



unicef 

聯合國兒童基金香港委員會

攜手為兒童

2019冠狀病毒病

曼莎·凱瑟克 + 萬里子 + 沈文偉



注意安全，保持微笑！

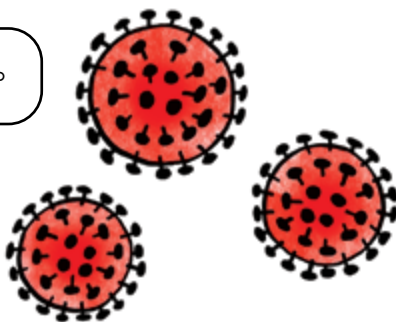


功夫婆婆和COPE小隊的減災大使，受隔離和封城措施影響，要留在COPE學院。

我們的使命是在疫情期間，
守護你的安全和微笑。

你可以聽聽其他小孩的在家日記。

大家來聽聽吧！



功夫婆婆

思思



汪汪！



拯拯

掃一掃QR code
觀看動畫版本



廣東話



手語

掃一掃QR code
認識COPE小隊



英文網站

COPE小隊，我們對2019 冠狀病毒病有甚麼認識？

它是一種病毒，又稱為冠狀病毒。

主要病徵有咳嗽，
發燒和呼吸困難。

這種病毒十分細小，要在顯微鏡下才能看得見。病人可以透過咳嗽和打噴嚏將病毒快速傳播。另外，病人亦可能透過接觸別人或物件將病毒傳播。



我們要做足準備！

COPE小隊

C

糖兒(Candy)

O

奧利(Ollie)

P

阿平(Ping)

E

愛迪(Eddy)

保持 清潔

一邊唱著喜歡的歌，

一邊用梘液及清水洗手 20 秒！



拯拯，做得好！



咳嗽時用手肘或紙巾掩蓋口鼻，

並小心地把紙巾丟到有蓋垃圾桶。要正確使用口罩。

不要用手摸臉，尤其是眼睛、嘴巴和鼻子。



奧利，你的姿勢很好！

通過互聯網與朋友一起跳舞。

在家做運動。或者試一試做瑜伽。



保持活躍



你也可以玩桌上遊戲，但記住之後要把物品清潔乾淨。每天寫一篇日記。

注意安全

感到不舒服時，要告訴父母。與別人保持安全的距離（大約10個足球）。

不要與別人共用餐具或毛巾，除非你肯定它們已被清洗乾淨。



在家期間感到不開心和沉悶是正常的。與你的朋友聊聊天。
努力在家學習——與家人一起讀故事。跟你的祖父母在網上玩紙牌遊戲。



思思，到你！

保持微笑

新加坡

你好！我是家寶，今年10歲。
我的父母在一個很受歡迎的
熟食中心工作。

我的姐姐佩琪今年17歲。我們住在一個
很細小的家。有一天，佩琪開始咳嗽和發
燒，雖然她很害怕，但還是到醫院做了病
毒測試，我們要等幾天才會知道結果。

這幾天佩琪要在家中隔離，這一點
也不容易，因為我們全家人睡在同
一個睡房。我們很小心，沒有共用
毛巾，筷子和水杯，亦常常用梘液洗
手。最後，佩琪的測試結果表示她沒
有病毒，我們都很開心。

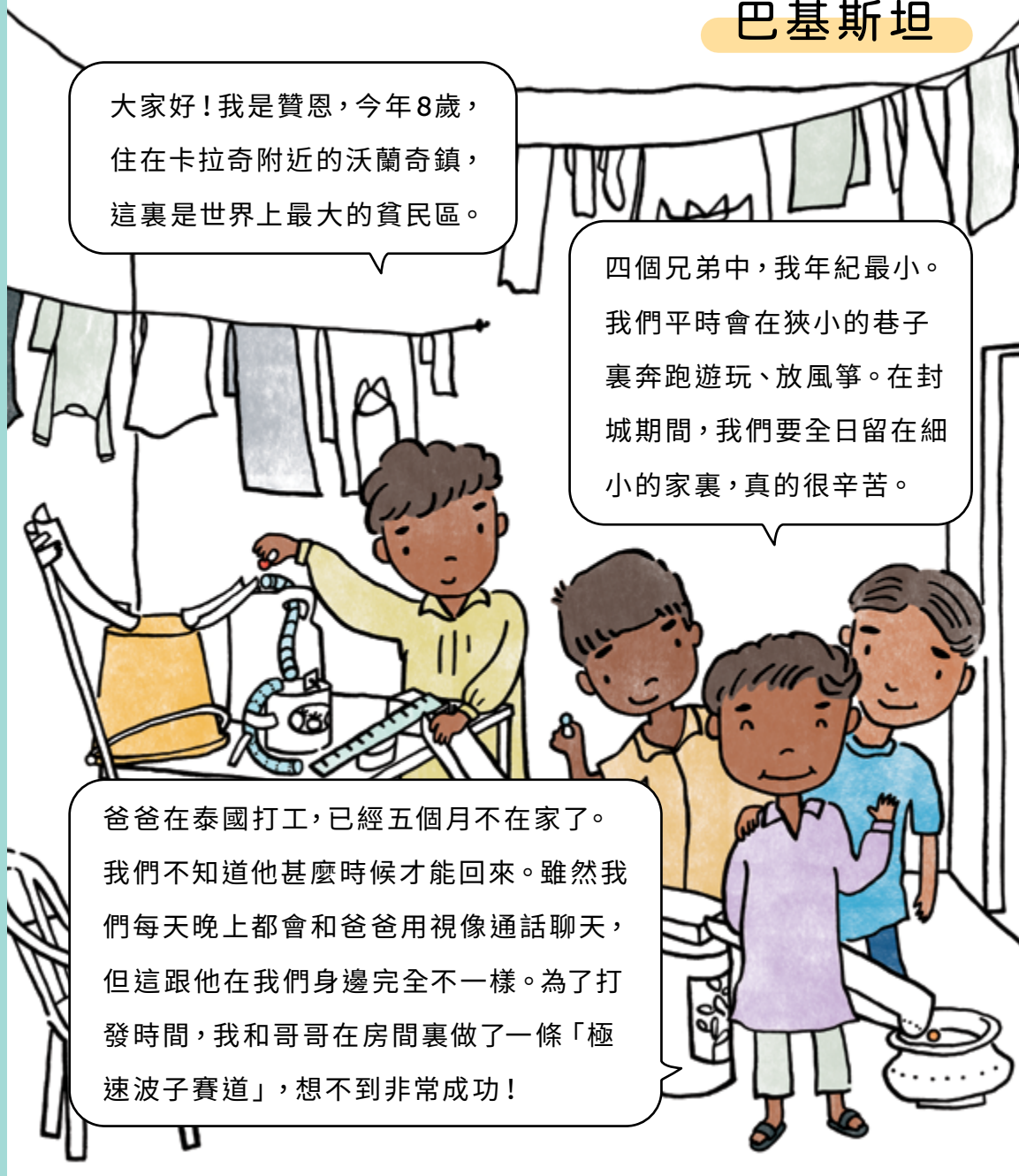


巴基斯坦

大家好！我是贊恩，今年8歲，
住在卡拉奇附近的沃蘭奇鎮，
這裏是世界上最大的貧民區。

四個兄弟中，我年紀最小。
我們平時會在狹小的巷子
裏奔跑遊玩、放風箏。在封
城期間，我們要全日留在細
小的家裏，真的很辛苦。

爸爸在泰國打工，已經五個月不在家了。
我們不知道他甚麼時候才能回來。雖然我
們每天晚上都會和爸爸用視像通話聊天，
但這跟他在我們身邊完全不一樣。為了打
發時間，我和哥哥在房間裏做了一條「極
速波子賽道」，想不到非常成功！



澳洲

你好！我是華魯，今年12歲。
我和爸爸住在一個離城市很
遠很遠的小鎮。

爸爸是一個畫家，我經常跟他一起工作，
病毒還沒有來到我們這個偏遠的社區。



我們都很擔心要長途跋涉到
市區做檢測，我希望這裏的
人安全，確保病毒不會進入
我們的社區。聽說這裏的伍
拉賓達保健中心將會有新的
病毒檢測儀器，這令我們感
到安心多了。

日本

你好！我是來自神戶市的小幸，我的名字在日文中有幸福的意思。我今年8歲，有一個5歲的弟弟，他叫小健。

我的媽媽是一名護士，爸爸是藥劑師。媽媽最近不能回家，因為她要在某個地方自我隔離。

我很掛念她給我讀的睡前故事。我們仍然可以上學，以前我在學校的表現都很好，但病毒讓我感到害怕，我再也不敢在學校說話。其他同學叫我走開，因為我媽媽是護士，他們害怕我會傳播病毒。老師告訴同學，每人都值得受到友善的對待。我為爸爸媽媽的工作感到自豪，因為他們是守護大家健康的戰士。



蘇格蘭

大家好，我是紀詩，今年
14歲，住在格拉斯哥。

病毒在英國散播得很嚴重。在封城期間，媽媽開始咳嗽，她十分勇敢，馬上去做測試。幸好那只是普通感冒，她並沒有受感染。

媽媽說最有需要幫助的人，例如少數族裔和住在護理中心的人，通常是受影響最嚴重的……但是，王子、首相和著名的演員都染病了。看來這病毒對任何人都不會留情。我們這裏建了新醫院，專門照顧感染新型冠狀病毒的病人，我們尊敬和愛護這裏的護理人員，並在每個星期四都為他們鼓掌，感謝他們照顧大家。



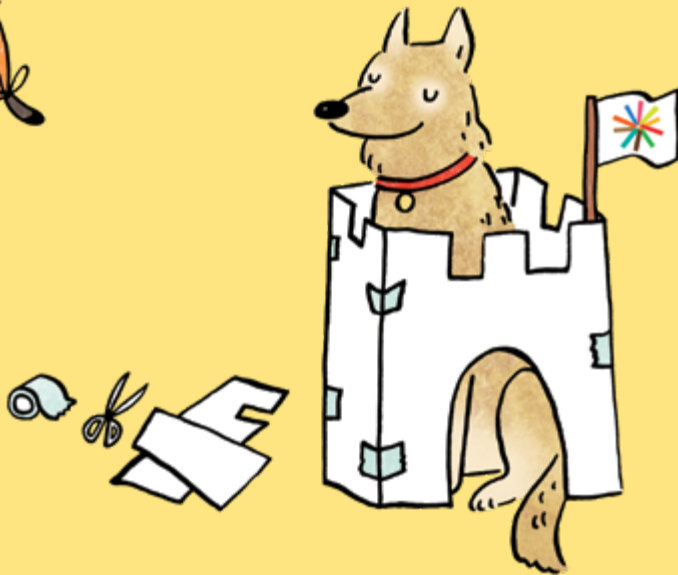
保持清潔

勤洗手。盡量不要觸碰眼睛，嘴巴和鼻子。
感到不舒服、生病，以及在乘搭交通工具或
在人多的地方時要戴口罩。



保持活躍

繼續和你的朋友通過互聯網一起跳舞、
繼續在家焗蛋糕、餅乾等！或用紙箱建一個城堡。



注意安全

與別人保持適當距離。不要分享零食和飲品。

問問父母預防病毒的最新方法是甚麼。



保持微笑

繼續在網上與你的祖父母聊天和擁抱。

與你的朋友聊聊天，笑一笑！

聆聽其他人的在家日記。

我們一起努力！
成為對抗2019冠狀病毒病的COPE勇士！

將消息傳出去！
注意安全和保持微笑！



記住，
我們大家一起共同進退！





COPE 編撰團隊

作者：曼莎·凱瑟克

插圖：萬里子

編輯：沈文偉

出版、承印及發行：聯合國兒童基金會香港委員會

設計：PPP Company Limited

特別鳴謝

英國斯特靈大學 Lena Dominelli 教授

日本兵庫縣立大學 Sonoe Mashino 教授

澳洲詹姆士庫克大學 Caryn West 教授

新加坡 Readable——楊慧敏 Michelle Yeo、林素珊 Su Shan Lim 和 林益盛 Dimitros Lim

翻譯——潘子敏 Andrea Poon

加印版經由香港賽馬會災難防護應變教研中心印刷：



香港賽馬會災難防護應變教研中心
Hong Kong Jockey Club
Disaster Preparedness and Response Institute



香港賽馬會慈善信託基金



聯合國兒童基金會香港委員會

攜手為兒童

Copyright © 2020 Martha Keswick, Mariko Jesse, Timothy Sim

www.cope-disaster-champions.com



COPEdisasterchampions