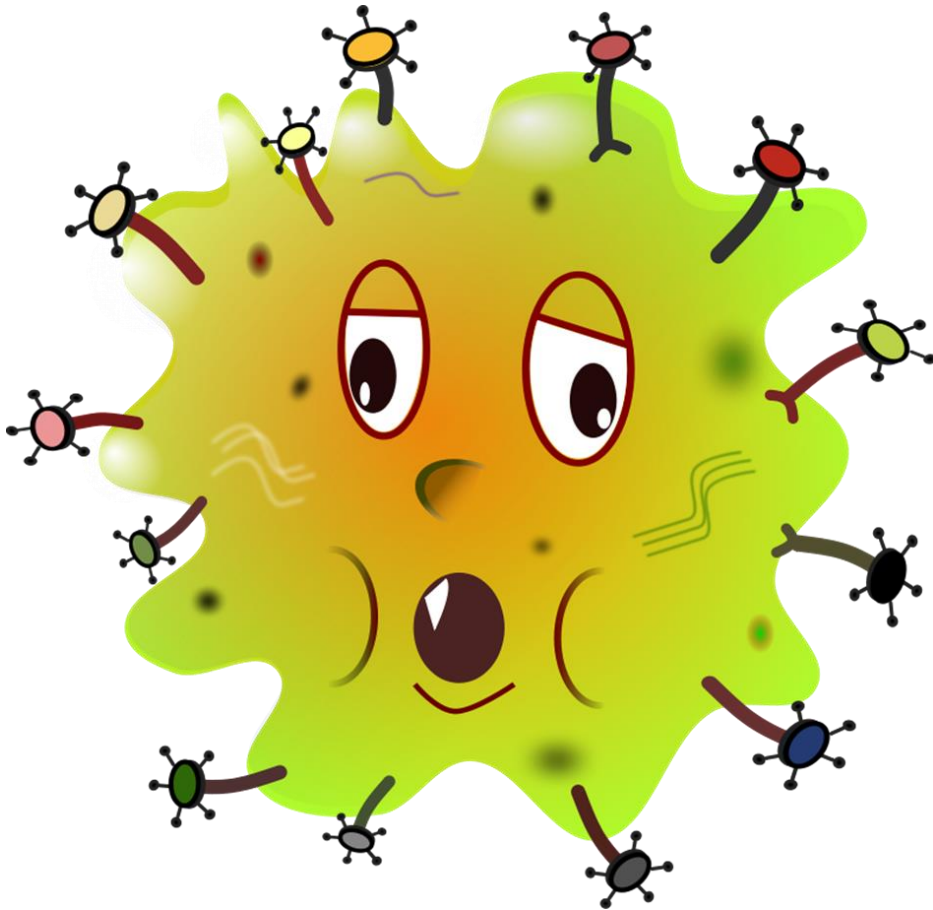


Halló!

**Ég er vírus
og systkini mín eru kvef og flensa**

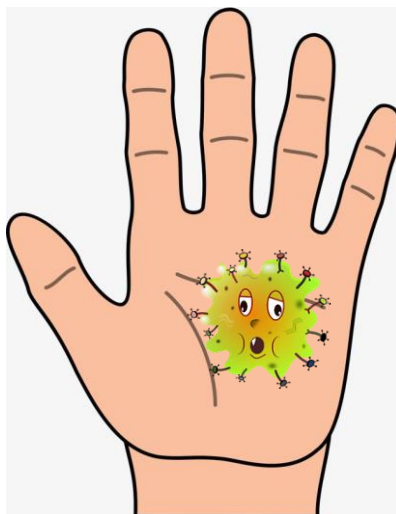


Ég heiti Kóróna

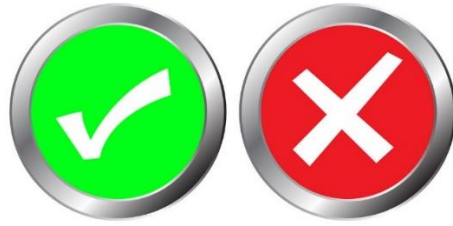
Mér finnst skemmtilegt að ferðast



og að hoppa frá einni hönd yfir á aðra



Hefur þú heyrt um mig?



Já

Nei

**Hvernig líður þér þegar þú heyrir
nafnið mitt?**



**Það er mikilvægt að segja mömmu eða
pabba hvernig okkur líður**



**Og það er líka gott að tala við
kennarana þína í skólanum**



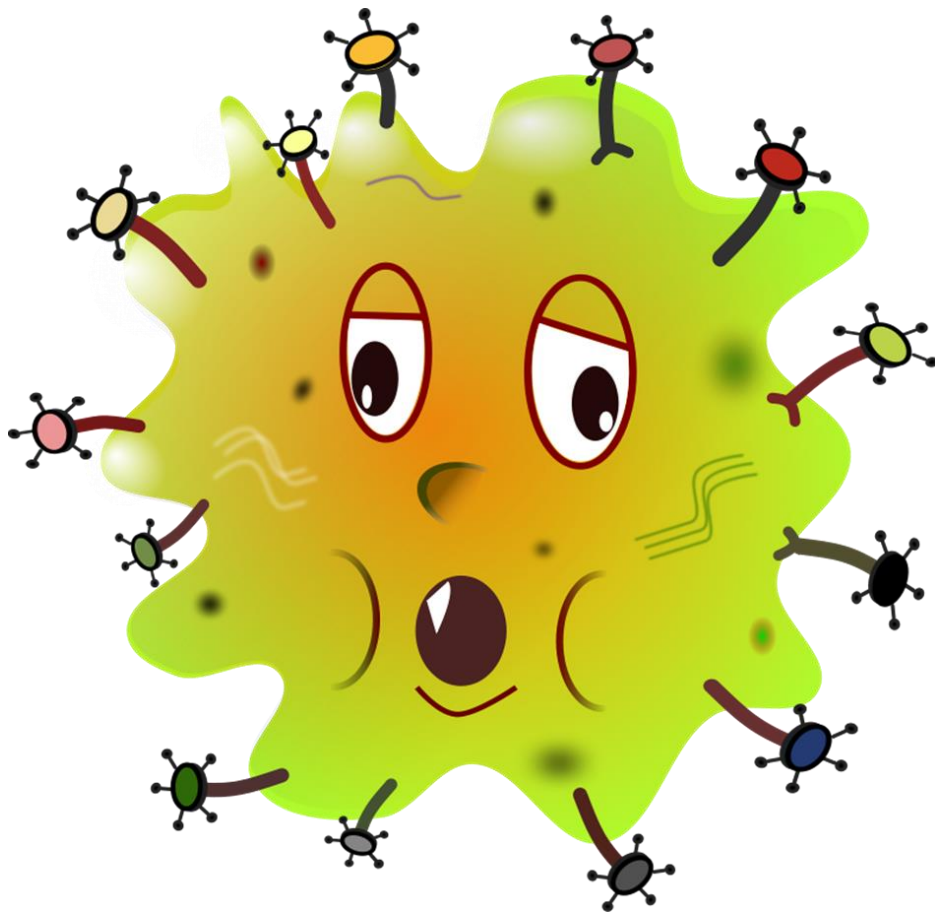
Fulloröna fólkid horfir á fréttir í sjónvarpinu eða símanum og hlustar á fréttir í útvarpinu.



Þá geta þau svarað þeim spurningum sem þið eruð með



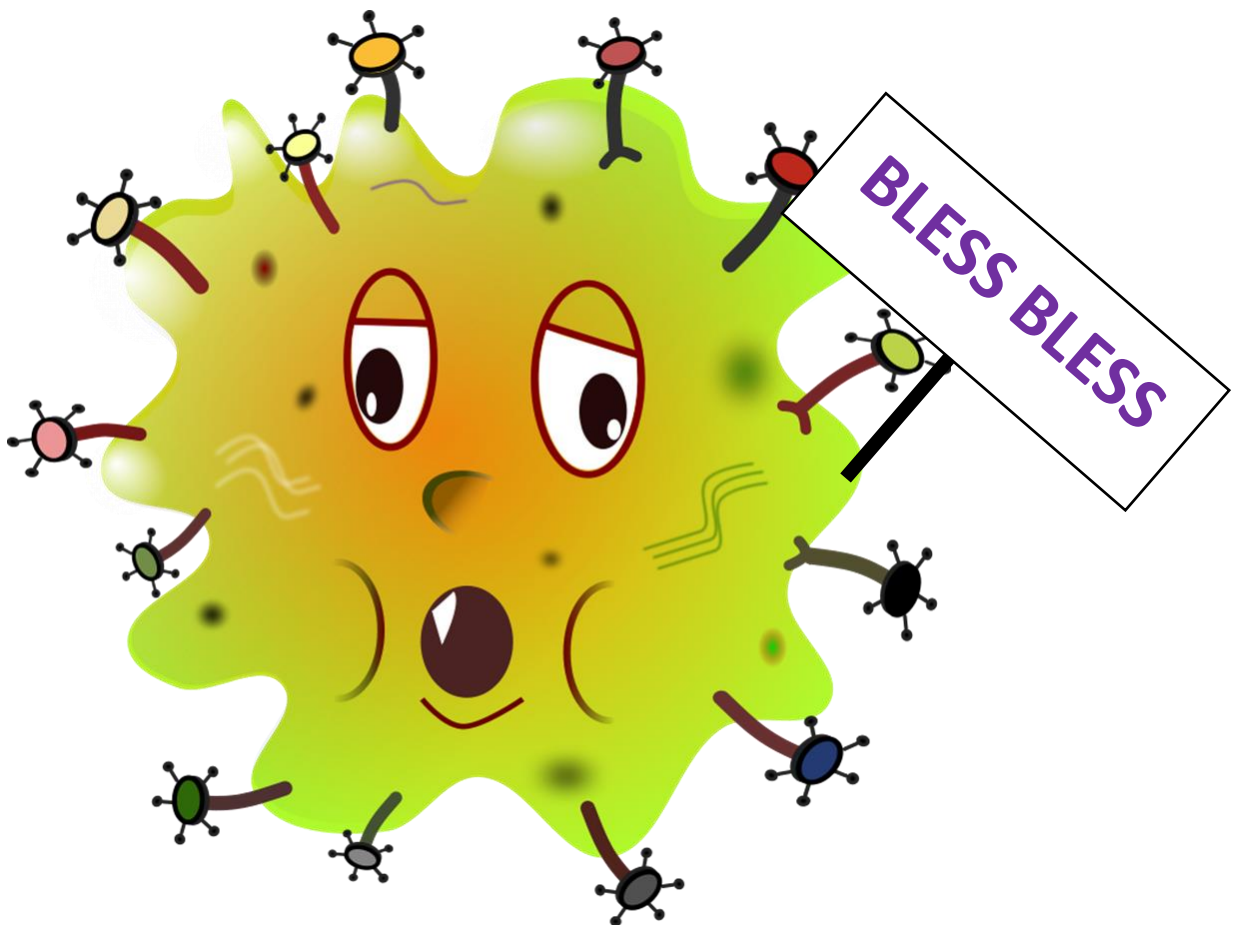
**En stundum verður fólk áhyggjufullt,
bæði fullorðnir og börn, svo ég vil
útskýra fyrir ykkur hver ég er**



**Þegar ég kem í heimsókn þá fær fólk,
bæði fullorðnir og börn, hósta, hita og
kvef**



En ég er yfirleitt ekki lengi í heimsókn og flestum batnar alveg eftir að ég fer. Eins og gerist þegar systkini mín, kvef og flensa, koma í heimsókn



**Foreldrar ykkar hugsa alltaf vel um
ykkur og þið eru örugg heima meðan
þið eruð að jafna ykkur eftir heimsókn
frá mér**



Það er ýmislegt sem þið getið gert til að forðast að fá mig í heimsókn:

Mikilvægt er að þið þvoið hendurnar ykkar vel. Gott er að syngja stutt lag meðan þið eruð að þvo hendurnar, eins og „Krummi krunkar úti“.
Eru þið með hugmyndir af öðrum lögum sem hægt er að syngja?



Reynið að snerta ekki hendur annarra í leikskólanum. Munið, mér finnst skemmtilegt að hoppa á milli handa á fólki.

Í staðinn er hægt að veifa eða brosa. Eru þið með aðrar hugmyndir um hvernig er hægt að heilsast án þess að snertast?



Veifa



Brosa

Munið svo að fara til foreldra og kennara í skólanum ykkar ef þið eruð með spurningar.



Stundum er fullorðna fólkíð ekki alltaf með svör við öllum spurningum því ég er nýr vírus. Læknar eru að reyna að kynnast mér betur til að geta svarað spurningum ykkar, annarra barna og fullorðinna.



Þessi útgáfa var tekin saman af Guðlaugu Marion Mitchison, sálfræðingi og byggð á bókinni „COVID Book“ eftir **Manuela Molina**. Hægt er að nálgast bókina á mörgum tungumálum: <https://www.mindheart.co/descargables>