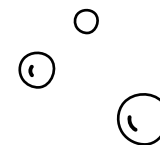




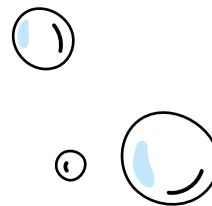
ЧИСТЫЕ СКАЗКИ

Как Лисичка,
Ежонок и Медвежонок
от вирусов защищались



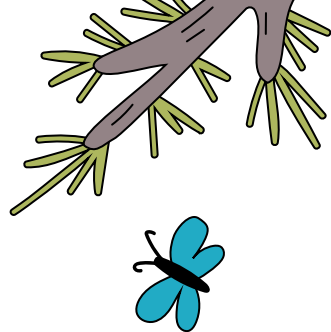
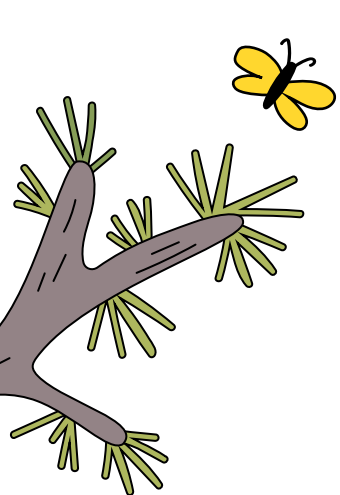
ЧИСТЫЕ СКАЗКИ

Как **Лисичка**,
Ежонок
и **Медвежонок**
от вирусов защищались



Материал разработан в рамках кампании «Чистый тренд», реализуемой Детским фондом ООН (ЮНИСЕФ) в Беларуси и Министерством здравоохранения Республики Беларусь при финансовой поддержке Агентства США по международному развитию.

Минск
2020



ЗАВТРАК В ЛЕСУ

Одним солнечным утром в диком лесу, где всегда происходит много всего интересного, на завтрак собрались Лисичка, Ежонок и Медвежонок. Они познакомились давным-давно и подружились крепко-крепко. Лисичка, Ежонок и Медвежонок всегда были вместе. С ними постоянно случались смешные, а иногда и не очень забавные истории. Так вот! И этот утренний завтрак в лесу не обошёлся без приключений. Интересно, какими они будут на этот раз: забавными или не очень?

Лисичка, Ежонок и Медвежонок собрались на своей любимой полянке среди высоких старых сосен. На огромном пеньке они расстелили скатерть, поставили на неё чашечки для ароматного чая, корзинку со свежими фруктами, кашу, творожок с ягодами и, конечно же, огромную банку мёда. Это для Медвежонка. Мёд он так любил, что добавлял его в чай, кашу, творожок и даже обмакивал в него фрукты.



Лисичка, Ежонок и Медвежонок сели за стол. Ах, как вкусно пахнет! Лисичка первой протянула лапку к тарелочке с ароматной кашей. Но не успела она её взять, как на ладошку присела солнечная зайка Юни-Юни и громко закричала:

— Сто-о-оп! ОСТАНОВИСЬ!

— О не-е-ет... Только не это, — недовольно проворчал Ежонок. — Утро только началось, а приключения уже тут как тут. Мы ещё даже не поели. Нам нужна энергия для игр и забав. Лучше присоединяйся к нам за-

втракать, Юни-Юни, — добавил Ежонок.

Медвежонок очень не любил, когда друзья начинали спорить и ругаться. Обычно он тут же заступался за всех сразу. Но в этот раз Медвежонку так хотелось поскорее позавтракать, что он не

обратил на солнечную зайку и ворчуна Ежонка никакого внимания и протянул свою ложку к банке с мёдом. Но зайка Юни-Юни уже была тут как тут. Она прыгнула в ложку и снова стала кричать:

— Не надо! Стойте! Вы кое-что забыли!

Друзья немного забеспокоились. Что же они могли забыть? Чашки есть. Чай на столе. Мёд на месте... Ежонок обернулся по сторонам и ничего странного не заметил. Медвежонок поправил салфетку на шее. Лисичка проверила свою ложку. Всё было в порядке. Никто ничего не забыл.

— Что случилось, Юни-Юни? — спросила Лисичка. — Зачем с утра такая паника?

Солнечная зайка перепрыгнула на лапку Ежонка и сказала:

— Вы забыли помыть лапки! Все на свете знают, что перед едой их нужно мыть!

— Но мы же ещё не испачкались! — возмутился Ежонок, растопырив свои колючки.

Друзья показали свои лапки Юни-Юни. И они действительно выглядели чистыми. А зачем мыть что-то, что не грязное? Это все на свете понимают. Какая-то Юни-Юни странная этим утром. Может, она не выспалась?

Но солнечная зайка вдруг приняла какой-то устрашающий вид: она растопырила пальцы, показала зубы, нахмурилась.

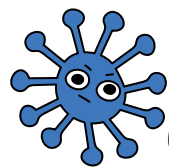
— Бе-е-е! Фе-е-е! — кривлялась Юни-Юни.

Медвежонку даже жутко стало. Солнечная зайка сама на себя не была похожа. Оказалось, что она изображала...

...ОЧЕНЬ ВРЕДНЫХ МИКРОБОВ!

Юни-Юни стала рассказывать страшные истории. О том, что вредные микробы и вирусы селятся повсюду. Они прилипают к рукам, к фруктам и овощам, к поручням в автобусах и дверным ручкам. Вирусы и микробы могут летать, бегать, прыгать и прятаться. Почти как Лисичка, но только Лисичка добрая, хоть иногда и вредная, а микробы и вирусы могут хулиганить и быть очень злыми. Самым жутким в рассказе Юни-Юни было то, что от микробов и вирусов, оказывается, можно заболеть.





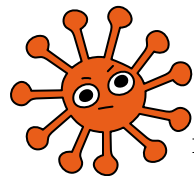
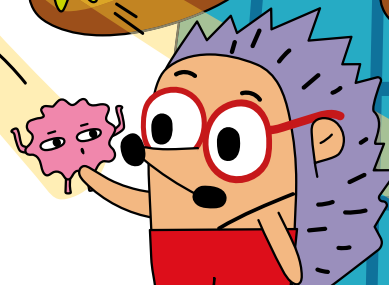
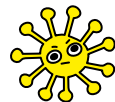
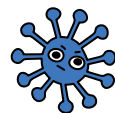
Медвежонок застыл от страха. Лисичка замерла от любопытства. А Ежонок почему-то совсем не поверил солнечной зайке. Он задрал носик кверху и важно сказал:

— Что-то я ни разу в жизни не видел вирусов и микробов. Я думаю, Юни-Юни, ты всё придумала.

Тут Лисичка и Медвежонок тоже задумались. И правда, как что-то может быть вредным, если его даже не видно? Если бы к их лапкам что-то прилипло, то они бы точно заметили! И уж тем более никто не захотел бы есть этих злых хулиганов. С хулиганами вообще никто не водится. Это точно! Так что Юни-Юни всё придумала.

— Подождите! — возразила Лисичка. — Может, солнечная зайка правду говорит! Сами подумайте, ветер тоже невидимый, а какую бурю он иногда устраивает в лесах и городах! Пусть лучше Юни-Юни докажет нам, что микробы и вирусы на самом деле бывают и что они вредные.

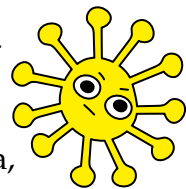
И вдруг Юни-Юни направила супер-сильный и к тому же волшебный солнечный луч на ладошки зверят. Луч был такой мощный, что смог разоблачить даже невидимое. Вот это да-а-а! Что увидели Лисичка, Ежонок и Медвежонок! Целый мир хулиганов на своих лапках! Такие противные, вредные и на первый взгляд совсем безобидные. Медвежонок так испугался, что побежал нырять в реку. А Ежонок начал быстро вытирать скатертью и свои лапки, и свой носик, и свои длинные колючки, и даже Лисичку. А Лисичка вытирала всё вокруг: чашки и ложки, яблоки и тарелки с кашей и творогом, сосны, травинки, цветочки и даже проползающую мимо улитку она натёрла до блеска. Это была настоящая паника. Кажется, о завтраке все давным-давно забыли.



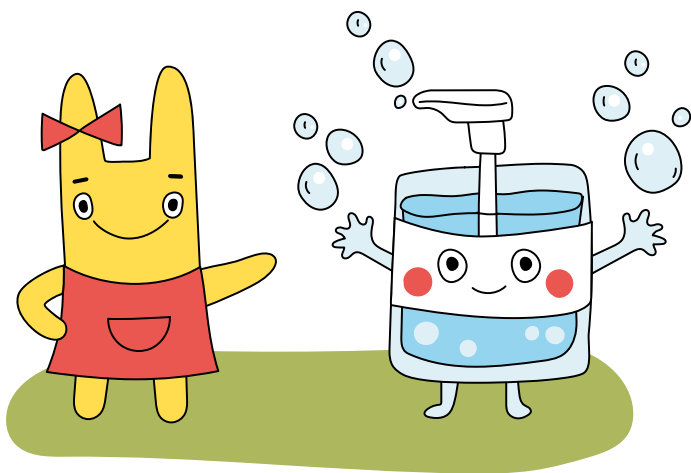
А Юни-Юни сидела на чайнике и хохотала. У неё аж живот разболелся от смеха.

— Что смешного? — возмутился Ежонок. — Это что ещё за шутки? Ты нас напугала, завтрак нам испортила, а теперь смеёшься над нами? Как нам теперь быть, когда столько вредных микробов и вирусов вокруг? Нужно спасаться!

Юни-Юни собрала всех друзей вокруг себя и рассказала, как сражаться с вредными микробами и вирусами. Оказалось, что бояться их совсем ненужно. Они хоть и противные, но не причинят вреда, если следовать простым правилам. Например, нужно тщательно мыть руки с мылом. Перед едой, после прогулки и туалета, после игр и похода в магазин. Простое мыло на самом деле не такое уж и простое. Оно не только отмывает пятна и кляксы, но ещё и прогоняет микробов.



А чтобы всякие вирусы не попадали в рот, руками его лучше не трогать. Так что Медвежонок теперь никогда не будет облизывать лапы, а Ежонок и Лисичка будут вытирать рот салфеткой.



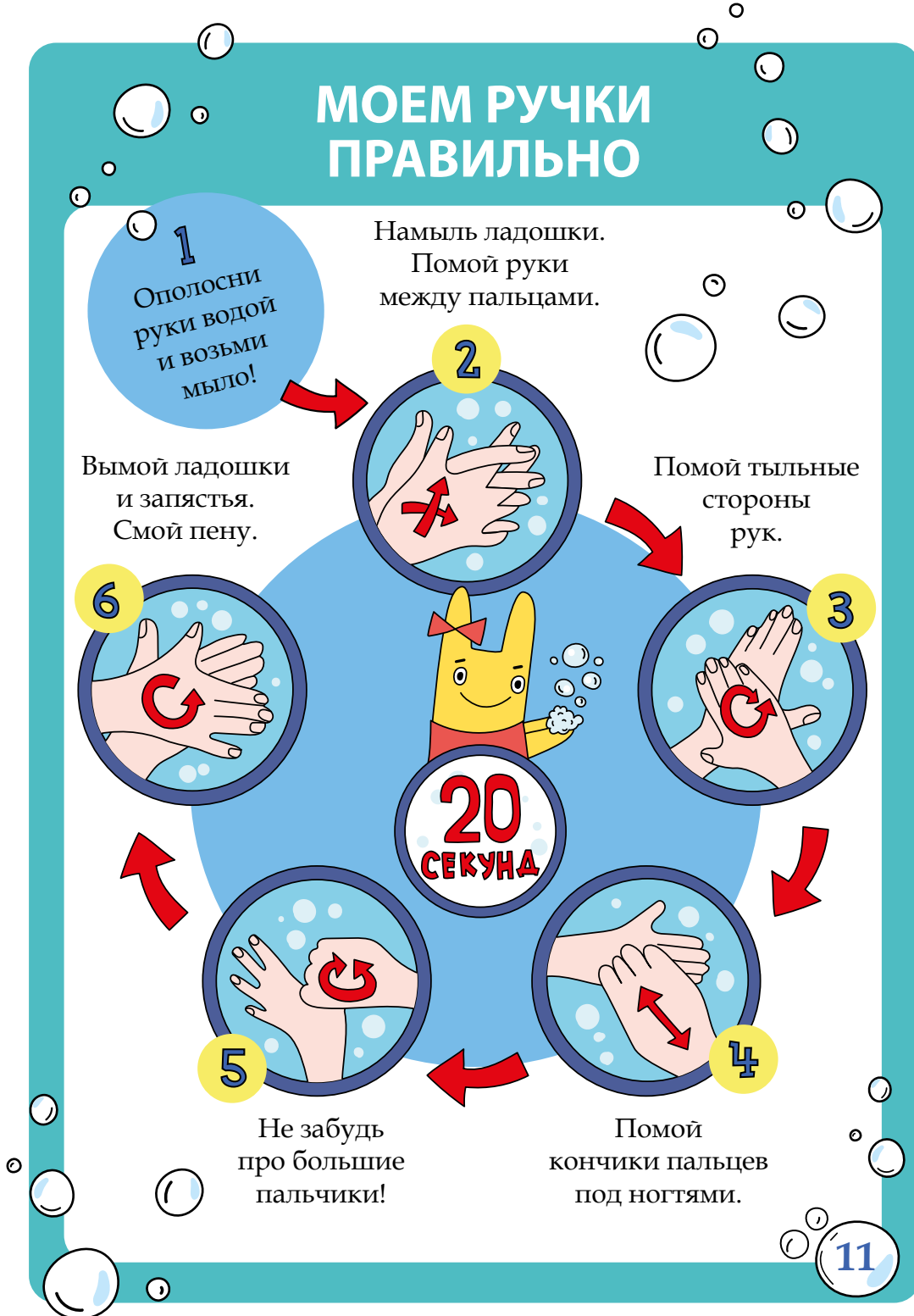
— Просто тщательно на 20 счётов помойте лапки и приступайте к завтраку, — сказала Юни-Юни. — А как их мыть, я сейчас покажу.

И солнечная зайка подарила Лисичке, Ежонку и Медвежонку красивую памятку.

Друзья пошли к умывальнику, намочили лапки водой, тщательно их намылили и мыли 20 секунд. Чтобы не сбиться, Лисичка вслух считала до двадцати. Мыльные пузыри разлетались вокруг, а солнечная зайка прыгала по ним и припева-ла:

Мой руки с водой и мылом,
Чтоб вирусам страшно было!
у-у-у-у!

Друзья снова уселись за стол и съели свой долгожданный завтрак, который почему-то всем показался даже вкуснее. Может быть, просто Лисичка, Ежонок и Медвежонок так проголодались от неожиданных приключений?

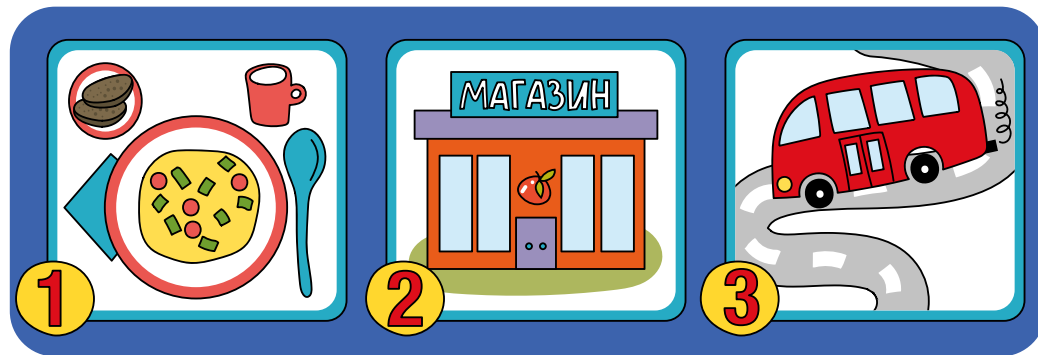




ЗАДАЧКИ ОТ ЮНИ-ЮНИ

А ты знаешь, когда нужно мыть руки?
Посмотри внимательно на картинки и опиши их.
Какие из этих правил ты соблюдаешь?

Руки нужно мыть:



1
Перед едой.

2
После похода
в магазин.

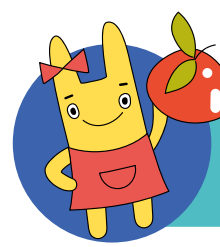
3
После
транспорта.



4
После
посещения
туалета.

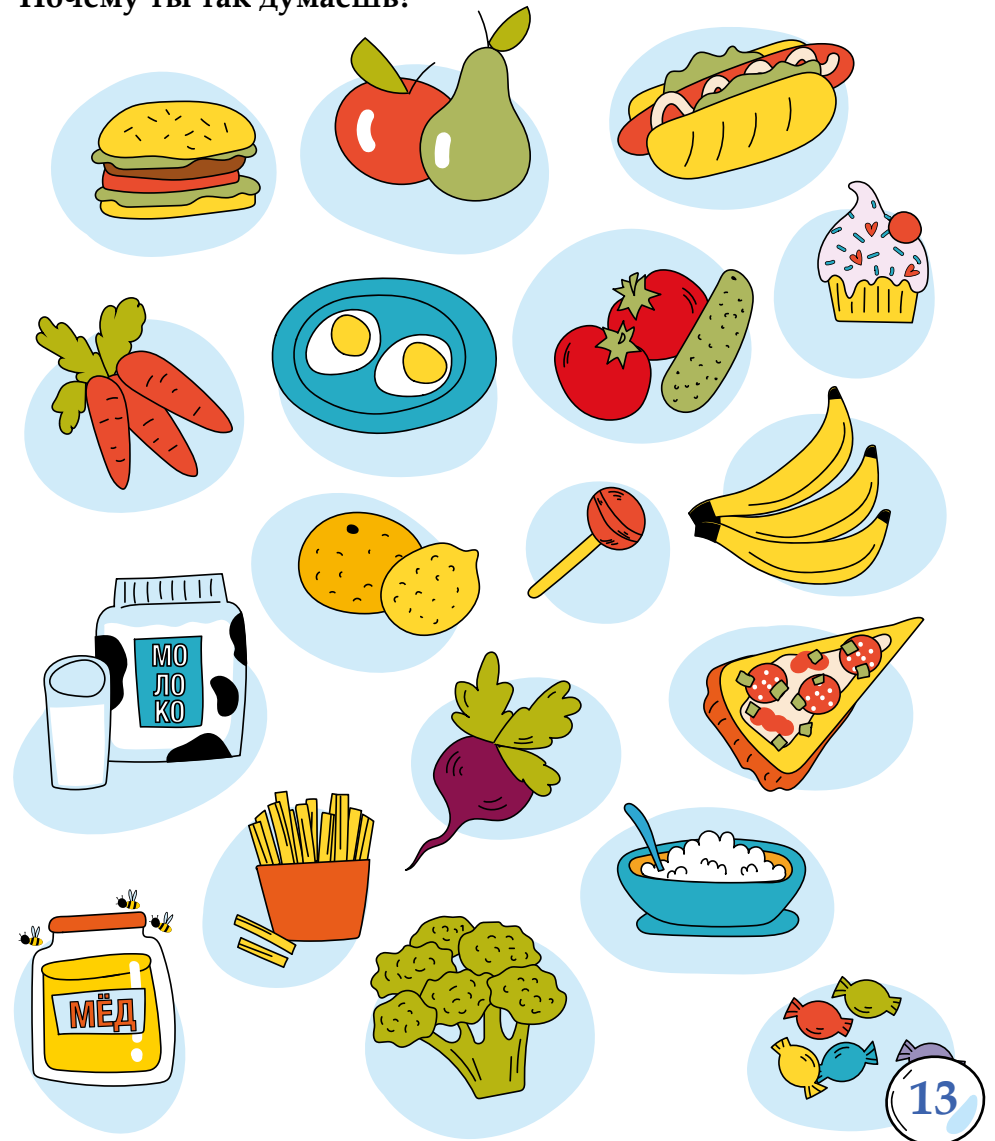
5
После игр
с животными.

6
После
прогулок
на улице.

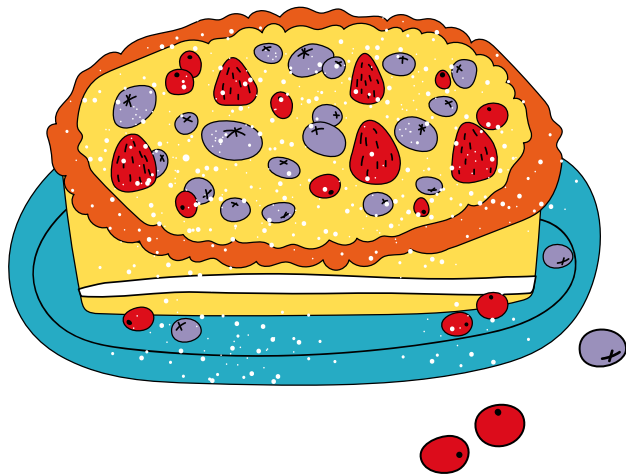


ЗАДАЧКИ ОТ ЮНИ-ЮНИ

Чтобы быть здоровым, нужно есть полезную еду,
в которой много витаминов! Посмотри на эти продукты
и расскажи, что из этого полезно, а что вредно.
Почему ты так думаешь?



СЕКРЕТНЫЙ ПИРОГ



Это было обычное утро. А так как оно было обычным, то для Ежонка оно началось совсем точно так же, как и вчера, и позавчера, и неделю назад.

Ежонок проснулся в хорошем настроении, сладко зевнул три раза и сделал зарядку. Потом он умылся и почистил свои иголки. А затем Ежонок плотно позавтракал. Завтракал он по обычным утрам кашей и сладким яблочком. А по не-

обычным утрам он ел много сладких яблок и свежие ягоды. Но это другая история.

Так вот, этим обычным утром Ежонок чувствовал себя превосходно. После завтрака он оделся, взял свою торбочку, кошелёчек и отправился в магазин. Дело в том, что он позвал к вечеру в гости своих друзей — Медвежонка и Лисичку — и пообещал испечь для них пирог по какому-то секретному рецепту. А для пирога Ежонку нужны были секретные ингредиенты. Именно за ними он и отправился в магазин.

Ежонок вышел на улицу, поздоровался с соседями из своего дома и потопал на остановку, чтобы до магазина доехать на большом автобусе.

- Ля-ля-ля-ля-ля,-

напевал себе под нос Ежонок. — Ха-ха! А вот и мой автобус! Так, надо купить билетик.



Ежонок запрыгнул в автобус, купил билет и сел на свободное сиденье рядом с тётей Белкой.

— Здравствуйте, тётя Белка! — поздоровался Ежонок.

— Здравствуй, — немного испуганно ответила тётя. — Я хотела бы тебя попросить, Ежонок, пересечь на другое сиденье. Пожалуйста.

Ежонок растерялся, но, гордо подняв свой умытый нос, пересел на соседнее сиденье — к пожилому Барсуку. Не успел Ежонок устроиться поудобнее, как Барсук засуетился и начал просить его как можно скорее отсесть подальше.

— Да что же это такое?! — возмутился Ежонок и пошёл в конец автобуса, где сел рядышком со своей соседкой Лисой. Уж она точно не прогонит Ежонка. Лису он знает давным-давно. Хорошая она и добрая.

— Здравствуйте! — заулыбался Ежонок. — С вами хоть можно посидеть?

— Здравствуй, — улыбнулась Лиса. — Я думаю, тебе лучше пересечь во-о-он туда, где два свободных места.

— Это несправедливо! — возмутился Ежонок. — Утро так хорошо начиналось, а теперь у меня настроение испортилось.

Это была правда. Ежонок поник, нахмурился и недовольный вышел из автобуса.

Уж лучше пешком ходить в магазин.

Так он решил и пошпалгал, размахивая торбочкой.

— Нет, никто мне настроение не испортит, — ворчал себе под нос Ежонок. — Мне ещё пирог сегодня печь и друзей угощать.

Но в магазине его ждали другие сюрпризы.

Ежонок взял тележку и покатил её вдоль больших прилавков в поисках секретных ингредиентов для секретного пирога. Сложил Ежонок продукты в тележку — и даже радостнее ему стало. Вот сейчас как купит всё, как придёт домой, как сделает суперугощение! От испорченного настроения следа не останется. Ежонок встал в очередь. Но даже секундочки не прошло, как на него снова посыпались замечания.

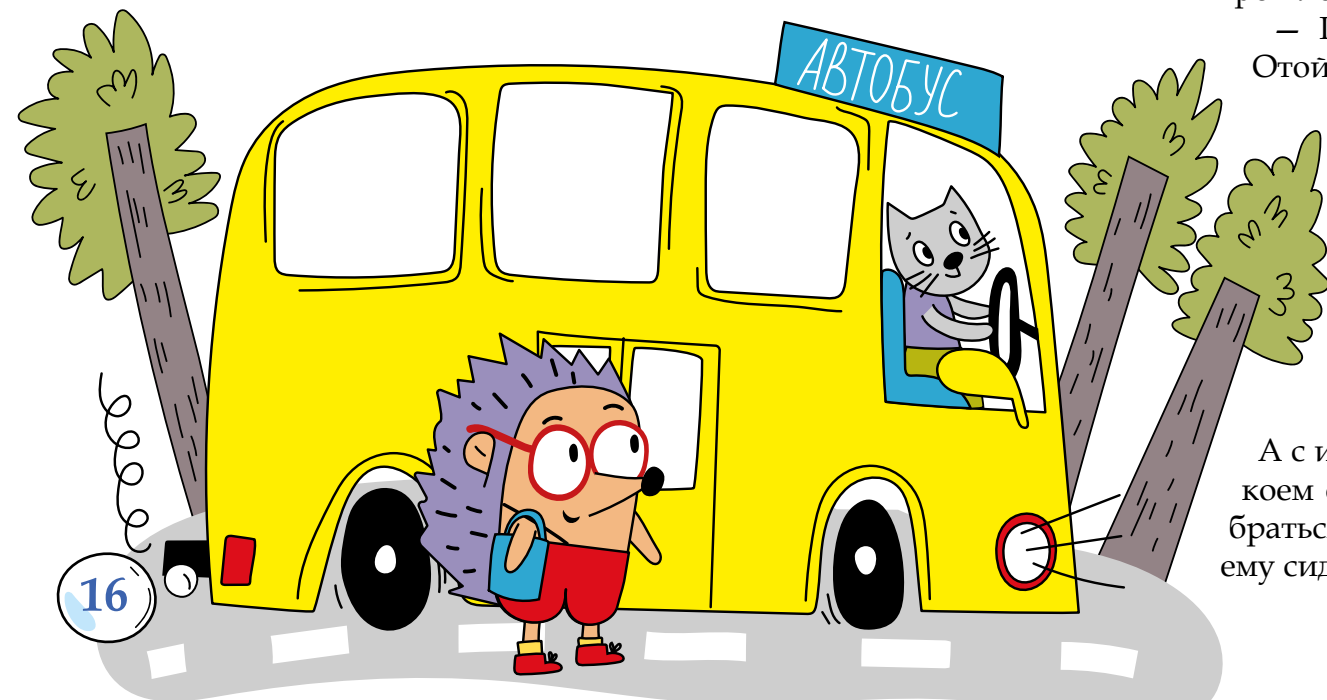
— Гав-гав, извините! — залаяла Собака на Ежонка. — Отойдите, пожалуйста, на пару шагов подальше. Не нужно стоять так близко, — сказала она.

О нет! Сегодня, что ли, все сговорились? Уж лучше Ежонок в другую очередь станет. Но и в другой очереди его любезно попросили отойти подальше. Мол, надо держать дистанцию! Вот что сказали Ежонку.

— Диста-а-анцию! — перекиривлял Ежонок какую-то слишком умную Сову из очереди.

Настроение у него было окончательно испорчено.

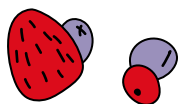
А с испорченным настроением, как известно, пироги ни в коем случае печь нельзя. Так-так-так... Надо срочно разобраться, почему сегодня все против Ежонка? Ни с кем рядом ему сидеть нельзя. Да и стоять, как оказалось, тоже.



— Хм, — задумался Ежонок, — а что если даже мои друзья не захотят со мной больше дружить? Вдруг со мной все-все-все раздружились?

И как загрузил Ежонок! Он переключал секретные ингредиенты для пирога в свою торбочку и грустил. Шёл из магазина и грустил. Он дошёл до дома, помыл лапки, мордочку, но и это не помогло — он всё равно грустил и даже внезапно заплакал. Так одиноко стало Ежонку!

Тук-
тук-
тук!



Это была солнечная зайка Юни-Юни. Она как почувствовала, что кто-то где-то сильно грустит, и поспешила на помощь. Нельзя оставлять друзей, когда им грустно.

— Что случилось, Ежонок? Почему ты такой грустный?

Тебе нужна помощь? Я здесь! Выкладывай, что у тебя произошло, пока ты слезами не затопил соседей.



— Мне кажется, со мной больше никто не дружит.

— Почему ты так думаешь, Ежонок? Я уверена, что это не так. Все знают, какой ты добрый, честный и щедрый. Да ты вообще, знаешь какой чудесный!

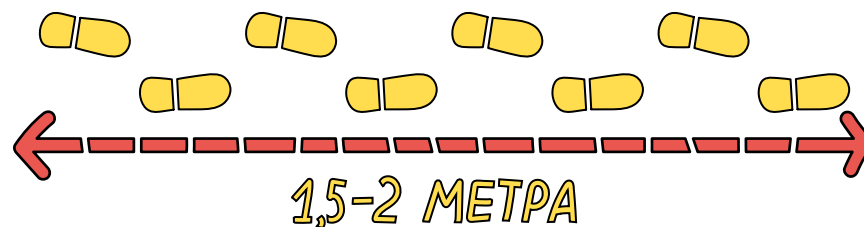
И Ежонок рассказал солнечной зайке обо всём, что с ним случилось этим утром. И про автобус, и про очередь в магазине, и про умную Сову, которая что-то там сказала про социальную дистанцию.

Солнечная зайка заулыбалась, тепло обняла Ежонка и сказала ему кое-что очень интересное. Оказалось, всё совсем не страшно.

— Эх, Ежонок! Ну и история с тобой приключилась! Только ты всё не так понял. Расстраиваться и уж тем более плакать нет причины. Никто с тобой не раздружился! Сова была права: всё дело в социальной дистанции. А соблюдать её очень просто. В очереди нужно становиться друг от дружки подальше. На полтора или два метра. Это знаешь сколько?



— Не-е-ет, — протянул Ежонок, вытирая мокрую от слёз мордочку.

— **Полтора или два метра** — это **от восьми до десяти** твоих обычных шагов.



— А зачем так стоять в очереди, если можно стоять обычно?

— А затем, — продолжила солнечная зайка Юни-Юни, — чтобы шанс подхватить друг от дружки вредный вирус был очень маленьким! Представь, если в очереди ты внезапно чихнёшь. Вирусы так и разлетятся вокруг! А если ты будешь стоять очень близко к соседу, то вирусы могут к нему прицепиться и заразить. Соблюдая дистанцию, ты заботаешься о здоровье других!

  – Получается, если кто-то вдруг чихнёт, а я буду далеко, то вирусы до меня не долетят... Ха! Как же я раньше не догадался?!

– Правильно ты говоришь, – сказала Юни-Юни.

– Ага! Я понял! – радостно затараторил Ежонок. – Поэтому и в транспорте нужно садиться через сиденье! Чтобы все были в безопасности.

Юни-Юни запрыгала от радости по стенам и потолку, потому что Ежонок повеселел. А сам Ежонок достал из торбочки секретные ингредиенты, замесил мягкое тесто, украсил его яркими ягодами и поставил пирог в горячую духовку.

Пирог получился очень красивым и необыкновенно ароматным. Это потому что Ежонок готовил его в хорошем настроении.

Дзынь-дзынь!

Это пришли гости: Медвежонок с Лисичкой.



Ежонок был так рад их видеть! Ему хотелось не только угостить любимых друзей секретным пирогом, но и рассказать много всего нового. Лисичка и Медвежонок выстроились в очередь с тарелками в лапках, чтобы получить от Ежонка порцию пирога. Но Ежонок вдруг весело закричал:

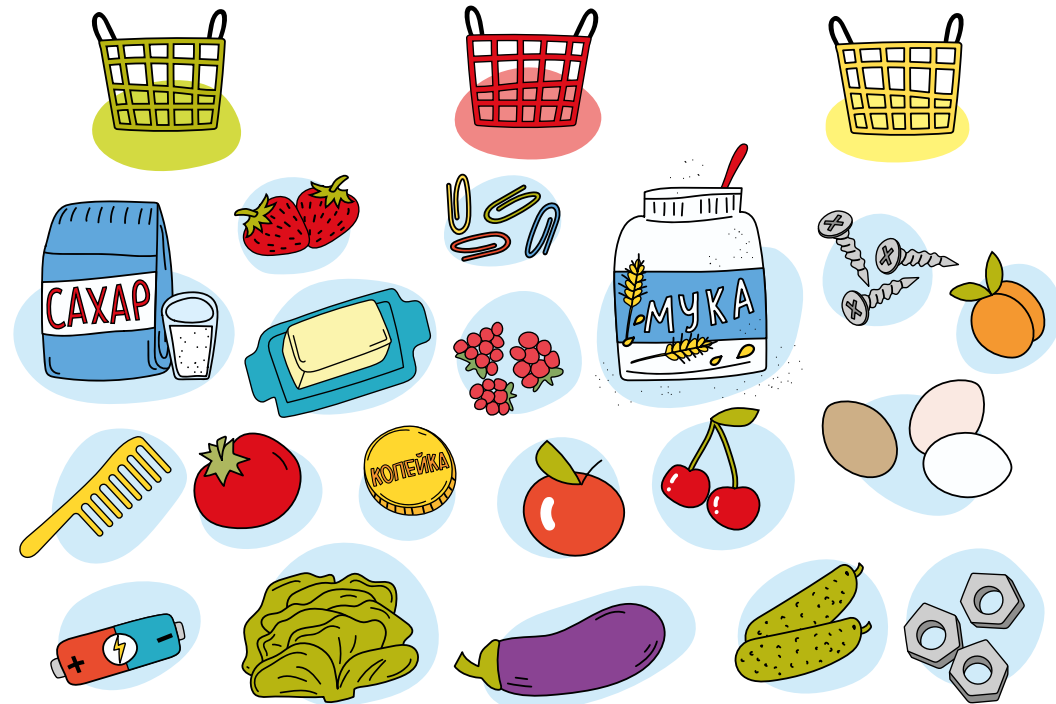
– Друзья! Пожалуйста, соблюдайте дистанцию!

– Ничего не понимаю, – в один голос сказали Лисичка и Медвежонок.



ЗАДАЧКИ ОТ ЮНИ-ЮНИ

Как думаешь, что из этого пригодится Ежонку для пирога? Положи ингредиенты для пирога в зелёную корзинку. Овощи сложи в жёлтую корзинку, а несъедобное – в красную.





ЗАДАЧКИ ОТ ЮНИ-ЮНИ

Зайка Юни-Юни подготовила для тебя несколько заданий на внимательность! Ответь на вопросы от Юни-Юни: выбери одну картинку-ответ в каждом ряду.

Что нужно сделать перед едой?



1

Потанцевать.



2

Сделать причёску.



3

Позвонить другу.



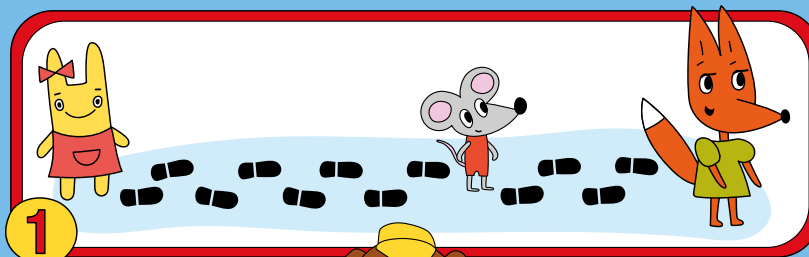
4

Помыть руки.

На какое место в автобусе ты посоветуешь сесть Ежонку?



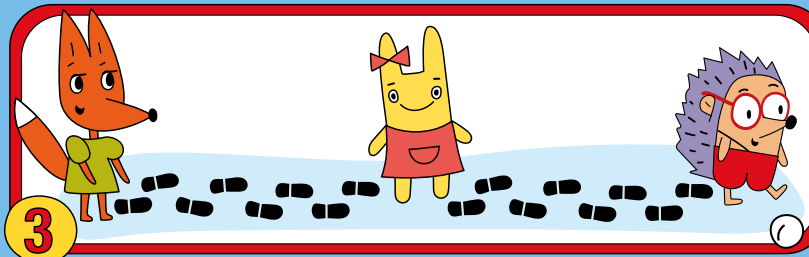
Кто из зверей соблюдает дистанцию?



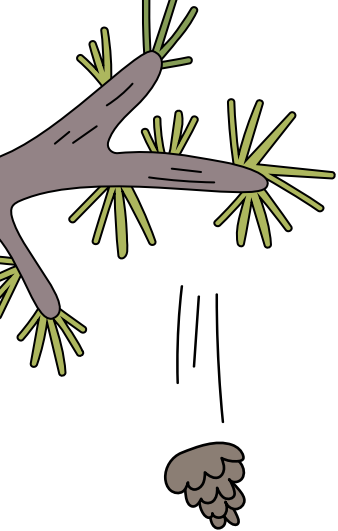
1



2



3



ИГРА В ДОГОНЯЛКИ



Лисичка, Ежонок и Медвежонок очень любили гулять. Как и все дети. Иногда они просто ходили по лесу, слушали пение птиц и рассматривали цветы, мхи, деревья и всякие красивые пенёчки. Иногда они устраивали пикники на свежем воздухе. Но больше всего Лисичка, Ежонок и Медвежонок любили играть.

Игр у них было много-премного. Прятки, догонялки, прыжки на скакалках, езда на самокатах и игры с мячом. Каждый раз они придумывали что-нибудь новенькое. Но больше всего Лисичке, Ежонку и Медвежонку нравилось, когда с ними играла солнечная зайка Юни-Юни. Им всегда было так весело!

И вот в один солнечный день, как часто случалось, Лисичка, Ежонок и Медвежонок вышли на лесную полянку погулять. Как же они обрадовались, когда к ним прилетела Юни-Юни!

— Привет, друзья! Возьмёте меня в команду? — спросила солнечная зайка.


— Ура-а-а! — закричали в один голос зверята. — Давай сегодня играть в догонялки!

— Догонялки я люблю, — сказала Юни-Юни. — А кто будет догонять первый?

— Я! — вызвался Медвежонок. — Только вы быстро не бегайте. А то мне будет трудно вас догнать.

— Ну какие же это тогда догонялки? — возмутилась Лисичка. — Ты начни догонять, а там — как догонится.





И зверята начали бегать. Медвежонок сначала побежал за Ежонком, но потом растерялся и ринулся за Лисичкой. «Что ж такое?! Как они быстро бегают!» — подумал про себя Медвежонок и решил погнаться за солнечной зайкой, которая спряталась за пышным малиновым кустом. Но вот незадача! Медвежонок только подбежал, а Юни-Юни мгновенно перепрыгнула с куста на сосновую ветку. Её ведь и не достать так высоко! Вдруг Медвежонок заметил кое-что намного интереснее, чем игра в догонялки. На кусте висели спелые, яркие, красивые ягоды малины. А малину Медвежонок ну очень любил. Как и мёд. Может, даже больше. Так вот, Медвежонок залез лохматыми лапами в колючий куст, сорвал ягоды малины и сразу их съел. Как же вкусно!

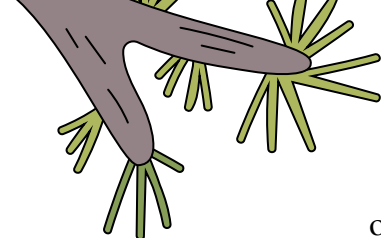
— Не ешь ягоды! — закричала в ужасе солнечная зайка. — Они же грязные! И лапы у тебя грязные!

Медвежонок оглянулся на Юни-Юни и с большим удивлением сказал:

— Ну пусть и грязные. Зато вкусные. Я и такие люблю.

— На них же микро-о-обы, — заботливо ответила зайка. — А от микробов можно заболеть, если они попадут к тебе в рот.

— Хм, так вот ко мне никакой микроб не попал! Я бы его распробовал, — сказал Медвежонок и потянулся за следующей ягодкой.



— Медвежонок, остановись! — серьёзным голосом сказала Юни-Юни, чтобы спасти друга. — Микробы же безвкусные. И очень опасные. Фрукты, овощи и ягоды надо мыть. И прежде чем что-то есть, лапы тоже надо мыть. И вообще лапами рот лучше не трогать, когда гуляешь и играешь.

Медвежонку пришлось согласиться с Юни-Юни. Он вытер салфеткой свой выпачканный малиной рот и бросился догонять Лисичку, которая почему-то внезапно остановилась посреди полянки и начала тереть свой рыжий носик.

— Ой, как чешется, — приговаривала Лисичка, смешно зажимуриваясь.

— Не трогай нос, — опять заговорила солнечная зайка. — Прежде чем его почесать, надо тоже помыть лапы.

Лисичка поняла, что с Юни-Юни спорить нельзя. Она отправилась домой, пошла в ванную, помыла лапки с мылом, вышла снова к друзьям на полянку и очень расстроилась.

— Почему ты загрустила? — спросили Лисичку друзья.

— У меня чесался нос. Но Юни-Юни сказала, что трогать его грязными лапами нельзя. Я пошла домой, помыла лапы. И вот я вернулась, а нос расчесался. Мне кажется, это очень несправедливо. Почему даже нос нельзя почесать вовремя?

— Потому что, Лисичка, микробы могут попасть к тебе в нос!

— Но я бы поняла, что там микробы. Я бы их по запаху вычислила! — убедительно сказала Лисичка.



И тут Юни-Юни рассказала кое-что очень важное! Оказывается, микробы не только безвкусные, но у них нет даже запаха, что делает их ещё более опасными. Так что лучше нос ни руками, ни лапами не тереть. А использовать для этого специальный носовой платок или бумажную салфетку.

— Давайте же дальше играть! — предложил Медвежонок.
— А то я уже забыл, кто кого должен догонять.

— А-о-А-аХ, —

— широко зевнул Ежонок, потирая лапками глазки. — Что-то я уже устал. Спать захотелось. Может, сделаем перерыв на дневной сон, а вечером доиграем?



— Ежонок, и ты туда же! Ну не три глаза лапами! — громко попросила зайка Юни-Юни.

— Ну что такое? Опять микробы? Так я бы их увидел. Вот этими вот своими глазами, — недовольно проворчал Ежонок.

И тут все зверята, схватившись за мордочки, в один голос громко закричали:

— Так микробы же

НЕВИ-И-ИДИМЫЕ!

— А-А-А-А! —

— закричала в ответ Юни-Юни.
— Что случилось?! — хором спросили зверята.
— Не трогайте мордочки лапками!

Ну и ну! Какая громкая прогулка получилась у Лисички, Ежонка, Медвежонка и солнечной зайки Юни-Юни в этот раз. Настоящая неразбериха! Но на самом деле всё очень просто. И ты запоминай! Юни-Юни просит всех детей и взрослых не трогать лицо, не тереть глаза, не чесать нос, ничего не есть грязными руками. Всегда носи с собой платочек или бумажные салфетки, чтобы вытереть глаза, нос или рот. При возможности лучше помыть руки. А перед едой их мыть всегда обязательно. Потому что микробы и вирусы очень шустры. Попадая в глаза, нос, рот и на лицо, они очень быстро могут тебя заразить. А этого допускать никак нельзя!

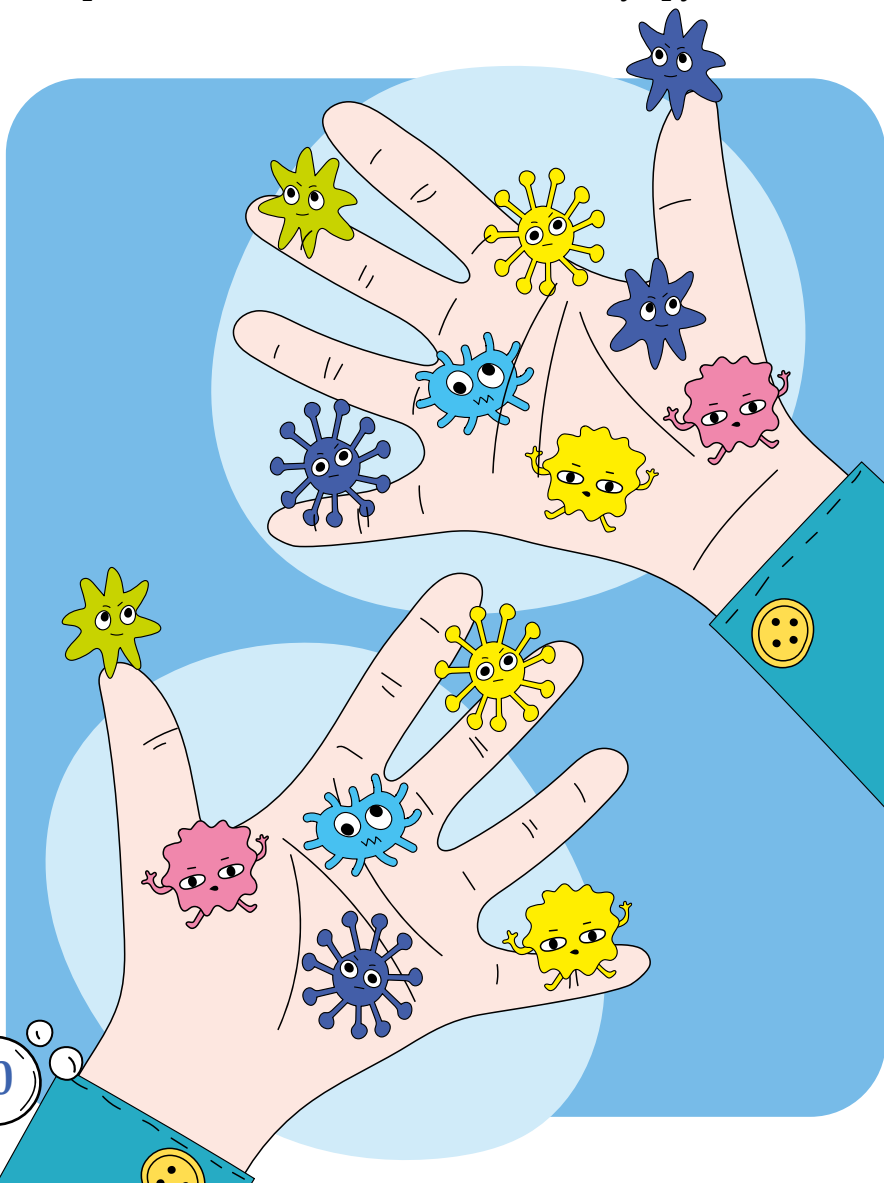
Лисичка, Ежонок и Медвежонок тоже запомнили эти правила. После дневного сна они доиграли в догонялки. Медвежонок догнал Лисичку, Лисичка — Ежонка, а Ежонок снова поймал Медвежонка. И так звери бегали до самого вечера. Только вот солнечную зайку Юни-Юни никому не удалось догнать. Уж слишком высоко она прыгает.





ЗАДАЧКИ ОТ ЮНИ-ЮНИ

Посмотри, сколько микробов на ладошках!
 Давай каждому микробу найдём близнеца.
 Сколько микробов на правой ладошке? А на левой?
 А теперь давай сосчитаем всех-всех на двух руках.

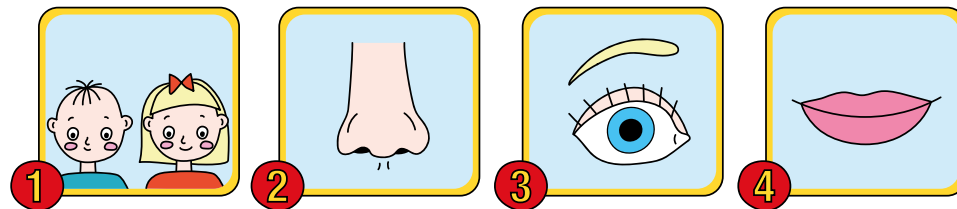


30

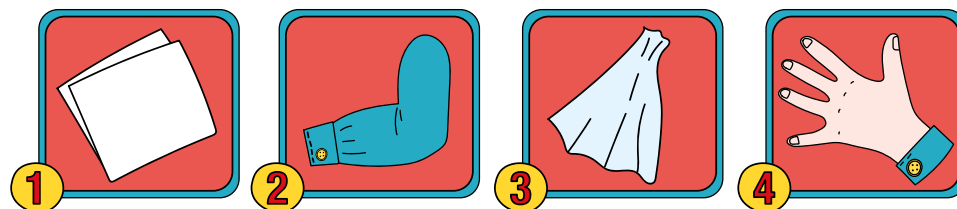


Давай ответим на вопросы Юни-Юни!
 Выбери для каждого вопроса картинку-ответ.
 Только внимательно! Правильных ответов
 может быть несколько.

Что нельзя трогать руками?



Во что нужно чихать и кашлять?



На сколько шагов нужно отойти от соседа в очереди?



Сколько секунд нужно мыть руки?



31

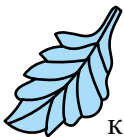
УРОКИ ЧИХАНИЯ

Однажды в субботу друзья Лисичка, Ежонок и Медвежонок решили собраться дома, чтобы поиграть. На улице в тот день погода была дождливая, а холодный ветер задувал даже под самое тёплое пальтишко и самую плотную шапочку. Дома в такую погоду особенно уютно: тепло, можно пить чай, долго разговаривать и играть. И конечно, хохотать. Без смеха Лисичка, Ежонок и Медвежонок не умели проводить время.



Так вот, была суббота. Лисичка позвала друзей к себе в гости. К этому событию ей нужно было как следует подготовиться — убрать в своём домике. Ведь гостей нужно приглашать в чистоту и порядок. Да и самому приятно, когда пыль не мешает и игрушки не валяются.

Кстати, у Ежонка и Медвежонка тоже были дела перед походом в гости. Ежонок решил приготовить витаминный салат, чтобы угостить друзей, а вот Медвежонок захотел навести порядок в своём огромном шкафу: все одежки в нём почему-то перемешались. В общем, суббота у зверят начиналась с очень важных дел.



Лисичка первым делом принялась складывать свои игрушки и книжки на место. Всё собрала с пола, из-под стола и кровати (кстати, там она нашла много всего интересного). Затем аккуратно сложила свои любимые книжки на полке, полила растения на окошке и стала вытирать пыль.


— А-а-апчхи!

— громко чихнула Лисичка.

И мгновенно к ней залетела солнечная зайка Юни-Юни. Она всегда была тут как тут, когда слышала чей-то кашель или чихание. Они были для Юни-Юни особым сигналом: если вдруг кто-то чихнул и закашлял, возможно, ему срочно нужно помочь вылечиться от простуды. А солнечная зайка была в этом деле настоящим специалистом.

— Здравствуй, Лисичка! — бодро поздоровалась Юни-Юни. — А что же ты чихаешь? Тебе нездоровится?

— Привет, Юни-Юни! — радостно поприветствовала Лисичка свою подружку, вытирая нос. — Нет! Я вовсе не простудилась. Просто затеяла уборку в своём домике перед приходом гостей, и вот какая-то вредная пылинка защекотала мне нос. Но спасибо большое, что беспокоишься обо мне, Юни-Юни!



— Как это хорошо, что ты здорова! — воскликнула солнечная зайка. — Но я всё равно дам тебе полезный совет. Если тебе ещё захочется чихнуть — сейчас или в будущем — лучше чихай в локоток или в платочек. А то от чихания микробы и вирусы разлетаются во все-е-е стороны. А это опасно для других.

— Ого! — удивилась Лисичка. — Это ты правильно заметила! Ведь если бы я нечаянно была простужена и чихнула, то микробы с вирусами могли бы на кого-нибудь перелететь. Спасибо тебе, подружка, за такой важный совет! Пойду-ка я дальше бороться с липучей пылью. Вообще не понимаю, почему её так много? Хм.

Пока Лисичка энергично делала уборку, Ежонок у себя дома готовил салат. Он достал такие красивые овощи из холодильника!

Яркие пахучие помидоры, зелёные огурцы, хрустящую капусту и что-то там ещё, что Ежонок держит в секрете. Уж очень ему нравятся секретные блюда. Ежонок знал, что перед тем как готовить, все овощи и фрукты обязательно нужно помыть. Так он и сделал. Теперь все продукты для салата были чистенькими и даже аппетитно блестящими. Ежонок аккуратно нарезал овощи и сложил их в большую красивую салатницу. Осталось добавить немного оливкового масла и перемешать. Ага! Кое-что Ежонок забыл. Он пошёл в специальную камеру в своём домике за секретными приправами. Всего щепотка — и салаты, как оказывается, становятся вкуснее и даже полезнее.





А-
-А-
-апчихи!

— неожиданно чихнул Ежонок, аж подпрыгнув.

— Тут кто-то заболел? — появилась из ниоткуда солнечная зайка Юни-Юни.

— Привет! — ответил Ежонок.

— Нет, я вовсе не заболел. Я чувствую себя прекрасно! Собираюсь к Лисичке в гости — и вот решил

приготовить витаминный салат. Пошёл

за полезной приправой, а потом вдруг ка-а-ак чихнул. Это всё от неё, — показал Ежонок солнечной зайке коробочку с приправой и снова смешно чихнул.

— Как это прекрасно, что ты не заболел! — воскликнула Юни-Юни. — Но в следующий раз помни, что чихать нужно в локоть или в платок, чтобы микробы и вирусы не разлетались вокруг. Они ведь вредные и опасные.

— Даже приправленные полезностями? — уточнил Ежонок.

— Может, от полезных приправ они и не такие страшные, но лучше не рисковать, — ответила с улыбкой Юни-Юни.

Ежонок помыл лапки, пошёл на кухню и начал перемешивать салат. А тем временем Медвежонок у себя дома перебирал вещи в шкафу. Он складывал летние маечки и шорты на дальнюю полочку и доставал поближе любимые свитера, штанишки, шапки, шарфы и варежки. Навёл порядок на полках со своей коллекцией ложек для мёда. А потом Медвежонок решил застелить свежую постель, чтобы вечером — после тёплой ванны с малиновой пеной — было приятно лечь спать под чистое одеяло. Медвежонок очень любил всё чистое.

— Кхе-кхе,
— раздался вдруг кашель.
— Кхи-кхи,
— и повторился вновь.

Конечно же, Юни-Юни была тут как тут. Она забеспокоилась, что Медвежонок мог заболеть или простыть. Этого допустить никак нельзя! А если даже так и случилось, то нужно непременно принимать все меры для выздоровления. И ещё надо обязательно предупредить Медвежонка, что ни с кем встречаться даже при первых признаках простуды нельзя.

— Это просто пёрышко, — сказал Медвежонок. — Я заправлял пушистые подушки и, кажется, случайно проглотил пушинку. Смотри! Вот ещё одна полетела!

— Как же я рада, что ты здоров! — сказала Юни-Юни Медвежонку. — Но в следующий раз кашляй в платочек. А если его под рукой у тебя нет, то можно кашлять в локоть.

— А почему не в лапу? — поинтересовался Медвежонок.

— Какой хороший вопрос! — заметила солнечная зайка. — Представь, что ты покашлял в лапу или чихнул в неё. Что ты сделаешь потом?



Медвежонок задумался. Он подумал. Потом ещё немножечко подумал и уверенно сказал:

— Ну, если я покашляю или чихну в лапу, то потом я буду делать то же самое, что делал бы, если бы не кашлял и не чихал.

— Ага! — закричала Юни-Юни. — А теперь представь следующее: ты покашлял в лапу, а к ней прилипли микробы или, того хуже, — вирусы. И потом они с твоих лап могут перепрыгнуть на всё, что ты трогаешь: на посуду, игрушки, разные предметы или даже на кого-нибудь!

— А-а-а! — ужаснулся Медвежонок. — Спасибо, Юни-Юни! Это такой важный совет! Ведь я не хочу никому навредить.

Лисичка убрала в домике. Ежонок приготовил салат. Медвежонок навёл в шкафу порядок и застелил чистую постель. А днём друзья собрались все вместе, чтобы поиграть, обсудить новости и, конечно же, покушать витаминный салат от Ежонка.

— Апчихи!

— раздалось чихание.

— Апчихи!

— ещё раз. И...

— Апчихи!

— ещё раз!

Как же было смешно! Лисичка, Ежонок и Медвежонок чихнули почти одновременно, но все успели достать свои платочки. Ведь теперь зверята знают, как правильно нужно чихать.

— Ха-ха-ха! — засмеялась из-за угла Юни-Юни. — Кажется, кто-то добавил в салат слишком много полезной приправы!





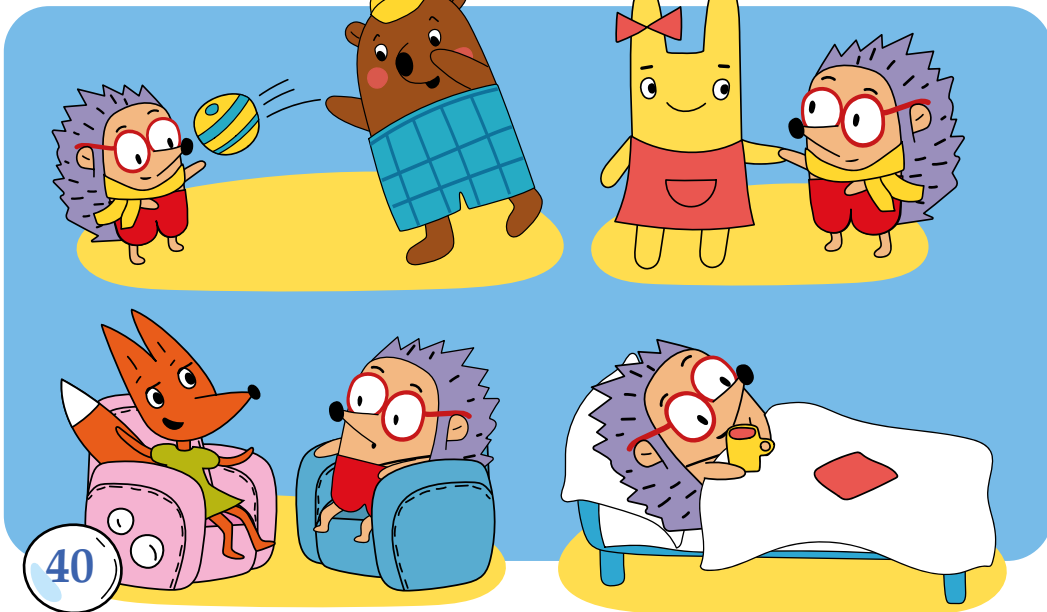
ЗАДАЧКИ ОТ ЮНИ-ЮНИ

Давай ответим на вопросы Юни-Юни. Выбери правильные ответы-картинки.

Ой, кажется, Лисичка сейчас чихнёт. Подскажи ей, как правильно чихать.: выбери нужные картинки.



Что нужно сделать Ежонку при первых признаках простуды?



Медвежонок очень не хочет простудиться, поэтому внимательно соблюдает разные правила предосторожности. Посмотри внимательно на кратинкии рас- скажи, что такое особенное делает Медвежонок.



Соблюдать дистанцию полтора метра (8-10 шагов).



Кашлять и чихать в платок или салфетку.



Одеваться по погоде.



Есть полезную еду с витаминами.



Мыть руки.



USAID
ОТ АМЕРИКАНСКОГО НАРОДА



юнісеф 

дзеля кожнага дзіцяці