**Paket poruka za društvene mreže**

**Roditeljstvo u doba COVID-a-19**

Pandemija koronavirusne bolesti (COVID-19) poremetila je živote porodica širom svijeta. Zatvaranje škola, rad na daljinu, fizičko distanciranje – mnogo je izazova s kojima se svi moramo nositi, a posebno roditelji. Grupa partnerskih organizacija podržala je inicijativu „Roditeljstvo za cjeloživotno zdravlje“ kako bi roditeljima i starateljima ponudili niz korisnih savjeta koji će im pomoći da se snađu u ovim novim (privremenim) okolnostima koje čine našu svakodnevicu.

**Napomena:** Ove poruke možete prilagoditi za različite platforme društvenih mreža: Instagram, Facebook, Twitter, WhatsApp, Viberitd. Tagove takođe možete prilagoditi vašoj ciljnoj publici s tim da slike ostanu nepromijenjene i da upućuju na dodatne informacije na veb-stranicama SZO, UNICEF-a ili inicijative „Roditeljstvo za cjeloživotno zdravlje“ posvećene COVID-u-19 (engl. Parenting for Lifelong Health)

**Označite (tagujte) partnere:** @WHO @UNICEF @USAID @CDCgov @ParentingLH @GPtoEndViolence @accelerate\_hub

**Hashtag:** #COVID19Parenting #COVID19 

**Websites:**

* Resursi na preko 50 jezika - [www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com)
* Link za UNICEF: [ovdje](https://www.unicef.org/coronavirus/covid-19-parenting-tips)
* Link za SZO: [ovdje](https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/healthy-parenting)

**Link za bazu dokaza:** [ovdje](https://www.acceleratehub.org/plh-research-outputs)

|  |  |
| --- | --- |
| **Vizual** | **Poruka za Tviter/Fejsbuk/Instagram** |
| **/Users/KatharineChan/Desktop/COPPER/1.【Translation and Importation】/【Social Media Kit_Batch 2】Covid-19 Parenting/Montenegrin/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_01.jpgMondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_01** | Zatvaranje škola uticalo je na živote 1,5 milijardi djece.  Pogledajte ove savjete za roditelje koji Vam mogu pomoći da se prilagodite situaciji tokom #COVID-a-19:  ✅Ostanite pozitivni.  ✅Strukturišite dan.  ✅Provodite s djetetom vrijeme jedan na jedan.  ✅Budite smireni i kontrolišite stres.  ✅Razgovarajte o COVID-u-19.  [www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com) - in 50+ languages.  #COVID19Parenting |
| /Users/KatharineChan/Desktop/COPPER/1.【Translation and Importation】/【Social Media Kit_Batch 2】Covid-19 Parenting/Montenegrin/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_02.jpgMondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_02 | Razgovarajte s djetetom o #COVID-u-19.  Djeca su sigurno već dosta toga čula. Ne možete ih zaštiti ćutanjem i tajnama, iskrenošću i otvorenošću možete. Razmislite o tome koliko oni mogu da shvate. Vi ih najbolje poznajete.  #COVID19Parenting tips: www.covid19parenting.com |
| **/Users/KatharineChan/Desktop/COPPER/1.【Translation and Importation】/【Social Media Kit_Batch 2】Covid-19 Parenting/Montenegrin/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_03.jpgMondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_03** | Provedite sa svojim djetetom vrijeme jedan na jedan!  Zatvaranje škole ujedno je i prilika da uspostavimo bolje odnose sa svojom djecom. Vrijeme jedan na jedan s djetetom besplatno je i zabavno: crtajte, plešite i zaboravite na telefon ili TV. Time ćete učiniti da se Vaše dijete osjeti bezbjednim i voljenim.  #COVID19Parenting tips: www.covid19parenting.com  #COVID19 |
| **/Users/KatharineChan/Desktop/COPPER/1.【Translation and Importation】/【Social Media Kit_Batch 2】Covid-19 Parenting/Montenegrin/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_04.jpgMondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_04** | Ostanite pozitivni!  Teško je biti pozitivan dok nas djeca izluđuju. Takve situacije se često završavaju vikom: „Prestani s tim!“ No djeca će mnogo prije uraditi ono što tražimo od njih ukoliko im damo pozitivna uputstva i mnogo pohvala za stvari koje dobro rade.  #COVID19Parenting tips: www.covid19parenting.com  #COVID19 |
| **/Users/KatharineChan/Desktop/COPPER/1.【Translation and Importation】/【Social Media Kit_Batch 2】Covid-19 Parenting/Montenegrin/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_05.jpgMondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_05** | Djeca kod kuće Vas izluđuju?  Dođe Vam da vrištite? Sva se djeca ponekad loše ponašaju, to je normalno. Što ranije uočite loše ponašanje svog djeteta, to bolje – pokušajte odmah da ga preusmjerite na dobro ponašanje. Spriječite, zaštitite i pohvalite!  #COVID19Parenting tips: www.covid19parenting.com  #COVID19 |
| **/Users/KatharineChan/Desktop/COPPER/1.【Translation and Importation】/【Social Media Kit_Batch 2】Covid-19 Parenting/Montenegrin/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_06.jpgMondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_06** | Budite smireni i kontrolišite stres.  U kući je gužva? Napeti ste? #COVID-19 predstavlja stresno doba. Podijelite svoja osjećanja s drugima. Napravite predah. Povedite računa o sebi kako biste bili u stanju da vodite računa o svojoj djeci. Možete Vi to!  #COVID19Parenting tips: www.covid19parenting.com  #COVID19 |
| **/Users/KatharineChan/Desktop/COPPER/1.【Translation and Importation】/【Social Media Kit_Batch 2】Covid-19 Parenting/Montenegrin/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_07.jpgMondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_07** | Uspostavite rutinu!  Dobro strukturisan dan pomaže djeci da se osjećaju sigurno, a Vama olakšava kontrolisanje i usmjeravanje njihovog ponašanja.  Pokušajte da napravite dnevni raspored u kojem ćete predvidjeti: školske zadatke, igru, slobodno vrijeme, fizičke vježbe i pranje ruku. Preuzmite kontrolu nad Vašim danima.  #COVID19Parenting tips: www.covid19parenting.com  #COVID19 |
| **/Users/KatharineChan/Desktop/COPPER/1.【Translation and Importation】/【Social Media Kit_Batch 2】Covid-19 Parenting/Montenegrin/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_08.jpgMondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_08** | Neka Vaša djeca budu bezbjedna na internetu!  Djeca sada puno vremena provode na internetu. To im pomaže da ostanu u kontaktu s drugima i da se nose sa situacijom izazvanom #COVID-om-19. Ipak, takvo provođenje vremena nosi i svoje rizike. O kakvim je rizicima riječ i koja Vam tehnološka rješenja mogu pomoći da zaštitite svoju djecu?  Check #COVID19Parenting tips: [www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com) |
| **/Users/KatharineChan/Desktop/COPPER/1.【Translation and Importation】/【Social Media Kit_Batch 2】Covid-19 Parenting/Montenegrin/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_09.jpgMondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_09** | Roditeljstvo u prepunom domu?  Možda ćete imati utisak da je u tim okolnostima još teže održati porodicu zdravom i sačuvati je od #COVID-a-19. Evo nekoliko savjeta kako da to lakše postignete:  ➡️Podijelite teret.  ➡️Svakodnevno radite fizičke vježbe.  ➡️Napravite predah.  ➡️Učinite da fizičko distanciranje i održavanje higijene postanu zabavna rutina u Vašem domu.  #COVID19 Savjeti za roditelje: [www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com) |
| **/Users/KatharineChan/Desktop/COPPER/1.【Translation and Importation】/【Social Media Kit_Batch 2】Covid-19 Parenting/Montenegrin/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_10.jpgMondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_10** | Pod stresom ste zbog novca usljed situacije izazvane #COVID-om-19?  Takva osjećanja dijele milioni ljudi širom svijeta. Kad djeca od Vas traže određene stvari, lako može doći do svađe. U toj situaciji, mogu Vam biti od koristi neke smjernice:  ➡️Zatražite podršku.  ➡️Koliko trošite?  ➡️Koje su vaše porodične potrebe i želje?  ➡️Napravite porodični budžet s djecom.  #COVID19 Savjeti za roditelje: [www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com) |
| **/Users/KatharineChan/Desktop/COPPER/1.【Translation and Importation】/【Social Media Kit_Batch 2】Covid-19 Parenting/Montenegrin/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_11.jpgMondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_11** | Porodični sklad zavisi od Vas!  Što više smirenosti i ljubavi budemo sami pokazivali prema svojoj djeci, to će se ona osjećati sigurnijom i voljenijom. Pozitivan jezik, aktivno slušanje i empatija – čine čuda! 💫 💫  #COVID19 Savjeti za roditelje: [www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com) |
| **/Users/KatharineChan/Desktop/COPPER/1.【Translation and Importation】/【Social Media Kit_Batch 2】Covid-19 Parenting/Montenegrin/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_12.jpgMondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_12** | Milioni djece suočavaju se s istim izazovima – zatvaranje škola i izolacija u svojim domovima.  Da li ste pokušali da učite kroz igru? To može biti i zabavno i poučno za djecu svih uzrasta! Postoji veliki broj različitih igara – otkrijte koja vam se sviđa 👉#COVID19 Savjeti za roditelje: [www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com) |
| **/Users/KatharineChan/Desktop/COPPER/1.【Translation and Importation】/【Social Media Kit_Batch 2】Covid-19 Parenting/Montenegrin/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout/Mondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_13.jpgMondenegrin_Twitter and Instagram social Media squares_new layout_Page_13** | Kad se naljutimo...  Mi volimo svoju djecu, ali stres usljed #COVID-a-19, brige o novcu i ograničenja kretanja u nama može izazvati bijes. Evo nekoliko savjeta kako da spriječite takve situacije i preuzmete kontrolu nad svojim narednim koracima. ➡️[www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com)  #COVID19Parenting |