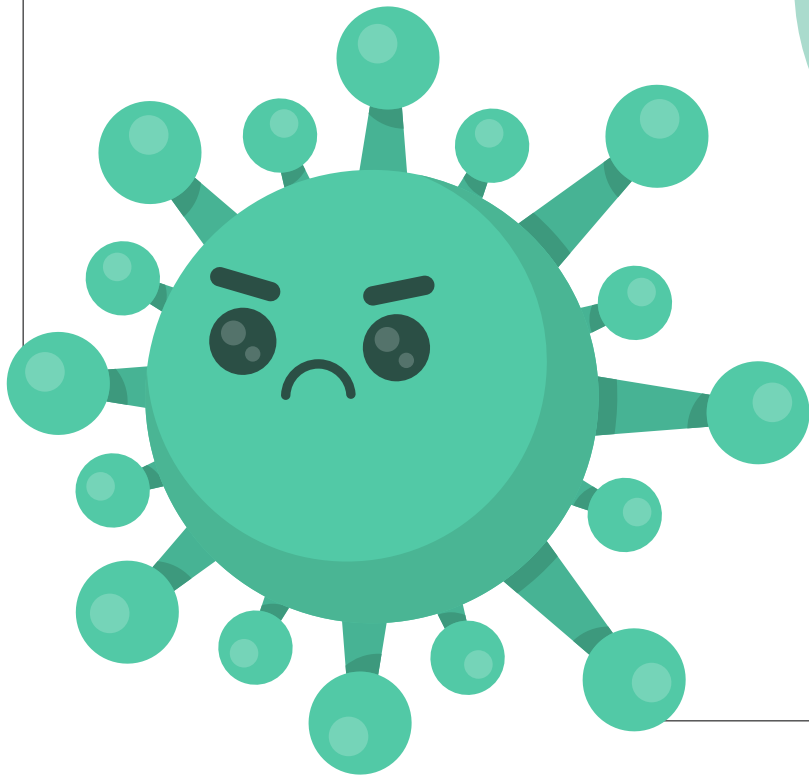


Nosso Final Feliz

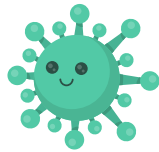


Era uma vez...

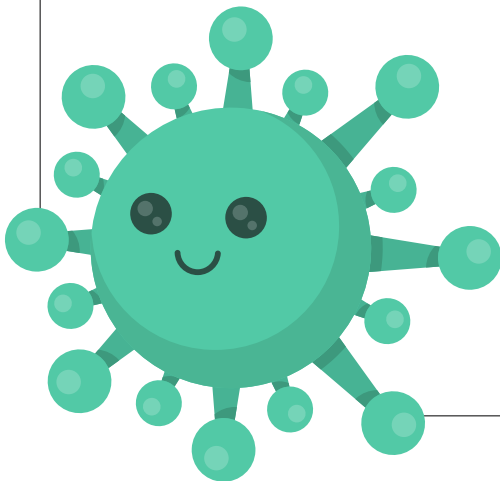
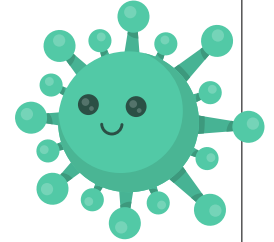
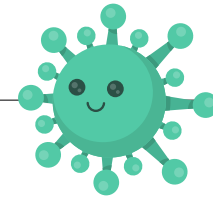


Em um reino muito distante,
um bichinho muito mau,
que queria deixar as pessoas
bem doentes.

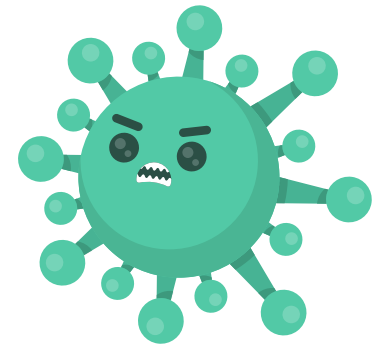
Esse bichinho
foi chamado de
Coronavírus!



O Coronavírus começou a se espalhar por vários lugares, ficando bem feliz por estar passeando pelo mundo.

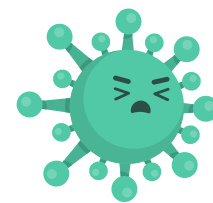


Então, as pessoas ficaram **assustadas!**





O medo
tomou
conta do
planeta.



Mamães e papais
queriam proteger
seus filhos!

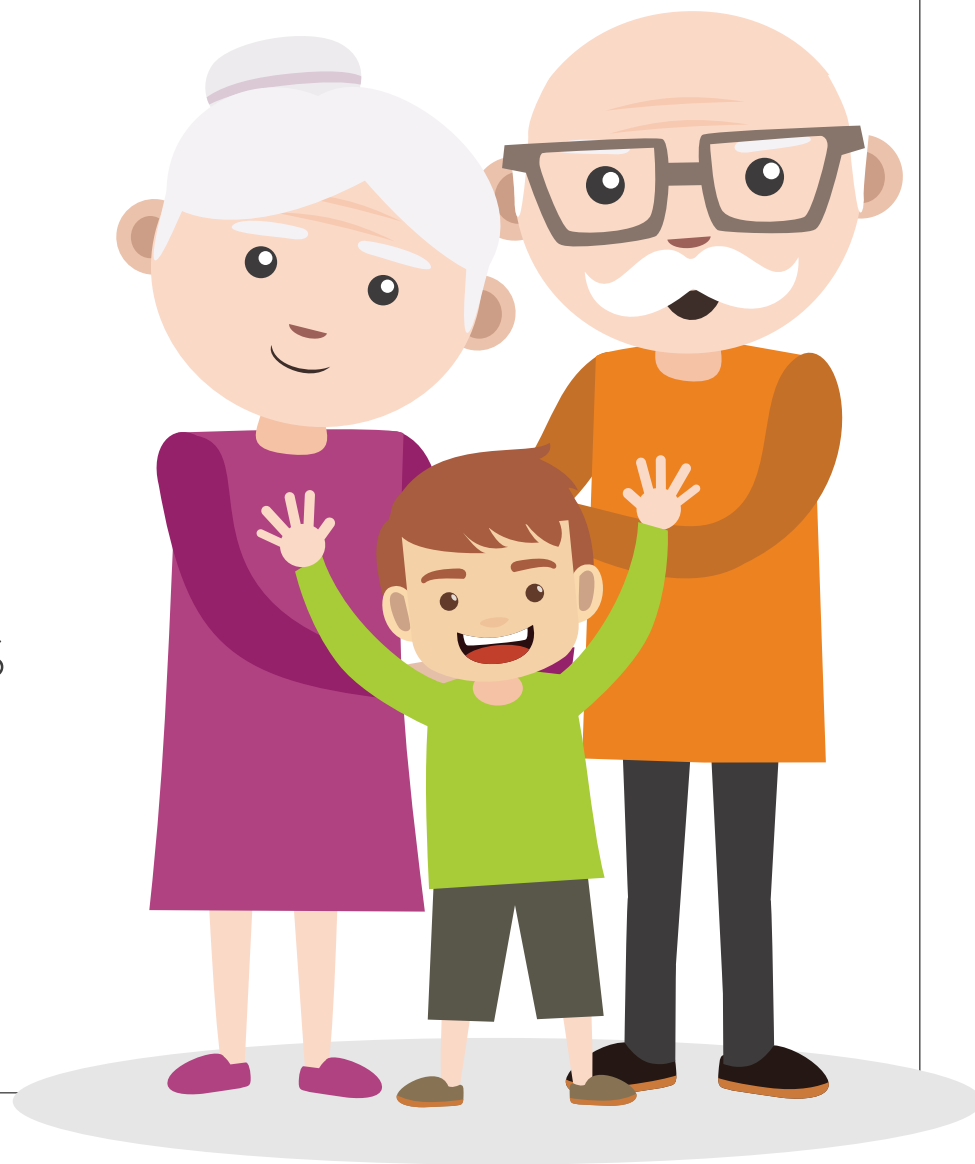




Os irmãos
precisavam se
ajudar!

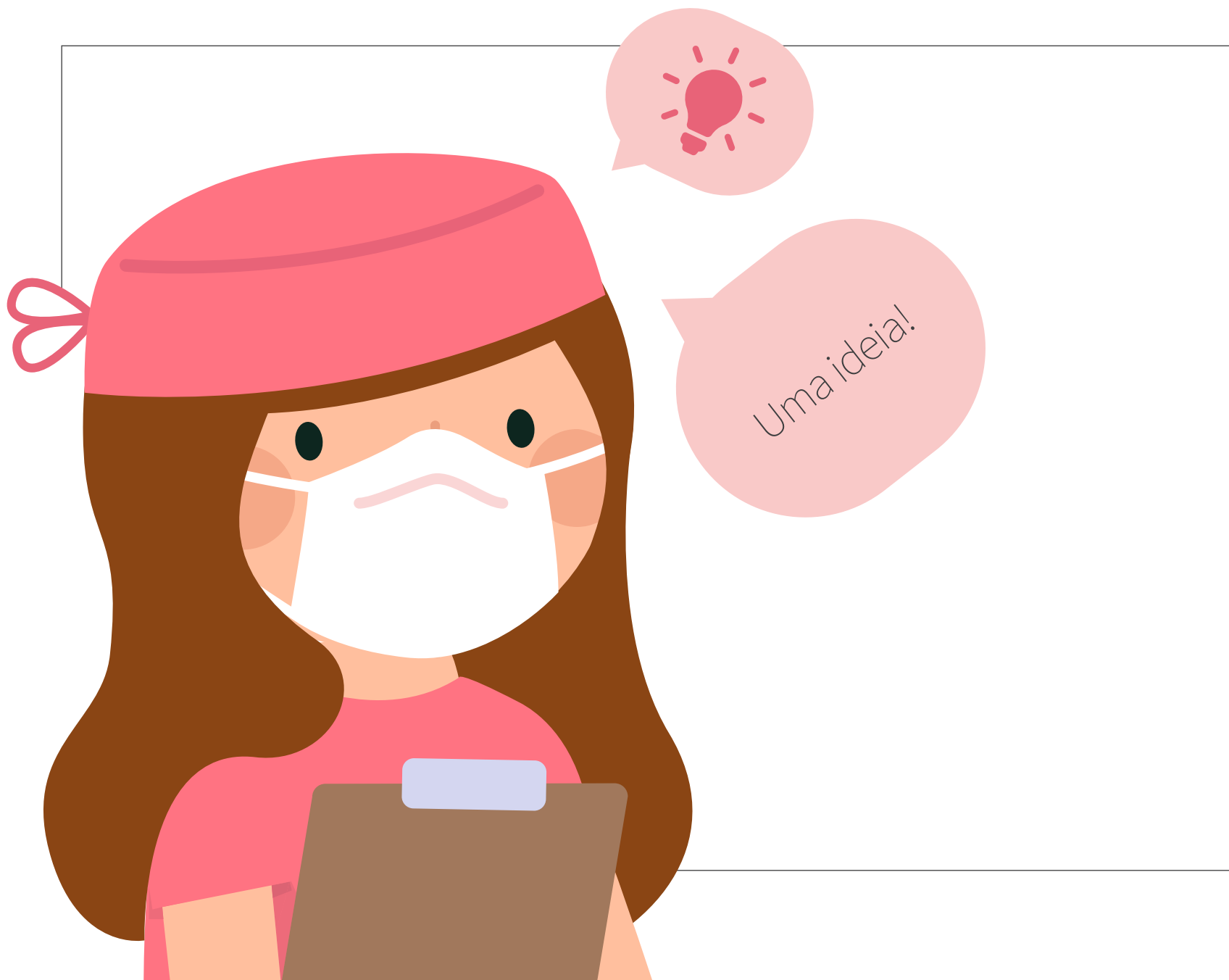


E os netinhos
tinham que cuidar
mais ainda de suas
vovós e vovôs!



Mas, como
cuidar de
todos?

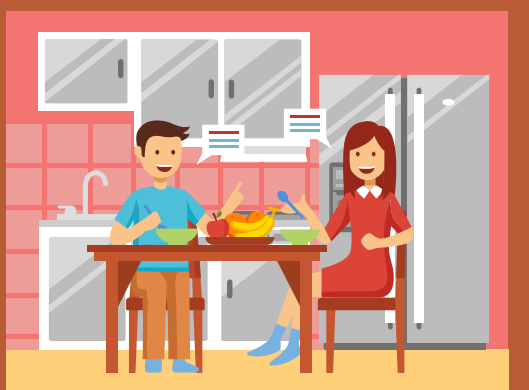
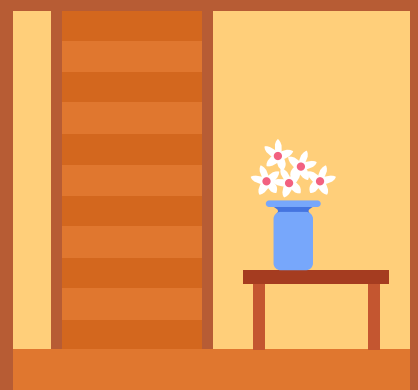
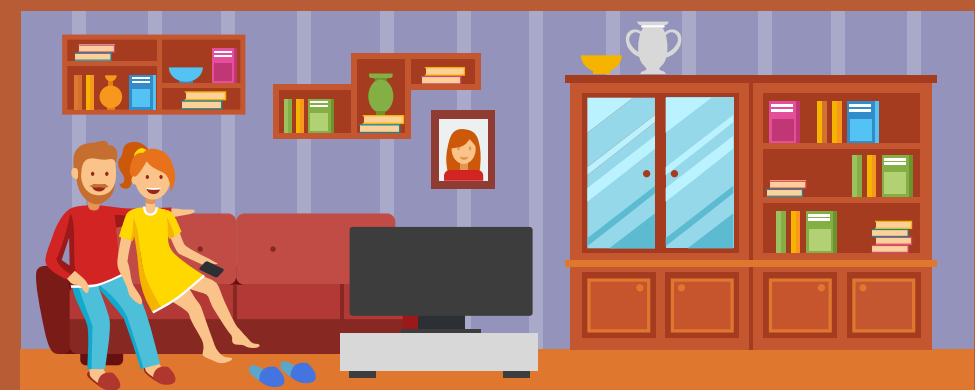
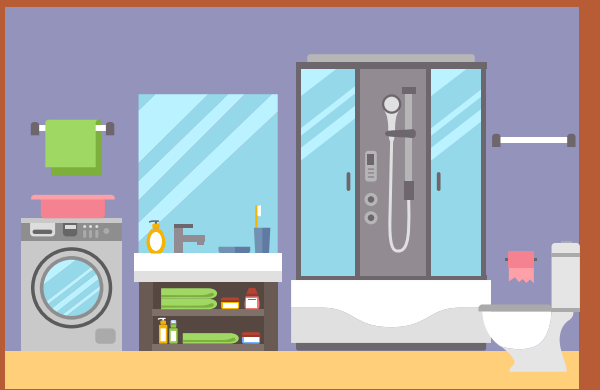
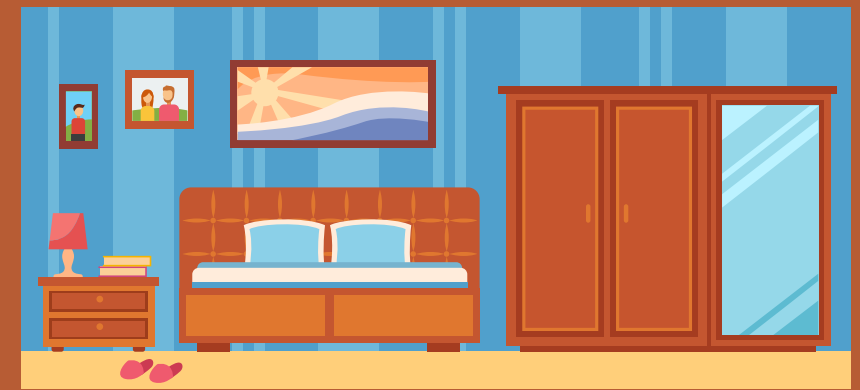
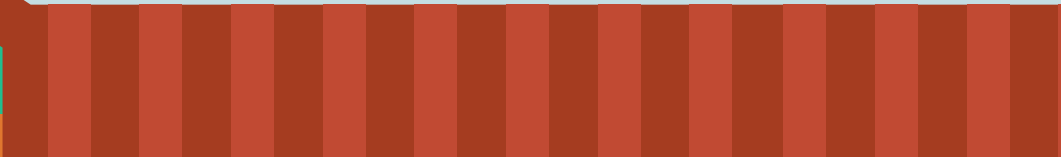




Uma ideia!

Ficar em...





Mas, ficar
em casa
às vezes
era chato.

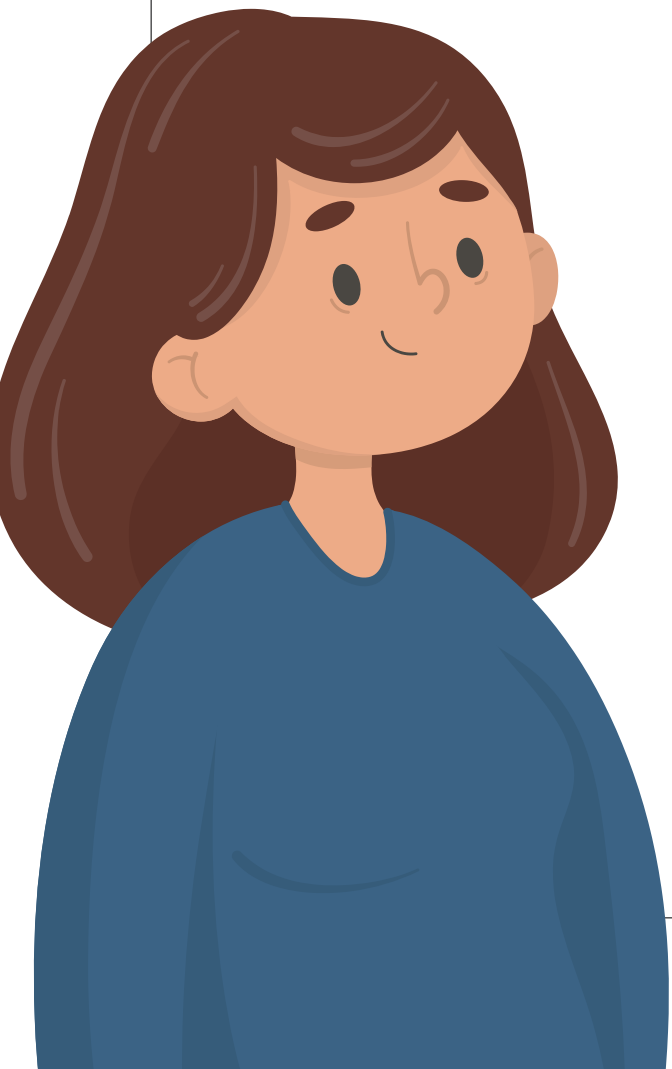




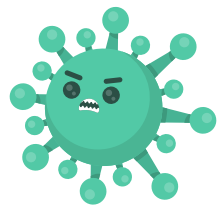
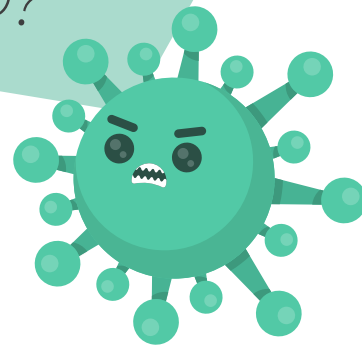
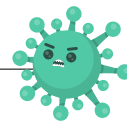
As crianças
sentiam tristeza,
tédio e saudades
dos amigos.

As mães e papais estavam
enlouquecendo em casa!





Como deixaram os
sentimentos ruins
longe, com esse
vírus por perto?



Brincar era um
remédio para o tédio!



Dançar deixava a tristeza fora de casa!





Ler livros era
a cura para o
medo!

Meditar era bem legal!

As crianças respiravam profundamente e soltavam o ar devagar.

Era assim que se acalmavam e juntavam forças para enfrentar o novo vírus.





Tartaruga



Macaco



Girafa



Flamingo

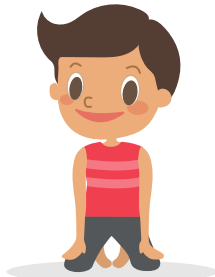


Borboleta

Imitar os animais
com Yoga era bem
engraçado!



Cachorro



Leão



Cobra



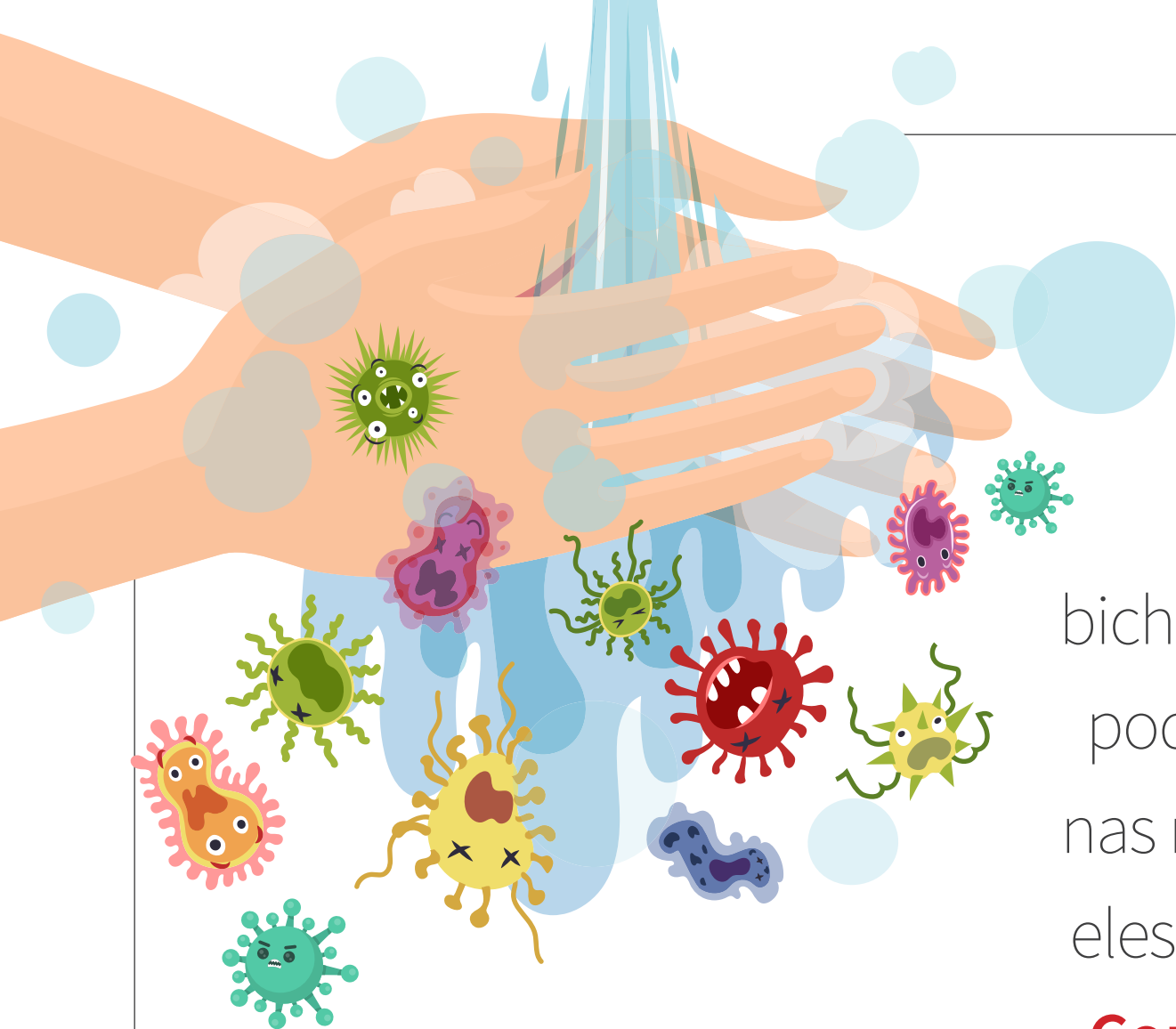
Vaca



Gato

Além de
manter bons
pensamentos, as
crianças tinham
uma prática muito
importante: lavar
as mãos!





Muitos
bichinhos maus
podem morar
nas mãos, entre
eles o maldoso
Coronavírus!

Assim, as crianças usavam os 7 passos para a lavagem das mãos!



Coloque um pouco de sabonete nas mãos já úmidas



Esfregue as palmas das mãos uma na outra



Entrelace os dedos para lavar cada um deles



Esfregue as unhas na palma das mãos



Esfregue a parte de trás das mãos



Enxague abundantemente



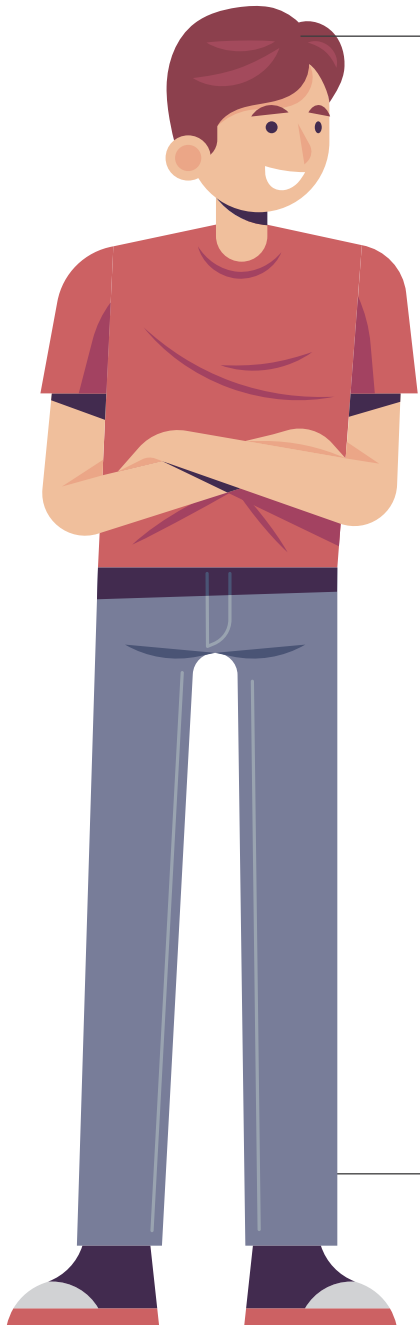
Seque bem as mãos com uma toalha limpa





E álcool gel?

Sempre foi amigo das
crianças, mas se ele
não estava por perto
elas lavavam bem suas
mãos e pronto!



Todos
mantinham
uma distância,
sabe porque?



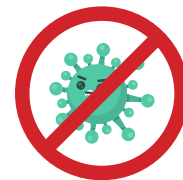
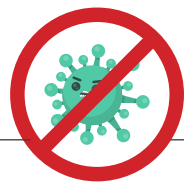
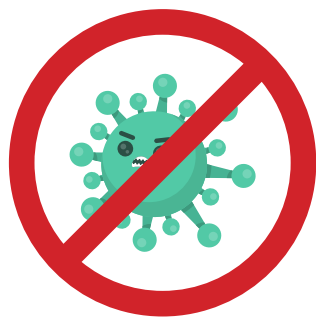
1 metro





Quando as pessoas falam, espirram ou tosse milhões de bichinhos se soltam no ar, entre eles o terrível Coronavírus. Todos aprenderam a manter uma distância, os abraços foram guardados em caixinhas e os beijos colocados em saquinhos de amor. Assim, esses gestos puderam ser entregues logo que o vírus fosse embora.

Com passar dos dias e todos os cuidados, o Coronavírus percebeu que não conseguiria adoecer a todos e decidiu ir embora.





E o mundo
voltou a sorrir!

Nosso Final Feliz

Texto_ Enf^a Aline C. Pintanel*

* Enfermeira, Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio Grande FURG Especialista em Pediatria e Neonatologia Professora de Saúde da Criança e Adolescente Membro do Grupo de Estudo e Pesquisa em Enfermagem e Saúde da Criança e do Adolescente GEPESCA.

Ilustrações_ Freepik.com

Design_ Isabel Schneider

