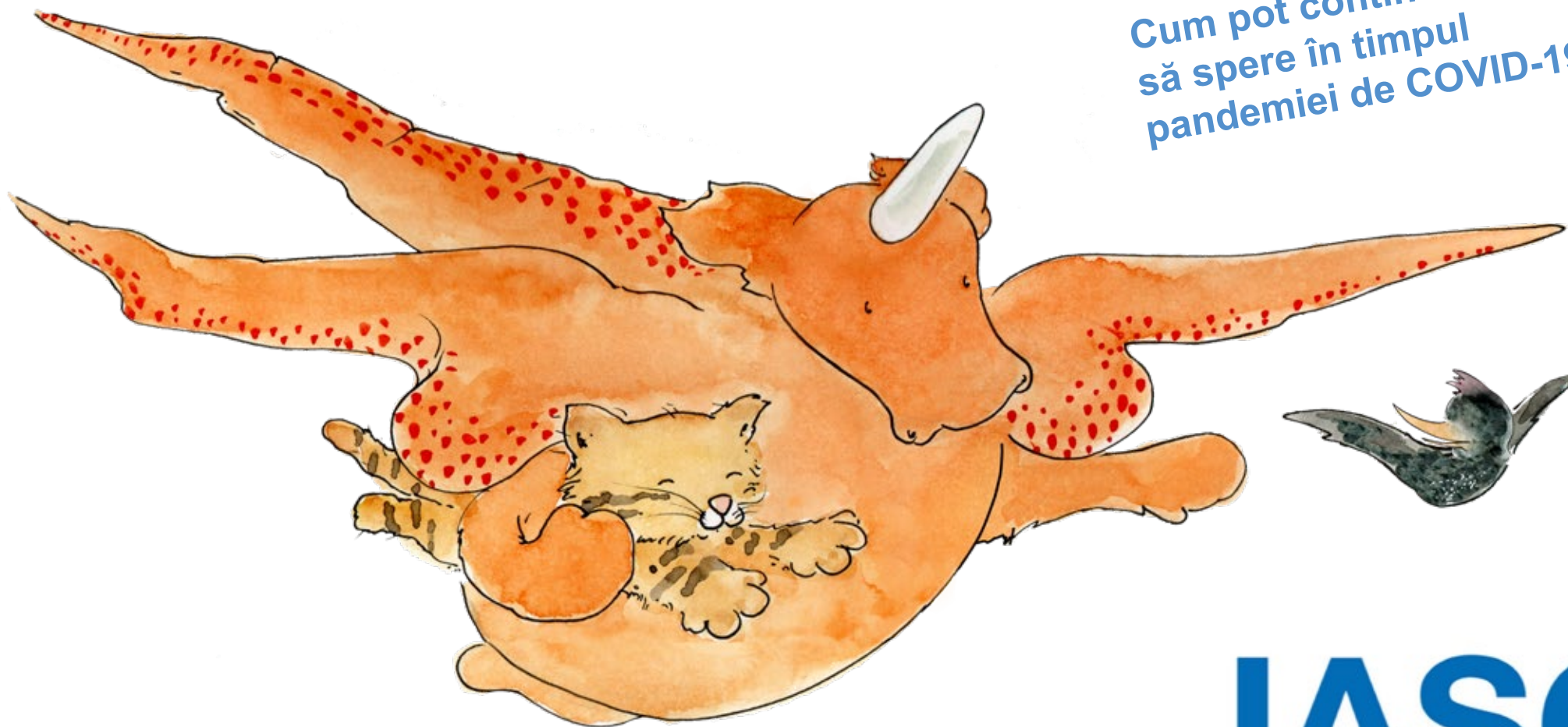


Eroul meu ești tu 2021

Cum pot continua copii
să spere în timpul
pandemiei de COVID-19!



IASC
Inter-Agency Standing Committee

Realizarea cărții „Eroul meu ești tu 2021: cum pot continua copiii să spere în timpul pandemiei COVID-19!”

Această carte reprezintă a doua ediție a seriei de cărți Eroul meu ești tu, realizată de Grupul de referință pentru sănătate mintală și sprijin psihosocial în situații de urgență al Comitetului permanent inter-agenții (GR SMSP IASC). Proiectul a beneficiat de sprijin din partea experților globali, regionali și naționali din cadrul agențiilor membre ale GR SMSP IASC, dar și de susținerea părinților, îngrijitorilor, cadrelor didactice și a copiilor din întreaga lume.

După apariția pandemiei COVID-19, peste 1 700 de copii din 104 țări au contribuit la scrierea unei povești pentru copii despre COVID-19, care a ajuns la sute de mii de copii din lumea întreagă. Cartea a avut succes la nivel global în rândul copiilor, fiind tradusă în peste 140 de limbi și având multiple adaptări multimedia. Astăzi, mulți copii se confruntă în continuare cu schimbările apărute în rutina lor zilnică din cauza pandemiei și cu probleme care le afectează bunăstarea mintală. Multe din îngrijorările lor acum sunt diferite de cele de la începutul pandemiei.

De aceea, GR SMSP IASC, coprezidat de Organizația Mondială a Sănătății și de Federația Internațională a Societăților de Cruce Roșie și Semilună Roșie, a realizat „Eroul meu ești tu 2021: cum pot continua copiii să spere în timpul pandemiei de COVID-19!”.

Pentru a ne asigura că această carte răspunde așteptărilor și preocupărilor copiilor în contextul actual al pandemiei, am rugat copiii, părinții, îngrijitorii și cadrele didactice să-și împărtășească gândurile, temerile și experiențele lor legate de modul în care li s-a schimbat viața. Pentru a evalua sănătatea mintală și nevoile psihosociale ale copiilor în timpul pandemiei de COVID-19, s-a realizat un sondaj la nivel global în limbile arabă, chineză, engleză, franceză, hindi, italiană, rusă, portugheză și spaniolă. Rezultatele sondajului au influențat alegerea subiectelor abordate în poveste. Copiii din întreaga lume au citit mai multe versiuni ale poveștii, iar părerile lor au fost folosite pentru a crea versiunea curentă a cărții.

Aproximativ 5 000 de copii, părinți, îngrijitori și profesori din întreaga lume ne-au vorbit despre modul în care fac față pandemiei. Transmitem sincere mulțumiri acestor copii și părinți, îngrijitori și profesori pentru că au contribuit la această poveste. Ario și echipa noastră din întreaga lume le sunt recunoscători.

Eroul meu ești tu - este o serie de povești realizată de și pentru copiii din întreaga lume.

GR SMSP IASC ține să îi mulțumească Helenei Patuck pentru scrierea textului și ilustrarea acestei cărți. ©IASC, 2021.

Această lucrare este publicată în baza licenței Creative Commons de tip atribuire – necomercial - distribuire în condiții identice 3.0 OIG (CC BY-NC-SA 3.0 IGO; <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo>). Conform termenilor licenței, este permisă reproducerea, traducerea și adaptarea acestei publicații în scop necomercial, cu condiția citării corespunzătoare a sursei.

Introducere

„Eroul meu ești tu 2021: cum pot continua copiii să sper în timpul pandemiei de Covid-19!” este o carte scrisă pentru copiii din toată lumea afectați de pandemia de COVID-19; aceasta este o continuare a poveștii “Eroul meu ești tu: cum pot copiii lupta împotriva COVID-19”, care a apărut în 2020. Ambele cărți pot fi citite ca povești de sine stătătoare. „Eroul meu ești tu 2021: cum pot continua copiii să sper în timpul pandemiei de Covid-19!” ar trebui citită de un părinte, îngrijitor sau cadru didactic împreună cu copilul sau cu un grup restrâns de copii. Nu încurajăm citirea acestei cărți de către copii fără sprijinul unui părinte, îngrijitor sau cadru didactic.

Ghidul auxiliar „Acțiuni pentru eroi” facilitează abordarea temelor referitoare la COVID-19, ajutând copiii să își gestioneze sentimentele și emoțiile și să realizeze o serie de activități inspirate din aceste cărți.

Ghidul auxiliar poate fi găsit aici: <https://interagencystandingcommittee.org/actions-for-heroes>

Prima carte din seria “Eroul meu ești tu” poate fi citită aici: <https://interagencystandingcommittee.org/my-hero-is-you>



Traducerea cărții

Grupul de referință pentru sănătate mintală și sprijin psihosocial (SMSP) al IASC va coordona procesul de traducere a cărții în arabă, bangla, chineză, franceză, portugheză, rusă, spaniolă și swahili. Vă rugăm contactați Grupul de referință (mhpss.refgroup@gmail.com) pentru coordonarea traducerii cărții în alte limbi.

Toate traducerile vor fi postate integral pe pagina web a Grupului de referință al IASC.

În cazul în care traduceți sau adaptați această lucrare, vă rugăm să rețineți că:

- Nu aveți voie să inserați în această carte propriul logo (sau cel al unei agenții finanțatoare).
- În cazul unei adaptări (modificări de text sau imagini), nu este permisă utilizarea logoului IASC. Indiferent de modul de utilizare a acestei lucrări, nu este permisă sugerarea faptului că IASC susține o anumită organizație ori anumite produse sau servicii.
- Traducerea sau adaptarea trebuie să beneficieze de același tip de licență Creative Commons sau de una echivalentă. O sugestie ar fi licența CC BY-NC-SA 4.0 sau 3.0. Aici găsiți lista cu licențele compatibile: <https://creativecommons.org/share-your-work/licensing-considerations/compatible-licenses>
- Trebuie să includeți următoarea declarație de declinare a responsabilității, în limba în care se realizează traducerea: „Această traducere/adaptare nu a fost realizată de Comitetul permanent inter-agenții (IASC). IASC nu răspunde de conținutul sau de acuratețea prezentei traduceri. Ediția originală în limba engleză „Inter-Agency Standing Committee. My Hero is You: How kids can hope with COVID-19!”, beneficiind de licența CC BY-NC-SA 3.0 IGO, reprezintă versiunea autentică și irevocabilă.”

Pentru a vedea toate traducerile și versiunile finale ale poveștii „Eroul meu ești tu 2021: cum pot continua copiii să sper în timpul pandemiei de Covid-19!”, vă rugăm să vizitați: <https://interagencystandingcommittee.org/my-hero-is-you-2021>

Această traducere a fost realizată de către Centrul pentru Politici și Analize în Sănătate (Centrul PAS) și Societatea Moldovei împotriva Tuberculozei – SMIT din Republica Moldova.

Această traducere/adaptare nu a fost realizată de Comitetul permanent inter-agenții (IASC). IASC nu răspunde de conținutul sau acuratețea prezentei traduceri. Ediția originală în limba engleză „Inter-Agency Standing Committee. My Hero is You: How kids can hope with COVID-19!”, beneficiind de licența CC BY-NC-SA 3.0 IGO, reprezintă versiunea autentică și irevocabilă.

Fiind o făptură magică, născută în inimile copiilor, Ario putea întotdeauna auzi ce spun copiii atunci când ei visează, se joacă și chiar și atunci când cred că nimeni nu-i ascultă.

A trecut un an de când Ario și prietenii lui au călătorit în jurul lumii, povestind copiilor cum să se protejeze de COVID-19.

Ei au reușit să învețe multe lucruri și să descopere metode noi de a se juca și de a comunica cu prietenii și familia. Dar unele dintre îngrijorările lor erau mai răsunătoare și unele temeri, mai puternice. Virusul de care toți se temeau se modifica încontinuu.

În timp ce zbura deasupra lumii, Ario auzea sateliții recepționând îngrijorările, furia și tristețea copiilor din întreaga lume.

Copiii uitaseră că Ario era în inimile lor, așa că Ario a rămas pe cer, așteptând ca cineva să-l cheme pe Pământ.



Lui Ario îi era dor de prietenii săi, Sara, Sasha, Salem, Leila și Kim. Îi era dor, mai ales, de Sara, care pentru totdeauna va rămâne eroina lui.

Dar de data asta, când a fost chemat, a dat de un prieten foarte mic și blănos, pe care îl chema Tigru.

Într-o seară, Ario a aterizat, doar dintr-un fâlfâit de aripi, exact în fața geamului lui Tigru.

„M-ai chemat?“, zise Ario, așezându-se pe posteriorul său enorm.

„Miaauu!“, țipă Tigru și blana i se zburli ca o mie de mâini fluturânde. Apoi se strecură atent pe lângă Ario, mirosindu-l.

„Ești tu cu adevărat?“, îl întrebă Tigru, întorcându-și privirea spre peretele pe care atârna desenul făcut de un copil. Un desen cu un Ario scund, portocaliu, cu o burtă rotundă și drăguță.



„Așteptai pe altcineva?“, zâmbi Ario.

„Nu știu... Nu prea mai întâlnesc oameni noi. Mă simt cam timid“, zise Tigru.

„Ei bine, atunci hai să fim prieteni“, îi răspunse Ario. „O să te întreb ceea ce-i întreb pe toți prietenii mei când se simt stingheriți sau triști. De ce ai nevoie acum?“

„O, nu“, spuse Tigru, încolăcindu-se. „Am nevoie de ceva mare...“
„Mai mai mare decât prietenia?“, întrebă Ario.

Tigru zâmbi puțin, dar apoi se ascunse după coadă.

„Ceva și mai mare“, îi răspunse cu jumătate de voce.

„Eu sunt mare!“, râse Ario. „Ai nevoie de ceva mai mare decât mine?“



„Am nevoie de speranță”, spuse Tigru de după coadă. „După COVID-19 și aceste zile lungi și singuratice, am nevoie de speranță pentru viitor.”

„Ei bine, asta nu e mare lucru”, zise Ario. „Speranța poate fi foarte mică la început. Dar dacă o păstrezi, ea tot crește și crește, și crește. Speranța ne înconjoară peste tot. Pentru început, trebuie doar să găsești o mică parte din ea.”

Ario și-a pus ochelarii și privi atent desenele de pe perete, cu membrii familiei și momente din viața lor, apoi își întoarse privirea la băiețelul care dormea în patul lui.

„Cine le-a desenat?”, întrebă Ario.

„Tatăl împreună cu băiețelul meu”, spuse Tigru.

„Ei gătesc împreună, iar noaptea citesc povești, mult mai des decât înainte. Când băiatul nu poate merge la școală, tatăl învață cu el, de acasă.”

„Îți oferă asta speranță?”, îl întrebă Ario pe Tigru.

„Ei bine, uneori da, pentru că e bine când toți sunt împreună”, spuse Tigru. „Dar COVID-19 continuă să fie printre noi. Nimeni nu știe când va pleca...”





„Scuze”, se auzi o voce blândă de după geam. Ario și Tigru au tresărit surprinși, apoi s-au întors spre fereastră, unde un copac înflorit își flutura ramurile spre ei.

„V-am auzit vorbind și aș vrea să vă zic ce îmi dă mie speranță”, grăi el.

Ario îl urcă pe Tigru pe spate și alunecă cu grijă pe una dintre ramurile copacului pentru a se așeza în umbra lui. Copacul era atât de fericit, încât florile sale începură să danseze prin aer.

„În fiecare an înfloresc o singură dată și împodobesc această stradă cu florile mele”, zise el. „De multă vreme, nimeni nu mă mai lua în seamă, dar în acești ultimi ani, oamenii vin să mă admire. Îmi miros florile și îmi hrănesc păsările! Mă simt important și iubit.”

„Lumea te iubește”, zise Ario. „Când totul se schimbă, tu rămâi la fel. Îți mulțumesc pentru asta.”



„Frunzele mi se schimbă în fiecare an”, grăi copacul.
„Anotimpurile se schimbă, cerul se schimbă și eu cresc mai mare. Schimbarea poate fi înfricoșătoare uneori dar, în același timp, îmi poate aduce fructe și flori.”

Undeva în sus se auzi un pufnet puternic. Ridicându-și privirile, zăriră în copac o pasăre cu pene negre strălucitoare care căsca.

„Prietenul meu Zoozie mă vizitează în fiecare an”, zise copacul. „Este un graur și vine aici de departe.”

Zoozie era un graur morocănos, care încerca să tragă un pui de somn. Își ciufuli penele în timp ce copacul îl zgudui ușor.

„E mai multă liniște de când copiii nu mai merg atât de des la școală”, zise Zoozie, căscând. „Dar mi-e dor de râsetele lor de pe terenul de joacă. De fiecare dată când zbor de la sud spre nord, observ că oamenii se comportă diferit. Unii poartă mască, alții nu. Unii copii merg la școală, alții nu - ca aici.”

„Copiii merg la școală!”, exclamă Tigru. „Asta ne-ar da mie și băiatului meu speranță pentru viitor. Băiatului meu îi este atât de dor de școală!”



„Vrei să mergem în căutarea speranței pentru viitor?“, întreabă Ario. „Am putea să zburăm!“

„Ei bine, deja m-am trezit“, zise graurul, desfăcându-și aripile. „Să mergem!“

Ario îl strânse în brațe pe Tigru și pe Zoozie alături și s-au înălțat împreună spre cer. Copacul și-a fluturat ramurile urându-le numai bine în aventura lor.



„Tigru este un nume neobișnuit pentru o făptură atât de mică”, remarcă Zoozie în timp ce se înălțau tot mai sus deasupra pământului.

„Tatăl m-a numit așa anul trecut”, îi răspunse Tigru. „E pentru că îi dau îmbrățișări calde băiatului meu și îi reamintesc să fie curajos, ca un tigru. Dar eu însumi nu mă simt foarte curajos. Stăm acasă de mult timp.”

„Îți trebuie mult curaj pentru a rămâne în același loc, Tigru”, zise Ario. „Mai ales când o facem pentru siguranța tuturor.” Când a auzit asta, Tigru s-a simțit mai fericit și se ghemui în blana caldă a lui Ario.



Dar când au ajuns printre nori, se făcuse întuneric și cețos, și lui Tigru îi era frică. Simți că începuse să tremure.

„Ce se întâmplă, Tigru?” îl întrebă Ario.

„Întunericul mă face să fiu trist”, răspunse Tigru. „Așa s-a întâmplat când bunicul s-a îmbolnăvit, după care a plecat de printre noi. Era ca și cum luminile s-au stins și credeam că nu se vor mai aprinde niciodată.”

„Ce te face să te simți mai bine când ești trist?”, întrebă Ario.

„O îmbrățișare mare, din partea băiatului meu”, îi răspunse Tigru.

„Eu trebuie doar să dorm”, zise Zoozie. „Obosesc imediat atunci când sunt trist.”

„Somnul este cu adevărat important... e greu să te simți plin de speranță când nu ai dormit suficient.”

„Da, suntem cu toții atât de diferiți”, zise Ario. „Când nu e nimeni alături să-mi dea o îmbrățișare și nu pot dormi, respir adânc. Iar, uneori, suflu flăcări!”

Atunci Ario a suflat cu putere luminând întunericul și încălzindu-i pe toți pentru o clipă.





„Mă gândesc și la prietenii mei grauri”, spuse Zoozie. „Uite! Acolo sunt!”

Deodată, printre nori, apăruse un stol de grauri, zburând și dansând pe aripile vântului.

„Ia priviți! Ei zboară la cel puțin un metru distanță!” spuse Ario. „Vedeți?”

Ario trecu sub ei, învârtindu-l pe Tigru în brațe.

„Tigru, când îmi desfac aripile și dansez cu prietenii mei, mă simt mult mai bine”, zise Zoozie.

Au zburat în tăcere, pentru că uneori nu mai e nevoie să folosești cuvinte atunci când vrei doar să fii alături de cineva. Zoozie și Ario țineau la Tigru și el știa asta.

De parcă au zburat zile întregi, până când au dat peste un vârful de munte prietenos, răcorindu-se în norii pufoși și albi.

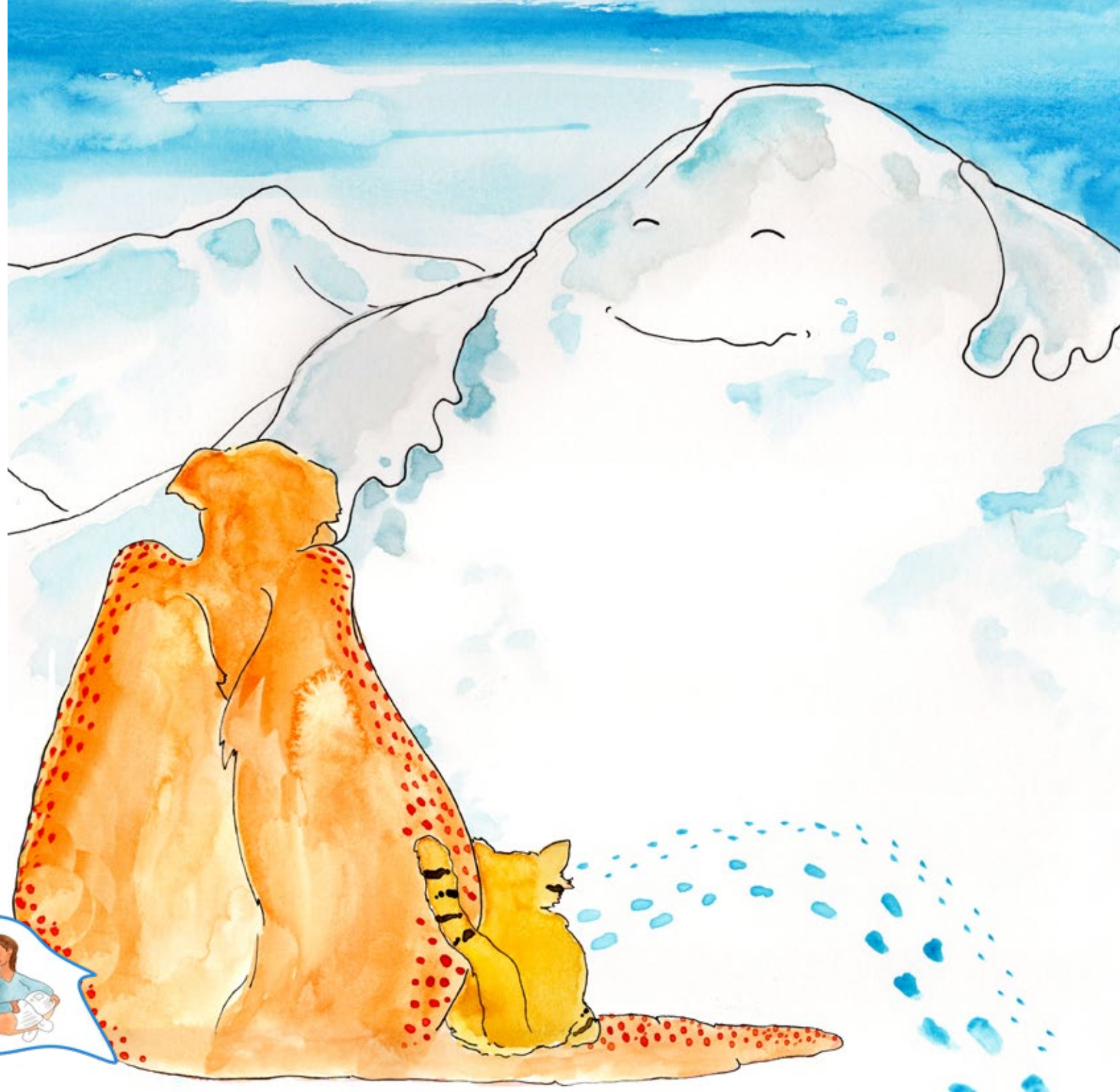
Ario, Tigru și Zoozie au aterizat în zăpada lui moale pentru niște țurțuri proaspeți și pentru a asculta ce a mai auzit vârful de munte.

„Ei bine, aici sus, în mare parte e liniște”, grăi el. „Dar când vântul bate puternic, aud copiii vorbind cu prietenii și familiile lor. Le aud și îngrijorările. De când a venit COVID-19, îngrijorările lor sunt foarte mari. Încerc doar să-i ascult, pentru că uneori, când oamenii își împărtășesc îngrijorările, încep să se simtă mai bine.”

„E ceva ce te îngrijorează și pe tine?”, întreabă Ario.

„Sunt îngrijorat că zăpada mea se topește prea repede”, răspunse muntele, privindu-și pantele cu ochii triști.

„Cum reușești să continui să sperii pentru viitor, fiind aici de unul singur?”, întreabă Tigru.



„Încerc să nu-mi fac griji pentru viitor”, răspunse muntele. „Sunt recunoscător pentru fiecare pasăre, fulg de nea și prieten care mă vizitează în fiecare zi, iar când nu sunt prin preajmă, îi desenez în zăpadă, construind amintiri de zăpadă.”

„Așa face și băiatul meu!”, râse Tigru, jucându-se și desenând un mic Ario de zăpadă.

„Stai puțin... cine-i aceasta?”, întreabă Ario, uitându-se la desenele în zăpadă. Într-un mic desen era o fată cu păr brunet, împletit în codițe frumoase. „Este oare...?”

„Sara?”, continuă muntele.

„Dar cum a ajuns aici?”, întreabă Ario. A fost uimit și, dintr-o dată, i se făcuse dor de prietena sa.

„Ea și prietena ei Sasha, cu măști pe fețe, au urcat panta, încălecând pe o lamă, – au venit de acolo”, spuse muntele, arătând cu zăpada spre o pantă abruptă din apropiere.



„Știu exact unde putem găsi speranță pentru viitor!”, exclamă Ario, sărind în picioare atât de repede încât s-a cutremurat muntele sub ei.

„La revedere, dragă munte!”, strigă el în timp ce îl apucă pe Tigru într-un braț, iar pe Zoozie în celălalt. Coborâra muntele cu viteză, alunecând pe burtă. Zăpada se împrăstie în toate părțile până dispăruse de tot și Ario se avântase în aerul cald.

Ario știa exact încotro zboară și, de îndată ce observă casa, a aterizat cu zgomot, așezându-i pe Zoozie și Tigru ușor pe pământ.

Sara a ieșit pe ușa din față cu un zâmbet la fel de larg ca oceanele deasupra cărora zburase Ario cu prietenii lui.

A întrebat dacă-l poate îmbrățișa pe Ario, la care Ario a răspuns cu brațele larg deschise.

Ario râdea de fericire.

Pentru că s-au întâlnit pentru prima dată după multă vreme, cei doi prieteni s-au îmbrățișat îndelung. Trecuse atât de mult timp de când nu se văzuseră.

„Mi-a fost atât de dor să te îmbrățișez”, șopti Sara.



Mama Sarei a ieșit afară, împingând scaunul cu roțile în care se afla Sasha.

„Mami!”, strigă Sara. „Uite cine s-a întors!”

„Tu trebuie să fii Ario!”, rosti mama Sarei, zâmbind.

„Și tu trebuie să fii cel mai bun om de știință din lume!”, spuse Ario. Mama Sarei râdea.

„Uneori”, zise ea.

„Dar acum am mai mult timp pe care-l pot petrece cu micuța mea eroină.”

„La fel ca tatăl băiatului meu!”, spuse Tigru. „Acum stă mai mult timp acasă. Doar că uneori este furios sau trist...”

„Mi se întâmplă și mie.”, zise mama Sarei. „Mai ales când am o grămadă de lucruri de făcut. Toată lumea trece printr-o perioadă foarte dificilă. Trebuie să avem grijă de noi înșine și să le spunem celor de alături că ținem la ei și că-i iubim.”

„Aceștia sunt prietenii mei, Tigru și Zooziel!”, îi prezintă Ario, înainte de a-și desface aripile pentru a o îmbrățișa pe Sasha.



„Încercăm să găsim speranță pentru viitor”, zise Tigru.
„Speranța este importantă”, spuse Sara. „Ario și prietenii mei mi-au dat speranță în timpul aventurilor noastre de anul trecut! Le-am spus tuturor că trebuie să rămânem în siguranță spălându-ne pe mâini, stând la cel puțin un metru unul de celălalt și purtând mască. Iar mama a ajutat la crearea vaccinului!”

„Sara face și ea o muncă importantă”, zise mama ei, sărutându-și fiica. „Este important să dezvoltăm vaccinul și este la fel de important să ne asigurăm că nimeni nu se simte singur.”

„Chiar ești cel mai bun om de știință din lume?”, o întreabă Tigru.

„Nu există un om de știință care să fie cel mai bun”, zâmbi mama Sarei. „Lucrăm împreună și asta îi face pe oameni să se simtă mai bine. Are un rol la fel de important și omul care împachetează vaccinul în ambalaj, și cel care îl transportă la spital, și cel care îl injectează. Împreună suntem ca niște stânci mici care alcătuiesc cei mai puternici munți.”

„Doar că...”, rosti Tigru, devenind deodată timid. „Cum găsești speranță pentru viitor, fiind cel mai bun om de știință din lume?”

„Este ușor”, răspunse mama Sarei zâmbind: „E suficient să mă uit la Sara”.



Sara îl privi pe Ario.

„Mi-ai spus că ai apărut din inima mea, Ario”, zise Sara. „Și când ai plecat, în inima mea s-a ivit altceva. Când le povesteam oamenilor despre călătoria noastră de anul trecut, toată lumea dorea să vorbească cu mine despre asta, în atât de multe limbi și atât de multe moduri diferite.”

„Ce vrei să spui cu asta?”, întrebă Ario.
„Lasă-mă să-ți arăt!”, îi răspunse Sara.

Luându-l pe Ario de mână, îl conduse în casă, în fața unui calculator care scotea niște sunete. Pe ecran erau o mulțime de fețe de copii, pe unii dintre ei Ario îi cunoștea.

„Facem parte din echipa Ario”, rosti Sara cu mândrie. „Prietenii noștri sunt în inimile noastre, online sau chiar ne scriu scrisori! Vorbim cu oamenii din întreaga lume despre cum să rămânem în siguranță și uniți. Unii cred că nu toată lumea se îmbolnăvește de COVID-19. Dar orice om se poate infecta, nu-i așa, Ario?”

„Da, orice om”, spuse Ario, cu tristețe.
„Nu contează ce culoare are pielea ta sau unde locuiești.”





„Sau dacă poți să mergi singur sau în scaun cu roțile”, adăugă Sasha, întorcându-se în cameră, cu Tigru care torcea zgomotos ghemuit în poala ei.

„Când mă simt singură îmi place să vorbesc cu prietenii mei online”, spuse ea. „Vorbim despre lucruri care ne fac să râdem și despre jocurile pe care ne place să le jucăm!”

„Îmi place să creez melodii noi și să le cânt prietenilor mei!”, strigă Juan, un nou prieten de pe calculator.

„Unii oameni continuă să stea acasă, pentru că nu pot fi în siguranță afară”, spuse Kim, din calculator.

„Ei sunt responsabili și au grijă de sine și de alții”, menționează Leila, din calculator. „Încercăm să vorbim despre ceea ce ne este de ajutor nouă, tuturor, fiecare în felul lui.”

„Viața în timpul pandemiei de COVID-19 este diferită pentru fiecare om”, spuse Salem. „Uneori îmi fac griji pentru Leila, pentru că locuiește într-o tabără.”

„Uneori e atât de greu”, zise Leila. „Dar îmi face bine să cânt, să învăț lucruri noi și să mă joc cu prietenii mei.”

„Aici e altfel”, spuse Kim. „Mama continuă să meargă la piață să vândă fructe și îmi fac griji că se va îmbolnăvi.”

„Nu contează unde sau cum trăiți, micii mei eroi”, spuse Ario. „Tuturor le este frică uneori.”

„Chiar și tigrilor?” întrebă Tigru.

„Chiar și tigrilor!”, răspunse Sasha, mângâindu-i blana. „Când îmi pierd speranța, o găsesc din nou în locul meu sigur.”

„Când merg la locul meu sigur, tu ești mereu acolo alături de mine”, îi spuse Sara lui Ario, sprijinindu-se pe aripa lui.

„Ce este un loc sigur?” întrebă Tigru.

„Este un loc în care poți merge în mintea ta de unul singur sau cu oricine ai vrea tu”, îi răspunse Sasha.

„Pot să merg acolo când nu am speranță pentru viitor?”, întrebă Tigru, încolăcindu-și coada în jurul capului.

„Poți să mergi acolo oricând ai nevoie”, zise Ario. „Ai vrea să încerci?”



Și așa Ario îi conduse în locurile lor sigure, spunându-le să se simtă confortabil, să închidă ochii și să respire adânc. Ceilalți copii de după ecrane puteau să li se alăture.

„Gândiți-vă la o amintire sau la un moment în care v-ați simțit în siguranță”, spuse Ario.

Apoi, îi întrebă ce vedeau, ce simțeau și ce mirosuri detectau în acel loc sigur. Îi întrebă dacă ar vrea să invite pe cineva anume în locul lor sigur și despre ce ar vorbi cu acea persoană.

„Puteți merge în locul vostru sigur de fiecare dată când sunteți triști sau vă e teamă”, zise Ario. „Aceasta este superputerea voastră, pe care o puteți împărtăși cu prietenii și familia voastră. Și nu uitați că eu țin la voi, la fel ca mulți alții. E și acesta un gând care vă va ajuta.”



Când și-au deschis ochii, Tigru și-a dat seama că locul lui sigur era acasă, alături de băiatul său.

Se urcase în poala lui Ario întrebându-l dacă se pot întoarce acasă.

„Crezi că am reușit să găsim speranță pentru viitor?”, îl întreabă Ario.

„Cred că da, am găsit puțină speranță”, șopti Tigru.

„Amintește-ți de ce-ți spuneam acasă”, zise Ario. „Speranța este pretutindeni în jurul nostru. Trebuie doar să păstrezi o mică parte din ea și apoi o să crească.”

Încet, cu multă grijă și dragoste, Ario își puse mâinile pe inimă și respiră îndelung și adânc.

Cu un sunet șuierător, totul se schimbase!



Fiecare prieten din poveste a fost transportat pe un satelit care se deplasa pe cer, iar stelele și luna îi priveau de sus zâmbindu-le!

„Prietenii mei!”, țipă de bucurie Sara, îmbrățișându-i pe Leila, Kim și Salem.

„Țineți-vă bine, micuți eroi!”, strigă Ario. „Vreau ca fiecare dintre voi să scrie despre ceea ce îi dă speranță și să împărtășiți gândurile voastre cu toată lumea. Luați o bucată de hârtie și scrieți ce aveți în inimile voastre.”



În timp ce zburau deasupra Pământului, copiii scriau și desenau despre ceea ce le dă speranță.

„Mama mea care dezvoltă vaccinul”, spuse Sara.

„Redeschiderea școlii noastre!”, strigă Juan.

„Copacul meu care înflorește”, spuse Zoozie.

„Când realizez că sunt curajos”, zise Tigru.

„Cântecele pe care le cânt”, spuse Sasha.

„Poveștile pe care mi le spune bunicul”, spuse Salem.

„Toți prietenii noștri noi!”, strigă Kim.

„Așa este”, râdea Ario. „Acum, faceți din hârtie un avion, sau o pasăre, sau o stea – orice vă place! Și dați-i drumul de pe satelitul nostru. Vom ruga soarele, stelele și luna să ne ajute – uitați-vă cum ne privesc!”



Și așa au trimis copiii mesajele lor și, în timp ce acestea coborau din cer spre casele lor, se transformau în picături de ploaie, fulgi de zăpadă, flori, în nuci de cocos ce cădeau din copaci și curcubeie care se întindeau peste plaje.

Ario și-a luat prietenii să vadă cum alți copii din diferite țări din întreaga lume se întorc la școală, iar Tigru privea mirat.

„Vezi, Tigru?“, spuse Ario. „Uneori trebuie doar să-i rugăm pe prietenii noștri să ne ajute să găsim speranța – ei ne sunt mereu alături, la fel ca mine.“

Ario se întoarse către vechii săi prieteni.

„E timpul să-mi iau rămas bun, dar vă voi asculta pe fiecare“, le promise Ario.

„Ești atât de important pentru mine“, zise Sara.

„Și voi toți sunteți importanți pentru mine“, îi răspunse Ario. „Ar trebui să ne spunem unii altora asta tot timpul.“

Luându-i pe Tigru și Zoozie în brațe, Ario se avântă spre cer.

„Putem merge acum acasă la băiatul meu?“, întrebă Tigru.

„Iată asta, acum, pare a fi o aventură“, zâmbi Ario și cu toții porniră la drum plini de prietenie și speranță.



Ne-ar încânta să știm dacă vă place povestea și cum folosiți această carte; vă rugăm să ne contactați și să ne scrieți la: mhpss.refgroup@gmail.com sau folosind #eroulmeuestitu pe rețelele sociale..

Link-uri către alte materiale

„Eroul meu ești tu: cum pot lupta copiii împotriva Covid-19!” în peste 143 limbi

<https://interagencystandingcommittee.org/my-hero-is-you>

Adaptări multimedia și inițiative la nivel de țară inspirate de cartea „Eroul meu ești tu: cum pot lupta copiii împotriva COVID-19!”

<https://interagencystandingcommittee.org/adaptations-my-hero-is-you>

„Acțiuni pentru eroi: un ghid pentru discuții directe cu copiii, care să faciliteze lectura ”Eroul meu ești tu, cum pot lupta copiii împotriva COVID-19!”

<https://interagencystandingcommittee.org/actions-for-heroes>

„Îmi susțin prietenii: un curs pentru copii și adolescenți despre cum pot să-și susțină prietenii aflați în dificultate”

<https://www.unicef.org/documents/i-support-my-friends>

Cine citește despre Ario?

Harta indică țările unde „Eroul meu ești tu: cum pot lupta copiii împotriva COVID-19!” este în prezent disponibilă în limbile oficiale ale țărilor...



În toate limbile oficiale



În unele limbi oficiale



Nu e disponibilă

