

¿QUÉ
ES EL

COVID-19

Y QUÉ ESTÁ PASANDO
EN RELACIÓN A ESO?

El **COVID-19** es la enfermedad causada por el coronavirus, hace que las personas se sientan con gripe o resfriado. **A la gran mayoría no les hará daño, pero es mejor evitar sentirnos mal.**

Algunas personas tienen otros problemas de salud, y les haría muy mal tener el virus. **Es por eso que hay que tener cuidado.**

Al virus le encanta viajar de un lugar a otro, de mano en mano. En especial le gusta **“chocar los cinco”**, por eso tenemos que evitar hacerlo.

¡Muchas personas científicas están trabajando y buscando soluciones!

NADA MALO VA A PASARTE

¡Pero es importante prevenir el contagio!

Podemos empezar por lavarnos bien las manos -con agua y jabón-, para evitar que los microbios viajen de aquí para allá. **¿Cuándo hay que hacerlo?**

- Antes de cocinar y comer
- Antes y después de ir al baño
- Luego de jugar
- Después de usar transporte público (ómnibus, taxis, autos)

**CHOCA
LOS CINCO**



Es importante que nos lavemos muy seguido. ¿Cómo lo hacemos?



1
Nos mojamos
las manos



2
¡Hacemos mucha espuma
con el jabón!



3
Frotamos las manos,
cantando una canción
es más divertido!



4
Dejamos correr el
agua hasta que se
vaya todo el jabón



5
Nos secamos las manos con una
toalla limpia (si puede ser con papel
descartable, mejor)

ESTA ES UNA SITUACIÓN PASAJERA

Es normal que sientas **confusión, preocupación, nervios, enojo o incluso tristeza.** A todas las personas nos pasa; pero, por suerte, no estamos solos en esto: **¡nos cuidamos entre todas y todos!** Si ves que otros niños o niñas están tristes, tal vez puedas preguntarles cómo se sienten y compartir tus sentimientos. **¡Esta situación ya va a pasar!**

**¡JUNT@S
PODEMOS!**



¿QUÉ PODEMOS HACER

EN CASA?

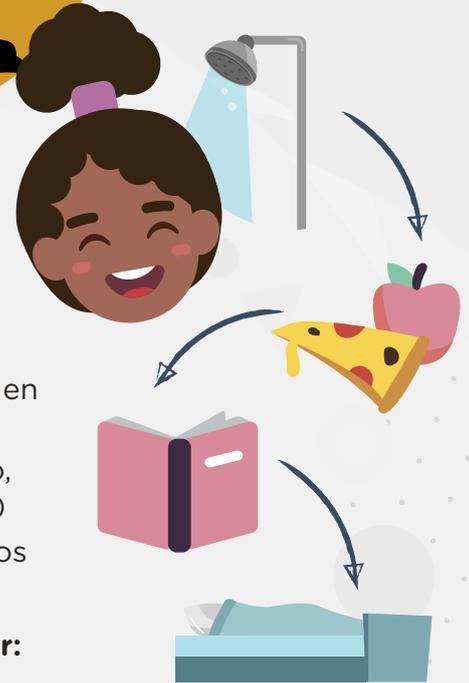
¡ARMÁ TU PROPIA RUTINA!

Te damos algunas ideas:

- Planificar los próximos 2 o 3 días para saber qué haremos
- Ir proponiendo cosas para hacer y colocarlas en una cartelera, o en el cronograma semanal
- Mantener las actividades que ya veníamos haciendo en el Centro, con algunos cuidados (por ejemplo: huerta, asambleas, etcétera)
- Podemos poner un espacio en el cronograma, en el cual usaremos nuestras Ceibalitas: por ejemplo, de 14 a 15 hs

Cosas que podemos hacer para cerrar cada día antes de ir a dormir:

- Leemos o inventamos cuentos
- Si tenemos patio o ventanas podemos mirar las estrellas y en silencio escuchar los sonidos
- Ensayar y cantar una canción juntas/os
- Miramos una película



¡Podemos tener un organizador individual con nuestro nombre, o compartirlo con nuestros compañeros y compañeras!

TENEMOS ALGUNAS IDEAS DE JUEGOS PARA COMPARTIR:

- Jugar juegos de mesa
- Cantar canciones
- Poner música y bailar
- Un cuento antes de ir a dormir
- Plastilina
- Hacer collage con recortes
- Pintar con acuarelas/pintura acrílica
- Contamos historias
- Decoramos cajas de cartón
- Pintamos piedras
- Leemos libros de cuentos o poesías
- Hacemos pulseras o collares
- Jugamos memory de imágenes
- Jugamos con puzzles
- Decoramos camisetas viejas
- Hacemos algún experimento casero
- Lavamos juguetes con agua y jabón y los secamos
- Hacemos juntas/os la merienda
- Hacemos gimnasia
- Hacemos yoga
- Investigamos sobre países (sus comidas, sus costumbres y climas)
- Participamos de las tareas cotidianas (hacemos la cama, preparamos la mesa)

