

## **Oliwier Cybula VIII B**

### **Temat : Jak dbasz o swoje bezpieczeństwo i bezpieczeństwo swoich bliskich.**

To już ponad rok, kiedy wszystko się zaczęło .....i wszystko się zmieniło...

ROK TEMU.....

Pamiętam ten dzień, kiedy w szkole dowiedzieliśmy się, że z Chin, Wuhan dotarł także i do nas, niestety! - koronawirus SARS-CoV-2, który wywołuje chorobę COVID-19...

Wystraszyliśmy się, nie wiedzieliśmy, co to za choroba, zaczęliśmy szybko wychodzić ze szkoły...

I od tej pory wszystko się zmieniło, zarówno dla nas dzieci jak i dorosłych.

W naszym miasteczku zapanowała panika, strach, ludzie zaczęli wykupywać jedzenie, środki czystości...

Z dnia na dzień podniesiono ceny wędlin, mięsa...

Wprowadzono obostrzenia.

Nie mogliśmy wychodzić, spotykać się z kolegami, koleżankami, rodziną...

Wprowadzono zdalne nauczanie, co było dla mnie czymś nowym, dziwnym, niewygodnym, bo brakowało mi kontaktu z nauczycielami, kolegami, koleżankami, pojawiły się problemy techniczne, a długie siedzenie przed komputerem sprawiało, że czułem się zmęczony, wyczerpany, ciągle bolała mnie głowa.

Musieliśmy nosić maski, dezynfekować ręce, trzymać 1,5m dystans, wprowadzono godziny dla seniorów, zmniejszono liczbę osób w sklepach, przed którymi ustawiały się kolejki.

Nie wyglądało to dobrze i nie rokowało nic dobrego.

To wszystko, po to, aby jak najszybciej „pozbyć się wirusa.”

### **KONTAKT ZE ŚWIATEM**

Obostrzenia sprawiły, że mieliśmy mniejszy kontakt ze znajomymi, rodziną...

Byliśmy „głodni” wiadomości, chcieliśmy wiedzieć, jaka jest sytuacja?

Z nadzieją słuchaliśmy codziennych wiadomości w TV, chcąc usłyszeć, że każdego dnia jest mniej zachorowań, przypadków śmiertelnych, że wirus jest w odwrocie, że będzie już dobrze i „normalnie”.

Niestety, zarówno TV i gazety wręcz „krzyczały” o kolejnych setkach, tysiącach zachorowań, umierających.

To wszystko dawało nam poczucie strachu... i świadomości, że niestety tak prędko „dobrze i normalnie” jeszcze nie będzie.

### **DZIŚ, PO PONAD ROKU WALKI...**

Niestety, wirus nadal jest, mamy za sobą kolejną „falę” zachorowań, zaostrożono obostrzenia.

Pozamykano restauracje, przedszkola, żłobki...

Nadal mam zdalne nauczanie i nadal jest źle...

Brakuje szkoły, kontaktu ze znajomymi...

Szpital przekształcono w „Covidowy”, doczekaliśmy się szczepionki, ruszyły pierwsze szczepienia...

Ludzie nie wykupują już jedzenia, środków czystości, to się uspokoiło.

Jednakże wciąż bardzo dużo ludzi choruje, umiera.

### **JAK JA DBAM O SIEBIE I SWOICH NAJBLIŻSZYCH.....**

Dostałem listę z zakupami i wybieram się do sklepu.

Zakładam maskę, biorę rękawiczki jednorazowe.

Ufffff... gorąco..., niewygodnie, ciężko oddychać w masce, ale wytrzymam, tak trzeba!

Zanim jednak pójdę, zajdę do sąsiadki, starszej, ponad osiemdziesięcioletniej „babci” i zapytam, czy czegoś nie potrzebuje.

- Dzień dobry, idę do sklepu, czy czegoś potrzeba?

-Fajnie, że pamiętasz o swojej sąsiadce „babci”, masz tu kartkę, kup mi kilka drobiazgów i dziękuję, że wyniosłeś śmieci....

Idę do sklepu. Mało ludzi, a ci, których mijam, mają maski.

Jestem na miejscu, wchodzę do sklepu, zakładam rękawiczki, dezynfekuję, staram się nie przedłużać, pakuję zakupy, idę do kasy, stoję w wyznaczonym miejscu, utrzymując dystans, wychodzę ze sklepu, wyrzucam rękawiczki.

Po powrocie myję ręce, zanoszę zakupy sąsiadce.

-Dziękuję za zakupy, wpadnij potem na herbatkę, porozmawiamy.

I weź akordeon, zagrasz mi melodię, której uczyłeś się ostatnio

- słyszałam zza ściany.

- Dobrze, wpadnę.

-To do zobaczenia.

Niestety, wirus „nie ominął moich dziadków", więc najpierw zaniósę potrzebne rzeczy do szpitala, dla babci, a potem dla dziadka, który jest na kwarantannie.

Idąc do dziadka, spotkałem kilku znajomych bez masek i wtedy powiedziałem:

- Noście maski, bo nie warto narażać ani siebie, ani innych.

- Moi dziadkowie są chorzy, was też może to spotkać.

Rzeczy zostawiłem w wyznaczonym, bezpiecznym miejscu...

Czuję smutek, rozgoryczenie, bo nie mogłem zobaczyć się ani z babcią, ani z dziadkiem.

Wracając do domu, nagle usłyszałem wołanie z okna:

-Hallo, chłopczyku, czy możesz mi pomóc?

Zaciekawiony, zaniepokojony podszedłem i spytałem:

- Tak, a w jaki sposób? Co się stało?

- Jestem sam w domu, okazało się, że mam wirusa, nie mogę wyjść, a mam pieska i nie ma kto z nim na razie wyjść, piesek bardzo prosi.

- Dobrze, proszę wypuścić pieska, chętnie z nim pochodzę.

Piesek jest przyjacielski. Taki spacer, zabawa z nim po kilku godzinach przed komputerem, dobrze mi zrobiła. Odprowadzam pieska.

### **CHWILA DLA SIEBIE.....**

Nie chodzę do szkoły, nie mam lekcji wf-u, nie mogę spotykać się z kolegami, pograć w piłkę, a ja potrzebuję ruchu!

Więc poćwiczę sam!

Codziennie, po lekcjach, czy w wolnych chwilach wykonuję ćwiczenia.

Ale nie tylko ćwiczenia mnie odprężają. Słucham ulubionej muzyki, gram na akordeonie.

Dlatego najpierw ćwiczenia, a potem muzyka!

### **A TERAZ CZAS NA OBIAD.....**

Tęsknię za „normalnością”, za spotykaniem się ze znajomymi, wspólnym wyjściem „od czasu do czasu” na pizzę...

W sytuacji, gdy są obostrzenia, chcę pomóc znajomym, którzy mają restaurację i czasem zamawiam obiad „na wynos”.

Dziś też zamówię od znajomych pyszny, domowy obiad.

### **MOJA NADZIEJA.....**

Wiem, że to, co robię, o czym opowiedziałem, jak dbam o siebie i najbliższych w obliczu wirusa, jest zaledwie „kroplą w morzu”, bo jestem dzieckiem i nie wszystko mogę, nie na wszystko mam wpływ, ale wierzę, że chociaż takie działania uchronią mnie i moich najbliższych od ponownego zachorowania i ciężkich skutków choroby, a gdy skończy się czas pandemii, będę mógł normalnie i w pełnym zdrowiu wrócić do swoich obowiązków.

Jak powiedział Jan Kochanowski:

**„Szlachetne zdrowie,**

**nikt się nie dowie,**

**jako smakujesz**

**aż się zepsujesz”.**