

COVID 19: Μπορώ να Βοηθήσω!

- Carol Gray
- Μετάφραση: Ματίνα Παπαγεωργίου-ειδική παιδαγωγός
- Βάγια Παπαγεωργίου-παιδοψυχίατρος

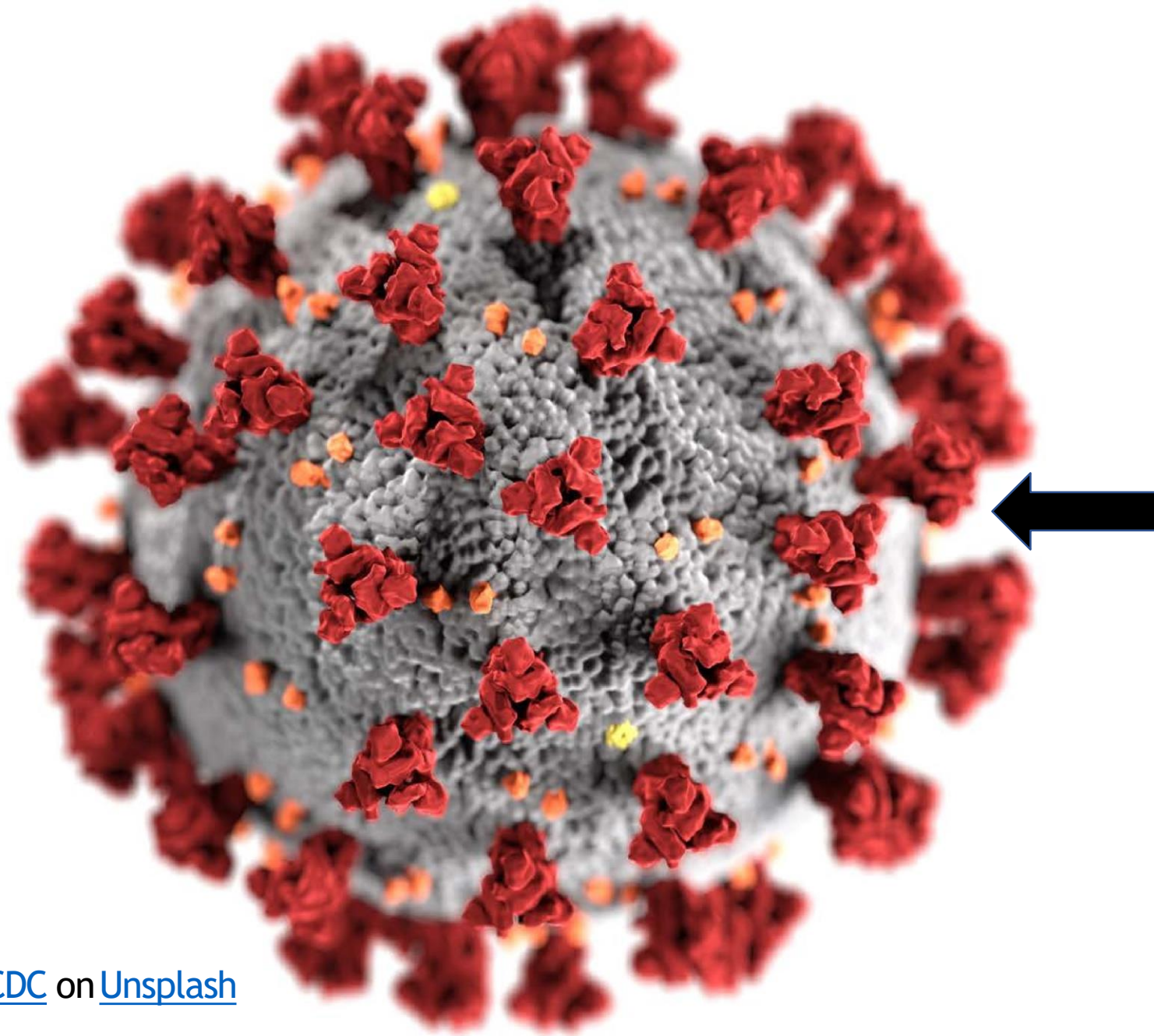
©Carol Gray, 2020. Permission is hereby granted to download, copy, re-send, share, or translate with credit to author.



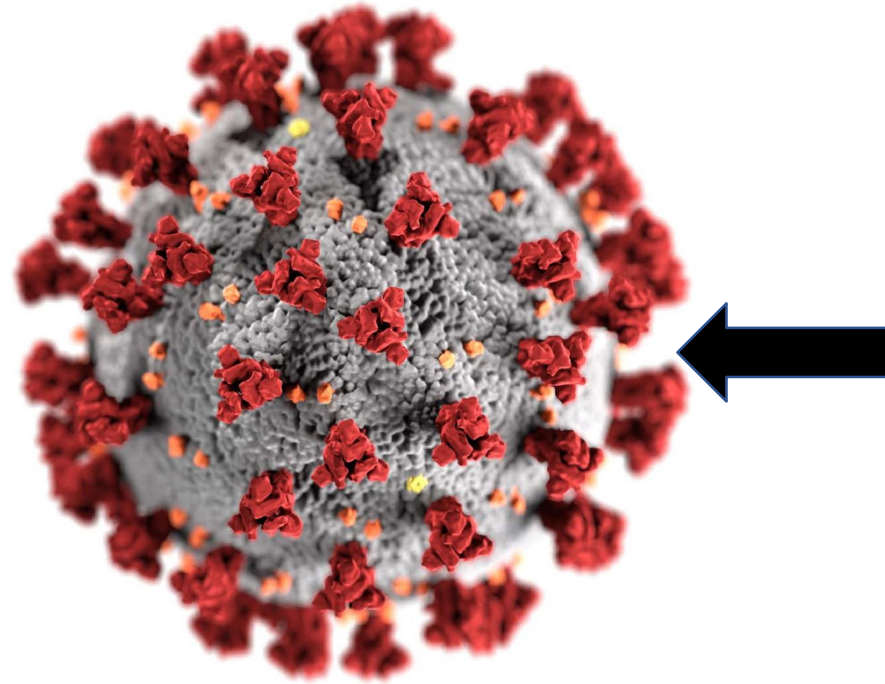
Μαθαίνω για έναν νέο ιό που ονομάζεται COVID-19. Είναι η αιτία μιας πανδημίας. Πανδημία είναι όταν πολλοί άνθρωποι σε μια μεγάλη περιοχή αρρωσταίνουν. Ο ιός COVID-19 μετακινείται στον κόσμο από το ένα άτομο στο άλλο ταχύτερα από ότι ένα κρύωμα ή μια γρίπη. Παιδιά σαν κι εμένα μπορούν να βοηθήσουν.



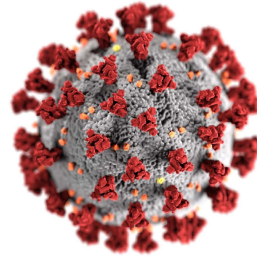
Όπως πολλά
παιδιά, έμαθα
να πλένω τα
χέρια μου όταν
ήμουν πολύ
μικρός. Βοηθά
να διώχνω
μακριά τα
μικρόβια. Ο ιός
είναι ένα είδος
μικροβίου.



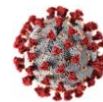
Αυτή είναι μια
εικόνα του COVID-
19 με ηλεκτρονικό
μικροσκόπιο. Ο
αληθινός ιός είναι
πολύ μικρότερος
από αυτό.



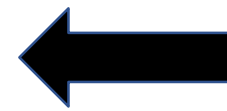
Αυτή είναι μια καλύτερη εικόνα, ωστόσο ο πραγματικός COVID-19 είναι πολύ μικρότερος από αυτό, επίσης.



Αυτή είναι μια καλύτερη εικόνα, ωστόσο ο πραγματικός COVID-19 είναι πολύ μικρότερος από αυτό, επίσης.



Αυτή είναι μια καλύτερη εικόνα, ωστόσο ο πραγματικός COVID-19 είναι πολύ μικρότερος από αυτό, επίσης.



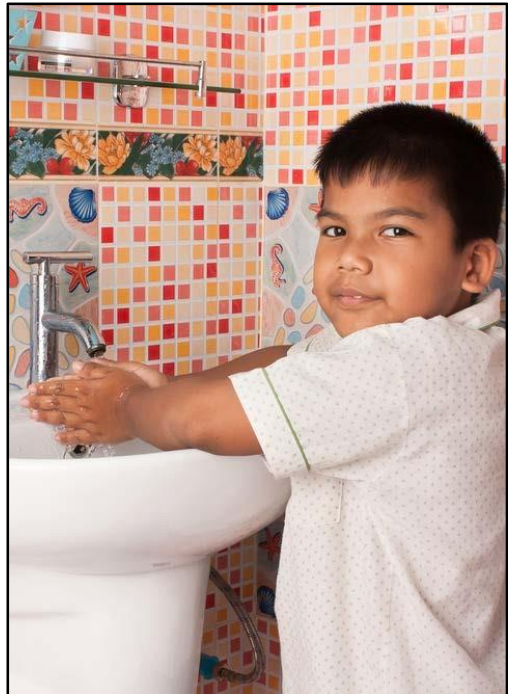
Ναι, αυτή είναι! Οι
άνθρωποι
χρειάζονται
ηλεκτρονικό
μικροσκόπιο για
να δουν τον ιό
του COVID-19!



Ο ιός COVID-19
είναι πολύ
μικρότερος από
μικροσκοπικός
και προκαλεί
τεράστια
προβλήματα για
πολλούς
ανθρώπους.

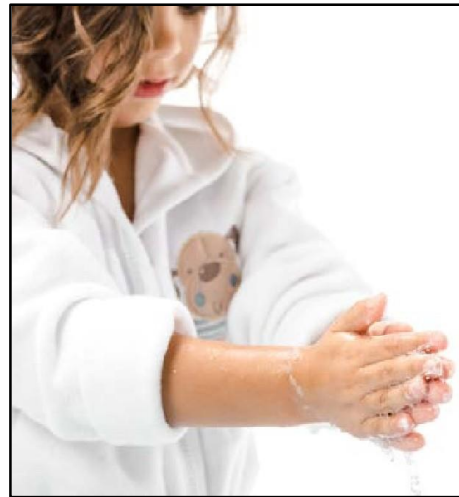


Μπορώ να βοηθήσω!





Μπορώ να βοηθήσω πλένοντας τα χέρια μου με ζεστό νερό από όλες τις πλευρές, ξεπλένοντάς τα καλά και στεγνώνοντας τα με μια καθαρή πετσέτα. Για να σιγουρευτώ πως τα έπλυνα αρκετά, μπορώ να τραγουδήσω το αγαπημένο μου τραγούδι ή να μετρήσω πολύ αργά μέχρι το είκοσι. Το πλύσιμο των χεριών με βοηθά να παραμείνω ασφαλής.





Ειδικότερα κατά την διάρκεια μιας πανδημίας, το καλό και συχνό πλύσιμο χεριών βοηθά να παραμείνουν η μαμά και ο μπαμπάς υγιείς, επίσης...



...και τα αδέρφια μου...



...και οι παππούδες μου..

A silhouette of a woman with her arms outstretched, running through a field of tall grass with two children at sunset. The scene is captured from behind, showing the woman in a striped shirt and dark pants, and two children in a field of tall grass. The sun is low on the horizon, creating a warm, golden glow. The woman's arms are outstretched to the sides, and she appears to be running or jumping joyfully. The children are also running away from the camera towards the sunset. The overall mood is one of freedom and happiness.

...και οι φίλοι μου...



...και οι άνθρωποι που δεν έχω συναντήσει ποτέ.



Σε μια πανδημία,
είναι εκπληκτικό πως
τα παιδιά μπορούν
να βοηθήσουν
πλένοντας τα χέρια
τους καλά και
συχνά. Θα
προσπαθήσω να
βοηθήσω, κι εγώ!