

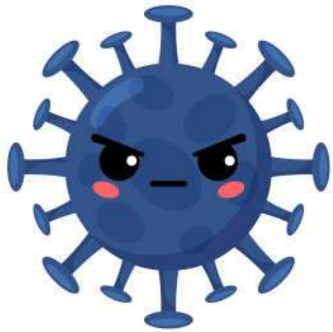


*Nosso final feliz*



*Era uma vez, em um reino muito distante, um bichinho muito mau, que queria deixar as pessoas bem doentes.*

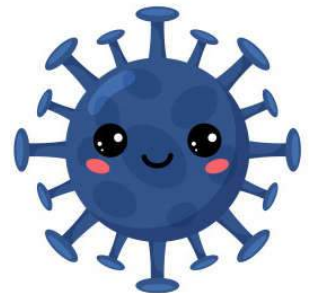
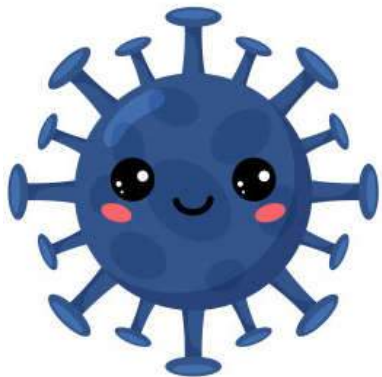
*Esse bichinho foi chamado de **CORONAVÍRUS.***



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



- Então, as pessoas ficaram *assustadas!*





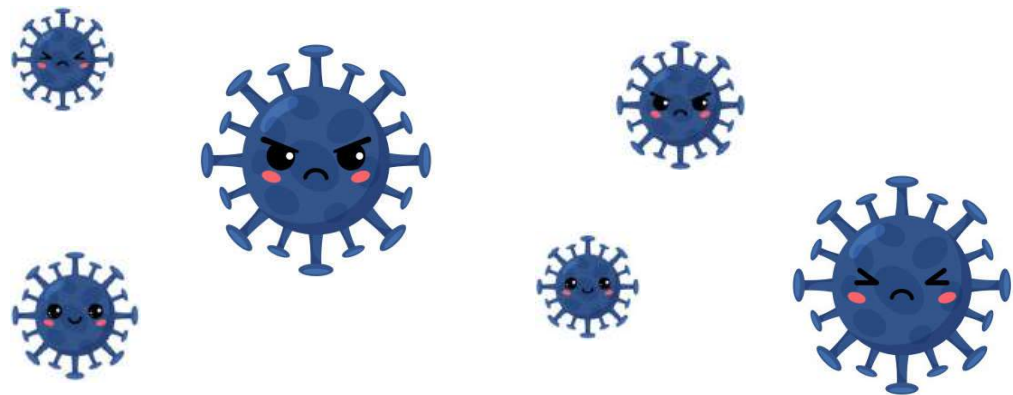
O medo tomou conta  
do planeta.



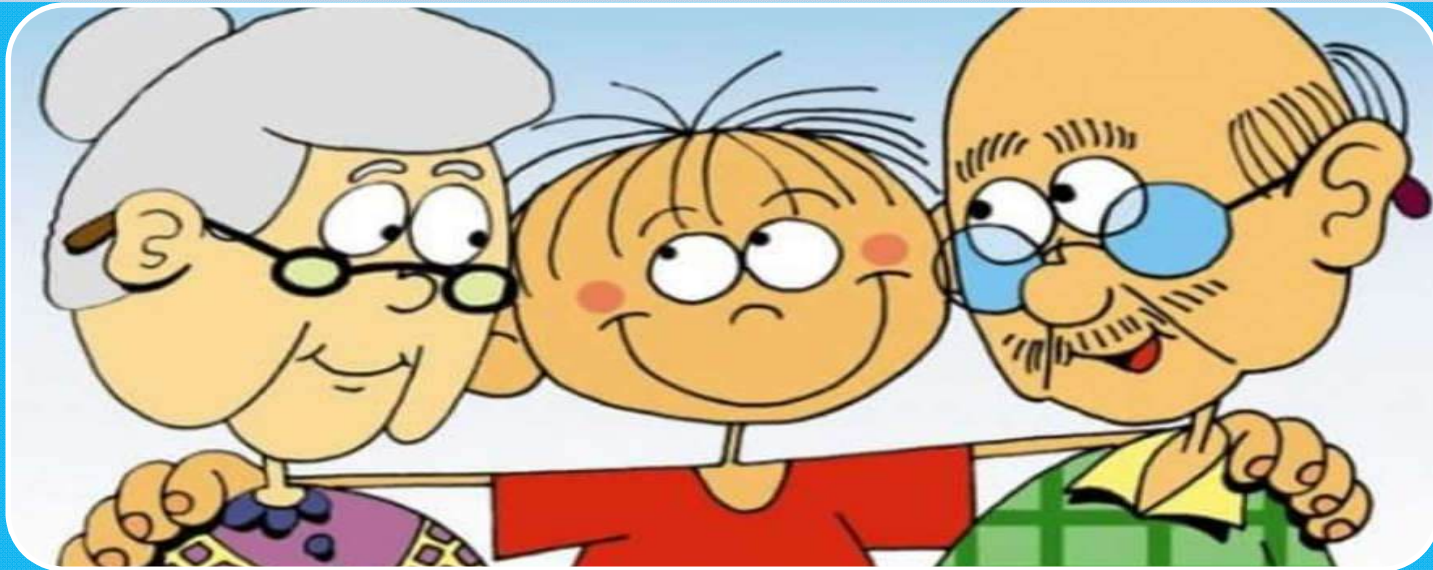
Covid-19



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.*



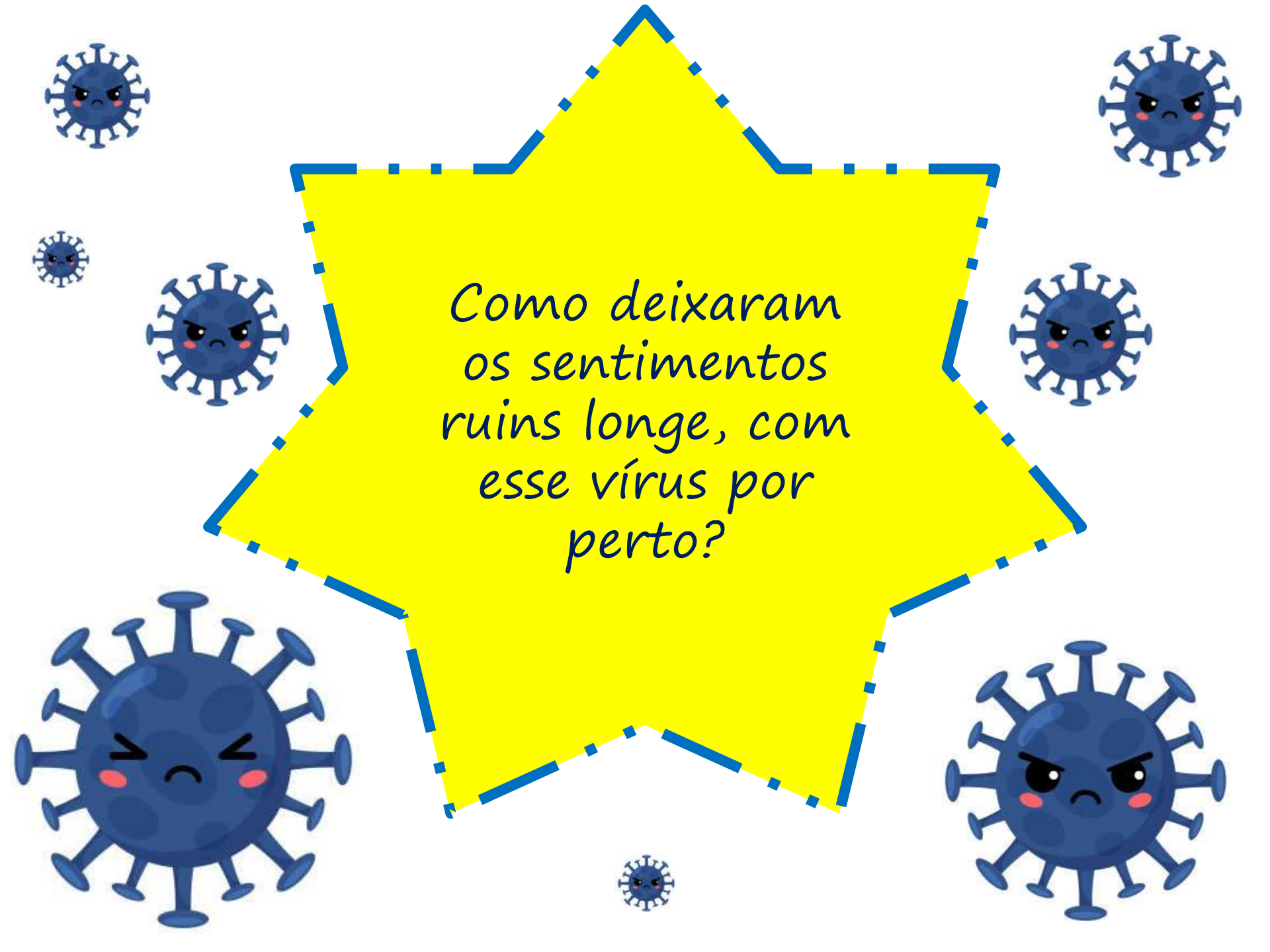


*As crianças  
sentiam tristeza,  
tédio e saudades  
dos amigos.*



As mães e papais estavam enlouquecendo em casa!





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

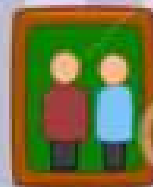
Brincar era um  
remédio para o  
tédio!





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



Borboleta

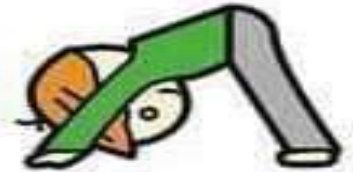


Leão

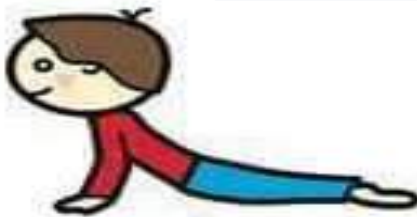
*Imitar os animais  
com Yoga era bem  
engraçado!*



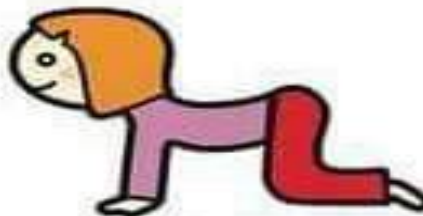
Flamingo



Cachorro



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



①



coloque um pouco de sabonete nas mãos já úmidas

②



esfregue as palmas das mãos uma na outra

③



entrelace os dedos para lavar cada um deles

④



esfregue as unhas na palma das mãos

⑤



esfregue a parte de trás das mãos

⑥



enxague abundantemente

⑦



seque bem as mãos com uma toalha limpa



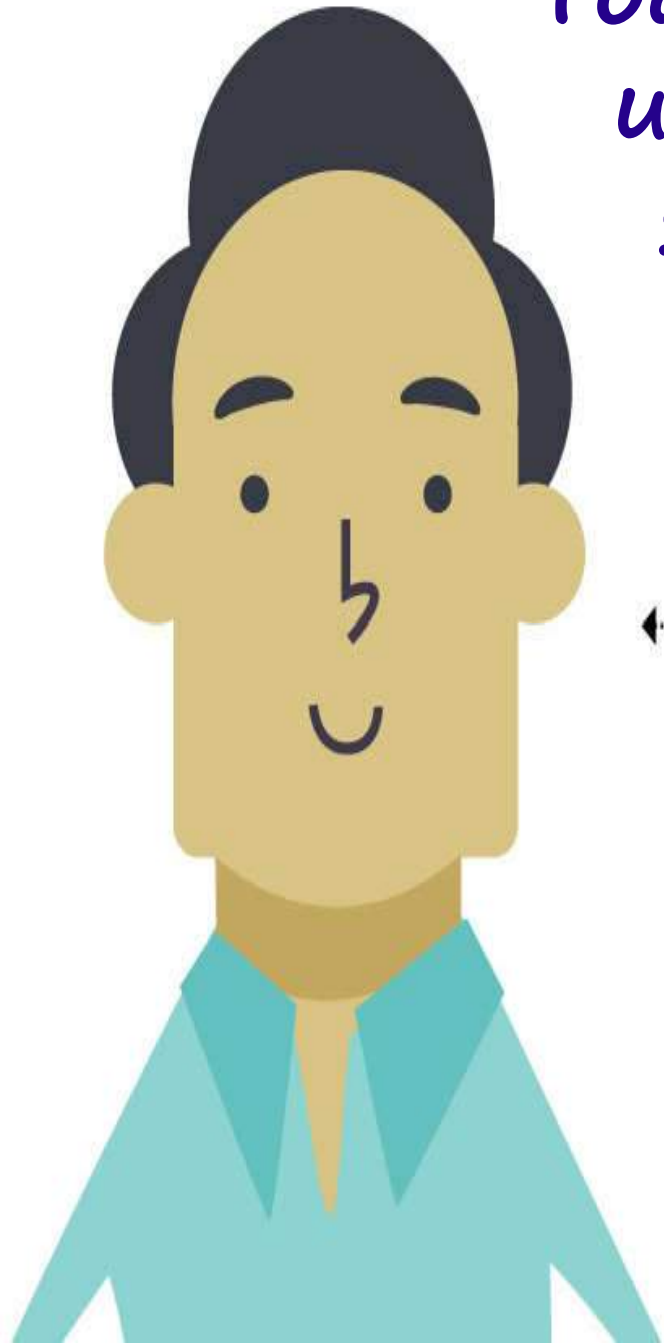
## E álcool gel?

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

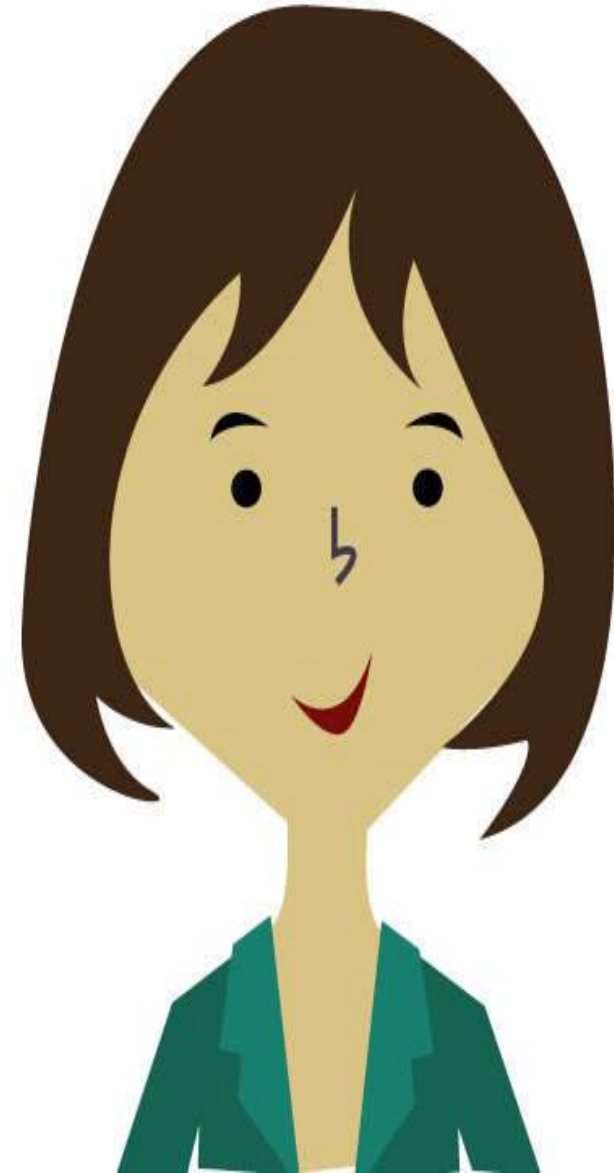



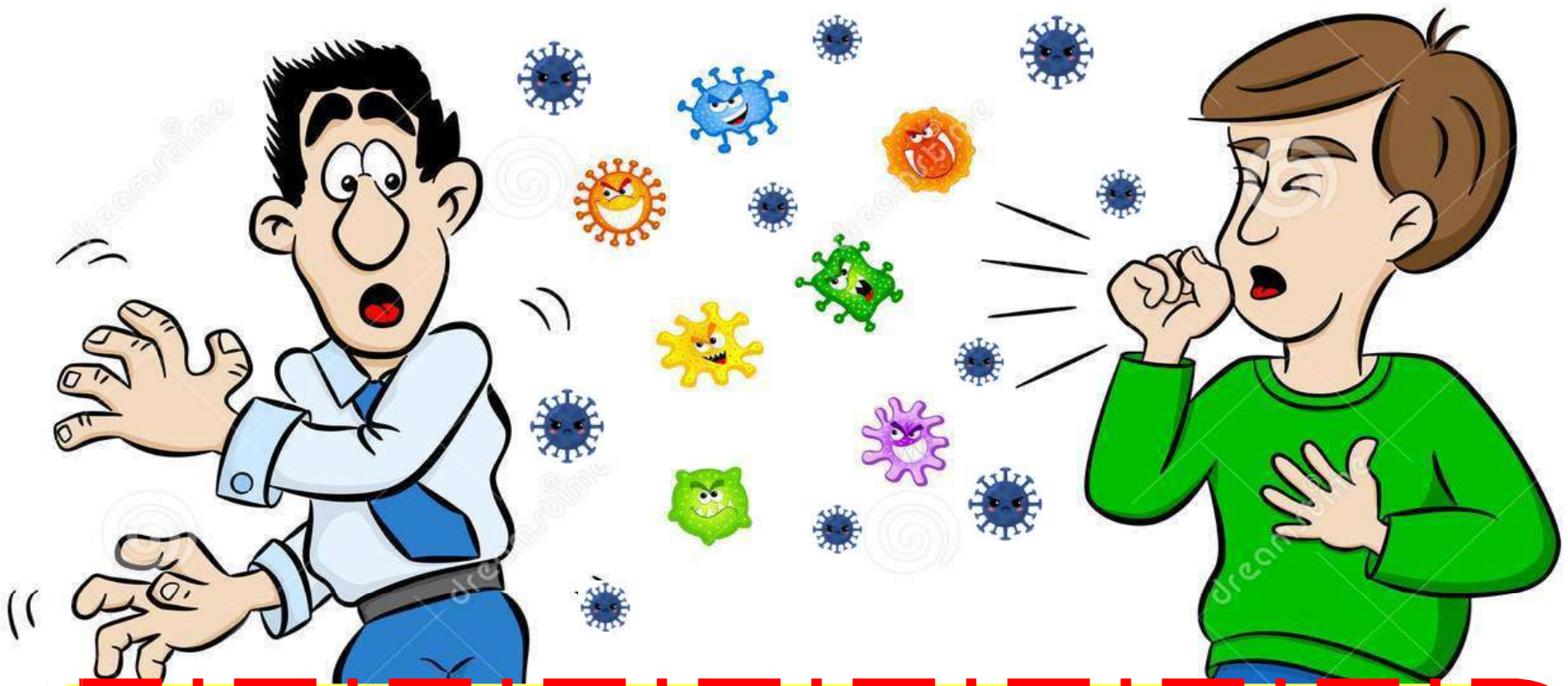


*Todos mantinham  
uma distância,  
sabe porque?*

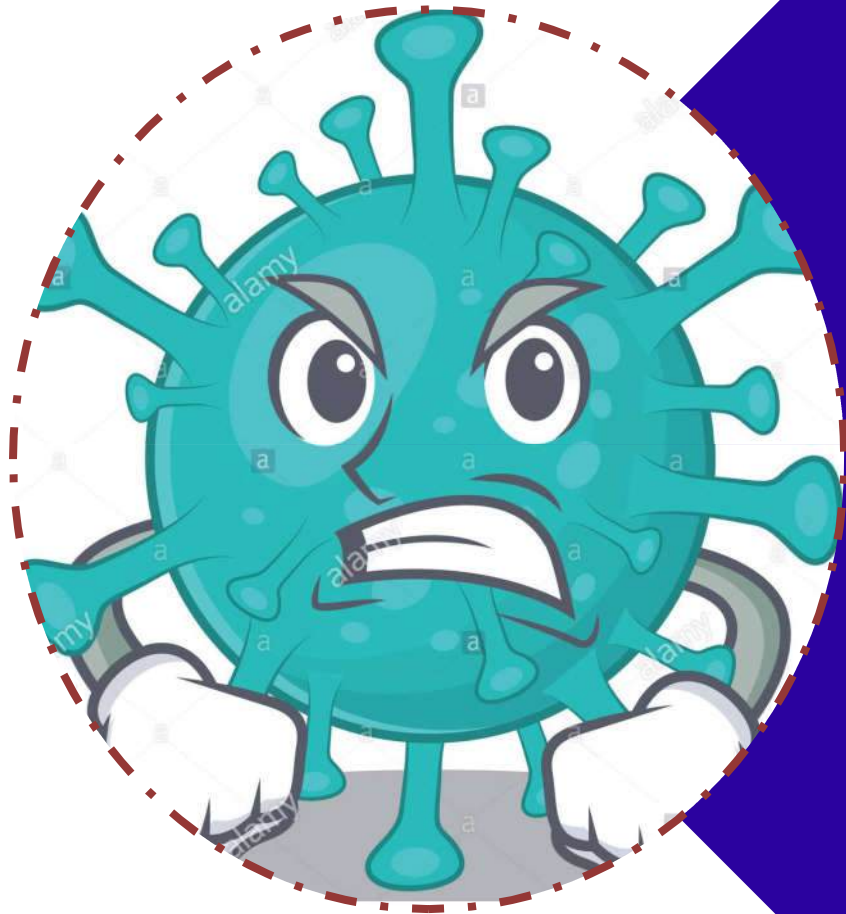


1 metro





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 guardadas 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: Enfa 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.