

# KAKO RAZGOVARATI O KORONAVIRUSU SA MLAĐOM DJECOM



UNICEF/BHG/2020/Amer Kapetanović

Ovaj dokument je dostupan uredima zemalja UNICEF-a u Latinskoj Americi i Karibima s ciljem širenja među zajednicama, porodicama, zdravstvenim i obrazovnim radnicima, kao i svim odraslim osobama odgovornim za malu 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 stručnjaci za zdravlje, zaštitu djece i obrazovanja u vanrednim situacijama u LACRO regiji.

Mart 2020

## Zašto toliko mnogo 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 sočiva za gledanje sitnih stvari. Budući da su toliko male, lako mogu ući u tijelo i mogu učiniti da se ljudi razbole.

Koronavirusi su vrsta virusa koji su tako nazvani jer izgledaju kao da imaju krunice.

Koronavirusi postoje već duži niz godina, ali nedavno se u porodici coronavirusa pojavio novi član „Koronavirus 2019“ za koji niko nije znao!

Sada učimo kako putuje između ljudi i šta on čini u našim tijelima kako bi nam bilo loše.

Sada je veoma popularan jer je nov!

## Da li može 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 sa ruke na ruku kada se ljudi pozdravljaju ili dodiruju. **Zato je važno prati ruke sapunom i vodom bar 20 sekundi. Također se mogu oprati alkoholnim sapunima koji se suše sami.**
- ⇒ Tokom narednih nekoliko dana, ako neko dođe da te srdačno pozdravi, možeš mahnuti rukom prema njima, ali ne daj da te dodirne. Tvoj pozdrav može biti jednako ljubazan uz geste i osmijeh!
- ⇒ Može putovati u kapljicama pljuvačke koje iskaču kad razgovaramo ili kihnemo. **Ako vidiš da neko kašlje ili kiše, bolje da držiš odstojanje kako kapljice ne bi došle do tebe.**
- ⇒ Ili može ostati da čeka na stolu ili namještaju kojeg je netko s virusom dodirnuo, i prebaciti se na sljedeću osobu koja dodirne taj namještaj ili stvar. **Ali ne brini, jer ako se dobro očiste, virus prestaje biti tu.**

## A šta se dešava ako se uđe u moje tijelo?

Možda ćeš se osjećati pomalo loše, kao kad imaš prehladu. Možda imaš groznicu, kašalj i teškoće sa disanjem.

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

Gotovo svi se nakon nekoliko dana ponovo osjećaju dobro.

## Ljudi koji brinu o tebi čuvat će te i štiti

Odrasli gledaju 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 ko 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.

Takođe se može 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 naučnici koji rade na tome da zabrane virusu da putuje i koji prave cjevica tako da bi svi bili zaštićeni.

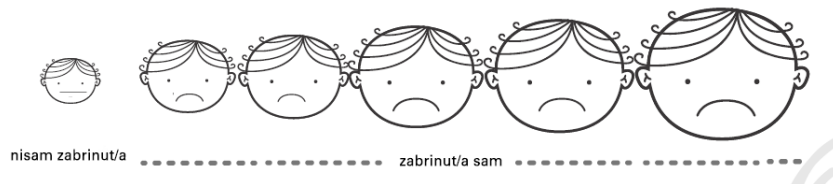
Razgovaraj s odraslim osobama koje se brinu za tebe i postavi im sva pitanja koja imaš.

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

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

Da li si 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!