

שָׁלוֹם, קוֹרוֹנָה!

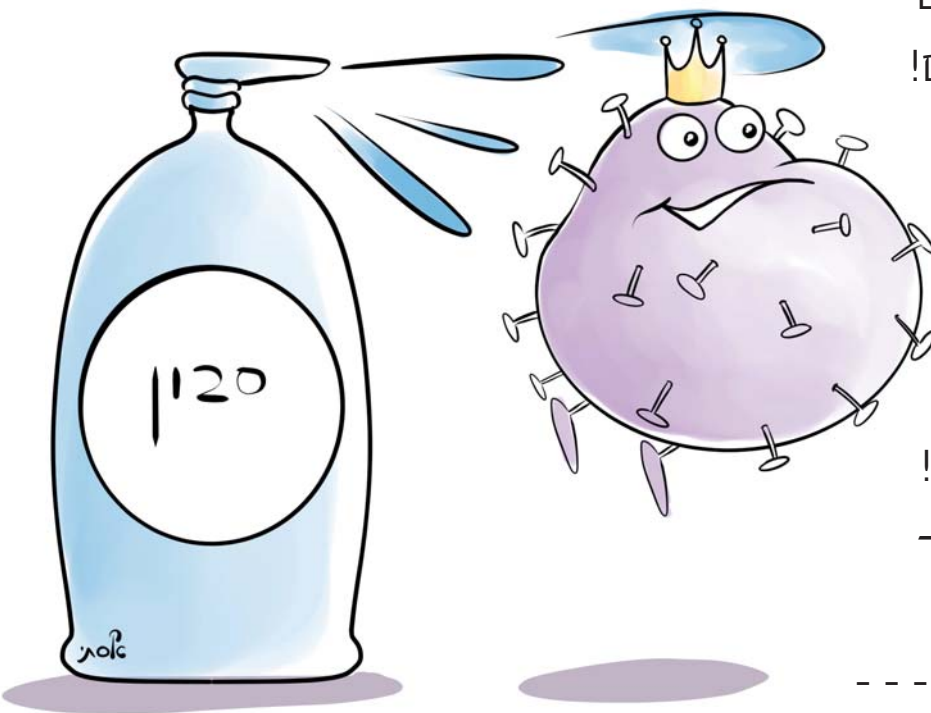
מי אָנִי?
נְגִיף קָטָן
מִמֶּשׁ קְטַנָּטָן
אוֹלִי טַפָּנֶת מְסָכָן
יוֹצֵר כָּזָה מִן בִּלְגָן...
לֹא רוֹאִים
לֹא שׁוֹמְעִים
לֹא טוֹעֲמִים
לֹא מְרִיחִים
אֲבָל הַחַיִּים הָרְגִילִים מְתֵהֲפָכִים!



מי אָנִי?
יוֹצֵר זָעִיר
אֶת כָּל הַחֲשָׁשׁוֹת מַעִיר
וְכִמּוֹ רִמְזוֹר אָדָם מְזַהֵיר:
לַעֲצֹר!
לְשַׁמֵּר!
לְהִדָּבֵק מִמֶּנִּי - חֲבָל...
אֲז לֹא לְהִתְעַצֵּל כָּלֹל -
בְּסִבּוֹן שׁוֹב וְשׁוֹב לְהִשְׁתַּמֵּשׁ
וְרַק לְתוֹךְ טִישׁוֹ לְהִשְׁתַּעַל וּלְהִתְעַטֵּשׁ!

מי אָנִי?
וִירוֹס לֹא בָרוּר
מִגִּיעַ מֵאֵי שָׁם
וְ-לִחֵץ בְּעוֹלָם
הַלֵּב קָצֵת מִתְכַּוֵּץ
פֶּחֶד שָׁם לוֹחֵץ...
מָה עוֹשִׂים?

נוֹשָׁמִים לָאֵט, לָאֵט נוֹשָׁפִים
אֶת אָבֶּא-אָמָּא מְשִׁתְּפִים
בְּכָל דְּבָר שְׁמֵרְגִישִׁים
מִתְפַּלְלִים וּמִבְקָשִׁים!



מי אָנִי?
אוֹרֵחַ זָר
יְדֵי מוֹזָר
כָּאֵלֹּא אֵין בִּי מְאוּמָּה
וּבְגָלְלִי - יֵשׁ מְהוּמָּה!
וּפִתְאוֹם כָּלְנוּ בְּבֵית -
כָּל הַמְשִׁפָּחָה
קָצֵת בְּלָבּוּל וּמְבוּכָה - - -
חֹפֵשׁ שְׂכָזָה...
וּמָה יִהְיֶה?
הָאֵם יִהְיֶה נָעִים, נֶחֱמָד -
לְכָל אַחַת, לְכָל אֶחָד?

אֲנַחְנוּ מְחַלִּיטִים!

נוכל לריב, להתעצבן
לבכות וסתם להתלונן
אף אם נרצה בעזרת השם -
נצר ביחד אורה שלו
נשמח, נותר באהבה
נשיר, נספר וגם נרקד
נצר, נשחק, ננסה ללמוד
ננקה לפסח, נושיט יד או שתים -
אצלו לכלם יש חיוך על השפתיים!!!

שלום, קורונה!
להתמודד הכי טוב אנו משתדלים
ומכל הלב מתפללים
שתעלים מהר
בעולם לא תשאיר
אולי בחלל תמצא לך בית אחר!



שלום, קורונה! - הדרכה

ימי הקורונה ייזכרו עוד שנים רבות - איך כל העולם התהפך על פניו...
ולנו ההורים ואנשי החינוך יש תפקיד מורכב -
גם לדאוג לבריאות ולחנך לזהירות
גם להרגיע ולנסוך ביטחון
גם להעסיק ולסייע לילדים ללמוד ולהתפתח ולא לסגת במידת האפשר
גם לשמור על אווירה נעימה...

הערכה **שלום, קורונה!** - מצליחה בקלילות, בהומור ועם זאת ברצינות להעביר מספר כללים חשובים, שיהוו טריגר לשיח בנושא.
נזכור - ילדינו (וגם אנו!) זקוקים ל -
1. מידע ברור ופשוט, לא להצפה
2. כללים מסודרים לשמירה בהיגיון ובלי הגזמה
3. הכלה, הקשבה והתייחסות לרגשותיהם, אך לא בהלה מוגזמת
4. תעסוקה נעימה ומגוונת, בלי לחץ
5. סדר יום מובנה עד כמה שאפשר
העיקר - שנעבור את התקופה הזו בבריאות ובאמונה!

פעילויות

1. נכין ביחד לוח סדר יום שיכלול - תפילה, ארוחות, לימוד, יצירה, משחק, ניקיון לפסח...
2. נלמד מעט על הקורונה - מה זה נגיף, מה זה אומר להידבק, מה הסיכון, איך כדאי להיזהר, מה הכי חשוב (תפילה!) מצורף **מילון קורונה לילדים**.
3. נציב ביחד כללי התנהגות בבית כדי לשמור על אווירה נעימה - אפשר לכתוב אותם או לצייר
4. ניתן לילדים לצייר, לכייר או לגזור קורונאים...

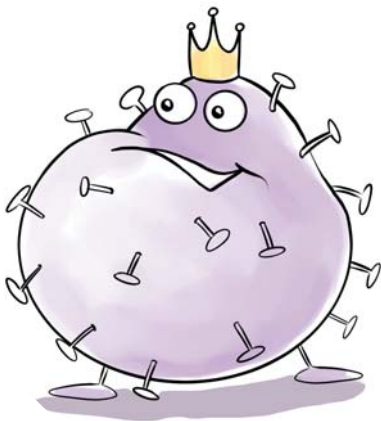


מילון הקורונה לילדים

כתבה: טלי ורסנו-אייסמן,

משרד הבריאות

(מותאם וערוך לשומרי מצוות)



אי ודאות - יש הרבה דברים שעדיין לא יודעים על נגיף

הקורונה, מאין הגיע? כיצד מתחסנים מפניו? מתי הוא יחלוף? קשה מאוד להיות בתחושה של אי-ודאות. כדי להתגבר על כך, ננסה לשים סימני קריאה על הדברים שאנו כן יודעים ונפעל על פיהם.

בידוד - מי שנחשד שהוא חולה בקורונה, נדרש להיות

בבידוד, כלומר להישאר בבית ולא להיפגש עם אנשים נוספים מחשש שידביק אחרים. אפשר לעשות מה שרוצים, לאכול, להתקלח, לשחק, לקרוא ועוד דברים, העיקר לא להיפגש עם אנשים.

גבולות - התבטלה לכם נסיעה משפחתית? לא נעים, אבל מומלץ להישאר בבית.

להישאר אם זה לא נחוץ לצאת. מפגש עם אנשים נוספים, מרחיב את ההידבקות.

דאגה - כשאין כל כך מה לעשות, מתחילות הדאגות, כי אנו רוצים להרגיש שאנו

עושים משהו... אבל הדאגות במקרה הזה לא עוזרות. אם מופיעה דאגה שלא ניתן לעשות דבר לגביה, ננסה לשוחח על כך עם אמא או אבא, או לעשות הסחת דעת: לדבר עם חברים ולעשות דברים שאוהבים.

התעטשות - אם עשינו אפצ'י (לבראות!) ואין טישו בסביבה, נתעטש למרפק, ולא

לכף היד. עדיף כמובן טישו ומייד לזרוק לפח!

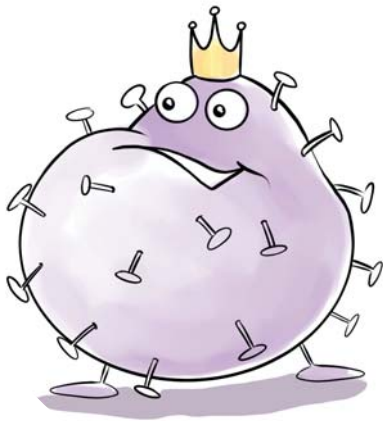


וירוס - חוץ מזה שזו חיה באות ו' במשחק "ארץ - עיר", זה גם ה"יצור" שעושה כאן את כל הבלגאן. הוא כל כך קטן שרק באמצעות מיקרוסקופ אפשר לראות אותו.

זיהוי - סימני הזיהוי של המחלה דומים מאד לשפעת: חום, עייפות, שיעול. אבל לא כל שפעת היא קורונה.

חיסון - חיסון זה הכנסת חומר לגוף, על מנת ללמד את הגוף להתגונן מחיידקים או וירוסים. למרות שבטח אתם לא אוהבים זריקות, אם היה חיסון (אפילו זריקה), היינו שמחים. מעריכים שהמדענים יפתחו חיסון מתאים.

טוב לדעת, אך לא יותר מידי - התקשורת עוסקת בלי סוף בנושא. זה חשוב, אך עודף מידע עלול להגביר את הדאגות.



ילדים - הווירוס הזה פחות אוהב ילדים, כך שיש פחות מקום לדאגה שאתם תידבקו. מי שחלה ונדבק בוורוס הם בעיקר אנשים מבוגרים וחולים.

כתר - המבנה של הווירוס נראה כמו כתר (קורונה בלועזית) אבל הוא רחוק מלהיות מלך...

לרחוץ ידיים - חשוב מאד לרחוץ ידיים עם סבון לעיתים קרובות מאד - אחרי האוכל, לפני האוכל, לאחר יציאה מהשירותים ולאחר שיעול או עיטוש. אגב, זה נכון בלי קשר לקורונה.

מסכה - כבר אחרי פורים, אבל אנשים בבידוד ביתי שמים על פניהם מסיכות על האף ועל הפה כדי להגן על הסובבים אותם.



נגיף - נגיף זה השם בעברית למילה וירוס. תראו למעלה באות ו' מה זה אומר.

סין - המחלה התגלתה במחוז וואן שבסין. זה לא אומר כמובן שכל האנשים הסינים שאנו פוגשים הם חולים ומדבקים.

עטלפים - בהתחלה חשבו שהמחלה הגיעה מהעטלפים, אולם שללו את האפשרות הזו בשלב זה.

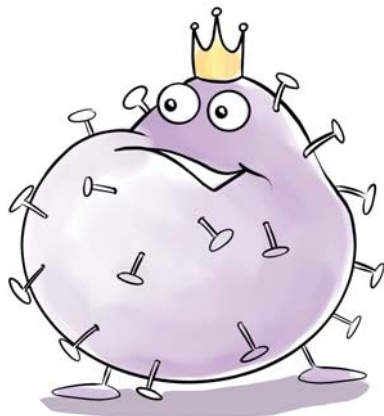
פאניקה - פאניקה בעברית זו מילה נרדפת לבהלה. אין מקום לבהלה כשיוודעים מה לעשות ופועלים על פי ההנחיות.

צינון - מחלת הקורונה דומה לצינון. חשוב שאם חולים, (גם בסתם שפעת) נשארים בבית, ולא הולכים לגן או לבית הספר.

קצב ההדבקה - קצב ההדבקה של מחלה זו - המהירות שבה היא עוברת לעוד אנשים - גבוהה. המחלה זוהתה לראשונה בסין, ושם נמצאים רוב החולים, אך המחלה התפשטה כבר למדינות רבות בעולם, כולל מדינת ישראל וכך הפכה לבעיה עולמית.

רוב האנשים - בשורה טובה היא כי רוב האנשים שחלו בקורונה, החלימו מהמחלה בס"ד.

שמועות - הקורונה יצרה הרבה שמועות. שמועות נוצרות כאשר אין מידע מוחלט. שמועות הן דברים שאנשים מציאים ומספרים זה לזה. כל מה שאתם שומעים, צריך לבדוק אם הוא נכון לפי מידע רשמי.



תרופה - עדיין לא נמצאה תרופה לקורונה אבל עובדים על זה... ובסוף בס"ד המחלה תיבלם ונוכל לחזור לחיי שגרה!

