

# KORONAVIRUS

## ANEB CO POTŘEBUJI VĚDĚT

### Co je Koronavirus?

Jedná se o vir, který vyvolává onemocnění podobné chřipce (horečka, kašel a může se ti i hůř dýchat). Pozor, velmi rychle se přenáší mezi lidmi. Pokud se necítíš dobře, řekni to rodičům nebo někomu dospělému.

### Je nějaký lék?

Zatím žádný lék není, ale na světě je spousta odborníků, kteří virus zkoumají a snaží se lék vyvinout.

### Dodržuj hygienu, čisté ruce jsou základ

Viry nemají rády čisté a umyté ruce, proto si je umývej často, hlavně když přijdeš z venku a před jídlem. Ruce je potřeba mýt důkladně mýdlem a teplou vodou alespoň 20 s.!

### Zakrytá ústa a nos chrání ostatní před viry

Měj zakrytá ústa a nos rouškou nebo šátkem. Zabrání se tak snadnému šíření nemoci. Roušky sice můžou na lidech venku vypadat divně, ale díky nim chráníš ostatní.

### Nevěř všemu, co slyšíš

Ne vše, co se dozvíš z televize a internetu nebo od kamarádů je pravda. Vždy se raději zeptej někoho dospělého, jestli je pravda to, co ses dozvěděl.

### Naplánuj si aktivity na den

Jelikož teď nemůžeš chodit do školy, zkus se učit doma. Ostatní čas můžeš využít třeba k tvořivé aktivitě (na internetu najdeš spoustu návodů na zajímavé výrobky).

### Komunikuj s přáteli

Udržování kontaktů je důležité pro každého člověka. I když s kamarády nemůžeš trávit čas jako předtím, můžeš jim třeba zavolat nebo napsat. Co takhle spolu zkusit vymyslet společnou hru na dálku?

### Zůstaň v klidu

Bát se je úplně v pořádku. Každý se něčeho bojíme, je důležité to někomu říct. A i když je to nepříjemná situace, tak dodržování základních zásad jak se chránit, může snížit riziko, že onemocníš.