

ACTIVIDADES DE AUTOCUIDADO

Para proteger a nuestros niños y niñas debemos tener en cuenta lo siguiente:

Promueve la realización de actividades educativas con tu hijo e hija, explicando de una manera clara y dinámica, de modo que pueda expresar sus emociones, manteniendo una adecuada Salud Mental. Los niños también pueden tener ciertos episodios de estrés. Te invitamos a realizar las actividades y explicar de la mejor manera, aclarando sus dudas y bajando los niveles de incertidumbres.

Es importante que como apoderados informemos a nuestros hijos e hijas acerca de la crisis sanitaria que estamos viviendo hoy en día, tener instancias de conversación, es cuidar la Salud Mental de los niños y niñas.



ACTIVIDAD PRÁCTICA INICIAL

Pregunta a tu hijo o hija:

1. ¿Qué es coronavirus? ¿Has escuchado hablar de mí?

Sí



No



2. ¿Cómo te sientes cuando me escuchas nombrar?

1- Tranquilo 2-Preocupado 3- Confundido 4-Curioso 5-Nervioso 6- Triste

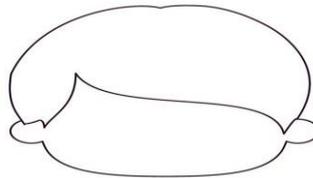


¿CONVERSEMOS SOBRE CORONAVIRUS?

Los niños y niñas pequeños aún no han adquirido la madurez suficiente para poder entender algunos aspectos de la enfermedad.

En este sentido se recomienda:

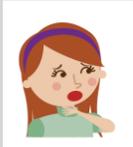
Pídele a tu hijo e hija que se dibuje expresando la emoción que siente la mayor parte del día



Explicale: El virus es de la familia de la gripe y el resfriado, nació en un país muy lejano

Le encanta viajar y saltar de manos en manos.

*Quando Viaja trae consigo: Fiebre, tos,
problemas para respirar.*



“Tú puedes estar tranquilo porque los adultos te ayudarán y cuidarán cuando lo necesites, enseñando todas las medidas necesarias para que estés bien”

Para más información sobre este tema, material adicional o preguntas, no dudes en contactarnos al correo: hpvcontest@gmail.com