



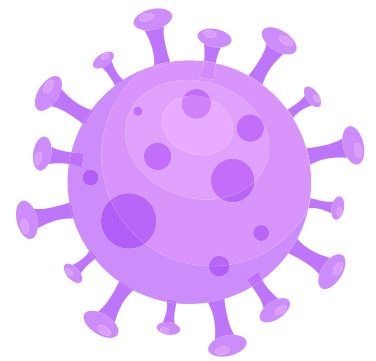
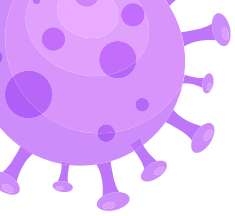
# Vamos falar sobre o novo coronavírus *com as crianças?*



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

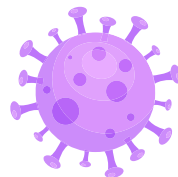
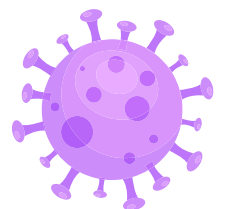
# ÍNDICE

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



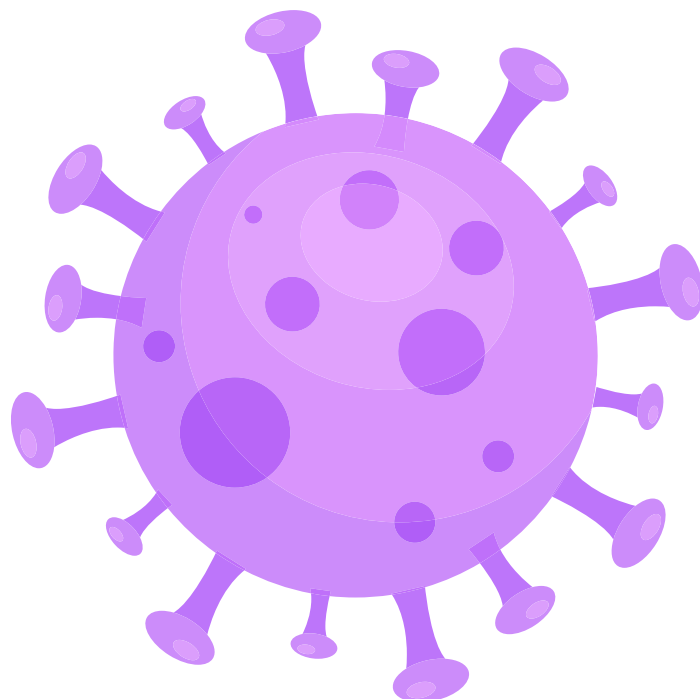
De repente, toda a nossa vida mudou. As escolas pararam, as lojas fecharam, e até o parquinho ficou vazio. Tudo isso por causa do **novo coronavírus**.

## **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?

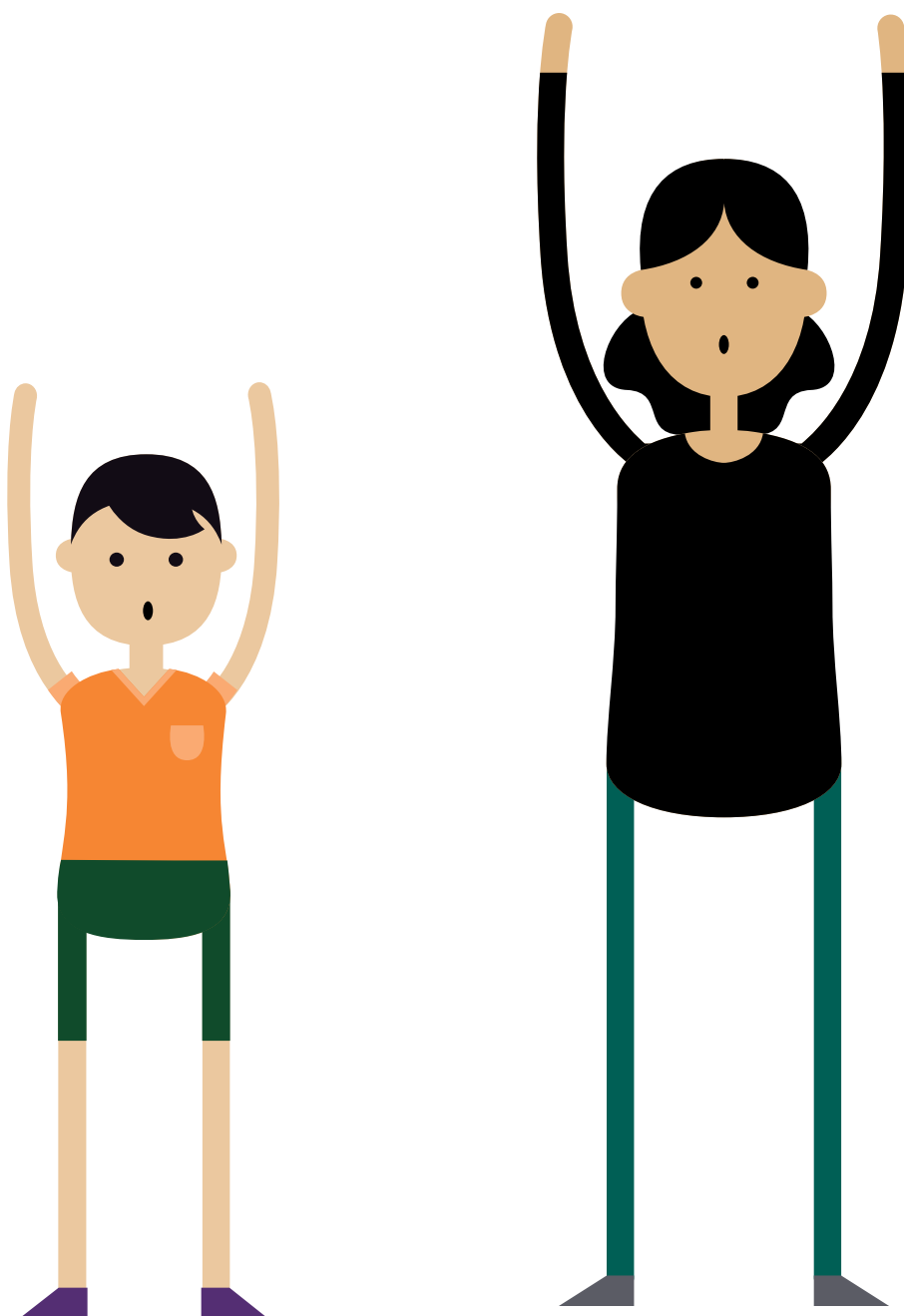
Como ainda não se sabe muito sobre o novo coronavírus, a única maneira de se **proteger** é tomando alguns cuidados:

- 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

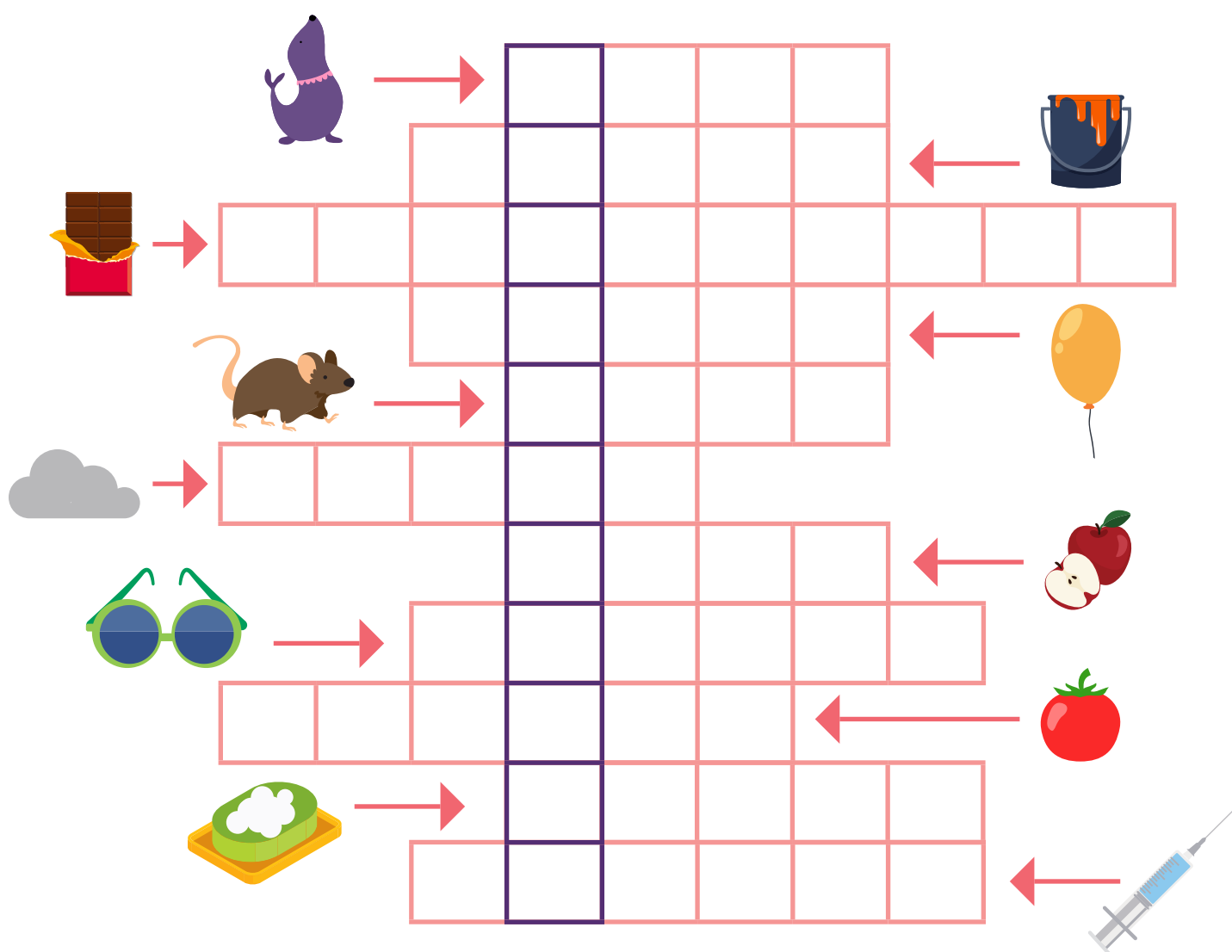
- FEBRE

- PREVENÇÃO



# CRUZADINHA

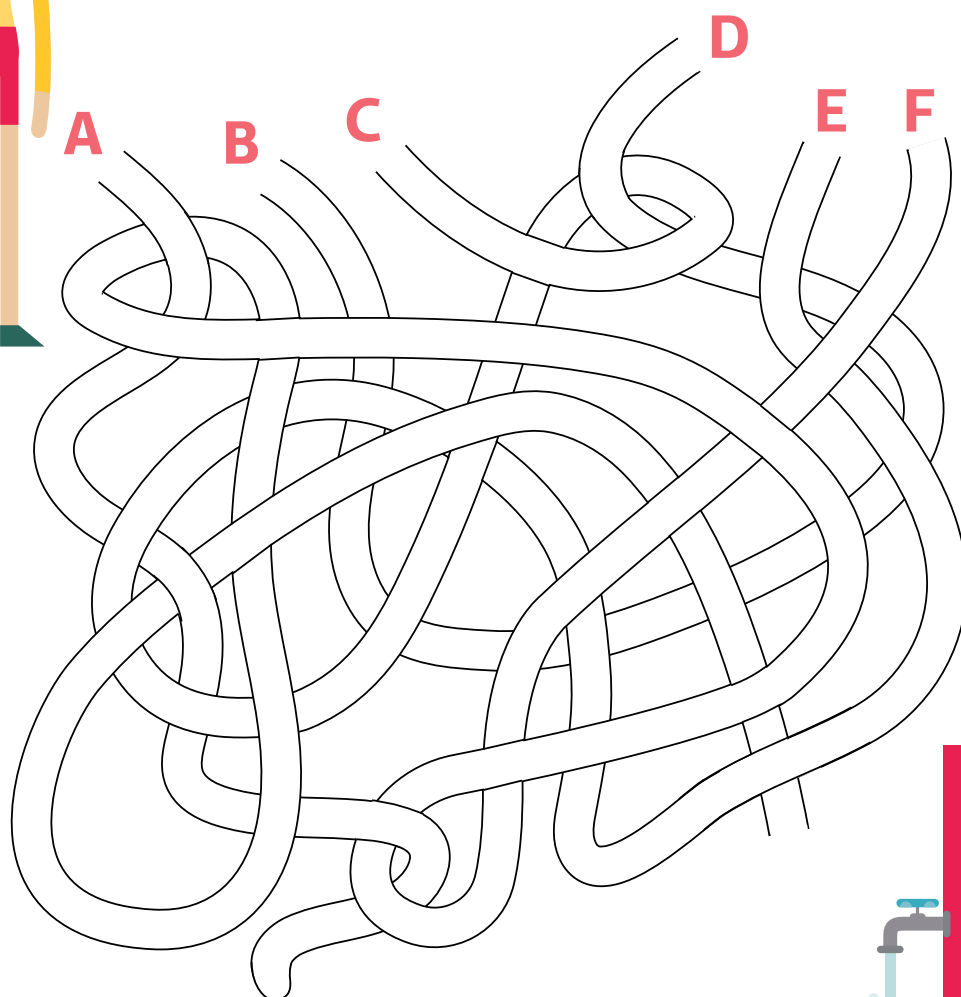
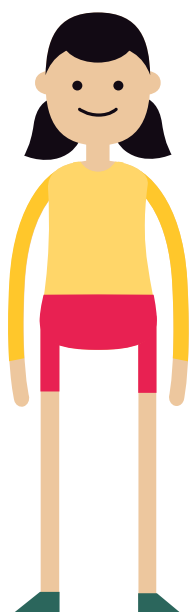
Preencha a cruzadinha abaixo e descubra o que todos devem fazer para se proteger contra o novo coronavírus.



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.

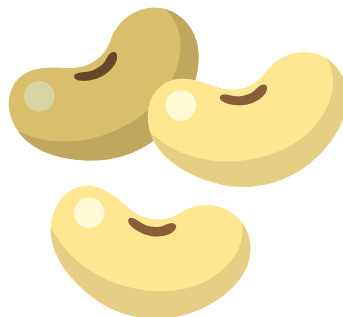
Para deixar a brincadeira mais divertida, faça 5 rodadas seguidas e veja quem consegue ganhar mais vezes!

# 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



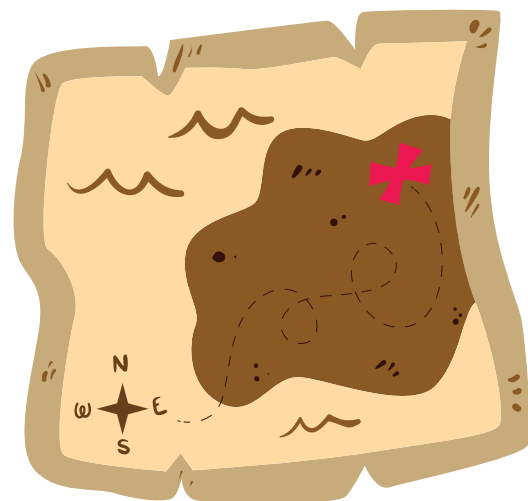
## Preparo

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