

קאוויד 19: אפט געפרעגטע פראגעס (FAQ) פאר עלטערן און אכטונג-געבערס פון פרי-סקול און שולעלטער קינדער

1	די יסודות פון קאוויד 19
2	קינדער קעיר און קעמפס
3	זומער טיפס און פראגעס
5	זיך אן עצה געבן און גייסטישע געזונט
6	פאמיליע רעסורסן

די יסודות פון קאוויד 19

ווי אזוי פארמייד איך די פארשפרייטונג פון קאוויד 19?

- בלייבט אינדערהיים אויב איר זענט קראנק. גייט ארויס נאר פאר נייטיגע מעדיצינישע קעיר און [טעסטינג](#) אדער אנדערע נייטיגע אויסגאבן.
- האלט אן א פיזישע דערווייטערונג. שטייט כאטש 6 פיס אוועק פון מענטשן ווען איר זענט אינדערווייטן פון שטוב.
- טראגט א [פנים-צודעק](#). איר קענט זיין אנשטעקיק אפילו אז עס איז נישטא קיין סימפטאמען און פארשפרייטן די קרענק ווען איר הוסט, ניסט, אדער רעדט. באהיט די וואס געפונען זיך ארום אייך. קינדער איבער 2 יאר אלט זאלן אויכעט טראגן פנים-צודעקן.
- האלט אן מיט געזונטע הענט היגיענע. [וואשט אייערע הענט](#) אפט מיט זייף און וואסער פאר כאטש 20 סעקונדעס. נוצט אן אלקאהאל באזירטע האנט רייניגער אויב עס איז נישטא קיין זייף און וואסער. רייניגט אפט אנגעריטע ערטער כסדר. האלט זיך צוריק פון אנרירן אייער פנים מיט אומגעוואשענע הענט. פארדעקט אייער נאז און מויל מיט א טישו אדער אייער ארבל ווען איר ניסט אדער הוסט; נוצט נישט אייערע הענט.

זענען קינדער איינגעשטעלט פון קאוויד 19 קאמפליקאציעס?

- [מולטיסיסטעם אנצינדונג סינדרום אין קינדער](#) (MIS-C) איז א נייע געזונט מצב פארבינדן מיט קאוויד 19 וואס באווייזט זיך אין קינדער אין ניו יורק סיטי (NYC) און אויך אנדערע ערטער. כאטש עס איז זעלטן, קינדער מיט MIS-C קענען האבן פראבלעמען מיט זייער הארץ, און אנדערע טיילן פון גוף און קענען דארפן באקומען מעדיצינישע הילף אין א שפיטאל.
- געוויינטליכע סימפטאמען פון MIS-C זענען כולל פיבער וואס געדויערט אפאר טעג, בויך ווייטאג, פינקע אויגן און אן אויסשלאג.
- אויב איר קלערט אז אייער קינד קען האבן MIS-C, רופט אייער קינדס דאקטער. אויב דאס קינד איז ערענסט קראנק, גייט צו די נעבסטע עמערדזשענסי רום אדער רופט **911**.

וואס איז א פנים-צודעק און ווען דארף איך עס טראגן?

- א [פנים-צודעק](#) איז סיי וואָסער גיט-באווארענטע פאפיר אדער שטאף אזוי ווי א באנדענע אדער א שאל, וואס פארדעקט די נאז און דאס מויל.
- מענטשן וואס האבן נישט קיין סימפטאמען קענען נאך אלץ פארשפרייטן דעם קאוויד 19. א פנים-צודעק קען אייך העלפן פארמיידן פארשפרייטן קאוויד 19 צו אנדערע מענטשן, איבערדעם, איז עס וויכטיג צו טראגן, ווען איר פארלאזט דעם שטוב און איר קענט זיך נישט האלטן 6 פיס אוועק פון אנדערע.

- NYC וועט אויסטיילן פנים-צודעקן אין פארקס, דעפארטמענט אוו עדיוקעישיש (DOE) [כאפט און גייט מאלצייט](#) [ערטער](#), NYC וואוין אויטאריטעט (NYCHA) בילדינגס, טייל מיטשל-לאמא בילדינגס, גראסערי סטארס און בשעת פיזישע דערווייטערונג אדורכפירונג.

דארפן קינדער טראגן פנים-צודעקן?

יא, קינדער פון 2 יאר און עלטער מוזן טראגן פנים-צודעקן אין אנדערע פאבליק ערטער וואו ס'איז נישט מעגליך זיך צו האלטן א פיזישע דערווייטערונג פון כאטש 6 פיס אוועק פון אנדערע. קינדער 2 יאר און עלטער דארפן נישט טראגן א פנים-צודעק ווען זיי געפונען זיך אין א קינדער קעיר פראגראם. קינדער, ווייניגער פון 2 יאר אלט זאלן נישט טראגן א פנים-צודעק ווייל עס פארגרעסערט די סכנה פון זיך דערשטיקן. קליינע קינדער זענען מער גענייגט אנצורירן זייער פנים-צודעק, דארפן די עלטערן און אכטונג-געבערס וואשן די קינדערס הענט אדער צולייגן אלקאהאל באזירטע האנט רייניגער אפט.

זאל מיין קינד אדער איך ווערן טעסטירט פאר קאוויד 19?

אלע ניו יארקער קענען באקומען א קאוויד 19 דיאגנאסטישע טעסט, נישט קוקנדיג צו זיי האבן סימפטאמען אדער זענען אין א העכערע ריזיקע. די טעסטן זענען אומזיסט אין NYC געזונט + שפיטעלער טעסטירט ערטער. באזוכט nyc.gov/covidtesting צו טרעפן א טעסט ארט לעבן אייך. רעדט זיך אדורך מיט אייער קינדער דאקטער צו זען אויב אייער קינד דארף א טעסט פאר קאוויד 19.

איר וועט נישט געפרעגט ווערן וועגן אייער אימיגראציע סטאטוס. קאוויד 19 טעסטינג און הילף סערוויסעס זענען נישט קיין פאבליק בענעפיט לויטן [פאבליק רייסטער געזעץ](#).

קינדער קעיר און קעמפס

וואס קען איך טאן אז איך דארף האבן קינדער קעיר?

- איר קענט [זא](#) זוכן פאר פאמיליע גרופע דעי קעירס, און שולעלער קינדער קעיר פראגראמען וואס זענען רעגולירט דורך די NYC אפיס פון קינדער און פאמיליע סערוויסעס, וואס ווערן גערעכענט נייטיגע ביזנעסעס און קענען בלייבן אפן.
- אויף דער מאמענט, צענטער און סקול באזירטע קינדער קעיר פראגראמען וואס זענען רעגולירט דורך NYC העלט דעפארטמענט קענען אויך סערווירן קינדער פון נייטיגע ארבעטער וועלכע רופן זיך אפ צום קאוויד 19 פאבליק העלט עמערדזשענסי.
- אויב איר דארפט נישט קיין פארמעלע קעיר, זוכט אויס קעיר פון א פארלעסליכע בן-בית אדער פריינד וואס איז נישט קראנק. מייזט אויס פון בעטן עלטער עלטערן, אנדערע עלטערע דערוואקסענע אדער מענטשן וואס האבן פונדאמענטאלע געזונט פראבלעמען (אזוי ווי כראנישע לונגען קרענק, לייכט ביז ערענסטע אסטמע, הארץ קראנקהייט, שטארק איבערוואג, נירן קרענק, לעבער קרענק, קענסער אדער א שוואכן אימיון סיסטעם), ווייל זיי זענען די מערסטע איינגעשטעלט פאר ערענסטע קאוויד 19 קראנקהייט.
- קינדער פון געוויסע נייטיגע איינגעשטעלטע, אזוי ווי די ערשטע אנרופער, העלט קעיר פראפעשאנעלס און אנדערע וואס ארבעטן נאכצוקומען די פאבליק געזונט און זיכער געברויכן פון דער שטאט קענען אריינשטעלן זייערע קינדער מיט דעם DOE's געגנט בארייכערונג צענטערס. פאר מער אינפארמאציע, באזוכט schools.nyc.gov און זוכט פאר "REC" (רעק).
- אויב איר זענט א נייטיגע ארבעטער, קענט איר אויך זיין פאסיג [אנצוגעבן פאר פינאנצירונג פון NYC](#) צו העלפן אייך באצאלן פאר אייער יעצטיגן קינדער קעיר אפמאך.

וועט מען ערלויבן זומער קעמפס?

- יא, לויטן סטעיטס באפעל, זומער דעי קעמפס וועלן זיין אפן אנהייבנדיג יוני 29. דער סטעיט וועט מחליט זיין וועגן קעמפס וואס נעכטיגן איבער אין די קומענדיגע וואכן.
- קעמפס וועל דארפן פאלגן נייע געזונט און זיכער דירעקטיווס און קענען מעגליך האבן פארקלענערטע רעגיסטראציע כדי צו קענען אנהאלטן פיזישע דערווייטערונג. עלטערן וועלכע דארפן האבן קעמפ זאלן זיך נאכפרעגן פרי צו פרעגן די קעמפס וועגן די רעגעסטריר פראצעסן. איר קענט זוכן פאר NYC העלט דעפארטמענט אויטאריזירטע ערטער דורך באזוכן nyc.gov/health און זוכן פאר "Child Care Connect" (קינדער קעיר פארבינדונג).

זומער טיפס און פראגעס

וועלן די אומזיסטע מאלצייט פראגראמען ווייטער אנגיין אין דעם זומער?

יא. דערוואקסענע און קינדער קענען אפנעמען אומזיסטע מאלצייטן אין מער פון 400 מאלצייט צענטערס איבער דער שטאט. לערנט מער וועגן עסן און אנדערע רעסורסן פאר ניו יארקער דורך באזוכן nyc.gov/coronavirus.

איז עס ערלויבט פאר מיין קינד זיך צו שפילן אין איינעם אדער גיין צו א חבר'ס הויז אויב קיינער פילט זיך נישט קראנק?

- פרובירט צו באגרעניצן פערזענליכע [צוזאמענקום](#) צו א גרונטיגע גרופע פריינט אדער פאמיליע. שפילן אין איינעם זאל ווערן אראנזשירט מיט פארזיכטיגקייט און קענען נישט האבן מער פון 10 מענטשן.
- צו פארמינערן ריזיקע, פארזאמעלט זיך אינדערויסן, טראגט פנים-צודעקן און האלט אן א פיזישע דערווייטערונג פון כאטש 6 פיס אוועק פון פריינד פון אנדערע הויזגעזינדער.
- אויב מע עסט, פארמיידט פאמיליע-מאדע מאלצייטן וואס טיילן זיך צווישן פריינד פון אנדערע הויזגעזינדער.

איז עס אין ארדענונג צו פארברענגען אינדערויסן?

- יא. גייט אינדערויסן מיט אייערע קינדער. די פרישע לופט און דער טויש פון לאנדשאפט איז גוט פאר ביידן, דערוואקסענע און קינדער. פארמיידט אקטיוויטעטן וואס האבן צו טאן מיט גרויסע גרופעס, ווייל דאס איז ספעציעל שווער פאר קינדער וואס האבן ליב ארומצונעמען, צוטשעפן און זיך קאלערן מיט פריינד, זיך צו האלטן פון דערווייטנס.
 - געדענקט זיך אנטאן אין לייכטע קליידער אויב עס איז הייס, טרינקט גענוג וואסער און טוט אן זונשמירעכץ.
 - אויב איר באזוכט א וואלד, טראגט ליכטיג קאלירטע קליידער און [זוכט פאר טיקס](#).
- ס'איז וויכטיג איר זאלט אוועקלייגן צייט יעדן טאג פאר אייער פאמיליעס געזונט און וואוילזיין. דא זענען אפאר שריט וואס איר קענט אננעמען צו האלטן אייערע קינדער און דערוואקסענע אקטיוו אבער זיכער:
 - פאלגט נאך די [פיר פארהיטונגס טיפן](#) וואס שטייט אין אנהייב פון דער FAQ.
 - מיידט אויס ספארט מאנשאפט און אנגעפאקטע שפילפלעצער. באטייליגט זיך אין אקטיוויטעטן אזווי שפאצירן און ביציקלען.
 - טראגט מיט זיך אלקאהאל באזירטע הענט רייניגערס ווייל טאמער איר אדער אנדערע פון אייער פאמיליע רירט אן פלאכע ערטער אזווי קליאמקעס און באלוסטראדעס, קענט איר רייניגן אייער הענט. אזווי איר קומט אהיים, מאכט זיכער גרונטיג אפשוואשן די הענט מיט זייף און וואסער פאר כאטש 20 סעקונדעס.

קענען צענערינגען (טינעידזשערס) פארברענגען צוזאמען?

- רעדט מיט אייערע צענערלינגען צו מאכן זיכער זיי פארשטייען דאס וויכטיגקייט פון פיזישע דערווייטערונג און צו טראגן פנים-צודעקן. ערקלערט זיי אז בלייבן אינדערהיים און נישט פארברענגען די צייט מיט גרופעס, וועט העלפן פארשטייערן די פארשפרייטונג פון קאוויד 19, זיי פארזיכערן, זייער פאמילע און פריינד און אונדזער קהילה. ערקלערט ווי אזוי אנהאלטן פיזישע דערווייטערונג און טראגן פנים-צודעקן ווען נישט אינדערהיים איז וויכטיג, כאטש אז זיי און זייערע פריינד פילן נישט קראנק.
- מוטיגט אייערע צענערלינגען צו האלטן פארבינדונג מיט פריינד דארכן טעלעפאן, סאציאלע מעדיע און ווידעא געשפרעך אפליקאציעס (אפס)
- מוטיגט אייערע צענערלינגען וואס זענען פריי פון סימפטאמען און האבן נישט קיין פונדאמענטאלע קראנקהייטן צו פארברענגען אינדערויסן, אין דער צייט וואס זיי פירן אן די פיזיקאלע דערווייטערונג.
 - שפאצירן לויפן און ביציקלען זענען גוטע ביישפילן פון אקטיוויטעטן וואס פארלאנגט נישט זיך צו טיילן מיט געצייג אדער זיך דערנענטערן צו אנדערע.
- גייסטישע העלט רעסורסן ספעציעל פאר צענערלינגען קען מען טרעפן אויף [UNICEF's וועבזייטל](#).

אויב מיין קינד אדער איך ווילן אנטהאלטן נעמען אין פאבליק פראטעסטן, וואס איז דער זיכערסטער וועג דאס צו טאן?

די זיכערסטע אקט צו נעמען אויף דער מאמענט איז צו בלייבן אינדערהיים ווי ווייט מעגליך, אבער אויב אייער קינד אדער איר באשליסט זיך משתתף זיין אין א פאבליק פראטעסט, נוצט די פאלגענדע טיפס זיך צו בעסער היטן און די מענטשן וואס איר זארגט וועגן זיי:

- בלייבט אינדערהיים אויב איר פילט זיך נישט גוט.
- טראגט א פנים-צודעק געהעריג – מאכט זיכער אז עס דעקט אינגאנצן צו אייער נאז, מויל און געמבע.
- טראגט און נוצט אן אלקאהאל-באזירטע הענט רייניגער.
- טראגט זייפיגע וואסער און קראן וואסער אין א שפריץ-פלעשל צו נוצן אויב איר ווערט אנגעשפריצט מיט פעפער-שפריץ.
- שרייט נישט; נוצט פלאקאטן און רעש מאכערס אנשטאט דעם.
- גייט מיט א קליינע גרופע מענטשן און האלט זיך כאטש 6 פיס אוועק פון אנדערע גרופעס.
- נעמט אן אז איר זענט געווארן אנגעשטעקט און [ווערט טעסטירט](#) פאר קאוויד 19 פינף טעג נאכן ווערן אנגעזען.
- פאר מער אינפארמאציע, באזוכט [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) און זוכט "Protesting Safely" (פראטעסטן זיכערערהייט).

וואס זענען טייל פארזיכערונגס טיפס פון פארברענגען מער אינדערהיים?

- כסדר רייניקט און דיסאינפעקטירט אפט אנגעריירטע פלאכע ערטער און זאכן (ווי למשל טישן, קאכטישן, עלעקטרישע שאלטערס, קליאמקעס, און הענטליך פון שאפעס) נוצנדיג א געווענליכע שטוב רייניגער, אזוי ווי בליטש, פעראקסייד אדער אן אלקאהאל באזירטע פראדוקט.
- מאכט זיכער צו האלטן אייערע רייניג פראדוקטן און אנדערע כימיקאלן (למשל, מעדיצינען) אוועק פון קליינע קינדער, ערגעץ הויך אז זיי זאלן נישט קענען צוקומען.
- אפטמאל וואשט אינעווייניגע פלאכע ערטער, אזוי ווי פלארס און פענסטערברעטער, ווי אויך די קינדערס הענט און שפילצייגן צו באגרעניצן זייער אויסגעשטעלטקייט צו אנדערע סביבה'דיגע סכנות אזוי ווי בליי (לעד).
- עפענט פענסטער צו פארבעסערן די לופט ווענטילאציע, אבער מאכט זכער אז די פענסטער האבן גוט אינסטולירטע פענסטער היטער. פאר מער אינפארמאציע, באזוכט [nyc.gov/health/healthyhomes](https://www.nyc.gov/health/healthyhomes).

- ער קאנדישאן איז דער בעסטער וועג זיך אפצוקילן ווען עס איז הייס אינדערויסן, אבער טייל מענטשן האבן נישט קיין ער קאנדישאן אדער צינדען עס נישט אן ווען זיי דארפן עס האבן. מוטיגט זיי צו נוצן די ער קאנדישאנער. גייט צו אן אפגעקילטע ארט אויב זיי קענען בלייבן קיל אינדערהיים. פאר מער אינפארמאציע, באזוכט nyc.gov/health/heat.

זיך אן עצה געבן און גייסטישע געזונט

ווי אזו זאלן מיר רעדן מיט אונזערע קינדער וועגן קאוויד 19?

- פרובירט צו האלטן די אינפארמאציע לייכט און דערמאנט זיי אז אסאך מעטנשן ארבעטן שווער צו האלטן אלעמען פארזיכערט און געזונט.
- גיט די קינדער אינפארמאציע וואס איז ערליך און פונקט אויף אן אופן וואס איז צוגעפאסט צו זייער עלטער און אנטוויקלונג שטאפל.
- האלט אייך רואיג און גיט צו האפענונג. געדענקט, קינדער רופן זיך אפ אויף ביידן, וואס איר זאגט און ווי אזוי איר זאגט עס. זיי כאפן אויפן וואונק פון דעם געשפרעך וואס איר האט מיט זיי און אנדערע.
- זייט צוטריטלעך צו הערן און רעדן. לאזט די קינדער וויסן אז זיי קענען קומען צו אייך ווען זיי האבן פראגעס.
- האלט זיך איין פון א שפראך וואס באשולדיגט יענעם און קען צוברענגען צו שאנד. ווירוסן קענען יעדעם מאכן קראנק, סיי ווי אלט, ראסע, עטנישקייטן אדער דאס לאנד פון אפשטאם. פארמיידט מאכן השערות וועגן ווער קען מעגליך האבן קאוויד 19. דיסאינפארמאציע וועגן קאוויד 19 קען שאפן שרעק און דאס וואס שעדיקט מענטשן און מאכט עס שווערער צו האלטן אלעמען געזונט.
- רעדוצירט די צייט פון מעדיע וואס פאקוסירט אויף קאוויד 19. צו פיל אינפארמאציע פון איין טעמע קען צוברענגען צו פחד.
- רעדט צו די קינדער וועגן א טייל מעשיות וועגן קאוויד 19 וואס מ'הערט אויף דער אינטערנעט און סאשעל מעדיע זענען אויפן סמך פון שמועות און אומפינקטליכע אינפארמאציע.

ווי אזוי קענט איר העלפן אייער משפחה זיך אן עצה געבן מיט דער דרוק פון דעם קאוויד 19 פאנדעמיק?

- דער קאוויד 19 פאנדעמיק קען אייך דערדרוקן און אייער משפחה. פחד און שרעק צוליב א קרענק קען צוברענגען צו שטארקע גייסטישע געפילן אין דערוואקסענע און אין קינדער. עס איז נאטירלעך פאר אייך און אייער פאמיליע צו פילן איבערגענומען, טרויעריג, פחד און שרעק, אדער האבן אנדערע סימפטאמען פון דרוק, אזוי ווי נישט קענען איינשלאפן. ס'איז וויכטיג צו שטיצן און אפהיטן די קינדערס עמאציאנעלע וואוילזיין.
- יעדער רופט זיך אפ אנדערש צו געדרוקטע סיטואציעס און עס קען זיך שטארק ווענדן אין די עלטער פונעם מענטש. צושטעלן שטיצע איז דער מערסטער עפעקטיווער וועג צו העלפן קינדער זיך אן עצה געבן מיט דרוק. די קינדערס וואוילזיין ווענדט זיך אין אייער וואוילזיין, דערפאר איז וויכטיג אז איר זאלט טון וואס איר קענט אכטונג צו געבן אויף זיך אליין. צו פארקלענערן אייער דרוק און קאנטראלירן אייער סיטואציע, פרובירט בלייבן פאזיטיוו, פארבינדט אייך מיט חברים און באליבטע דורך נוצן טעכנאלאגיע (אזוי ווי סאשעל מעדיע, טעקסטן און ווידעא שמועס אפס), און נוצט געזונטע אויסהאלט פעאליגקייטן. רעסורסן פאר אויסהאלטן און עמאציאנעלע וואוילזיין זענען צום באקומען ביי nyc.gov/health/coronavirus.
- אויב סימפטאמען פון דרוק נעמט אייך איבער, קענט איר זיך פארבינדן מיט טרענירטע קאנסולארס ביי NYC Well, אן אומזיסטע און קאנפידענציאלע גייסטישע געזונט שטיצ-סערוויס וואס קען העלפן ניו יארקער זיך אן עצה געבן. NYC Well פערסאנאל שטייען גרייט 24/7 און קענען צושטעלן קורצע

- קאנסולטאציעס און רעקאמענדאציעס פאר קעיר אין איבער 200 שפראכן. פאר שטיצע, רופט **888-692-9355**, אדער שמועסט אנליין דורך באזוכן nyc.gov/nycwell.
- איר קענט אויך באזוכן nyc.gov/nycwell און קוועטשט אויף זייער [App Library](http://AppLibrary) (אפ ביבליאטעק) צו טרעפן אפס און אנליין טולס אייך צו העלפן קאנטראלירן אייער געזונט און עמאציאנעלע וואוילזיין פון דערהיים.
- אויב איר טראכט זיך צו שעדיגן אדער אן אנדערן, רופט [NYC Well](http://NYCWell) אדער רופט זאפארט **911**.

פאמיליע רעסורסן

- פאר די לעצטע אינפארמאציע, באזוכט nyc.gov/health/coronavirus אדער cdc.gov/covid19.
- פאר לינקס צו דער שטאטס רעסורסן און אינפארמאציע פאר NYC עלטערן, באזוכט [Growing Up NYC](http://GrowingUpNYC) (אויפואקסן NYC).
- פאר רעסורסן פאר פילשפראכיקע לערנער, פיזישע עדיוקעישן און אקטיוויטעטן, קאלידזש און קאריערע צוגרייטונג, ספעציעל עדיוקעישן, פריאיגע קינדער יארן און ספעציפישע קלאסן רעסורסן, באזוכט דעם [DOE's "Activities for Students page"](http://DOE's_Activities_for_Students_page) (אקטיוויטעטן פאר סטודענטן DOE's בלאט).
- פאר אינפארמאציע און אקטיוויטעטן פאר יונגע קינדער, ווי אויך א ספעציעלע 2020 גרעדועישן רעדע פון קוקי מאנסטער, באזוכט SesameStreet.org/caring.
- פאר עסנווארג זיכער-טיפס און געדאנקען פאר קאכן מיט קינדער, באזוכט eatright.org און זוכט פאר **"make the most of your time at home"** (נוצט אויס די צייט אינדערהיים).
- פאר איינע פון די עלטערן אדער אכטונג געבער הדרכה צו העלפן פאמיליעס זיך אן עצה געבן מיט קאוויד 19, באזוכט nctsn.org און זוכט פאר **"helping families cope with COVID-19"** (העלפן פאמיליעס זיך אן עצה געבן מיט קאוויד 19).
- פאר אומזיסטע רעסורסן ווי אויך אי-בוכער, אוידיא בוכער, אי-מאגאזינען, ניגונים, מאויס, ווידעאס, ווירטועלע מעשה צייטן און ווירטועלע היים-ארבעט הילף און ווירטועלע אויסלערנען, באזוכט די פארשידענע NYC ביבליאטעקן וועבזייטלעך אין bklynlibrary.org, nypl.org און queenslibrary.org.
- פאר אינפארמאציע ווי אזוי צו רעדן צו קליינע קינדער וועגן קאראנאווירוס און טיפס פאר די עלטערן ווי אזוי צו מאכן א נייעם רוטין אינדערהיים, באזוכט pbs.org/parents/thrive/schools-closed-how-to-make-a-new-home-routine.
- פאר אומזיסטע איבונגען ווידעאס, פאמיליע אקטיוויטאטן, און וואוילזיין טיפס, באזוכט ymcanyc.org/ymca-home.
- פאר טיפס פאר פאמיליעס מיט קליינע קינדער (פון געבורטס ביז 3 יאר אלט), באזוכט zerotothree.org און זוכט פאר **"tips on coronavirus"** (טיפס וועגען קאראנאווירוס).

דער NYC העלט דעפארמענט קען מעגליך וועלן טוישן די רעקאמענדאציעס לויט ווי דער מצב פארלאנגט. 6.26.20