

Drodzy Uczniowie klasy

Witam Was na indonezyjskiej wyspie Sumba! Jestem Arief, mam 8 lat. Chcę Wam dzisiaj opowiedzieć, co według mnie jest ważne, żeby móc realizować swoje plany i marzenia.

Nie uwierzycie, dla mnie ważne jest takie zwykłe dbanie o siebie: codzienna higiena, mycie zębów, leczenie, zdrowe jedzenie i picie czystej wody. Nie pomyślelibyście pewnie, że ktoś te wszystkie rodzicielskie nakazy może traktować jako wartość. Opowiem Wam, dlaczego dla mnie jest to takie istotne.

Każdy z nas lubi się bawić: pobiegać, poskakać, coś przeczytać, obejrzeć, pójść na wycieczkę. Spójrzcie na zdjęcia, które dla Was przygotowałem.



Często z przyjaciółmi bawimy się na plaży.

Wiecie, ile trzeba mieć siły, żeby utrzymać się na nogach przy takich falach?! Do tego też jest nam potrzebne zdrowie!



Spójrzcie na jeden z widoków z Sumbi
– pięknie tu jest, prawda?

Choć, po obejrzeniu tych zdjęć, może się Wam wydawać, że na takiej pięknej wyspie jak Sumba żyje się wspaniale, nasza codzienność wcale nie jest jednak taka różowa. Trudno jest tu o wodę pitną, brakuje jedzenia, ograniczony jest dostęp do lekarzy. W naszym rejonie żyje najgroźniejszy gatunek komarów przenoszący malarię – zakaźną chorobę krwi. Te komary w połączeniu z niskim poziomem higieny i słabym zdrowiem mieszkańców naszej wyspy sprawiają, że bardzo dużo osób choruje.

Sami zapewne wiecie, że jak jest się osłabionym czy chorym, to nie ma się siły na zabawę, nie można też się uczyć. Wtedy trudno się skupić, nic nie wchodzi do głowy, a organizm szybko się męczy. Dlatego wielu z moich starszych znajomych nie skończyło szkoły i nie może rozpocząć pracy. A jak nie pracują, to nie mają pieniędzy na jedzenie, co sprawia, że mają mało siły, więc nie mogą ani się uczyć, ani pracować. To się nazywa zaklęty krąg, bo tak trudno się z niego wyrwać.

Dzięki pomocy różnych organizacji na naszej wyspie podejmowane są działania, które mają nam pomóc wyrwać się z tego kręgu. Często są to takie proste rozwiązania! Tylko i tak wymagają pieniędzy, żeby je zrealizować. Na przykład na wykopywanie nowych studni, abyśmy mieli czystą wodę do picia, a nie korzystali z tej z rzeki, w której kąpią się zwierzęta, potrzebne są środki finansowe. Również regularne badania krwi, żeby od razu móc zacząć leczyć kogoś, kto się rozchorował, zanim choroba bardziej się rozwinie, jest kosztowne. Dostajemy czasem też dodatkowe jedzenie, żeby nie tracić sił. A przed komarami chronimy się moskitierami. Zobaczcie, jak to wygląda.



Tu moja koleżanka chciała Wam zaprezentować, jak wygląda moskitiera – to jest taka cienka siatka, jakby firanka, którą ostaniamy się łóżka, żeby nas w nocy nie gryzły komary i nie zaraziły nas malarią.



Tak czasami wygląda nasz obiad – jemy ryż, trochę warzyw i kawałek mięsa – choć mięso jemy najrzadziej, bo mało kogo na nie stać w naszej wiosce.



Tak wygląda pobieranie próbki krwi do badania, czy jesteśmy zdrowi i czy nie mamy malarii. Nic strasznego, jak widzicie, a lepiej zawsze sprawdzić, żeby w razie czego jak najszybciej zacząć się leczyć.

A tu możecie zobaczyć nowe ujęcie czystej, czyli nadającej się do picia, wody w naszej wiosce. Dzięki niej wszyscy będziemy zdrowi.



Wiercie mi: ja też nie lubię badania krwi, boję się strzykawek, które są używane do szczepień i czasami chciałbym nie myć zębów przed pójściem spać. Ale wiem, że to wszystko są czynności i zabiegi, które mają pomóc mi być zdrowym oraz mieć siłę na to wszystko, co chciałbym robić. Trzeba dbać o siebie na co dzień. A nie wtedy, kiedy zaczyna działać się z naszym organizmem coś złego, np. gdy bolą nas zęby. Czy nie jest tak? Sami powiedzcie!

Wiem, że jeśli nie będę dbał o higienę, nie będę w nocy wypoczywał i nie będę jadł zdrowych posiłków, to prędzej czy później okaże się, że nie mogę się bawić, chodzić do szkoły, przeżywać wspaniałych przygód, bo nie będę miał na to siły. Dlatego uważam, że dbanie o siebie jest bardzo, bardzo ważne. To jest według mnie jedna z największych wartości.

Czy zgadzacie się ze mną?

*Pozdrawiam Was serdecznie
Arief*

