



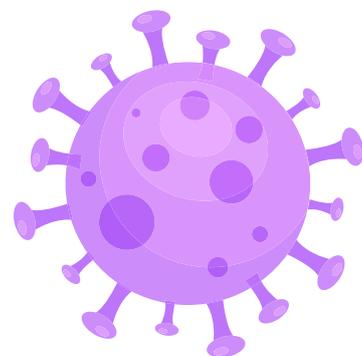
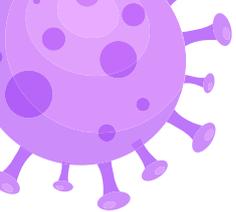
Vamos falar sobre o novo coronavírus com as crianças?



Use este material para conversar com os pequenos da sua casa sobre a situação atual.

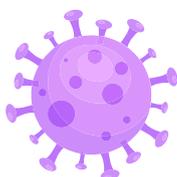
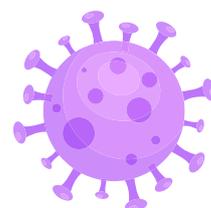
ÍNDICE

Mas afinal, quem é esse tal de coronavírus?	3
Como alguém pega o novo coronavírus?	7
Quem fica doente sente o quê?	9
O que fazer para se proteger?	10
Para se divertir	15
Caça-palavras	16
Cruzadinha	17
Desembola	18
Jogo dos 7 erros	19
Pedra, papel e tesoura	20
Pé de feijão	22
Mão na massa	25
Caça ao tesouro	27
Autorretrato	27
Use a imaginação	28
Hora da história	28



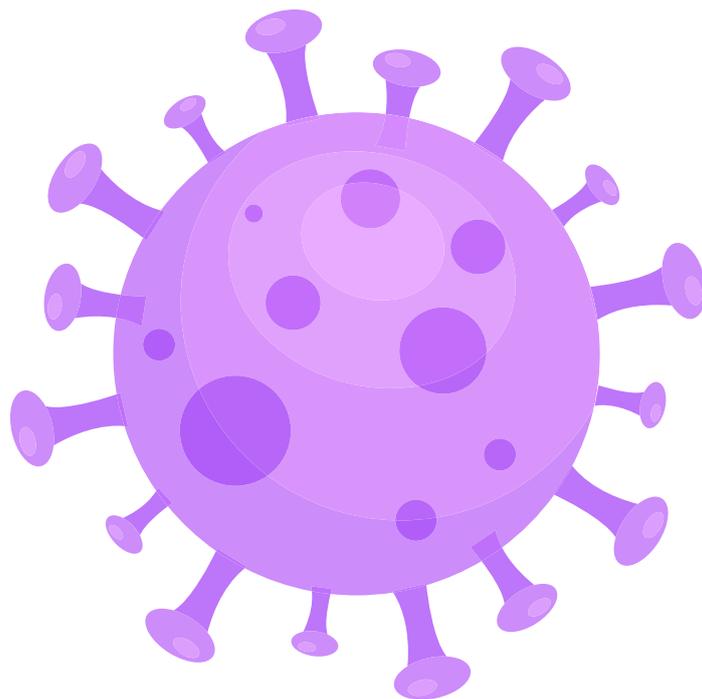
De repente, toda a nossa vida mudou. As escolas pararam, as lojas fecharam, e até o parquinho ficou vazio. Tudo isso por causa do **novo coronavírus**.

MAS AFINAL, QUEM É ESSE TAL DE NOVO CORONAVÍRUS?



O **novo coronavírus** é um micro-organismo bem pequenininho, tão pequeno que só conseguimos enxergar com a ajuda de um microscópio e tem esse nome por causa da sua aparência.





O vírus parece que está sempre usando uma coroa...

Mas de rei ele não tem nada!

Na verdade, o **coronavírus é muito contagioso** e passa de pessoa para pessoa causando uma doença chamada **COVID-19**. Nome estranho, né?

No começo, **ela até parece uma gripe comum, mas a COVID-19 é bem mais séria que isso.**

Médicos e cientistas do mundo inteiro ainda têm dúvidas sobre a doença, que ainda não tem remédio nem vacina.

Por isso, precisamos aprender a nos proteger desse vírus perigoso e **cuidar da nossa saúde.**



COMO ALGUÉM PEGA O NOVO CORONAVÍRUS?

O novo coronavírus pode ser transmitido pelo ar, sem a gente perceber.

E toda vez que uma pessoa infectada **tosse ou espirra**, ele se espalha por aí.

Por isso, se a gente abraçar, der as mãos ou beijar alguém que esteja com o vírus, **pode se infectar também.**





Ah, e tem mais: alguns objetos como celulares, maçanetas, chaves e brinquedos podem ser contaminados. **Então, lembre-se sempre de lavar as mãos!**



QUEM FICA DOENTE SENTE O QUÊ?

Quem está infectado **pode até não sentir nada**. Mas se ficar doente, pode dar **febre e tosse, além de sentir dificuldade para respirar**. Chato, né?!

Algumas pessoas também ficam com **dor no corpo, dor de garganta e nariz entupido**. Então, se você ou alguém que você conhece estiver se sentindo assim, é importante falar com um adulto.



O QUE FAZER PARA SE PROTEGER?

Como ainda não se sabe muito sobre o novo coronavírus, a única maneira de se **proteger** é tomando alguns cuidados:

- Lave as mãos com água e sabão várias vezes ao dia. **E tem que lavar bem direitinho, esfregando entre os dedos, a parte de cima, as palmas das mãos e até os pulsos.** E sabe uma dica bem legal? Conte até 20 ou cante “Parabéns para Você” duas vezes enquanto estiver lavando as mãos.

- Deu aquela vontade de tossir ou espirrar? Cubra o nariz e a boca com um lenço de papel ou com o antebraço. Depois, lave bem as mãos.
- Tá com a mão suja? Então nada de tocar o rosto, viu?!



- Evite abraços, beijos e aperto de mão. Que tal inventar um cumprimento novo com a sua família?



- Não divida copos, pratos e talheres. Agora, **cada um precisa ter o seu.**
- Nada de encontrar com a vovó ou o vovô. **A COVID-19 é mais perigosa** para as pessoas mais velhas.
- **Fique em casa.** Se todo mundo for para a rua, muitas pessoas podem ficar doentes e deixar os hospitais lotados, até não caber mais ninguém. Por isso, devemos fazer nossa parte.

Se, por algum motivo importante, você tiver que sair de casa com seus pais, **não se esqueça de usar uma máscara de proteção.**

Agora que você já sabe tudo sobre o novo coronavírus, pode se cuidar direitinho e **ensinar os adultos** a se cuidarem também.

Assim, logo, logo a vida volta ao normal, e você vai poder ir para a escola, encontrar seus amiguinhos e dar aquele abraço na vovó e no vovô.



**VAMOS JUNTOS
CONTRA O NOVO
CORONAVÍRUS?**

PARA SE DIVERTIR

Que tal aproveitar esse tempo que você está em casa para encontrar **novas maneiras de se divertir?** A gente preparou alguns passatempos, jogos e brincadeiras para você fazer com a família!



Imprima esta página e complete os desafios:

CAÇA-PALAVRAS

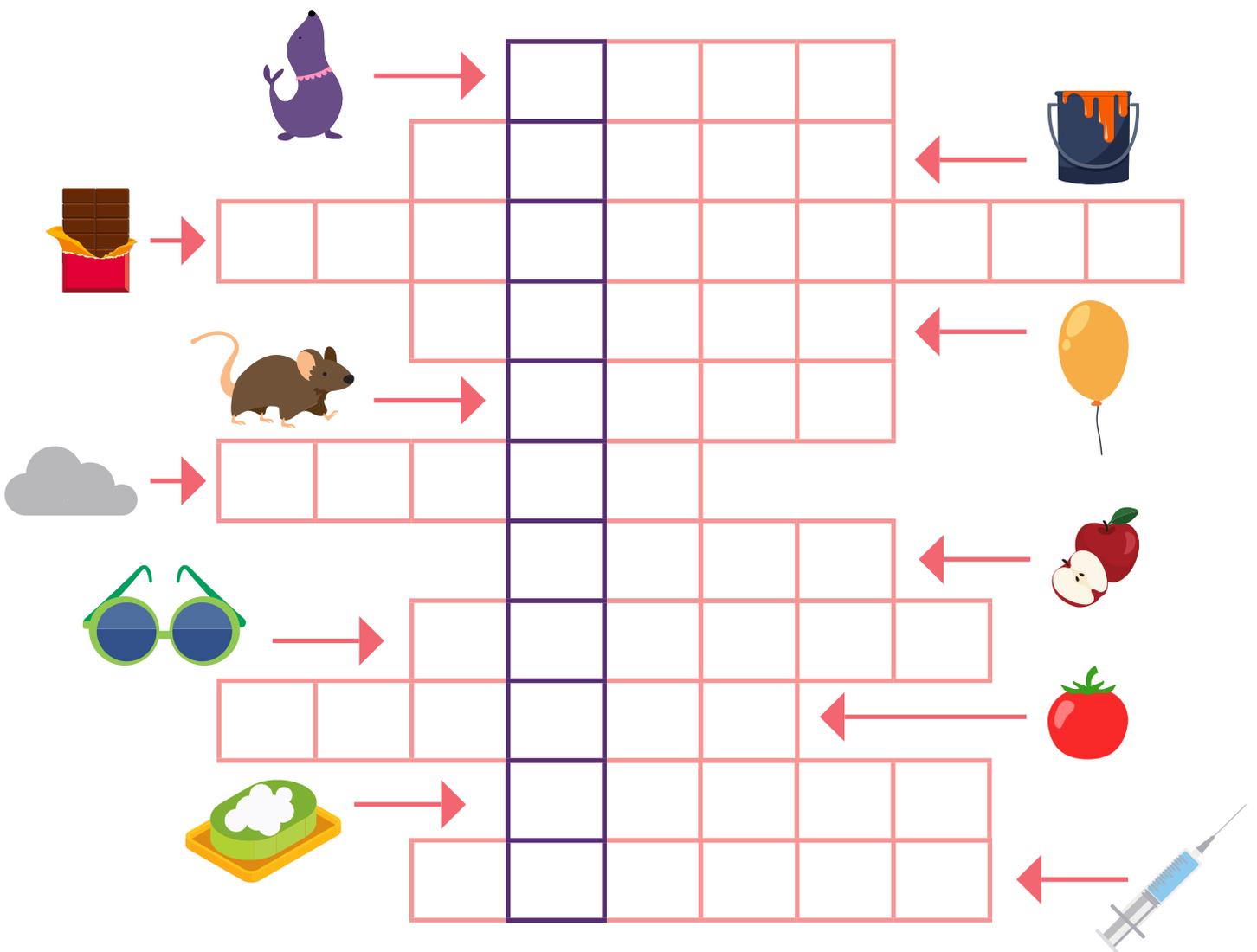
Quantas palavras relacionadas ao novo coronavírus você consegue encontrar neste caça-palavras?

J D T A Á S F N A T P K
N O O G D N I E R I R L
W I U O S H H H B L E A
R A E E R I N T E R V V
A I U R R D E S U Y E A
O U I I R H U O C T N R
K E O O T D E N G T Ç A
B T Z E A T V E R I Ã S
H W O I O S Í N A A O M
S H N S I F R H C T C Ã
N A O N S R U O N A N O
R O T N S E S V I E G S

- LAVAR AS MÃOS
- VÍRUS
- ÁGUA
- TOSSE
- FEBRE
- PREVENÇÃO

CRUZADINHA

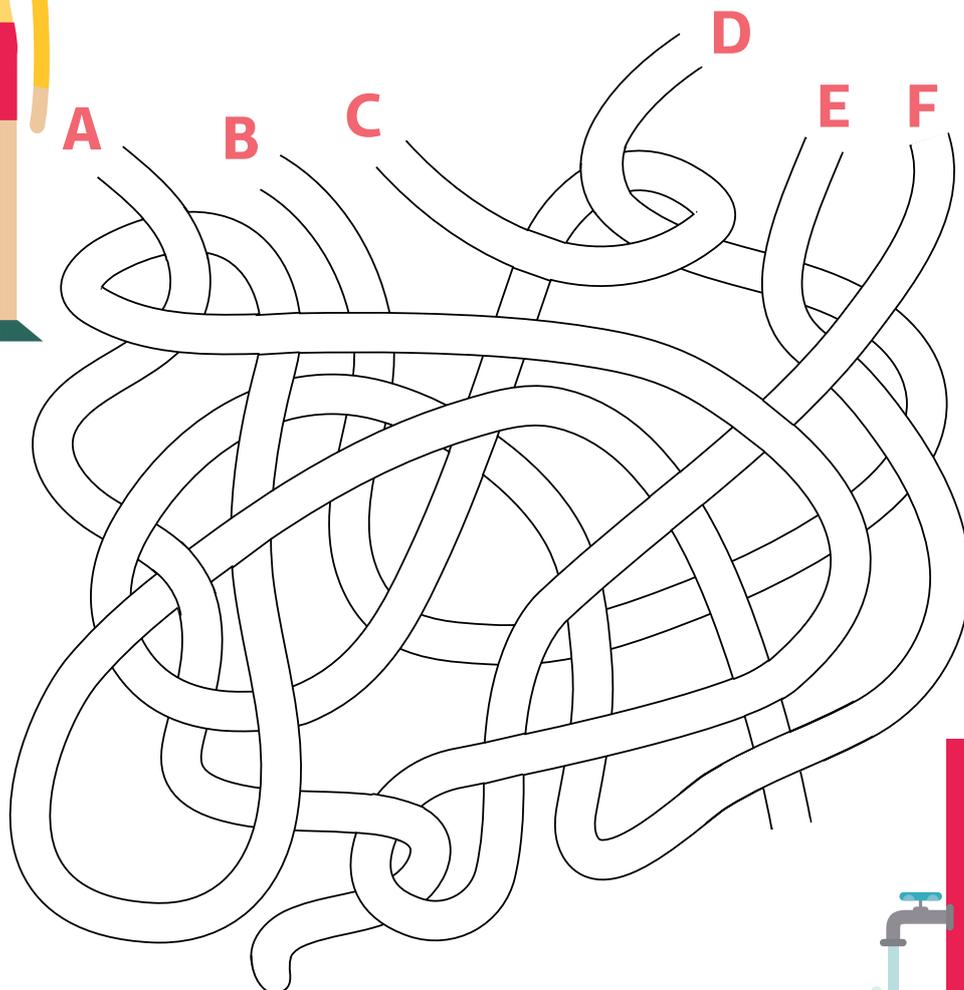
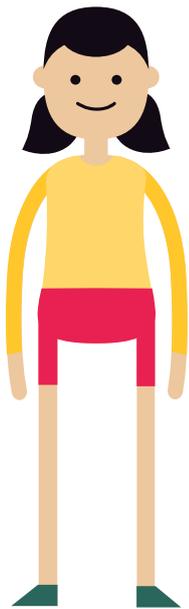
Preencha a cruzadinha abaixo e descubra o que todos devem fazer para se proteger contra o novo coronavírus.



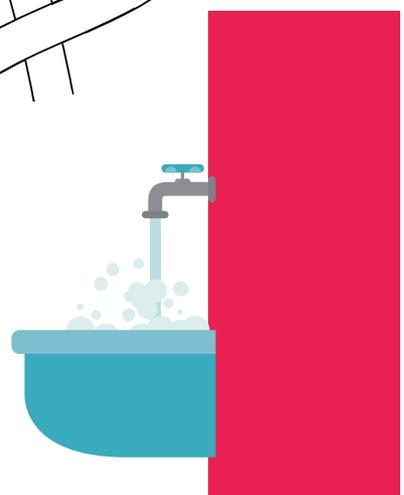
R.: FICAR EM CASA.

DESEMBOLA

Qual o caminho que nossa amiguinha deve seguir para lavar as mãos?

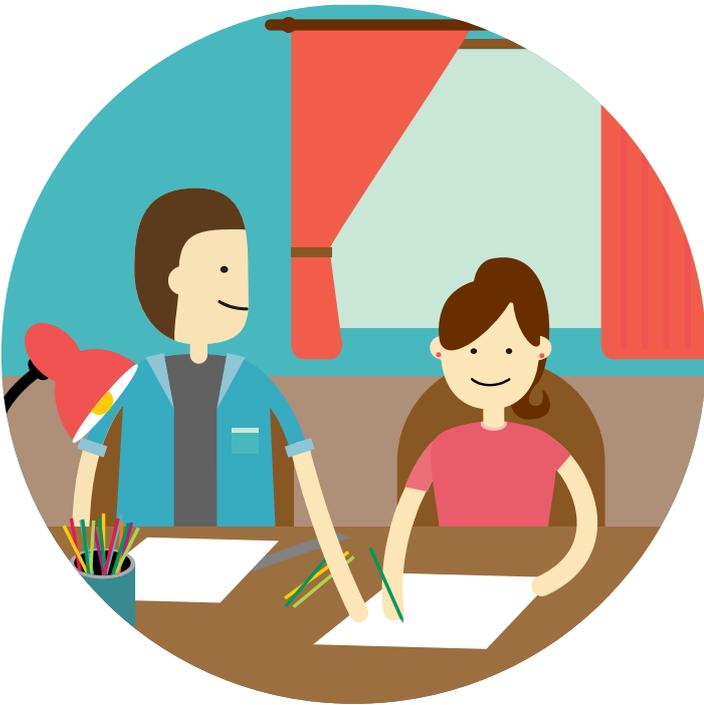


R: F



JOGO DOS 7 ERROS

Você consegue descobrir 7 coisas que estão diferentes na segunda imagem?



PEDRA, PAPEL E TESOURA

Esta é uma brincadeira de duas pessoas. Chame um irmãozinho ou um adulto para brincar com você! De frente um para o outro e com as mãos para trás, vocês falam em voz alta: JO-QUEM-PÔ. Aí, ao mesmo tempo, cada um coloca uma mão para frente, fazendo um dos seguintes gestos:



Pedra



Papel



Tesoura

Agora descubra quem ganhou:

- Pedra ganha da tesoura (porque a pedra é capaz de quebrar a tesoura).
- Tesoura ganha do papel (porque a tesoura é capaz de cortar o papel).
- Papel ganha da pedra (porque o papel pode embrulhar a pedra).
- Se as duas pessoas colocarem o mesmo símbolo, é empate.

Para deixar a brincadeira mais divertida, faça 5 rodadas seguidas e veja quem consegue ganhar mais vezes!

PÉ DE FEIJÃO

Já pensou ter um pé de feijão em casa? Não são feijões mágicos, mas vê-los crescer pode ser muito divertido. Aprenda a plantar o seu!

Você vai precisar de:

- Um copo de plástico
- Um pedacinho de algodão
- Um ou dois grãos de feijão
- Água



Como fazer:

- 1.** Umedeça o algodão com água e coloque no fundo do copo de plástico.
- 2.** Coloque seu feijão sobre o algodão e mantenha o copo num lugar iluminado.
- 3.** Lembre-se de regar com um pouquinho de água sempre que o algodão secar.



- 4.** Em mais ou menos dois ou três dias, a raiz vai aparecer e seu feijãozinho vai começar a nascer.
- 5.** Depois é só trocar seu broto de feijão para um vaso com terra, para que ele possa crescer ainda mais.



MÃO NA MASSA

Chegou o momento chef de cozinha!
Chame um adulto e aprenda a fazer uma
receita de cookies super fácil e saborosa.

Ingredientes

135g de açúcar refinado
135g de açúcar mascavo
200g de manteiga
1 ovo
270g de farinha de trigo
0,5g de sal
200g de gotas de chocolate



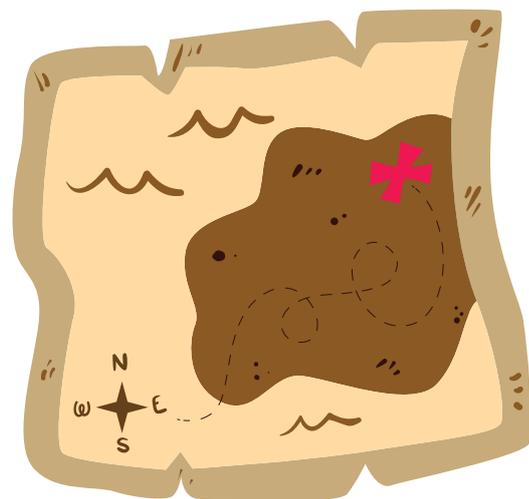
Preparo

Com a ajuda de um adulto, bata todos os ingredientes (menos o chocolate) na batedeira. Quando estiver tudo bem misturado, desligue e coloque as gotas de chocolate. Leve a massa à geladeira até ficar firme. Depois, faça bolinhas com a massa, colocando-as numa assadeira untada. Asse por 20 minutos no forno a 180 graus, e pronto!



CAÇA AO TESOURO

Todos a bordo? É hora da caça ao tesouro! Peça para um adulto esconder algum objeto pela casa e preparar dicas para ajudar você nessa busca.



AUTORRETRATO

Pegue algumas folhas em branco e reúna seu material de desenho: pode ser tinta, lápis e até giz de cera. O desafio agora é fazer um autorretrato, ou seja, desenhar a si mesmo. Mãos à obra de arte?

USE A IMAGINAÇÃO

Sabe aquele rolinho de papelão que fica no meio do papel higiênico? Ele pode virar ótimos bichinhos. Dá pra fazer gato, cachorro, elefante, joaninha... É só usar sua imaginação! Depois, você ainda pode fazer um teatrinho usando os bichinhos que criou.

HORA DA HISTÓRIA

Boas histórias também podem ser ótimas companhias. Se você já sabe ler, escolha um livro e embarque em uma nova aventura. Se não, peça para um adulto ler ou contar uma história divertida para você.





Unimed 
Belo Horizonte