

Nghỉ hè rồi!

Chúng ta đã có một mùa xuân rất khác thường nhưng giờ đã đến lúc được nghỉ hè. Đối với hầu hết các em thì nghỉ hè thật thú vị, nhưng cũng có thể có bạn thấy lo lắng.

Suốt mùa xuân cả người lớn và trẻ em đều thường xuyên nhắc tới Corona. Nhiều người sợ bị nhiễm virus và phát bệnh, nhưng cũng có thể có những điều đáng lo khác. Hè đến học sinh đều nghỉ học và sinh hoạt hàng ngày bị đảo lộn. Dưới đây em có thể đọc thêm thông tin về virus Corona, và những điều em có thể làm nếu em hay người thân của em lo lắng.

Virus Corona hoạt động ra sao

Corona là một loại virus có thể gây ra bệnh Covid-19. Người bị nhiễm có thể sốt, ho, sổ mũi, đau họng và tiêu chảy. Hầu hết mọi người có nhiễm cũng chỉ phát bệnh rất nhẹ. Nhưng người lớn tuổi và người đã có sẵn các bệnh khác thì có thể sẽ ốm nặng hơn.

Virus lây lan khi có ai đó ho hay hắt hơi. Những giọt rất nhỏ mắt thường không nhìn thấy được nhưng có thể bắn vào các đồ vật hay con người.

Để tránh bị nhiễm bệnh hay lây bệnh cho người khác, thì em phải:

- Rửa tay bằng xà phòng thường xuyên và cẩn thận
- Ho hay hắt hơi vào mặt trong của khuỷu tay
- Không sờ tay lên mặt
- ở nhà nếu ốm (dù là ốm nhẹ)
- khi khỏe lại: hãy nghỉ ngơi ở nhà thêm 2 ngày nữa
- không gặp người lớn tuổi hay người ốm, mà hãy gọi điện cho họ

Thông tin về Công ước Trẻ em

Công ước Trẻ em đã trở thành luật của Thụy Điển từ năm 2020. Trong công ước có nói rõ các quyền của trẻ em, trong đó có quyền được biết các quyền của mình. Công ước cũng khẳng định trẻ em có quyền được nhận thông tin.

Em có thể tải app hay đọc về Công ước Trẻ em ngay trên trang web của Cơ quan Giám sát Quyền Trẻ em. App này miễn phí.

Nếu em lo lắng – hãy nói chuyện với người lớn

Nếu em hay người thân của em lo lắng hoặc không khỏe? Hãy chia sẻ với bố mẹ hoặc một người lớn nào đó mà em tin cậy. Nếu em biết tiếng Thụy Điển, tiếng Anh hay tiếng Ả-rập thì em có thể gọi điện, chat hoặc viết thư cho Bris. Nhân viên của tổ chức này có kinh nghiệm nói chuyện với trẻ em về các vấn đề khác nhau. Nếu gọi điện cho Bris, em không cần phải nói rõ mình là ai. Cuộc gọi cũng sẽ không hiện lên trên hóa đơn điện thoại. Bris có nghĩa là "Quyền của trẻ em trong xã hội". **Số điện thoại của họ là 116 111.**



Khi hướng điện thoại về một mã QR bạn sẽ được dẫn tới một trang web.

Bộ phận dịch vụ xã hội của quận em đang ở cũng có thể giúp các trẻ có vấn đề ở nhà. Hãy tìm từ khóa "Dịch vụ xã hội" trên trang web của quận nhà. Hãy nhớ một điều là một người lớn nào đó bị ốm hay cư xử tồi tệ thì đó không bao giờ là lỗi của một đứa trẻ. Tổ chức Cứu trợ Trẻ em có một cái app, có thể tải xuống nếu em thấy lo lắng. Tên app là "Safe Place".