y leen las noticias igual que los adultos. 5 consejos para conversar con tu hijo:

- 1 Sobre todo escucha.** Cada niño es distinto y reacciona a su manera ante noticias fuertes. Haz preguntas y deja que tu hijo cuente lo que quiere decir. ¿Qué ha visto, oído y leído? ¿Qué le parece? Oriéntate también por las necesidades de tu hijo: ¿quiere hablar, quiere sobre todo más información, hablar de sus sentimientos o asimilar el suceso?
- 2 Admite las emociones.** Es lógico que los niños tengan miedo, estén inquietos o desconfíen. Y es importante que puedan expresar estos sentimientos. Pueden hacerlo hablando, dibujando o escribiendo sobre las noticias. Eso ayuda a los niños a superar sus impresiones. No escondas tus propias emociones, pero es importante que las aclares.
- 3 Destaca la rareza.** Explica que una epidemia semejante es poco frecuente y que por eso es una noticia tan importante de la que todo el mundo habla. Al igual que en el caso de una catástrofe natural, un accidente extraño o un atentado. Eso le ayuda al niño a entender la importancia de los acontecimientos.
- 4 Rígete por los hechos.** Los niños son curiosos y a menudo desean saber cosas muy prácticas. Contesta solo a las preguntas que te haga tu hijo. Dale respuestas honestas. No dramatices las cosas pero tampoco les quites importancia. Evita explicaciones demasiado complejas que puedan causarle a tu hijo más temor y confusión. Aprovecha también la ocasión para recordar a tu hijo la existencia de noticias falsas. Están circulando historias erróneas e imágenes manipuladas. Sitios web tales como [snopes.com](https://snopes.com) y [hoaxmelding.nl](https://hoaxmelding.nl) te pueden ayudar a desenmascararlas.
- 5 Menciona también cosas positivas.** Cuéntale que las autoridades en el mundo entero están tomando medidas y que los sanitarios están preparados para atender a los enfermos y limitar el contagio.

### ¿Deseas más información?

- Información general y preguntas frecuentes: [www.info-coronavirus.be](https://www.info-coronavirus.be)
- Tienes una pregunta? Llama al 0800 14689 o envía un correo electrónico a [info-coronavirus@health.fgov.be](mailto:info-coronavirus@health.fgov.be).
- Información adicional para los padres en <https://onderwijs.vlaanderen.be/nl/coronavirus-voor-ouders>

## KLASSE

**¿Quieres aprender neerlandés?** Busca dónde puedes hacerlo en <https://www.integratie-inburgering.be/nederlands-leren-en-oefenen>. Pide la dirección en la escuela de tu hijo. ¿Vives en Bruselas? Navega a <https://www.huisnederlandsbrussel.be/leren-oefenen>.