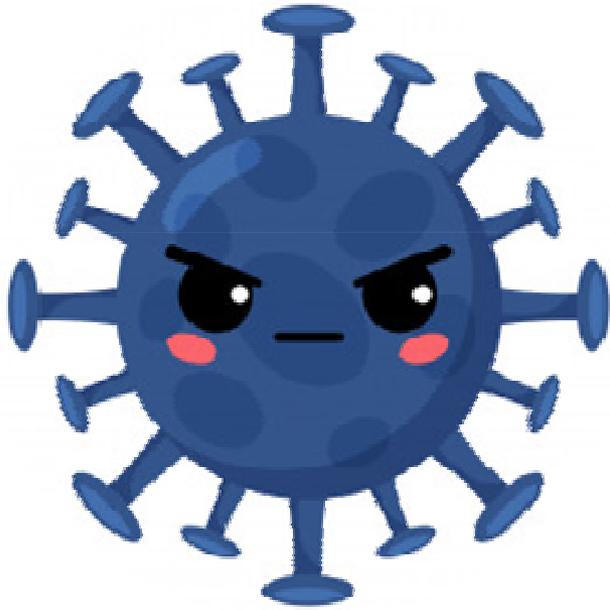


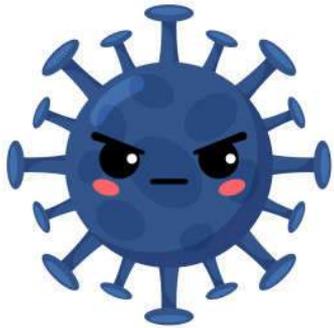


*Nosso final feliz*



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

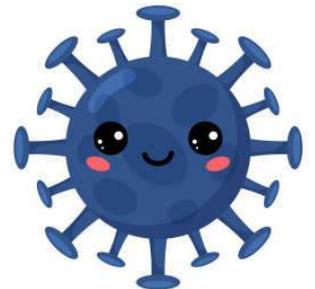
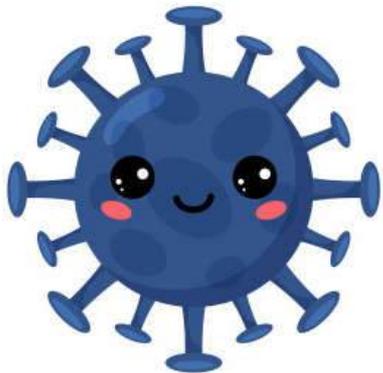
*Esse bichinho foi chamado de **CORONAVÍRUS.***



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



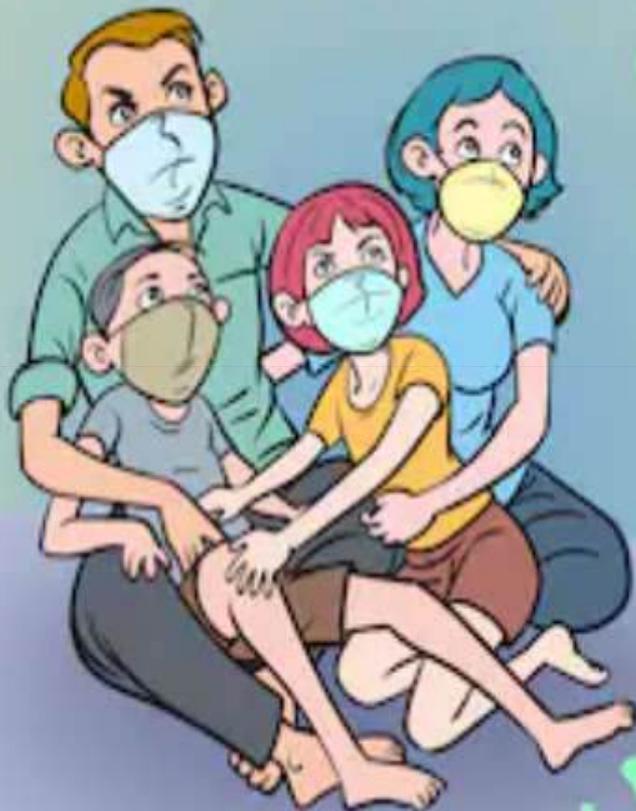
- Então, as pessoas ficaram *assustadas!*



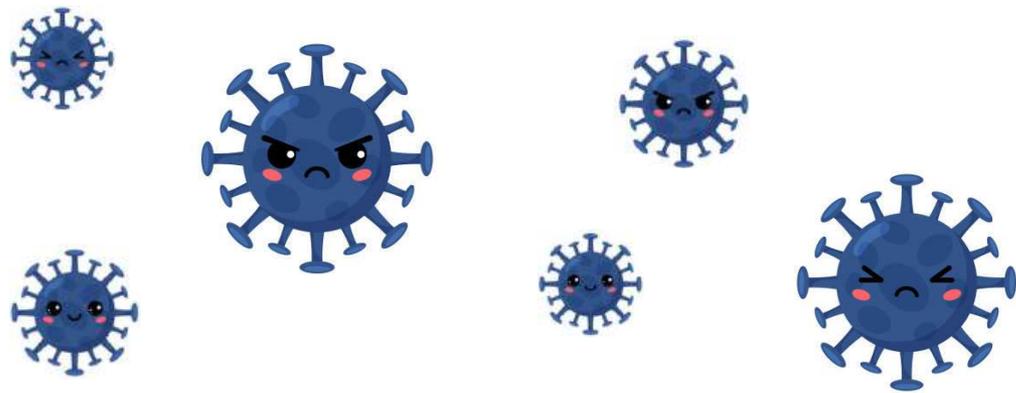


O medo tomou conta  
do planeta.

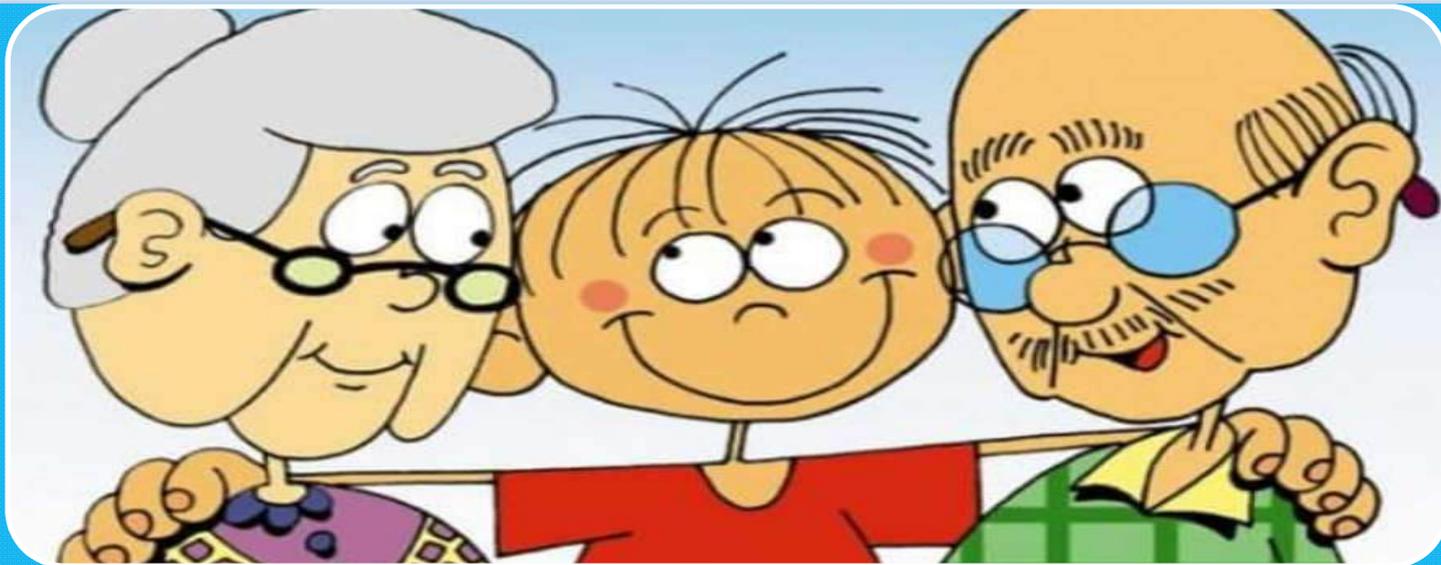
Covid-19



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?

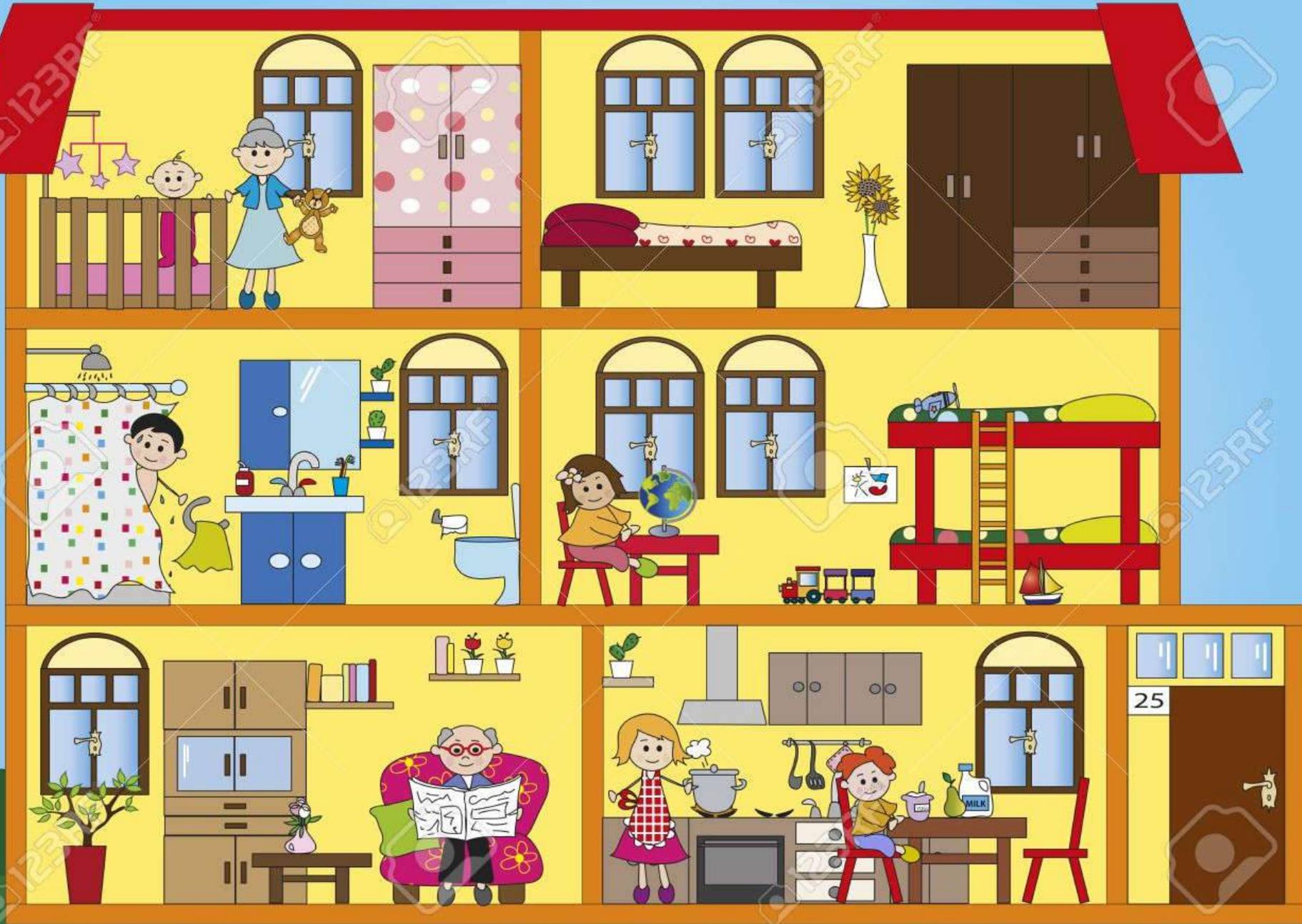


*Uma ideia!*



*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

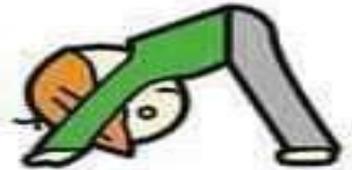


Leão

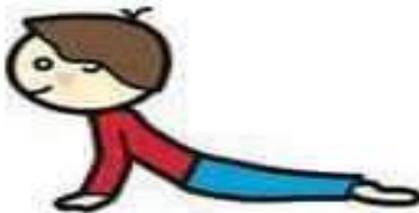
*Imitar os animais  
com Yoga era bem  
engraçado!*



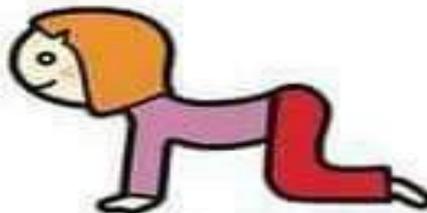
Flamingo



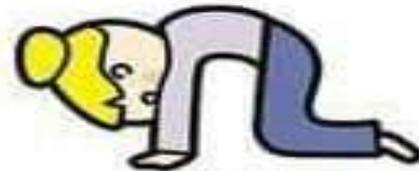
Cachorro



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



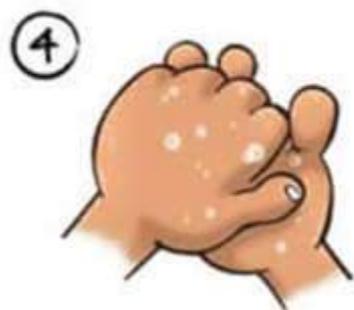
①  
coloque um pouco  
de sabonete nas mãos  
já úmidas



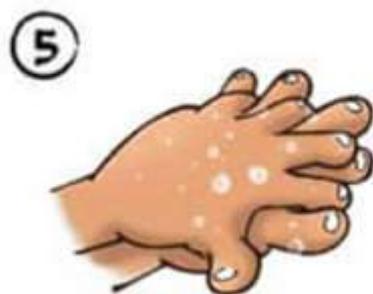
②  
Esfregue  
as palmas das mãos  
uma na outra



③  
Entrelace os dedos  
para lavar  
cada um deles



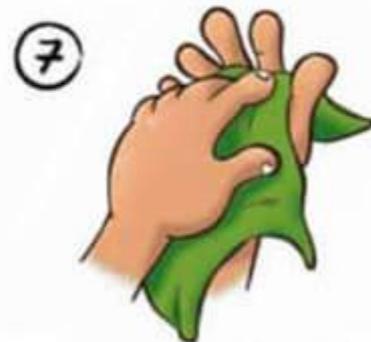
④  
Esfregue as unhas  
na palma das mãos



⑤  
Esfregue a parte  
de trás das mãos



⑥  
Enxague  
abundantemente



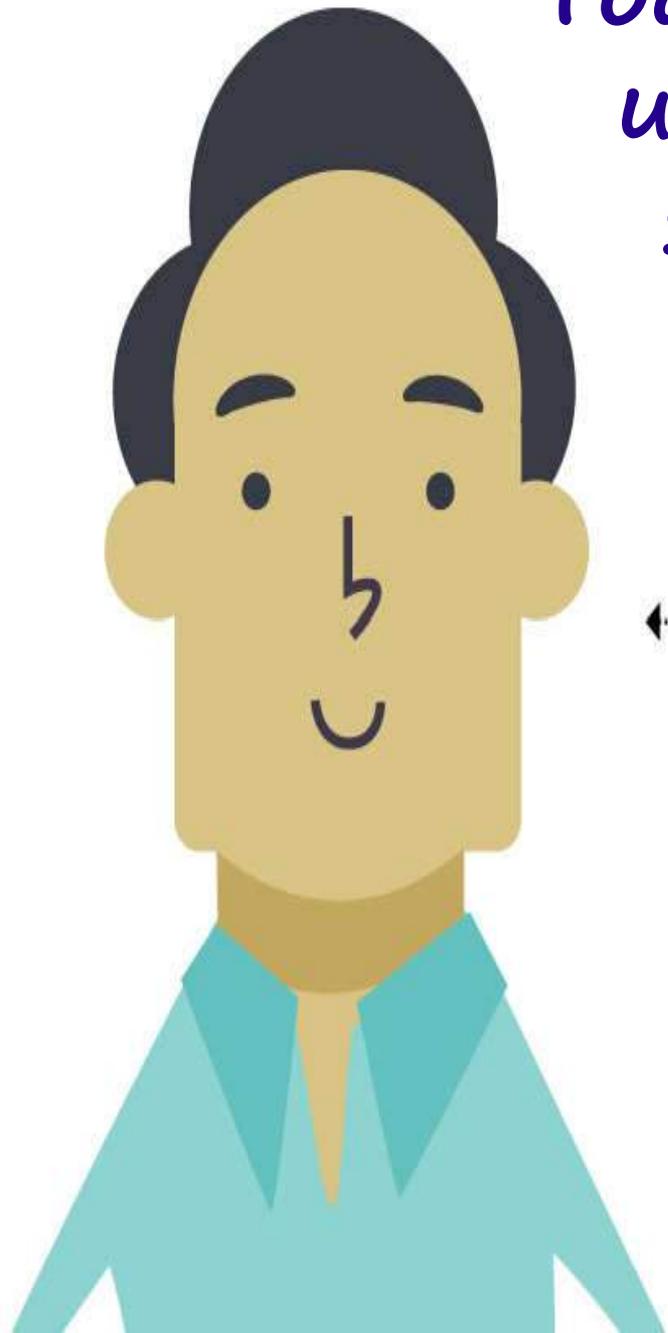
⑦  
seque bem as mãos  
com uma toalha limpa

## 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?*

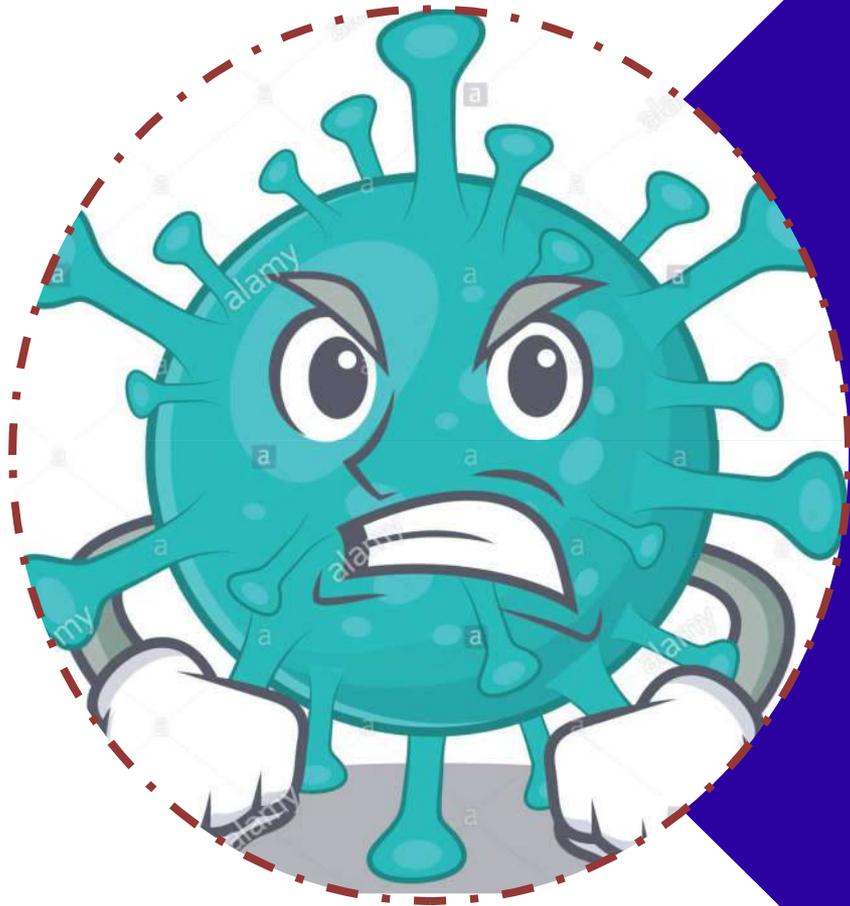


1 metro





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.