

Όσο υπάρχουν στον κόσμο
παιδιά, ζώα και λουλούδια...

Μη φοβάστε!

Όλα θα πάνε καλά!

Ν. Καζαντζάκης



Μένουμε σπίτι και γινόμαστε ήρωες

Μια φορά και έναν καιρό ήταν ένα αγοράκι που το λέγανε Άγγελο και ζούσε με τους γονείς του σε μια μεγάλη πόλη. Ο Άγγελος ξυπνούσε κάθε πρωί στις 7. Οι γονείς του είχαν έτοιμο το πρωινό του. Έτρωγε το πρωινό του και ντυνόταν γρήγορα για να πάει στο σχολείο. Όλο αυτό γινόταν χρόνια και χρόνια, ώσπου ξαφνικά μια μέρα οι γονείς του του είπαν ότι δεν θα πάει στο σχολείο.

-Ε, εντάξει δεν είναι και άσχημη ιδέα, σκέφτηκε ο Άγγελος. Θα πάω στο πάρκο να παίξω με τους φίλους μου!

-Δεν μπορείς Άγγελε να πας στο πάρκο, του είπε η μαμά του.

-Ε, εντάξει τότε, θα πάω στη γιαγιά να φάω κέικ με σοκολάτα.

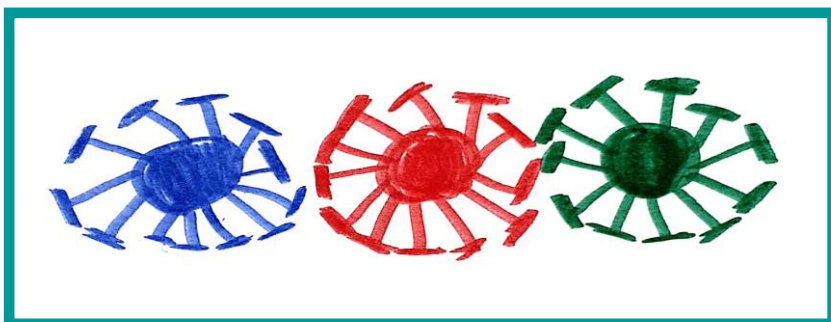
-Δυστυχώς, ούτε στη γιαγιά μπορείς να πας, είπε πάλι η μαμα.

Άκουσε προσεκτικά Άγγελε αυτό που έχω να σου πω.

Υπάρχει ένας ιός, που λέγεται κορονοϊός και κυκλοφορεί ανάμεσα μας.

Αυτός ο αόρατος ιός αγαπάει πολύ τα παιδάκια και όπου βρει την ευκαιρία

κολλάει πάνω τους και αυτά με τη σειρά τους, χωρίς να το θέλουν, κολλάνε και όσους βρίσκονται πολύ κοντά τους.



-Και πώς κολλάει βρε μαμά αυτός ο ιός αφού δεν τον βλέπουμε;

-Ο ιός ταξιδεύει χρησιμοποιώντας τα χέρια μας, το φτέρνισμα μας και τον βήχα μας και έτσι κολλάει στους ανθρώπους.



-Ω! Αυτό δε μου αρέσει καθόλου. Μπορώ να κάνω κάτι εγώ για να τον εμποδίσω;

-Αυτό που μπορείς να κάνεις είναι να πλένεις καλά τα χεράκια σου και όταν φτερνίζεσαι ή βήχεις να βάζεις τον αγκώνα σου μπροστά στο στόμα σου.

Ο Άγγελος προβληματισμένος πήγε για ύπνο και σκεφτόταν πως θα καταφέρουμε να νικήσουμε αυτόν τον αόρατο εχθρό που τον λένε κορονοϊό...

Ξαφνικά ο Άγγελος βλέπει στο όνειρο του έναν χαμογελαστό κύριο με γυαλάκια, πράσινη στολή και μια μάσκα που δεν ήταν σαν αυτές που ήξερε μέχρι τώρα....



-Ποιος είσαι εσύ;;; ρωτάει απορημένος ο Άγγελος.

-Εγώ είμαι αυτός που θα πολεμήσει τον ιό.

-Δηλαδή είσαι σαν τους σούπερ ήρωες; Χαχαχα..μα οι σουπερ ήρωες είναι γυμνασμένοι, έχουν φανταχτερές στολές και η μάσκα τους καλύπτει τα μάτια και όχι τη μύτη και το στόμα τους όπως η δική σου....

-Δεν είναι όλοι οι ήρωες ίδιοι. Ο καθένας όμως έχει την δική του μαγική δύναμη.

-Και ποια είναι η δική σου;

-Ξέρω πως να κάνω τους ανθρώπους καλά όταν αρρωσταίνουν...αλλά δεν μπορώ να τα καταφέρω χωρίς την δική σου βοήθεια...

-Και τι μπορώ να κάνω εγώ για να σε βοηθήσω κλεισμένος στο σπίτι;

-Αυτό ακριβώς θέλω απο εσένα!!! Αν μείνεις στο σπίτι, ο ιός θα χάσει την δύναμη του γιατί δε θα μπορεί να ταξιδέψει μαζί σου...

-Υπάρχει και κάτι άλλο που μπορώ να κάνω;

-Τώρα θα σου πω το μεγάλο μυστικό...

Θα πλένεις καλά τα χέρια σου και όση ώρα το κάνεις, θα λες δυο φορές αυτό το μαγικό ποιηματάκι:

Σαπούνι σαπουνάκι
βοήθα το παιδάκι
τον ιό να τον νικήσει
και να τον εξαφανίσει.

Μεσ' στο σπίτι εγώ θα μείνω
και το σώμα μου δε δίνω
στον ιό να ταξιδέψει
και τον κόσμο να παιδέψει.

Το επόμενο πρωί ο Άγγελος ξύπνησε χαρούμενος που θα μπορούσε και αυτός με τον δικό του τρόπο να βοηθήσει για να σκοτωθεί ο ιός. Έτσι περνούσαν οι μέρες ώσπου μια μέρα, ενώ έπαιζε στο σαλόνι του, είδε στην τηλεόραση τον σούπερ ήρωα του ονείρου του, να βγάζει τη μάσκα του και να λέει:

“Κερδίσαμε την μάχη”.

Έφτασε επιτέλους η ώρα για το σοκολατένιο κέικ της γιαγιάς...



Κινητή Μονάδα Ψυχικής Υγείας Ν. Κοζάνης και Γρεβενών
Παιδοψυχιατρικές Υπηρεσίες