



Innhold

Skriftlig informasjon.....	1
Generelt om korona.....	1
Psykisk helse (NKVTS)	2
Barnehage, skole og foreldreskap.....	3
Brosjyrer/plakater.....	4
Video.....	5
Podcast	6
En samleside på polsk.....	Feil! Bokmerke er ikke definert.

Skriftlig informasjon

Generelt om korona

Hva	Norsk	Polsk
Informasjon generelt (NRK)	https://www.nrk.no/korona/satus/	https://www.nrk.no/osloogviken/xl/koronavirus--informasjon-pa-polsk-1.14949172

Hva	Norsk	Polsk
Spørsmål og svar om koronaviruset (FHI)	https://www.fhi.no/contentasset/s/d6d849ee53624b32844e6f80c5a8cb9f/vedlegg/norsk_sporsmal-og-svar-om-koronaviruset.pdf	https://www.fhi.no/contentassets/d6d849ee53624b32844e6f80c5a8cb9f/vedlegg/polsk_sporsmal-og-svar-om-koronaviruset.pdf

Hva	Norsk	Polsk
Karantene (FHI)	https://www.fhi.no/contentasset/s/9648bb76836841468f9f11022d2e0cf8/vedlegg/norsk_til-deg-som-er-bedt-om-a-holde-deg-i-karantene-og-hjemmeisolasjon.pdf	https://www.fhi.no/contentassets/9648bb76836841468f9f11022d2e0cf8/vedlegg/polsk-polish_til-deg-som-har-fatt-beskjed-om-a-holde-deg-i-karantene-og-hjemmeisolasjon.pdf

Hva	Norsk	Polsk
Informasjon om å holde avstand (FHI)	https://www.fhi.no/contentasset/s/cdd1659c32fd45ecb84aee903cd0ef33/vedlegg/norsk-	https://www.fhi.no/contentassets/cdd1659c32fd45ecb84aee903cd0ef33/vedlegg/polsk-polish_litt-mye-eller-helt-avstand.pdf



	norwegian litt-mye-eller-helt-avstand.pdf	
--	---	--

Hva	Norsk	Polsk
Gradvis gjenåpning av samfunnet	https://helsenorge.no/koronavirus/arrangement-og-aktiviteter	Finnes ikke

Hva	Norsk	Polsk
Til deg som er nærkontakt men ikke må i karantene		

Psykisk helse (NKVTS)

Hva	Norsk	Polsk
Korona råd til deg som har psykiske plager	https://www.nkvts.no/aktuelt/korona-rad-til-deg-som-har-psykiske-plager/	https://www.nkvts.no/koronawirus-porada-dla-osob-doswiadczajacych-problemow-ze-zdrowiem-psychicznym/

Hva	Norsk	Polsk
Råd til barn og unge i en sårbar situasjon	https://www.nkvts.no/aktuelt/korona-informasjon-og-rad-til-barn-og-unge-i-en-sarbar-livssituasjon/	https://www.nkvts.no/koronawirus-informacja-i-porada-dla-dzieci-i-mlodziezy-w-trudnej-sytuacji-zyciowej/

Hva	Norsk	Polsk
Råd til barn og unge som sliter psykisk	https://www.nkvts.no/aktuelt/rad-til-barn-og-ungdom-som-sliter-psykisk/	https://www.nkvts.no/koronawirus-porada-dla-dzieci-i-mlodziezy-z-problemami-emocjonalnymi/

Hva	Norsk	Polsk



Råd til foreldre	https://www.nkvts.no/aktuelt/korona-rad-til-foreldre/	https://www.nkvts.no/koronavirus-porada-dla-rodzicow-w-trudnej-sytuacji-zyciowej/
------------------	---	---

Hva	Norsk	Polsk
Stressreduerende tiltak ved karantene og isolasjon	https://www.nkvts.no/aktuelt/stressreduerende-tiltak-ved-karantene-og-isolasjon/	https://www.nkvts.no/srodki-lagodzenia-stresu-w-kwarantannie-i-izolacji/

Barnehage, skole og foreldreskap

Hva	Norsk	Polsk
Informasjon til barnehageforeldre (udir)	https://www.udir.no/globalassets/filer/kvalitet-og-kompetanse/korona/forelderinfo_bok_maal.pdf	https://www.udir.no/globalassets/filer/kvalitet-og-kompetanse/korona/forelderinfo_polsk.pdf

Hva	Norsk	Polsk
Informasjon til foreldre i skolen	https://www.udir.no/kvalitet-og-kompetanse/sikkerhet-og-beredskap/informasjon-om-koronaviruset/smittevernveileder/informasjon-til-foreldre/korona----informasjon-til-foreldre-om-skolehverdagen/	https://www.udir.no/contentassets/eb669de5df334fae8373656331d29455/polsk_foreldreinfo_skole.pdf

Hva	Norsk	Polsk
Informasjon om hjemmeskole (morsmal.no)	https://morsmal.no/media/bilder/Norsk/Info om hjemmeskole/Bokm%C3%A5l-	https://morsmal.no/media/bilder/Norsk/Info om hjemmeskole/Polsk Informasjon til deg som har hjemmeskole.pdf



	Informasjon til deg som har hjemmeskole.pdf	
--	---	--

Hva	Norsk	Polsk
Informasjon om smitte til foreldre (morsmal.no)	https://www.morsmal.no/media/bilder/Norsk/Koronasmitten_info/Korona_norsk_bm_uu.pdf	https://www.morsmal.no/media/bilder/Norsk/Koronasmitten_info/Korona_polsk_uu.pdf

Hva	Norsk	Polsk
Hvordan du kan snakke med barn om korona (redd barna)	https://www.reddbarna.no/6-tips-til-hvordan-du-kan-snakke-med-barn-om-korona?gclid=EAlaIqobChMIm83Ag_ni6QIVwRoYCh3QiAloEAA_YASAAEgKrXvD_BwE	https://www.reddbarna.no/conrona-flere-sprak-simple-module?iid=1350298&pid=RB-Modules-Files.Native-InnerFile-File

Brosjyrer/plakater

Hva	Norsk	Polsk
Plakat: vaner som forebygger smitte	https://www.helsedirektoratet.no/brosjyrer/vaner-som-forebygger-smitte/Vaner%20som%20forebygger%20smitte%20-%20bokm%C3%A5l.pdf	https://www.helsedirektoratet.no/brosjyrer/vaner-som-forebygger-smitte/Vaner%20som%20forebygger%20smitte%20-%20polsk.pdf

Hva	Norsk	Polsk
Generelt om korona (FHI)	https://www.fhi.no/contentassets/37298bcacf6724377b68018cfd7db4309/vedlegg/norsk_generell-informasjon-korona.pdf	https://www.fhi.no/contentassets/37298bcacf6724377b68018cfd7db4309/vedlegg/polsk_generell-informasjon-korona.pdf

Hva	Norsk	Polsk
Koronareglene fra Røde Kors	https://www.rodekors.no/vart-arbeid/beredskap/pandemi/korona-rode-kors/koronavettreglene/?fbclid=IwAR1d	https://www.rodekors.no/contentassets/b713b0d7e94f4b8a80788c362a6fcb1/koronavettreglene_polsk.pdf



	8VttzgVDdoUwSYBZHwO0PhRnUtmnnOUqz4CNiFLFD9F1eadtWTbDU60	
--	--	--

Hva	Norsk	Polsk
Plakat «Vask hendene, hold avstand, hold deg hjemme om du er syk» fra Helsedirektoratet	https://www.helsedirektoratet.no/brosjyrer/vask-hendene-hold-avstand-hold-deg-hjemme-om-du-er-syk/Vask%20hender%20hold%20avstand%20-%20Norsk.pdf	https://www.helsedirektoratet.no/brosjyrer/vask-hendene-hold-avstand-hold-deg-hjemme-om-du-er-syk/Vask%20hender%20hold%20avstand%20-%20Polsk.zip

Video

Hva	Norsk	Polsk
Video: litt, mye eller helt avstand?	https://www.elevkanalen.no/Artikkel/openartikkel/106029	https://www.elevkanalen.no/Artikkel/openartikkel/107351

Hva	Norsk	Polsk
Video om koronaviruset, karantene og isolasjon	https://www.elevkanalen.no/Artikkel/openartikkel/107159	https://www.elevkanalen.no/Artikkel/openartikkel/107161

Hva	Norsk	Polsk
Generell informasjon om koronavirus fra FHI (fra mars 2020)	https://vimeo.com/showcase/6954712/video/403616282	https://vimeo.com/showcase/6954712/video/403205164

Hva	Norsk	Polsk
NRK informasjonsvideo om korona	https://www.nrk.no/kultur/herer-informasjonsvideoer-om-	



	korona-pa-ulike-sprak-1.14978101	
--	--	--

Podcast

Hva	Polsk
Podcast om koronarelaterte tema (oppdateres fortløpende)	https://anchor.fm/koronawiruswnorwegii/episodes/Koronawirus-co-i-jak-ee1s75?fbclid=IwAR2tO9HIP7Q2UsdI3nQcLYV3fe_f3_6uWDnGTBd0lrdVbdI1O8EmuBb2Ftc