

Părinte drag,

Cât de mult îți dorești ca al tău copil să înțeleagă corect necesitățile perioadei actuale? Cum dorești să-i transmiți aceste informații, astfel încât să înțeleagă corect și să percepă realitatea fără spaimă? Ce ai învățat din ceea ce se întâmplă?

„Virusul-Coronel și aventurile lui pe Pământul-cel-Albastru-și-Frumos” prezintă o perspectivă a realității „virusate” pe care o trăim cu toții, fiind în același timp și o poveste, o realitate, o soluție.

Trăim o provocare, o schimbare bruscă, la toate nivelurile: personal, profesional, la nivel național și mondial, iar această perioadă este una specială. Avem de ales dacă o privim ca pe o criză sau ca pe o lecție prețioasă de viață, venită către noi cu un mesaj foarte puternic.

Putem alege să dăm vina pe acest virus, care a apărut ca să ne bulverseze viațile, să ne distanțeze social, practic să ne dea peste cap modul în care eram obișnuiti să trăim sau putem să ne asumăm că, aşa cum mergeau lucrurile înainte, provocate tot de noi, nu ducea la ceva bun. Prin această experiență devenim mai conștienți de valorile noastre, de prioritățile noastre, de responsabilitatea noastră ca individ,

conștientizând că ceea ce facem îl influențează foarte mult și pe ceilalți și mediul în care trăim.

Este foarte important ce le transmitem copiilor și modul în care o facem. Le putem explica pe înțelesul lor că acest Coronavirus, care în această carte se numește Virusel-Coronel, se manifestă ca o răceală sau gripă, afectiuni pe care cei mici le-au mai avut. Este esențial să ne păstrăm noi însine calmul specific unor ființe cu gânduri evaluate și să realizăm că aceste stări ar putea să-i afecteze emoțional.

Deja au învățat că în această perioadă stăm izolați, fără să mergem la școală, la grădiniță sau în parcuri, sporim măsurile de igienă și avem grija de sănătatea noastră și a celor dragi. Este foarte important să selectăm sursele de informare și să ascultăm doar informațiile venite din surse sigure.

Emoțiile noastre pozitive ajută la respingerea „coronelului”, în timp ce o stare negativă îl atrage pe el sau pe „rudele” lui. În prima situație, avem un sistem de apărare mai eficient, privim lucrurile din perspectiva lui „ce învaț din asta”, iar în a doua situație avem un sistem de apărare mai slab și privim realitatea din stare de victimă, adică „uite ce ne-a făcut”.

Așadar, ne-am oprit pentru a clipă. Ce alegem să facem mai departe?

Adriana Nicoleta Zamfir

Dragi copii,

Ați auzit și voi despre Coronavirus și ați simțit din plin efectele lui, la nivel general: nu ați mai mers la grădiniță sau la școală, nu ați mai ieșit în parc și nu v-ați mai vizitat prietenii...

Sunteti foarte supărați pe acest virus?

Haideti să zâmbim și să facem ceva în privința lui! Putem, oare, schimba ceea ce se întâmplă acum? Nuuuu!!! Putem, oare, schimba cum să fim noi în această provocare? Daaaa!!!

Vă invit să citiți o poveste despre „Virusel-Coronel și aventurile lui pe Pământul-cel-Albastru-si-Frumos”. Multi dintre voi ați auzit deja despre el, fie ca personaj din carte, care va pleca și ne va lăsa pe toți să ne gândim ce facem mai bine în continuare, fie sub formă de „Vedetă”, pentru că, în această perioadă, se vorbește despre el peste tot în lumea aceasta.

Care acest Virusel-Coronel, venit de pe Corona cu viruracheta sa, este bun sau rău? Voi ce credeți?

Am scris această carte pentru voi, dragii mei, dar și pentru părintii voștri. Făți curajoși, ascultători și ajutați-i și pe părintii voștri să înfrunte această situație!

Scoateți din cutia cu emoții, pe cele pozitive, precum iubirea, bucuria, recunoștința! Așa, Virusel-Coronel va sta departe de voi.

Cu drag, prietena voastră, Adriana



*A*fost odată o planetă mică, rotundă și cu niște forme de relief ciudate, care se numea Coronia. Ea era locuită de o creatură mică, mică de tot, care, la noi, pe Pământ, nici nu se vede cu ochiul liber. Numele ei era Virusel-Coronel.

Probabil că se numea astfel pentru că și el avea coroană, ca planețica lui.

Într-o zi, Virusel-Coronel a hotărât să plece pe Pământul-cel-Albastru-și-Frumos, o planetă deosebită de toate celelalte, situată nu prea departe de unde locuia el. Știa că în acest loc se găseau multe ființe, în special unele uriașe, numite oameni. Aceștia erau foarte inteligenți și au făcut niște lucruri minunate pe planeta lor. De la un timp, însă, ceva nu mai mergea bine. Planeta părea că obosește, că nu mai prosperă, că nu mai era atât de frumoasă și de strălucitoare ca până atunci.

Zis și făcut. Creatura microscopică s-a urcat în viruracheta ei și a pornit către planeta albastră, vrând să caute niște rude ale sale și să afle, totodată, dacă ea era bună sau rea.



Ajuns pe Pământul-cel-Albastru-și-Frumos, Virusel a rămas... „virusat de uimire”. Ce ciudat era totul! Ce frumos era totul! Plutea în aer și i se părea că visează. De fapt, era ceva aşa... ca un film. Când era în aer, când era pe niște suprafețe, când a pătruns într-un om, ajungând într-un loc de-a dreptul plăcut, unde era cald și simțea că se transformă în mii și mii ca el, iar asta îi dădea o senzație nemaipomenită. A fost aruncat cu o forță de nedescris din acel loc, aflând că fusese „strănutat”.

Virusel-Coronel și-a găsit câteva rude, printre care Răcea-la și Gripa, care era mai zgrițuroaică, și i-a cunoscut pe nepovirușii lui. Toți aceștia călătoreau de obicei din om în om și, după ce îl îmbolnăveau, unele virusuri mureau, altele deveneau mai puternice ca înainte și se transformau ușor.

Ce surpriză! Micuțul cu coroană și-a dat repede seama că el era vedeta planetei acum. Toată lumea vorbea despre el... Era peste tot: în aer, la televizor, pe internet, acasă la diverși oameni, la spital. Era în multe locuri și nu prea înțelegea ce se întâmplă cu adevărat. Ceea ce știa sigur era că aproape toți oamenii se temeau de el. Unii erau îngroziti. Asta însemna, oare, că el era rău, mai rău decât ruda lui, Gripa Zgrițuroaica?

* * *

– Mami, de ce nu mă mai duc la școală? întrebă Corina.

Mama respiră adânc și se gândi cum să-i explice fetiței ei de 7 ani ceea ce se întâmplă.

– Draga mea, acum e nevoie să stăm acasă o perioadă, ca și cum ar fi vacanță, răspunse mama.

– Dar mai e până la vacanță...

– Da, aşa este. Mai e până la vacanță. Este o situație mai specială și e nevoie să rămânem în casă.

– Dar de ce trebuie să stăm acasă dacă nu a venit vacanța? Și de ce e o situație specială, mami? Din cauza lui Coronaviruș? Este un micrōb?

– Coronavirușul este un virus care îi poate face pe unii oameni să se simtă bolnavi. Îți aduci aminte cum era pentru tine când ai fost bolnavă? Este ceva asemănător și acum. Seamănă foarte tare cu momentul în care ești răcit. Unele persoane se simt foarte puțin bolnave, în timp ce alte persoane au febră, tuse și respiră foarte dificil.

– Dar de ce este lumea speriată la televizor, mami? continuă Corina.

Într-adevăr, ceea ce era prezentat la știri stârnea groaza. Mama și-a dat seama că ar fi bine să caute alte surse de informare, astfel încât să-i explice flicei ei ceea ce se întâmpla în mod corect, iar aceasta să nu fie speriată.

– Este adevărat că la televizor se dau mai multe știri despre acest virus, deoarece, într-o scurtă perioadă de timp, s-au îmbolnăvit foarte mulți oameni. La fel de adevărat este că, dacă facem sport, dormim bine, ne alimentăm sănătos, corpul nostru poate lupta cu virusurile. Cu orice fel de virus, nu doar cu Coronaviruș.

– Și tu stai acasă cu mine, mami? Nu mai stau cu bunica? întrebă fetița.

– Bunica va sta la ea acasă un timp. Eu voi lucra de acasă, Corina! spuse mama. Munca mea îmi permite să fac acest lucru, aşa că va trebui să ne organizăm mai bine. În primul rând, să ne descurcăm cu emoțiile noastre. Nu este chiar o