



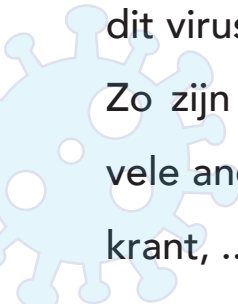
Corona
Waarom bezoek in het
woonzorgcentrum niet kan

Corona, wat is dat?



Jij leest op dit moment dit boekje omdat iemand die jij heel goed kent in het woonzorgcentrum verblijft. Dit kan je oma, opa of zelfs vroegere buurman zijn. Je hebt waarschijnlijk al gehoord dat je nu **niet op bezoek mag**, maar waarom is dat eigenlijk?

Je hebt waarschijnlijk al veel over corona gehoord, maar wat is het nu eigenlijk? Corona is een nieuw **virus** dat de **ziekte COVID-19 veroorzaakt**. Door dit virus worden mensen op veel verschillende plaatsen in de wereld ziek. Zo zijn er mensen in België ziek, maar ook in Frankrijk, Italië, Spanje en nog vele andere landen! Daarom hoor je er ook zo veel van op TV, de radio, de krant, ...

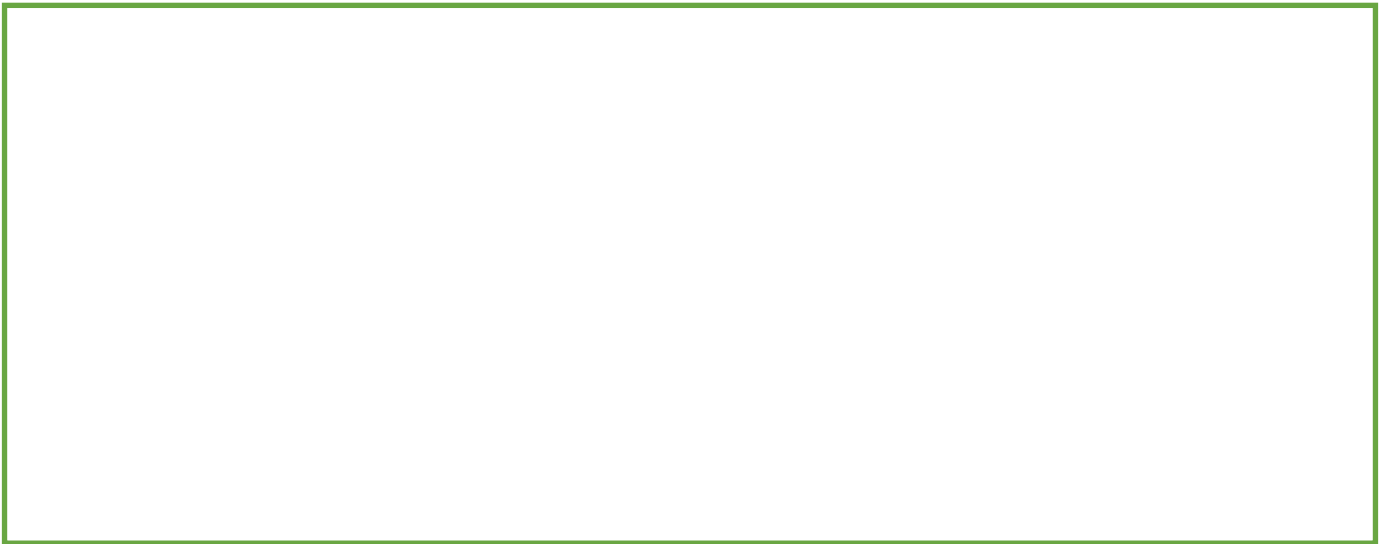


Als je het coronavirus hebt, kan je er ziek van worden. De klachten die je dan hebt lijken een beetje op de **klachten van de griep**. De griep kennen jullie wel he? Jullie hebben dit misschien zelf al eens gehad!

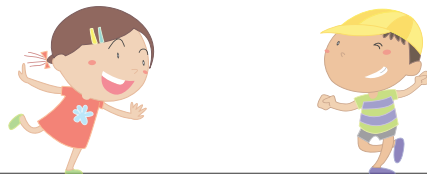
De meeste mensen die het coronavirus hebben, krijgen hier maar een beetje last van. Mensen die al wat ouder zijn of gezondheidsproblemen hebben, voelen zich wel vaak wat zieker. **Kinderen zoals jij worden meestal niet ziek.**



Hoe denk jij dat het virus eruit ziet? Hieronder heb je wat plaats om je eigen coronavirus te tekenen! Welk kleurtje heeft dit virus? Is het groot of toch eerder klein? Heeft dit virus een grote neus en voeten als een reus? Of heeft die net als een kabouter een wipneusje? Laat je maar volledig gaan!



Hieronder vinden jullie een leuk spelletje. Helpen jullie de woorden terug te vinden in de woordzoeker?



D	M	H	E	I	O	C	B	G	O	S	Q	O
J	O	Y	U	R	G	N	C	J	I	P	R	U
K	B	M	X	O	S	O	B	U	K	E	I	Z
U	Y	H	Z	C	R	E	H	N	Z	X	U	G
R	D	N	Y	O	C	N	E	S	O	C	X	K
S	H	Q	N	U	E	T	V	D	I	L	D	D
V	R	A	M	K	H	T	I	I	G	U	O	R
M	X	V	E	C	N	V	J	R	R	K	H	L
L	P	I	A	S	O	F	U	V	T	U	J	T
Q	Z	L	H	C	C	Y	C	E	G	I	S	P
P	K	S	E	E	Q	M	R	F	X	H	A	X
E	D	J	I	W	D	L	E	R	E	W	B	Q
R	J	D	C	R	V	Z	J	N	S	H	I	R

- CORONA
- COVID
- DOKTER
- KLACHTEN
- THUIS
- VIRUS
- WERELDWIJD
- ZIEK
- ZIEKENHUIS

Wat kan jij doen?



Corona is een **besmettelijk** virus, dit wil zeggen dat je dit kan doorgeven door kleine dingen zoals een handdruk of een knuffel. Wat kan jij nu doen om jezelf of anderen niet ziek te maken?

Met deze **3 checks** kan jij levens redden!

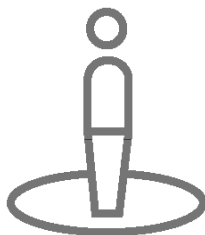
CHECK Ik blijf thuis en was regelmatig mijn handen.



CHECK Ik heb met ouderen alleen telefonisch of digitaal contact.



CHECK Ik hou 1,5 meter afstand als ik echt buiten moet zijn.



Wat betekent dit voor mij?

Momenteel kan je dus niet op bezoek in het rusthuis. De mensen die nu in het woonzorgcentrum verblijven, zijn al wat **ouder** of hebben **gezondheidsproblemen**. Zoals je hierboven al hebt gelezen, kunnen zij heel wat meer problemen hebben door corona.

Doordat er niemand op bezoek kan komen, kan ook het **virus niet binnenkomen** in de kamer van je grootouders. Dit wil dus zeggen dat de kans veel kleiner is dat zij besmet zullen worden en dus last hebben van de symptomen.

Daarnaast heb jij ook **minder kans om zelf besmet te worden** door dit virus. In sommige rusthuizen verblijven er nu ook mensen die zelf al besmet zijn door corona. Die worden heel goed verzorgd in een aparte kamer zodat ze niemand anders kunnen besmetten.

Je kan dit eigenlijk een beetje vergelijken met de **tweede check!** Momenteel is het zeker geen goed idee om ouderen te bezoeken. Bij mensen in het woonzorgcentrum is dit ook zo.

Maak jij ook een coole poster over corona? Kies zelf wat jij het leukste vindt! Je maakt het helemaal af door je poster in je favoriete kleur te pimpen. Surf snel naar volgende link!

<https://bubblydoo.be/nl/poster>

(PS: je kan hem uitprinten en aan jouw raam hangen, zo ziet iedereen jouw cool ontwerp!)

Hoe praat ik erover?

Corona is momenteel overal en het is niet raar dat jij je hier af en toe vreemd door voelt. Je kan je **bang of verdrietig** voelen en dat is zeker **normaal!** Twijfel niet om hierover te praten met iemand thuis. Je ouders of oudere broer of zus zullen hun best doen om te antwoorden op jouw vragen of zorgen.

Weten zij het antwoord niet op jouw vragen? Hieronder vinden jullie **enkele links** naar filmpjes of sites met veel info over corona!

<https://www.ketnet.be/karrewiet/meer-weten/alles-over-het-coronavirus>

<https://www.zitdazo.be/post/kinderfilmje-legt-coronavirus-uit>

Hier zie je hoe je een gesprek kan starten over corona!

Ik voel me nu omdat ik

.....

Kijk, hier zie je enkele voorbeeldjes:

Ik voel me nu **verdrietig** omdat ik niet meer naar school kan gaan en ik mijn vriendjes mis.

Ik voel me nu **bang** omdat ik mijn oma niet mag bezoeken in het rusthuis

Ik voel me nu **blij** omdat ik een mooie tekening heb gemaakt voor mijn opa en deze morgen zal opsturen met de post!



afbeelding: Kimochis

Wat nu gedaan?



Door het virus is het niet meer mogelijk om je familie te bezoeken in het woonzorgcentrum. Dit wil niet zeggen dat jij helemaal niets kan doen! Hieronder zien we paar activiteiten die je kan uitvoeren met of voor je grootouders in het rusthuis.

Video/foto

Maak een leuke video of een mooie foto en stuur deze door via messenger, whatsapp, mail...

Geen inspiratie voor een filmpje of foto? Hier vind je enkele ideeën.

- Je kan een toneeltje opvoeren dat je zelf hebt verzonnen!
- Speel jouw favoriete film na! Of de favoriete film van de persoon in het woonzorgcentrum.
- Zing een leuk liedje!
- Trek een gekke bek.



Heeft de persoon naar wie je dit wilt sturen geen smartphone of tablet?

Neem eens een kijkje op de site van het rusthuis waar jouw oma of opa verblijft. Het kan zijn dat zij het mogelijk maken om jouw video of foto toch te bezorgen!

Videogesprek

Wil je eens in echt praten met je oma of opa? Bel ze eens op of start een videogesprek met hen! Ze zullen vast blij zijn om je te horen of zien!

Tekening of knutselwerkje

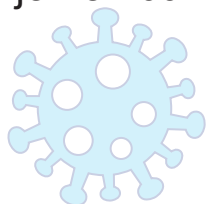
Maak een toffe tekening of knutsel iets leuks in elkaar! Je kan hier zo wild in gaan als je wilt. Gebruik wasco, stift, kleurpotloden, verf, crêpepapier, wc-rolletjes... Je kan het zo gek niet bedenken! Kijk eens op Pinterest voor leuke ideeën of denk na over de persoon zelf. Wat vindt je oma leuk om te doen? Wat is het favoriete dier van je opa?



Je kan je tekening of knutselwerkje dan wel niet gaan afgeven in het rusthuis, maar ze zullen vast en zeker blij zijn als ze thuiskomen en een leuk werkje krijgen! Kan je niet wachten tot dan? Neem een foto van je kunstwerk en stuur het door.

Verhaal

Schrijf een verhaaltje! Laat de fantasie in jou los en schrijf een leuk verhaal over jezelf en de persoon die je mist! Gaan jullie op avontuur in het magische woud? Trekken jullie met een jeep door de jungle? Je kan je leuk verhaal ook doorsturen naar de persoon over wie het gaat, zo kan die ook meegenieten! Of verzend je verhaal via de post, een brief is altijd leuk om te krijgen, niet?



Activiteitenpot!

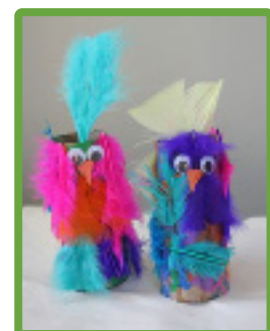
Denk jij steeds aan leuke activiteiten die je vroeger deed met je oma of opa? Niet getreurd! Het is niet omdat je nu niet op bezoek kan dat je dit later niet meer kan doen! Stop samen met je mama, papa, broers en zussen allerlei leuke activiteiten in een pot. Later als je jouw oma of opa opnieuw kunt bezoeken, neem je deze pot mee en trek je er een papiertje uit. Beetje inspiratie nodig? Hier volgt een voorbeeldje: als ik terug op bezoek mag komen, spelen we samen UNO!

(PS je kan deze pot ook leuk versieren!)



Laura toont alvast hoe het kan!

Laura is een meisje van 10. Haar opa verblijft in het woonzorgcentrum en ze weet niet wat ze kan doen. Nadat ze eventjes nadenkt, beslist Laura om haar opa te verrassen! Ze beslist om iets te doen dat ze erg graag doet: knutselen! Ze zoekt hier en daar wat filmpjes en afbeeldingen op en maakt uit wc-rolletjes en veren 2 mooie vogels. Haar opa zal hier heel blij mee zijn, want zijn hobby is namelijk naar de vogeltjes kijken in de tuin! Ze kan niet wachten om het haar opa te tonen en stuurt alvast een foto door!



Woordje aan je ouders

Heb je moeite met de vragen van je kind te beantwoorden en heb je wat nood aan tips? Bekijk dan zeker onderstaande link. Deze bevat interessante informatie over corona en kan je zeker verder helpen!

<https://dewegwijzer.org/moet-ik-bang-zijn-van-het-corona-virus-gids-voor-ouders-en-leerkrachten/>

Voelt je kind zich in deze periode verdrietig, bang of boos? Ervaart je zoon of dochter stress of maakt het zich meer zorgen? Het Knaplab creëerde dit boekje om jouw kind zich beter te laten voelen!

<http://hetknaplab.be/corona>

Dit boekje is ontworpen voor kinderen uit de lagere school, heb jij jongere of oudere kinderen die momenteel met heel wat vragen zitten? Hieronder vind je een lijstje met handige links!

Voor jongere kinderen:

[https://www.youtube.com/watch?feature=youtu.](https://www.youtube.com/watch?feature=youtu.be&v=VADCv4FOPwA&app=desktop)

[be&v=VADCv4FOPwA&app=desktop](https://www.youtube.com/watch?feature=youtu.be&v=VADCv4FOPwA&app=desktop)

<https://dewegwijzer.org/hallo-ik-ben-corona/>

Voor wat oudere kinderen:

<https://www.watwat.be/>

Deze periode is uitdagend voor jouw kind maar ook voor jezelf. Het is belangrijk om je kind nu voldoende te ondersteunen, maar vergeet in deze stressvolle periode ook niet aan jezelf te denken. Ook jij moet de komende weken door!

Bronnen

Knaplab

Zitdatzo

Ketnet Karrewiet

Vlaamse overheid

De wegwijzer

Pinterest

Watwat

Deze bundel is opgesteld door Sara Vandekerckhove, studente klinische psychologie aan Ugent, onder supervisie van Prof. Dr. Janne Vanhalst. Speciale dank aan Bo Boeve voor het design van dit boekje!

