

Knygelė „Mano herojus – tai tu“ skirta viso pasaulio vaikams, paveiktiems COVID-19 pandemijos. Susipažindami su pagrindinio knygelės istorijos herojaus Arijaus nuotykiomis, vaikai plečia savo žinias ir suvokimą apie koronavirusą. Tai padeda tėvams ir pedagogams vaikams patraukliu būdu kalbėti apie vaikus bauginančius dalykus, susijusius su koronavirusu, bei žaismingai juos mokyti laikytis saugumo rekomendacijų.

Knygelės tikslinė grupė yra 6–11 metų vaikai. Rekomenduojama, kad vaikai neskaitytų knygelės istorijos vieni – ją vaikui arba nedidelei vaikų grupei turėtų perskaityti vienas tėvų, globėjų ar mokytojų, o perskaičius istoriją aptarti kitus vaikams iškilusius klausimus.

Knygelė „Mano herojus – tai tu“ – tai Nuolatinio agentūrų bendradarbiavimo komiteto Psichinės sveikatos ir Psichosocialinės pagalbos ekstremaliųjų įvykių metu Atskaitinės grupės (angl. IASC MHPSS RG) projektas. Ji buvo parengta bendradarbiaujant su ekspertais iš daugiau nei 50 tarptautinių organizacijų, tėvais, globėjais, mokytojais ir vaikais iš 104 šalių. Šiuo metu knygelė yra išversta į 130 skirtingų kalbų.

SAM primena, kad karantino metu svarbu skirti dėmesio mažųjų emocinei sveikatai, nes viešojoje erdvėje girdima informacija, pasikeitusi kasdienio gyvenimo rutina ir suaugusiųjų kalbos gali turėti neigiamos įtakos ir mažųjų psichikos sveikatai. Daugiau patarimų, kaip rūpintis vaikų emocine sveikata pandemijos metu, galite rasti nacionalinėje psichikos sveikatos svetainėje [www.pagalbasau.lt](http://www.pagalbasau.lt).

**Knygelę galite parsisiųsti:**

<https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/Mano%20herojus%20-%20tai%20tu.pdf>

**Taip pat galite susipažinti ir su filmuku, adaptuotu pagal knygelę:**

<https://www.youtube.com/watch?v=FdO7MHlCkys>