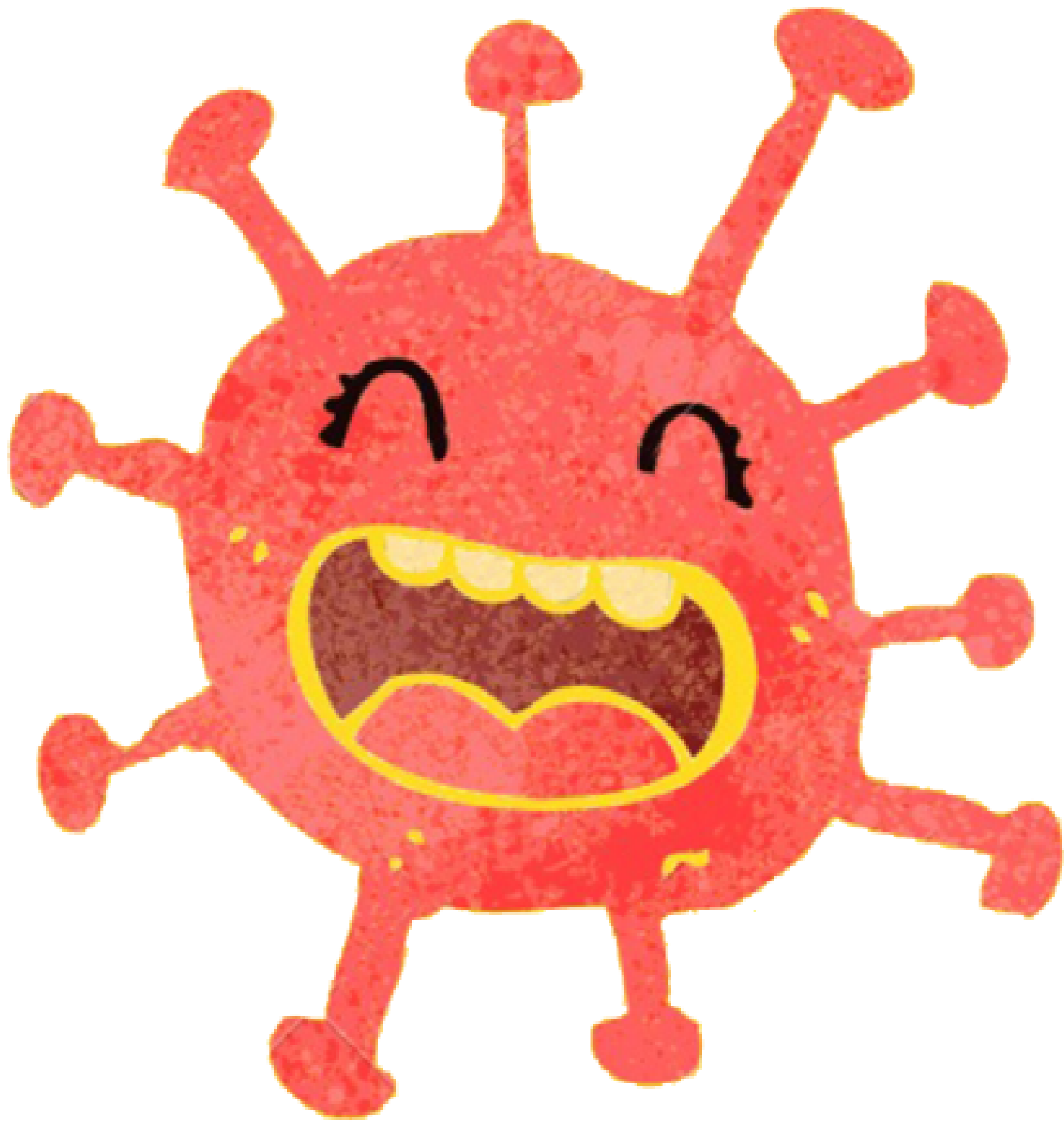


CZEŚĆ

Jestem WIRUS – kuzyn
grypy i przeziębienia



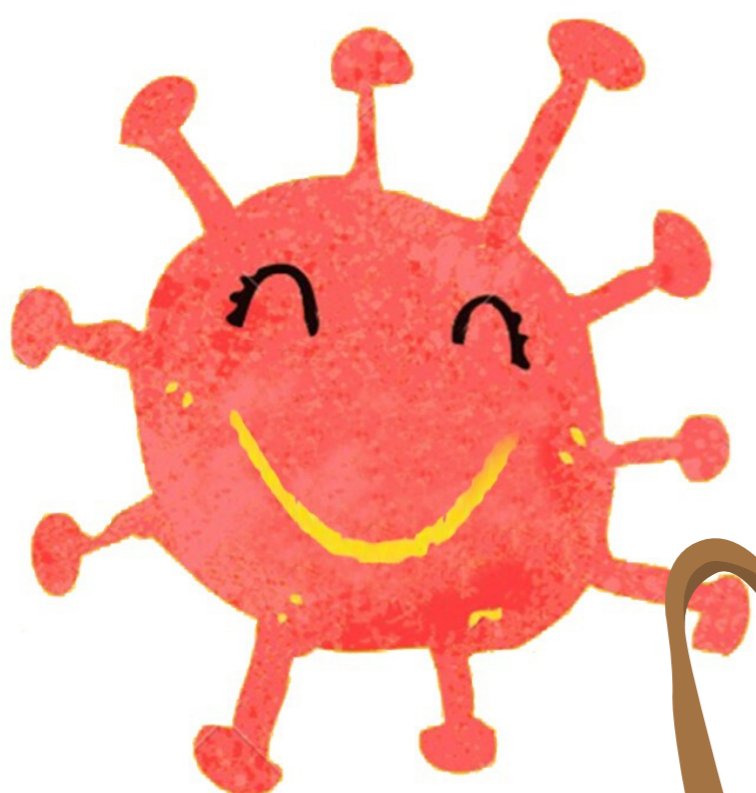
Nazywają mnie koronawirus

PSICÓLOGA MANUELA MOLINA - @MINDHEART.KIDS

WWW.MINDHEART.CO

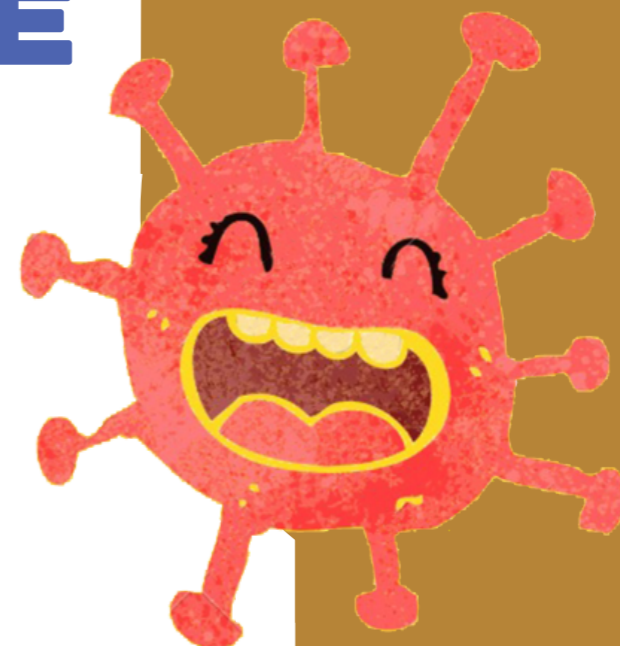
CC BY-NC-SA 4.0 INTERNATIONAL PUBLIC LICENSE

Uwielbiam podróżować



i skaczę na
ręce ludzi,
żeby się
przywitać

**HIGH
FIVE**



Styszateś/-aś o mnie?

Tak

Nie

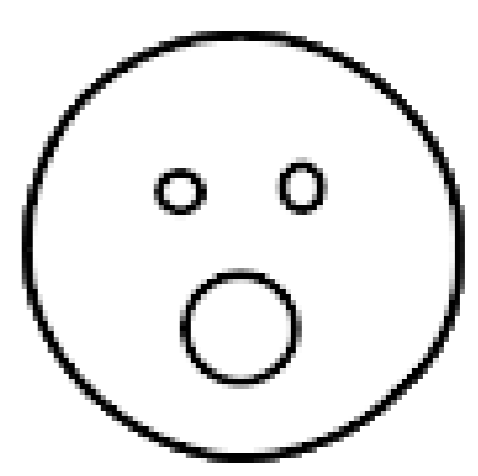
A jak się czujesz, kiedy o mnie słyszysz?



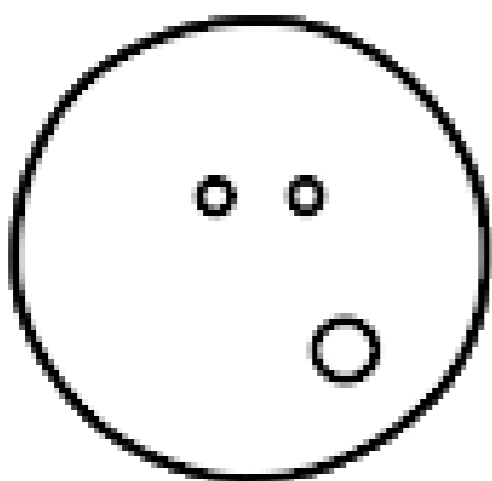
Spokojny/-a



Niespokojny/-a



Zmartwiony/-a



Zciekawiony/-a

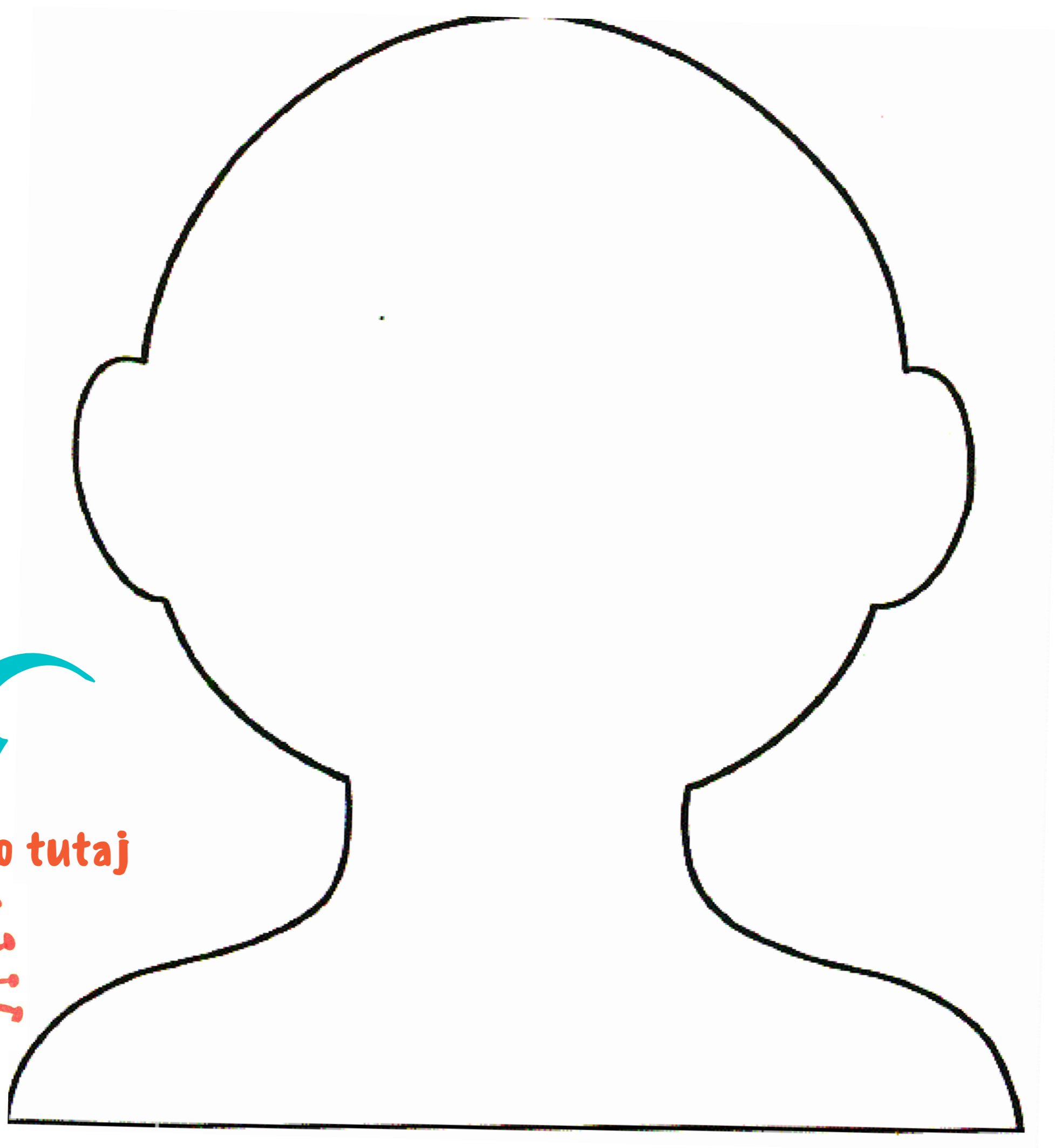


Zdenerwowany/-a

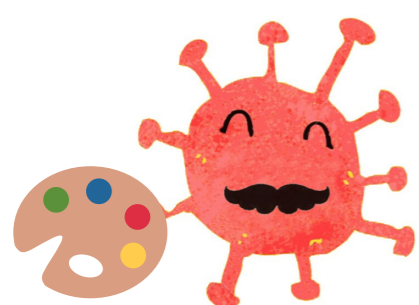


Smutny/-a

Rozumiem, że czujesz się...

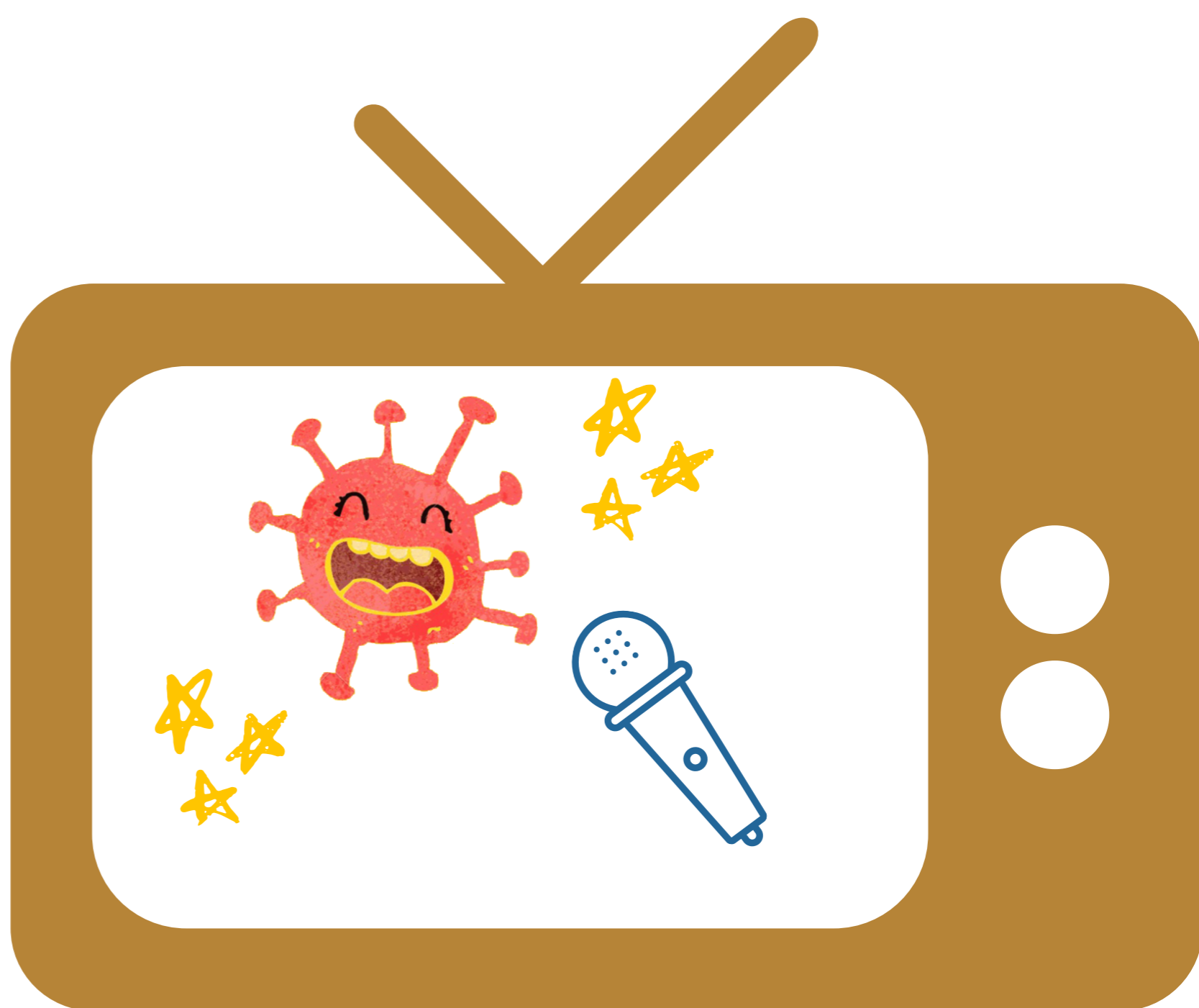


Narysuj to tutaj

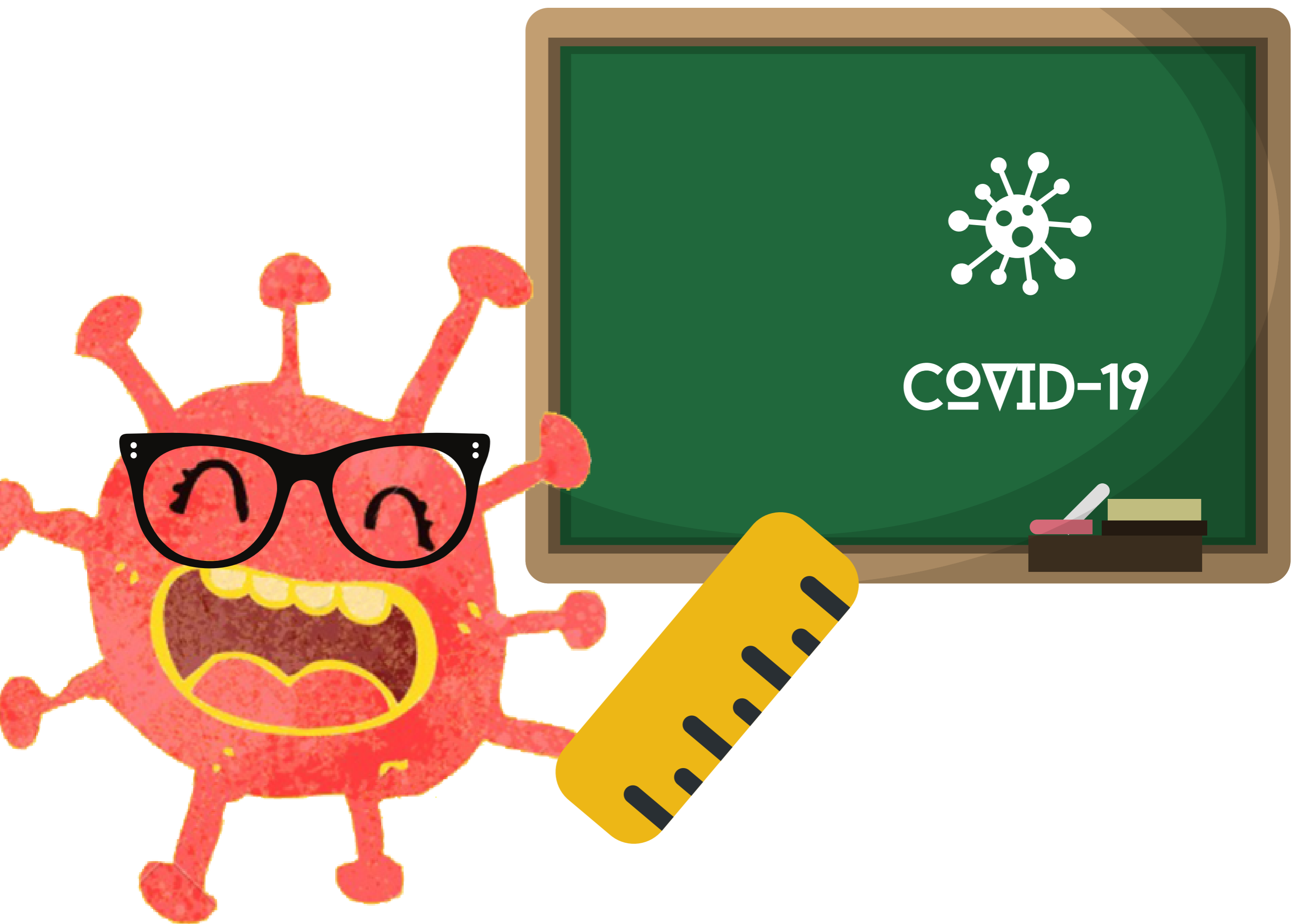


Ja czułbym się tak samo

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



Ale wyjaśnię Ci...

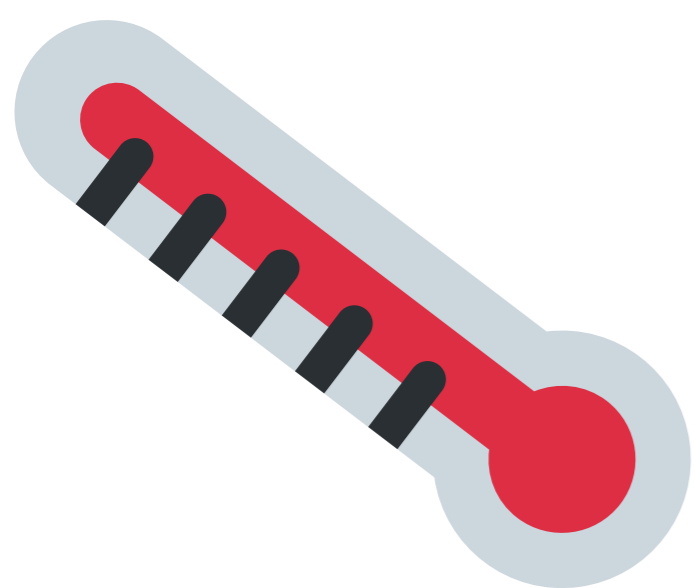


**żebyś mógł/mogła zrozumieć,
kim jestem**

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



**Trudności z
oddychaniem**



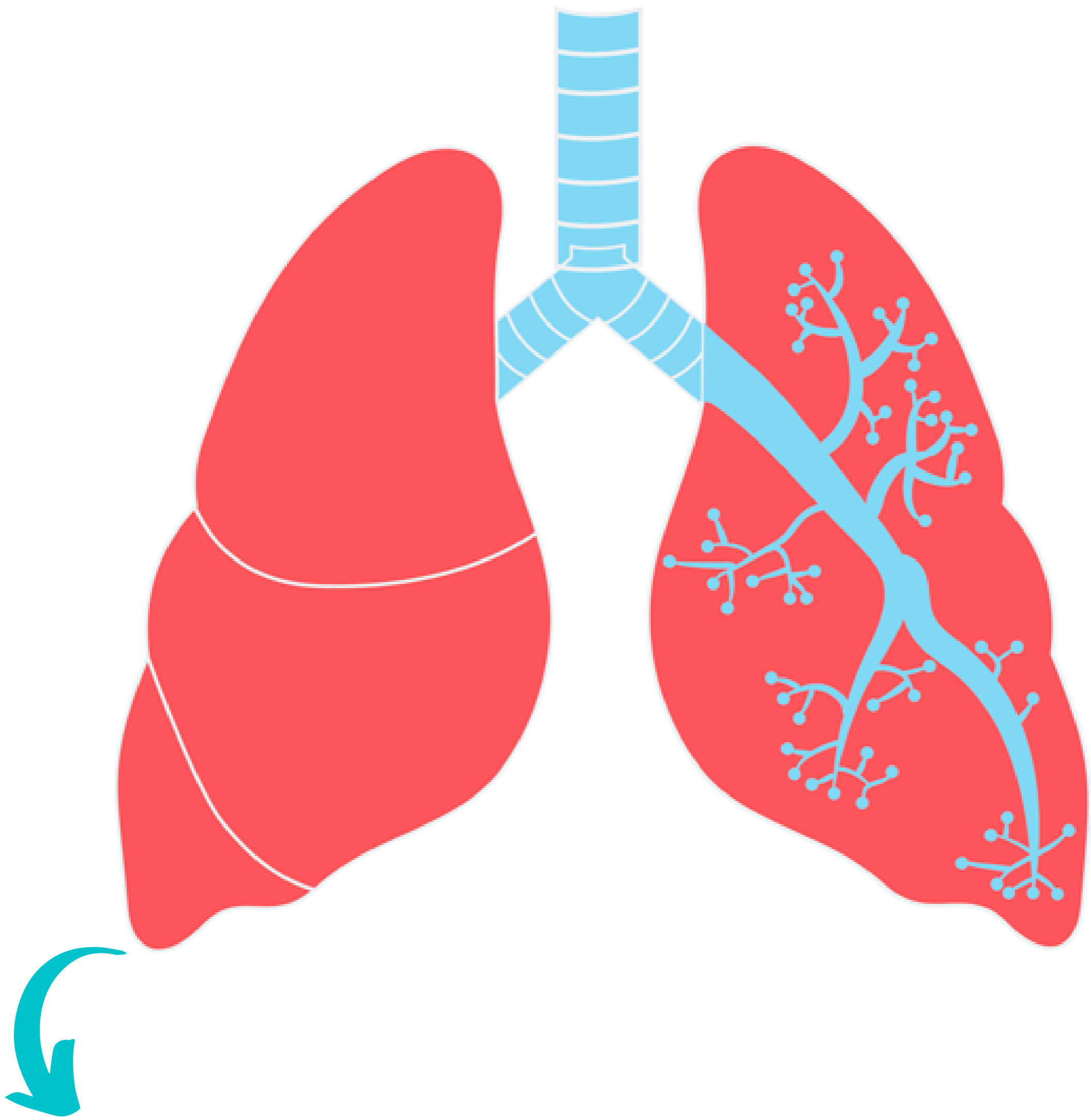
Gorączkę



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**

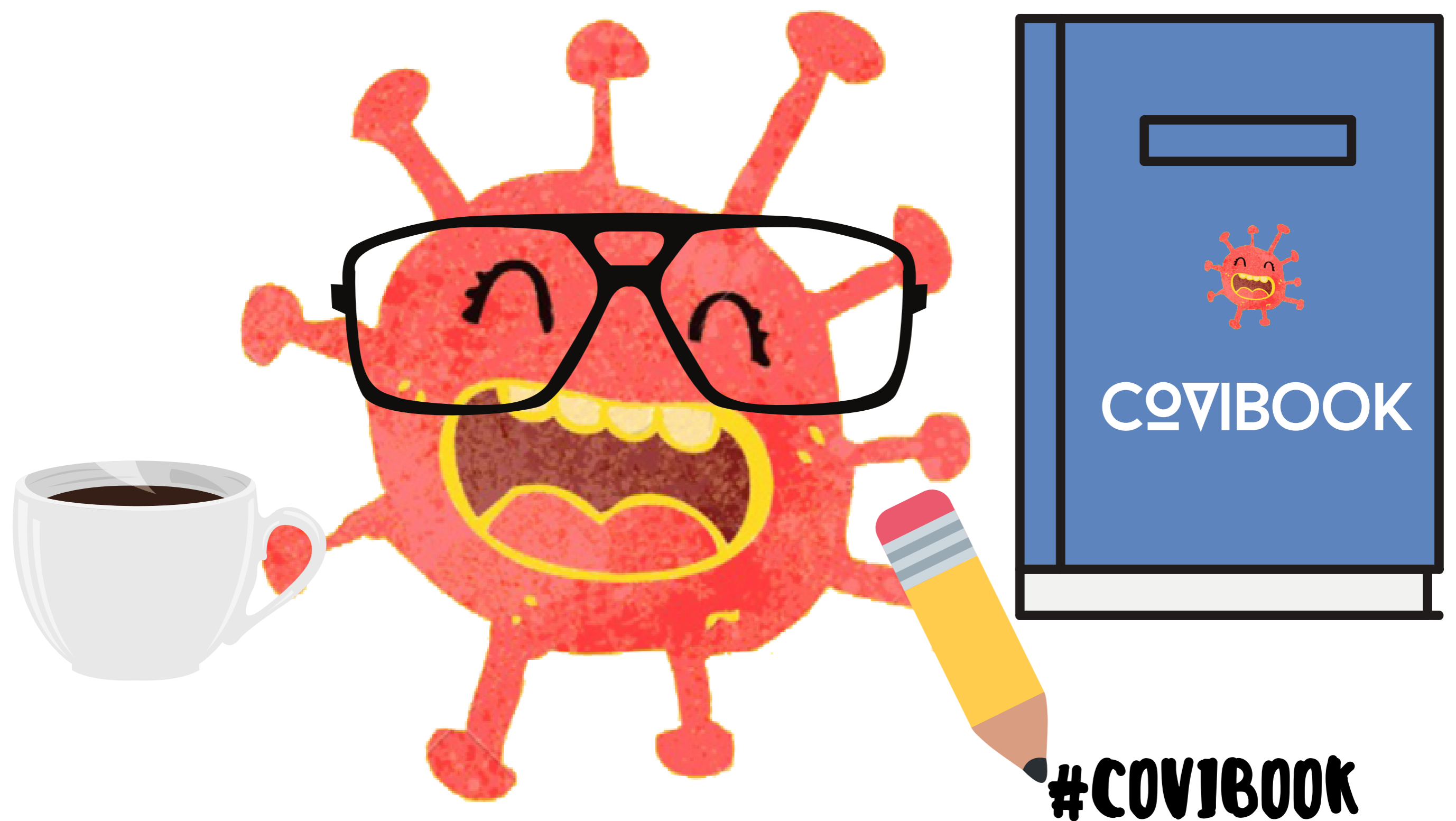


**Licz wtedy do 10 i
nie ruszaj rękami!**

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

Już suche... Biegnij się bawić!

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