**Social Media Kit**

**Essere genitori nel periodo di COVID-19**

Il coronavirus (COVID-19) ha sconvolto la vita famigliare in tutto il mondo. La chiusura delle scuole, il lavoro in remoto, la distanza fisica - non è facile da gestire per nessuno, ma in particolare per i genitori. Un gruppo di partners ha collaborato con l'iniziativa Parenting for Lifelong Health per dare ai genitori e tutori un insieme di consigli utili per aiutarli ad affrontare questa nuova (temporanea) normalità.

**Nota:** Questi messaggi possono essere adattati per varie piattaforme di social media inclusi Instagram, Facebook, Twitter, WhatsApp, Viber, ecc; dei tag possono anche essere adattati in base ai destinatari, basta che le immagini rimangano invariate con i riferimenti ai siti dell'OMS (WHO), UNICEF, o Parenting for Lifelong Health COVID-19 per avere ulteriori informazioni.

**Tag partners:** @WHO @UNICEF @USAID @CDCgov @ParentingLH @GPtoEndViolence @accelerate\_hub

**Hashtag:** #COVID19Parenting #COVID19 

**Websites:**

* Risorse in oltre 50 lingue - [www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com)
* Link a UNICEF qui
* Link a WHO qui

**Link alla base fattuale:** qui

|  |  |
| --- | --- |
| **Visuale** | **Messaggio per Twitter/Facebook/Instagram** |
| **A close up of a sign  Description automatically generated** | La chiusura della scuola ha toccato 1.5 miliardi di bambini.  Guardate questi consigli rivolti ai genitori per aiutarvi ad adattarvi durante #COVID19:  ✅Restate positivi  ✅Create delle routine giornaliere  ✅Passate del tempo insieme  ✅Gestite lo stress  ✅Parlate di COVID19  [www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com) - in 50+ languages.  #COVID19Parenting |
|  | Parlate con vostro figlio di #COVID19  Avranno già sentito qualcosa. Il silenzio e i segreti non proteggono i nostri figli. L'onestà e la franchezza sì. Riflettete su quanto riusciranno a capire. Voi li conoscete meglio di altri.  #COVID19Parenting tips: www.covid19parenting.com |
| **A picture containing sign  Description automatically generated** | Passate del tempo con ogni figlio individualmente!  La chiusura delle scuole è anche un'occasione per migliorare le relazioni con i figli. Il tempo insieme è gratuito e divertente: disegnate, ballate e senza il telefono e la TV. Li aiuterà a sentirsi al sicuro e amati.  #COVID19Parenting tips: www.covid19parenting.com  #COVID19 |
| **A close up of a sign  Description automatically generated** | Restate positivi!  E' difficile sentirsi positivi quando i nostri figli ci fanno impazzire. Finiamo spesso col dire "Smettetela!" ma ascolteranno meglio se le istruzioni sono positive e se li lodiamo per le cose che fanno bene.  #COVID19Parenting tips: www.covid19parenting.com  #COVID19 |
|  | I figli a casa vi fanno impazzire?  Siete sul punto di urlare? Tutti i bambini si comportano male - è normale. Intervenire presto può aiutare. Cercate di riorientarli verso un comportamento positivo. Prevenite, proteggete, e apprezzate!  #COVID19Parenting tips: www.covid19parenting.com  #COVID19 |
|  | Restate calmi e gestite lo stress  Casa affollata? Stressati? #COVID19 è un periodo stressante. Condividete i vostri sentimenti. Fate una pausa. Abbiate cura di voi stessi e così potrete prendervi cura dei vostri figli. Ce la farete!  #COVID19Parenting tips: www.covid19parenting.com  #COVID19 |
|  | Create una routine!  Una giornata strutturata aiuta i figli a sentirsi al sicuro e diventa più facile gestirli.  Provate a fare un programma con compiti, giochi, tempo libero, esercizio fisico, e il lavarsi le mani. Organizzate le vostre giornate.  #COVID19Parenting tips: www.covid19parenting.com  #COVID19 |
|  | Tenete i figli al sicuro quando sono online!  Adesso i ragazzi passano molto tempo online. Li aiuta a mantenere le relazioni e a far fronte al #COVID19 ma presenta anche dei rischi. Quali sono? Quali misure tecnologiche potete adottare per proteggere i vostri figli?  Check #COVID19Parenting tips: [www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com) |
|  | Essere genitori in una casa affollata?  Può sembrare ancora più difficile tenere la vostra famiglia in salute e protetta da #COVID19. Per renderlo più facile cercate di:  ➡️Condividere il peso  ➡️Fare esercizio fisico ogno giorno  ➡️Fare una pausa  ➡️Fare sì che la distanza fisica e l'igiene diventi una routine divertente  #COVID19Parenting tips: [www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com) |
|  | Preoccupati per i soldi a causa di #COVID19?  Siete in milioni. I litigi possono nascere quando i figli chiedono di avere delle cose e i soldi sono limitati, ma questo può aiutare:  ➡️Cercate un supporto  ➡️Quanto spendete?  ➡️Bisogni e desideri?  ➡️Pianificate le spese con i figli  #COVID19Parenting tips: [www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com) |
|  | L'armonia in famiglia dipende da voi!  Più siamo dei modelli di relazioni serene e affettuose per i nostri figli e più loro si sentiranno al sicuro e amati. Un linguaggio positivo, un ascolto attivo e l'empatia faranno miracoli💫  #COVID19Parenting tips: [www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com) |
| **A close up of a logo  Description automatically generated** | Milioni di bambini vivono la chiusura della scuola e l'isolamento nella propria casa.  Avete provato a imparare attraverso il gioco? Può essere sia divertente che istruttivo per tutte le età! Ci sono così tanti tipi di giochi, scegliete quello che vi piace 👉#COVID19 Consigli per genitori:  [www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com) |
| **A close up of a logo  Description automatically generated** | Quando ci arrabbiamo….  Amiamo i nostri figli ma lo stress di #COVID19, i problemi economici e l'isolamento possono renderci nervosi. Ecco alcuni consigli su come evitare le arrabbiature e avere il controllo dei prossimi passi  ➡️ [www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com)  #COVID19Parenting |