

Ikaw ang akon Baganihan



paano ang mga bata
makabato sa COVID-19!

IASC
Inter-Agency Standing Committee

Ang paghimo sang "Ikaw ang akon Baganihan"

Ang ini nga libro proyekto sang Inter-Agency Standing Committee Reference Group on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings (IASC MHPSS RG). Ang proyekto ginasakdag sang mga eksperto gikan sa mga katapo nga ahensya sang IASC MHPSS RG sa nagakalain-lain nga pungsod, rehiyon, kag bug-os nga kalibutan, kaupod sa mga ginikanan, tag-atipan, manunudlo, kag mga bata sa 104 ka mga pungsod. Isa ka global survey ang ginpatigayon sa Arabic, English, Italian, French kag Spanish para mausisa kag mahibaluan ang mental health kag psychosocial needs sang mga bata samtang nagalapta ang COVID-19. Ang balayan sang mga topiko nga ginapa-athag paagi sa isa ka sugilanong nga ginbasi sa mga resulta sang nasambit nga survey. Ginpaambit ang libro paagi sa pagsugilanong sini sa mga bata sa mga pungsod nga naapektuhan sang COVID-19. Ang feedback sang mga bata, ginikanan, kag tag-atipan gingamit para marepaso kag masibu sa tinion ang sugilanong.

Masobra sa 1,700 ka mga kabataan, mga ginikanan, mga tag-atipan, kag mga manunudlo nagikan sa bilog nga kalibutan ang nag-ambit sang ila istorya kon paano nila napakigbatuan ang COVID-19 pandemic. Ginapasalamatang ini nga mga kabataan, ginikanan, tag-atipan, kag manunudlo sa ila pagpakigbahin sa survey nga nakabulig dihon sini nga sugilanong. Ini isa ka istorya nga ginhimo sang mga bata, para sa mga bata sa bilog nga kalibutan.

Ini nga IASC MHPSS RG nagapasalamat kay Helen Patuck sa iya pagsulat sang sugilanong kag pagdibuho sang libro.

©IASC, 2020. Ini nga libro ginbantala sa idalum sang Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 IGO license (CC BY-NC-SA 3.0 IGO; <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo>). Suno sa mga termino sini nga lisensya, ini nga libro sarang maliwat, mabadbad kag mabag-o, basta mahatagan sang nagakaigo nga pagkilala ukon citation.

Pamuno

Ang "Ikaw ang akon Baganihan" isa ka libro nga ginsulat para sa mga bata sa bilog nga kalibutan nga naapektuhan sang paglapta sang COVID-19.

Ang "Ikaw ang akon Baganihan" dapat pagabasahon sang ginikanan, tag-atipan ukon manunudlo upod sa mga bata ukon isa ka gamay nga grupo sang mga bata. Wala ginapanugyan nga basahon sang mga bata ang ini nga libro nga wala sang giya sang ginikanan, tag-atipan ukon manunudlo. Ang gindugang nga giya nga ginatig-ulohan "Mga Buluhaton para sa mga Baganihan" (nga igabantala sa palaabuton) nagatanyag sang bulig para mapatpat ang mga topiko nahanungod sa COVID-19, agud mabuligan ang mga bata sa pagdala sang ila balatyagon kag emosyon. Ini nagatanyag man sang dugang nga mga hilikuton para sa mga bata suno sa kaundan sang libro.

Mga Paglubad

Ang Reference Group mismo ang magapatuman sa paglubad sa Arabic, Chinese French, Russian, kag Spanish. Magpakig-angot sa IASC Reference Group for Mental Health and Psychosocial Support (MHPSS) (mhpss.refgroup@gmail.com) para sa pagpatigayon sang paglubad sa iban nga mga pulong. Ang tanan nga mga kompleto nga badbad ibutang sa website sang IASC Reference Group.

Kon ikaw maghimo sang isa ka paglubad ukon adaptasyon sini nga Obra, palihog talupangda nga:

- Wala ginatugutan nga magdugang sang imo logo (ukon sang imo ahensya) sa produkto.
- Sa kaso sang adaptasyon, (i.e., pagbaylo sang teksto ukon imahe), ang paggamit sang IASC logo ginadumilian. Sa bisan ano nga sahi sang paggamit sini nga Obra, wala dapat nagapahayag nga ang IASC nagatib-ong sang bisan ano nga organisasyon, produkto, ukon serbisyo.
- Dapat gawaran sang lisensya ang imo paglubad ukon adaptasyon sa idalum sang kaangay ukon katumbas sang Creative Commons license. CC BY-NC-SA 4.0 ukon 3.0 ang ginapanugyan para sini nga katuyuan. Ini ang lista sang mga nagasantu nga lisensya: <https://creativecommons.org/share-your-work/licensing-considerations/compatible-licenses>
- Dapat idugang ang mga masunod nga disclaimer nahanungod sa lenguaje sang paglubad: "Ini nga paglubad/adaptasyon wala ginhimo sang Inter-Agency Standing Committee (IASC). Ang IASC wala sang salabton sa kaundan ukon katul-id sini nga paglubad. Ang orihinal nga edisyon sa Ingles "Inter-Agency Standing Committee. My Hero is You: How Kids Can Fight COVID-19! Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO amo ang kabigon nga matuod nga edisyon.





Ginakabig ni Sara nga baganihan ang iya iloy tungod sya ang labing maayo nga nanay kag pinakasampaton nga siyentista sa bilog nga kalibutan. Ugaling bisan ang nanay ni Sara wala gid sang matukib nga bulong para sa coronavirus.

"Ano ang hitsura sang COVID-19?" pamangkot ni Sara sa iya iloy.

"Ang COVID-19, ukon ang coronavirus, tam-an ka gamay gani, indi ini naton makita," siling sang iya iloy. "Apang galapta ini sa mga pag-ubo kag pag-atsi sang mga tawo nga nagamasakit, kag kon makatandog sila sa tawo ukon sa mga butang sa ila palibot. Ang mga tawo nga may ara coronavirus ginahilanat kag ginaubo kag kon kaisa nabudlayan nga mag-ginhawa."

"Te indi bala naton mabatuan ini tungod indi naton makita?" pamangkot ni Sara.

"Mabatuan man naton ini," siling sang iloy ni Sara. "Amo gani kinahanglan nga indi ka sini matapikan, Sara. Ang virus makaapekto sa nagakalain-lain nga mga tawo, kag kada isa sa aton makabulig batu sini. Pinasahi ang mga bata kag sarang man sila makabulig. Kinahanglan magpabilin ka nga hilway sa sakit para sa aton tanan. Kinahanglan ko ikaw nga mangin baganihan ko."



Sang naghigda si Sara sa iya kama sina nga gab-i, indi gid niya mabatyagan nga baganihan siya. Natublag gid siya. Luyag niya magkadro sa eskwelahan ugaling sirado ini. Luyag niya makita ang iya mga abyan pero makatalagam. Luyag ni Sara nga ang coronavirus maguntat na sa pagpahadlok sa iya.

"Ang mga baganihan may mga gahum" siling niya sa iya kaugalingon samtang ginapiyong ang mga mata sa pagtulog. "Ano ya ang akon?"

Sa hinali, may mahinay nga tingug nga naghutik sang iya ngalan sa kadudulman.

"Sin-o ina?" hutik man ni Sara.

"Ano kinahanglan mo para mangin isa ka baganihan, Sara?" pamangkot sang tingug sa iya.

"Kinahanglan ko mahambalan ang tanan nga mga bata sa bug-os nga kalibutan kon paano nila mapangapinan ang ila kaugalingon para mapangapinan man nila ang iban..." siling ni Sara.

"Ti, kinahanglan mo nga mangin ano?" pamangkot sang tingug.

"Kinahanglan ko sang isa ka butang nga makalupad, may daku nga tingug... kag makabulig gid sa akon!"

Dungan sa mabaskog nga tunog, may nagtuhaw sa sanag sang bulan...





"Ano ikaw?" hangos ni Sara.

"Ako si Ario," siling niya.

"Wala pa ako sing nakita nga Ario halin sang una," siling ni Sara.

"Sus, yari lang gid ako diri sadto pa," siling ni Ario. "Halin ako sa imo tagipusuon."

"Kon updan mo ako... sarang ko na mahambalan ang tanan nga mga bata sa bug-os nga kalibutan nahanungod sa coronavirus!" siling ni Sara. "Sarang na ako mangin baganihan! Apang dali lang, Ario, hilway bala kita magpanakayon bisan pa may coronavirus sa palibot?

"Ina kon upod mo ako, Sara," siling ni Ario. "Wala sang makahalit sa imo kon upod mo ako."





Gani naglumpat si Sara sa likod ni Ario kag naglupad sila pagwa sa bintana sang iya hulot, pakadto sa langit sina nga gab-i. Naglupad sila pakadto sa mga bitoon kag nagtamyaw sa bulan.

Sang pagbutlak ka adlaw, naghugpa sila sa ika matahum nga disyerto malapit sa mga pyramid, kon sa diin may grupo sang mga bata nga nagahampang. Masadya sila nga nagsinggit kag nagpaypay kanday Sara kag sa iya Ario.

"Maayo nga pag-abot, ako si Salem!" singgit sang isa ka bata. "Gaano kamo diri? Ginakasubo ko, indi kami makapalapit gid, kinahanglan naton maglayuay sang indi magnubo sa isa ka metro.

"Amo gani nga nagkadto kami diri!" sabat ni Sara. "Ako si Sara kag ini si Ario. Nahibaluan bala ninyo nga may ikasarang ang mga bata nga pangapinan ang ila mga kasilingan, mga abyans, mga ginikanan, kag mga lolo kag lola sa coronavirus? Kinahanglan naton nga..."

"Manghugas sang aton mga kamot sang tubig kag habon!" siling ni Salem nga nagayuhom.

"Nahibaluan man namon ina, Sara. Sa siko namon kami naga-ubo kon kami nagamasakit kag nagapaypay na lang kami sang kamot sa mga tawo sa baylo nga magkamustahanay. Ginatinguhaan namon magpabilin sa sulod sang balay apang, nagaginutok kami sa amon syudad, indi tanan nagpabilin sa sulod sang balay.

"Hmm, basi makabulig ako dira," siling ni Ario. "Indi nila makita ang coronavirus, apang... makita nila ako! Sakay diri, pero palihog magpungko kamo sa tagsa ka pihak sang akon mga pakpak – indi magnubo sa isa ka metro ang kaluyuon nila nga duha"



Naglupad si Ario pakadto sa langit upod sakay si Salem kag Sara sa duha niya ka pakpak. Naglupad siya sa bug-os nga banwa kag nagsugod sang ngurob kag kanta! Nagsinggit si Salem sa mga bata sa mga dalanun:

"Pauli, hambali ang inyo pamilya, mas hilway kita sa sulod! Maatipan naton sang labing maayo ang kada isa paagi sa pagpabilin sa sulod sang aton balay!"

Natingala ang mga tawo sa ila nakita. Ginpaypay nila ang ila mga kamot kag nagsugot nga magpabilin sa ila mga balay.





Nagpatimbo-ok si Ario sa kalangitan. Nagsiyagit si Salem sa kalipay. Didto sa babaw sang mga panganud, maynagalupad man nga eroplano, kag ang mga pasahero nagtulok sa ila nga may daku nga katingala.

"Sa gilayon, maga-untat na byahe ang mga tawo," siling ni Salem. "Paga-siraduhon na ang mga dulunan sa bugos nga kalibutan, kag dapat magpabilin kita kaupod ang mga tawo nga aton ginapalangga.

"Daw kadamo na sang mga butang nga nagbaylo," siling ni Sara. "Nagakahadlok ako kon kaisa."

"Makakululba kag makalilibug ang pagbaylo sang mga butang, Sara," siling ni Ario. "Kon makabatyag ako sang kahadlok, nagaginhawa ako sang mahinay kag nagabuga sang kalayo!"

Nagbuga si Ario sang daku nga bola sang kalayo!

"Paano ninyo ginapatawhay ang inyo kaugalingon kon makabatyag kamo sang kahadlok?" pamangkot sa ila ni Ario.



"Ginapanumdom ko ang tawo nga makapangapin sa akon." sabat ni Sara.

"Ako man, ginapanumdom ko ang tanan nga tawo nga makapangapin sa akon kaangay sang akon lolo kag lola," siling ni Salem. "Nahidlaw ako sa ila. Indi ko ugaling sila mahakos kay sarang ko sila malatnan sang coronavirus. Sa kinaandan, ginakadtuan namon sila kada semana, apang indi na kami makakadto sa ila subong bangud kinahanglan namon sila pangapinan."

"Sarang mo bala sila matawgan?" pamangkot ni Sara sa iya abyans.

"Huo syempre!" Sabat ni Salem. "Gatawag sila sa akon kada adlaw kag gina sugiran ko sila sang tanan namon nga ginahimo sa balay. Nagasadya dayon ang akon balatyagon kag amo man sa ila.

"Kinaandan lang nga mahidlaw kita sa mga tawo nga indi naton mabisitahan subong nga panahon," siling ni Ario. "Nagapakita lamang ina sang aton pagpalangga sa ila. Malingaw ayhan kamo kon makilala ninyo ang iban pa nga mga baganihan?"

"Huo, palihog!" siyagit nanday Sara kag Salem.

"Maayo, ang akon abyans nga si Sasha may ara pinasahi nga gahum," siling ni Ario. "Dali na!"





Kag naglupad sila paidalum kag naghugpa sa isa ka gamay nga barangay. May isa ka bata nga babayi nga nagapamuksi sang bulak sa gwa sang ilala balay. Sang iya nakit-an si Ario kag ang mga bata nga nagasakay sa iya pakpak, nagkadlaw siya.

"Ario!" singgit niya. "Dapat kita magdistansiya sang isa ka metro, gani hakson ko lang ikaw sa hangin! Naga-ano kamo diri?

"Nabatyagan ko ang imo hakus, Sasha," siling ni Ario. "Nalipay ako mahambal naton ang mga tinaga kag mapakita naton sa hulag ang aton pagpalangga. Luyag ko nga mahibaluan sang akon mga abyan ang imo gahum."

"Ha? Ano ang akon gahum? pamangkot ni Sasha.

"Sang may nagmasakit sa imo pamilya, nagapabilin ka lang sa inyo puluy-an agud indi mo malapta ang coronavirus sa iban," siling ni Ario.

"Huo, nagamasakit ang akon amay, kag nagatinir siya sa sulod sang iya kwarto tubtub siya mag-ayo," siling ni Sasha.



"Apang indi man mabudlay gid a! Nagahampang man kami, nagaluto, naga atipan sang amon garden, kag ululupod nga nagakaon. Nagaehersisyong kami nga magulutod kag kami nagasinaot man. Nagabasa kami sang mga libro kag padayon ako nga nagatuon kay kon kaisa, nahidlaw ako mag-eskwela. Ang pagpabilin sa balay daw kasaw-a sang sugod pa lang, apang naanad naman kami subong.

"Indi ina mahapos himuon, Sasha," siling ni Ario.
"Nagapangita ka sang paagi agud mangin masadya
kamo samtang nagapabilin sa inyo puluy-an. Gani, para
sa akon ikaw isa ka baganihan!"

"Naga away man kamo sang imo pamilya?" pamangkot ni Salem.

"Kon kaisa, nagaaway man kami," sabat ni Sasha.
"Kinahanglan sang dugang nga pasensya kag paghangup
sa tagsa tagsa, kag maabitik nga pagsambit sang "I'm
sorry." Amo ina ang matuod nga gahum, bangud
makapahaganhagan ina sang aton ginabatyag. Kon kaisa,
kinahanglan ko man ang tion para sa akon kaugalingon.
Luyag ko magkanta kag magsaot nga nagaisahanon! Kag
kon kaisa, ginatawgan ko man ang akon mga abyans..."

"Apang, Ario, paano ang mga tawo nga malayo sa ila
puluy-an ukon wala sang balay?" pamangkot
ni Sara.

"Maayo ina nga pamangkot, Sara," siling ni
Ario. "Dali, aton tukibon."





Nagpaalam sila kay Sasha kag naglupad liwat.
Mainitinit ang danya sang hangin sang sila nag
hugpa sa isa ka pulo.



Nakit-an nila didto ang isa ka kampo nga puno sang tawo.

Nakita sila sang isa ka bata nga babayi kag nagpaypay sa ila.

"Hi Ario, nalipay ako nga makita ka liwat!" siling sang bata. "Naga-distansya kami sang isa ka metro sa tagsa-tagsa, gani indi na ako maghalin diri sa akon nahamtangan samtang naga-sugilanon sa imo. Apang luyag ko makilala ang imo mga abyant! Ako si Leila."

"Hi Leila! Ako si Sara, kag ini si Salem," sabat ni Sara. "Nahangpan ko nga ginatinguhuan mo nga pangapinan ang imo kaugalingon batok sa coronavirus. Ano pa gid ang inyo ginahimo?"

"Masami kami nagapanghugas sang amon mga kamot gamit ang habon kag tubig!" sabat ni Leila.

"Sa inyo siko man kamo naga-ubo?" pamangkot ni Salem.

"Paano? Pwede mo bala ina mapakita sa amon?" sabat ni Leila. Gani ginpakita ni Salem.

"Ginatinguhua namon nga mangin maisog, apang may isa gid ka bagay nga gatublag sa akon," siling ni Leila. "Pwede ko bala ini masugid sa inyo? May nabatian ako nga may nagmasakit kag napatay. Nahadlok gid ako. Sarang gid man bala mapatay ang tawo bangud sa coronavirus?"



Nag-ginhawa si Ario sang madalum kag nagpungko. "Huo, mga bata nga baganihan, makatilingala matuod," paathag ni Ario. "Ang iban nga tawo wala man sang ginabatyag nga masakit, apang ang iban nagamasakit sang malala kag ang iban nagakapatay. Gani kinahanglan nga halungan gid naton ilabi ang mga tigulang, kag ang mga may masakit na nga daan, kay basi maglala pa gid ang ila sakit. Kon nagakabalaka kag nagakahadlok kita kon kaisa, makabulig kon kita magpanumdom sang isa ka hilway nga lugar. Gusto nyo nga tilawan ta?"

Ang tanan nagpasugot, gani ginhambalan sila ni Ario nga magpiyong kag magpanumdom sang isa ka lugar nga sila tanan nakabatyag nga hilway sa katalagman.

"Panumduma ang isa ka hitabo ukon tion nga nga nabatyagan mo nga luwas ka sa katalagman," siling ni Ario.

Dayonm, ginpamangkot niya sila kon ano ang ila nakit-an, ano ang ila nabatyagan, kag kon ano ang ila nasimhotan sa lugar nga hilway sila. Namangkot man siya kon may isa ka espesyal nga tawo nga luyag nila agdahon sa ila hilway nga lugar kag kon ano ang buot nila sugilanongan didto.

"Sarang ninyo kadtoan sa hilway nga lugar nga ina kon kamo makabatyag sang kasubo ukon kahadlok," siling ni Ario. "Amo ina ang inyo gahum, kag sarang ninyo ina ipakig-bahin sa inyo mga abyan kag pamilya. Panum dumon ninyo nga palangga ko kamo, kag madamo nga tawo ang nagapalangga man sa inyo. Makabulig pa gid ina."



Siling ni Leila, "Sarang naton amligan ang tagsa-tagsa."

"Husto ina, Leila," siling ni Ario. "Sarang naton amligan ang tagsa-tagsa, bisan diin kita. Gusto mo mag-upod sa aton ulihi nga kaladtuan?"

Nagpamat-od si Leila nga mag-upod kay Ario kag sa mga bag-o niya nga mga abyans. Nalipay si Sara nga nag-upod si Leila bangud iya nahibaluan nga kon kaisa nagakinahanglan nga mag-buligay ang tagsa-tagsa. Naglupad sing mahipos, wala sang nagasugilanong, apang nahibaluan ni Leila nga naga-ulikid gid siya sang iya mga abyans.



Nakita nila ang mga bukid nga natabunan sang niyebe. Kag si Ario naghugpa sa isa ka gamay nga banwa. May pila ka mga bata nga nagahampang sa kilid sang sapa.

"Ario!" singgit sang isa nga nagapaypay sa iya.

"Kamusta, Kim," siling ni Ario. "Sara, Salem, Leila, gusto ko nga makilala ninyo ang akon mga abyan nga nag-ayo na sa coronavirus."

"Daw ano bala ina?" pamangkot ni Salem.

"Gin-ubo ako kag nagbatyag sang sobra nga kainit sang lawas kon kaisa. Nagbatyag man ako sang tuman nga kakapoy. Wala man ako gana maghampang sang pila ka adlaw," siling ni Kim. "Apang nagtulog ako sang maayo kag gintatap gid ako sang akon pamilya. Ang iban namon nga mga ginikanan kag mga lolo kag lola gindala gid sa ospital. Ang mga doktor kag nars nangin mabuot sa ila, kag ang mga tawo sa amon komunidad nagbulig man sa amon nga nabilin sa balay. Pagligad sang pila ka semana, nag-ayo kami tanan."



"Abyan ako ni Kim," siling sang isa ka bata. "Kag ang iya coronavirus wala gid nakapabag-o sang amon pag-abyanay – bisan pa nga indi kami makaupdanay. Wala ako nag-untat sa pagpalangga sa iya kag nalipay ako nga makahampang naman kami liwat!"

"Kon kis-a, ang pinakaimportante nga sarang naton mahimo sa aton mga abyan amo ang pag-amlig sa isa kag isa," siling ni Ario. "Bisan pa nagakinahanglan ini nga magpalayo anay kita sa isa kag isa sang makadali."



"Sarang man namon ina mahimo para sa isa kag isa," siling ni Leila.

"Kag magaabot ang adlaw nga liwat naman kita makahampang kag makabalik sa aton eskwelahan pareho sang kinaandan," sugpon ni Salem.

Tion na agud magpauli, kag tion na agud magpaalam si Sara sa iya mga bag-o nga mga abyan. Nangako sila nga indi nila pagkalimtan ang ila pag-updanay.

Nasubuan si Sara nga basi indi sila anay magkit-anay. Apang naghagan-hagan nga nadula ang iya kasubo sang nadumduman niya ang ginsiling sang abyan ni Kim. Indi buot silingon nga mag-untat ang imo pagpalangga sa isa ka tawo kon indi mo na sya makit-an.



Gindul-on ang sila ni Ario sa ilang mga puluy-an, kag ginhulat niya ang matulugan si Sara bag-o niya ini bayaan.

"Sarang bala naton ini mahimo naman bwas?" pamangkot ni Sara sa iya.

"Indi Sara, tion na ang mag-upod ka sa imo pamilya," sabat ni Ario. "Dumduma ang aton sugilanon. Matipigan naton ang aton mga pinalangga pinaagi sa masami nga paghugas sang aton mga kamot kag pag pabilin sa puluy-an. Ari lang ako pirmi sa imo luyo. Pwede gid kita pirmi mag-updanay kon ginapanumdom mo kag magkadro ka sa imo hilway ang lugar."

"Ikaw ang akon baganihan," hutik ni Sara.

"Ikaw man, ang akon baganihan, Sara. Baganihan ikaw sa tanan ang nagapalangga sa imo," siling ni Ario.



Natulogan si Sara kag sang nagbugtaw siya sang madason nga adlaw, wala na si Ario. Gani ginpanumdom niya ang iya hilway nga lugar agud mag sugilanon sa iya, kag gindrowing ang tanan niya nga natun-an sa ila panglugayawan. Dali-dali nga ginsugiran niya ang iya iloy sang iya nahibaluan kag ginpakita ang iya gindrowing.

"Sarang naton mabuligan ang mga tawo agud mangin hilway sa sakit, Nay." siling niya. "Madamo ako sang nakilala nga mga baganihan sa akon panglugayawan!"

"Husto ikaw Sara!" siling sang iya iloy. "Madamo sang baganihan nga naga-amlig sa mga tawo batok sa coronavirus, pareho sang mabuot nga mga doktor kag nars. Apang imoako ginpahanumdom nga kita tanan sarang mangin baganihan, sa kada adlaw, kag ang akon labing dalayawon nga baganihan, ikaw."

