

זמן קורונה תש"פ

מטפלים והורים יקרים,

סיפור זה נכתב למטופלים שלי במטרה להמשיך ולשמור על קשר רציף לאורך הזמן של "חופשת הקורונה" שהתרגשה עלינו.

הסיפור הוא סיפור בהמשכים, בכל שבוע נשלח חלק נוסף שבסופו גם פעילות ביצירה. (במטרה שהסיפור יהפוך לאישי, סימנתי קו בו כל אחד יכול להוסיף את שם הילד לו מוקרא הסיפור).

הסיפור מציג את "גברת קורונה" כדמות מצחיקה ולא מאיימת שאפשר לצחוק איתה ועליה ואף להתיידד איתה, תוך כדי למידה ועיסוק בהעצמת הכוחות של כל ילד בדרכים ובטכניקות מגוונות - "להלחם" מולה ולהביס אותה.

את רעיון הכוחות לקחתי מתוך ערכת הקלפים "ארץ יצורי הנפש" שיצרה הפסיכולוגית אפרת מעין, בהם השתמשתי ומשתמשת רבות בטיפולים שלי והם כלי עזר חשוב בהעמקת השיח הרגשי והאישי. (<https://soulcreaturesland.co.il>)

בנוסף, ישנה התייחסות רחבה לביטוי רגשות נעימים ולא נעימים, למחשבות מדאיגות ולא לה שמרגיעות אותן וכן לתחושות גופניות שונות כשאני דואג וחסר מנוחה.

המסר החשוב הוא שלא צריך להיבהל מהמחשבות המדאיגות, מחשבה מדאיגה היא טבעית ונחווית על ידי כולנו בתקופה זו, חשוב לתת לה מקום ולזכור שמחשבה היא בסה"כ מחשבה ותמיד אפשר לחשוב על מחשבה מרגיעה במקומה.

מכיון שהמטופלים כרגע נמצאים בביתם, הסיפור נקרא על ידי ההורים, כשהם חלק פעיל ובלתי נפרד בטיפול, מה שנותן הזדמנות נהדרת לחיזוק הקשר והדיבור הרגשי, שלא תמיד אנו מצליחים להגיע אליו בזמן שגרה וכעת, הילדים וההורים זקוקים לו יותר.

בכל שבוע אני מדברת עם הילדים בשיחת וידאו, שומעת מהם על הסיפור ועל החוויות שלהם ממנו וכן שומעת את ההורים שמתרגשים ומספרים את החוויות של ה"ביחד" המשותף.

- שתי תמונות שהשתמשתי בהן בסיפור הינן מ"המרכז לוויתות רגשיות", בו ישנם משחקים, פעילויות והפעלות יצירתיות מהנות, שבהם אני נהנית להשתמש עם המטופלים לאורך שנות עבודתי (<http://lp.vp4.me/ddq8>)

מקווה שתהנו !

לאה פיזם

מטפלת באומנות

מתי"א עפולה

0544-904535

הי _____ אהוב שלי, מה נשמע ?

החלטתי שבזמן הזה כשאנחנו לא מתראים וקשה לי שאני לא פוגשת אותך, נעשה משהו אחר וקצת שונה ממה שאנחנו רגילים לעשות מידי יום שני בטיפול שלנו.

נקרא יחד סיפור עם שדונית חדשה וכל מיני ילדי כוחות מיוחדים ומעניינים.

אתה מוכן ?

אני כבר ממש מוכנה ושמחה !

אתה תשב עם אמא או אבא או כל מי שמתחשק לו לקרוא איתך יחד את הסיפור החדש.

לפעמים אבקש פעילות יצירה , זאת אומרת שאם תרצה תוכל להכין משהו שאבקש, אבל זו משימה שלא חייבים לעשות אותה, רק אם רוצים. כמובן שאם עושים את המשימה אשמח מאוד לקבל תמונה שלה דרך הוואצפ.

אז אתה מוכן ?

קדימה !

יוצאים יחד להרפתקה חדשה בארץ כוחות מופלאים !

יום אחד הגיעה לממלכה שדונית חדשה:

עגלגלה,

בעלת לחיים סמוקות

רגל אחת ארוכה והשניה קצת פחות,

נעליה ישנות, ידעו ימים טובים יותר

בזכותן היא יודעת לקפוץ ולנתר,

עין ירוקה והשניה בצבע שחור

לובשת שמלה כסופה עם חור,

על ראשה כתר בעל חמישה חודים

וידיה תמיד מונפות לצדדים,

ביד ימין היא אווזת שרביט מזהב

ומי שהיא נוגעת בו – מיד יכאב !

השדונית הזו הגיעה מארץ סין הרחוקה

שמה הוא : **קורונה והיא מאוד חזקה !**

השדונית קורונה
מצליחה לראות הכל, אבל
היא **בלתי נראית**.
היא יודעת להתחבא היטב
ובהמון מקומות:
בבית
בגינה
על רהיטים
צעצועים
ברזים
מכוניות
או אפילו
בחנות סוכריות.

בכל פעם שהיא מצליחה להתחבא, היא צוחקת צחוק מרושע

שכזה.... **ה ה ה**

היא לא רוצה שיראו אותה,

כי כך היא תצליח בצורה שדונית מיוחדת

להדביק את ילדי הכוחות

ואז -

יהיה להם חוס, או שיעול

ואולי אפילו יהיה קשה להם לנשום.

כשהיא מדביקה היא מרגישה ממש **מלכת הנצחון ,**

היא שולטת על הממלכה של הילדים בעלי הכוחות המיוחדים
וזה נותן לה הרגשה טובה.

הילדים בעלי הכוחות קצת מפחדים ממנה, שתדביק גם אותם,
כי כשהיא עצבנית, היא ממש לא נחמדה ומאוד מדביקה.

ולכן – הם מתייחסים אליה בכבוד, כל דבר שהיא מבקשת הם
עושים עבורה, כדי שלא תתעצבן.

הם אוהבים לתת לה הרבה אוכל ושתייה ואז היא בשקט ולא
עושה כל מיני דברים מעצבנים ומדבקים.

**האם השדונית הערמומית והחזקה קורונה, תצליח במשימת
ההדבקה שלה ?**

על כך תוכל לשמוע בשבוע הבא.....

פעילות יצירה לשבוע הקרוב:

ליצור מכל חומר אפשרי (אפילו ממלפפון ועגבניה, או נייר טואלט או כל
דבר שמתחשק) את מלכת הקורונה שלך. אפשר להיעזר בכל מי שנמצא
בבית ברעיונות ובביצוע.

אשמח שתצלם לי את הקורונה שלך ותשלח לי בוואצפ.

להתראות !

הי _____ מתוק ,

מה נשמע ?

היום אגלה לך כיצד נראית השדונית קורונה שאני יצרתי וגם
איך היא מצליחה במשימת ההדבקה שלה.

אתה מוכן ? אז קדימה !

אבל, לפני כן, רציתי להגיד לך שכל כך שמחתי עם היצירה שלך
כמה שאתה יצירתי וחרוץ ! אין כמוך !!

הנה הקורונה שיצרת : איזה רעיון מגניב !!!!!

תמונת הקורונה שלי :

כל הכבוד !!!!!!!!!!!

ועכשיו נמשיך **לפרק השני** – קדימה !

וזוהי הקורונה שלי. נעים מאוד !



נעים גם לי
באמת !!

קורונה השדונית הגיעה לארץ עם שרביט מיוחדת מזהב שאיתה היא יכולה להגיע ולגעת בכל מקום.

ברגע שהיתה נוגעת עם השרביט היתה מצליחה להדביק ולגרום להידבקות במחלת הקורונה.

מידי פעם מרוב צחוק היתה עפה עד השמיים,

הגיעה ממש עד העננים

ושם התעטשה התעטשות רצינית כזו,

שכל החיידקים מההאפצ'י הגדול שהיא עשתה

עפו ונגעו באלפי ילדי הכוחות !

ובארץ היתה מהומה רבה.

ילדי הכוחות היו מאוד מבוהלים ופחדו מהשדונית החדשה שהגיעה אליהם.

לכל מקום שהלכו ילדי הכוחות :

לסופרמרקט,



לחנות בגדים,



לטיילת,



לבית הספר

ולגן

ידעו שהיא כנראה יכולה להסתתר שם ומאוד נלחצו מכך שלא יוכלו לראות אותה והם עלולים לנגוע בכל מיני דברים או אפילו אחד בשני **ולהיות חולים.**



הם הסתכלו מידי פעם גם לעננים
בשמיים

כדי שאולי יצליחו לראות את
השדונית כשהיא מתעטשת,
אבל לא הצליחו לראות דבר.....

מידי פעם הרגישו טיפות של מים נופלות עליהם,
לכן החליטו מאותו היום
לקחת איתם מטריה
כשהם יוצאים מהבית.

**כולם, אבל ממש כולם - היו עצובים מאוד וגם
קצת מבוהלים**



**לאט לאט, נעלמו כל הילדים עם הכוחות והופיעו במקומם
ילדים שלא היה להם כוח כלל :**



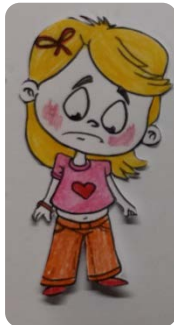

ילד כוח השמחה – הפך לילד עצוב




ילד כוח האומץ – הפך לילד מפוחד ודואג




ילד כוח הרוע – הפך לילד כועס




ילדת כוח החזק – הפכה לילדה שאין לה כוח




ילדת כוח הסבלנות – הפכה לילדה חסרת סבלנות




וילדת כוח הסדר והארגון – הפכה לילדה מבולבלת



וככה כל ילדי הכוחות

נהיו חלשים ועייפים,

משתעלים ועצובים

ואז....

הופיע אס ילדי הכוחות –

זה אס שהוא מנהיג כוחות הילדים

יש לו הכי הרבה כוח והוא עוזר לכל

הילדים לחשוב מחשבות טובות

ולעשות מעשים שיכולים תמיד לעזור במצבים קשים.



נעים מאוד!
אני אס ילדי
הכוחות!

הילדים התבקשו על ידי **"אס ילדי הכוחות"**,

להישאר בבית ולא לצאת



כדי למנוע את ההידבקות אחד מהשני.

בנוסף - הוא קרא מייד לכל הילדים שנשארו עם כוח, שעדיין לא

התייאשו מהמצב והפכו לחסרי כוח, לבוא מייד לחדר הישיבות

הגדול בארמון שלו.

הוא ביקש מהם לשבת במרחק של 2 מטר זה מזה, בכדי שלא

ידביקו חלילה אחד את השני.

וכך אמר להם **אס ילדי הכוחות**: "אנחנו מתחילים להכיר את

הגברת החדשה שהגיעה אלינו ללא הזמנה לממלכה.

אנחנו יודעים ששמה הוא קורונה ושהיא מדבקת ואפילו אוהבת

ונהנית להדביק כל מי שנמצא בדרכה.

אבל - אני מציע שננסה למצוא דרכים מיוחדות במינן כדי להגיע

אליה ולהילחם בה, להתמודד מולה, שלא תחשוב שהיא יכולה

לנצח אותנו.

אני מלא באמונה שנוכל יחד בכוחות משותפים למצוא כמה וכמה פתרונות הולמים למצב.

ובכן, אשמח לשמוע מה אתם מציעים, כוחות יקרים".

חמשת הכוחות - היחידים - שנשארו עם הרבה כוח היו :

כוח השכל והמחשבה



הכוח להמציא וליצור



הכוח לצחוק ולהצחיק



הכוח לשתף במחשבות ורגשות



הכוח לראות את האור בקצה המנהרה



פעילות יצירה שכיף להכין: (והיא רק אם רוצים כמובן)

_____, מה לדעתך אמרו ילדי הכוחות ?

אשמח אם תבחר שני כוחות שאתה אוהב במיוחד, תיצור אותם מאיזה חומר שבא לך ותכתוב (בעזרת אמא או כל מי שמוכן): מה לדעתך הם הציעו לאס ילדי הכוחות, טוב ?

מחכה מאוד לראות ולשמוע מה אמרת. (אפשר גם רק כוח אחד)

בפרק הבא תוכל לראות וגם לשמוע מה אמר כל אחד מהכוחות, ועוד דברים מעניינים מאוד שקרו !

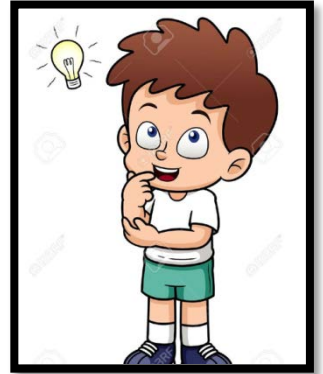
ובנתיים להתראות ו..... חג שמח !! לאה.

פרק שלישי:

שים לב _____ מה אמרו והציעו הכוחות לאס כוחות הקסם
בכדי להילחם בגברת קורונה:

ילד כוח השכל והמחשבה אמר:

"חשוב מאוד לדעת ולחקור מה השדונית אינה
אוהבת, ממה היא מתרחקת, כך נוכל להרחיק
ולהעיף אותה מאתנו".



ילד הכוח להמציא וליצור הוסיף:

"אולי נמציא יחד תרופה מיוחדת
וחדשנית שכל מי שיקח אותה יצליח
להחלים תוך יום יומיים בלבד!"



ילד הכוח לצחוק ולהצחיק אמר:

"ילדי כוחות יקרים- חברים שלי, אל תאבדו את
חוש ההומור שלכם, אני מוכן לספר לכם כל
היום בדיחות וסיפורים מצחיקים, זה ממש יכול
לעזור לכם וגם לי, להתמודד עם הקושי והעצב
שהקורונה המעצבנת הזו גורמת לכולנו".





ילדת הכוח לשתף במחשבות ורגשות

אמרה :

”אני מרגישה שיש כאן אוירה של פחד וגם עצב, נדמה לנו שכל הכוחות שלנו הולכים ונעלמים, חשוב מאוד שנשתף אחד את השני בתחושות שלנו, כי כשאנחנו מדברים על הרגשות שלנו זה ממש מרגיע.”

ילדת הכוח לראות את האור בקצה המנהרה אמרה :

”אני כבר רואה את סוף התקופה הזו, אנחנו נהיה חברים הרבה יותר טובים ממה שהיינו עד עכשיו, נעזור ונדבר יפה יותר אחד לשני. נראה לי שנבין שהיה שווה לעבור את התקופה הזו.”



”וואו, כמה רעיונות מעניינים הציעו ילדי הכוחות !!”

אמר לעצמו אס ילדי הכוחות.....

מה לדעתך **הרגיש** **אס הכוחות** כששמע את ההצעות של
ילדי הכוחות ?

בחר וסמן בעיגול את הרגש המתאים בעיניך:



לוח רגשות

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

 הקלה	 פחד	 אשמה	 הפתעה	 שמחה
 אכזבה	 בהלה	 בלבול	 געגוע	 גאווה
 מבוכה	 בדידות	 קנאה	 עלבון	 יאוש
 חרטה	 גועל	 כעס	 חגע	 התרגשות
 חרדה	 שנאה	 דיכאון	 עצבנות	 עצב
 מלא תקווה	 תסכול	 דאגה	 אהבה	 בןשה

אחר הצהריים, באותו היום ממש, הגיעו חלק מהילדים **חסרי הכוחות** לארמון של אס הכוחות ואמרו לו שהם מרגישים כל מיני תחושות מוזרות **בגוף** שלהם והם לא מבינים מה קורה להם...

הילד **המפוחד והדואג** אמר: "אני מרגיש שיש לי **גוש בגרון**, בא לי ממש לבכות".



הילדה **שלא היה לה בכלל כוח** אמרה: "אני מרגישה שכל **הגוף שלי רועד** ואני ממש לא מבינה מה קורה לי..."



הילד **הכועס** כעס מאוד ואמר: "יש לי **כאבי בטן** נוראיים ועוד רגע אני יכול להרביץ למשהו מרוב כאבים!".



והילדה חסרת הסבלנות אמרה: "יש לי **סחרחורת** בראש ועוד רגע אני נופלת ולא מצליחה לקום יותר...."



הילדים היו מפוחדים ולא הבינו מה קורה להם.

אס הכוחות חייך ואמר להם :

"אל דאגה ילדים אהובים, לפעמים כשאנחנו דואגים ומפחדים יש לנו בגוף כל מיני תחושות כאלה, בדיוק כפי שאתם מרגישים.

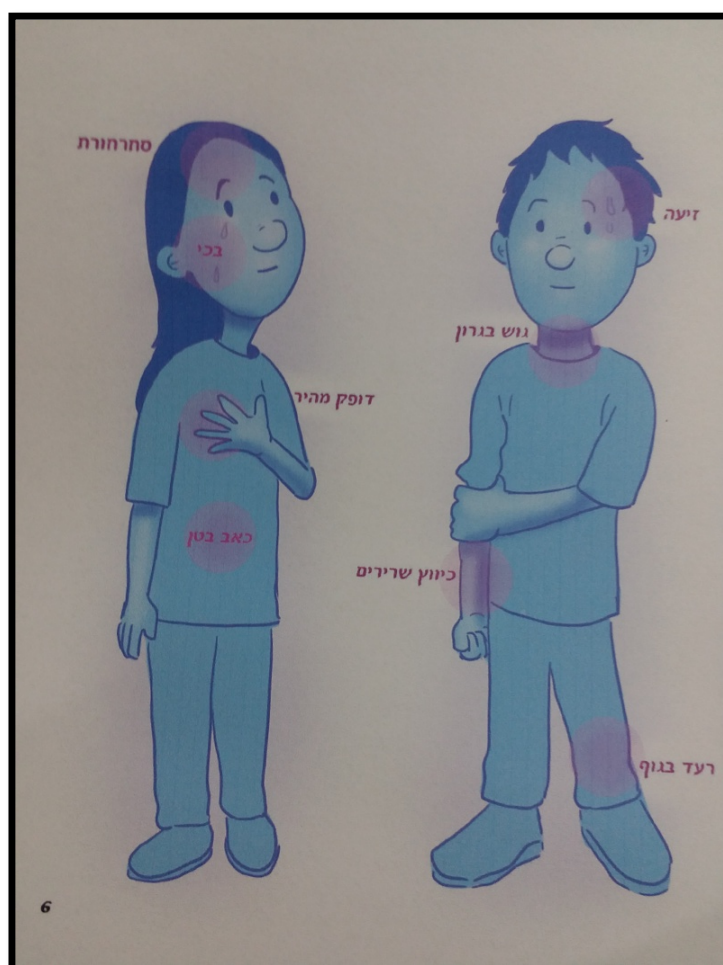


הירגעו בבקשה ! אני והילדים עם הכוחות עושים הכל בכדי לשחרר אתכם מהפחד והתחושות האלה ! עוד מעט אלמד אתכם כמה תרגילים שיכולים מאוד לעזור לכם להשתחרר ולהרגיש טוב יותר !

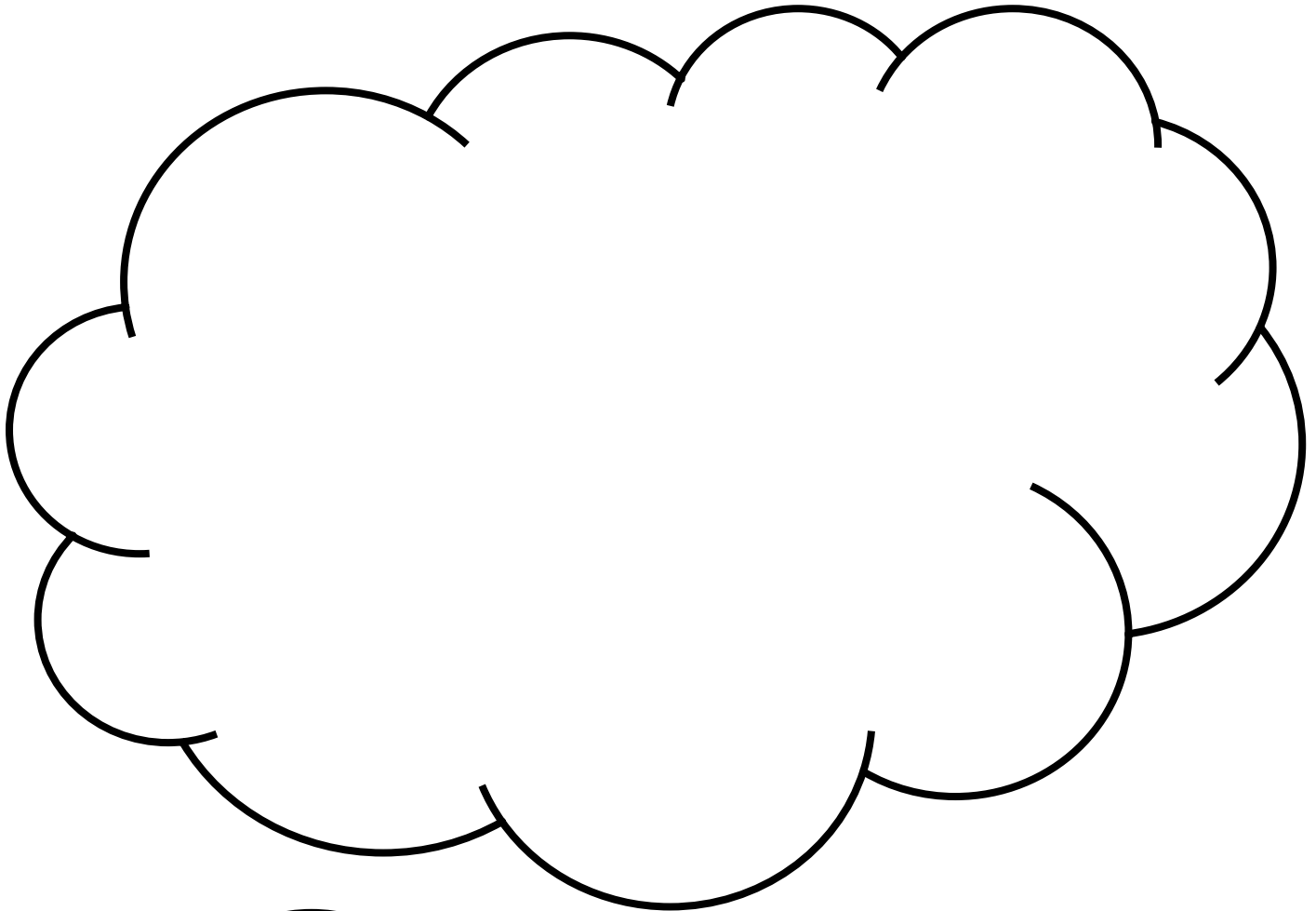
הילדים בלי הכוחות נרגעו קצת והצליחו להבין כי בכל פעם שיש להם מחשבות מדאיגות גם התחושות בגוף מסמנות להם שמשהו לא טוב קורה להם.

_____, אילו תחושות יש לך בגוף כשאתה דואג או עצוב ?

אתה יכול לבדוק ולסמן כאן :



כאן, אם תרצה, תוכל לצייר **מחשבה מדאיגה** שגורמת לך
לתחושה לא נעימה בגוף :



בשבוע הבא, **אס כוחות הילדים** ילמד אותנו

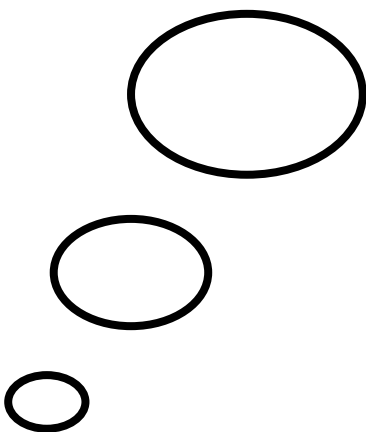
כמה שיטות שעוזרות להירגע

ולחשוב **מחשבות טובות ונעימות**.

ועד אז _____ יקר שמור על עצמך

ועל המשפחה היקרה שלך.

להתראות !!



פרק רביעי:

הי _____, מה שלומך ?

אס הכוחות רוצה היום ללמד את הילדים איך להשתחרר מהפחד ומהעצב שלהם ולהחזיר לעצמם את הכוחות שנעלמו להם, בעזרת כמה תרגילים שיכולים מאוד לעזור להרגיש טוב יותר ולהרגיע אותם.



אתה מוכן לשמוע ? אז קדימה !



תרגיל מספר 1:

לחשוב על משהו טוב שקרה לי או שיש לי ואני יכול להגיד עליו

תודה, אפילו על משהו קטן ושנראה כאילו לא חשוב בכלל.....

למשל, כשאני חושב על משהו קטן וטוב שקרה לי, אז אני ממש מודה על כך שיש לי חברים טובים שתמיד נעים וטוב לי להיות ולשחק איתם.

_____, על איזה דבר טוב אתה יכול לחשוב ולהגיד עליו תודה ?

אשמח ממש אם תכתוב לי

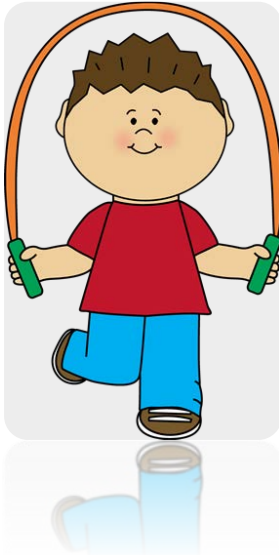




תרגיל מספר 2:

פעילות גופנית – אפשר לרוץ או לעשות הליכה **סביב הבית** - בחוץ (אבל לשמור לא להתרחק יותר ממה שמותר.....)

או: לעשות כל מיני תרגילים **בתוך הבית** (יש המון רעיונות ברשת).



אני למשל אוהב מאוד לקפוץ בחבל, זה גורם לי להרבה שמחה והתרגשות כשאני מצליח לקפוץ 10 פעמים בלי להפסיק !

____, איזו פעילות גופנית אתה אוהב לעשות ?

אשמח אם תספר לי.....

תרגיל מספר 3:

יש לי **משחק** ממש מעניין שקוראים לו :



שינוי מחשבתי

תופסים את המחשבה שמדאיגה ואז במקום לשתף איתה פעולה אומרים לעצמנו מחשבה מרגיעה.

למשל: אני חושב **מחשבה מדאיגה** : "בטח סבתא שלי תידבק בקורונה וזה יגרום לי לפחד ולהיות מאוד לחוץ".

ואז אני אומר לעצמי **מחשבה מרגיעה** : "סבתא נמצאת בבית שלה והיא שומרת על עצמה ולא יוצאת לשום מקום ושומרת על כל הכללים ולכן, רוב הסיכויים שהיא לא תידבק בכלל !".

וזה נראה ממש כך :

מחשבה מרגיעה :

מחשבה מדאיגה :

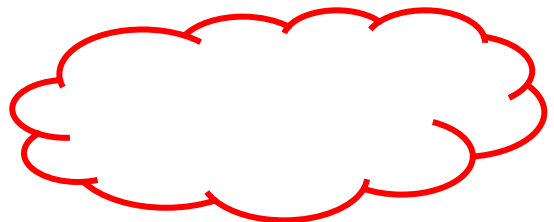
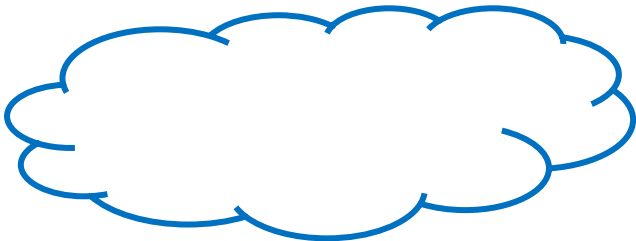
"סבתא בבית שלה והיא
שומרת על עצמה ולא
יוצאת לשום מקום
ושומרת על כל הכללים
ולכן רוב הסיכויים שהיא
לא תידבק בכלל!"

"בטוח שסבתא שלי
תידבק בקורונה וזה
יגרום לי לפחד
ולהיות מאוד לחוץ".



אשמח לשמוע ממך _____, אילו **מחשבות מדאיגות** ואילו
מחשבות מרגיעות יש בדך ?

אם תספר ואמא\אבא יכתבו לי אותן כאן, אני כל כך אשמח !!!!!



תרגיל מספר 4 – אחרון חביב:



זה תרגיל שאני מה זה מבסוט ממנו, תקשיב טוב
.....

לתרגיל הזה אני קורא: **תרגיל קורונוויז**

(אמא\אבא תקראו לו באנגלית: **KORONAWAZE**)



אתה זוכר _____, לפני תקופת הקורונה
המעצבנת הזו, כשאבא או אמא נסעו ברכב
המשפחתי שלכם לכל מיני מקומות בארץ, הם
שמו את ה**ווז** שזהו מכשיר שמכוון את הדרך
להגיע אל היעד הכי מהר, בטוח ובלי פקקים
מיותרים. זוכר ? (אמא, אבא, תוכלו להזכיר לו בבקשה ?)

אוקיי, אז מה שחשבתי הוא, שתיקח איזו קופסה שיש לך בבית
והיא לא בשימוש (למשל קופסת נעליים שאין בה צורך), שהיא תהיה
הווז שלך.



צייר עליה מקום שאליו צריכה להגיע הקורונה.
(מקום רחוק, כן ?)

קח כמה פתקים קטנים, כתוב עליהם או צייר כל
מיני **מחשבות מדאיגות** שיש לך (אתה יכול להוסיף גם מחשבות מדאיגות
של שאר בני המשפחה ולשתף אותם, זה יהיה מהנה מאוד) הכנס את כל
הפתקים לתוך הקופסה וסגור אותה היטב !

ועכשיו, לאחר שהקופסה סגורה היטב הנח אותה על הרצפה
ו..... **דרוך** עליה, **קפוץ** עליה, חזק חזק ובכל הכוח עד שממש
תיהרס לחלוטין ו.....**זרוק** את השאריות שנשארו ממנה לפח
הגדול שמחוץ לבית.

מעניין איך תרגיש אם תעשה את התרגיל הזה



אני הרגשתי מאוד נעים ושמח אחרי שדרכתי על הקורונוויז שלי
והשלכתי אותה לפח.

נשארו לי בעיקר **מחשבות מרגיעות**, כי ה**מחשבות המדאיגות** נעלמו
כמעט כולן יחד עם הווז בתוך הפח הגדול.

_____, מקווה שלא עייפתי אותך עם כל התרגילים שלי, אני פשוט מאוד אוהב לדבר איתך.

אשמח אם תבחר באחד התרגילים שלימדתי אותך היום ותעשה אותו.

הכנתי לך תזכורות:

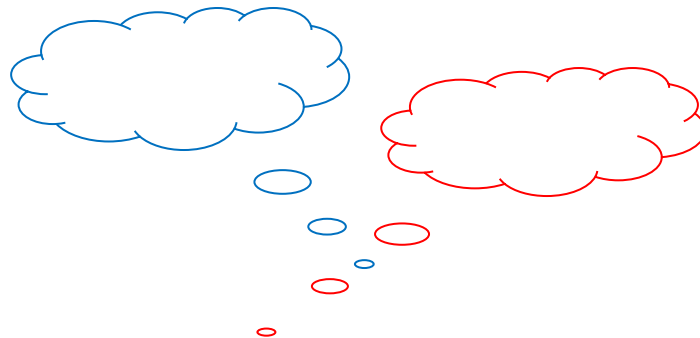
תרגיל 1:



תרגיל 2:



תרגיל 3:



תרגיל 4:



**בפעם הבאה תוכל לראות _____ איך הילדים בלי הכוחות
הצליחו להחזיר לעצמם את הכוחות וכיצד כל זה קרה.....**

ועד אז – להתראות, אני כבר מתגעגע....

פרק חמישי ואחרון:

הי _____ היקר ,

מקווה שאתה מרגיש טוב ושמח להמשיך ולקרוא את הסיפור שלנו שכבר ממש מגיע היום לסיומו.

אנחנו נפגוש שוב את הילדים **חסרי הכוחות**, שהכוחות פשוט נעלמו ועזבו אותם בעקבות הגברת קורונה שמאוד הפחידה והלחיצה אותם.



אס ילדי הכוחות נפגש עם הילדים ולימד אותם את כל התרגילים ששמענו ממנו בפרק הקודם.

ומה אתה חושב _____ ?

כן, כן, בדיוק !!!!

הילדים הקשיבו קשב רב וכל אחד מהם בחר בתרגיל

(אפילו בשניים) שהכי התאים לו לעשות

ובמהלך כל השבוע תירגל אותו.

ועכשיו בוא תנסה לחשוב מה קרה להם.....





ילד כוח השמחה – שהפך לילד עצוב



חזר לאחר תרגיל התודה

להיות ילד _____ מאוד !



ילד כוח האומץ – שהפך לילד מפוחד ודואג



חזר אחרי תרגיל הפעילות גופנית

להיות ילד _____ ביותר !



ילד כוח הרוגע – שהפך לילד כועס



לאחר תרגיל הקורונה וויז

חזר להיות _____ !



ילדת כוח החוזק – שהפכה לילדה שאין לה כוח



לאחר תרגיל השינוי המחשבתי

חזרה להיות ילדה _____ יותר !



ילדת כוח הסבלנות – שהפכה לילדה חסרת סבלנות



לאחר תרגיל התודה

חזרה להיות _____ !



וילדת כוח הסדר והארגון – שהפכה לילדה מבולבלת

לאחר תרגיל הקורונה וויז

חזרה להיות _____ נפלא !

וואו !!!!!

כמה כוח יש לתרגילים של אס כוחות הילדים, נכון ?

**תראה – כל הילדים חזרו להיות עם כל הכוחות שהיו להם
תמיד, בעזרת כמה תרגילים פשוטים !!**



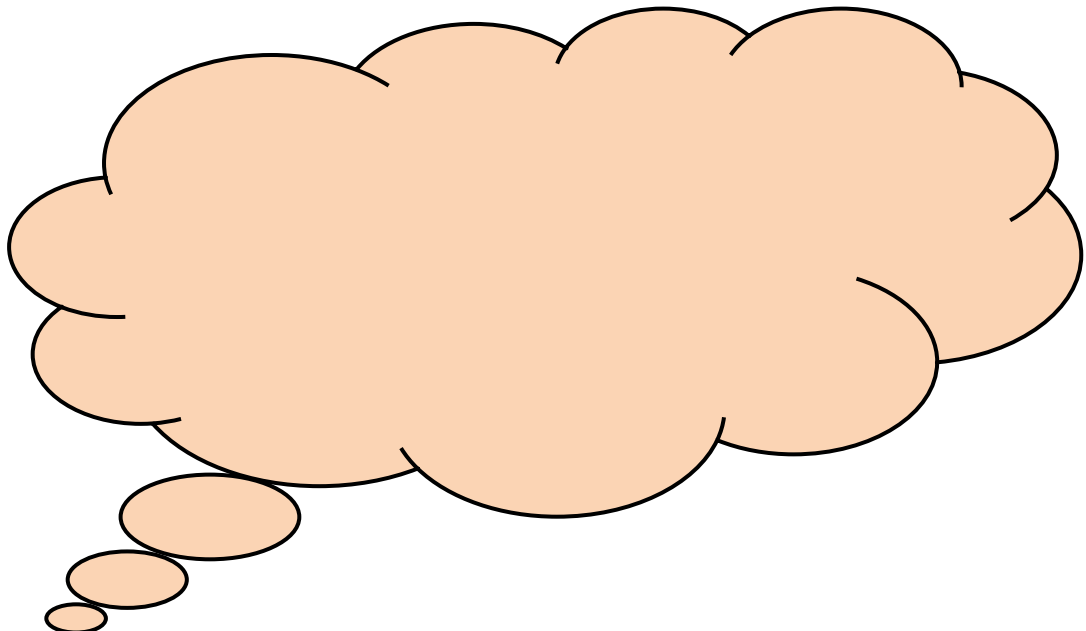
אס הכוחות היה מאושר ושמח,

סוף סוף ראה את כל הילדים בממלכה שלו

הולכים עם חיוך על הפנים.

ומה קרה עם הגברת קורונה ?

לפני שאגלה לך, חשוב לי לשמוע מה אתה חושב שקרה



ובכן, היא המשיכה מידי פעם לנסות ולהפחיד את הממלכה, להתחבא בכל מיני מקומות שעדיין לא התחבאה ולצחוק את הצחוק המרושע הזה שלה, אבל -

הילדים למדו שבכל פעם שיש להם **מחשבה מדאיגה** לגבי הקורונה, הם פשוט לא מתייחסים אליה, לא נותנים לה מקום בראש ובמחשבה שלהם, וכשהקורונה רואה שלא מתייחסים אליה, היא פשוט נעלבת והולכת למקום אחר !!

הילדים גם למדו לשמור על עצמם :

- שמו מסיכה על הפנים כשיצאו החוצה.
- שטפו את הידיים לעיתים קרובות יותר, בשביל לשמור אותן נקיות.
- ושמרו על מרחק בטוח אחד מהשני.



מאותו היום והלאה
גברת קורונה לא רצתה
לפגוש בילדי הממלכה,

היא ראתה שהם **מלאים בכוחות**
וכל הזמן חושבים רק **מחשבות מרגיעות**

וזה עצבן אותה

והיא נעלבה

ואפילו בכתה !

ולבסוף כך אמרה :

”נמאס לי מכל הילדים בעולם

שכל כך שומרים על עצמם,

אני אעוף לי לכוכב אחר ואנסה שם

להדביק, לעקוץ ולעצבן את כולם.”

מאז ועד היום כמעט ולא נראתה גברת קורונה בממלכת הילדים.
הילדים חזרו לשחק ולהיפגש אחד עם השני, אבל עדיין שמרו
על כללי הזהירות שהכירו.

הילדים ידעו שעם כוחות כמו שיש להם, אף אחד לא יכול
להחליש ולהעציב אותם. לעולם !!

וכך הסתיים הסיפור שלנו. על גברת קורונה וילדי הכוחות.

אני חושבת שגם לך מגיע כתר כוחות, שהגעת לסיום הסיפור.
איזה כוחות לך יש ? (כתוב לפחות 1 על גבי הכתר).



מעניין אותי גם איזה שם היית אתה נותן לסיפור שלנו.....

רוצה לנסות ?

מקווה שנהנת _____ ולמדת כל מיני דברים מעניינים
גם על עצמך.

שנדע ימים טובים ומשמחים

ושנשוב בקרוב להפגש ,

אני כבר ממש מתגעגעת !