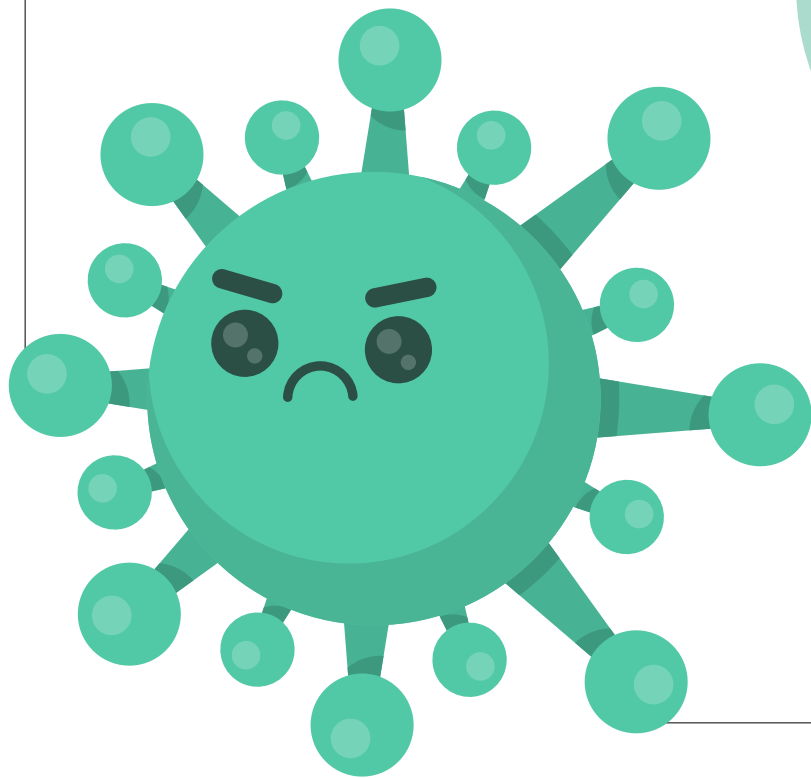


# Nosso Final Feliz

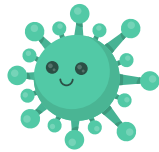


*Era uma vez...*

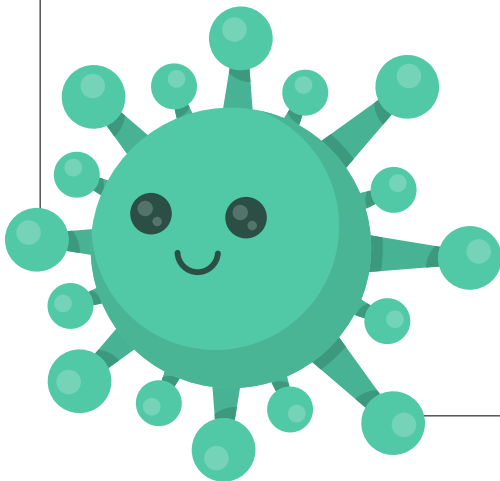
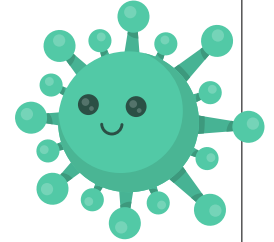
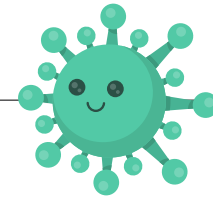


Em um reino muito distante,  
um bichinho muito mau,  
que queria deixar as pessoas  
bem doentes.

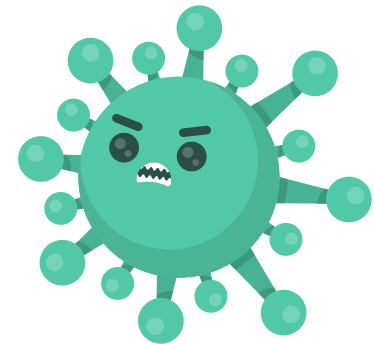
Esse bichinho  
foi chamado de  
Coronavírus!

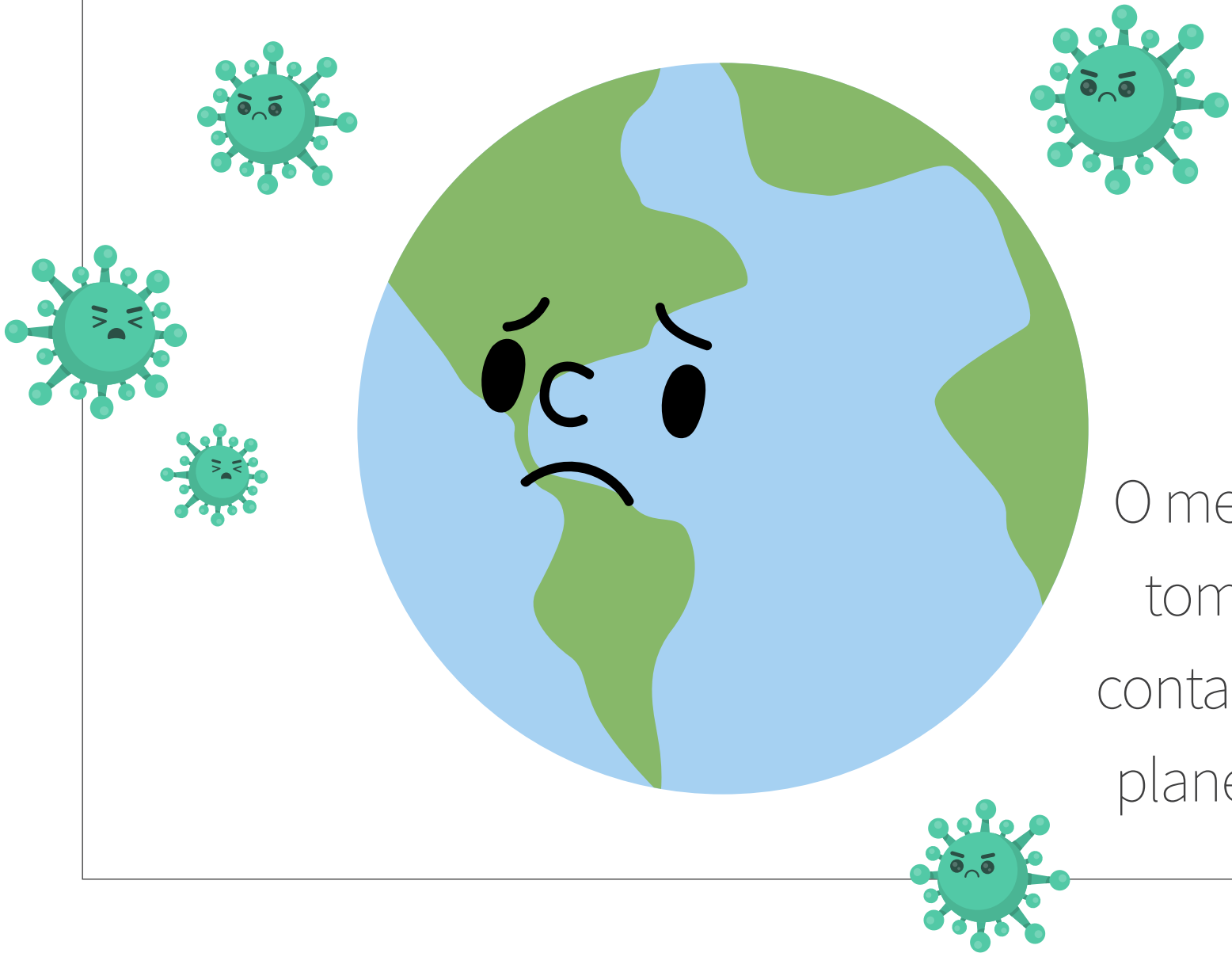


O Coronavírus começou a se espalhar por vários lugares, ficando bem feliz por estar passeando pelo mundo.



Então, as pessoas ficaram **assustadas!**





O medo  
tomou  
conta do  
planeta.



Mamães e papais  
queriam proteger  
seus filhos!

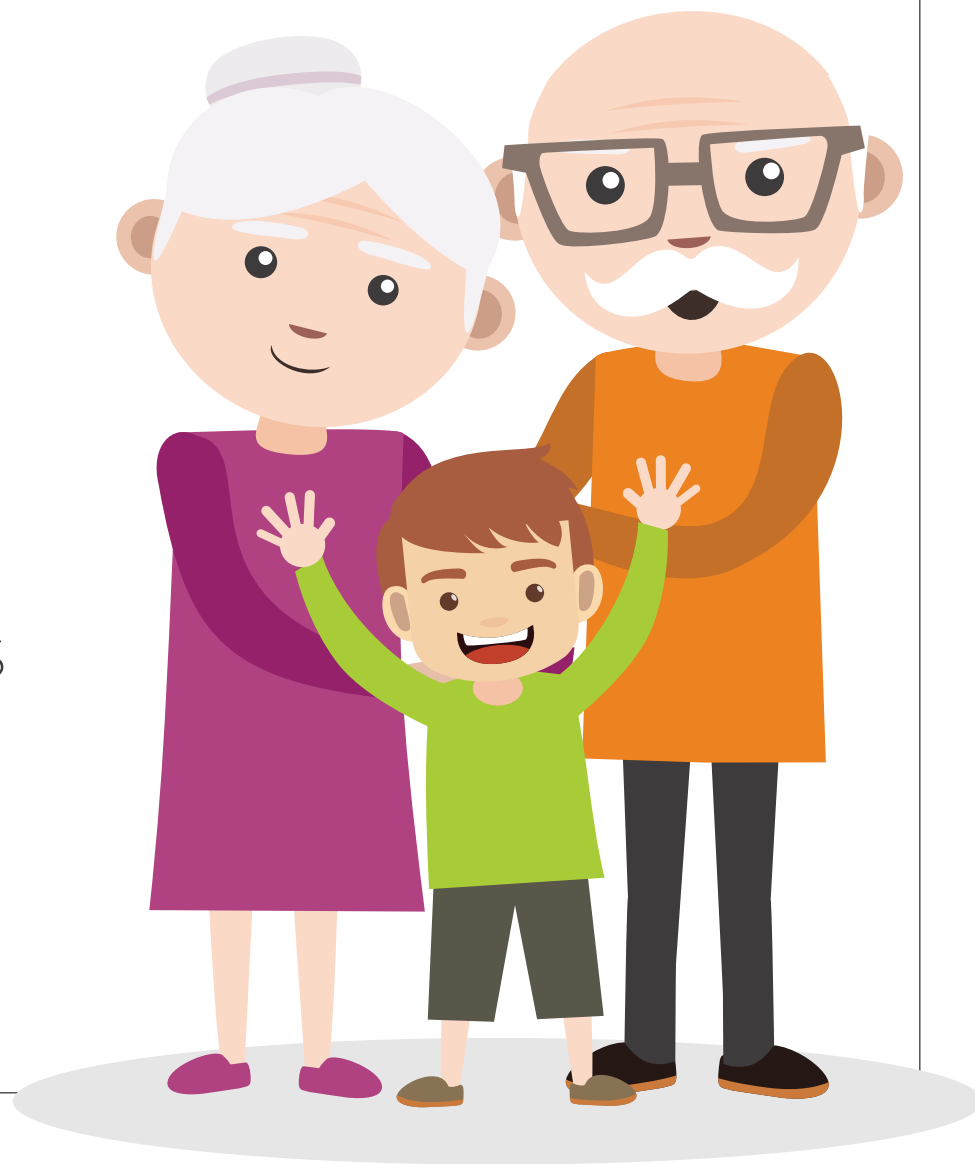




Os irmãos  
precisavam se  
ajudar!



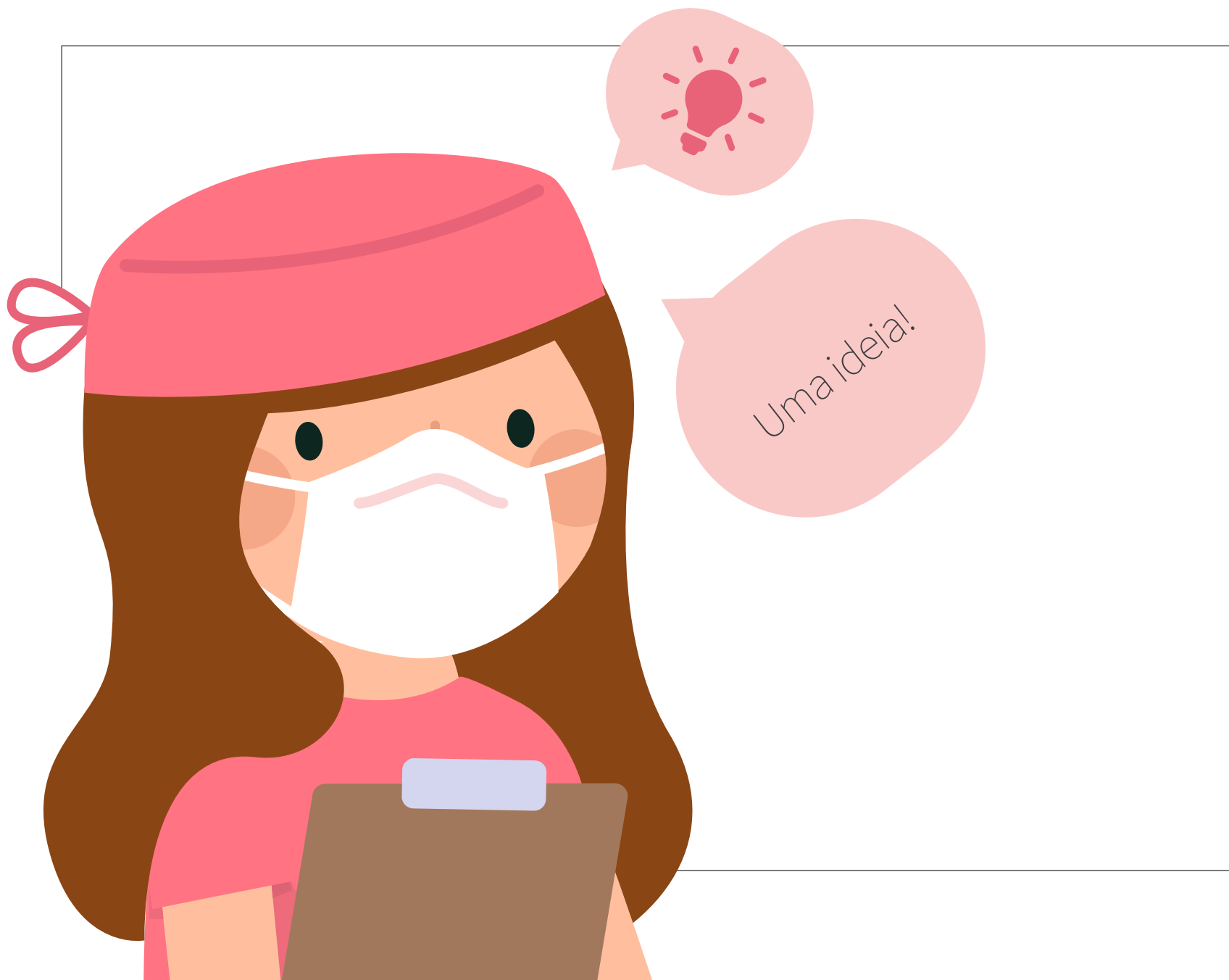
E os netinhos  
tinham que cuidar  
mais ainda de suas  
vovós e vovôs!



Mas, como  
cuidar de  
todos?



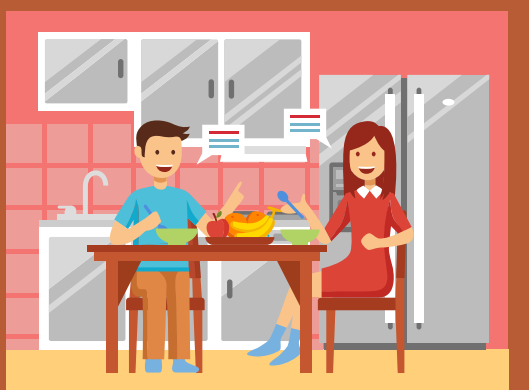
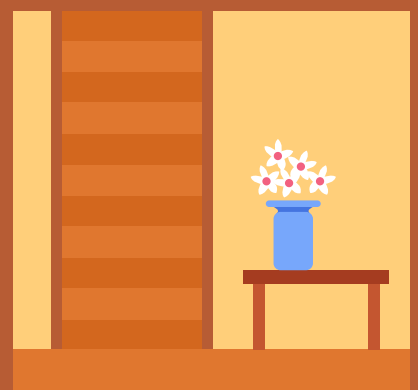
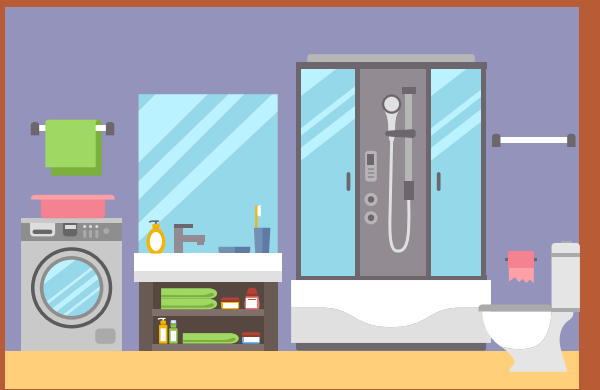
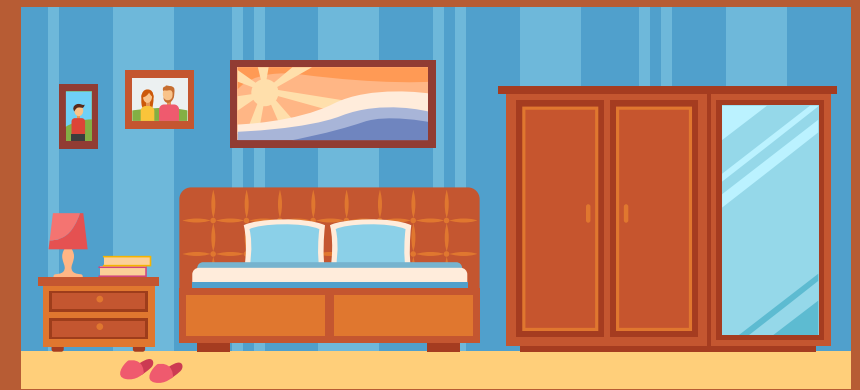
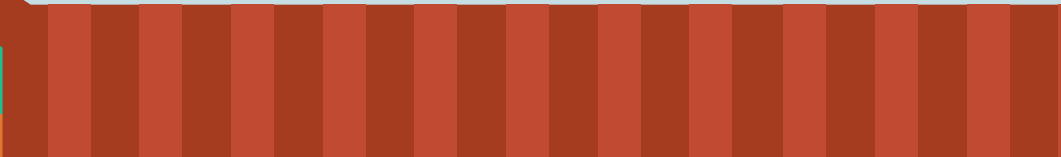




Uma ideia!

*Ficar em...*





Mas, ficar  
em casa  
às vezes  
era chato.

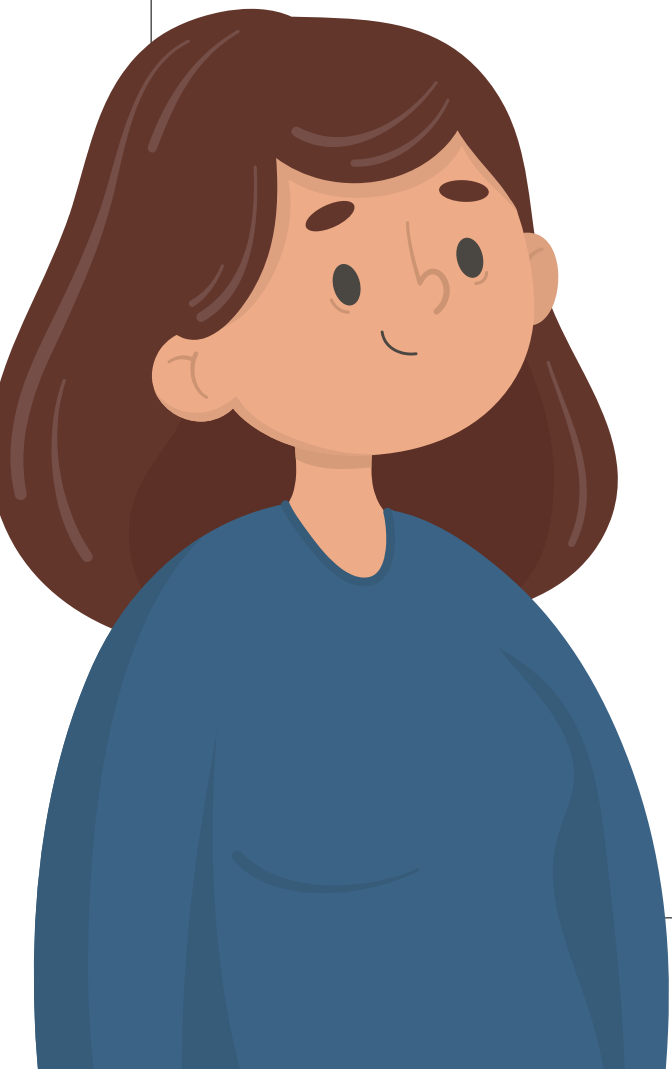




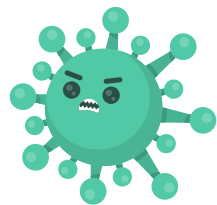
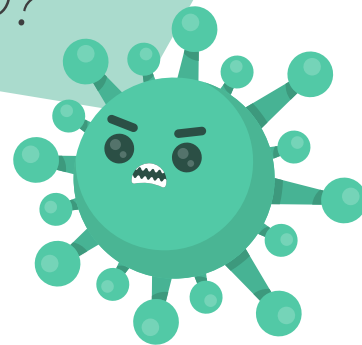
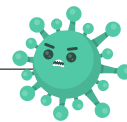
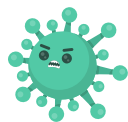
As crianças  
sentiam tristeza,  
tédio e saudades  
dos amigos.

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



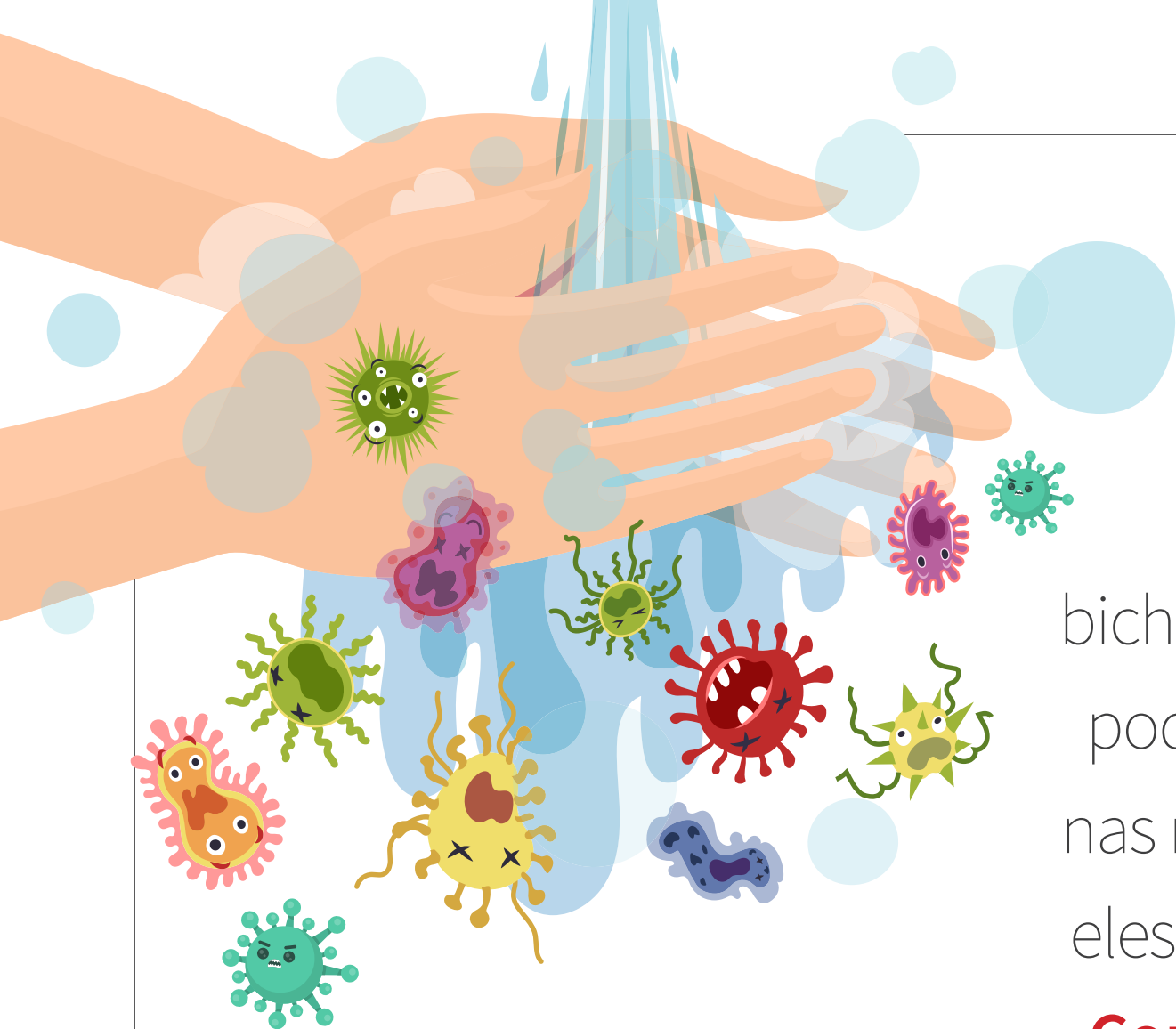
Vaca



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

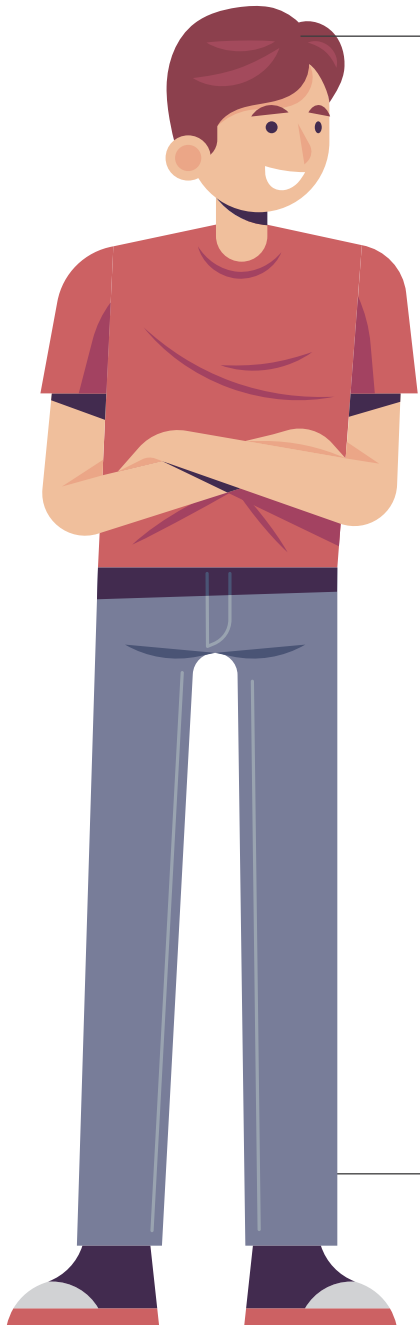




E álcool gel?

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?



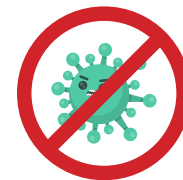
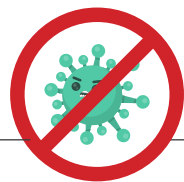
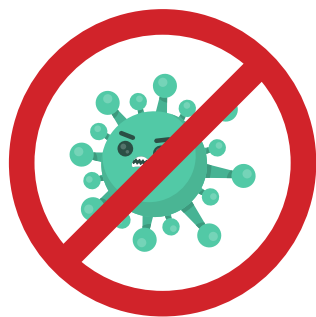
1 metro





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<sup>a</sup> 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

