

Ikaw Ang Akon Bayani



An pag-ato han
mga bata kontra
ha COVID-19!

IASC
Inter-Agency Standing Committee

An paghimo han "Ikaw an Akon Bayani"

Usa ini nga libro nga proyekto nga ginhimo han Inter-Agency Standing Committee Reference Group on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings (IASC MHPSS RG). Ginsuportahan ini nga proyekto han magkaduru-dilain nga mga eksperto tikang han mga miyembro nga ahensiya han IASC MHPSS RG, kaupod an mga kag-anak, mga nag-aataman, mga maestra, ngan mga kabataan tikang ha 104 nga mga nasod. Usa nga surbey nga gindumara ha bug-os nga kalibutan an iginpapanhatag ha magkaduru-dilain nga lengwahe sugad han Arabic, English, Italian, French ngan Spanish basi usisahon an kahimsog han hunahuna han mga kabataan pati na gihap an ira mga sikolo-sosyal nga panginahanglan ha panahon han pagsarang han COVID-19. An mga topiko nga ginhisgotan hini nga istorya kay igin-uyon ha mga resulta han surbey. Ini nga libro kay iginpasumat pinaagi hin pag-istorya ha mga bata ha mga nasod na apektado han COVID-19. Gin gamit liwat an mga reaksyon tikang ha mga kabataan, mga kag-anak ngan mga nag-aataman pagrepaso ngan pag update han istorya.

Sobra 1,700 nga mga kabataan, kag-anak, nag-aataman ngan mga maestra ha bug-os nga kalibutan an naghatac han ira oras para ipaangbit kun paonan-o nira gin aatubang an pagsarang han COVID-19. Damo nga salamat para han mga kabataan, kag-anak, nag-aataman ngan mga maestra han pagkumpleto han amon mga surbey ngan pag-impluwensya hini nga istorya. Ginhimo ini nga istorya tikang ha mga kabataan ngan para ha mga kabataan ha bug-os nga kalibutan.

An IASC MHPSS RG nagpapasalamat kan Helen Patuck han pagsurat han istorya ngan paghimo han mga ilustrasyon hini nga libro. Pasasalamat gihapon ha Center for Disaster Preparedness para han paghubad ha Waray nga dialekto.

©IASC Reference Group MHPSS, 2020. All rights reserved.

Para han pag-imprenta ngan pagtugot ha paghubad, makig-istorya ha: mhpss.refgroup@gmail.com

Makigkomunikar ha IASC MHPSS Reference Group (mhpss.refgroup@gmail.com) para han mga iginhubad nga bersyon o han pag-aro hin pagtugot para han paghubad hini.

Introduksyon

"Ikaw an Akon Bayani" in usa nga libro nga ginsurat para ha mga kabataan nga naapektohan han pagsarang han COVID-19.

Angay basahon an libro nga "Ikaw an Akon Bayani" hin usa nga kag-anak, nag-aataman o usa nga maestra upod an usa nga bata o usa nga gutiay nga grupo hin kabataan. Dire gin-aaghant an mga kabataan nga basahon ini nga libro hin waray kau-pod ngan waray suporta tikang ha kag-anak, nag-aataman o maestra. Ha sunod nga mga adlaw, may ada pa usa nga ginhi-himo nga istorya nga may ulohan nga "Buruhaton Han Mga Bayani" basi makahatag hin dugang nga pag-giya ha pag-atubang han COVID-19. Hingyap hini nga makabulig ha pag-proseso han mga emosyon nga gin-aabat han mga kabataan, pati na gihap an paghatag hin dugang nga mga aktibidad nga pwede nira mahimo.





Para kan Sara, usa nga bayani an iya nanay ngan amo ini an pinakamaupay nga nanay ngan pinakamakarit nga 'scientist' ha bug-os nga kalibutan. Pero, diri la gi-hapon ini nakakabiling hin tambal para han coronavirus.

"Ano it hitsura hit COVID-19?" nagpakiana hi Sara kan iya nanay.

"Duro ka gutiay han COVID-19 o coronavirus, diri ngan naton ini kaya makita," baton han iya nanay. "Pero nag-sasarang ini kun naubo o nahatsing an mga tawo nga may sakit, pati gihapon kun nakapot hira ha iba nga tawo o ha mga butang ha ira palibot. Nagkakamay-ada hin hiranat, ubo ngan pagkuri ha paghinga an mga tawo nga may sakit hini."

"Karuyag signgon, diri naton pwede atohan kay diri man naton nakikita?" pakiana ni Sara.

"Pwede naton ini atohan," siring han nanay ni Sara. "Nakakaapekto ha damo nga tawo an COVID-19 pero pwede kita ngatanan magburubligay para maatohan ini. Espesyal an mga bata ngan ha iyo pagiging espesyal, pwede kamo makabulig. Kinahanglan safe ka pirme para ha aton nga tanan. Kinahanglan ko ikaw nga maging akon bayani.



Hadto nga kagab-ihon, humigda hi Sara ha iya higdaan ngan iya naabat nga diri man hiya usa nga bayani. Nasubo hiya. Karuyag niya sumulod ha eskwelahan pero sarado man. Karuyag niya makigkita ha iya mga kasangkayan pero diri pwede. Karuyag ni Sara nga humunong na an coronavirus ha paghadlok han iya kalibutan.

"It mga bayani may superpowers," yakan niya ha iya kalugaringon samtang ginpiiyong niya an iya mga mata para kumaturog. "Ano ba it ako may ada?"

Diri la naiha, tigda la may nabatian hi Sara nga mahinay nga tingog nga nagtatawag ha iya ha kasisidman.

"Hin-o ka?" humuring hi Sara.

"Ano it imo kinahanglan para maging bayani, Sara? nagpakiyanan an tingog ha iya.

"Kinahanglan ko hin pamaagi basi mayaknan an nga tanan nga kabataan ha bug-os nga kalibutan nga protektaran an ira mga kalugaringon para maprotektaran liwat an iba..." baton ni Sara.





"Ano man it makakabulig ha imo?" nagpakiana an tingog.

"Kinahanglan kun hin usa nga butang nga nakakalupad... usa nga may ada dako nga tingong... ngan usa nga makakabulig ha akon ngan ha iba pa nga mga bata!"

Diri la naiha, tigda la nga naglamrag an kwatro ni Sara ngan nagpakita an iya ginhihingyap nga makakabulig ha iya.

"Hin-o ka?" pakiana han napapa-usa nga hi Sara.

"Ako hi Ario," baton liwat niya.

"Waray pa ako makakita hin sugad ha imo Ario," yakan ni Sara.

"Nakanhi la ako tikang pa han una," siring ni Ario. "Nagtikang ako ha imo kasingkasing."

"Yana nga upod ko na ikaw... karuyag signgon mayayanan ko na an tanan nga kabataan ha bug-os nga kalibutan mahitungod han coronavirus!" nalilipay nga yakan ni Sara. "Pwede na ako maging bayani! Pero Ario, okay la ba lumakat bisan may coronavirus yana?"

"Sara, waray makakadaot ha imo samtang mag-upod kita."





Sumakay hi Sara ha luyo ni Ario ngan gumawas hira tikang ha bintana han iya kwarto tikadto ha klangitan. Lumupad hira tikadto ha mga bituon ngan ginkumusta nira an bulan.

Ha pagsirang han adlaw, nakaabot hira ha lugar han maghusay nga mga pyramids, kun diin may ada guitiay nga grupo hin mga kabataan an nagmumuruglay. Duro an kalipay han mga kabataan ngan ira ginkampay hi Sara ngan an iya upod nga hi Ario.

"Maupay nga pag-abot, ako hi Salem!" pagpakila han usa nga lalake. "Ano it iyo ginhihimo dinihi? Pasensya, diri kami gintutugotan nga humirani, kinahanglan namon magpabilin nga usa ka metro an kahirayo ha kada tagsa."

"Tungod ba han coronavirus? Amo gihapon ito an amon ginkanhi," yakan ni Sara. "Ako ngay-an hi Sara ngan ini liwat hi Ario. Maaram ba kamo nga puydi makabulig an mga bata ha pagsiguro nga ligtas an ira mga amyaw, sangkay, kag-anak, bugto, lolo, lola ngan an iba pa nga ira mga hinigugma ha kinabuhi tikang han coronavirus? Simple la...kinahanglan la naton..."

"Maghugas han aton kamot gamit han sabon ngan malimpyo nga tubig," pagpadayon nga yakan ni Sara. Bumaton liwat hi Salem, "Maaram kami Sara. Kun maubo kami, kinahanglan tabonan namon an amon baba ngan irong gamit an amon braso. Nakampay nala kami ha mga tawo kay diri man puydi humangkop ngan makiglamano. Nananalimbasog gi-hapon kami nga magpabilin la ha balay. Naukoy liwat kami ha usa nga mahout nga syudad ngan diri tanan nagpabilin ha sulod han ira mga balay."

"Hmmm...puydi ako makabulig ha iyo," sumat ni Ario. "Diri nira nakikita an coronavirus pero Nakita hira ha akon. Tara! Sakay kamo ha akon." Sumakay hira nga may usa ka metro nga distansya ha kada tagsa.



Lumupad hi Ario upod hi Salem
ngan Sara. Ginlibot nira an bug-os
nga syudad samtang nagkakanta.
Gamit an dako nga boses ni Ario,
iya ginpapahinumdom an mga
bata nga aada ha kalsada. "Su-
mati niyo an iyo mga pamilya nga
matatalwas kamo kun magpabilin
kamo ha sulod han iyo panimalay.
Ha sugad nga paagi, puydi naton
matimangno an aton mga pami-
lya."

Nalipay an mga bata han ira nak-
it-an ngan nabati sanglit tumuod
dayon hira ngan nanguli ha ira
mga balay.





Nagpadayon ha paglupad hi Ario ngan may nakadungan hiya nga usa nga eroplano. Nakit-an hira han mga sakay sanglit waray gihapon hira nga mag-alang nga pahinum-doman an mga ini.

"Kinahanglan diri la anay kita maglinakat ha mga masunod nga mga adlaw. Temporaryo nga ginsasara an mga borders han mga nasod ngan territoryo. Sanglit, likayi la anay naton an pag-travel ngan siguruuhon nga kaupod niyo yana an iyo mga pamilya."

"Damo na an nabag-o tikang han nagkamay-ada coronavirus. Usahay, nahadlok ako," pagsumat ni Sara.

"Makaharadlok gud ngan malipat gihap an mga bag-o nga natatabo Sara. Maaram ka, kun nahadlok ako, may nagawas nga kalayo ha akon baba."

Ginpakita ni Ario an iya paghinga hin dako nga kalayo.
"Gin-aano man niyo pagkalma kun nakaabat kamo hin kahad-lok?" pakiana ni Ario.

"Ginhihinumdom ko nala an mga tawo nga nagpapaabat ha akon nga safe ako," baton ni Sara.

"Sugad gihap ako. Ginhihinumdom ko an mga nagpapaabat ha akon nga safe ako, sugad nala han akon lolo ngan lola," dugang liwat ni Salem. "Nami-miss ko na hira. Diri ko man liwat hira puydi hangkopan yana kay bangin ko hira matapnan hin coronavirus. Han una, nakadto kamo ha ira kada Sabado ngan Dominggo, pero diri la anay yana para makasiguro nga safe hira.

"Nagka-istorya na ba kamo?" seryoso nga pakiana ni Sara.

"Oo gad," baton ni Salem. "Kada adlaw natawag man hira ngan ginkukumusta kami nga tanan ha balay. Naagaan tak gin-aabat kun natawag hira ngan maaram ako nga sugad gihap it ira naaabat."

"Normal man la nga ma-miss naton an mga tawo nga diri naton nakikita yana," yakan ni Ario. Nagpapamatuod la ini nga na-care kita ngan nahigugma ha ira. Gusto ba niyo gihap makita an iba nga mga bayani."

"Oo," dungan nga baton ni Sara ngan Salem.

"Tara!... may special powers gihapon an akon sangkay na hi Sasha," sumat ni Ario.





Lumupad liwat hira tikadto han usa nga gutiay nga komunidad. Nakit-an hira Ario han usa nga babaye nga nangunguhua hin bukad ngan nagtitinawa han pakakita nga sakay ni Ario an mga bata ha iya sugbong.

"Ario," tawag han bata nga babaye. "Diri ak puydi dumaop asya hahangkopan nala ha hangin! Kumusta, nag-aano kamo ngado?"

Naabat ko an imo paghangkop ha hangin Sasha," malipayon nga siring ni Ario. "Karuyag namon mabati-an ang mga pulong han pag-alaga ngan paghigugma. Kumanhi ako para mapakita ha akon mga sangkay kun ano an imo powers."

"Powers?... ano tak powers?" pakiana ni Sasha. "Di ba tikang han nagkasakit an imo pamilya, nagpabilin ka la ha iyo balay para diri makatapon ha iba?" yakan ni Ario.

"Oo, tikang han nagkasakit an akon tatay ngan hasta yana samtang nagpapadayon hiya ha pagpa-upay, pirme la hiya ada ha iya kwarto. Ako liwat nagpabilin la gihap ha sulod han amon balay," istorya ni Sasha.



"Pero malipayon la gihap kami! Nagmumulay kami, na-gluluto, namamasyada ha amon bungsaran ngan durungan nga nangangaon. Nasayaw gihap kami han akon mga bugto. Usahay, nagbabasa ako hin mga libro kay nami-miss ko na pag-eskwela. Tinuod nga nanibag-o ako han una nga mga adlaw ha pag-inukoy la ha balay. Pero tika-iha nasanay man gihap" ... yakan ni Sasha.

"Maaram ako nga diri masayon Sasha," siring ni Ario.
"Pero nagbibiling kamo hin mga pamaagi para malibang ngan makamay-ada malipay nga pag-ukoy ha sakob han iyo balay. Tungod hini, ikaw an akon bayani Sasha!"

"Nag-aaway ba gihap ha iyo pamilya?" seryoso nga pakiana ni Salem.

"Mayda gihap mga diri pagkaintindihay," baton ni Sasha. "Kinahanglan namon magkamay-ada hin hilaba nga pasensya, dugang pa nga pag-intindi ngan madagmit nga pagso-sorry. Powers gihap ini hira tungod nga nakakahatag ini hin kailpay ha aton mga kalugaringon pati na gihap ha iba nga tawo. Usahay, karuyag ko mag-usaan. Nasayaw ako ngan nakanta hin ako la! Usahay liwat gintatawagan ko an akon mga sangkay."

"Pero Ario, kumusta naman la an mga tawo nga harayo ha ira mga balay o an mga waray balay?" ... pakiana ni Sara.

"Maupay ito nga pakiana Sara," yakan ni Ario. "Tara, aton kitaon."





Nagsarit hira kan Sasha ngan nagpadayon ha paglupad. Naabat nira an mapaso nga hangin samtang nagtitikahirani ha usa nga isla. Didto nakakita hira hin mga temporary nga balay han pira nga pamilya.





Nakit-an hira han usa nga bata nga babaye nga nakam-pay kan Ario.

"Kumusta Ario? Nalilipay ako nga makit-an ka utro!" malipayon nga yakan niya. "Ginsusunod namon an usa ka metro nga distansya kun nakikig-istorya asya adi la anay ako. Pero karuyag ko makilala an mga upod mo nga kasangkayan. Ako ngay-an hi Leila."

"Hi Leila, ako hi Sara, ngan hiya liwat hi Salem," malipayon nga baton ni Sara. "Maupay kay ginprotek-taran niyo it iyo mga kalugaringon kontra ha coronavirus. Ano pa it iyo mga ginhihimo?"

"Naghuhugas kami han amon kamot gamit hin sabon ngan malimpyo nga tubig," siring ni Leila.

"Gintatakpan ba niyo an iyo baba gamit han iyo braso kun naubo kamo?" pakiana ni Salem.

"Bag-o ha amon ito nga imo ginyakan... pwede mo ba ipakita ha amon kun gin-aano," yakan ni Leila. Ngan ginpakita ni Salem kun gin-aano paghimo an iya mga ginsumat kanda Leila.

"Nananalimbasog kita nga tanan nga maging maisog, pero ginkukulba ako," sumat ni Leila. "Puydi ba ko mag-istorya ha iyo? Nakabalita ako nga may nagkasakit ngan namatay na tungod han COVID-19 asya nahadlok ako. Tinuod ba nga mga tawo nga namatay tungod han coronavirus?"



Guminhawa hin hilarom hi Ario ngan lumingkod.

"Oo, mga gudti nga bayani" ...sumat ni Ario. "May ada mga natatapnan han coronavirus nga diri naabat han mga sintomas han sakit o diri gud nagkakasakit. May ada liwat grabe it pagkasakit ngan puydi ini makapatay ha ira. Sanglit kinahanglan naton bantayan an mga lagas ngan an mga tawo nga mayda mga sakit kay hira an mas madagmit matapnan han coronavirus. Ha mga panahon nga nahadlok kita, makakabulig ha aton kun maghunahuna kita hin usa nga safe nga lugar. Dungani ako niyo ha paghunahuna hin sugad hini nga lugar."

"Dudrungan hira nga nagyakan hin "sige", sanglit gintugon ni Ario an mga bata nga ipiyong an ira mga mata ngan maghunahuna hin usa nga lugar nga safe hira.

"Hinumdoma an mga panahon nga naabat mo nga safe ka," yakan ni Ario.

"Iya liwat ginpakianhan hira kun ano an ira nakikita, ano an ira gin-aabat, ngan ano an ira nahahamotan hadto nga safe nga lugar. Kahuman, ginpakianhan hira kun may ada espesyal nga tawo nga karuyag nira nga makaupod hadto nga safe nga lugar ngan kun ano it ira pag iistoyahan.

"Puydi kamo kumadto ha iyo safe nga lugar kun nahuhulop or nahadlok kamo," siring ni Ario. "Amo ini it iyo superpower, ngan puydi niyo ini igpasamwak ha iyo mga pamilya ngan kasangkayan. Ngan hinumdoma niyo nga hinigugma ko kamo ngan damo pa nga tawo it nahigugma ha iyo."



"Maaram ba kamo, puydi naton alagaan an kada tagsa," sumat ni Leila.

"Oo, Leila," baton ni Ario. "Puydi naton alagaan an kada tagsa, bisan man hain kita. Gusto ba niyo umupod ha amon ha amon urhi nga pagbiaya-he Leila?

Umupod hi Leila kanda Ario ngan han iya mga bag-o nga sangkay. Duro an kalipay ni Sara nga umupod ha ira hi Leila kay maaram hiya nga kinahanglan naton suportahan an kada usa. Padayon hira nga lumupad hin waray nagyayakan pero maaram hi Leila nga importante hiya ha iya mga bag-o nga sangkay.



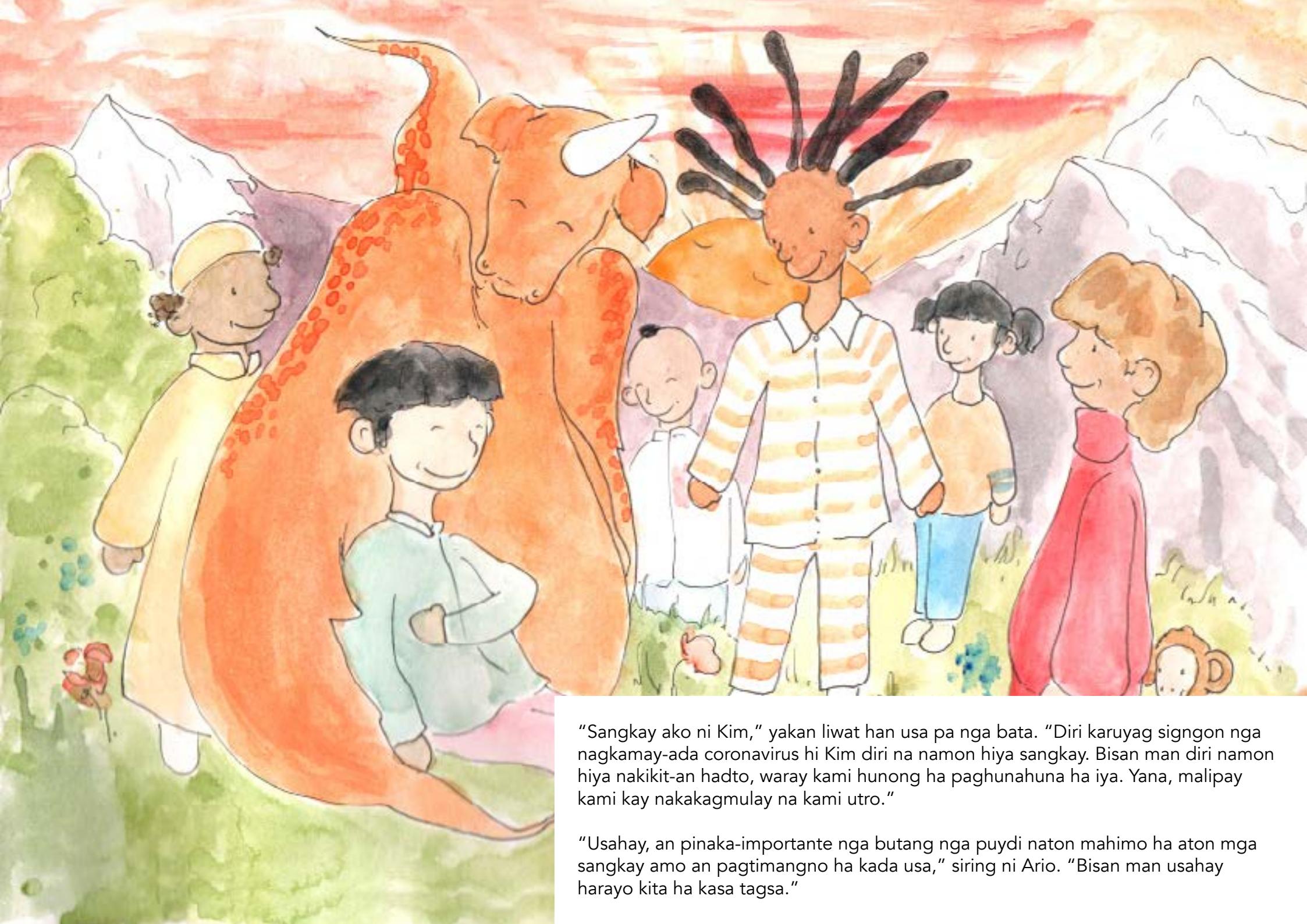
Mga bukid nga puno hin snow an ira gin-agian hasta makaabot hira ha usa nga guti nga bungto. Natan-aw nira nga may malipayon nga mga bata nga nagmulay.

"Ario!" tawag han usa nga bata nga nakampay.
"Hello Kim! Sara, Leila ngan Salem, karuyag ko ipakilala ha iyo an akon mga sangkay nga nagkasakit ng hin COVID-19, ngan naupay.

"Ano an iyo gin-abat han nagkasakit kamo," pakiana ni Salem.

"Gin-ubo ako hadto ngan sobra ka mapaso an ako gin-aabat usahay. Pirme la ako ginkakapoy ngan waray ako makagmulay hin pira ka adlaw," istorya ni Kim.

"Sukot ako kumaturoog ngan ginbabantayan ako han akon pamilya. An iba namon nga mga kag-anak, mga lolo ngan lola nga natapnan han coronavirus gindara ngan kinahanglan magpabilin ha ospital. Buutan an mga doctor ngan nurse nga nag-atiman ha ira. An mga tawo nga nabilin ha amon komunidad amo an bumulig ha amon samtang waray kami kaupod. Pagkatapos han pira ka semana, katapos namon sundon an tanan nga angay buhaton para maatohan an coronavirus, nagging maupay na an amon gin-aabat.



"Sangkay ako ni Kim," yakan liwat han usa pa nga bata. "Diri karuyag signgon nga nagkamay-ada coronavirus hi Kim diri na namon hiya sangkay. Bisan man diri namon hiya nakikit-an hadto, waray kami hunong ha paghunahuna ha iya. Yana, malipay kami kay nakakagmulay na kami utro."

"Usahay, an pinaka-importante nga butang nga puydi naton mahimo ha aton mga sangkay amo an pagtimangno ha kada usa," siring ni Ario. "Bisan man usahay harayo kita ha kasa tagsa."



"Oo, pwede naton ini mahimo para ha aton kasangkayan," yakan ni Leila.

"Ngan sunod, makakagmulay na kita utro nga makakabalik ha eskwelahan sugad han una," dugang ni Salem.

Nasubo hi Sara tungod nga diri anay hira puydi magka-urupod han iya mga bag-o nga sangkay. Pero nahinumdoman niya an mga ginyakan han sangkay ni Kim. Diri makakaaulang an diri pagkirigta para humunong kita ha paghigugma ha aton mga sangkay.



Usa-usa nga gindurayhag ni Ario an mga bata ha ira mga balay. Ugsa lumakat ha balay nira Sara, ginhulat anay niya nga mangaturog ini.

"Puydi ba naton ini utrohun buwas?" pakiana ni Sara.

"Diri Sara, panahon na para makaupod mo liwat an imo pamilya," baton ni Ario.

"Hinumdoma an aton istorya. Puydi mo maging talwas an imo mga hiniguma kun pirme ka maghuhugas hit imo kamot ngan magpabilin nganhi ha iyo balay. Diri ako mapahirayo. Puydi moa ko makaupod kun makadto ka ha imo safe nga lugar."

"Ikaw an akon bayani," huring ni Sara.

"Ikaw gihap an akon bayani, Sara.

Bayani ka han mga tawo nga nahigugma ha imo," baton ni Ario.



Nangaturog hi Sara ngan pagmata niya kinabuwasan, waray na hi Ario. Kumadto hiya dayon han iya safe nga lugar para makaistorya hiya. Pagkatapos, iya gin-drawing tanan nga ira nakit-an ngan nahi-baroan. Dumalagan hiya ngadto ha iya nanay dara an iya drawing para igsumat ha an nahinabo.

"Puydi naton buligan an mga tawo nga matalwas, Nanay," yakan niya. "Damo an akon nakilala nga mga bayani han amon ginkadtoan!"

"Tuod ito nga imo yakan, Sara!" siring han iya nanay. "Damo an mga bayani nga nabulig ha mga tawo nga maging talwas kontra han coronavirus, sugad nala han mga doctor ngan mga nurse. Pero ginpahinundom mo ha akon nga tanan kita puydi maging bayani, kada adlaw, ngan akon pinakadako nga bayani kay ikaw."

