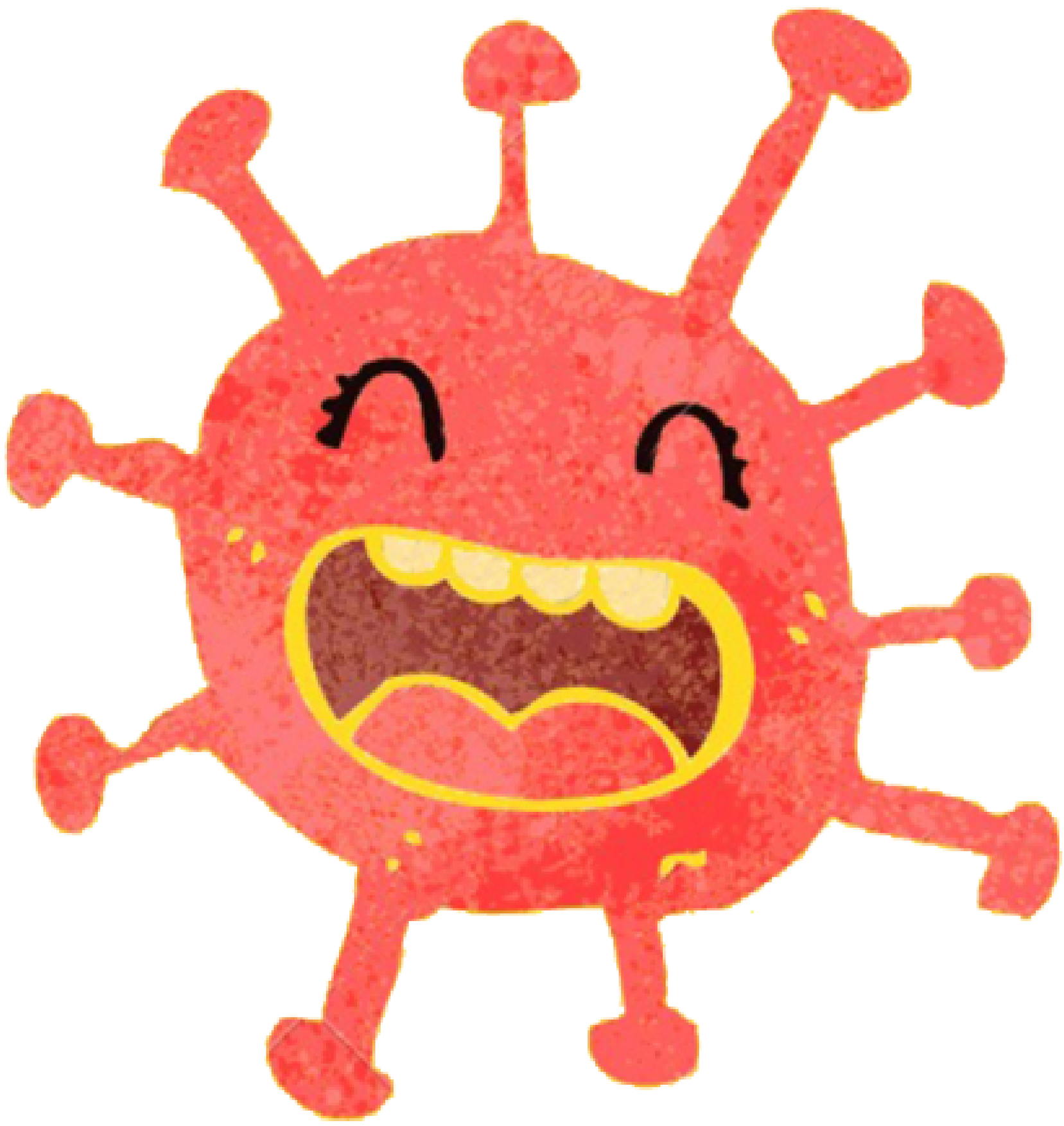
CZEŚĆ

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

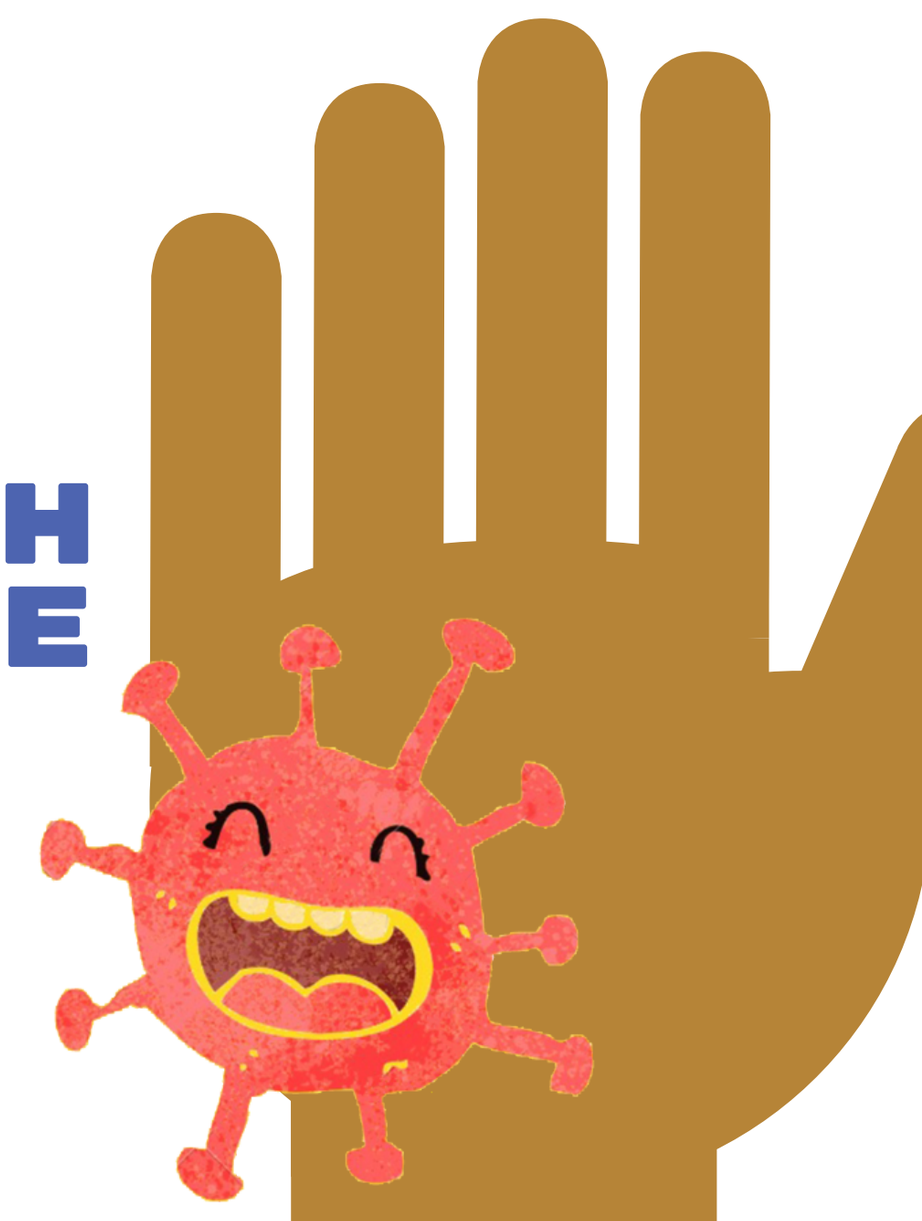
Uwielbiam podróżować





i skaczę na ręce ludzi, żeby się przywitać

HIGH FIVE



Słyszałeś/-aś o mnie?

Tak ☐

Nie ☐

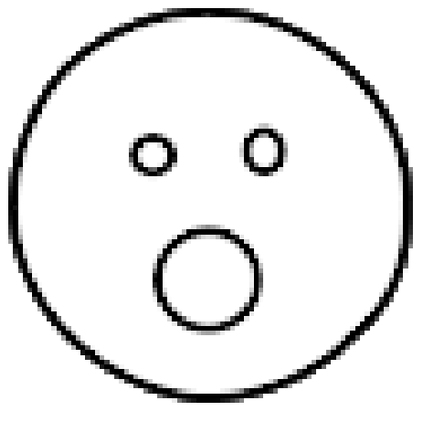
A jak się czujesz, kiedy o mnie słyszysz?



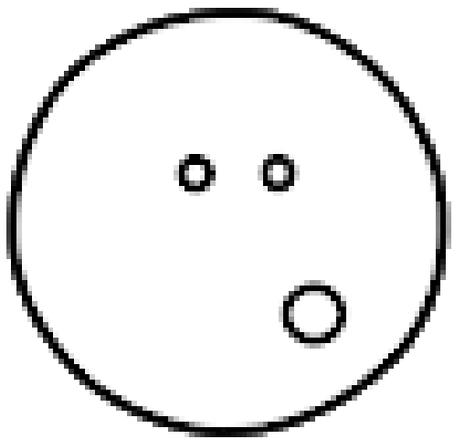
Spokojny/-a



Niespokojny/-a



Zmartwiony/-a



Zaciekawiony/-a

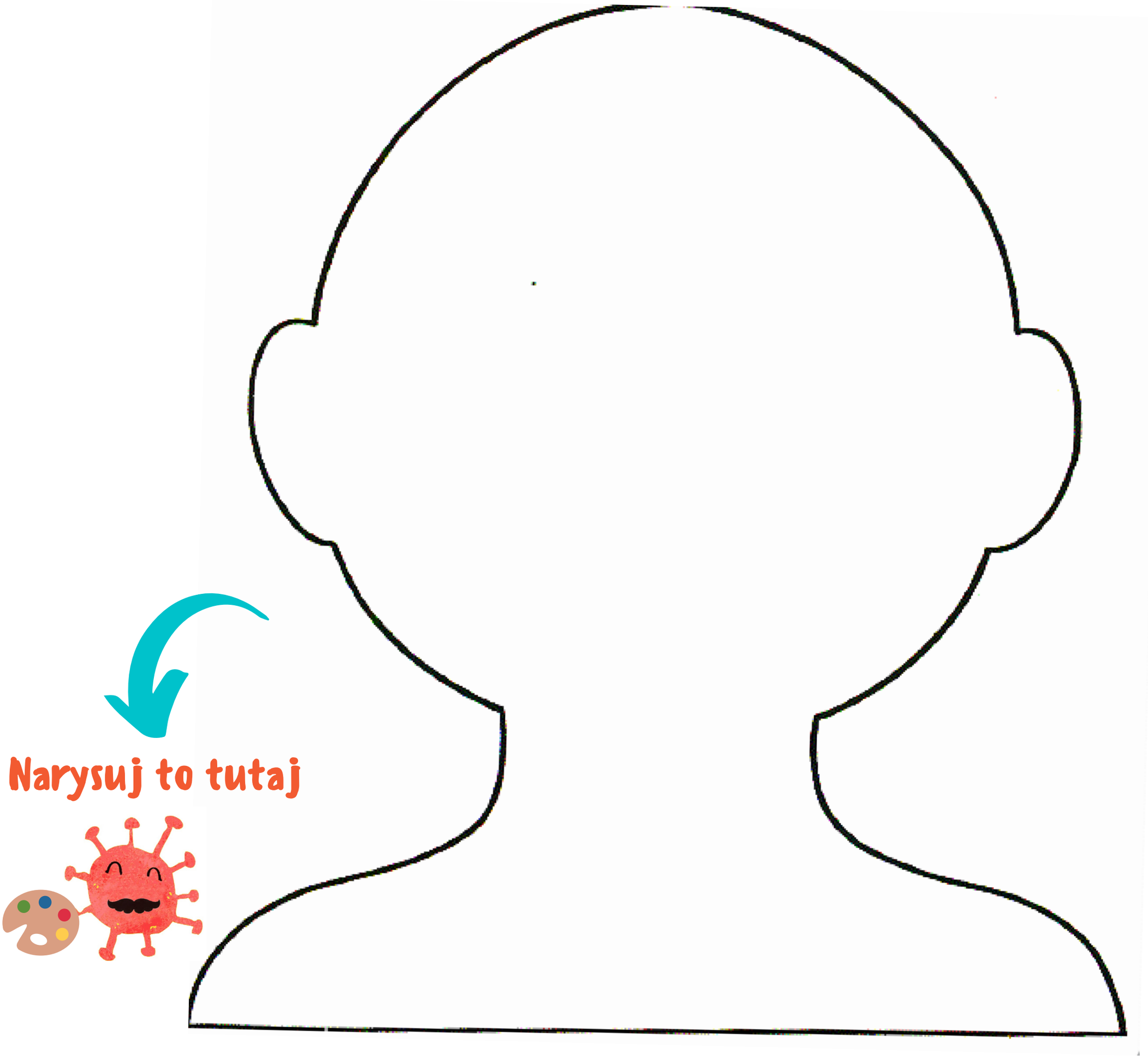


Zdenerwowany/-a



Smutny/-a

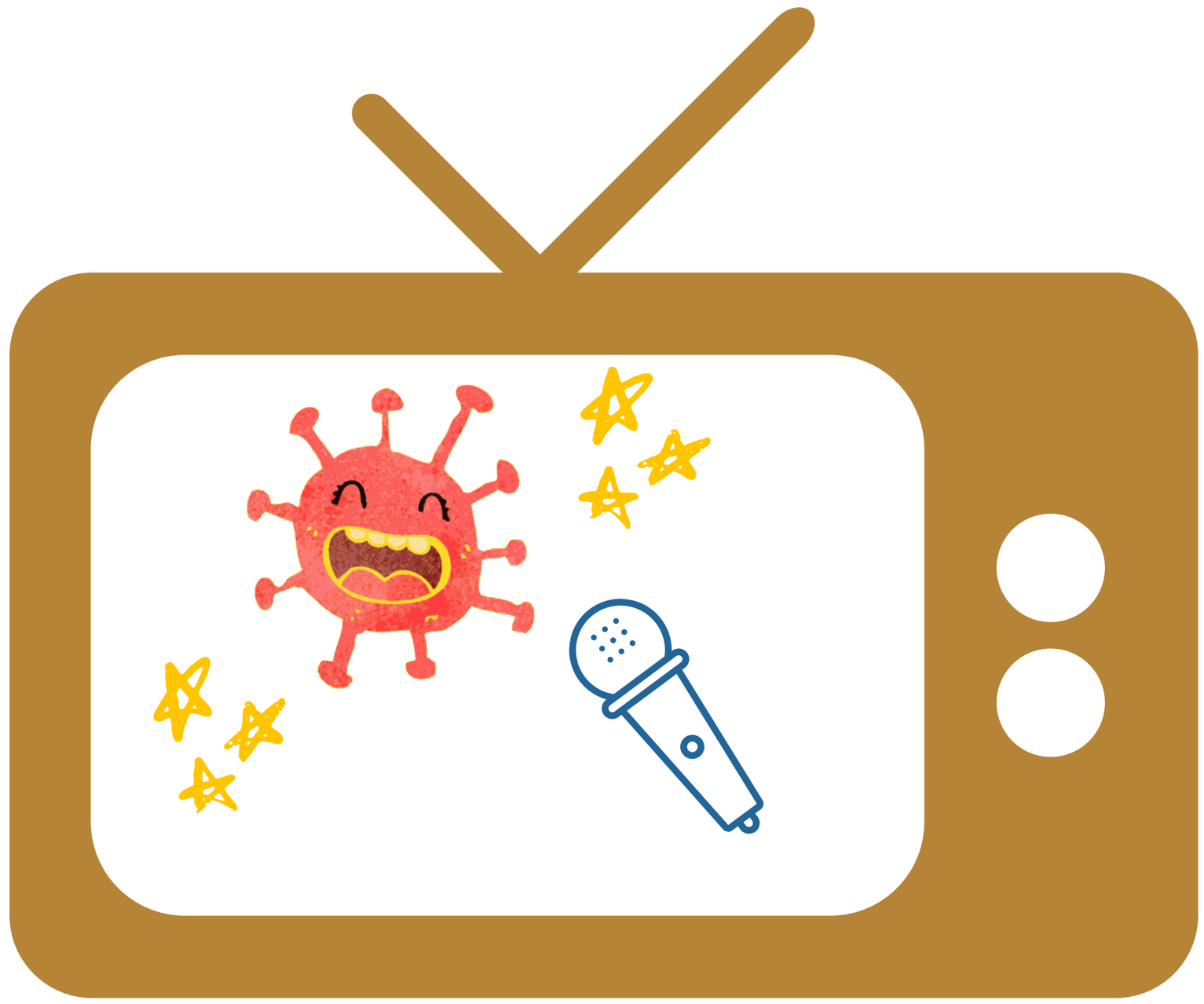
Rozumiem, że czujesz się...



Narysuj to tutaj

Ja czułbym się tak samo

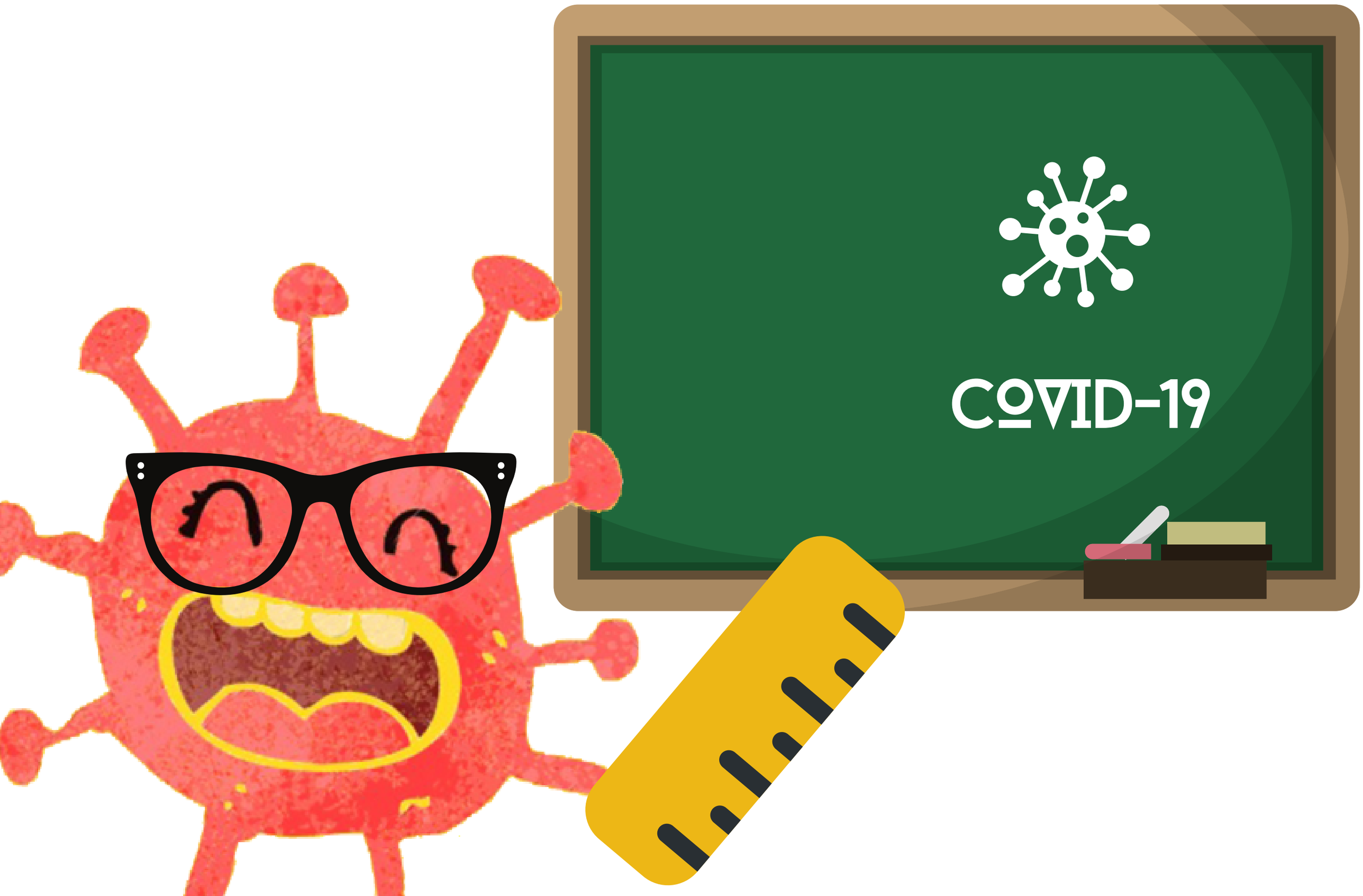
Czasami dorośli martwią się, kiedy czytają o mnie albo słyszą o mnie w telewizji





TO JA!

Ale wyjaśnię Ci...

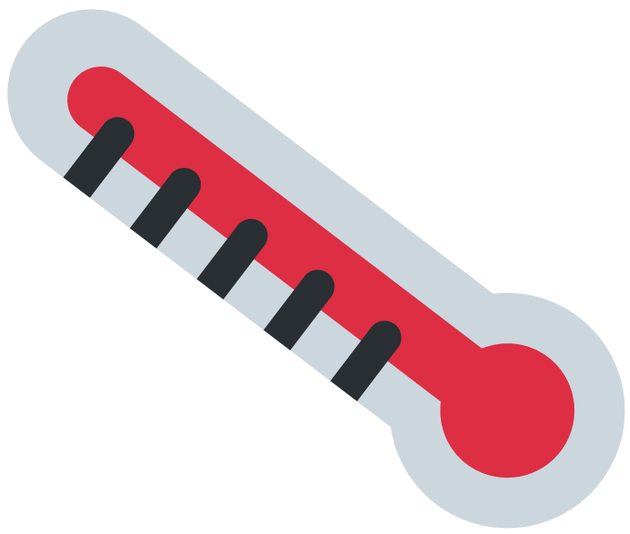


żebyś mógł/mogła zrozumieć, kim jestem

Kiedy przybywam z wizytą, przynoszę ze sobą...



Trudności z oddychaniem



Gorączkę





Kaszel

Ale szybko wyjeżdżam
i prawie wszyscy chorzy
wracają do zdrowia



BYE BYE...

Tak samo jak Twoje
kolano goi się po
zadrapaniu albo uderzeniu



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 antybakteryjnego i czekaj, aż wyschnie

Licz wtedy do 10 i nie ruszaj rękami!

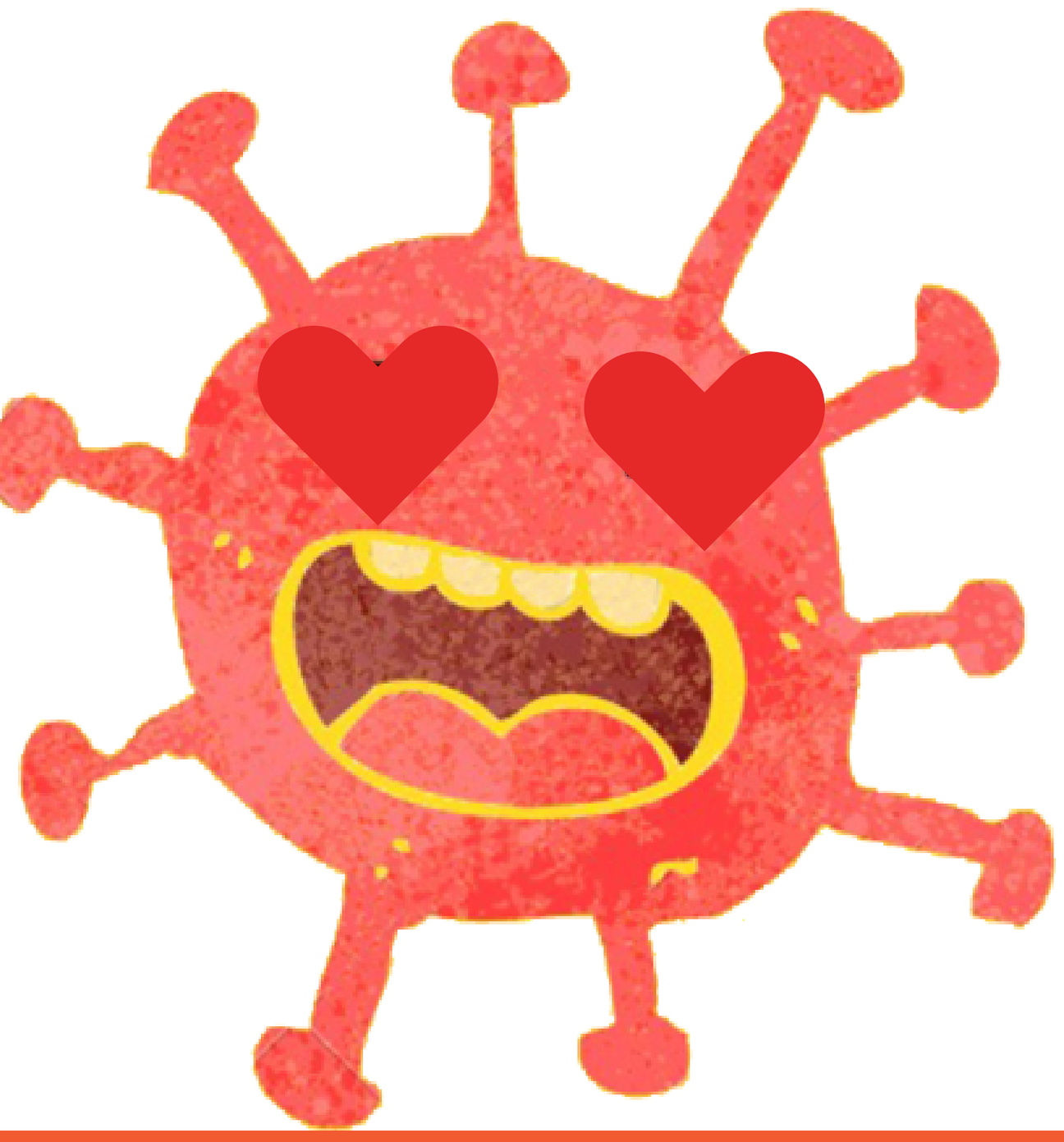
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10

Już suche... Biegnij się bawić!

Dzięki temu nie przyjdę z wizytą



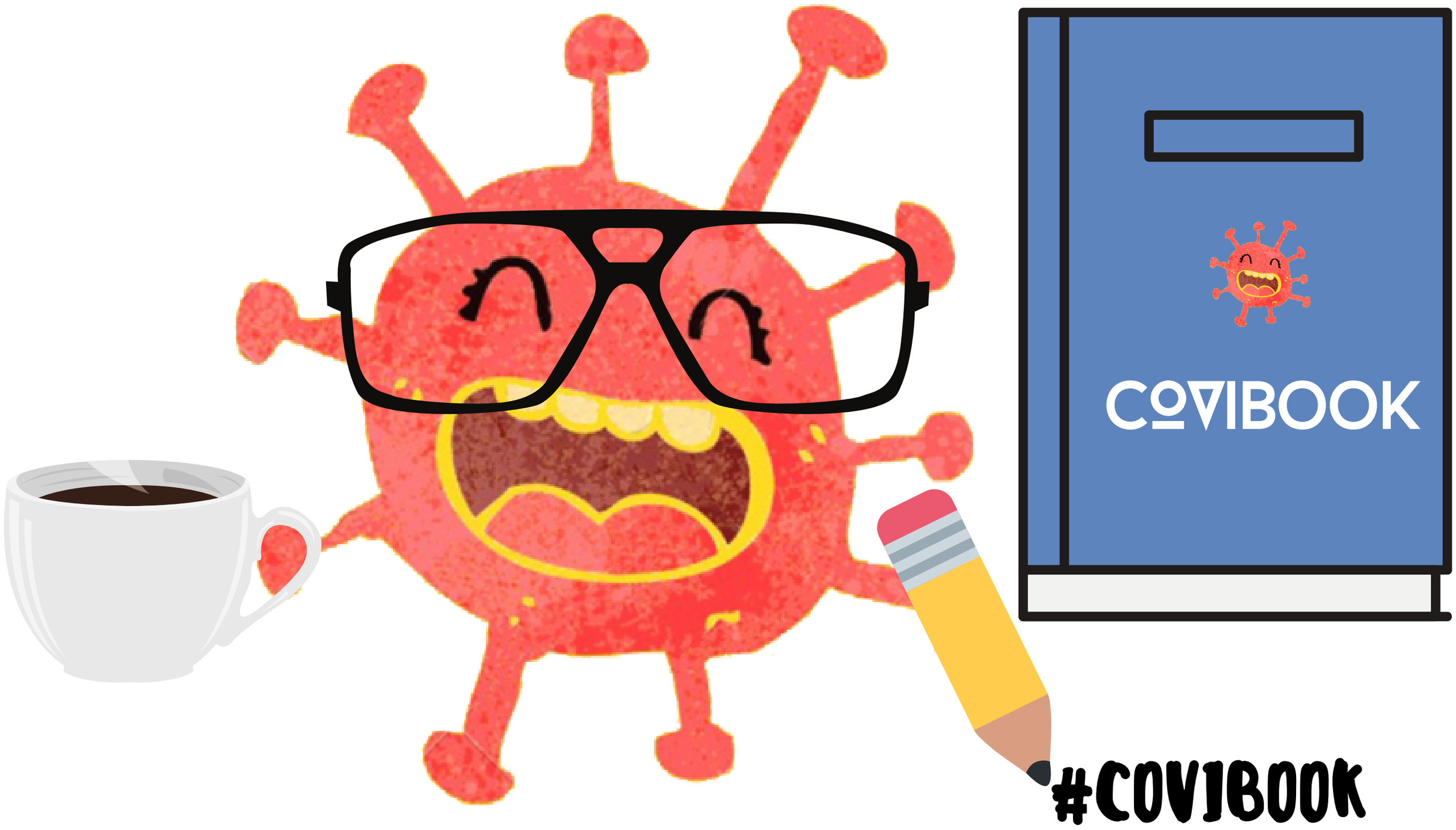
A w tym czasie lekarze wciąż pracują nad wynalezieniem szczepionki, która pozwoli mi witać się bez powodowania choroby.





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

KONIEC



#COVIBOOK

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