

### CIRCULAR NO.70

### GUIDELINES FROM ABUDHABI EARLY CHILDHOOD AUTHORITY FOR PARENTS TO SUPPORT CHILDREN EMOTIONAL WELLBEING DURING UNCERTAINTY

Dear parents,

Ramadan Kareem!

The school has shared the Parent Support Guidelines issued by the Abu Dhabi Early Childhood Authority in light of the current situation in the region. We understand that children may feel anxious, confused, or fearful due to exposure to news and social media and may struggle to express their emotions clearly. During such times, parental support is essential in helping them feel safe and secure. Parents are encouraged to listen patiently, respond calmly, and provide reassurance according to their child's needs.

When children feel stressed, they look to their parents for stability. Your calm approach, steady presence, and careful management of the information they receive greatly influence their sense of safety. Gentle reassurance and consistent support help build their confidence during uncertain times. Parents are therefore advised to remain calm, follow guidance from relevant authorities, and support their children accordingly.

The attached guidelines are designed to help parents encourage open emotional expression and provide appropriate support at home. The school strongly recommends reviewing and implementing these strategies, as your continued support, clear communication, and structured routines are essential to your child's wellbeing during this time.

Best Regards,



المدرسة الآسيوية الدولية الخاصة - ذ م م  
Tel: 02-8778789  
P.O.Box: 12000 - Ruwais  
Abu Dhabi - U.A.E  
5  
ASIAN INTERNATIONAL PRIVATE SCHOOL LLC. - M.E.

**ANZAR ABDUL SALAM**  
PRINCIPAL





هيئة أبوظبي  
للطفولة المبكرة  
Abu Dhabi Early  
Childhood Authority

# دليلك لدعم طفلك خلال فترة التعليم عن بُعد



## تهيئة بيئة تعليمية مناسبة

احرص على أن يكون المكان  
جيد الإضاءة، ويوفر جلسة  
مريحة وطحيحة، وأن يكون  
الجهاز مشحوناً وجاهزاً  
للاستخدام.



# الحفاظ على الروتين اليومي

حدّد أوقاتًا ثابتة للحصص،  
والاستراحات، والواجبات.  
فالروتين يعزّز التركيز ويمنح  
الطفل شعورًا بالأمان.



# تشجيع فترات الراحة والحركة

خُصّ فترات استراحة قصيرة  
بين الحصص، وشجّع على  
حركة خفيفة وتجنّب الإرهاق  
الناتج عن الشاشات.



## التوازن بين العمل والأسرة

في حال عمل الوالدين، يمكن تنظيم فترات متابعة قصيرة خلال اليوم. وشجّع الأبناء الأكبر سنًا على إدارة وقتهم مع إشراف بسيط.



من خلال الاستمرارية في  
الدعم وبتّ الطمأنينة،  
يمكن لطفلك مواصلة التعلّم  
بثقة واستقرار،  
لتعبر أسرتكم هذه الفترة  
بسلاسة واطمئنان.





هيئة أبوظبي  
للطفولة المبكرة  
Abu Dhabi Early  
Childhood Authority

# Your guide to supporting your child during distance learning



## Create a suitable learning space

Ensure the space is well lit, supports good posture, and that their device is charged and ready.



## Keep a daily routine

Set fixed times for classes, breaks, and homework.

Structure builds focus and a sense of security.



## Encourage breaks and movement

Schedule short breaks between lessons. Encourage light movement to reduce screen fatigue.



## Balance work and parenting

If you are working, plan short check-ins during the day. Encourage older children to manage their time with gentle supervision.



With consistency, support,  
and reassurance,  
your child can continue  
learning with confidence  
and stability and  
**this period can pass  
smoothly for your family.**





هيئة أبوظبي  
للطفولة المبكرة  
Abu Dhabi Early  
Childhood Authority

قد لا يفهم الأطفال  
تماماً ما يحدث من حولهم،  
لكنهم يشعرون بالتوتر والقلق.

في مثل هذه اللحظات، إليك  
**كيف يمكنك دعمهم.**



طمئن طفلك بأنه  
في أمان.

أخبره أنك  
**بجانبه دائماً.**

تحدث بصوت هادئ وثابت.



استمع إلى أسئلته  
باهتمام.

اعترف  
بمشاعره.

قدّم تفسيرات  
بسيطة وواضحة تتناسب مع عمره.



قلل من تعرّضه  
للأخبار.

واحرص على استقاء المعلومات من  
**المصادر الرسمية فقط.**

حافظ على إحساسه بالأمان قدر الإمكان.



رسالة يحتاج طفلك  
أن يسمعهـا:

**أنت في أمان.  
أنا هنا معك.  
وسأحرص دائماً على حمايتك.**





هيئة أبوظبي  
للطفولة المبكرة  
Abu Dhabi Early  
Childhood Authority

Children may not fully  
understand what is  
happening around them,  
but they can feel the stress.

---

In moments like this, here is how  
**you can support them.**



Reassure your  
child that they are safe.

---

Tell them  
**you are with them.**

Maintain a calm and steady voice.



Listen to their  
questions.

---

Acknowledge  
**their feelings.**

Offer simple,  
age-appropriate explanations.



Limit their exposure  
to news

---

and always rely on  
**official news sources.**

Protect their sense of safety.



A message your child  
needs to hear:

---

**You are safe.  
I am here with you.  
I will take care of you.**





هيئة أبوظبي  
للطفولة المبكرة  
Abu Dhabi Early  
Childhood Authority

# أمور على الوالدين تذكرها في هذه الفترة

# 3



1.

اجعل الشرح قصيراً وواضحاً،  
من دون إخفاء الحقيقة أو إثارة للقلق.

يمكنك أن تقول:

«قد تكون هناك أصوات

قوية، لكن هناك

أشخاصاً كباراً يُسمّون

حُمّاة الوطن يحموننا.»

«نحن في أمان، والله

يحفظنا ويرعانا.»



## 2.

### لا تتجاهل خوفهم

تجنّب عبارات مثل:

✘ «لا يوجد شيء»

✘ «أنت كبير، لا تخف»

بدلاً من ذلك:

✓ استمع بهدوء

✓ طمئنهم

✓ دعهم يعبرون عن مشاعرهم

# 3.

## حافظ على الروتين وشجّع الأنشطة

مثل الرسم، وألعاب الطاولة، ومشاهدة برامج وثائقية مناسبة لأعمارهم.

فالانشغال بأنشطة مفيدة يخفف التوتر ويعزز شعورهم بالأمان.





هيئة أبوظبي  
للطفولة المبكرة  
Abu Dhabi Early  
Childhood Authority

# 3

## Things Every Parent Should Remember Right Now





**1.**

**Keep explanations short and clear, without lying or instilling fear**

You can say:

**“There may be loud sounds, but we are in a safe place”**





# 2.

## **Do not dismiss their fear**

Avoid saying things like:

- ✗ "There is nothing"
- ✗ "You're big, don't be scared"

Instead,

- ✓ Listen calmly
- ✓ Reassure them
- ✓ Let them express themselves.

# 3.

## **Maintain routines and encourage activities**

Like drawing, playing board games and watching age-appropriate documentaries.

Staying engaged keeps them busy, reduces stress, and helps them feel secure.

