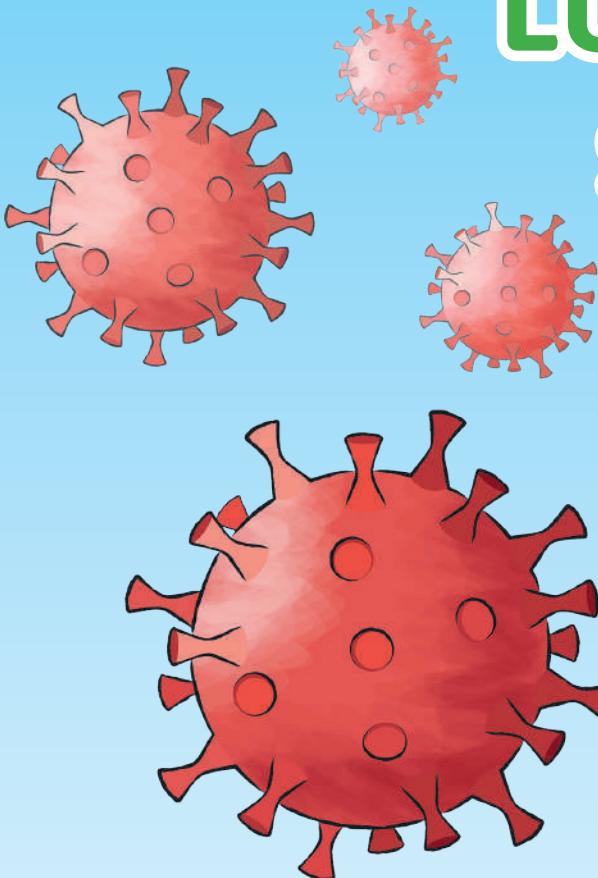


LUPÍNEK SE PERE S KOROŇÁKEM



Informační brožurka
pro děti a rodiče

Milé děti,

Jistě jste si všimly, jak se v posledních letech změnil náš život v sychravém období.

Může za to zlořádný vir koroňák.

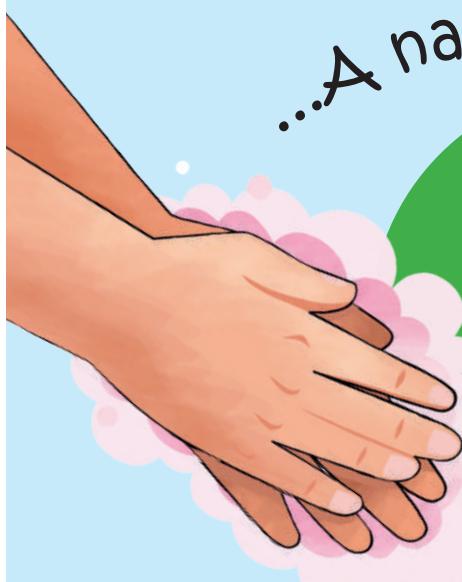
CO JE TO VLASTNĚ TAKOVÝ VIR? Viděli jste někdy zrnko prachu v paprsku slunce? To je malíčké, že? No a ten nás virus je ještě mnohem menší. Viditelný jen pod mikroskopem. Tenhle pidižvík má ale velkou sílu. Když se dostane do našeho těla, postupně se množí a dělá neplechu. Bolí nás z něj hlava, v krku, kašelete. Tělo proti němu bojuje teplotou. A ti slabší z nás, zejména stáří lidé, kvůli němu mohou skončit v nemocnici, odkázáni na pomoc lékařů.

Jediný způsob, jak proti němu bojovat, je spojit se, protože spolu jsme silnější.

...A nasadit naše super kRuté Rady!

RUCE

Myj si ruce kdykoliv můžeš. Když není kde, použij desinfekci. Mysli na to hlavně při návštěvě míst, kde je víc lidí. Nikdy nestrkej špinavé packy do očí, nosu a už vůbec ne do pusy. Zdraví držíš v čistých rukou!



Čistota je půl zdraví, zdraví celé štěstí, proto denně umývej dlaně, ruce, pěsti. Když přijdeš z venku, před jídlem, cestou ze záchoda, a to všechno v pořadí: voda, mýdlo, voda.

ROZESTÚPY

Blízko bud' prosím jen těm, se kterými se pravidelně vídáš, jako je rodina a děti ze školky. Ostatní si drž v takové vzdálenosti, kterou virus nepřeskočí. Když koroňák sílí, zkus na chvíli omezit návštěvy dalších přátel. Výlety mezi lidmi. A hlavně - opatrne na babičku s dědou, virus by pro ně mohl být nebezpečný. Je možné, že se zase nějakou dobu neuvidíme. Věř, že je to jen na chvílkou. Je to jen proto, aby virus neměl na koho skočit a oslabil. Když budeme každý u sebe doma, nemáme se kde nakazit.

Vzhledem k tomu, jak je malíčký, těžko se proti němu bojuje. Nejde chytit, nejde praštit. Nemá uši, tak mu ani nedomluvíme. Víme ale, že žít může jen a jen, když má kde. Když může přeskakovat z jednoho člověka na druhého, daří se mu skvěle.

Koroňák se šíří malíčkými kapičkami slin, které člověk vyprská i při běžném povídání. Tyhle kapičky si to ideálně zamíří do nosu dalšího člověka. A když tam žádný není, lehnou si třeba na sedačku v autobuse, a počkají, až si na ně sáhneš. Napětím se třesou, zda je doneseš k nosu, oku či do pusy. A jakmile se to podaří, bumbác, už ho máš.

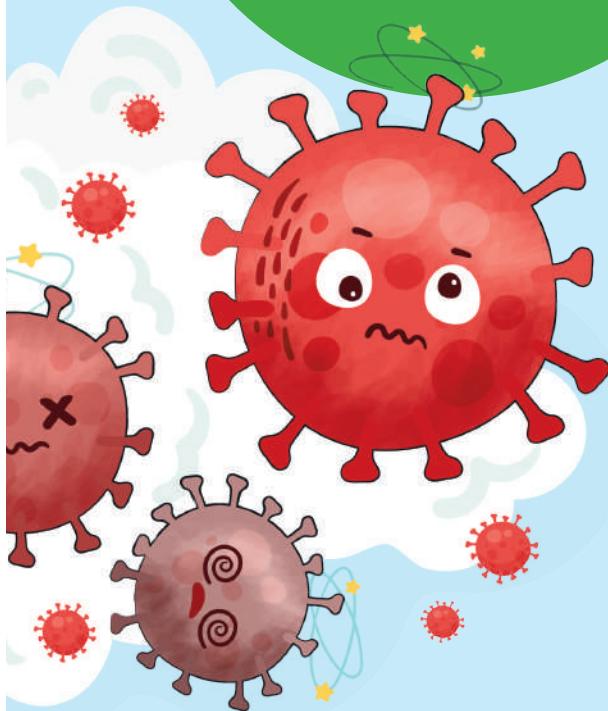


ROUŠKY

Možná ti to přijde strašidelné, že lidem není vidět celá tvář. Ale úsměv vidíme i očima. A díky rouškám chráníme ostatní. Roušky zachytí většinu těch superpidi kapiček, které vydechujeme. A tak i kdybychom v sobě nějaký virus měli, se zakrytými ústy ho nikomu nepředáme. Neboj, neudusíš se v nich. Dýchá se v nich celkem prima. Lékaři to vydrží celý den. To ty nemusíš. Aby ti dělaly větší radost, vyber si nějaký veselý vzor. Nebo si poříd šátek. Ale prosím, zkus chránit ostatní v místech, kde je vás hodně.



Nosí ji lékaři i členové rodiny, je součástí kostýmu každého hrdiny. Dnes není ostudou roušku si vzít, značí tvou odvahu ji na tváři mít!



S rodinou a spolužáky můžeš být stále, od ostatních na chvíli, drž se prosím dále. Když ti není hej, někomu se svěř, místo do školíčky, do postele běž.

Rozum nás spojuje,
strach oslabuje.
Radosti nikdy
se nesmíme vzdát!
Tak jako rytíř
u dračí sluje,
o zdraví všech
teď budem se prát!

ROZUM

Vždy je důležité přemýšlet. Nekoupat v desinfekci celý byt. Nezabednit se jen doma, ale navštívit i čerstvý vzduch. Jíst hodně vitaminů. Smát se, protože smích je lék na všechny neduhy. A hlavně! Zůstat doma, když se cítíme nemocní. Zůstat doma i když je nemocný někdo z rodiny. A společnost navštívit jen když je to hej.



RODIČE

Maminka s tatínkem jsou tu vždy pro tebe. Kdyby ti bylo cokoliv nejasné, zeptej se jich. Kdyby ti nebylo dobře, řekni jim to. A kdybys měl jakýkoliv nápad, jak zachránit svět v boji s otravným koroňákem, jsou jedno velké ucho!

Vše je trošku jinačí,
místy je to pruda.

Zavřené jsou školky, herny,
doma je nám nuda.

Nezoufejte, pomazlete
tatínka a maminku.

Pořádně si užívejte
vlastní prima rodinku.

Chvíli čist a chvíli hrát,
hlavně žádný pláč.

Přesně tak dostane na frak
bídák koronáč!

