



Innhold

| | |
|--|---|
| Skriftlig informasjon | 1 |
| Generelt om korona | 1 |
| Psykisk helse (NKVTS) | 2 |
| Barnehage, skole og foreldreskap | 3 |
| Brosjyrer/plakater | 4 |
| Video | 4 |

Skriftlig informasjon

Generelt om korona

| Hva | Norsk | Russisk |
|----------------------------|---|---|
| Informasjon generelt (NRK) | https://www.nrk.no/korona/satus/ | https://www.nrk.no/tromsogfinnmark/xl/---informasjon-pa-russisk-1.14960086 |

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

| Hva | Norsk/Russisk |
|------------------------------|--|
| Symptomtest COVID-19 (vg.no) | https://www.vg.no/symptomtest/ (man velger språket der) |

| Hva | Norsk | Russisk |
|---|---|---|
| Spørsmål og svar om koronaviruset (FHI) | https://www.fhi.no/contentassets/d6d849ee53624b32844e6f80c5a8cb9f/vedlegg/norsk_sporsmal-og-svar-om-koronaviruset.pdf | https://www.fhi.no/contentassets/d6d849ee53624b32844e6f80c5a8cb9f/vedlegg/russisk_sporsmal-og-svar-om-koronaviruset.pdf |

| Hva | Norsk | Russisk |
|-----------------|---|---|
| Karantene (FHI) | https://www.fhi.no/contentassets/9648bb76836841468f9f11022d2e0cf8/vedlegg/norsk_til-deg-som-er-bedt-om-a-holde-deg-i-hjemmeisolasjon.pdf | https://www.fhi.no/contentassets/9648bb76836841468f9f11022d2e0cf8/vedlegg/russisk-russian_til-deg-som-har-fatt-beskjed-om-a-holde-deg-i-karantene-og-hjemmeisolasjon.pdf |



| | | |
|--|--|--|
| | karantene-og-hjemmeisolasjon.pdf | |
|--|--|--|

| Hva | Norsk | Russisk |
|--------------------------------------|---|---|
| Informasjon om å holde avstand (FHI) | https://www.fhi.no/contentassets/cdd1659c32fd45ecb84aee903cd0ef33/vedlegg/norsk-norwegian_litt-mye-eller-helt-avstand.pdf | https://www.fhi.no/contentassets/cdd1659c32fd45ecb84aee903cd0ef33/vedlegg/russisk-russian_litt-mye-eller-helt-avstand.pdf |

| Hva | Norsk | Russisk |
|---------------------------------|---|---|
| Gradvis gjenåpning av samfunnet | https://helsenorge.no/koronavirus/arrangement-og-aktiviteter | https://helsenorge.no/SiteCollectionDocuments/korona/korona-tidsplan-russisk.pdf |

Psykisk helse (NKVTS)

| Hva | Norsk | Russisk |
|--|---|---|
| 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/%D0%BA%D0%BE%D1%80%D0%BD%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D1%80%D1%83%D1%81-%D1%80%D0%B5%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8-%D0%B4%D0%BB%D1%8F-%D0%BB%D1%8E%D0%B4%D0%B5%D0%B9-%D0%B8/ |

| Hva | Norsk | Russisk |
|--|---|---|
| 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/%D0%BA%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D1%80%D1%83%D1%81-%D0%B8%D0%BD%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F-%D0%B8-%D1%80%D0%B5%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%86/ |

| Hva | Norsk | Russisk |
|---|---|---|
| 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/%d0%ba%d0%be%d1%80%d0%be%d0%bd%d0%b0%d0%b2%d0%b8%d1%80%d1%83%d1%81-%d1%80%d0%b5%d0%ba%d0%be%d0%bc%d0%b5%d0%bd%d0%b4%d0%b0%d1%86%d0%b8%d0%b8-%d0%bb%d1%8e%d0%b4%d0%b5%d0%b9-%d0%b8/ |



Russisk

Oppdatert 09.09.20

| | | |
|--|--|---|
| | | %d0%b4%d0%bb%d1%8f-%d0%b4%d0%b5%d1%82%d0%b5%d0%b9-%d0%b8/ |
|--|--|---|

| Hva | Norsk | Russisk |
|------------------|---|---|
| Råd til foreldre | https://www.nkvts.no/aktuelt/korona-rad-til-foreldre/ | https://www.nkvts.no/%D0%BA%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D1%80%D1%83%D1%81-%D1%80%D0%B5%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8-%D0%B4%D0%BB%D1%8F-%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B5/ |

| Hva | Norsk | Russisk |
|--|---|---|
| Stressreduerende tiltak ved karantene og isolasjon | https://www.nkvts.no/aktuelt/stressreduerende-tiltak-ved-karantene-og-isolasjon/ | https://www.nkvts.no/%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1%D1%8B-%D1%81%D0%BD%D0%B8%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F-%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%81%D0%B0-%D0%BD%D0%B0-%D0%BA%D0%B0%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%82%D0%B8%D0%BD/ |

Barnehage, skole og foreldreskap

| Hva | Norsk | Russisk |
|--|---|---|
| Informasjon til barnehageforeldre (udir) | https://www.udir.no/globalassets/filer/kvalitet-og-kompetanse/korona/forelderinfo_bokmaal.pdf | https://www.udir.no/globalassets/filer/kvalitet-og-kompetanse/korona/forelderinfo_russisk.pdf |

| Hva | Norsk | Russisk |
|-----------------------------------|---|---|
| Informasjon til foreldre i skolen | https://www.udir.no/contentassets/a7d84e333b6c4391b3e212c1b9af6ef9/udir_forelderinfo_skole_bokmaal.pdf | https://www.udir.no/contentassets/a7d84e333b6c4391b3e212c1b9af6ef9/udir_forelderinfo_skole_russisk.pdf |

| Hva | Norsk | Russisk |
|---|---|---|
| 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/Russisk Informasjon til deg som har hjemmeskole.pdf |



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

| Hva | Norsk | Russisk |
|---|---|---|
| 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 foreldreinformasjon russisk.pdf |

Brosjyrer/plakater

| Hva | Norsk | Russisk |
|-----------------------------|---|---|
| Koronareglene fra Røde Kors | https://www.rodekors.no/vart-arbeid/beredskap/pandemi/korona-rode-kors/koronavettreglene/?fbclid=IwAR1d8VttzgVDdoUwSYBZHwO0PhRnUtmnnOUqz4CNiFLFD9F1eadtWTbDU60 | https://www.rodekors.no/contentassets/b713b0d7e94f4b8a80788c362a6fcb1/russian-corona-safety-rules.pdf |

| Hva | Norsk | Russisk |
|---|---|---|
| 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-%20Russisk.zip |

Video