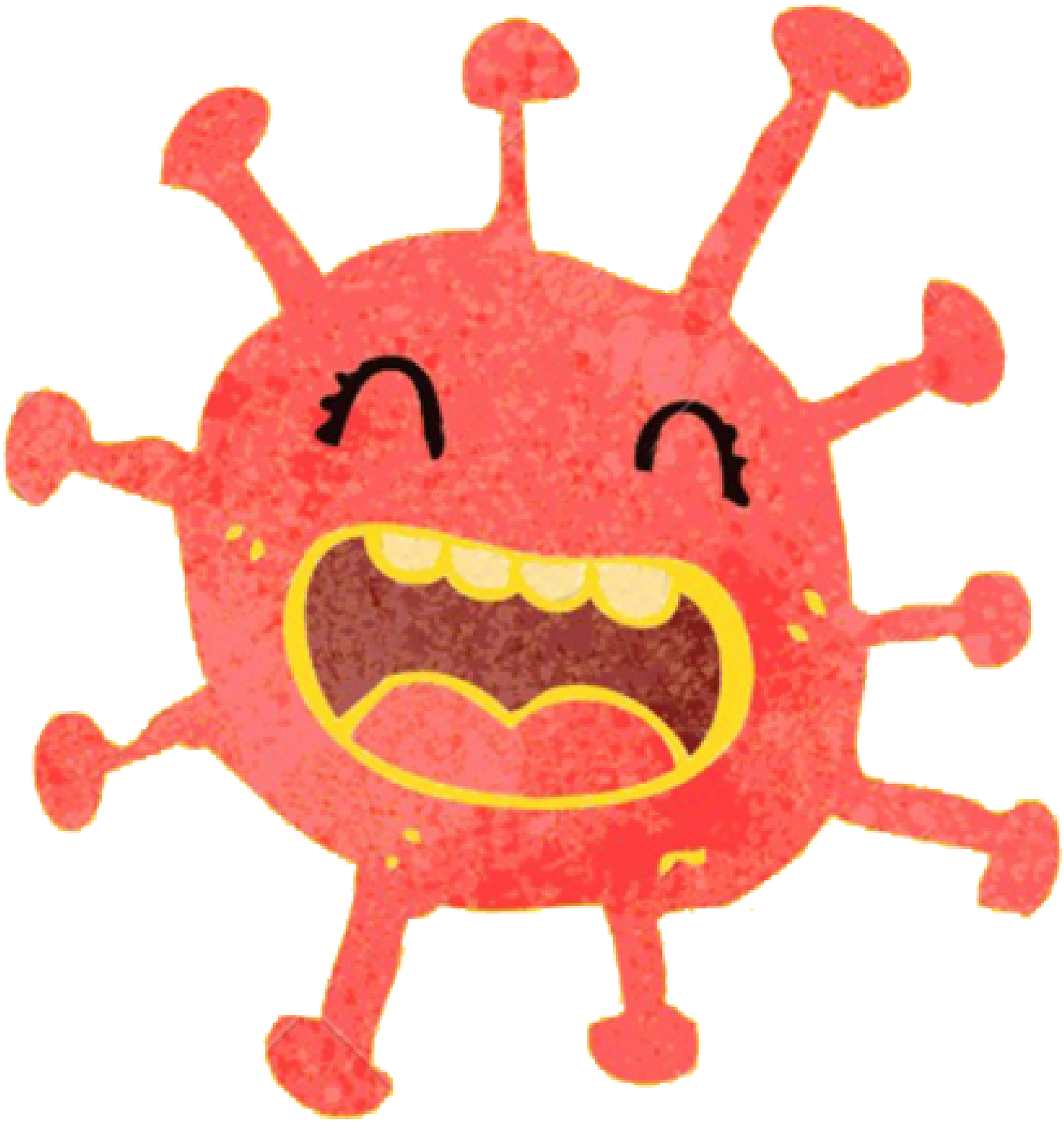
# CZEŚĆ

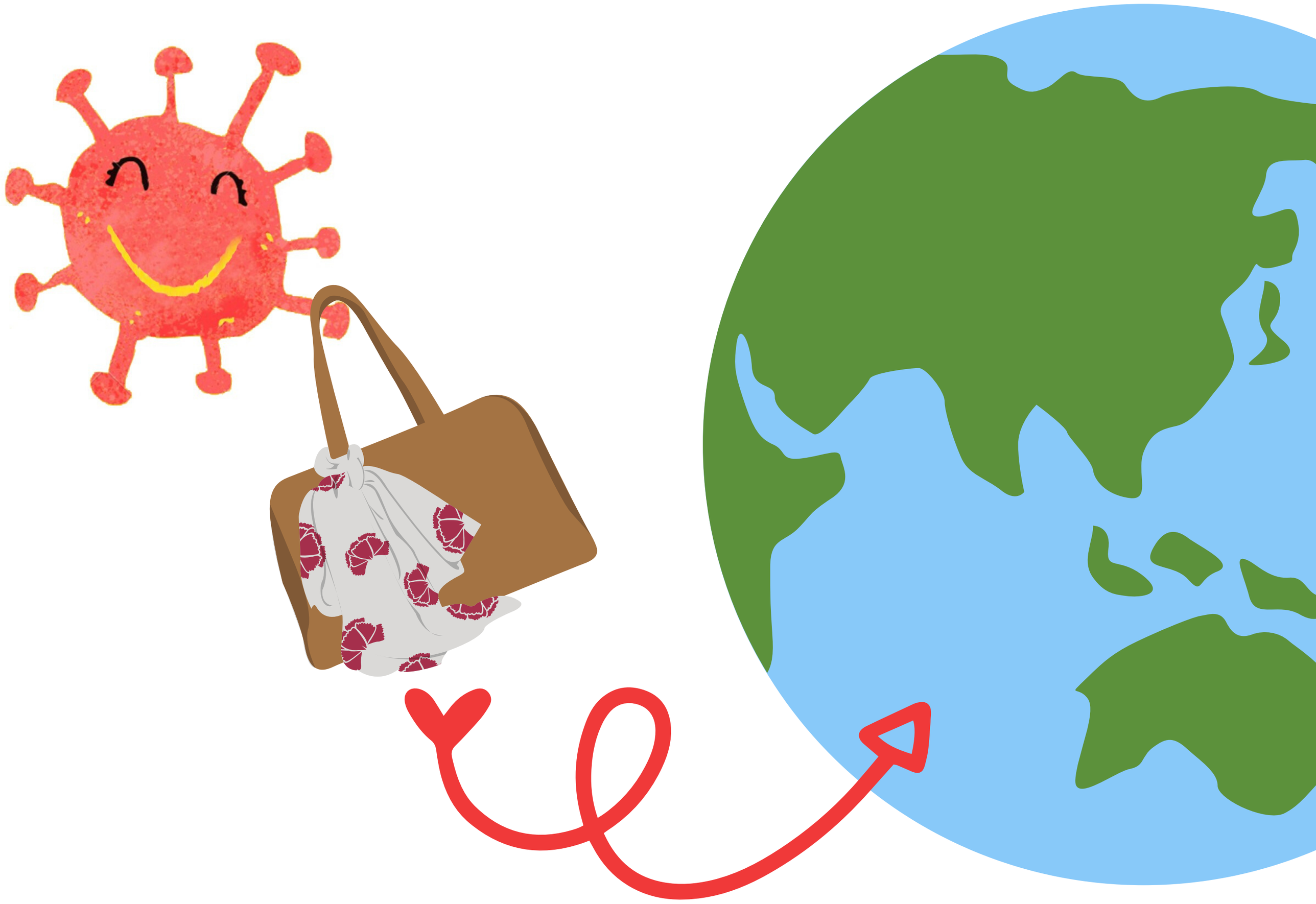
## Jestem WIRUS – kuzyn grypy i przeziębienia



## Nazywają mnie koronawirus

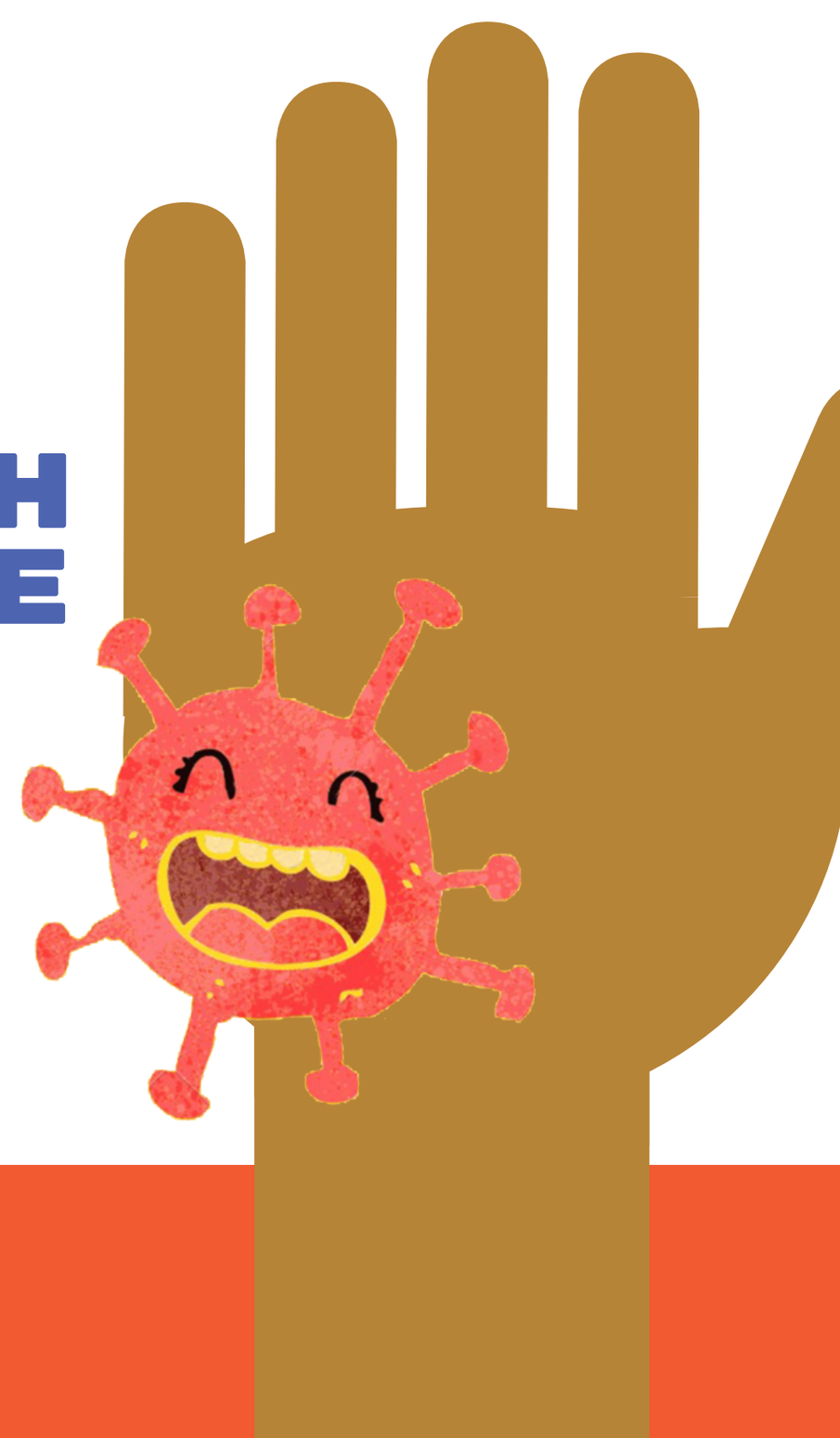
PSICÓLOGA MANUELA MOLINA - @MINDHEART.KIDS
WWW.MINDHEART.CO
CC BY-NC-SA 4.0 INTERNATIONAL PUBLIC LICENSE

# Uwielbiam podróżować



i skaczę na ręce ludzi, żeby się przywitać

HIGH FIVE



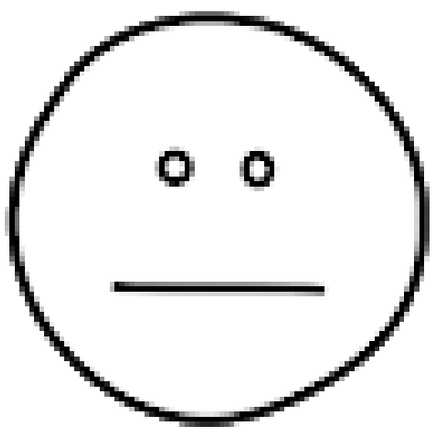
# Słyszałeś/-aś o mnie?

Tak ☐

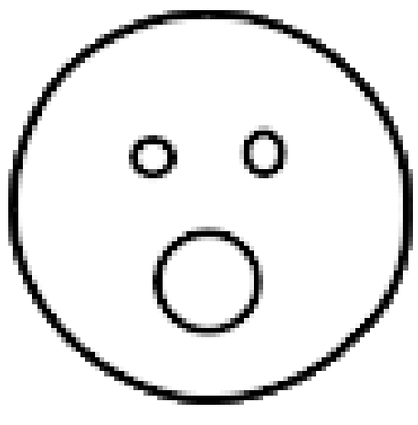
Nie ☐

## A jak się czujesz, kiedy o mnie słyszysz?

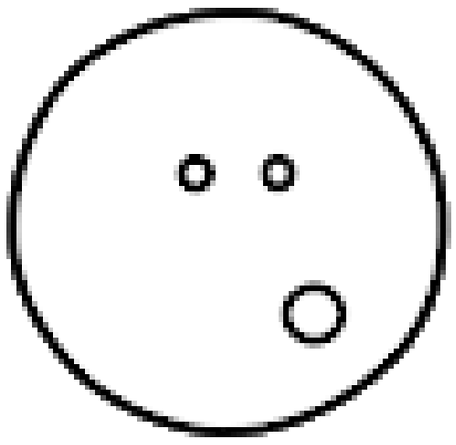
Spokojny/-a



Niespokojny/-a



Zmartwiony/-a

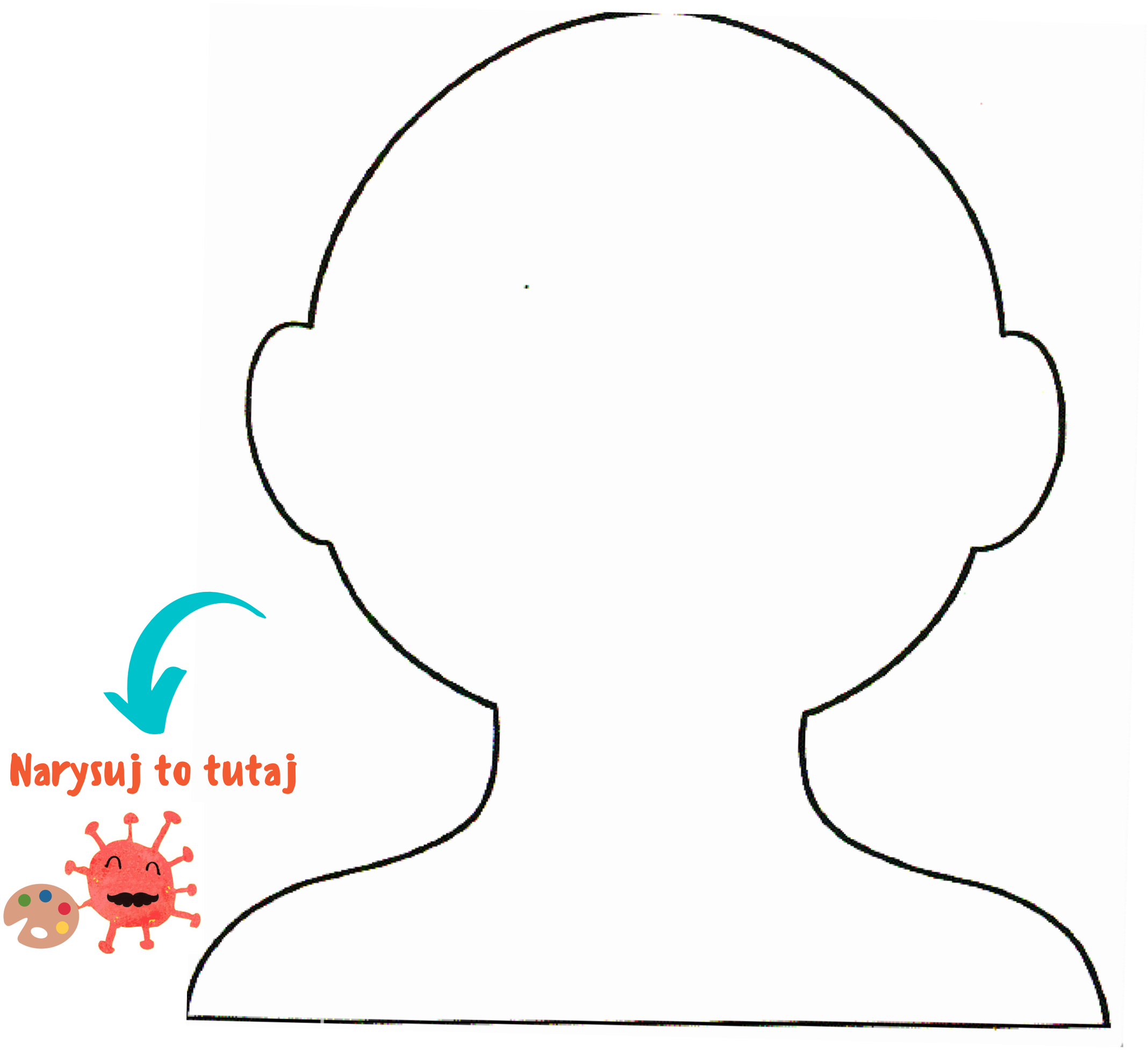


Zaciekawiony/-a

Zdenerwowany/-a

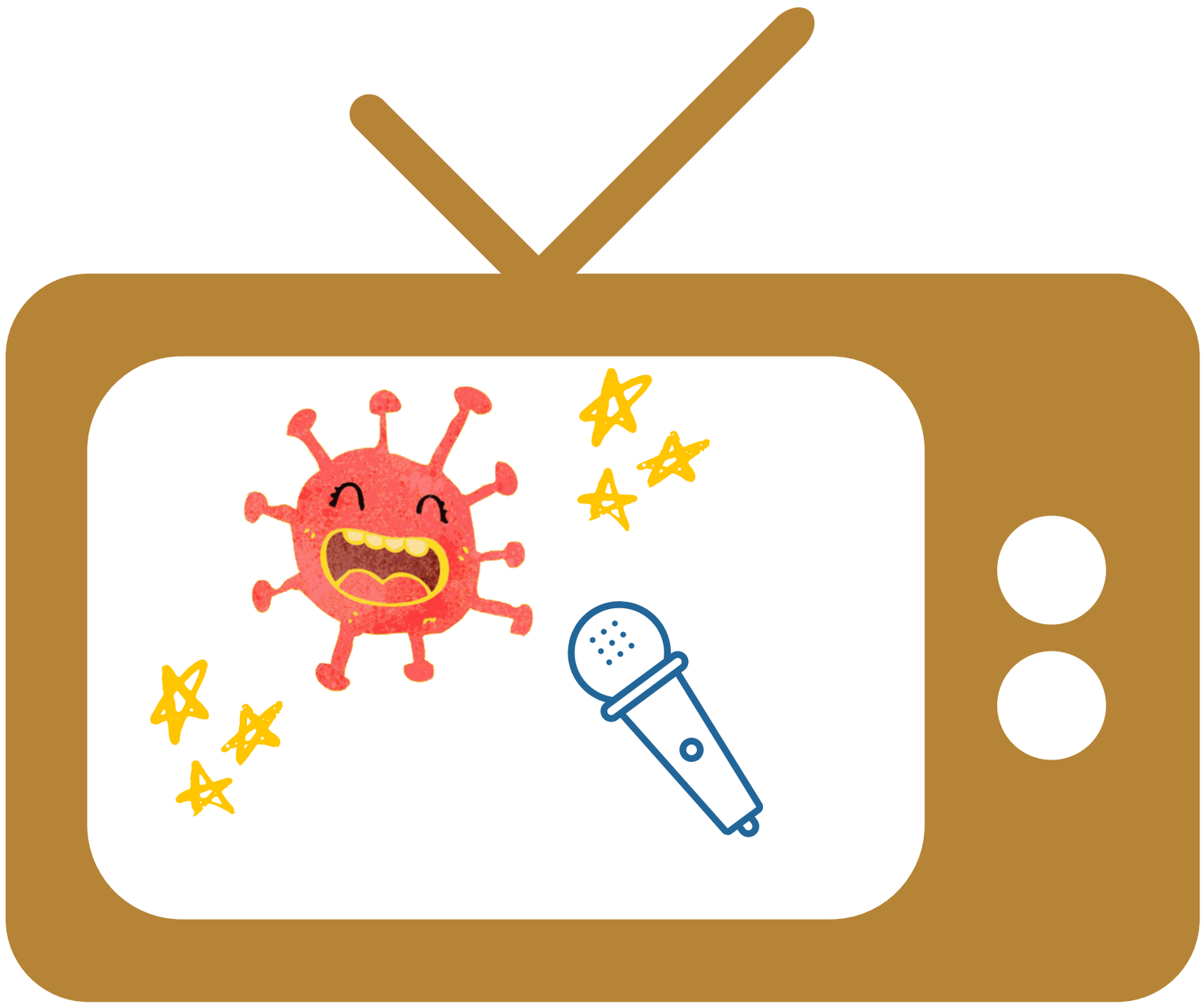
Smutny/-a

# Rozumiem, że czujesz się...



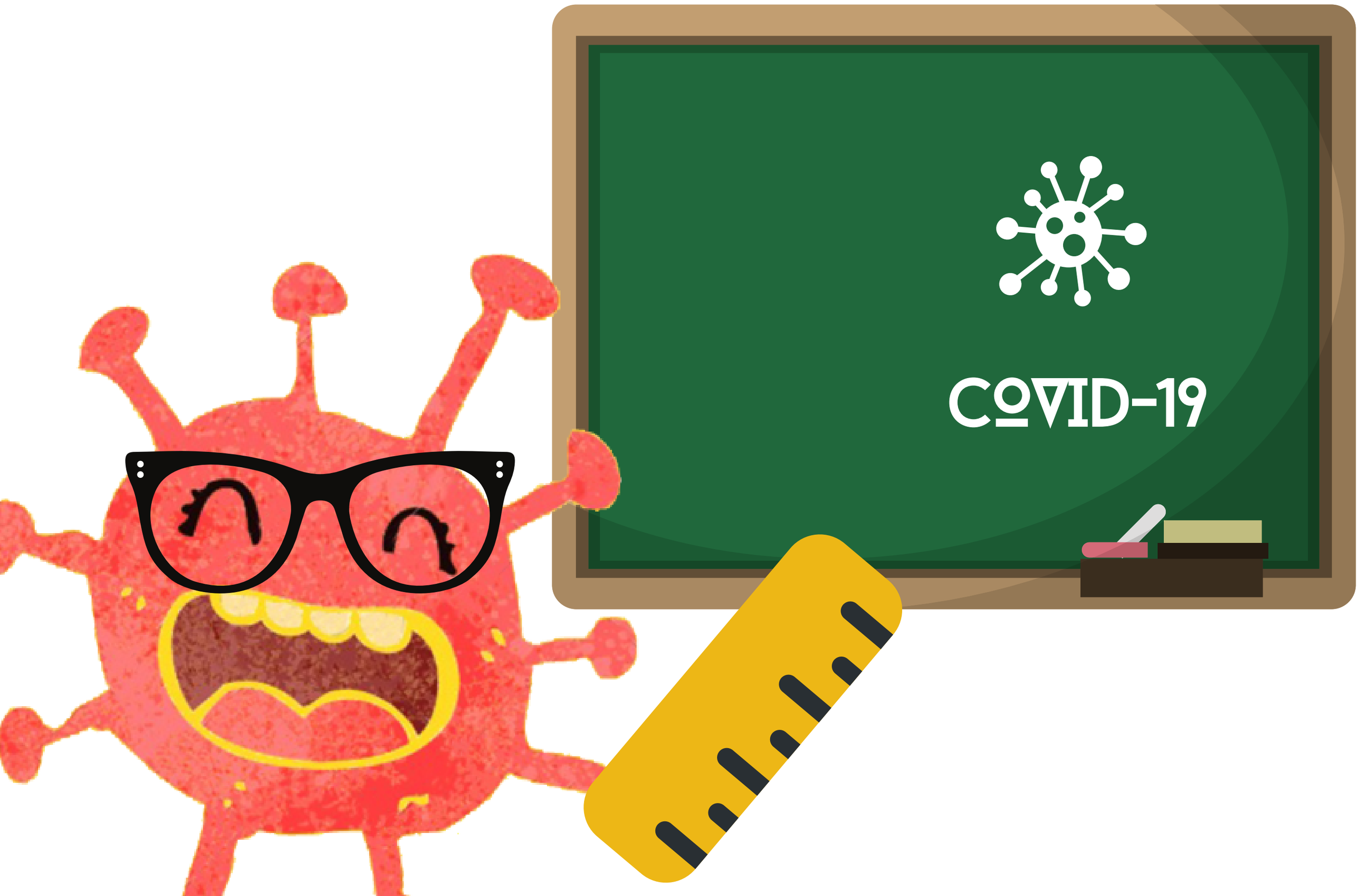

# Ja czułbym się tak samo

Czasami dorośli martwią się, kiedy czytają o mnie albo słyszą o mnie w telewizji



TO JA!

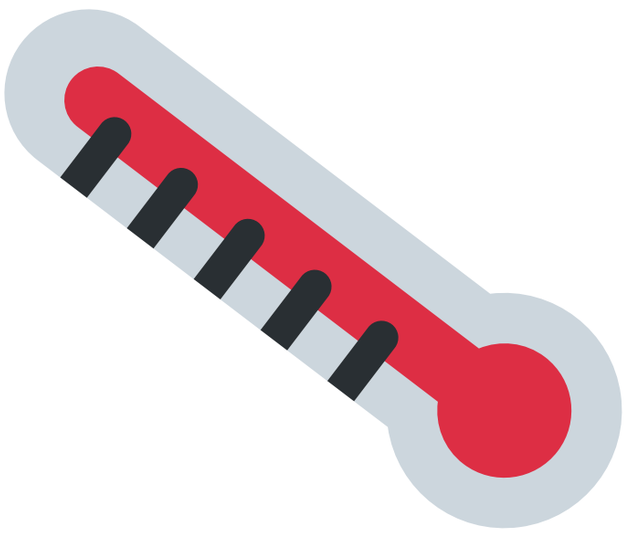
# Ale wyjaśnię Ci...




# żebyś mógł/mogła zrozumieć, kim jestem

# Kiedy przybywam z wizytą, przynoszę ze sobą...

## Trudności z oddychaniem



Gorączkę

Kaszel

# Ale szybko wyjeżdżam i prawie wszyscy chorzy wracają do zdrowia

Tak samo jak Twoje kolano goi się po zadrapaniu albo uderzeniu

**BYE BYE...**

# Możesz być spokojny/-a!

# Dorośli troszczą się o Ciebie:

# Zadbają o to, żebyś był/-a bezpieczny/-a

# Ty też możesz pomóc:

1

**Myj ręce wodą i mydłem tyle czasu, ile trwa Twoja ulubiona piosenka**

Śpiewaj ją zawsze, kiedy myjesz ręce

2

**Używaj płynu dezynfekcyjnego/ antywirusowego**

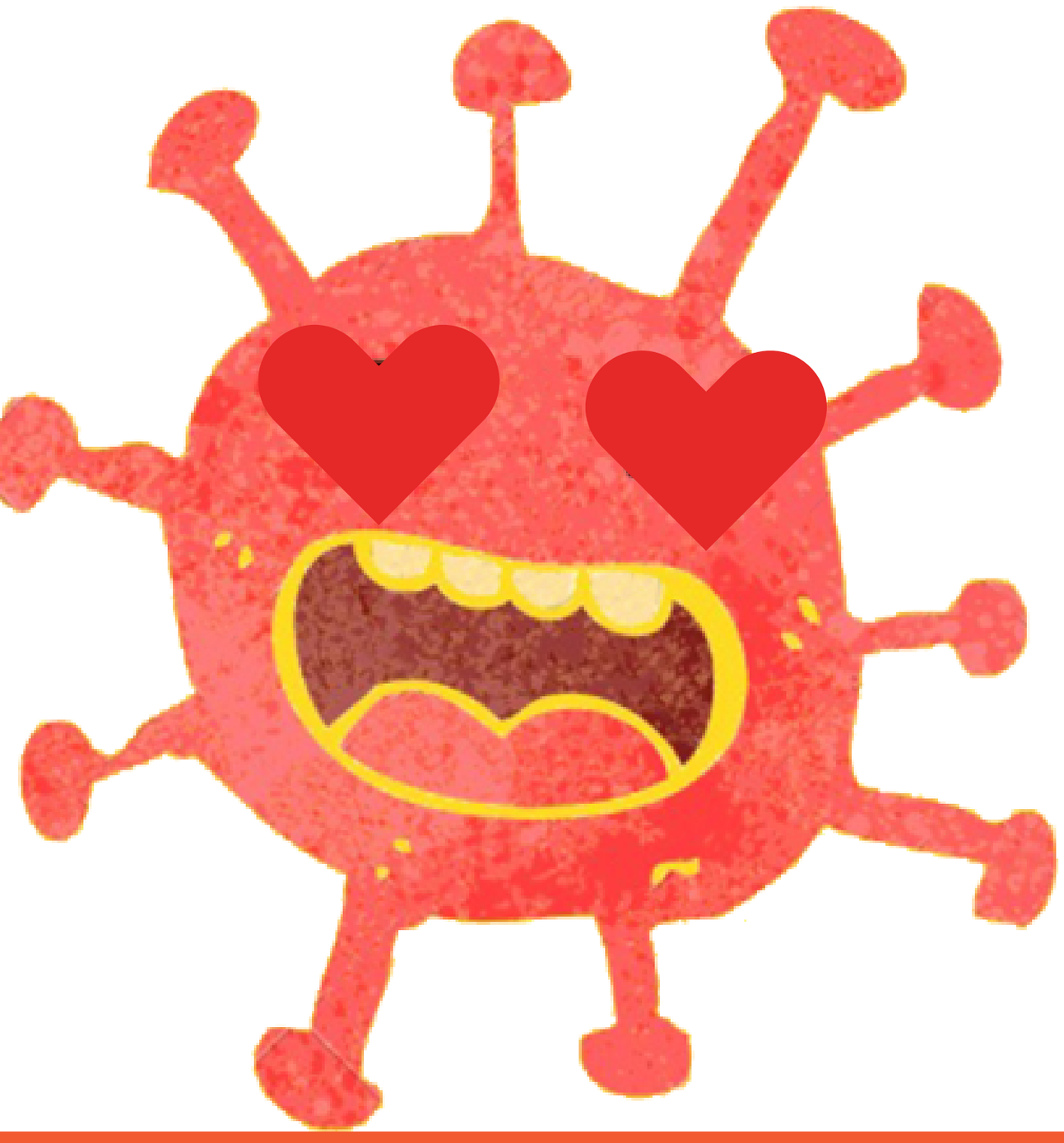
Licz wtedy do 10 i nie ruszaj rękami!

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10

Już suche... Biegnij się bawić!

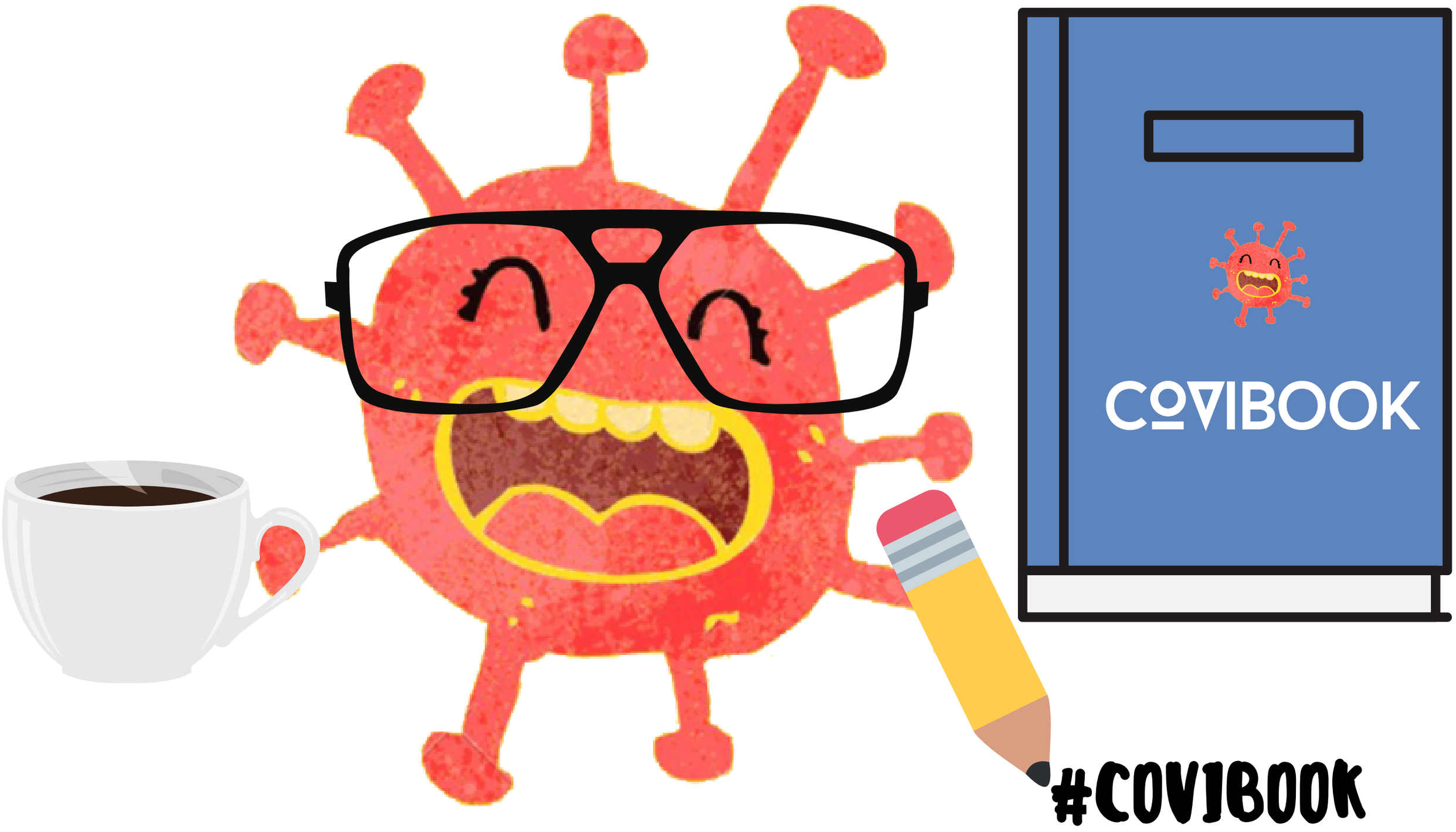
# Dzięki temu nie przyjdę z wizytą

A w tym czasie lekarze wciąż pracują nad wynalezieniem szczepionki, która pozwoli mi witać się bez powodowania choroby.



PSICÓLOGA MANUELA MOLINA - @MINDHEART.KIDS
WWW.MINDHEART.CO
CC BY-NC-SA 4.0 INTERNACIONAL PUBLIC LICENSE

# KONIEC




Pobierz tę książkę w
PDF ze strony:

www.mindheart.co/descargables

Autorka:
Psycholog Manuela Molina Cruz
Instagram: @mindheart.kids
manuela_825@hotmail.com

Tłumaczenie:
MamyProjekt
mamyprojekt.pl

CC BY-NC-SA 4.0 International Public License