



ENGELLİ VE YAŞLI HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

**İŞİTME ENGELLİ BİREYLER
VE AİLELERİNE YÖNELİK
KORONAVİRÜS
BİLGİLENDİRME REHBERİ - IX**

2020

www.ailevecalisma.gov.tr

İÇİNDEKİLER

1. GİRİŞ

2. KORONAVİRÜS NEDİR?

- 2.1. Pandemi Nedir?
- 2.2. Karantina nedir?
- 2.3. Evde Karantina
- 2.4. Kitlesele Karantina
- 2.5. İzolasyon nedir?

3. COVID -19

- 3.1. Covid-19 Belirtileri Nelerdir?
- 3.2. Covid-19 Nasıl Bulaşır?
 - 3.2.1. Hastalıktan En Çok Etkileneen Kişiler:
 - 3.2.2. Çocuklar Risk Altında Mı?
 - 3.2.3. Hamileler Risk Altında Mı?

4. COVID-19 KORUNMA YOLLARI

5. EVDE KENDİNİZİ DAHA GÜVENDE VE DAHA İYİ HİSSETMENİZ İÇİN ÖNERİLER

- 5.1. Resmi Otoritelerin Belirlediği Kurallara Uyun
- 5.2. Ailenizle Ve Sevdiklerinizle İletişimde Olun
- 5.3. Fiziksel Sağlığınıza Dikkat Edin
- 5.4. Endişeden Kurtulun
- 5.5. Günlük Rutinlerinizi Geliştirin
- 5.6. Uykunuzu İhmal Etmeyin

6. KORONAVİRÜS HAKKINDA DOĞRU BİLİNEEN YANLIŞLAR

7. İŞİTME ENGELLİ ÇOCUĞU OLAN AİLELERE ÖNERİLER

8. KORONAVİRÜSÜ ÇOCUĞUNUZA NASIL ANLATMALISINIZ?

- 8.1. Bebek ve Küçük Çocuklar
- 8.2. Okul Öncesi Çocuklar
- 8.3. Okul Dönemindeki Çocuklar (6-12 Yaş)
- 8.4. Ergenlik Dönemindeki Çocuklar (13-18 Yaş)

9. 65 YAŞ VE ÜSTÜ İŞİTME ENGELLİ BİREYLER VE AİLELERİ İÇİN ÖNERİLER

10. ACİL DURUMLARDA ARANABİLECEK NUMARALAR

11. ÇOCUK VE OYUN - Oyun Oynamanın Katkıları

- 11.1 Çocuğunuzla Evde Oynayabileceğiniz Oyunlar
 - 11.1.1. Fotoğrafta Ki Kim?
 - 11.1.3. Üçgen Peynir Dilimleri
 - 11.1.4. Tadını Anlama
 - 11.1.5. Hacı Yatmaz
 - 11.1.6. Pazara Gittim
 - 11.1.7. Bom Bom - Alkış!
 - 11.1.8. Sana ne lazım?
 - 11.1.9. Kelime Avı
 - 11.1.10. Sıcak-Soğuk

12. BİLGİ ALABİLECEĞİNİZ İNTERNET ADRESLERİ

- 12.1. Eğitim
- 12.2. Bilgilendirme
- 12.3. Sosyal Hayat, Eğlence Ve Genel Kültür

13. GÜNLÜK PROGRAM ÇİZELGESİ

1. GİRİŞ

Bu rehber Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü tarafından, İşitme Engelli Bireylerin Yeni Koronavirüs (COVID-19) salgını sırasında sağlıklarını korumak için alınması gereken önlemler, güvenliği temin etmek için uygulanacak yöntemler ve hizmet alacakları alanlar hakkında bilgilendirme amaçlı hazırlanmıştır. Dünya Sağlık Örgütü tarafından pandemi olarak tanımlanan COVID-19 (Yeni Koronavirüs) salgını hızlı bulaşma potansiyeline sahip olması, sağlık üzerinde oluşturduğu tehdit ve günlük hayatımızı sekteye uğratan, fiziksel mesafe, izolasyon gibi alışkın olmadığımız korunma yolları nedeniyle ruh sağlığımız üzerinde de travmatik etki yaratma potansiyeline sahiptir. Bu rehberde verilen öneri ve ipuçları hem yaşadığınız zihinsel baskının üstesinden gelmenize hem de sizlerin bu süreci nasıl atlatacağınız, sürecin etkileriyle nasıl baş edeceğiniz konusunda yardımcı olacak ve evde kaliteli zaman geçirmenize katkı sağlayacaktır.

2. KORONAVİRÜS NEDİR?

Koronaviruslar (CoV), soğuk algınlığından, Şiddetli Akut Solunum Sendromu (SARS-CoV) gibi daha ciddi hastalıklara kadar çeşitli hastalıklara neden olan büyük bir virüs ailesidir.

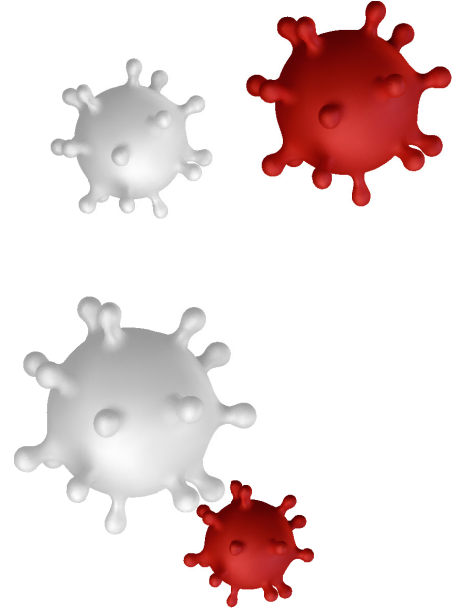
2.1. Pandemi Nedir?

Pandemi, dünyada birden fazla ülkede veya kıtada, çok geniş bir alanda yayılan ve etkisini gösteren salgın hastalıklara verilen genel isimdir. Dünya Sağlık Örgütü'ne göre bir salgın hastalığın pandemi olarak nitelendirilebilmesi için üç koşul gerekmektedir.

1. Toplumun daha önce maruz kalmadığı bir hastalığın ortaya çıkışı
2. Hastalığa sebep olan etkenin insanlara bulaşması ve tehlikeli bir hastalığa yol açması
3. Hastalığın insanlar arasında kolayca ve devamlı olarak yayılması

2.2. Karantina Nedir?

Hastalığa yol açan etkeninin bulaştığından şüphelenen bir kişiyi belirli bir süre (genellikle en uzun kuluçka süresi) ötekilerden ayırma işlemidir.





2.3. Evde Karantina

Temaslıların evden dışarı çıkmadan, ev içerisinde diğer sağlıklı kişilerle temas kurmadan yaşamasıdır. Ayrı bir oda, ayrı tuvalet banyo gibi düzenlemeler gerekir. Tabak, çatal, kaşık gibi araç gereçler ortak kullanılmaz. “Bireysel karantina” olarak da adlandırılabilir.

2.4. Kitlesele Karantina

Belirli bir bölgeye giriş ve çıkışların durdurulmasıdır. Çin’de uygulanan karantina türü örnek olarak verilebilir. Amaç geniş kitlelerin hareketlerini kısıtlayarak hastalığın bulaşmasını önlemektir.

2.5. İzolasyon nedir?

Hasta olduğu bilinen kişilerin ötekinden ayrılmasıdır. Bu kişilerle ilişkiler özel koruyucu önlemler alındıktan sonra kurulabilir.

3. COVID -19

Yeni Koronavirüs (COVID-19), ilk olarak Çin’in Vuhan Eyaleti’nde Aralık ayının sonlarında ateş, öksürük, nefes darlığı şikayetleri ile hastaneye başvuran bir grup hastada yapılan araştırmalar sonucunda 13 Ocak 2020’de tanımlanan bir virüstür.

Salgın başlangıçta bu bölgedeki deniz ürünleri ve hayvan pazarında bulunanlar kişilerde tespit edilmiştir. Daha sonra insandan insana bulaşarak diğer şehirlere, Çin Halk Cumhuriyeti’nin diğer eyaletlerine ve diğer dünya ülkelerine yayılmıştır. Ülkemizde de ilk vaka 11 Mart 2020’de tanı almıştır.

3.1. Covid-19 Belirtileri Nelerdir?

En çok karşılaşılan belirtiler;

Ateş, öksürük, baş ağrısı, boğaz ağrısı ve nefes darlığıdır.

Şiddetli olgularda;

Zatürre, ağır solunum yetmezliği, böbrek yetmezliği ve ölüm gelişebilmektedir. Belirtisiz olgular olabileceği bildirilmekle birlikte, bunların oranı bilinmemektedir.



Nasıl Bulaşır?

- Hasta bireylerin öksürmeleri, aksırmaları ile ortama saçılan damlacıkların solunmasıyla,
- Hastaların solunum parçacıkları ile kirlenmiş yüzeylere dokunulduktan sonra ellerin yıkanmadan yüz, göz, burun veya ağıza götürülmesiyle bulaştığı bilinmektedir.
- Bu kapsamda kirli ellerle göz, burun veya ağıza temas etmek risklidir.



3.2.1. Hastalıktan En Çok Etkilenen Kişiler:

- 60 yaş üstü olanlar
- Ciddi kronik tıbbi rahatsızlıkları olanlar
- Kalp hastalığı
- Hipertansiyon Diyabet
- Kronik Solunum yolu hastalığı
- Sağlık Çalışanları



3.2.2. Çocuklar Risk Altında mı?

Çocuklarda virüs etkisi nadir görülmekte ve şimdiye kadar elde edilen verilerden hafif seyrettiği sanılmaktadır.

3.2.3. Hamileler Risk Altında mı?

COVID-19 enfeksiyonu gelişen gebe kadınlarda hastalığın ciddiyeti konusunda sınırlı bilimsel kanıt vardır.

- Hamilelerde korona virüs enfeksiyonunun bulguları diğer bireylerdekinden farklı değildir.
- Şu ana kadar COVID-19'un hamilelik sırasında anneden bebeğe bulaştığına dair bir kanıt bulunmamaktadır.
- Hamilelik sırasında korona virüs enfeksiyonu geçiren kişiler acilen sağlık kurumlarınca karantina altına alınmalı ve gerekli tedavi başlanmalıdır. Tedavi ve takip süreci diğer bireylerdekinden farklı değildir.

Virüsün alındıktan sonra yaklaşık 14 günlük bir kuluçka süresi vardır. Bu sebeple doğuma yakın virüs bulaşmış hamilelerde henüz hastalık bulguları ortaya çıkmamış bile olsa, doğumdan sonra hastalık bulguları görülebilir. Böyle bir durumda mutlaka doktora başvurulmalıdır.

Virüs bulaşmış yeni doğum yapmış bir anne;

- Bebeği emzirmeden veya emzik biberon gibi materyallerle temas etmeden önce mutlaka ellerini yıkamalıdır.
- Emzirme için bebek memeye alındığında mutlaka bir koruyucu yüz maskesi kullanılmalıdır.
- Anne sütü sağılarak veriliyor ise sağım setleri ve pompalar mutlaka uygun koşullarda sterilize edilmelidir.
- Eğer sağılarak süt veriliyorsa sütü veya mamayı bu konuda tecrübeli başka birisi bebeğe vermelidir.

4. Covid-19 Korunma Yolları

- El temizliğine dikkat edilmelidir. Eller en az 20 saniye boyunca sabun ve suyla yıkanmalı, sabun ve suyun olmadığı durumlarda alkol bazlı el antiseptiği kullanılmalıdır. Antiseptik veya antibakteriyel içeren sabun kullanmaya gerek yoktur, normal sabun yeterlidir.
- Eller yıkanmadan ağız, burun ve gözlerle temas edilmemelidir.
- Mümkünse kalabalık yerlere girilmemeli, eğer girmek zorunda kalınıyorsa ağız ve burun kapatılmalı, tıbbi maske kullanılmalıdır.
- Hasta insanlarla temastan kaçınılmalıdır. Özellikle hasta insanlarla veya çevreleriyle doğrudan temas ettikten sonra eller sık sık temizlenmelidir.
- Hastaların yoğun olarak bulunması nedeniyle mümkün ise sağlık merkezlerine gidilmemeli, sağlık kuruluşuna gidilmesi gereken durumlarda diğer hastalarla temas en aza indirilmelidir.
- Öksürme veya hapşırma sırasında burun ve ağız tek kullanımlık kağıt mendil ile kapatılmalı, bulunmadığı durumlarda ise dirsek içi kullanılmalıdır.
- Çiğ veya az pişmiş hayvan ürünleri yemekten kaçınılmalıdır. İyi pişmiş yiyecekler tercih edilmelidir.
- Çiftlikler, canlı hayvan pazarları ve hayvanların kesilebileceği alanlar gibi genel enfeksiyonlar açısından yüksek riskli alanlardan kaçınılmalıdır.
- Eğer yurtdışı seyahatiniz olduysa 14 gün boyunca evden çıkılmamalıdır.
- Seyahat sonrası 14 gün içinde herhangi bir solunum yolu semptomu olursa maske takılarak en yakın sağlık kuruluşuna başvurulmalı, doktora seyahat öyküsü hakkında bilgi verilmelidir.

5. Evde Kendinizi Daha Güvende Ve Daha İyi Hissetmeniz İçin Öneriler

5.1. Resmi Otoritelerin Belirlediği Kurallara Uyun

- Sokağa çıkma yasağında 20 yaş altı ve 65 yaş üstü kuralına mutlaka uyun. Bu yasağın sizi engellemek için değil korumak için getirildiğini bilin.
- Dışarı çıkmanızın zorunlu olduğu hallerde muhakkak fiziksel mesafeyi koruyun, eldiven ve maske takmayı unutmayın.
- Kapınıza gelen ve yardım kuruluşundan geldiğini söyleyen herkese inanmayın, kimlik isteyin, şüphelendiyseniz kapınızı kapatıp komşularınızdan ya da emniyet birimlerinden yardım talep edin.

- Beklenmeyen durumlarda acil hatları arayıp yardım isteyin. Ayrıca evde çocuklarınızın da yakınlarınızın kolayca görebilecekleri bir yere acil hatların numaraları koyun.
- Size yardım edebilecek durumda olan komşu, arkadaş ve akrabalarınızdan yardım istemeye çekinmeyin.
- Yardım edenlerle temasınızı kısa süreli tutun, kapıdan iletişimle yetinin, ilaç ve gıda maddeleri gibi nesnelere teslim aldıktan sonra ellerinizi yıkamanız gerektiğini her seferinde hatırlayın.

5.2. Ailenizle Ve Sevdiklerinizle İletişimde Olun

- Güvendiğiniz kişilerle sağlıklı ilişkiler sürdürmek zihinsel refahınız için önemlidir.
- Evde telefon, mesajlaşma, video görüşmeleri veya sosyal medya aracılığıyla evde kalırken arkadaşlarınızla görüşmeye devam edin. Özellikle normal yaşantınızda sık gördüğünüz kişiler veya eski arkadaşlarınızla bağlantı kurun.
- Birçok insan mevcut durumu zor buluyor, bu yüzden irtibatla kalmak onlara da yardımcı olacaktır.

5.3. Fiziksel Sağlığınıza Dikkat Edin

- Beslenmenize dikkat edin, mutlaka sofrayı kurun ve sağlıklı yiyecekler tüketin, Bol su içmeye ve düzenli egzersiz yapmaya çalışın.
- Sigara, alkol ve tütün ürünlerinden kaçının.
- Evinizde uygulayabileceğiniz kısa egzersizler kendinizi daha iyi hissetmenizi sağlayacaktır.
- İlaçlarınızı almayı ihmal etmeyin, ilaç almakta veya ilaca ulaşmakta güçlük yaşıyorsanız doktorunuza veya eczacınıza telefonla ulaşın.

5.4. Endişeden Kurtulun

- Koronavirüs salgını ile ilgili endişe tamamen normaldir. Bununla birlikte, bazı insanlar günlük yaşamlarını etkileyebilecek derecede yoğun endişe yaşayabilir. Nasıl davranabileceğiniz, kiminle konuştuğunuz ve nereden bilgi edinebileceğiniz gibi kontrol edebileceğiniz şeylere odaklanmaya çalışın.



- Bazı şeylerin kontrolünüz dışında olduğunu kabul etmelisiniz. Unutmayın ki sürekli olumsuz düşünmek herkesi kötü hissettirir bundan kurtulmak için kendinize aktiviteler üretin. Hem kendiniz hem de aileniz için eğlenceli olacaktır.
- Sürekli güncel bilgileri takip etmek ruh ve beden sağlığınızı olumsuz etkileyecektir. Bunun için Sosyal medya da dahil olmak üzere, salgının kapsamını izlemek, okumak veya dinlemek için harcadığınız zamanı sınırlamaya çalışın her an güncel gelişmeleri takip etmek yerine günün belirli saatlerinde güncel haberlere ve sadece güvendiğiniz kaynaklara bakın. Böylece günlük rutinlerinizden uzaklaşmamış olacaksınız ve farklı şeylere odaklanmaya zaman bulacaksınız.
- Endişeli veya yalnız hissettiğinizde ya da motivasyonunuz düştüğünde genellikle sevdiğimiz şeyleri de yapmayı bırakırız ancak bu durumlarda kendinizi sevdiğiniz şeyleri yapmaya odaklanmalı ya da yeni aktiviteler üretmelisiniz.
- Bu süre boyunca sıkılmış, sinirli, yalnız hissedebilirsiniz. Ayrıca kendi sağlığınız, ekonomik durumunuz ya da yakınlarınızın sağlığı ile ilgili endişeli hissedebilirsiniz. Öncelikle bu duyguların normal olduğunu ve herkesin benzer duygu ve düşünceler içerisinde olduğunu bilmeniz ve kendinize sürekli bunu hatırlatmanız oldukça önemlidir. Unutmamak gerekir ki bu durum da bu duygular da geçicidir.

5.5. Günlük Rutinlerinizi Geliştirin

- Hayat bir süreliğine değişiyor ve muhtemelen normal rutininizde bir miktar bozulma göreceksiniz. Kendinize yeni rutinler ve hedefler belirleyin.
- Gününüz veya haftanız için bir plan yazmanız yararlı olabilir.
- Evden çalışıyorsanız, aynı zamanlarda kalktığınız saatlerde kalkmaya ve hazırlanmaya çalışın, normalde çalıştığınız saatlere uyun ve aynı uyku programına sadık kalın.
- Günlük bir ev antrenmanı için yeni bir zaman ayarlayabilir ve ev işleri, kitap okuma, TV programı veya film izleme veya yemek pişirme aktiviteleri için düzenli bir zaman planlaması yapabilirsiniz.

5.6. Uykunuzu İhmal Etmeyin

- Kaliteli uyku nasıl hissettiğimiz konusunda büyük bir fark yaratır, bu yüzden yeterli uyku almak önemlidir.
- Uyku düzeninizi korumaya çalışın.

6. Koronavirüs Hakkında Doğru Bilinen Yanlışlar

- Koronavirüs en tehlikeli virüstür! **(YANLIŞ)**

- Koronavirüs tehlikeli bir virüstdür ancak dünya üzerinde ki en tehlikeli virüs değildir.
- Koronavirüse yakalanan mutlaka hayatını kaybeder! **(YANLIŞ)**
- Her Koronavirüs hastası hayatını kaybetmemektedir. Bu oran sanıldığı kadar yüksek değildir. Gripten ölen insanların sayısı, Koronavirüsten ölen insanların sayısından çok daha fazladır. Koronavirüsün ölümcül sonuçlandığı hastalar genellikle farklı kronik bir hastalık nedeniyle bünyesi zayıf olanlar ve yaşlı hastalardır. Bu kişilerin virüsten korunmaya daha çok dikkat etmeleri ve bağışıklık sistemlerini güçlendirmeleri gerekmektedir.
- Koronavirüsten korunmak mümkün değildir! **(YANLIŞ)**
Gerekli tedbirleri aldığınız zaman korunmak mümkündür.
- Öncelikle; insandan insana yakın temastan kaçınmalısınız, Bunun anlamı karşınızda ki insanlarla en az 2 metre mesafe koyarak öksürme, hapşırma durmalarında etrafa saçılan damlacıkların solunum yolu ile alınmasının önlenmesidir. Ayrıca öpüşme, sarılma, tokalaşma gibi temaslardan uzak durulmasıdır.
- El hijyeni çok önemlidir. Yıkayamadığınız durumlarda alkol bazlı dezenfektanlar kullanılmalıdır.
- Öksürürken, hapşırırken ağız ve burun dirsekle ya da tek kullanımlık mendille kapatılmalıdır.
- Tuzlu su, alkol vb. sıvılarla gargara yapmak virüsü öldürür! **(YANLIŞ)**
- Bu bilgi kesinlikle doğru değildir. Aksine boğaz ya da burundaki dokuyu bozarak bu bölgelerde virüsün tutunmasını kolaylaştırır.
- Elimi yıkamam yeterli olur! **(YANLIŞ)**
- El hijyeni Koronavirüsten korunmak için önemlidir ancak tek başına yeterli değildir. Yukarıda sözü edilen korunma yöntemlerinin hepsine özen göstermeli ve uygulamalısınız.
- Maskeyi birkaç defa kullansam bir şey olmaz! **(YANLIŞ)**
- Maskeler genellikle tek kullanımlıktır. İki kere bile kullanılmamalıdır.
- Besin takviyeleri ya da vitaminler bağışıklık sistemini güçlendirir! **(YANLIŞ)**
- Doktorunuzun tavsiye etmediği her hangi bir yerde kolaylıkla ulaşılabilen ek takviye olarak kullanılan vitaminlerin! bağışıklık sistemini yükselttiği bilgisi tamamen yanlıştır. Bunun yerine uyku saatlerinizi düzenleyerek, beslenmenize dikkat ederek, bol sıvı tüketerek, alkol, sigara ve tütün ürünlerinden uzak durarak bağışıklık sisteminizi güçlendirebilirsiniz.
- Sıcak su torbası, sauna, soğuk hava virüsleri yok eder! **(YANLIŞ)**
- Tamamen yanlı bir bilgidir. Virüsler 56 derece de ölümler ancak bu seviyede bir sıcaklık kendi hücrelerimizdeki proteinlerinde ölümüne yol açar.
- Çok sıcak ya da çok soğuk bölgelerde COVID-19 insanları etkilemez! **(YANLIŞ)**
Hastalığın az görülmesinin ya da olmamasının sebebi sıcaklık ya da soğukluk değildir. Bu bölgeler sosyal yakınlaşmanın çok az olduğu bölgeler olduğu ve daha az sayıda insan yaşadığı için hastalık bu bölgelerde az görülür.

- Virüs aylarca bir maddenin üzerinde yaşar! **(YANLIŞ)**
- Bu da tamamen yanlış bir bilgidir virüslerin yaşayabilmesi için canlı hücrelere ihtiyaç vardır. Herhangi bir dokunun üzerinde kağıt karton, metal vb. kısa süreli yaşadığı bilinmektedir. Bu nedenle yaptığınız alışverişlerden sonra aldığınız ürünleri birkaç saat balkonda beklettikten sonra kullanmak sizler için daha sağlıklı olacaktır.
- Maske taktığım için bana hiçbir şey olmaz! **(YANLIŞ)**
- Maskenin koruyuculuğuna güvenerek rahat davranmak hem kendinizi hem de çevrenizde ki kişilerin sağlığını tehlikeye atacaktır. Kendinizi en iyi evde kalarak sosyal mesafe kurallarına uyarak koruyabilirsiniz. Sarılma, tokalaşma gibi sosyal ilişki davranışlarından da uzak durmalısınız.
- Eldiven takmak beni virüslerden korur! **(YANLIŞ)**
- Kısa süreli olarak sizi koruyacaktır ancak virüs bulaşmış olan eldivenlerinizde dokunduğunuz yerlere diğer insanların da dokunuyor olduğunu düşünürseniz genel bir risk oluşturmuş olursunuz. Eldivenlerin tek kullanımlık olmalı ve eldiven kullandıktan sonrada ellerinizi mutlaka su ve sabunla en az 20 saniye yıkamalısınız.
- Virüs evcil hayvanlardan da bulaşır! **(YANLIŞ)**
- Evcil hayvanların ya da sokak hayvanlarının bu virüsü bulaştırdığına dair bir bilgi yoktur. Bu virüs insandan insana temas yoluyla yada, öksürme-hapşırma yoluyla saçılan damlacıklarla bulaşmaktadır.

7. İşitme Engelli Çocuğu Olan Ailelere Öneriler

• Psikolojik Süreç;

- Okullarda eğitime ara verilmesini ve evde birlikte uzun süre zaman geçiyor olmanızı anlamlandıramıyor olabilirler. Bir grup çocuk bu durumu eğlenceli buluyorken bir grup endişeye kapılabilir.

- Buna bağlı olarak uyku düzensizlikleri, yeme bozuklukları, hırçınlık, tırnak yeme gibi davranış problemleri, ruhsal veya bedensel sıkıntıların ortaya çıkması olasıdır. Geleceğe yönelik olumlu ifadeler kullanmak kaygı düzeylerini hafifletecektir.



- Rutinlerinin bozulmuş olması her çocuk gibi sizin çocuğunuzu da daha agresif ya da daha içine kapanık yapabilir. Herkesin aynı süreci yaşadığını ona sabırla anlatmaya çalışmalısınız. Çocuğunuzun kullanmayı tercih ettiği iletişim dili (İşaret Dili veya sözel dil) kullanarak yaklaşmalı ancak kendinizi tam olarak ifade edemediğinizi düşündüğünüzde yazarak ya da resimleyerek anlatmaya çalışmalısınız.
- Uyku zamanları çok önemlidir. Resimli / sesli masallar ve kitaplar okuyarak uyumasına yardımcı olmalı bu süreci daha rahat geçirmelerini sağlamalısınız.

• **Eğitim Süreci;**

- Salgın sürecinde evde geçirilen zamanda aldığı özel eğitime on-line devam etmesine destek olmalısınız.
- Derslerden sonra gördüğü konuları size anlatmasını isteyerek hem ilgilendiğinizi gösterebilir hem de pekiştirmesini sağlayabilirsiniz.
- Aldığı özel eğitimi resimli ve sesli kitaplarla, oyunlarla, hikayelerle desteklemeye devam etmelisiniz.
- Çocuklarınızın normal rutinini korumalısınız. Salgın nedeniyle kapatılan okul-kreş-spor aktivitesi vb devam ettiği herhangi bir kurs vb varsa bu saat dilimini dolduracak etkinlikler üretmelisiniz.

• **İşitme Cihazı/İmplant kullanıcıları;**

- Çocuğunuzun kullanmakta olduğu işitme cihazı / implant gibi aparatları evde de kullanmaya devam etmesini sağlamalısınız. Sürekli evde olma fikri alışkanlıklarını değiştirmesine sebep olabilir ve bu durum cihazlarını da reddetmesini sebep olabilir sabırlı olmalı ve durumu onlarla konuşarak anlatmalısınız.
- Bir ay veya daha uzun süre yetecek miktarda işitme cihazı pili bulundurduğunuzdan emin olmalısınız; bizzat gidip almak yerine telefonla veya on-line olarak sipariş vermelisiniz.
- Kullanılan yüz maskeleri dudak okumayı zorlaştırmaktadır bu nedenle dışarı çıkmak zorunda olduğunuz zamanlarda iletişim sıkıntısını en aza indirebilmek için çocuğunuzun ya da kendinizin işitme cihazını almayı unutmamalısınız.

• **Sosyal İlişkiler ve İletişim;**

- Bütün çabanızın çocuğunuzun kendini daha güvende hissetmesi yönünde olduğunu unutmadan çocuğunuzun kullanmayı tercih ettiği iletişim dilini (Sözel Dil veya İşaret Dili) seçerek ona yaklaşmaya çalışmalısınız.

- İşitme engelli çocukların aileleriyle günlük iletişim kurabilmeleri ve tıpkı işiten çocukların yaptığı gibi aileleri tarafından ilgilenildiklerini hissetmeleri gerekir. Çocuğunuzla farklı konularda sohbetler geliştirmelisiniz.



- İşitme cihazı / Koklear implant kullanan ya da herhangi bir cihaz almadan hayatına devam eden işitme engelli bireyler sözel dili (Türkçe/ İng. vb.) öğrenirken işaret dilini de öğrenip kullanmaktadırlar. Böylece girdikleri ortamlarda kimi zaman yalnızca işaret dili, kimi zaman sözel dil (Türkçe/ İng. vb.) ve kimi zamanda her ikisini de harmanlayarak iletişim dillerini kendileri belirlemektedirler. Çocuğunuzun kendini istediği şekilde ifade etmesine yardımcı olmalısınız.
- Çocuğunuza herhangi bir şey anlatırken anlatımınızı (fotoğraf, video vb.) bir görselle desteklemelisiniz.
- Özgüven her birey gibi işitme engelli çocuğun da temel ihtiyaçlarındandır. Mevcut salgınla ilgili mutlaka onların da merakları, kaygıları ve yorumları olacaktır. Çocuğunuzun duygu ve düşüncelerini sözcüklerine ya da işaretlerine müdahalede bulunmadan onun anlatmasına müsaade etmelisiniz. Böylelikle sizinle daha rahat iletişim kuracaklardır.
- Arkadaşları ile görüşemiyor olmak ya da okula gidemiyor olmak çocuğunuzun daha sessiz ve suskun yapabilir bu durumda çocuğunuzun konuşması için zorlamamalı ancak onda iletişim ihtiyacı yaratmalısınız. Oyunlar bu konuda size yardımcı olacaktır.
- Eğer okula giden bir çocuğunuz varsa ve koşullar uygun ise sınıf arkadaşları ile görüntülü konuşma, sohbet etme, çevrim içi bir uygulama ile karşılıklı fiziksel egzersizler yapma gibi çocukların akranlarıyla iletişimlerini/bağlarını devam ettirecekleri alternatifler üretmelisiniz. Böylelikle hem akranlarının kendisiyle aynı durumda olduğunu göreceğiz hem de uzaktan da olsa sosyal becerilerinin gelişmesine katkı sağlanmış olacaktır.
- Çocuklarınızı yemek hazırlama, ev temizleme, çamaşır asma gibi etkinliklere dahil ederek çocukların ev içinde anne-baba ile birlikte hareket etme duygularını beslemelerine ve meraklarına gidermelerine fırsat tanımalısınız.



• Erişilebilir Programlar ve Sosyal Medya Kullanımı;

- Koronavirüs salgınına yönelik çocuğunuzun yaş grubuna uygun hazırlanmış olan programları birlikte seyredebilir anlamadığı noktalarda ona açıklayarak yorumlamasını kolaylaştırabilirsiniz.
- Virüse karşı alınan önlemlere yönelik hazırlanan ses ve altyazı/işaret dili erişimi sunan videoları izlemesini sağlamalı onu yönlendirmelisiniz.
- Haber, film vb programları seyrederken TV'nin sesinin açık olduğundan emin olmalısınız. Ancak bu ses seviyesinin ne duyamayacağı kadar kısık ne de rahatsız edecek kadar yüksek olmadığından emin olmalısınız. Bunun için işiten aile büyükleri ya da aile yakınlarından destek alarak standart bir seviye belirlemeli onlara ulaşamadığınızda da o ses seviyesini korumalısınız.
- Çocuğunuzla birlikte yaş grubuna uygun ve erişilebilir formatta (Sözel Dil + İşaret Dili/altyazı) hazırlanmış olan dizi, film, çizgi film vb. programları izleyerek birlikte vakit geçirebilirsiniz.
- Çocuğunuzun sesli videolar (doğa sesi, hayvan sesi) izlemesini sağlamalı ve bu izlediği videoları takip etmelisiniz.
- Çocuğunuzla birlikte, onun kullanmayı tercih ettiği dil çerçevesinde Sözel Dil / İşaret Dili + alt yazı olanağı sunan programları seyrederek izlediğiniz program üzerine birlikte yorum yapabilirsiniz.
- Evde geçirilen sürenin uzamasıyla beraber bütün çocuklar gibi işitme engelli çocuklarında sosyal medya ve farklı birçok sanal ortamda zaman geçirme süreleri uzamaktadır bu da fiziksel ve psikolojik şiddet ve istismar risklerini beraberinde getirmektedir. Bu çerçevede çocuklarınızın sanal arkadaşlıkları ve izlediği programları takip ederek güvende kalmalarını sağlamalısınız.
- Erişim seçeneği sunmayan (Sözel Dil / İşaret Dili + altyazı) programları izlerken konuya odaklanabilmeleri için haber ya da program üzerine daha kısa ve anlaşılır cümlelerle yorum getirerek sohbete katılmalarını sağlayabilirsiniz.

• İşitme Engelli Ebeveynler;

- Yukarıda bulunan önerilere ek olarak işitenlerle iletişim kurduğunuzda hastane, polis vb.tercüman desteği istemelisiniz erişimin mümkün olmadığı durumlarda size yazılı

olarak anlatılmasını istemelisiniz.

- Eğer çocuğunuz işitiyorsa ya da işitme cihazı/implant kullanmaya başlamışsa, çocuğunuzun sizinle işaret dili kullanırken aynı zamanda işiten aile büyükleri, arkadaş çevresi ya da öğretmenleri ile telefonla ya da görüntülü görüşme sağlayarak sözel dillerinin gelişimini desteklemeli ve dil gelişim sürecini pekiştirmelisiniz.

• İşaret Dili Öğrenmek İsteyen Ebeveynler

- Aile Çalışma ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Güncel Türk İşaret Dili Sözlüğü
- Milli Eğitim Bakanlığı / Türk İşaret Dili Uzaktan Eğitim Portalı
- Ankara Üniversitesi Türk İşaret Dili Öğrenci Kitabı'ndan faydalanabilirsiniz.

8 Koronavirüsü Çocuğunuza Nasıl Anlatmalısınız?

- Çocuklarınız yaşlarına, engel durumu ve engel oranlarına bağlı olarak salgına farklı tepkiler verebilir.
- Amacınız çocukları korkutmak ve kaygılandırmak değil bilinçlendirmek ve rahatlatmak olmalıdır.
- Çocuklardan bilgi saklamamalı, aksine çocukla doğru bilgiyi paylaşmalısınız. Virüsün ne olduğunu, neden okula gidilmediğini, neden parka, gezmeye, misafirlğe gidilmediğini yaşlarına uygun cümle ve sözcüklerle açıkça ve net bir şekilde anlatmak endişelerini azaltacaktır.
- Çocuklarınızla bilgi paylaşırken onların gelişimsel seviyelerini göz önünde bulundurarak gereksiz ve fazla bilgiye maruz bırakmamalısınız. Bu kapsamda örneğin virüsün ne demek olduğunu bir resim ya da çocuğun yaşına uygun, onu korkutmayacak bir görsel ile somutlaştırarak anlatabilirsiniz.
- Çocuklara «Bize hiçbir şey olmaz» şeklinde kesin cümleler kurmak yerine gerekli önlemleri almanın öneminden söz etmelisiniz.



- Çocuklar duyduklarını yanlış yorumlayabilir ve anlamadıkları bir şeyden korkabilirler. Çocuğunuzun salgınla ilgili yayınlara sürekli maruz kalmalarına engel olmalısınız.
- Dışarı çıkmak tekrar güvenli olduğunda, olağan etkinliklerine dönmelerini desteklemelisiniz.
- Bir rol modeli olmalısınız; molalar vermeli, dengeli uyumalı, egzersiz yapmalı ve iyi beslenmelisiniz. Ayrıca arkadaşlarınız ve ailenizle iletişiminizi sürdürmelisiniz.

• 8.1. Bebek ve Küçük Çocuklar

- Neler olup bittiğini bilmesede, bir ebeveynin endişesini hissedebilirler o nedenle etrafında sakin kalmaya çalışın.
- Yüksek gürültü ve karmaşadan uzak tutmalısınız. Gürültü ve karmaşa cihaz kullanan çocuklarda ki kaygı düzeyini arttırırken, cihaz kullanmayanlarda da karmaşa belirsizlik, kaygı ve korku duygularını besleyecektir.
- Rutinler bebekler için güvenlidir. Normal rutinlerini mümkün olduğunca korumalısınız. Örneğin yemek saatini, uyku saatini ya da yatağını değiştirmemelisiniz.
- Bebekleri ve küçük çocukları medyadan (TV ve internet) uzak tutmalısınız.
- Çocuğunuzda dışarıya çıkmaktan korkmak, normalden sinirli olmak, vb. gibi endişe sonucu oluşan tepkiler hissederseniz ona güvende olduğunu hissettirmeye çalışmalısınız.
- Sıkıntı belirtileri göstermedikçe veya soru sormadıkça bu konu hakkında konuşmamalısınız.



• 8.2. Okul Öncesi Çocuklar

- Okul öncesi çocuklar neler olduğunun daha fazla farkında olabilirler. Mikroplar, virüsler, doktorlar ve hatta ölüm hakkında soruları olabilir.
- Güvenlik, bu yaş grubu için önemlidir, onlara yetişkinlerin sorumluluklarını ve onu sağlıklı ve güvenli tutmak için çalıştıklarını anlatmalısınız.
- Onlara sıkça sarılmalı ve güven vermelisiniz.
- Okul öncesi çocuklar ebeveynlerinin, akrabalarının ve arkadaşlarının sağlığıyla

ilgilendirirler. Onlara, herkesin sağlıklı kalmak ve başkalarına bakmak için elinden geleni yaptığını anlatmalısınız.

- Okul öncesi çocuklar hayal ve gerçekliği her zaman ayırt edemezler. Hayal güçlerini etkileyerek korku, endişe duygularını pekiştirecek yayınlardan uzak tutmalısınız.
- Çocuğunuz kaygı, stres belirtileri göstermiyor veya soru sormuyorsa salgın konusu hakkında konuşmamalısınız.

• **8.3. Okul Dönemindeki Çocuklar (6-12 Yaş)**

- Okul çağındaki çocuklar neler olup bittiğinden daha fazla haberdardır ve telefonda ya da sanal ortamda bu konuyu arkadaşlarıyla konuşuyor olma ihtimallerini bilmelisiniz.
- Çocuklarınızla konuşmalı, sizin, sağlık çalışanlarının ve yetkililerin onları sağlıklı ve güvenli tutmak için her şeyi yapacağını açıklamalısınız.
- Okul veya okul faaliyetlerinin kapanmasının yetişkinlerin insanların hastalanmasını önlemek için alınan önlemlerden olduğunu anlatmalısınız. Ancak bunun öğretmenlerinin ve arkadaşlarının hasta olduğu anlamına gelmediğini açıklamalısınız.
- Bu yaştaki çocuklar kendi sağlıklarının yanı sıra ailelerinin ve arkadaşlarının sağlığıyla da ilgilidir. Örneğin, yaşlı büyükanne ve büyükbabaları hakkında endişeli olabilirler. Onlara zaman ayırmalı ve ilgi göstermelisiniz.
- Süreçle ilgili ne olduğuna dair gerçek bilgileri paylaşmalı ve güncel durumu anlatmalısınız.
- Güçlü olmalarını beklememelisiniz. Düşüncelerini ve korkularını yargılamadan dinlemelisiniz.
- Daha sinirli ve duyarlı olmaları durumunda şaşırılmamalı, sabırlı olmalısınız.
- Soruları olup olmadığını sormalısınız ve sorularına gerçeklere sadık kalarak cevap vermelisiniz. Abartmadan veya aşırı tepki vermeden bildiklerinizi anlatmalısınız.

• **8.4. Ergenlik Dönemindeki Çocuklar (13-18 Yaş)**

- Bu yaştaki çocuklar neler olup bittiğinin farkında olduklarını ve muhtemelen haberleri dinleyerek, internette yayınlarını takip ederek ve hatta arkadaşlarıyla tartışarak salgını gündemlerine almış olabileceklerini bilmelisiniz.
- Onlarla konuşmalı ve sorularını cevaplamalısınız. Bu, ne kadar bildiklerini anlamınıza ve yanlış bilgilerini düzeltmenize yardımcı olacaktır.
- Bu yaştaki çocuklar gelecekte ne olabileceğiyle daha fazla ilgileneceklerdir. Gerçeklere sadık kalın ve kendi endişelerinizi onlarla paylaşmayın.
- Salgın ilgili konuşurken herhangi bir grup, millet ya da ırkla ilgili onları aşağılayıcı ya da damgalayıcı ifadeler kullanmamaya özen göstermelisiniz.
- Çocuğunuza virüsten korunmak ve bulaşmasını önlemek için yapabileceği şeyler

konusunda yardımcı olmalısınız; virüsün yayılmasını nasıl önleyeceğiniz hakkında daha fazla bilgi edinmek, el yıkamak gibi.

- Akranları ve sizinle salgın deneyimlerini konuşmasına teşvik etmeli ancak zorlamamalısınız.

9. 65 Yaş Ve Üstü İşitme Engelli Bireyler Ve Aileleri İçin Öneriler

Bizlere göre evde daha uzun süre vakit geçiren yaşlılarımızın haber ve tartışma programlarını izleme oranları çok daha yüksektir. Bu kapsamda uzun süre aynı haberlere maruz kalmak onlarda kaygı, endişe gibi depresif durumların gelişmesine sebep olacağı gibi fiziki ve ruhsal durumlarını da olumsuz etkileyecektir. Bu nedenle;

Bilgilendirme süreci;

- Evdeki yaşlılarınıza mutlaka Koronavirüsün ne olduğu, nasıl bulaştığı, korunmak için neler yapılması gerektiği, virüsün yol açacağı sorunları ve bunların sonuçlarını korkutup paniğe yol açmadan, yumuşak ancak kesin ifadelerle anlatmalısınız. Böylece sokağa çıkma yasağını ve neden böyle bir yasağa ihtiyaç duyulduğunu vb. konuları daha sakin karşılayıp daha doğru yorumlayacaklardır.
- Sosyal medyada yayınlanan ve olumsuz ifade barındıran paylaşımlardan etkilenmemeleri ve alınan kararları yanlış yorumlamamaları kapsamında virüsün onların yüzünden yayılmadığını ancak yayılma hızı yüksek bir virüs olduğunu anlatmalısınız.
- Koronavirüsün sadece onları değil her yaş grubunu etkilediğini ancak kronik hastalarda ve ilerlemiş yaş grubunda olan bireylerde daha ağır ilerlediği için alınan tedbirlerin amacının onları korumak olduğunu anlatmalısınız.

Sosyal İzolasyon Süreci;

- Sokağa çıkma yasağında 65 yaş üstü kuralına mutlaka uymalarını sağlamalısınız. Bu yasağın onları engellemek için değil korumak için getirildiğini anlatmalısınız.
- Bu sürecin arkadaş-akraba ziyaretleri için bir tatil değil, salgından korunmak için bir önlem olduğunu ve gerçekleştirilen her ziyaretin hem kendilerine hem de ziyaret ettikleri kişiye yönelik olası tehditlerini anlatmalısınız.

Erişilebilir Programlar ve Gündem Takibi;

- Gündemden tamamen habersiz kalmak doğru değildir ancak sürekli haberlere maruz kalmakta insan psikolojisini olumsuz etkileyen bir süreçtir. Bu nedenle her

an pandemi ile ilgi gelişmeleri takip etmek yerine belirli saatlerde yalnızca güvenilir haber kanallarından, işaret dili çevirisi/altyazı ve sözsel anlatımlı (Türkçe / İng. vb.) erişim olanağı sunan haberleri takip etmelerini sağlamalısınız.

- Virüse karşı alınan önlemlere yönelik hazırlanan altyazı/işaret dili erişimi sunan videoları izlemesini sağlamalı onları ynlendirmelisiniz.
- Yaşlılarınızı sosyal medyanın olumsuz etkilerinden uzak tutmalısınız.

Sosyal İlişkiler;

- Sosyalleşmek her birey gibi işitme engelli yaşlılarımız içinde çok önemlidir. Evde kaldıkları bu süreçte normal zamanlarda sıklıkla görüştüğü arkadaşları, yakınları ve diğer iletişim kurdukları kişilerle görüntülü görüşmelerini sağlamalısınız.
- Her birey gibi işitme engelli yaşlılarımızda aileleriyle günlük iletişim kurmaya, aileleri tarafından ilgilenildiklerini hissetmeye ihtiyaç duyarlar. Byklerinize sadece gündemle ilgili değil farklı konularda da sohbetler geliştirebilirsiniz.

Sağlık ve Fiziksel Aktivite;

- Kendilerinde düşmeyen yüksek ateş, kuru öksürük ve nefes darlığı gibi durumlar olduğunda mutlaka acil yardım numaralarını kullanarak yardım istemelerini anlatmalısınız.
- Fiziksel aktivite çok önemlidir. Bu nedenle evinizde uygun bir alanda her gün aynı saat diliminde yaşlılarınız için bir rutin oluşturarak en az 50 adım atamalarını sağlayabilirsiniz.
- Hijyenin önemini anlatmalı, ellerini sık sık yıkamalarını hatırlatmalısınız.
- Su yaşam için çok önemlidir. Günde en az 8-10 bardak su/sıvı tksetmelerine zen göstermelisiniz.
- ğnlerinde süt ve ürünleri, et ve ürünleri, taze sebze ve meyveler ile ekmek ve tahıllar grubundan ihtiyaca göre tksetmelerini sağlamalısınız.

Acil Durumlar;

- Yardım kuruluşundan geldiğini söyleyen kişilere inanmamalarını ve kimlik istemelerini hatırlatın. şüphelendikleri bir durum olduğunda kapılarını kapatıp sizden, komşularınızdan ya da 112 ağrı Merkezi aracılığıyla emniyet birimlerinden yardım talep etmelerini söylemelisiniz.
- Acil durumlarda aranabilecek numaraları kendilerine göstermeli ve bu bilgi ve numaraları yazdığınız bir not kâğıdını evde görülebilecek bir yere koymalısınız.

10. Acil Durumlarda Aranabilecek Numaralar

Bakanlığımıza bağlı **Alo 183** Hattında işitme engelli kullanıcılar için belirlenmiş olan 0 549 381 0 183 nolu hat üzerinden İşaret Dili Tercümanları ile 3G uyumlu telefonlar ya da whatsapp üzerinden hafta içi 08:00 – 24:00 saatleri arasında, Cumartesi Pazar günleri ise 08:00-17:00 saatleri arasında görüntülü görüşme yapılabilmektedir.

Bakanlığımıza bağlı **Alo 144** Hattında işitme engelli kullanıcılar için belirlenmiş olan 549 441 21 44 nolu hat üzerinden İşaret Dili Tercümanları ile 3G uyumlu telefonlar ya da whatsapp üzerinden hafta içi 08:00 – 18:00 saatleri arasında görüntülü görüşme yapılabilmektedir. Kullanıcılar bu hat üzerinden 2022 maaşları, gıda yardımları, nakdi yardımlar, kömür yardımları, şartlı eğitim ve şartlı sağlık yardımları, eşi vefat edenlere yapılan yardımlar ve diğer yardımlar hakkında bilgi alabilmektedirler.

112 Acil çağrı merkezinde İşitme Engelli bireylerin, gündelik hayatta ihtiyaç duydukları her anda bilgi ve hizmetlere erişimlerini kolaylaştırmak amacıyla işaret dili tercümanları eşliğinde 7/24 hizmet vermektedir.

ESİM (Engelsiz Sağlık Erişim Merkezi) uygulaması ile işitme engelli bireylerin sağlık hizmetlerine erişimlerini kolaylaştırmak amacıyla işaret dili tercümanları eşliğinde 7/24 hizmet vermektedir.

e-Devlet internet sayfası üzerinden Çağrı Merkezi'ndeki işaret dili tercümanlarına canlı bağlantı yapılarak e-Devlet Kapısı ile ilgili tüm sorularınızı sorarak destek alabilirsiniz. Bu sistemi kullanabilmek için bilgisayarınızda bir kamera ve mikrofon bulunmalı ve Adobe Flash Player eklentisi yüklü olmalıdır.

İşitme engelli yolcuların bilet alım, bilet değişikliği, tarife hakkında bilgiler vs. uçuş hakkında hizmet alabilmeleri için **THY** sitesi üzerinde erişim olanağı erilen bir görüntülü çağrı merkezi sistemi oluşturulmuştur. Sisteme THY web sitesi üzerinden erişmek mümkündür.

11. Çocuk Ve Oyun / Oyun Oynamanın Katkıları

Oyunlar çocukların fiziksel, duygusal, sosyal, bilişsel gelişimini hızlandırır; dil gelişimini olumlu etkiler, konsantre olma sürelerinin uzamasını sağlar. Oyun oynamak çocuğun zekasını, insanlarla iletişim kurma yeteneğini, hayal gücünü, dikkat toplama – konsantre olma becerisini, hareket becerilerini, sorunları halletme yetisinin gelişmesini, kelime dağarcığının genişlemesini, sosyal ilişkiler kurabilmesini, toplumsal kuralları öğrenmesini, gerginliğini üstünden atmasını, rahatlamasını, dikkatli ve sabırlı olmayı öğrenmesini, kendini ifade edebilmesini sağlayarak yaşam enerjisini olumlu etkiler. Ayrıca oynarken başkalarını sevmeyi, onlara saygı göstermeyi, yardımcı olmayı öğrenir. Oyun oynamak saldırganlık eğilimi olan, agresif çocukların sakinleşmesine de yardımcı olur.

Çocuk oyun oynarken gerçek hayattaki farklı rolleri tecrübe ederek hayatı kontrol edebileceğini hisseder ve bu onu rahatlatır. Hayatın birçok kuralını yine oyunlar aracılığıyla öğrenir. Arkadaşlarıyla Ebeveynler çocuklarına vermek istedikleri mesajları oyun oynarken verirken aynı zamanda çocuklarının bir çok özelliğini de bu oyun sürecinde öğrenebilirler. bu nedenle evde geçirilen bu süre fırsata çevrilerek hem çocukların salgından kaynaklı hissedebilecekleri negatif duygular en aza indirilebilir hem de eğlenceli vakit geçirebilirsiniz.

11.1 Çocuğunuzla Evde Oynayabileceğiniz Oyunlar

11.1.1. Fotoğrafta ki kim?

Yaş Grubu: 5 yaş ve üzeri

Kaç Kişi ile Oynanır: 2 kişi ve üzeri

Oynamak için Neler Gerekir: Aile bireylerin fotoğrafları ve fotoğrafların içine konulabileceği bir torba

Çocuğa Neler Kazandırır: Çocuğun dikkatini geliştirir.

Nasıl Oynanır?: Bu oyunda aile bireylerinin fotoğrafları bir torbaya konular anlatıcı torbadan rastgele çektiği fotoğrafı kimseye göstermeden onun fiziksel özelliklerini anlatarak aile bireylerin fotoğraftaki kişinin kim olduğunu bilmesini sağlar. Fotoğrafta ki kişiyi bulan oyuncu anlatıcı konumuna geçer torbadaki bütün fotoğraflar bitene kadar oyun devam eder. Hem işaret diliyle hem de sözlü dille oynayabileceğiniz bu oyunla çocuğunuzun hem sözel dil hem de işaret dili söz dağarcığı gelişecektir.

11.1.2. Dikkat – Dikkat

Yaş Grubu: 6 yaş ve üzeri

Kaç Kişi ile Oynanır: 2 kişi

Oynamak için Neler Gerekir: Materyal gerekmez

Çocuğa Neler Kazandırır: Hayal gücünü ve dikkati geliştirir.

Nasıl Oynanır?: Bu oyunda amaç çocukla birlikte hikâye kurgulamaktır. Bunun için oyunu oynayacağımız çocuktan ilk önce yer, zaman ve bir kahraman seçmesi istenir. Çocuk yer olarak “evde”, zaman “gece ve ya yaz, ya da kış sabahı” gibi tercihler yapabilir, kahramanı “fil” olsun diyebilir. Bundan sonra yetişkin bunların içinde yer aldığı bir hikaye başlatır. Çocuktan hikâyeyi dikkatli bir şekilde takip etmesi istenir. Hikâyenin sonunda konunun içinden bazı sorular sorulacağı, doğru cevaplar vermesi gerektiği söylenir. Yetişkin, çocuğun seçtiği yer, zaman ve kahramanla birlikte hikâyenin girişini yapar. “Bir fil evinde uyuyormuş, sabah uyandığında çok üşüdüğünü fark etmiş çünkü mevsimlerden kışmış ve dışarda kar yağıyormuş” gibi. Daha sonra çocuk hikâyeyi devam ettirir. Zaman zaman yetişkin hikâyeyi zenginleştirecek (hayvanlara, yerlere isim verdirerek, yeni kahramanlar, renkler ekleyerek) katılımlarda bulunabilir. Belli bir yerden sonra hikâye sonlandırılır. Ve çocuğa hikaye ile ilgili sorular sorulur. Meselâ; hikâyede hayvanlar varsa onların sayısı, birden fazla çocuk varsa onların isimleri, kıyafet renkleri gibi sorular sorulabilir. Hem işaret diliyle hem de sözlü dille oynayabileceğiniz bu oyunla çocuğunuzun hem sözel dil hem de işaret dili söz dağarcığı gelişecektir.

11.1.3. Üçgen Peynir Dilimleri

Yaş Grubu: 7 yaş ve üzeri

Kaç Kişi ile Oynanır: 2 kişi ve üzeri

Oynamak için Neler Gerekir: Kâğıt ve kalem

Çocuğa Neler Kazandırır: Dikkati geliştiren bir oyundur.

Nasıl Oynanır?: İlk önce kâğıdın üstüne bir sürü nokta konur. Sonrasında ilk sırayı alan yarışmacı iki nokta arasına bir çizgi çizer. Bu çizgi iki noktayı birleştirmeli ancak birçok noktanın üzerinden geçmemelidir. Bu çizgiyi çizdikten sonra sıra diğer oyuncuya geçer. Bu oyuncu da da başka iki nokta arasına çizgi çizer. Oyunda amaç, karşı rakibe çizgi çizerek üçgen yaptırmadan üçgenler yapmaktır. Bu nedenle çizilen çizgilere dikkat edilmelidir. Bir şekilde oyunculardan biri iki noktayı birleştirerek üçgen elde ederse, üçgenin içine adının baş harfini yapar. Böylece üçgenin kime ait olduğu belli olsun.

11.1.4. Tadını Anlama

Yaş Grubu: 5 yaş ve üzeri

Kaç Kişi ile Oynanır: 2 kişi ve üzeri

Oynamak için Neler Gerekir: Evde var olan içecekler (çay, su, meyve suyu vb.), bardak
Çocuğa Neler Kazandırır: Çocuğun dikkatini ve tat alma duyusunu geliştirir, belleğini kullanmayı öğretir.

Nasıl Oynanır?: Evinizde bulunan içecekleri farklı bardaklara doldurun. Sonra Çocuğunuzun gözlerini bir kumaş ile bağlayın ve bu içeceklerden tek tek tatmasını isteyin. Hem içecekleri görmeden tadından tanıyarak ayırt etmeye başlayacaklar hem de birlikte keyifli zaman geçirmiş olacaksınız. Çocuğunuzdan sonra sizin de gözünüzü bağlamasına müsaade edin ki sadece kendini oyalamak için değil oyalandığınızı birlikte faaliyet yaptığınızı hissedebilsin ve oyuna kendini versin. Aynı oyunu yiyeceklerin kokusunu bulmak için baharatlarla ya da tadından anlamak için meyve ve sebzelerle de oynayabilirsiniz. Hem işaret diliyle hem de sözlü dille oynayabileceğiniz bu oyunla çocuğunuzun hem sözel dil hem de işaret dili söz dağarcığı gelişecektir.

11.1.5. Hacı Yatmaz

Yaş Grubu: 2 yaş ve üzeri

Kaç Kişi ile Oynanır: 2 kişi ve üzeri

Oynamak için Neler Gerekir: Oklava veya sopa

Çocuğa Neler Kazandırır: Refleksleri geliştiren bir oyundur.

Nasıl Oynanır?: Uzunca bir sopa ortaya dikilir. Oyunculardan biri sopayı havada durması için tutar. Oyuncular sopanın çevresinde halka şeklinde dizilir. Herkese bir numara verilir. Ortadaki oyuncu bir numara söyleyerek sopayı bırakır ve numarası söylenen oyuncu sopayı yere düşmeden yakalamaya çalışır.

11.1.6. Pazara Gittim

Yaş Grubu: 7 yaş ve üzeri

Kaç Kişi ile Oynanır: 2 kişi ve üzeri

Oynamak için Neler Gerekir: Materyal gerekmez.

Çocuğa Neler Kazandırır: Hafızayı ve kelime haznesini geliştiren bir oyundur.

Nasıl Oynanır?: Oyuncular halka şeklinde oturur. İçlerinden biri oyunu “Pazara gittim ve ELMA aldım.” diyerek başlatır. Yanındaki oyuncu bir önceki oyuncunun çarşıdan aldığı şeyi aynen söyler ve üzerine bir meyve-sebze daha ekler. Örneğin “Pazara gittim ELMA, MUZ aldım”. Üçüncü oyuncu da birinci ve ikinci oyuncunun söylediklerini söyler ve bir meyve-sebze daha ekler. Oyun bu şekilde her oyuncuda yeni bir meyve-sebze eklenerek devam eder.

Alınan meyve-sebzelerin sırasını karıştıran ya da unutan oyuncu yanar ve oyundan çıkar. Diğerleri en baştan başlayarak oyunun tekrar eder. Hem işaret diliyle hem de sözlü dille oynayabileceğiniz bu oyunla çocuğunuzun hem sözel dil hem de işaret dili söz dağarcığı gelişecektir.

11.1.7. Bom Bom - Alkış!

Yaş Grubu: 7 yaş ve üzeri

Kaç Kişi ile Oynanır: 2 kişi ve üzeri

Oynamak için Neler Gerekir: Materyal gerekmez.

Çocuğa Neler Kazandırır: Dikkati geliştiren bir oyundur.

Nasıl Oynanır?: Oyuncular halka halinde dizilirler. İçlerinden biri “1” diye saymaya başlar, yanındaki oyuncu “2”, onun yanındaki “3” şeklinde saymaya devam ederler. 5’e gelen oyuncu “BOM” der ve iki defa alkış yapar. Oyun kuralı gereği 5 ve 10’un katlarında BOM denir ve alkış yapılır. Örneğin, “1-2-3-4-BOM + ALKIŞ -6-7-8-9-BOM+ ALKIŞ. “BOM” demeyip ALKIŞ YAPMAK yerine sayısının kendisini söyleyen oyuncu yanar ve oyundan çıkar. Oyun 1’den başlayarak diğer oyunlar arasında devam eder.

11.1.8. Sana ne lazım?

Yaş Grubu: 2 yaş ve üzeri

Kaç Kişi ile Oynanır: 2 kişi

Oynamak için Neler Gerekir: Materyal gerekmez.

Çocuğa Neler Kazandırır: Meslekleri tanıtan bir oyundur.

Nasıl Oynanır?: Oyun için her bir oyuncunun 2 dakika süresi vardır. İlk oyunu başlatan oyuncu bir meslek seçer ve sonrasında “Sana ne lazım diye sorar?”. Örneğin, “Sen bir doktorsun, sana ne lazım?”. Diğer oyuncu bu soruya cevap verdiğinde, “Başka ne lazım” diyerek oyun devam ettirilir. Karşıdaki oyuncunun 2 dakika boyunca “Başka ne lazım?” sorularına hızlı cevap vermesi gerekmektedir. 2 dakika dolmadan tıkanıp, cevap veremeyen kaybeder. Bir oyuncu sorusunu bitirdikten sonra, sıra diğer oyuncuya geçer ve o bir meslek seçerek oyunu devam ettirir. Hem işaret diliyle hem de sözlü dille oynayabileceğiniz bu oyunla çocuğunuzun hem Sözel Dil hem de İşaret Dili söz dağarcığı geliştirecektir.

11.1.9. Kelime Avı

Yaş Grubu: 4 yaş ve üzeri

Kaç Kişi ile Oynanır: 2 kişi ve üzeri

Oynamak için Neler Gerekir: Materyal gerekmez.

Çocuğa Neler Kazandırır: Kelime haznesini ve telaffuzu geliştiren bir oyundur.

Nasıl Oynanır?: Oyunculardan birisi, ya da anne-baba çocuklara iki harfli bir hece verir. Örneğin “Pa”. Çocukların kendilerine verilen 2 dakikalık sürede “Pa” ile başlayan 3 ya da 5 kelime bulması beklenir. Pantolon, Pazar, para, paça, palyaço gibi. Hedeflenen kelime sayısını bulan çocuk bir puan kazanır. Hem işaret diliyle hem de sözlü dille oynayacağınız bu oyunla çocuğunuzun hem sözel dil hem de işaret dili söz dağarcığı geliştirecektir.

11.1.10. Sıcak-Soğuk

Yaş Grubu: 4 yaş ve üzeri

Kaç Kişi ile Oynanır: 2 kişi ve üzeri

Oynamak için Neler Gerekir: Saklanabilecek ölçüde küçük bir nesne.

Çocuğa Neler Kazandırır: Mesafe algısı, dikkat ve yönergeleri değerlendirip sonuca ulaşma becerilerini geliştirir.

Nasıl Oynanır?: Oyuncular arasından bir ebe seçilir. Saklamak için bir nesne seçilir. Ebe oyun alanının dışına çıkartılıp geride kalanlarla birlikte bu nesne saklanır. Ebe nin görevi bu nesneyi bulmaktır. Ebeyi, diğer çocuklar nesneye yaklaştığında “sıcak” nesneden uzaklaştığında ise “soğuk” diyerek yönlendirirler. Ebe nesneyi bulunca kendi istediği birisini ebe seçer. Ebeye belli bir süre verilerek de oynanabilir. Büyük çocuklarda aynı anda saklanan nesnelerin sayısı arttırılabilir.

12. Bilgi Alabileceğiniz İnternet Adresleri

12.1. Eğitim

Güncel Türk İşaret Dili Sözlüğü: <http://İşaret Dilisozluk.net/>

TİD Eğitim Portalı: <https://tid.meb.gov.tr/>

AÇSPB. Sevgi Bir Kuş Çocuk Dergisi: www.sevgibirkus.com.tr

Aile Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı: <https://İşaret Dili.meb.gov.tr/>

FIAT İyiye İşaret: <https://engelsizhareket.fiat.com.tr/iyiye-isaret/iyiye-isaret-nedir>

MEB: Özel Eğitim ve Kaynaştırma Sınıfı Öğrencileri İçin Uzaktan Eğitim İçerikleri:

https://orgm.meb.gov.tr/www/icerik_goruntule.php?KNO=1317

MEB: EBA TV'de kaynaştırma öğrencilerine özel içerik:

<https://orgm.meb.gov.tr/www/eba-tvde-kaynastirma-ogrencilerine-ozel-icerik/icerik/1318>

12.2. Bilgilendirme

Cumhurbaşkanlığı Dijital Dönüşüm Ofisi

<https://corona.cbddo.gov.tr/>

COVID-19 Rehberi

https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/depo/rehberler/COVID-19_Rehberi.pdf

Sağlık Personeline Yönelik Sıkça Sorulan Sorular

<https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/tr/sss/saglik-personeli.html>

Halka Yönelik Sıkça Sorulan Sorular

<https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/tr/sss/halka-yonelik.html>

81 İl Psikososyal Destek Hat Bilgileri

<https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/tr/destek-hat-bilgileri>

12.3. Sosyal Hayat, Eğlence Ve Genel Kültür



<https://engelsiz.epttavm.com/>

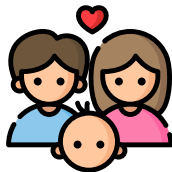
<https://engelsiztrt.tv/>

<http://engelsiz.kanald.com.tr/>

13. Günlük Program izelgesi







ENGELLİ VE YAŞLI HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

2020

www.ailevecalisma.gov.tr