

KAKO RAZGOVARATI O
KORONAVIRUSU SA MLAĐOM
DJECOM



Ovaj dokument je dostupan uredima zemalja UNICEF-a u Latinskoj Americi i Karibima s ciljem širenja među zajednicama, obiteljima, zdravstvenim i obrazovnim radnicima, kao i svim odraslim osobama odgovornim za djecu.

Ovaj je materijal namijenjen je kao vodič za razgovor o koronavirusu na jednostavan, jasan i uvjerljiv način, a istovremeno se bavi i emocijama koje djeca mogu osjetiti u ranom djetinjstvu.

Ovaj dokument pripremio je tim za rani razvoj djece, a pregledali su ga UNICEF-ovi stručnjaci za zdravlje, zaštitu djece i obrazovanja u izvanrednim situacijama u LACRO regiji.

ožujak 2020

Zašto toliko puno ljudi govori o nečemu što se zove koronavirus?

Koronavirus je grupa virusa zbog kojih se ljudi mogu razboljeti.

Virusi su tako mali organizmi da ih ne možete vidjeti, mogu se vidjeti samo uz vrlo posebna leće za gledanje sitnih stvari. S obzirom na to da su toliko male, lako mogu ući u tijelo i mogu utjecati na to da se ljudi razbole.

Koronavirusi su vrsta virusa koju su tako nazvali jer izgledaju kao da imaju krunice.

Koronavirusi postoje već duži niz godina, ali nedavno se u obitelji koronavirusa pojavio novi član „Koronavirus 2019“ za koji nitko nije znao!

Sada učimo kako putuje između ljudi i što sve čini u našim tijelima i zašto im je loše.

Sada je popularan jer je nov!

Može li ući u moje tijelo?

Da. Ali ne leti sam. Za putovanje treba ići od jedne osobe do druge. To se naziva "zaraza", što je način na koji se virus prenosi s jednog tijela na drugo.

Koronavirus ne može skočiti daleko, pa nalazi načine da putuje:

- ⇒ Može skakati s ruke na ruku kada se ljudi pozdravljaju ili dodiruju. **Zato je važno prati ruke sapunom i vodom barem 20 sekundi. Također se mogu oprati alkoholnim sapunima koji se suše sami.**
- ⇒ Tijekom narednih nekoliko dana, ako te netko želi srdačno pozdraviti, mahni, ali neka te ne dodiruje. Tvoj pozdrav može biti jednako ljubazan uz geste i osmijeh!
- ⇒ Može putovati u kapljicama sline koje iskaču kad razgovaramo, kašljemo ili kihnemo. **Ako vidiš da netko kašlje ili kiše, udalji se kako kapljice ne bi došle do tebe.**
- ⇒ Može ostati čekati na stolu ili namještaju kojeg je netko tko ima virus dodirnuo i prebaciti se na sljedeću osobu koja dodirne taj namještaj ili stvar. **Ali ne brini, ako se dobro očiste, virus prestaje biti tu.**

A što se događa ako se uđe u moje tijelo?

Možda ćeš se osjećati pomalo loše, kao kad imaš prehladu. Možda imaš povišenu temperaturu, kašlješ ili teško dišeš.

Ali, kao i svaki drugi put kad si bolestan/bolesna, nakon nekoliko dana osjećat ćeš se bolje i opet ćeš se igrati a prijateljima!

Gotovo svi se nakon nekoliko dana ponovo osjećaju dobro.

Ljudi koji brinu o tebi čuvat će te i štiti

Odrasli prate vijesti o novom koronavirusu. Uče kako da se brinu o tebi i štite te.

Ako se osjećaš bolesno, odrasli će se pobrinuti da ti uskoro bude bolje.

Ako si bio/bila s nekim tko se razbolio od koronavirusa, možda ćeš morati ostati nekoliko dana kod kuće, čak i ako se osjećaš dobro. Na taj način mogu se bolje brinuti za tebe ako se počneš osjećati bolesno i spriječiti virus da nastavi putovati na drugu djecu.

Također, može se dogoditi da nekoliko dana možda nećeš moći izlaziti. Možda ti se to ne sviđa, ali važno je jer to je način na koji se štitiš sebe i drugu djecu zaraze.

U međuvremenu, postoje mnogi znanstvenici koji rade na tome da zabrane virusu da putuje i koji rade na razvoju cjepiva tako da bi svi bili zaštićeni.

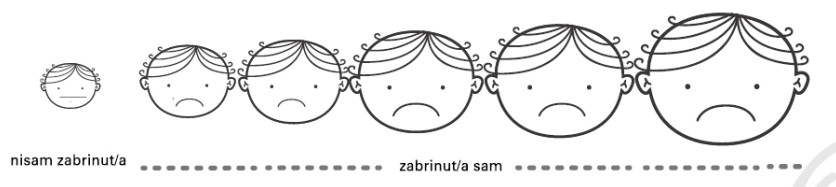
Razgovaraj s odraslim osobama koje se brinu za tebe i postavi im sva pitanja koja imaš.

Što si vidio/vidjela ili čuo/čula o koronavirusu?

Možeš nacrtati ono što si vidio/vidjela ili zamoliti odraslu osobu da to napiše

Jesi li zabrinut/zabrinuta zbog koronavirusa?

Ako da, zaokruži veličinu brige.



Jesi li osjetio/osjetila druge emocije? Normalno je osjećati se tužno, pod stresom, zbunjeno, uplašeno ili ljuto kad se stvari puno promijene.

Možeš nacrtati ono što si vidio/vidjela ili zamoliti odraslu osobu da to napiše

Sve što osjećaš je u redu.

Normalno je da se tako osjećaš kada vidiš odrasle koji su zabrinuti zbog nečega ili kada moraš prestati raditi nešto što voliš.

Ponekad postoje bolesti koje zaraze mnoge ljude. Važno je da te štite oni koji brinu o tebi.

Zapamti! Možeš pomoći zaustaviti virus tako što ćeš prati ruke i slijediti ostale savjete koje smo dali!