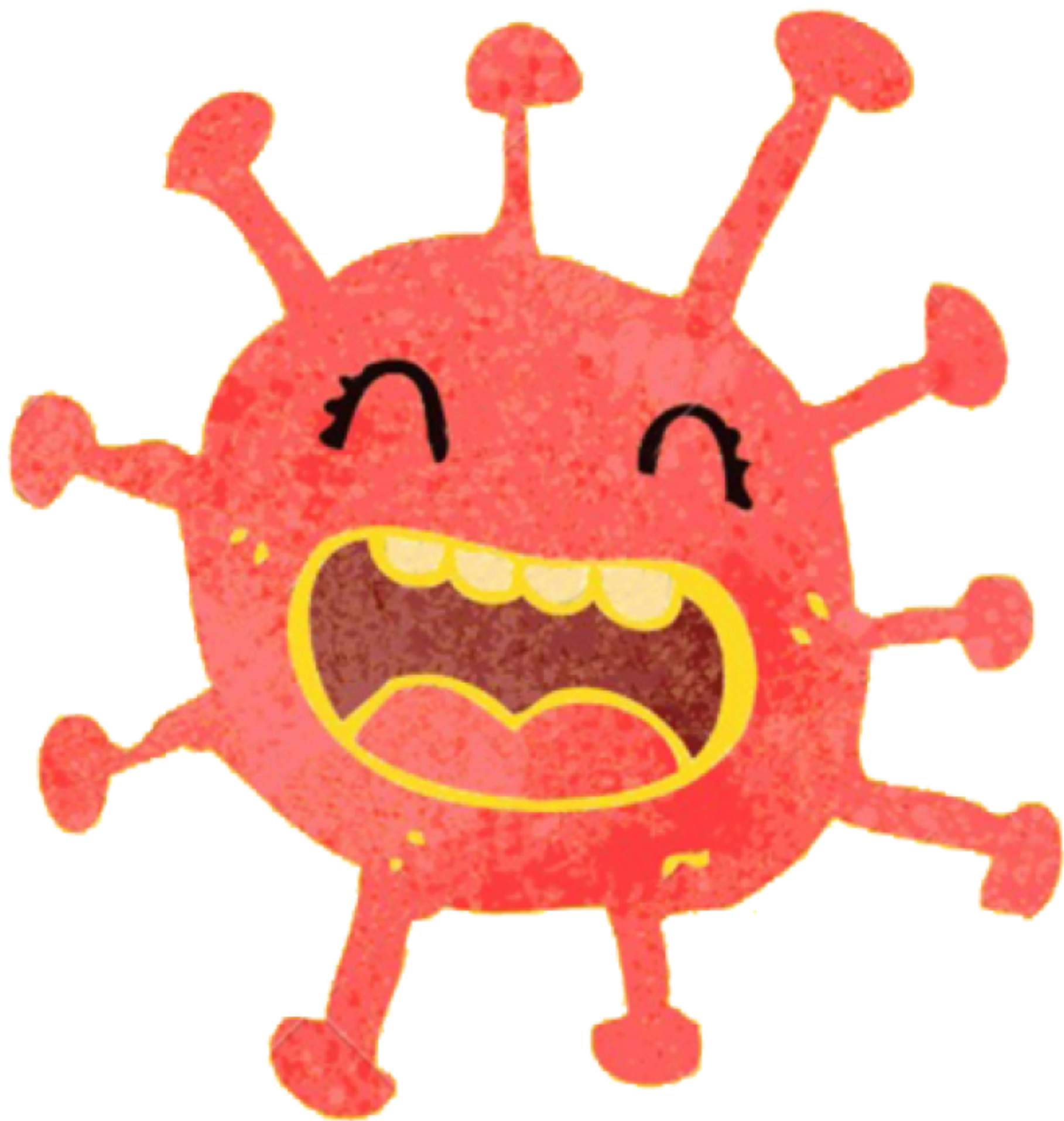


# SZIA!

Én egy vírus vagyok,  
unokatesóm az  
influenza.



## Az én nevem koronavírus

MANUELA MOLINA - @MINDHEART.KIDS

[WWW.MINDHEART.CO](http://WWW.MINDHEART.CO)

CC BY-NC-SA 4.0 INTERNATIONAL PUBLIC LICENSE

# Szeretnek utazni...



és ugrándozni  
kézről kézre,  
így köszönni:

**PACSI**



# Hallottál már rólam?

IGEN

NEM

Hogy érzed magad mikor  
meghalled a nevem?



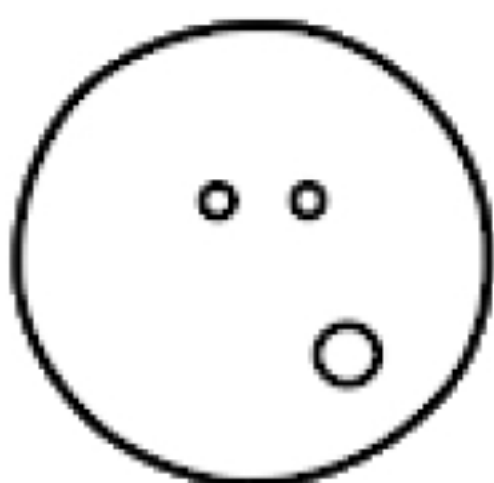
nyugodt



zavart



aggódó



kíváncsi

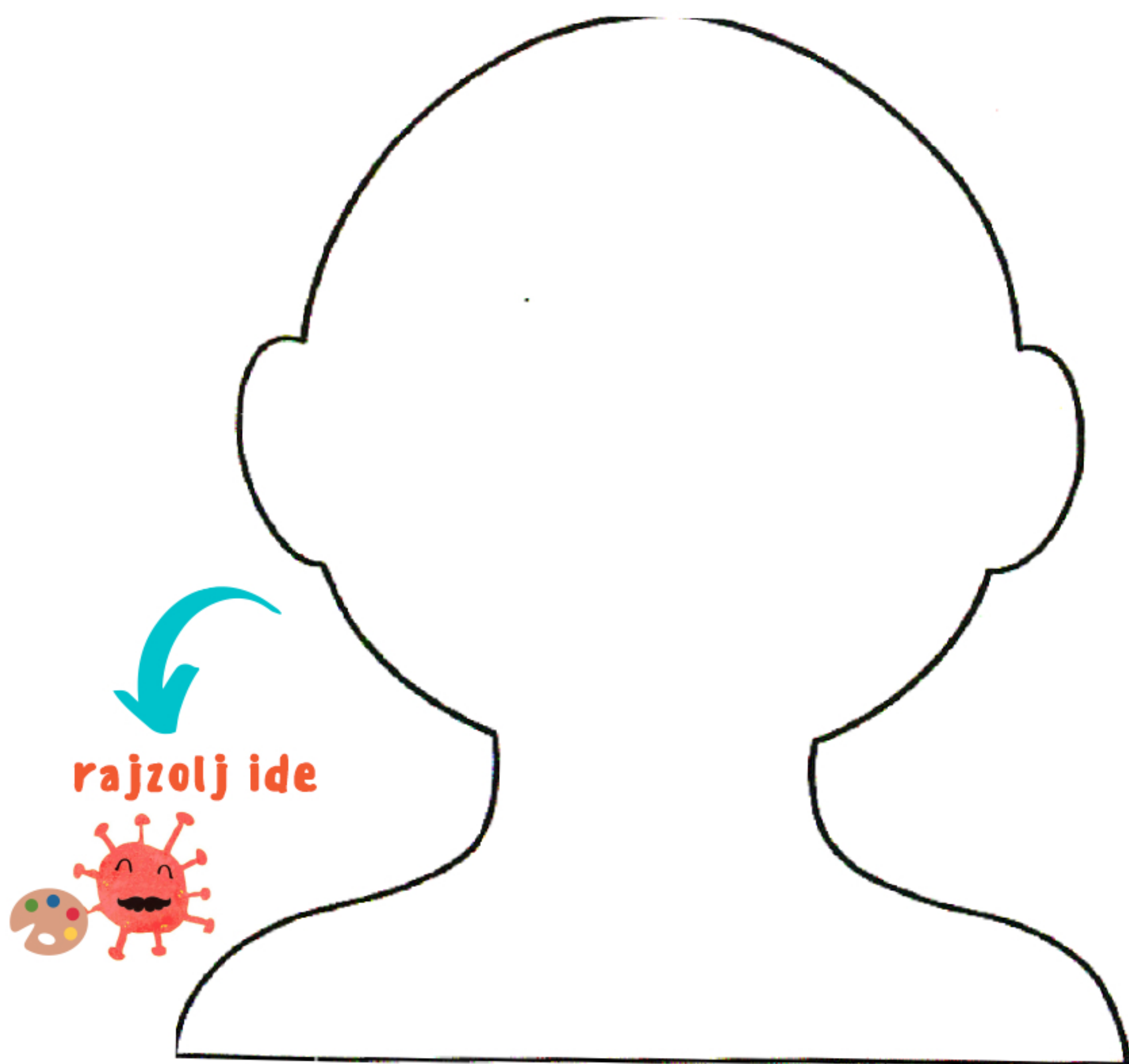


félsz



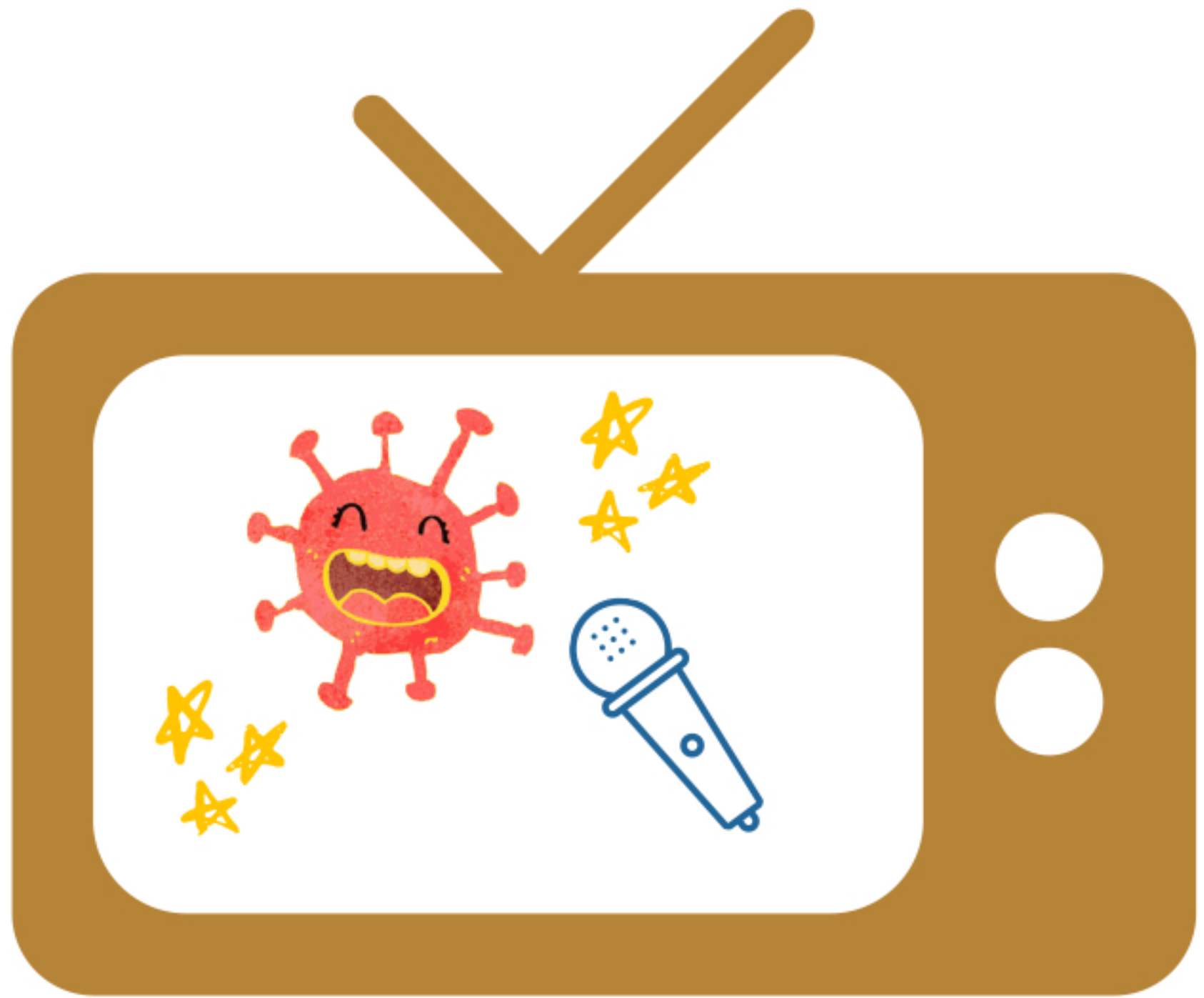
szomorú

**Megértem amit  
most érzel...**



**...én is ugyanígy érzek**

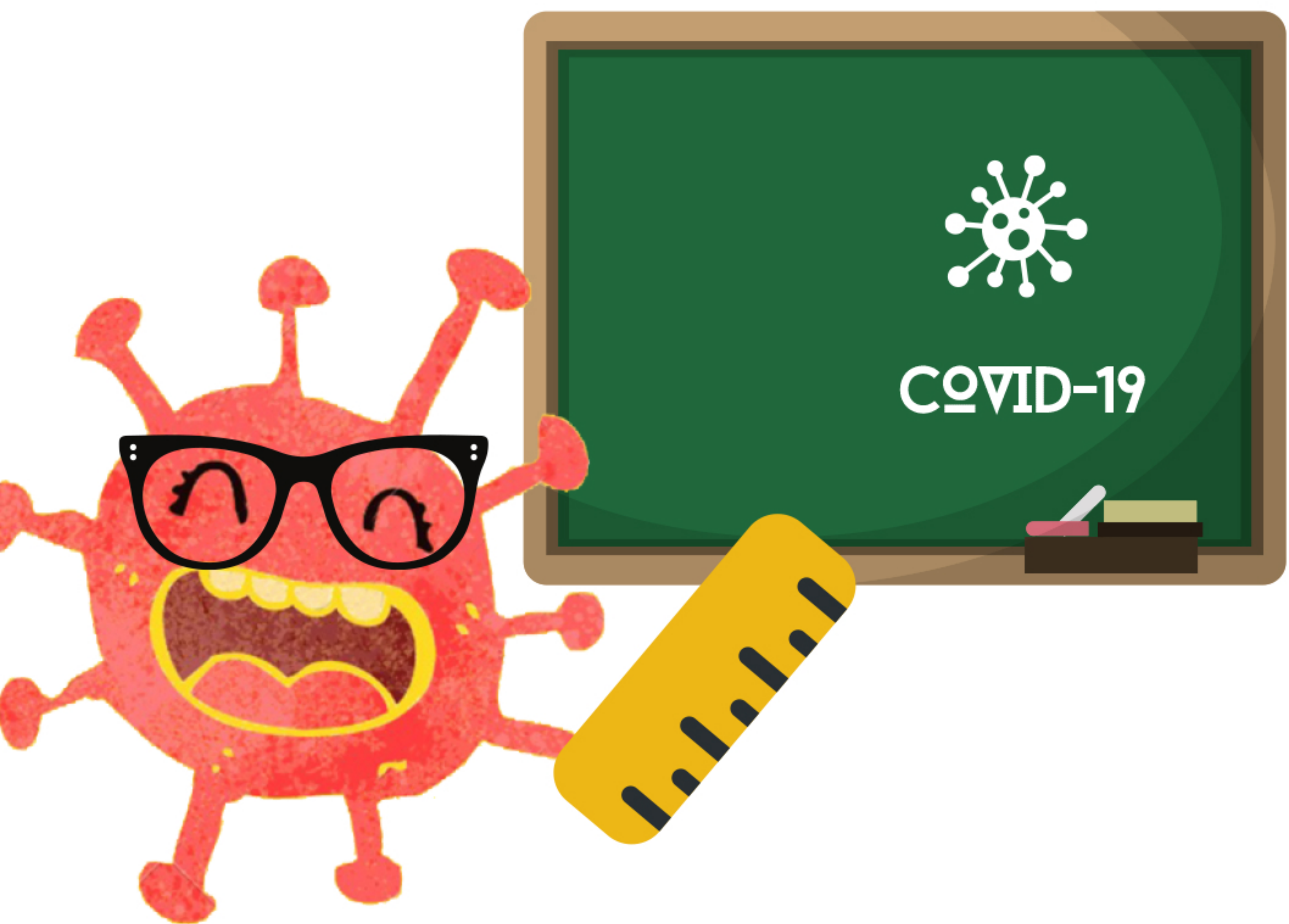
Néha a felnőttek megijednek  
mikor olvasnak a hírekben  
vagy látnak a tv-ben



**AZ ÉN  
VAGYOK!**



**De most mesélek  
magamról...**



**hogy te is megérthesd**

**Amikor látogatóba jövök,  
hozok magammal...**



**Nehéz légzést**



**Lázat**



**Köhögést**



**De nem maradok sokáig  
az emberekkel, és szinte  
mindenki jobban lesz**



**Úgy mint te, amikor  
lehorzsolod a térded  
és az meggyógyul**

**VISZLÁT...**





**Ne aggódj!**

**A felnőttek akik vigyáznak rád:**

---

**Biztonságban leszel**



# Te úgy tudsz segíteni, hogy ha gyakran...

1



**kezet mosol vízzel  
és szappannal, miközben  
énekelsz egy dalt**



Énekelheted a kedvenc dalod,  
mint például a süss fel nap  
vagy csip csip csókát

2



**használsz kézfertőtlenítőt  
és hagyod megszáradni  
a kezeden**

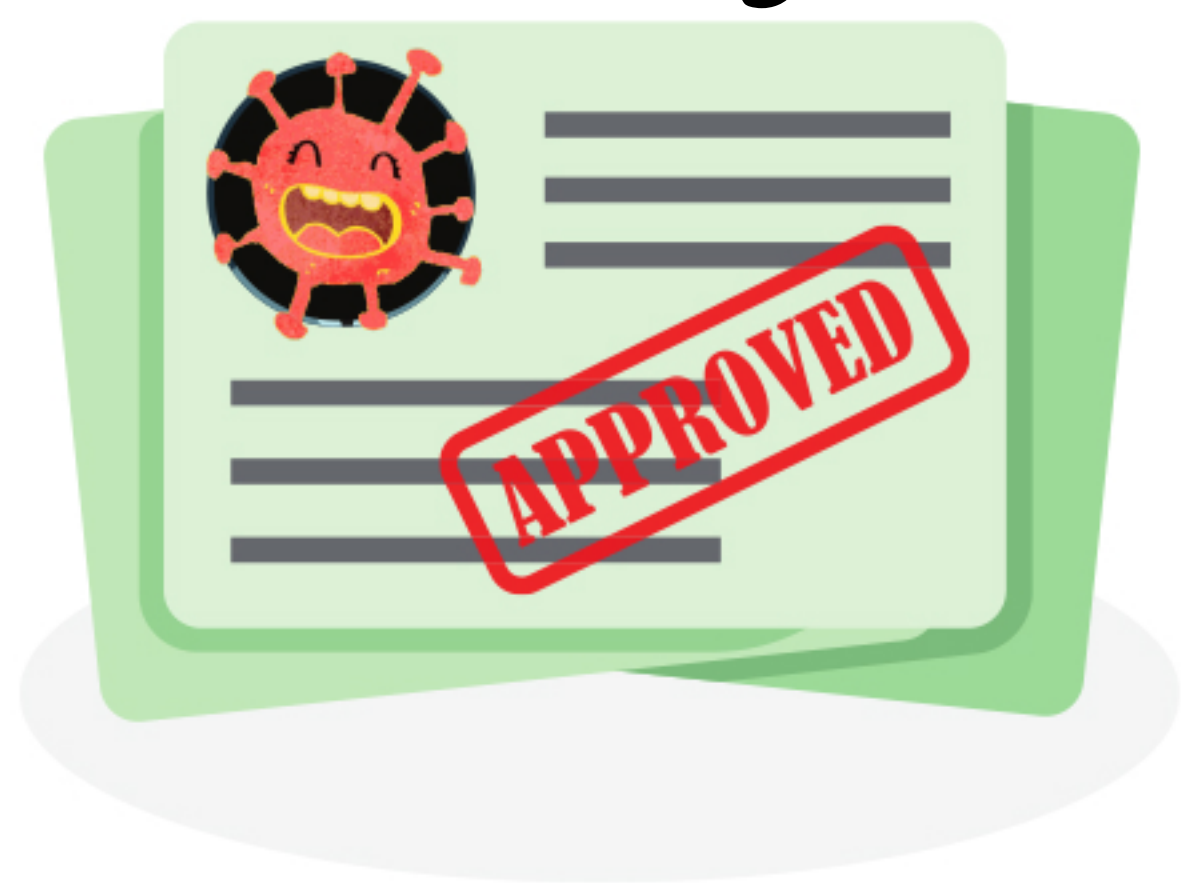
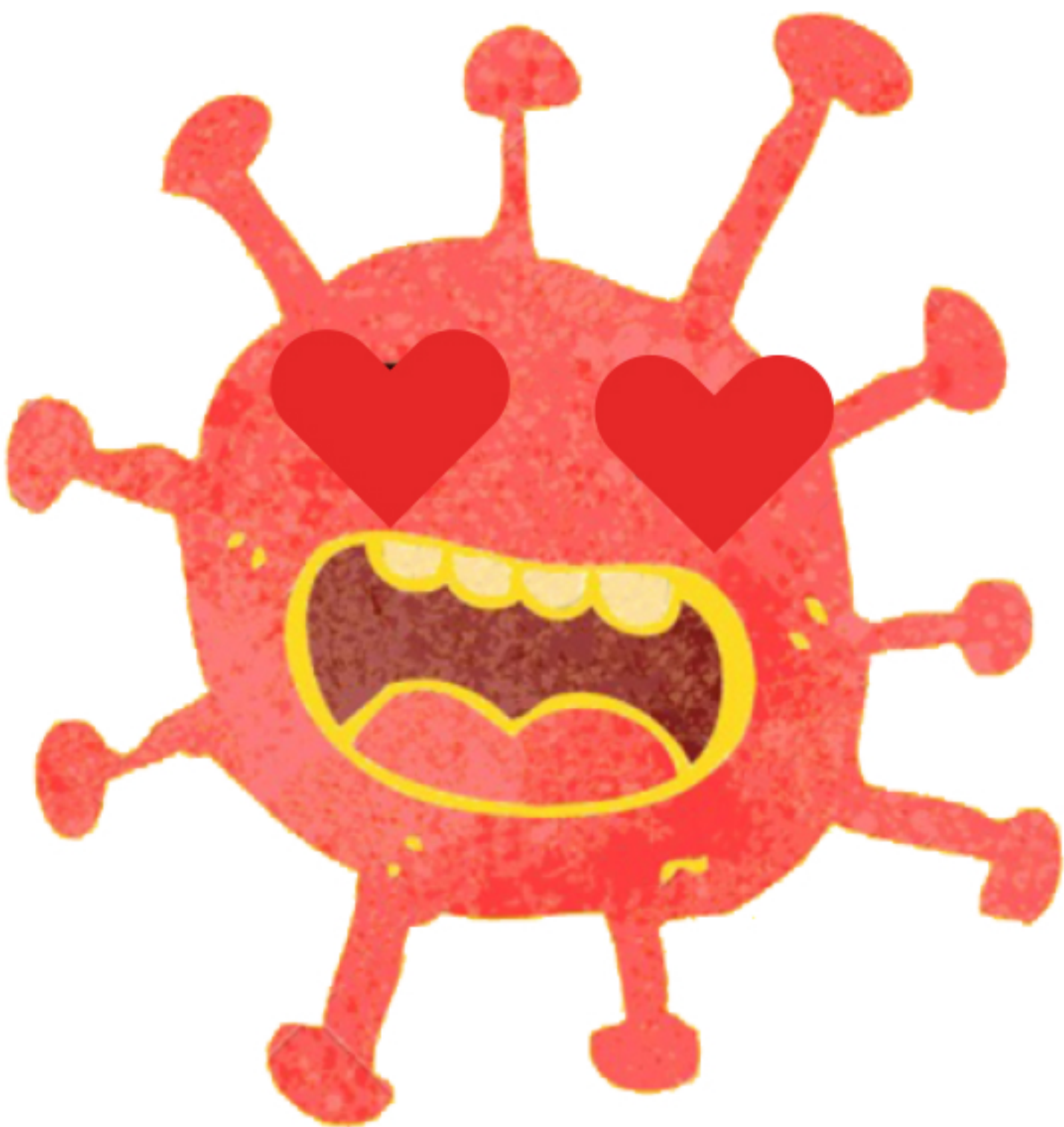


ne mozgasd a kezed  
miközben elszámolsz 10-ig  
1,2,3,4,5,6,7,8,9,10  
Miután megszáradtak a kezeid,  
visszamehetsz játszani

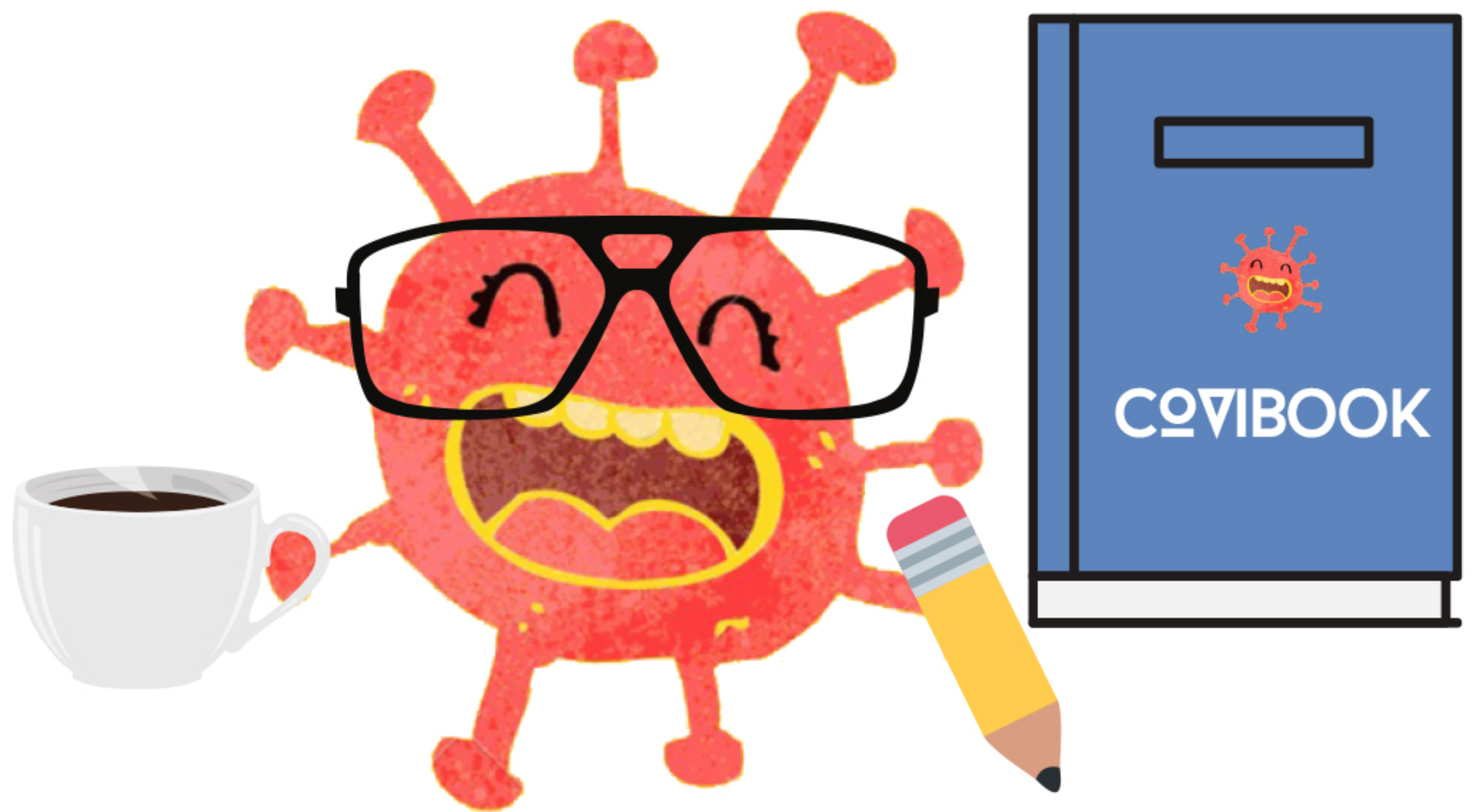
**Ha ezt mind megteszed,  
addig nem jövök látogatóba,**



**amíg a doktorbácsik  
nem találnak gyógyszert  
amitől úgy adhatok pacsit,  
hogy nem leszel tőlem beteg.**



# VÉGE



**Letölthető PDF-ben:**

**[www.mindheart.co/descargables](http://www.mindheart.co/descargables)**

**Szerző:**

**Manuela Molina Cruz**

**Instagram: @mindheart.kids**

**manuela\_825@hotmail.com**

CC BY-NC-SA 4.0 International Public License

**magyar változat: @rotary89**