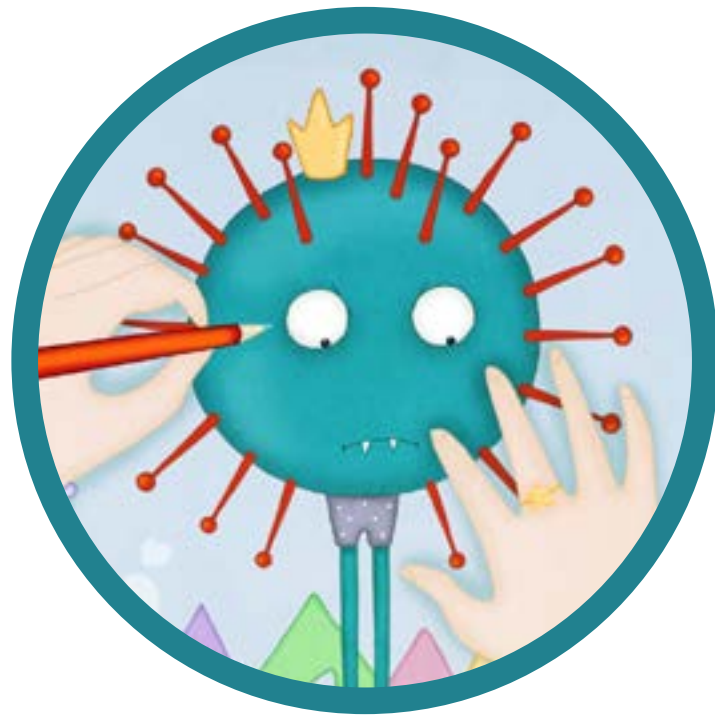


Francesca Dall'Ara

POVESTEA CORONAVIRUSULUI

Ilustrații
Giada Negri





Această poveste a fost pusă la dispoziție prin bunăvoința Edizioni Centro Studi Erickson S.p.A, editură italiană specializată în literatură referitoare la tulburări de învățare și educație incluzivă, precum și în texte narative și educaționale pentru copii și părinți.

Toate drepturile rezervate. Niciun fragment din această carte nu poate fi reprodus în niciun mod, integral sau parțial, fără permisiunea scrisă a editorului.

Original title: Storia di un Coronavirus

© 2020 Edizioni Centro Studi Erickson S.p.A.

Via del Pioppeto 24

Trento, Italy

www.erickson.it

www.erickson.international

Copyright © Pandora Publishing, 2020

pentru prezenta ediție în limba română

ISBN (PDF): 978-606-978-313-9

ISBN (epub): 978-606-978-314-6

AUTOAREA

Francesca Dall'Ara

Psiholog și psihoterapeut, Francesca lucrează din 2005 la Fondazione IRCCS Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico din Milano, în secția de Neuropsihiatrie (UONPIA) pentru copii și adolescenți cu dizabilități complexe și boli rare (SDCMR).

ILUSTRATOAREA

Giada Negri

După ce a obținut calificarea de psiholog și psihoterapeut, Giada s-a cufundat cu totul în lumea imaginii, prin intermediul ilustrațiilor și al fotografiei. Începând din 2009, colaborează cu editori naționali și internaționali și realizează ilustrațiile unor cărți pentru copii, dar și imagini pentru reviste și obiecte de papetărie. Totodată, are în portofoliu lucrări de artă expuse în numeroase galerii. Giada este profesor de ilustrație la Institutul European de Design.

Traducere din engleză de **Alexandra Fusoi**

MULȚUMIRI SPECIALE

Vreau să le mulțumesc din inimă tuturor celor care au dat o mână de ajutor și au contribuit la lansarea acestei povești, încă de la începuturi. Aș vrea să încep cu Antonella Costantino, directorul Secției de Neuropsihiatrie unde lucrez, pentru că într-o dimineață de luni foarte grea de la sfârșitul lui februarie a fost cea care m-a rugat să mă gândesc la o cale de a le spune copiilor ce se întâmplă. Mi-a permis să transform sentimentul de anxietate și de neputință pe care-l trăiam în ceva plin de forță și creativ. Alte mulțumiri speciale se îndreaptă către toți colegii mei, care au devenit la fel de înflăcărați ca și mine în legătură cu acest proiect și mi-au tot oferit idei, fără de care dialogul dintre Violeta și mama ei n-ar fi fost așa de plin de detalii interesante. În cele din urmă, multe mulțumiri spitalului unde lucrez, Fondazione IRCCS Policlinico di Milano, care a fost de acord să publice povestea pe site, oferind astfel acces la ea multor oameni. Vreau să le mulțumesc tuturor celor care o citesc și care le-o vor citi copiilor, pentru că ideea de a putea transmite ceva bun în aceste vremuri grele îmi alimentează speranța și am convingerea că este întotdeauna posibil să împărtășim și să facem față lucrurilor care se întâmplă, chiar și celor mai dureroase.

Introducere

În această perioadă nesigură și complicată, când oameni de știință din toată lumea pun întrebări și caută răspunsuri pentru a controla și depăși situația sanitară dificilă provocată de SARS-CoV-2, este foarte important să nu-i uităm pe copii. Au întotdeauna dreptul să știe! Faptul că rutinele lor nu mai există, că nu înțeleg ce se petrece în jurul lor și că își dau seama de neliniștea celor care au grijă de ei poate deveni sursă de anxietate și dezorientare, mai ales pentru cei mici. Situația e chiar mai dificilă pentru copiii vulnerabili sau copiii cu tulburări de dezvoltare neurologică, aceștia riscând să aibă probleme legate de înțelegerea situației și de gestionarea gândurilor și sentimentelor.

Este important să vorbim cu copiii și să-i informăm direct și cu calm, folosind cuvinte simple și sincere, care nu trebuie să dea impresia că minimalizăm problema și nici că oferim soluții “magice” ce garantează un final fericit care e la doar doi pași. Este mai bine să vorbim clar și să spunem adevărul: din păcate, nu putem controla întotdeauna ceea ce se întâmplă și, din acest motiv, suntem îngrijorați. Este esențial să găsim o explicație echilibrată, care ia în considerare aceste puncte: motivele și originea schimbărilor majore din viața noastră de zi cu zi, acceptarea sentimentelor care însoțesc aceste schimbări și explicarea regulilor de bază pentru a ne proteja și a preveni infectarea.

Mai important decât orice este să-i liniștim și să le explicăm că lumea încearcă să facă tot ce se poate, chiar dacă există încă multe lucruri neclare și îngrijorări. Copiii nu așteaptă explicația adulților pentru a interpreta lumea; își creează propriile idei.

Este esențial să le vorbim și să-i ascultăm, să evităm confuzia și anxietatea. Este important să lăsăm loc de discuții și întrebări; acestea ne vor permite să descoperim care sunt grijile lor reale (cel mai probabil, foarte diferite de ale noastre și, poate, mai ușor de abordat).

În consecință, cel mai important este să-i ajutăm pe copii să înțeleagă că este posibil să discutăm despre ceea ce ne îngrijorează, să le demonstrăm că împreună putem totuși avea speranțe și putem fi fericiți în această perioadă dificilă. Putem găsi noi modalități de a menține relațiile, chiar și la distanță, de a ne reinventa și de a ne adapta (în primul rând adulții).

Pornind de la aceste observații, grupul de lucru de la Secția operativă de neuropsihiatrie pentru copii și adolescenți de la Milano (care face parte din IRCCS Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico di Milano), pe care o coordonez, și-a stabilit obiectivul de a găsi o modalitate concretă și gata ambalată care să le faciliteze părinților și copiilor cea mai bună abordare a subiectului coronavirusului, al sentimentelor și tuturor restricțiilor și posibilelor consecințe care însoțesc această situație. Ce cale mai bună să comunice și să împărtășească sentimente și experiențe decât să citească o poveste împreună? Așa s-a născut povestea pe care urmează să-o citiți. Cu sprijinul și sugestiile valoroase ale unui grup de colegi, psihologul și psihoterapeutul Francesca Dall'Ara (care lucrează de mulți ani în domeniul dizabilităților complexe în cadrul Secției noastre operaționale) a început să scrie. Este o poveste simplă care descrie o realitate complicată, iar scopul ei este să-i ajute pe părinți să facă față acestei perioade foarte dificile alături de cei mici (și poate să le și mulțumească). Acum așezați-vă comod și bucurați-vă de lectură!

Maria Antonella Costantino

Director al Secției operaționale de neuropsihiatrie pentru copii și adolescenți (UONPIA)
Fundația IRCCS Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico Milano



Fondazione IRCCS Ca' Granda
Ospedale Maggiore Policlinico

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

Povestea coronavirusului

E aproape întuneric, dar Violeta n-are nici gând să adoarmă. Stă la birou și desenează monstruleți.

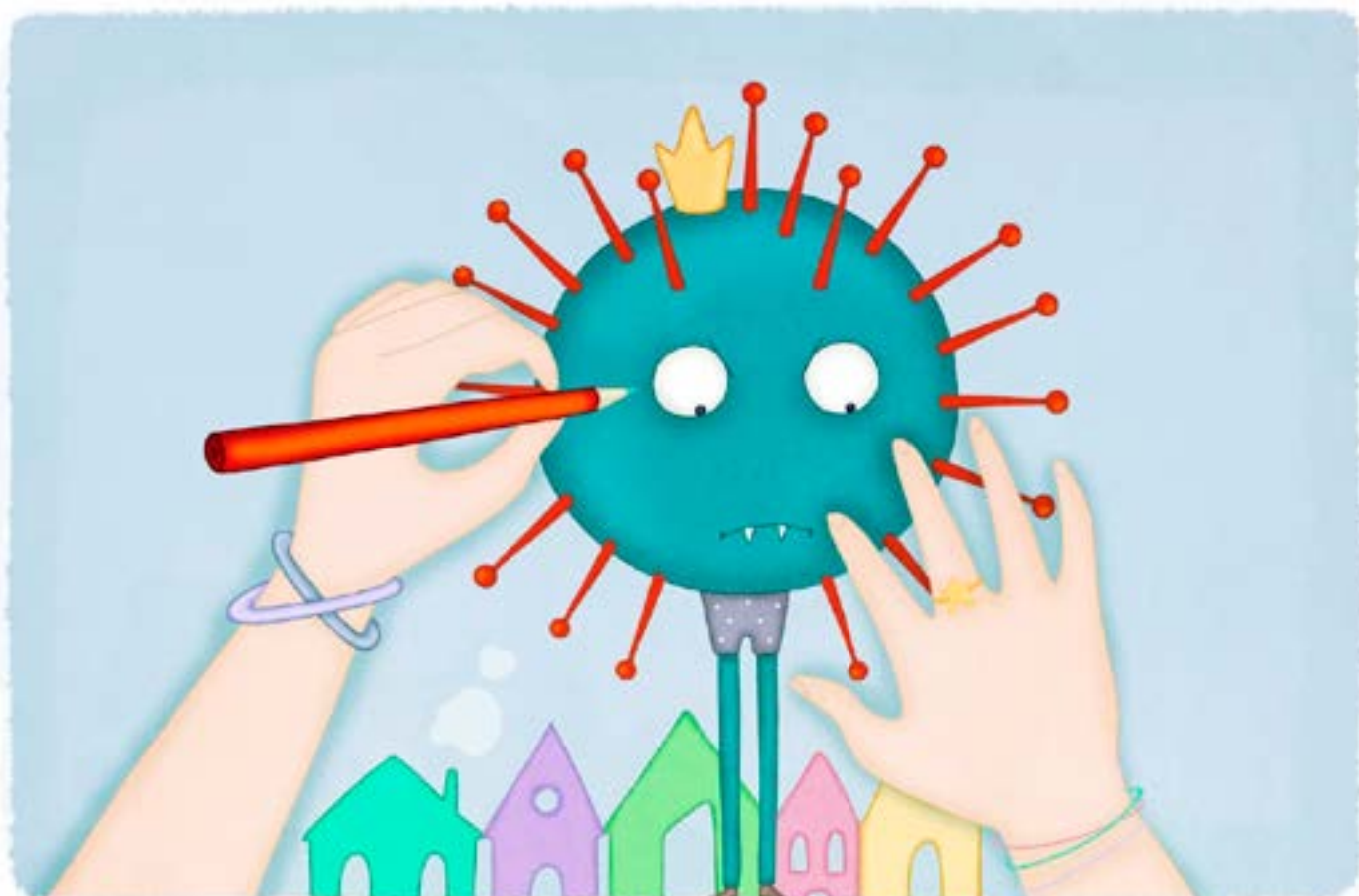
— Ce faci, scumpo? E ora de culcare, îți spune mami.

— Desenez coronavirusul, răspunde Violeta calmă.

— Hmm... Dar coronavirusul nu-i așa de mare! Îți atrage atenția mami, cu un zâmbet pe buze.

— Serios??? Și atunci de ce e toată lumea așa de speriată de el?

Violeta pare nedumerită. Era foarte convinsă că, dacă-i sperie așa de tare pe oamenii mari, închide școlile și dă peste cap viața tuturor, chestia aia ar trebui să fie cu vreo zece metri mai înaltă decât tati!



— Hai să mergem în pat și-ți mai povestesc câte ceva despre monstrulețul ăsta.

Violeta și mami se cuibăresc la căldură sub plapumă, iar mami începe să vorbească pe un ton blând.

— A fost odată ca niciodată un monstruleț pe care-l chema Coronavirus. S-a născut acum câteva luni, într-o țară care e undeva foarte, foarte departe de casa noastră. E mic-mititel și trăiește în saliva oamenilor.

— Îh! În saliva oamenilor??? întrebă Violeta scârbită.

— Da, poate să trăiască și în mucozitățile din nas, spune mami și chicotește. E foarte obraznic și-i place să stea în toate locurile astea scârboase. Așa se plimbă dintr-un loc într-altul și călătorește prin toată lumea, de la un om la altul!

— Cum călătorește? Și ce înseamnă „de la un om la altul“? întrebă Violeta curioasă.

— Călătorește în picăturile mici de salivă, când strănuți sau când tușești... De-asta te-am rugat să te speli pe mâini mai des decât de obicei și să nu-i mai pupi și să-i iei în brațe pe frații tăi sau pe prieteni, nici pe bunica și bunicul. Și tot de-asta oamenii mari au hotărât să închidă școlile și de-asta vezi că umblă oamenii cu măști de protecție pe față, chiar dacă nu e petrecere cu costume!

— Azi v-am pupat pe tine și pe tati... dacă am acum monstrulețul în nas?

— Nu-ți face griji, scumpo. Adulții, mai ales doctorii, se străduiesc foarte tare să afle cât mai multe despre monstrulețul ăsta și să găsească o cale să se lupte cu el. Știi ce au descoperit?

— Ce? Spune-mi! Vreau să știu! strigă Violeta.

— Au aflat că, în general, coronavirusului nu-i plac copiii și tinerii, deși sunt foarte mucoși! Și, chiar dacă se aleg cu el, se vindecă foarte repede și suferă mult mai puțin decât oamenii mari.

— Și copiii ce-o să se facă dacă se îmbolnăvesc toți oamenii mari? Întreabă Violeta.

— Nu vrem să se întâmple așa ceva. De-asta, în țările unde sunt mulți oameni bolnavi, trebuie să rămânem cu toții acasă și să stăm la adăpost, chiar dacă e plicticos și uneori e foarte greu. Nu vrem să se împrăștie saliva peste tot! Dacă ne îmbolnăvim cu toții, doctorilor o să le fie tare greu să aibă grijă de noi.

— Ai dreptate, mami, nu m-am gândit la asta. Și dacă se îmbolnăvește și nenea doctoru'? Cine o să ne spună ce medicamente să luăm? Întreabă Violeta, care-și dă seama dintr-odată că până și doctorii se pot îmbolnăvi.

— Adevărul este că ăsta-i motivul pentru care-și fac griji oamenii mari acum, scumpo. Vrem să-i vindecăm pe oamenii bolnavi și să încercăm să-l împiedicăm pe monstrulețul ăsta să se mai învârtă peste tot. Și mai e ceva ce trebuie să știi. Coronavirusul e blând cu unii oameni, care nu se aleg decât cu dureri în gât; răcesc și tușesc,



câteodată au și temperatură, dar în câteva zile, dacă iau medicamentele potrivite, se simt mai bine.

— Și ceilalți? Întreabă Violeta îngrijorată și dusă pe gânduri.

— Oamenii mai bătrâni și oamenii care mai au și alte boli sunt cei care se află în pericol și noi trebuie să-i protejăm.

— Ca străbunica mea, care e bătrână și nu mai poate să meargă bine? Oamenii ăștia mor?

— Da, cei ca ea. Dacă iau virusul, s-ar putea să fie nevoie să se ducă la spital și să stea acolo multă vreme și, din păcate, unii dintre ei s-ar putea să nu se mai poată face bine și e posibil să moară.

— Am înțeles, mami. Poți să-i spui tu străbunicii să nu mai iasă din casă? Întreabă Violeta, gândindu-se că a găsit deja soluția.

— Știe deja, scumpa mea. Și de-asta nici n-am mai fost la ea în ultima vreme, dar, din fericire, sora ta o sună în fiecare zi și-i ține de urât!

— Și atunci tati de ce se duce la serviciu?

— Pentru că mulți oameni mari trebuie să se ducă la serviciu, cum sunt, de exemplu, tati sau nenea doctoru', dar ei știu că



trebuie să aibă grijă. Se feresc în alte moduri: se spală pe mâini, își acoperă gura și nasul cu măști, uneori poartă și mănuși și încearcă toți să stea la o distanță suficient de mare unii de alții.

Dacă stai să te gândești, monstrulețul ăsta a adus și ceva bun. În perioada asta, mulți părinți, cum sunt și eu, pot să stea mai mult cu copiii lor și să nu mai facă totul pe fugă.

— Dar noi, mami? Putem să ieșim din casă? întrebă Violeta nerăbdătoare, pentru că îi place tare mult să stea afară.

— E minunat să ieși din casă, scumpo, dar e un pic mai greu acum... Ce-ar fi să ne așezăm mâine pe covor la tine în cameră, să deschidem toate geamurile și să facem baloane de săpun? Cu adierea care vine de-afară, dacă închidem ochii putem să ne prefacem că suntem în parc.

— Cuuuum??? Avem voie să facem balonașe în casă? întrebă Violeta luată prin surprindere.

— Avem! spune mami hotărât. Ți-am zis că sunt și lucruri bune în perioada asta neobișnuită.



— Abia aștept!!! Mulțumesc, mami! Dar..., începe Violeta și se întristează. Mi-e dor de prietenii mei. Mă plictisesc toată ziua acasă. Mi-e dor până și de profesori!

— Înțeleg, scumpo, și mie mi-e dor de prietenii mei. Mâine putem să facem o listă cu prietenii de care ți-e cel mai dor și poți să iei telefonul meu și să faci un apel video cu ei, spune mami.

— Poftim??? Am voie să-i sun pe prietenii mei de pe telefonul tău???

Violeta chiuie, pentru că nu se aștepta la asemenea vești bune!

— Doar 20 de minute pe zi, maimuțică năzdrăvană!

Mami zâmbește, pentru că e fericită s-o vadă pe Violeta adaptându-se așa ușor la noua situație și entuziasmându-se de lucruri simple.

— Deci mâine-dimineață facem întâi clătite pentru micul dejun. După aceea facem lecții, poate chiar împreună cu câțiva



prieteni de-ai tăi, printr-un apel video. Apoi mă ajutați toți să spăl vasele și la sfârșit deschidem ferestrele și facem balonașe la tine în cameră! Mă gândeam că după-masă am putea să facem și pizza! Și-i facem o surpriză lui tati când se întoarce de la serviciu! Ce să punem pe pizza? Șuncă sau legume? ... Violeta?

Violeta nu răspunde. Doarme adânc. Nu se mai gândește la monstruleț. În loc de asta, are o mulțime de idei și de proiecte pentru a doua zi.

— Noapte bună, iubita mea, vise plăcute! șoptește mami și o sărută blând pe Violeta pe frunte, cu grijă să nu lase nicio picătură de salivă.



