

La storia di SAYMON
Versione Italiana

Saymon

Sars Cov-2
IL NEMICO INVISIBILE



Produzione
Osmar Negreiros
N° 01 - Aprile /2020

Saymon



Il fenomeno della pandemia di COVID-19, infezione respiratoria acuta causata dal nuovo coronavirus della famiglia cui appartiene, nota come sindrome respiratoria acuta grave 2(SARS-CoV-2), sarà illustrato qui dall'artista plastico Osmar Negreiros, in un approccio fittizio, mescolando dati reali con una narrativa creata dall'autore per dare vita al personaggio SAYMON.

La storia ci chiama a riflettere sui disturbi causati dal nuovo coronavirus, come i conflitti relativi al periodo di quarantena e i contributi della pratica del Karate in casa, oltre agli aspetti fisici, durante il periodo di isolamento sociale. Sottolinea inoltre, in modo subliminale, il grande potenziale della pratica regolare di karate nell'aumentare l'autostima per combattere la depressione e l'ansia. SAYMON conta sull'aiuto di Neko, una figura antropomorfa, per scoprire il suo KI e usare quell'energia vitale per sconfiggere il grande criminale invisibile che minaccia il pianeta Terra.

La traduzione e l'adattamento del testo fatti in Italiano ha un duplice obiettivo: quello di fornire ai ragazzi della Collettività Italiana un momento di simpatica integrazione letteraria, con la finalità del mantenimento della lingua e cultura Italiana e quello di aiutare a superare un momento così difficile di pandemia, trascorrendo un pó di tempo lontani da computer, televisione e quant'altro e dedicarsi a un pó di lettura.



Famiglia Brasile



Sceneggiatura: M° Osmar Negreiros

Design: M° Osmar Negreiros

Edizione: M° Osmar Negreiros

Traduzione adattamento in Italiano: M° Alfredo Apicella

Controllo ortografico: Marli Queiroz



OsmarAskaja@gmail.com



Karatejaguaribe.com.br



Osmar Negreiros Askaja



Askaja-Karate Jaguaribe



Osmar Negreiros Askaja



Professore Osmar Negreiros

Cintura Nera 4° Dan Shotokan - CBK - WKF

- ↪ Corso Superiore di Educazione Fisica
Iscritto Albo Professionale CREF 05/001192-CE - Brasile
- ↪ Dottorato in gestione Sportiva e Allenamento
- ↪ Direttore di Marketing della Federazione di Karate Stato del Cearà - Brasile
- ↪ Arbitro della Federazione di Karate Stato del Cearà - Brasile - CBK - WKF
- ↪ Arbitro della Confederazione Brasiliana di Karate - CBK - WKF
- ↪ Artista plastico
- ↪ Professore Liceo statale Stato Ceara'- Brasile
- ↪ Professore Universitário
- ↪ Autore della Rivista "A saga do Karate" 1, 2 e 3
- ↪ Autore della Rivista Quadrinhos Saymon
- ↪ Autore del Manuali del Kyu (6 volumes)
- ↪ Membro del Consiglio Direttivo Deliberativo della CBK
- ↪ Direttore del Marketing da CBK (Confederazione Brasiliana di Karate) - Organo ufficiale WKF.





Saymon

M° Alfredo Apicella, 8° Dan Karate Shotokan - CBK - WKF

Attraverso le mirabolanti avventure di Saymon l'artista plastico Osmar Negreiros, descrive i vari aspetti dell'impatto sociale della pandemia da COVID-19 e i possibili benefici psicofisici indotti dall'attività fisica, e dal Karate in modo particolare. Per sconfiggere il terribile nemico invisibile che minaccia il pianeta Terra, scoprendo il proprio KI e l'enorme potenziale di tale energia vitale, SAYMON conterà sull'aiuto di Neko, una seguace entità antropomorfa.

Il grande potenziale della pratica regolare del karate nell'aumentare l'autostima e nel fronteggiare ansia e depressione risulterà ancor più evidente in un periodo di forte stress da isolamento sociale come quello causato dal nuovo coronavirus.

In questo difficile momento di pandemia la possibilità di lettura anche in italiano di tali avventure fornirà un ottimo diversivo e una valida alternativa al computer, TV e cellulare ai ragazzi della Collettività Italiana e, allo stesso tempo, un ausilio per la pratica della lingua e magari uno stimolo all'attività fisica.

Ringrazio in particolar modo il presidente Luiz Carlos Cardoso per avermi offerto la possibilità di far parte della prestigiosa Confederazione di Karate, fornendomi così anche l'opportunità di conoscere il maestro Osmar Negreiros e gli altri collaboratori di questa bella opera.

Professionista di Grafica e Marketing Visuale, maestro di karate e professore scolastico Osmar Negreiros è un sensibile e attento conoscitore dell'essere umano ed in particolar modo dei più giovani e delle loro difficoltà.

La solidarietà, i veri valori umani e cristiani appresi anche con la pratica sportiva vengono riscoperti attraverso questa bella storia ambientata proprio in un momento di difficoltà e grande sofferenza per l'umanità. Spero che rimangano vividi anche quando questo disastroso evento sarà finalmente passato.

Ringrazio cordialmente il nostro Presidente del Comitato Olimpico Nazionale Italiano, Giovanni Malagò, per la sua particolare dedicazione verso tutti gli Italiani nel mondo, il nostro nuovo Ambasciatore Italiano in Brasile Francesco Azzarello e il Console Generale d'Italia a Rio de Janeiro Paolo Miraglia del Giudice.

Ringrazio vivamente la Presidentessa, dott.ssa Serena Parisi e il Segretario Generale Luca Massaccesi, amico e maestro di taekwon-do e vice campione olimpionico 1992, dell'Osservatorio Nazionale per la lotta al Bullismo che ho l'onore di rappresentare in Brasile e anche al Maestro Spartaco Bertoletti della Rivista Samurai.

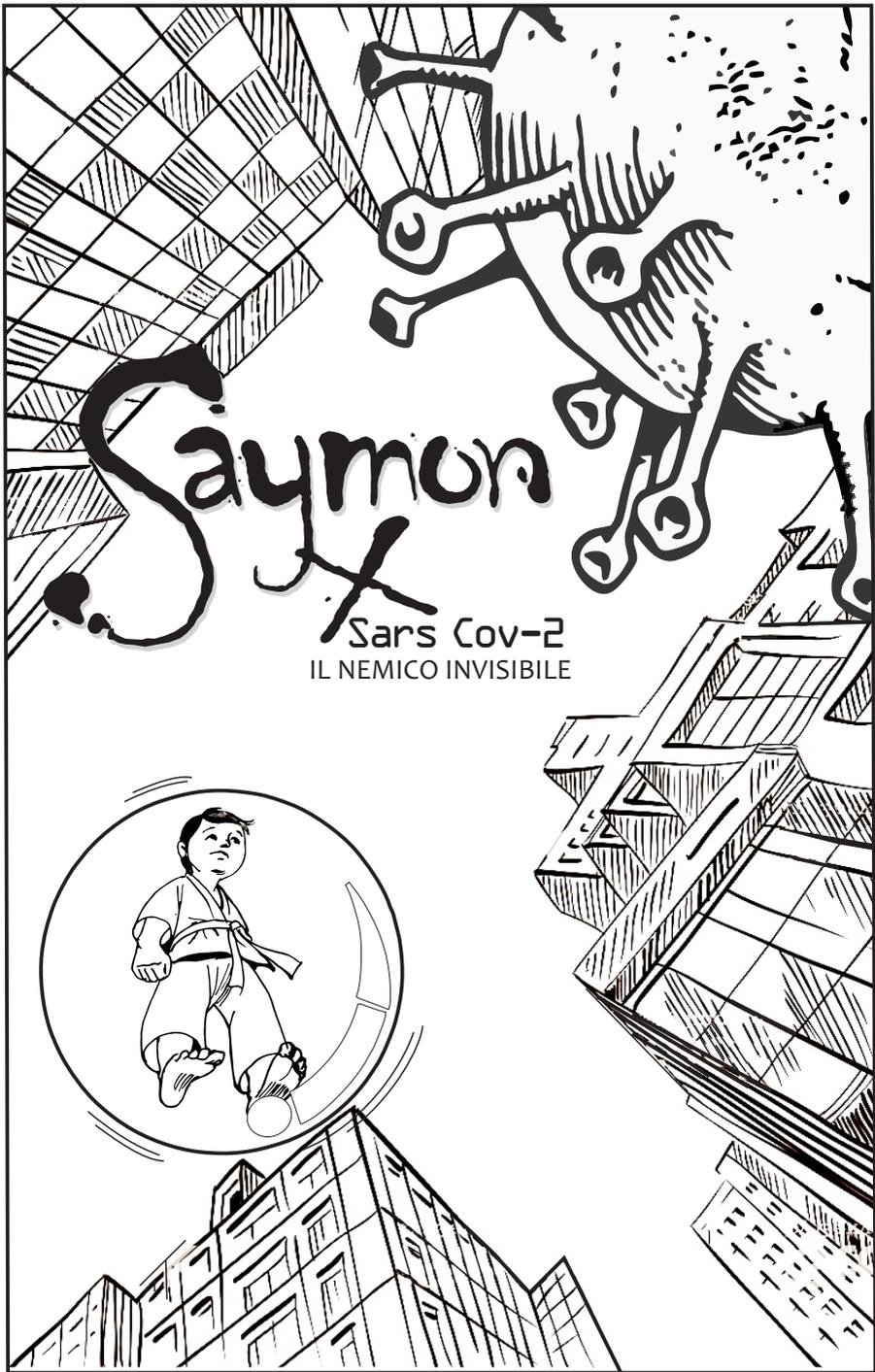
L'Osservatorio e la sua importante funzione sociale è frutto dell'impegno e degli sforzi messi in campo contro questi due gravi fenomeni, molto diffusi soprattutto fra i più giovani, da sportivi di fama internazionale, affermati professionisti e rappresentanti di Società Sportive.

Spero che questo opuscolo possa essere un seme di solidarietà per la nostra Collettività Sportiva Italiana in Brasile.

M° Alfredo Apicella
Delegato Coni Brasile



OSSERVATORIO NAZIONALE  SUL BULLISMO E DOPING



Saymon X

Sars Cov-2
IL NEMICO INVISIBILE

Saymon



Saymon

Praticante di karate, ragazzo di soli 8 anni, sarebbe un bambino come tutti gli altri, se non fosse per la sua straordinaria determinazione, purezza e senso di giustizia. Dopo essersi svegliato in una notte da incubo, Saymon è spinto a esercitarsi estenuamente. Durante gli esercizi mentalizza lo spirito irremovibile dello sforzo e inizia a canalizzare un'energia fluida inspiegabile, in perfetta armonia tra fisico e spirito. Questa energia vitale - KI, consente a Saymon di vedere l'invisibile, sviluppare un kime senza eguali e attivare un campo magnetico fluttuante e invalicabile.



Neko

Esperto di arti marziali, Neko (in giapponese il suo nome significa gatto), è un felino della famiglia dei felidi, estremamente agile e flessibile, con una straordinaria visione notturna e binoculare che gli consente di percepire chiaramente i movimenti in diverse condizioni di illuminazione. Ha un udito molto accurato e i suoi baffi sono molto sensibili, fornendogli informazioni sulla vibrazione dell'aria. La missione di Neko è di mantenere viva la fiamma dell'entusiasmo, della determinazione e della perseveranza delle persone speciali, attraverso la conoscenza di sé e canalizzando le energie che governano la natura e l'intero Universo.



Sars-CoV 2

Originario dell'est, gli antenati di Sars-CoV risalgono al 1937, ma si sarebbe diffuso in tutto il mondo creando panico negli anni '60, quando fu descritto come Coronavirus. Nel 2019 riappare dall'ombra. Sars-CoV 2, è un criminale invisibile virus che ha il potere di moltiplicarsi in modo incontrollato e infettare gli esseri umani attraverso il contatto fisico, per via aerea o per contatto con secrezioni contaminate.

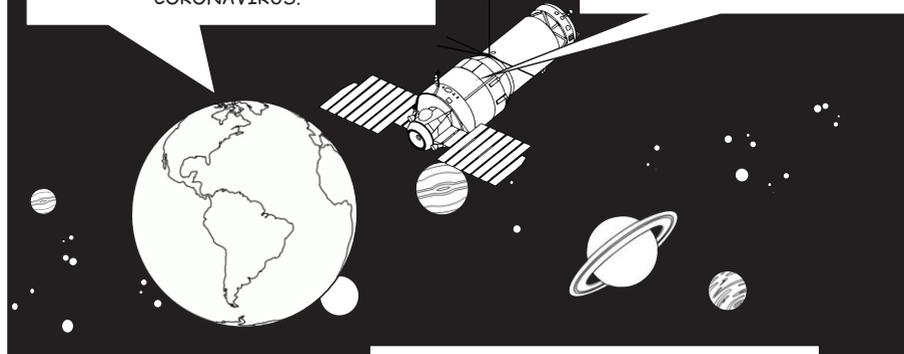
Questo virus sfrutta la fragilità delle persone, invade le vie aeree e si moltiplica attraverso i polmoni e può essere letale.

Sars-CoV 2, è altamente potente e selettivo, le sue vittime principali sono preferibilmente ipertesi, asmatici, diabetici, donne in allattamento e anziani.

Crede che contaminare il mondo intero sia una nobile missione e che aiuti a porre fine al dolore e alla sofferenza di queste persone.

UN NEMICO SILENZIOSO E LETALE CHE MINACCIA IL PIANETA TERRA. AUTORITÀ MONDIALI FORNISCONO RELAZIONI SUL COVID-19, UNA MALATTIA CAUSATA DAL NUOVO CORONAVIRUS.

L'ORGANIZZAZIONE MONDIALE DELLA SALUTE (OMS) DICHIARA CHE IL FENOMENO È UNA PANDEMIA... UN'EPIDEMIA SU SCALA GLOBALE.



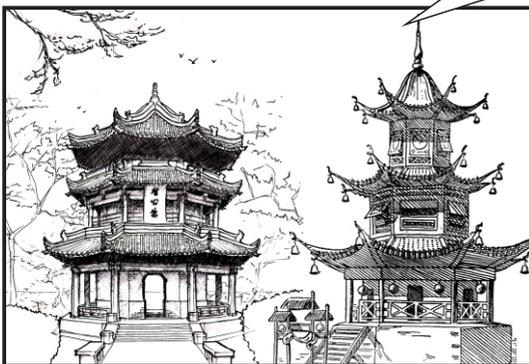
IL NUOVO CORONAVIRUS È ALTAMENTE CONTAGIOSO. NON ESISTE UN ANTIDOTO CONOSCIUTO NEL MONDO. SI PRESUME CHE TUTTE LE PERSONE POSSANO ESSERE RAGGIUNTE E CONTAGIATE DA QUESTO VIRUS.



L'ORGANIZZAZIONE MONDIALE DELLA SALUTE (OMS) HA RICEVUTO UN ANNUNCIO SU UNA SERIE DI CASI PNEUMONICI DI ORIGINE SCONOSCIUTI A WUHAN, CITTÀ CINESE CON 11 MILIONI DI ABITANTI.

IL PRIMO AVVISO DEL GOVERNO CINESE SULLA RILIEVO DEL NUOVO CORONAVIRUS È STATO EFFETTUATO IL 31 DICEMBRE 2019.

DALL'INIZIO DI COVID-19 QUESTO VIRUS HA AMMAZZATO MIGLIAIA DI PERSONE IN CINA DIFFONDENDOSI SU TUTTI I CONTINENTI.



LE ORIENTAZIONI SONO QUELLE CHE LE PERSONE SOGGIORNINO IN CASA TENTANDO COSÌ DI EVITARE CHE LA CONTAMINAZIONE POSSA DIFFONDERSI ANCORA DI PIÙ.





PAPÀ, PERCHÉ SONO STATE SOSPESE LE LEZIONI DI KARATE?

PERCHÉ LE STRADE SONO COSÌ VUOTE?

È STATA UNA DETERMINAZIONE DEL GOVERNO ED È UN' ORIENTAMENTO DELL' ORGANIZZAZIONE SANITARIA MONDIALE...

... LE PERSONE DEVONO SOGGIORNARE IN CASA PER PREVENIRE CHE IL VIRUS POSSA CONTAMINARE TUTTI.

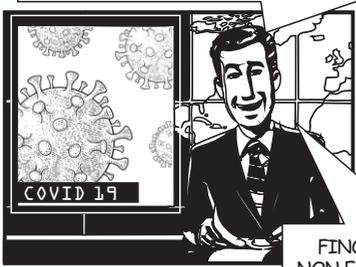


LE ULTIME NOTIZIE DEL 27 APRILE INDICANO CHE LE PERSONE CONTAMINATE DAL NUOVO CORONAVIRUS SIA DI CIRCA TRE MILIONI DI INDIVIDUI.

PAPA , QUINDI SE NON AVREMO UN ANTIDOTO MORIREMO TUTTI?!

CALMA, FIGLIO, NON ANDIAMO IN PANICO.....

L'ITALIA HA PIÙ DI 27.000 MORTI E QUASI 200.000 CASI CONFERMATI DALL' INIZIO DELLA PANDEMIA.



FINO A QUESTO MOMENTO NON ESISTE È UN ANTIDOTO ...



ESISTONO GRUPPI DI TIPO A RISCHIO: ANZIANI, DIABETICI, IPERTENSI, PERSONE ASMATICHE... MA NON PREOCCUPARTI, HO INSTALLATO QUESTO SENSORE CHE INDICHERÀ LA PRESENZA DEL VIRUS

E IL NONNO???

... ANCHE SE NON POSSIAMO VEDERLO?



sì ... sì ... LUI CI AVVISERÀ ...

?!

?!

TRIMMMMMMMMM!!!!

L' OSPEDALE DA INFORMAZIONI ALLE FAMIGLIE SUI PAZIENTI INTERNATI ...



AHH!!

COSA È SUCCESSO? COME STA MIO PADRE?

COSA È ACCADUTO CON LUI?

COSA È SUCCESSO AL NONNO?



QUESTA MATTINAIL SIGNOR BRASILE È ENTRATO IN QUESTA UNITÀ SANITARIA..



ABBIAMO BISOGNO DI UN ELENCO CON IL NOME DI TUTTE LE PERSONE CON CUI LUI È STATO CONTATTATO NEGLI ULTIMI GIORNI ...

SÌ SÌ!

?!

COME STA IL NONNO ?!

LEI COME STA? E SUA MOGLIE? DOVRESTE VENIRE IN OSPEDALE, URGENTEMENTE.



FIGLIO MIO,
FAI I COMPITI DI CASA DI
OGGI E NON APRIRE LA PORTA
A NESSUNO. ZIA MARIA TI FARA'
COMPAGNIA FINCHE' NOI
NON TORNEREMO.

MARIA, DAI UN
AIUTO A LUI PER I
COMPITI.

LASCIA FARE
A ME. QUESTO È IL
LIBRO CHE STAVA
MANCANDO PER
POTER SVOLGERE
I COMPITI.

SAYMON,
UBBIDISCI A ZIA MARIA. STAREMO
TORNANDO PRESTO... E RICORDATI: NON
SIAMO IN VACANZA, FAI TUTTI I
COMPITI. AH...
E NON USCIRE DI CASA...

NESSUN
GIOCHINO NEL
CELLULARE, HEE
...GIOVANOTTO.

CIAO!!!

HUUUMM.
CIAO!!!

POTETE ANDARE
TRANQUILLI!!!... NON
PREOCCUPATEVI, AVRO' CURA
DI SAYMON CORRETTAMENTE E
GLI PREPARERO' UNA BELLA
COLAZIONE.



UNA STRANA ATMOSFERA
INVADE L' AMBIENTE ...



MIAAAAAAUU!

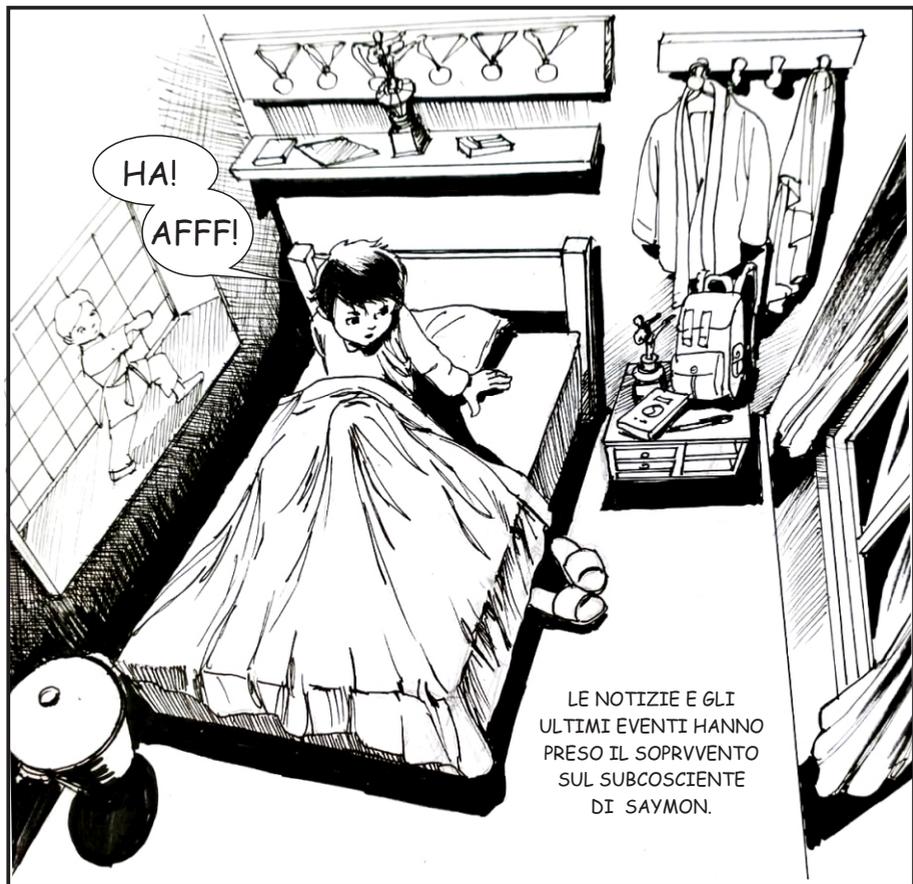






SAYMON SI SVEGLIA DISPERATO NEL MEZZO DELLA NOTTE, LA SUA MENTE E' INVASA DALLA PAURA ...

NOOO!!!



HA!

AFFF!

LE NOTIZIE E GLI ULTIMI EVENTI HANNO PRESO IL SOPRVENTO SUL SUBCOSCIENTE DI SAYMON.



COME ???!



SEI ARRIVATO
TARDI, MIO NONNO
GIÀ È STATO
CONTAMINATO.

TUO NONNO
SI RECUPERÀ ...
VEDRAI. LUI È PIÙ
FORTE DI QUANTO
TU PENSI.

TU PUOI...
SÌ, SOLO NON
SAIANCORÀ
COME





QUESTO MOSTRA CHE HAI CORAGGIO E DETERMINAZIONE. ELEMENTI INDISPENSABILI PER SUPERARE QUALSIA SI SFIDA.

FORZA, GUERRIERO! GUARDA QUANTI TITOLI CHE HAI CONQUISTATO!

HMMM...



VESTI IL KIMONO E COMINCIAMO.

ADESSO?!



ANDIAMO A SVUOTARE LA MENTE DA TUTTI I CATTIVI PENSIERI.

OSSI!!!

OSSI!!!



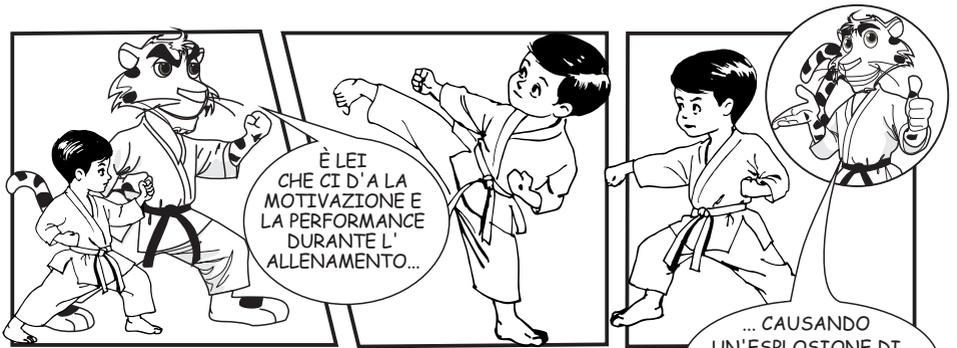
SENTI IL TUO CORPO, LASCIALO FLUIRE. RESPIRA...

AL DI LA' DEGLI ALTRI BENEFICI, QUANDO PRATICIAMO KARATE, IL NOSTRO ORGANISMO PRODUCE UNA GRANDE QUANTITÀ DI ENDORFINA. CHE VIENE RILASCIATA NEL NOSTRO CORPO, ...

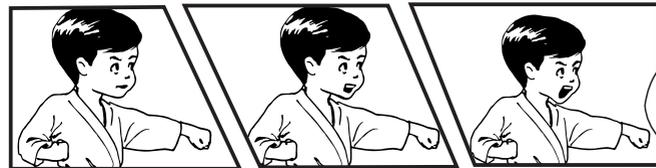


... L' ENDORFINA AUMENTA LA DISPOSIZIONE FISICA E MENTALE E MIGLIORA ...

... LA RESISTENZA IMMUNOLOGICA.



È LEI
CHE CI D'A LA
MOTIVAZIONE E
LA PERFORMANCE
DURANTE L'
ALLENAMENTO...



KIAAAAAAAAAAAAI!

... CAUSANDO
UN'ESPLOSIONE DI
EUFORIA E FORZA DI
VOLONTÀ.
CANALIZZA QUESTA
ENERGIA, FALLA FLUIRE ...
SENTI L'ARMONIA DEL TUO
CORPO DELLA MENTE E
DELLO SPIRITO.



QUESTO È LO
SPIRITO: CREARE
STIMOLI PER
SUPERARCI!!

KIAAAAI!

INCREDIBILE !!!
MI SENTO COME SE L'ACQUA,
IL FUOCO, L'ARIA ... LA NATURA,
GLI ASTRY E TUTTE LE FORZE
DELL'UNIVERSO COSPIRASSERO
A MIO FAVORE.

QUESTO È
POSSIBILE SOLO
QUANDO SVUOTIAMO LA
NOSTRA MENTE DI TUTTO
IL MALE E CANALIZZIAMO
TUTTA QUESTA ENERGIA
PER IL BENE COMUNE

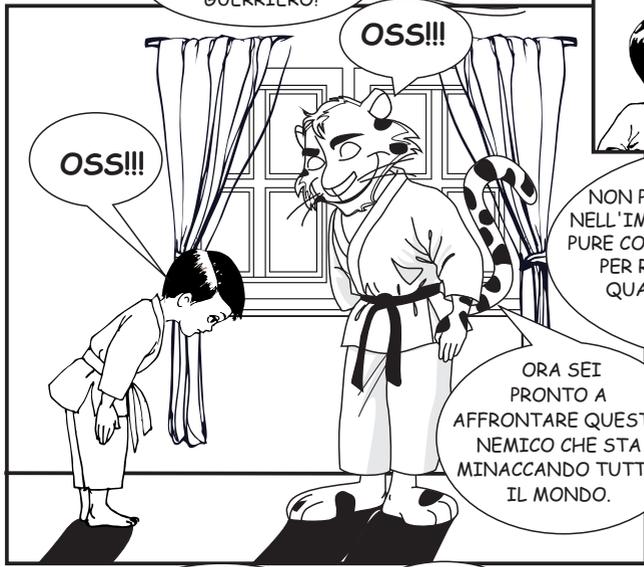


TU CISEI RIUSCITO ... HAI DOMINATO "L' ESSENZA VITALE" IL KI, UN ENERGIA CHE E' CARICA DI DI FORZA VITALE. MA... NON DIMENTICARE, IL NEMICO È ASTUTO E HA UN NOME E COGNOME SARS-COV-2!

MA....MA...PERCHE IO? SONO APPENA UN RAGAZZO!!!



PERCHE NON TU? IN FINE SEI TU IL MAESTRO!!!



IO? RSRRSRSRS... NON POSSO, IO ESISTO APPENA NELL' IMMAGINARIO DELLE PERSONE PURE COME TE. SONO STATO CREATO PER RIACCENDERE LA FIAMMA, QUANDO ELLA È VACILLANTE ALL' INTERNO DI OGN' UNO DI NOI.

ORA SEI PRONTO A AFFRONTARE QUESTO NEMICO CHE STA MINACCIANDO TUTTO IL MONDO.



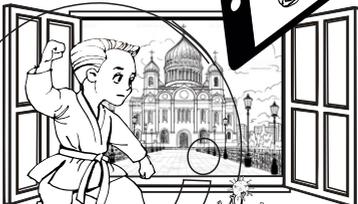
SARA' CHE È STATO UN SOGNO? DI QUALCHE MODO...

È IL SEGNO CHE DEVO FARE QUALCOSA.

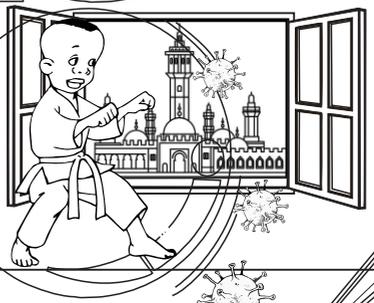
SAYMON PROMUOVE UNA
CAMPAGNA, STIMOLANDO LA
PRATICA DEL KARATE IN CASA.

SE PRATICIAMO CON MOLTA
VOLONTÀ, GENERIAMO UN'ENERGIA
IN GRADO DI SCONFIGGERE QUESTO
NEMICO INVISIBILE E LETALE.

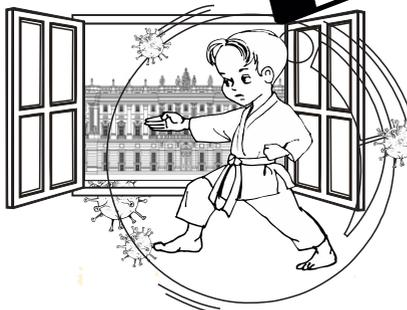
CONDIVIDI CIO' CON IL
MONDO INTERO. SEN NOI
MANTERREMO LA
CONCENTRAZIONE
INATTACCABILE, IL
NOSTRO CORPO SARÀ
AVVOLTO DA UNA
INCREDIBILE ENERGIA! E
LA LIBERAZIONE DEL
KI AVVERRÀ!



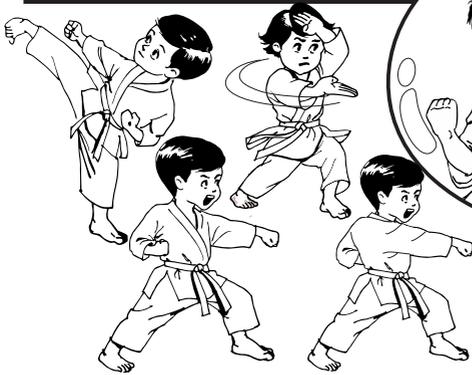
CREIAMO UNA SINERGIA DI SFORZI!
COSI' GENERIAMO QUESTA ENERGIA
PER TUTTO IL MONDO!



PRATICA OGNI GIORNO.
SENTI L'ENERGIA! INSIEME
VINCEREMO QUESTA
BATTAGLIA!



SAYMON PASSA AD ALLENARSI QUOTIDIANAMENTE...



KIAAAAI!!!

... DIVENTANDO
SEMPRE PIÙ FORTE,
OGNI GIORNO.

OOHH!
MIO DIO !!!

COSA
SUCCUDE?!
MAMMA?!
PAPA' ?

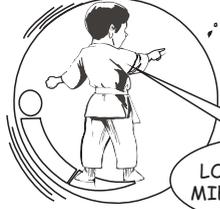
IL SENSORE
RIVELA LA LORO
PRESENZA!

GLI ALLENAMENTI DIVENTANO OGNI PIÙ INTENSI...



COSA
ACCADDE???

È IL
VIRUS!!

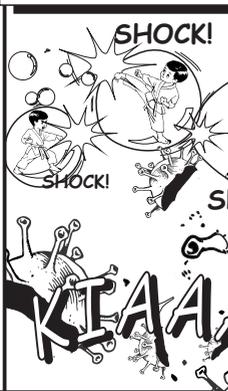


STAI
LONTANO DAI
MIEI GENITORI!

MIO FIGLIO!
ESCI DA QUI.
VELOCE!!



SAYMON È PRESO DA UNA POTENTE ENERGIA ...



SHOCK!

SHOCK!

SHOCK!

SHOCK!

KIAAAAI!!!

AHHHH!?

FIGLIO
MIO !!?



...COSA TI FA FLUTTUARE,
AVVOLTO DA QUESTO
CAMPO MAGNETICO.



PERCHÉ
STA FACENDO QUESTO
CON LE PERSONE? NON SI
RENDE CONTO CHE STA
CAUSANDO DOLORE E
SOFFERENZA AL
MONDO?

CON QUESTA
QUARANTENA, LE PERSONE
NON POSSONO PIU' ABBRACCIARSI
... SONO DISTANTI ...NON
POSSONO VISITARE I LORO AMICI
... I BAMBINI NON POSSONO
GIOCARRE NEL PARCO...

AHAHAHA !!!
SEI PAZZO! NON SONO STATO IO
CHE HO FATTO QUESTO, SIETE STATI VOI,
IO HO SOLO FATTO IN MODO CHE VOI AVRESTE
PERCEPITO... FA MOLTO TEMPO CHE " GLI ESSERI
UMANI" HANNO PERSO L'UMANITÀ...
NON CAPISCI CHE VI STO AIUTANDO A
RISCATTARE VOI STESSI? ...ORA
DOVETE STARE IN CASA
E INTERAGIRE.

VOI AVETE
PORTATO IL CAOS NEL
MONDO!!! MIGLIAIA DI ESSERI
UMANI STANNO SOFFRENDO
IN QUESTO MOMENTO CON LA
PERDITA DELLE PERSONE
CHE TANTO AMANO.



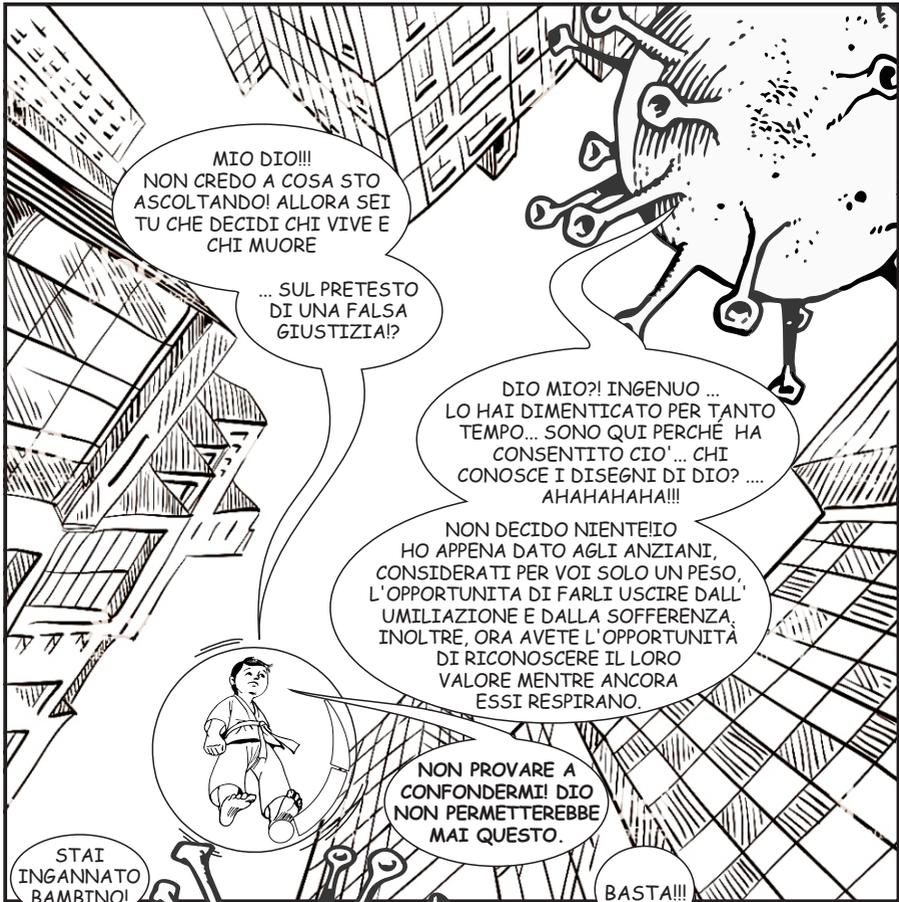
TU NON SAI NULLA,
RAGAZZO MIO! IL MIO
OBBIETTIVO QUI SONO
GLI ANZIANI...

MA APPROFITTO
PER FAR SENTIRE A VOI
SULLA PELLE CHE COSA
GLI ANZIANI
SENTONO.

...SENTI ...PER CAUSA
TUA MIO NONNO IN
QUESTO MOMENTO È NEL
LETTO DI UN OSPEDALE,
TRA LA VITA E LA
MORTE...



ORA VOI STATE
PROVANDO SULLA
PELLE COSA SIGNIFICA
VIVERE ISOLATI
SOCIALMENTE,...



MIO DIO!!!
NON CREDO A COSA STO
ASCOLTANDO! ALLORA SEI
TU CHE DECIDI CHI VIVE E
CHI MUORE

... SUL PRETESTO
DI UNA FALSA
GIUSTIZIA!?

DIO MIO?! INGENUO ...
LO HAI DIMENTICATO PER TANTO
TEMPO... SONO QUI PERCHÉ HA
CONSENTITO CIO' ... CHI
CONOSCE I DISEGNI DI DIO?
AHAHAHAHA!!!

NON DECIDO NIENTE! IO
HO APPENA DATO AGLI ANZIANI,
CONSIDERATI PER VOI SOLO UN PESO,
L'OPPORTUNITÀ DI FARLI USCIRE DALL'
UMILIAZIONE E DALLA SOFFERENZA.
INOLTRE, ORA AVETE L'OPPORTUNITÀ
DI RICONOSCERE IL LORO
VALORE MENTRE ANCORA
ESSI RESPIRANO.

NON PROVARE A
CONFONDERMI! DIO
NON PERMETTEREBBE
MAI QUESTO.

STAI
INGANNATO
BAMBINO!

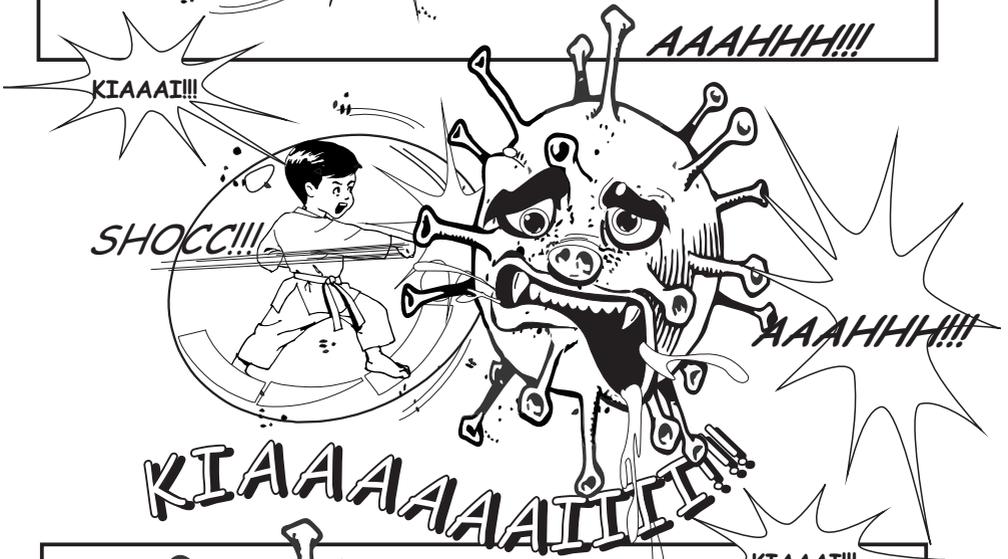
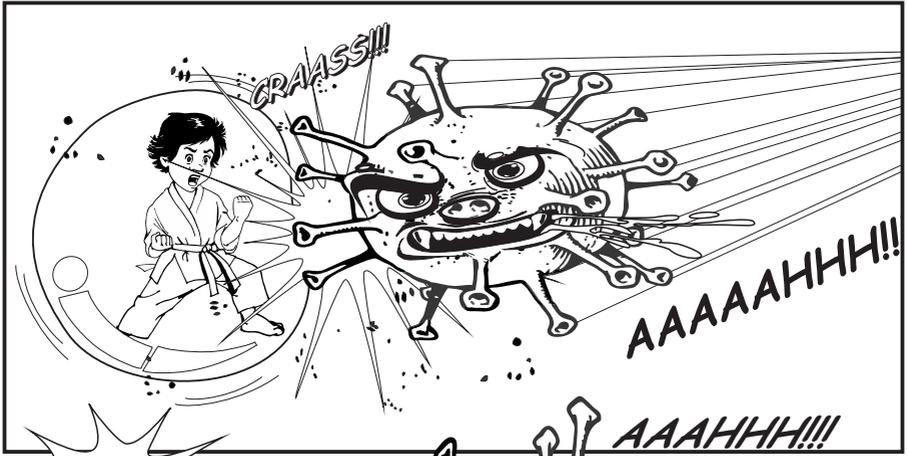
BASTA!!!



STANNO MORENDO
BAMBINI, GIOVANI E,
ADULTI?! CHIARO CHE
SÌ...UN MINIMO
ACCETTABILE.

...IN OGNIGUERRA
MUOIONO TANTI
INNOCENTI. E ALTRE
PERSONE MORIRANNO
DOVUTO AD ALTRI
MALI.

DOBBIAMO
METTERE ANCHE
QUESTO SUL MIO
CONTO, VERO?



...IL VIRUS...SI STA'
MOLTIPLICANDO!!! PARE CHE
QUANDO PIU' SI RIPRODUCE
PIU' E' VULNERABILE.



SE IO RIESCO A COLPIRLO
ADESSO, CON TUTTO IL MIO
KI, TUTTE LE CELLULE DA LUI
RIPRODOTTE SARANNO
DISTRUTTE INSIEME A LUI.

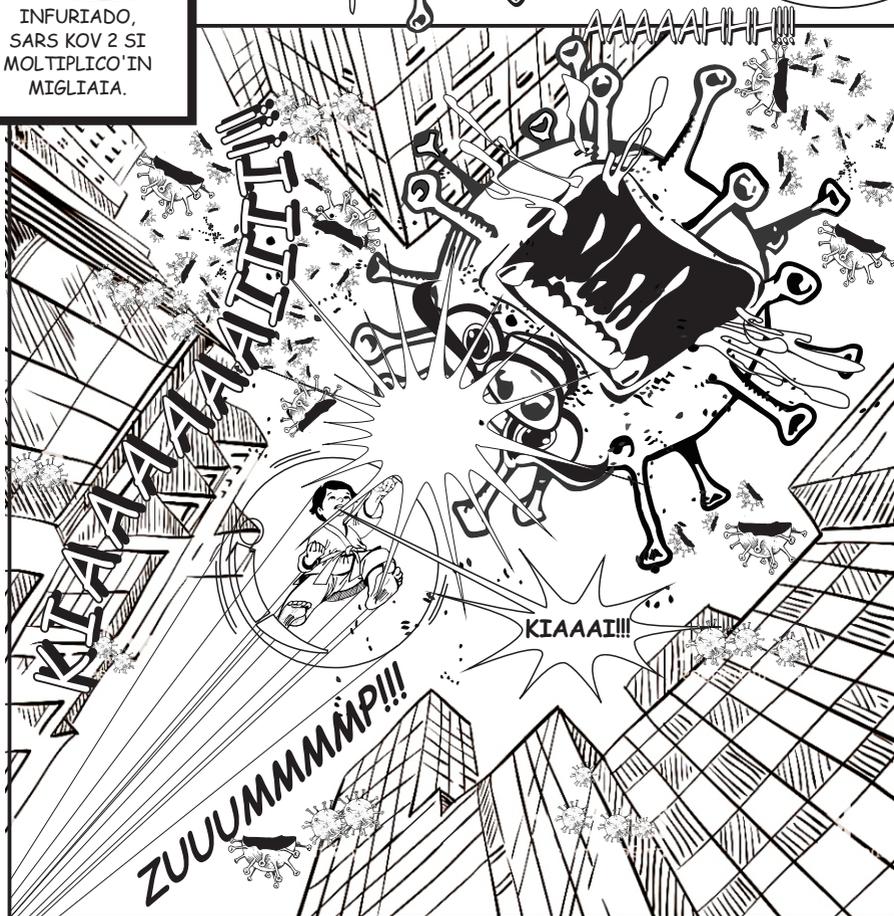
TI HO SOTTOSTIMATO
RAGAZZO! MA ADESSO
È FINITA PER TE!

INFURIATO,
SARS KOV 2 SI
MOLTIPLICA' IN
MIGLIAIA.



AAAAAAH-H-H!!!!

VAI VIA
ADESSO O TI
DISTRUGGERO!!!



AAAAAAH-H-H!!!!

KIAAAT!!!

ZUUUMMMP!!!



GUARDA FIGLIO,
TUTTO È TORNATO ALLA
NORMALITÀ! GRAZIE A TE,
IL NOSTRO EROE!

ABBIAMO
RICEVUTO UNA TELEFONATA
DALL'OSPEDALE, TUO NONNO SI È
GIÀ RECUPERATO E USCIRÀ OGGI
...CHE PENSI DI ANDARLO A
PRENDERE?

LIBERI DA COVID-19, LA VITA RITORNA
ALLA NORMALITÀ IN TUTTO IL MONDO.
LA PANDEMIA CHE HA CAUSATO
GRANDI DANNI E DANNEGGIATO FAMIGLIE
IN TUTTO IL MONDO PORTA CON SE
ANCHE GRANDI RIFLESSIONI!!

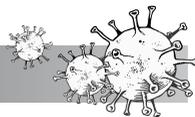
... COME STIAMO TRATTANDO IL PROSSIMO?

...CHE COSA VERAMENTE HA IMPORTANZA
NELLA NOSTRA VITA?

CERTO!!!
ANDIAMO ADESSO?
HO BISOGNO DI DIRGLI
QUANTO LO AMO!

FINE.

Cosa è il COVID-19



COVID-19 è una malattia causata dal coronavirus SARS-CoV-2, che presenta un quadro clinico che va dalle infezioni asintomatiche alle gravi condizioni respiratorie. Secondo l'Organizzazione mondiale della sanità (OMS), la maggior parte dei pazienti con COVID-19 (circa l'80%) può essere asintomatica e circa il 20% dei casi può richiedere cure ospedaliere perché hanno difficoltà a respirare e in questi casi circa il 5% potrebbe essere necessario supporto per il trattamento dell'insufficienza respiratoria (supporto ventilatorio).

Cos'è il coronavirus?

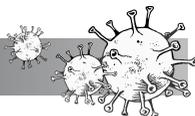


Il coronavirus è una famiglia di virus che causa infezioni respiratorie. Il nuovo agente coronavirus è stato scoperto il 31 dicembre 2019, dopo casi segnalati in Cina.

I primi coronavirus umani furono isolati per la prima volta nel 1937. Tuttavia, fu nel 1965 che il virus fu descritto come coronavirus, a causa del profilo al microscopio, che sembrava una corona.

La maggior parte delle persone è infettata dai comuni coronavirus per tutta la vita, con maggiori probabilità che i bambini piccoli vengano infettati dal tipo più comune di virus. I coronavirus più comuni che infettano l'uomo sono l'alfa coronavirus 229E e NL63 e il beta coronavirus OC43, HKU1.

Quali sono i sintomi?



I sintomi di COVID-19 possono variare da un semplice raffreddore a una polmonite grave. I sintomi più comuni sono:

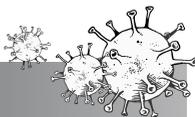
Tosse

Febbre

Naso che cola

Mal di gola

Difficoltà a respirare



Come viene trasmesso?

La trasmissione avviene da una persona malata a un'altra o attraverso uno stretto contatto attraverso:

Toccando la stretta di mano;

Goccioline di saliva;

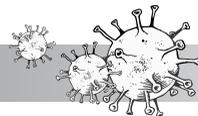
Starnuti;

Tosse;

Catarro;

Oggetti o superfici contaminati, come telefoni cellulari, tavoli, maniglie delle porte, giocattoli, tastiere di computer, ecc.

Come proteggersi?



Le raccomandazioni di prevenzione per COVID-19 sono le seguenti:

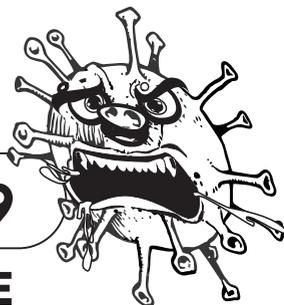
- Lavati spesso le mani fino ai polsi con acqua e sapone o puliscile con alcool in gel al 70%.
- Quando tossisci o starnutisci, copri il naso e la bocca con un fazzoletto o il braccio, non le mani.
- Evitare di toccare occhi, naso e bocca con mani non lavate.
- Quando si tocca, lavarsi sempre le mani come indicato.
- Mantenere una distanza minima di circa 2 metri da chiunque tossisca o starnutisca.
- Evita abbracci, baci e strette di mano. Adotta un comportamento amichevole senza contatto fisico, ma sempre con un sorriso sul viso.
- Disinfetta frequentemente telefoni cellulari e giocattoli per bambini.
- Non condividere oggetti personali, come posate, asciugamani, piatti e bicchieri.
- Mantenere gli ambienti puliti e ben ventilati.
- Evita la circolazione non necessaria nelle strade, negli stadi, nei teatri, nei centri commerciali, nei concerti, nei cinema e nelle chiese. Se puoi, resta a casa.
- Se sei malato, evita il contatto fisico con altre persone, in particolare gli anziani e i malati cronici, e resta a casa fino a quando non starai meglio.
- Dormi bene e mangia sano.
- Usa le maschere fatte in casa o fatte a mano in tessuto quando esci di casa.

Ministério da Saúde

<https://coronavirus.saude.gov.br/>



ASKAJA
Associação de Karate de Jaguaribe
Entidade de ensino e desenvolvimento da
modalidade Karate no Município de Jaguaribe



CORONAVÍRUS COVID-19

ALCUNE NORME PROTEZIONE



Lavarsi le mani
costantemente.



Coprirsi naso
e bocca nello
starnutire.



Evitare di
toccarsi naso,
bocca e occhi.



Mantenere
la distanza dalle
persone che
presentono sintomi.



Non condividere
oggetti di uso
personale

VANTAGGI DELLA PRATICA DI KARATE

La pratica regolare del Karate, guidata da un professionista qualificato, offre numerosi vantaggi, come il miglioramento della memoria, la concentrazione, l'umore e aumenta il benessere.

La pratica costante del Karate aiuta anche nei casi di depressione e ansia, riducendo lo stress e la tensione corporea. Inoltre, rafforza il sistema immunitario, così come il sistema muscolare, regola l'intestino, abbassa il colesterolo, aiuta a ridurre il dolore cronico, brucia calorie, aiuta a perdere grasso localizzato, migliora l'autostima, migliora la flessibilità, l'elasticità e la postura, aiutando anche a controllare la pressione sanguigna e riducendo il rischio di malattie croniche, come il diabete e la pressione alta.



Rua Benício Diógenes, 1068 - Bairro Américo Bezerra
Jaguaribe - Ceará
Contato: (88) 99714-0807
CEP: 63475000



OsmarAskaja@gmail.com



Karatejaguaribe.com.br



Osmar Negreiros Askaja



Askaja-Karate Jaguaribe



Osmar Negreiros Askaja



ASKAJA

Associação de Karate de Jaguaribe

Entidade de ensino e desenvolvimento da
modalidade Karate no Município de Jaguaribe

Professor Osmar Negreiros

Faixa Preta 4º Dan

CREF 1192 - CE

Rua Benício Diógenes, 1068 - Bairro Américo Bezerra

Jaguaribe - Ceará - Brasil

CEP: 63475000

Contato: (88) 99714-0807



CONI
DELEGAZIONE
BRASILE

PROJETO EM PARCERIA INTERNACIONAL

OSSERVATORIO NAZIONALE  SUL BULLISMO E DOPING