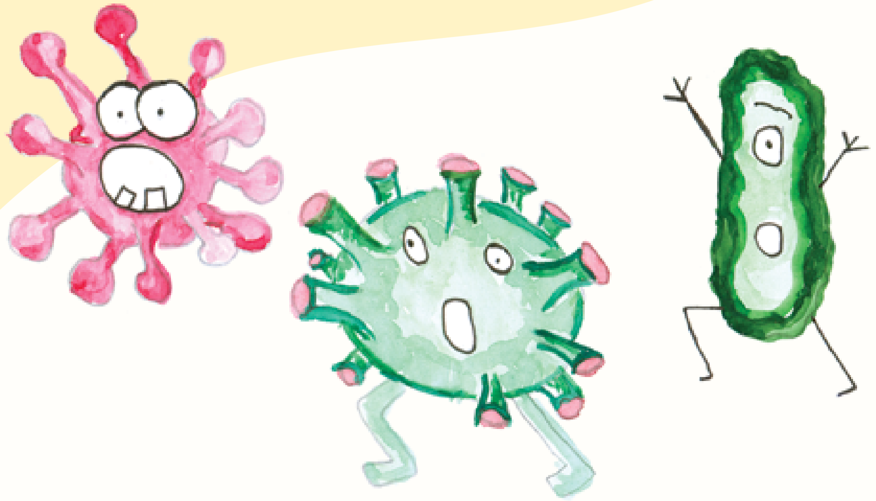
World Vision
GEORGIA

Նիկոն և վիրուսը



Նիկոն և վիրուսը

Պատմություն վաղ տարիքի երեխաների համար

Հեղինակ.
Մարիամ Խվադագիանի
Նեյրոհոգեբան, Psy.M.

Խորհրդատուներ.
Ցիրա Բարքայա — World Vision Վրաստանի վաղահաս տարիքի երեխայի զարգացման ծրագրի համակարգող, հոգեբան, վաղահաս կրթության և ինկլյուզիոն կրթության մասնագետ, MPhil SNE
Թենա Նավդարաշվիլի — World Vision Վրաստանի հիմնադրամների որոնման և հաղորդակցության մենեջեր
Tinatin Antidze — Komunikasiya, dil və nitq terapevti

Նկարիչ – պատկերազարդող.
Թինաթին Անթիձե

Դիզայներ և էջադրող.
Գվանցա Մախաթաձե

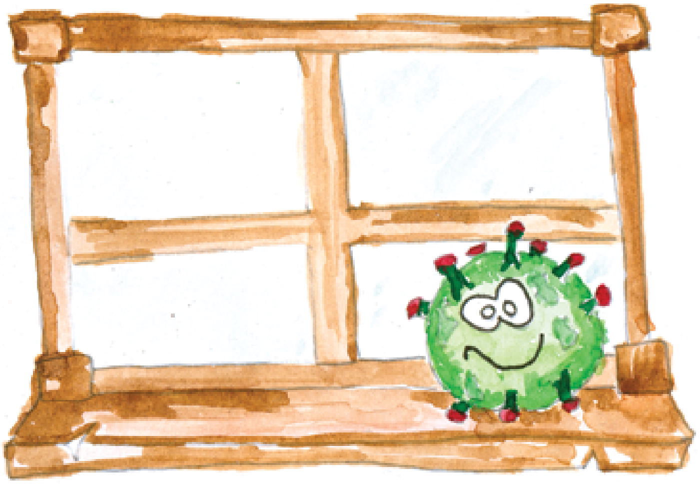
Նիկոյի և վիրուսի մասին պատմությունը ստեղծվել է մինչև 8 տարեկան տարիքի երեխաների համար, COVID 19-ի համավարակով առաջացած ճգնաժամի ժամանակ, World Vision Վրաստանի վաղահաս տարիքի երեխաների զարգացման ծրագրի շրջանակներում

2020

Խորհուրդներ լավագույն արդյունքի համար

- Պատմությունը ընթերցելու ժամանակ, տվե՛ք երեխային կանխագուշակություն անելու հնարավորություն, օրինակ, «Քո կարծիքով, ի՞նչ պատասխանեց վիրուսը» կամ «Քո կարծիքով, ինչո՞ւ վիրուսը չի հավանում լվացած ձեռքերը»:
- Համոզվե՛ք, որ երեխայի համար բոլոր բառերը հասկանալի են: Բացատրե՛ք և պարզաբանե՛ք նոր բառերը:
- Նոր բառը բացատրելուց և պարզաբանելուց հետո, փորձե՛ք երեխայի հետ միասին մտածել պատմություն երեխայի համար նոր բառի մասին:
- Խրախուսե՛ք երեխային, ընտանիքի անդամներին և անձամբ ձեզ՝ ստեղծելու ձեր պատմությունը, հեքիաթը:
- Խրախուսե՛ք երեխային, գունազարդելու գունազարդման տետրը, դուք նույնպես միացե՛ք նրան:
- Կիրառե՛ք պատմությունը երեխայի հետ երկխոսություն վարելու և դատողություն անելու նպատակով:
- Գունավոր գրքի վերջում տրված է Առողջապահության համաշխարհային կազմակերպության կողմից մշակված ձեռքերը ճիշտ լվանալու դիտողականությունը, ինչը կարող եք կտրել և փակցնել աչքի ընկնող տեղում:

Նիկոն բակում խաղալուց հետո տուն վազեց և ձեռքերը տարածեց դեպի պատուհանը: Նայեց բակում մնացած ընկերներին և ձեռքերը թափահարեց: - Վաղը կրկին խաղանք: - Ասաց Նիկոն երեխաներին:



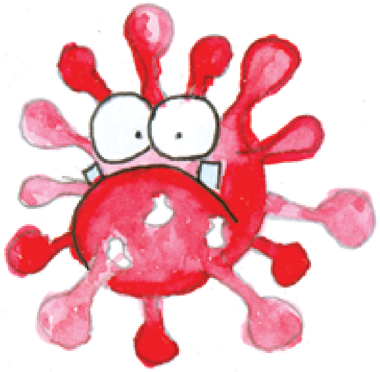
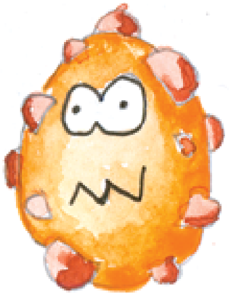
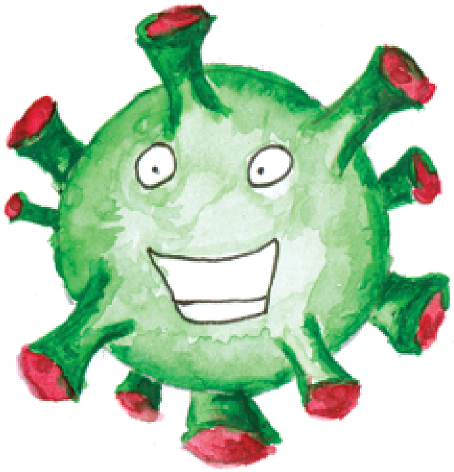
Երբ մտադիր էր շրջվել դեպի սենյակ, պատուհանի անկյունում փոքրիկ, կանաչ, կլոր էակ տեսավ:

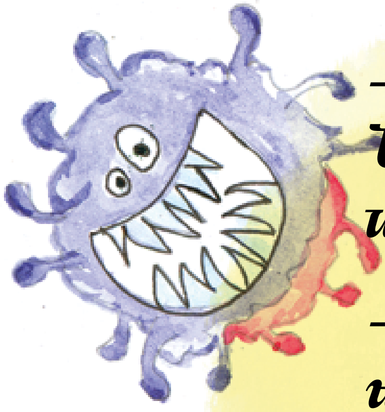
- Դու ո՞վ ես: - Հարցրեց Նիկոն: Կանաչ էակը այս ու այն կողմ շրջվեց և զարմացած նայեց Նիկոյին:
- Ո՞վ ես: Այստեղ որտեղի՞ց հայտնվեցիր: - Հարցը կրկնեց Նիկոն:

- Ես վիրուս եմ, որպես օրենք, աննկատելի և անտեսանելի եմ: Ինձ տեսնել հնարավոր է միայն հատուկ գործիքով, որը կոչվում է մանրադիտակ:

- Դու ինչպե՞ս ինձ տեսար, - Հարցին հարցով պատասխանեց վիրուսը:
- Չգիտեմ... Ես քեզ տեսնում եմ: Այստեղ, իմ սենյակում, ի՞նչ ես ուզում, -Հետաքրքրվեց Նիկոն:

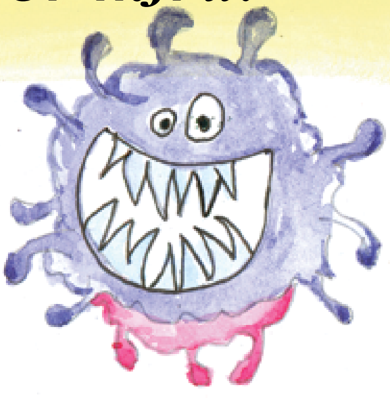
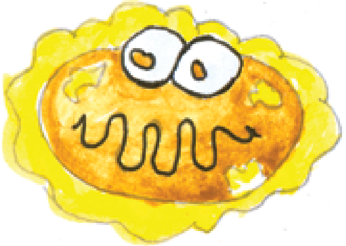
- Բակից քեզ հետ եկա, հետո պատուհանին երբ մոտեցար, պատուհանի վրա թռա: Մենք շատ ենք և կարող ենք տարբեր տեղերում լինել.... Հատակի վրա, ճոճանակի վրա, բռնակի վրա....



- Շա՞տ եք: - Հարցրեց զարմացած Նիկոն, - բոլոր վիրուսները քեզ նմա՞ն են:

- Չէ, մենք տարբեր չափի և գույնի ենք: Ոմանք կարմիր են և կլոր, ոմանք կանաչ են և երկար: Ինչպես արդեն ասացի, մարդու աչքը միայն մանրադիտակով է տեսնում այսպիսի փոքր օրգանիզմները,- բացատրեց վիրուսը Նիկոյին:

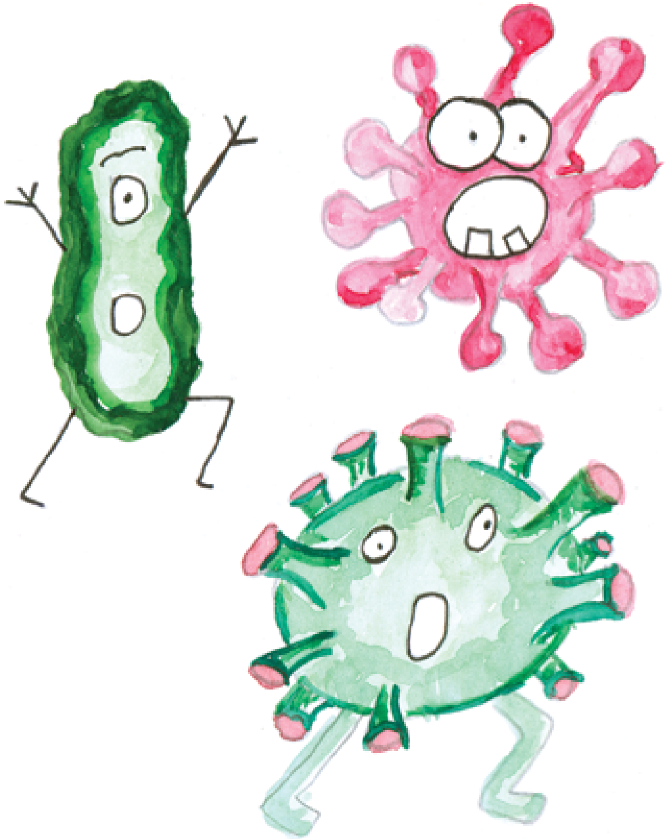
- Կարելի՞ է ձեռք տամ քեզ,- հարցրեց Նիկոն կասկած էակին:

- Ոչ, ես վիրուս եմ, իսկ վիրուսոտ ձեռքերը բերանին, կամ քթին եթե մոտեցնես, կարող ես հիվանդանալ, - պատասխանեց վիրուսը:

- Ինչո՞ւ պետք է հիվանդանամ:
- Զարմացավ Նիկոն:

- Որովհետև մարդը կարող է հիվանդանալ, եթե նրա մարմնում վիրուս ընկնի: Օրինակ, բարձրանա ջերմությունը, հազա, կամ փորը ցավի,- բացատրեց վիրուսը:

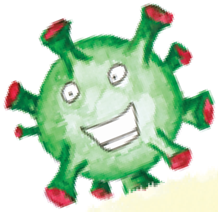
- Աաաա... ահա, թե ինչու է մայրիկն ասում, ձեռքերդ լվա և բերանդ չդնես, - բացականչեց Նիկոն, - այսինքն՝ մայրիկը վիրուսներից և հիվանդանալուց է ինձ պաշտպանում:



- Լո՛ւր, լո՛ւր, ձեռքեր լվանալու մասին մի հիշեցում: - Հանկարծակի գոռաց վիրուսը, - օճառ չեմ սիրում: Հենց որ մարդիկ օճառով լվանում են ձեռքերը, մենք՝ վիրուսներս հեռու ենք փախչում:

Անսպասելիորեն Նիկոն աչքերը կկոցեց, շարաճճիորեն ժպտաց և վիրուսին ասաց.

- Ուզո՞ւմ ես բռնոցի խաղանք:



- Բռնո՞ցի: Դա ի՞նչ է,- հարցրեց վիրուսը:

- Հիմա ցույց կտամ,- պատասխանեց Նիկոն և վազեց լողարան: Ծորակը բացեց, օճառը ձեռնափերի և մատների արանքներում քսեց, դաստակներն էլ փրփրացրեց և ջրով լվաց: Իսկ վերջում ձեռքերը սրբիչով չորացրեց և երջանիկ դեմքով սենյակ վերադարձավ:

- Այ, թե ինչ է բռնոցին, - ասաց Նիկոն և ձեռքերը վերև բարձրացրեց:

Երբ վիրուսը տեսավ Նիկոյի օճառով լվացած ձեռքերը,-Օհ, ոչ: - Գոռաց և շատ արագորեն փախավ: Ինչպես չեմ սիրում լվացած ձեռքեր: Այ, թե ինչ է եղել բռնոցին. Դու հետևում ես ինչ մաքուր ձեռքերով, իսկ ես փախչում եմ: Չեմ ուզում, հասկացա, հաս-կա-ցա: - Գոռում էր վիրուսը և որքան կարող էր արագորեն փախչում էր:

Այդ ժամանակ սենյակ մտավ մայրիկը:
-Նիկո, ի՞նչ ես անում,-հարցրեց նա:

- Մա, մա, բռնոցի եմ խաղում վիրուսի հետ: Ես հետևում եմ, իսկ նա փախչում է,- պատասխանեց Նիկոն:

- Եթե վիրուսը քեզանից փախչում է, ուրեմն ձեռքերդ լավ լվացած ունես: Ե՛կ, այժմ ես նույնպես լվանամ ձեռքերս և համեղ ճաշենք, - ժպտալով ասաց մայրը:

- Լավ,- պատասխանեց Նիկոն և շրջվեց: Ցանկանում էր վիրուսին հրաժեշտ տալ, բայց վիրուսը ոչ մի տեղ չկար: - Երևի արդեն հեռու է, - մտածեց Նիկոն:

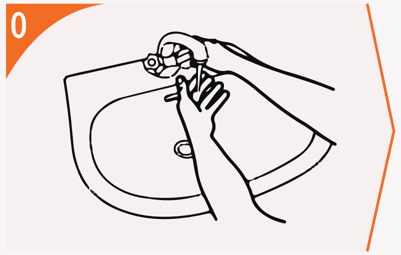
- Այսօրվանից վիրուսները կգիտենան, որ եթե մեզ մոտ գան, նրանք ստիպված կլինեն բռնոցի խաղալ, շատ վազել և հեռուուու փախչել: Վաղը երբ բակ իջնեմ, ընկերներիս նույնպես կպատմեմ, թե ինչ ուժ են ունեցել լվացված ձեռքերը: Նիկոն նայեց մաքուր ձեռքերին, ժպտաց և սենյակից դուրս եկավ:

Ինչպես պետք է ձեռքերը ճիշտ լվանալ
(հրահանգ)

Ձեռքերը լվանալու պրոցեսը շարունակվում է 40-60 վայրկյանի ընթացքում:

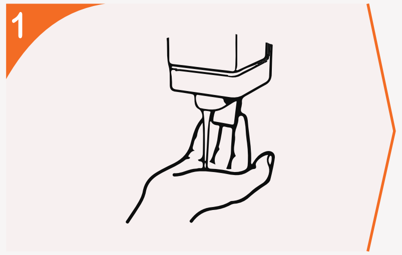
Գոյություն ունի կոնկրետ հերթականություն, թե ինչպես կատարել դա, որպեսզի լվանալով հեռացնել բոլոր միկրոբները

0



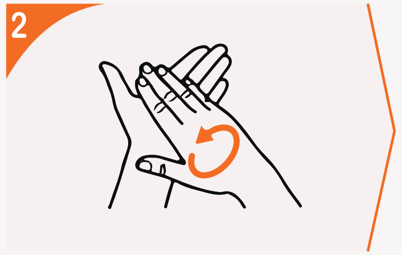
Թրջե՛լ ձեռքերը ջրով

1



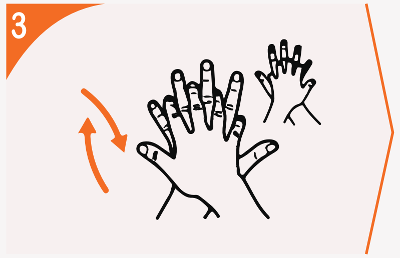
Քսե՛լ ձեռքերին այնքան օճառ, որպեսզի լրիվությամբ ծածկվի ձեռքերի մակերեսը

2



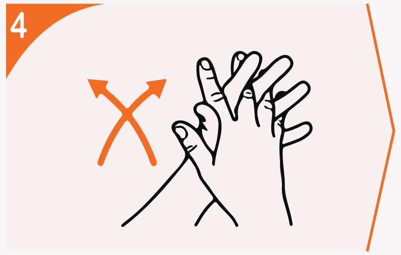
Ձեռքի ափերը շփե՛լ միմյանց

3



Աջ ձեռքի ափը դնե՛լ ձախ ձեռքի երեսին, մատները լավ տեղադրե՛լ մեջտեղի տարածքում և իրար շփե՛լ, այնուհետև ձեռքերը փոխել և նույն շարժումը կրկնել նաև մյուս ձեռքին,

4

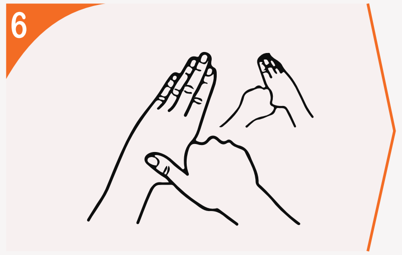


Ձեռքերը ագուցե՛լ միմյանց, բացե՛լ մատները և միացնե՛լ ձեռքերը մի քանի անգամ

5

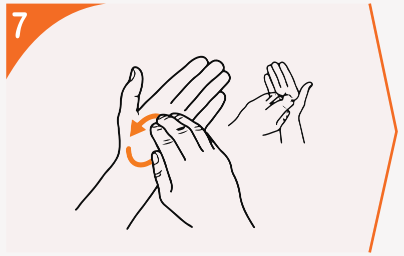
Ծալե՛լ մատները, եղունգներով մատների երեսները շփելով, տանել մինչև ձեռքի ափերը

6



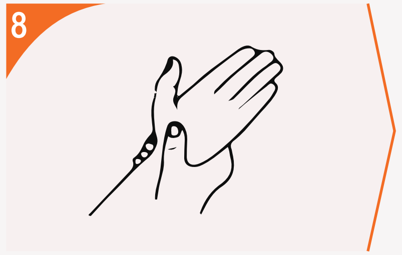
Մի քանի շրջանաձև շարժումներով օճառ քսել բութ մատներին

7



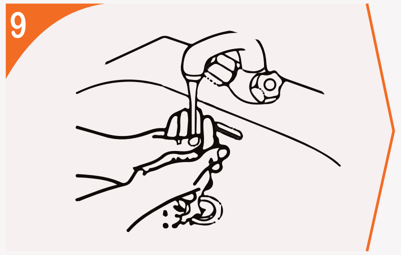
Մատների ծայրերը շրջանաձև շարժումով տանել ձեռքի ափերով

8



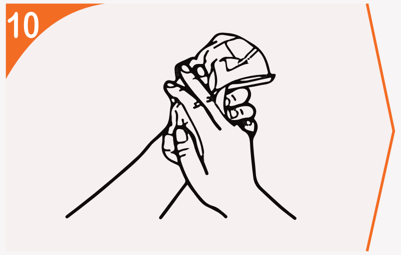
Շրջանաձև շարժումով օճառ քսե՛լ դաստակին

9



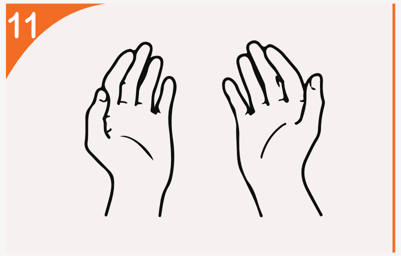
Լվանա՛լ ձեռքերը մաքուր, հոսող ջրով

10



Չորացնե՛լ ձեռքերը մաքուր (անձնական) սրբիչով կամ թղթի անձեռոցիկով

11



Հիմա արդեն ձեր ձեռքերը մաքուր են

Ձեռքերը ճիշտ լվանալու հրահանգը վրացերեն պատրաստվել է World Vision Վրաստանի կողմից