



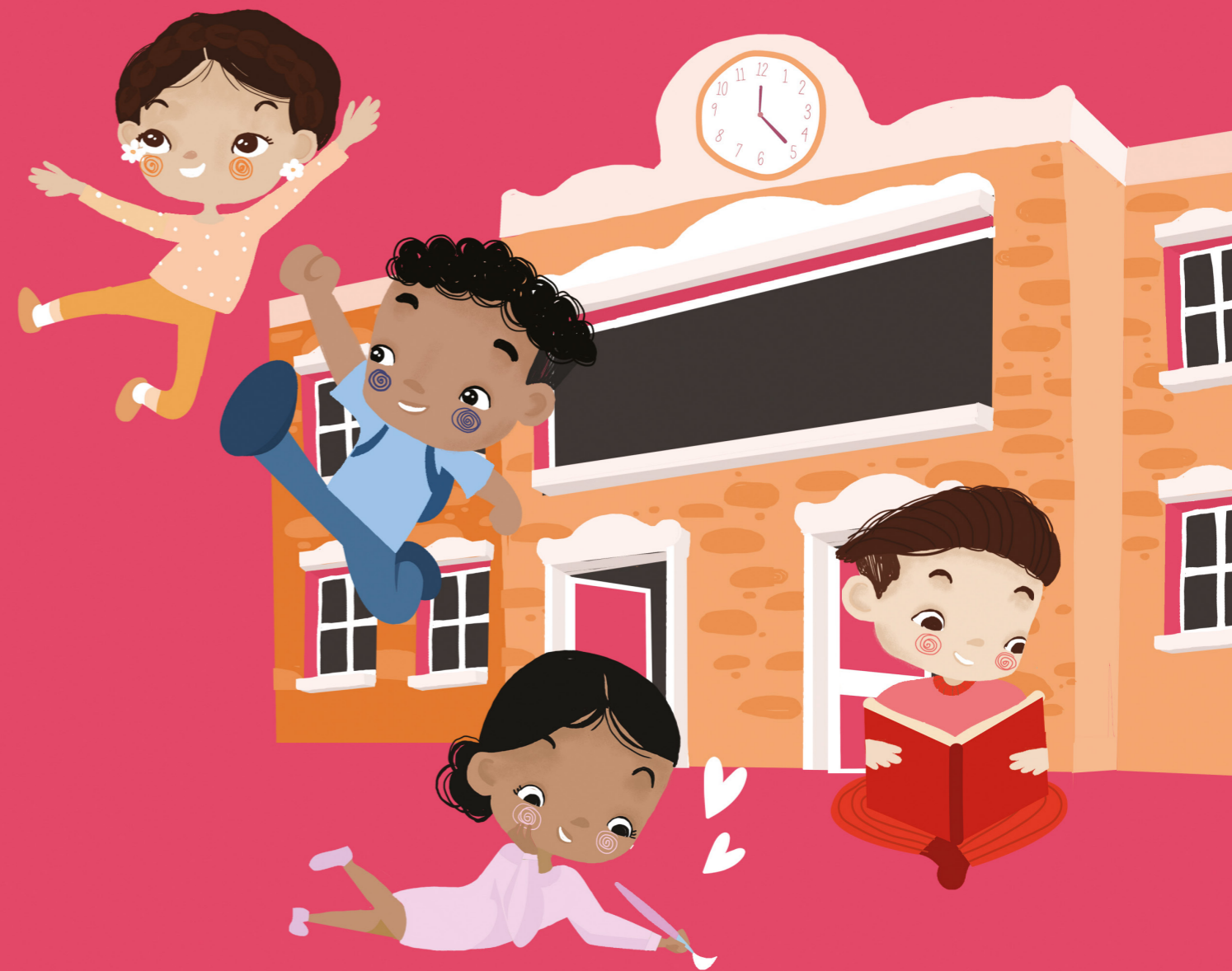
Beatriz Braga  
Joana M. Gomes  
Miguel Correia  
Susana Amorim

**IDEIAS COM HISTÓRIA®**

Recomendado por:

 **DGS** desde  
1899  
Direção-Geral da Saúde

Somos crianças e há muitas coisas que nos unem! A escola é uma delas. É lá que passamos grande parte dos nossos dias e muita coisa se passa nesse sítio tão especial: conversas que são só nossas; brincadeiras com tudo e mais alguma coisa; tarefas variadas, umas fáceis, outras complicadas; muitas aprendizagens; amores e desamores; abraços, beijos e zangas também; e muitas gargalhadas porque adoramos palhaçadas.



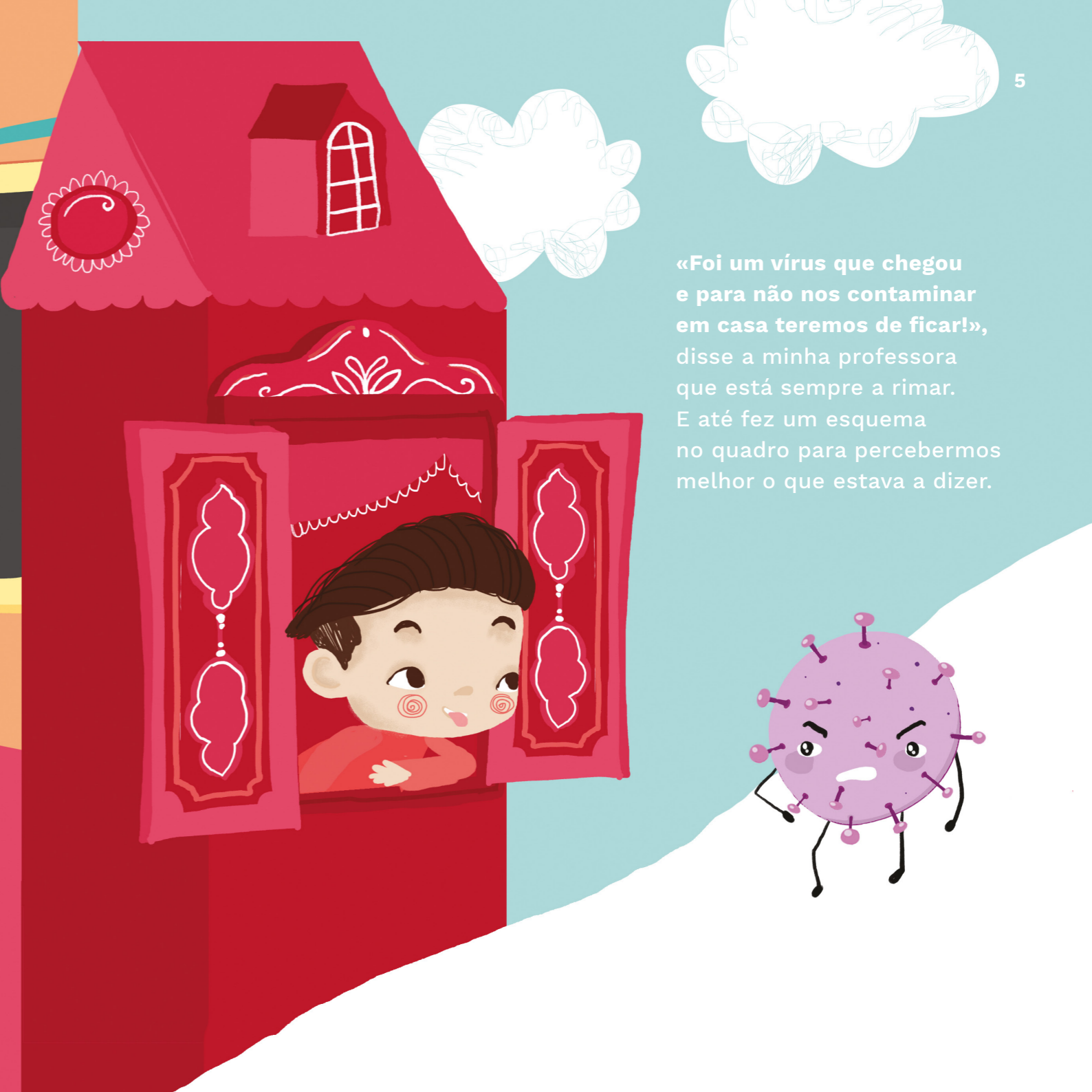
**Tudo isto nos faz crescer e, enquanto lá estamos, muito podemos aprender!**

Mas, certo dia...  
a nossa escola fechou!

Nem queríamos acreditar  
que aquilo se estava  
a passar!



«Foi um vírus que chegou  
e para não nos contaminar  
em casa teremos de ficar!»,  
disse a minha professora  
que está sempre a rimar.  
E até fez um esquema  
no quadro para percebermos  
melhor o que estava a dizer.





«Sabem qual é o jogo das escondidas, certo? O que se passa neste momento é mais ou menos assim... a partir de hoje temos um desafio com algumas regras importantes a cumprir para o vírus não nos encontrar».

## JOGO DAS ESCONDIDAS COVID-19

### REGRAS:

**TEMOS QUE NOS PROTEGER DO CORONAVÍRUS, E O MELHOR LOCAL PARA ISSO É A NOSSA CASA;**

**TEMOS QUE SER MAIS UNIDOS DO QUE NUNCA, MAS CADA UM NO SEU PRÓPRIO ESPAÇO;**

**DEVEMOS PENSAR EM ESTRATÉGIAS QUE SEJAM BOAS PARA TODOS;**

**NÃO PODEMOS PERMITIR QUE O MEDO E A ZANGA NOS DOMINEM;**

**TEMOS QUE SER MUUUUUUUUITO PACIENTES!**

«E agora, antes de irmos todos embora, repitam comigo estas frases que serão o nosso hino de turma», pediu a nossa professora.

**Para já, em casa vamos ficar,  
para em breve à escola  
podermos regressar!**



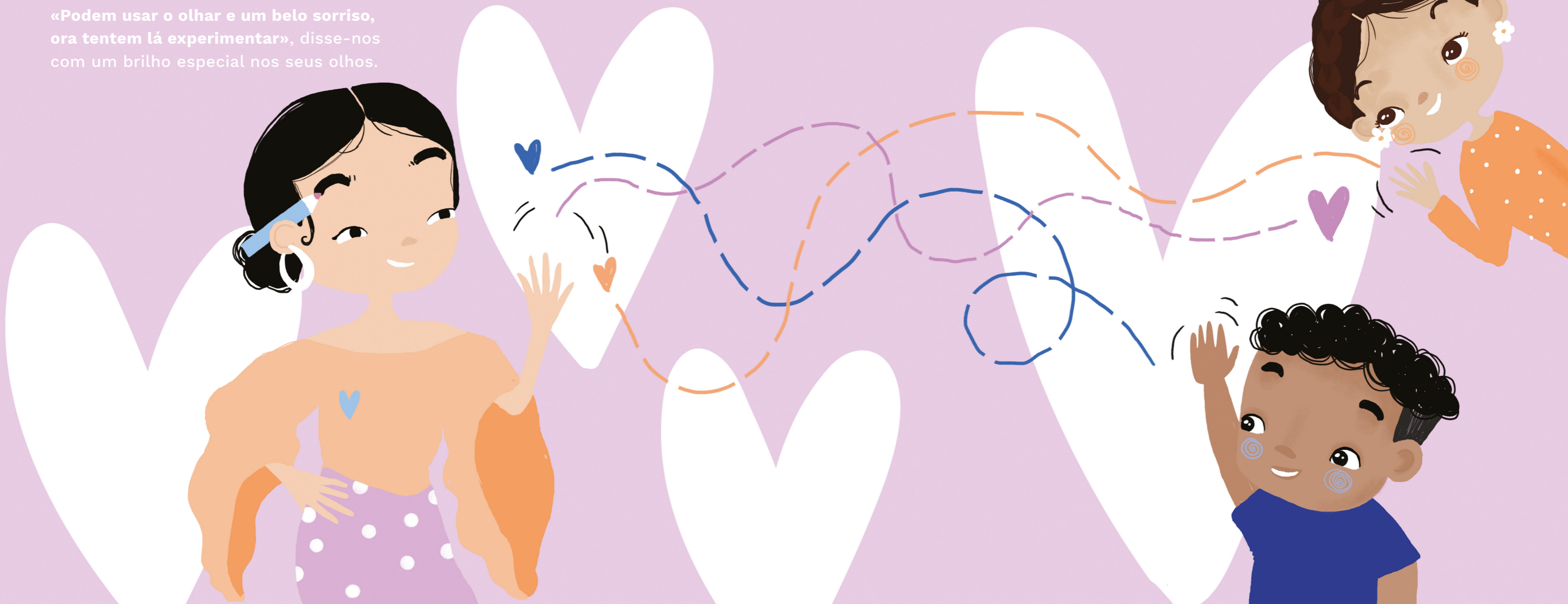
**Se cada um fizer o que é  
correto sem demora,  
vamos mandar  
o coronavírus embora!**

**A nossa união é fundamental!  
Não vamos deixar este vírus  
fazer-nos mal!**



E assim foi, despedimo-nos uns dos outros, mas sem beijinhos nem abraços. A professora explicou-nos que era importante mostrarmos carinho sem usar esses gestos.

«Podem usar o olhar e um belo sorriso, ora tentem lá experimentar», disse-nos com um brilho especial nos seus olhos.



«Nos próximos dias é preciso saber parar, menos a capacidade de sorrir! Tudo pode esperar, só não vale é desistir! Até breve, meus amores».

Cada um de nós foi para casa cheio de pensamentos e dúvidas... **Como iriam ser os nossos dias, como iríamos aprender, o que iríamos fazer?**

**Quando a minha escola fechou, fiquei espantada e até baralhada!**



**Quando a minha escola fechou não fiquei contente, mas percebi que se estava a ser prudente!**

**Quando a minha escola fechou, usei muito a minha imaginação e brinquei mais com o meu irmão.**





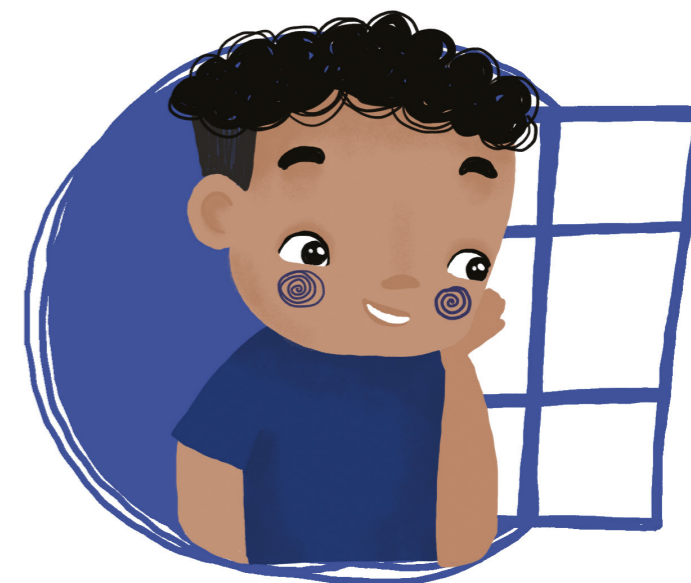
**Quando a minha escola fechou, pensei «Ai a matéria que eu vou perder!», mas depois percebi que há muitas formas de aprender.**

**Quando a minha escola fechou, fiquei com mais tempo para brincar, mas não me esqueci de estudar!**



**Quando a minha escola fechou, senti-me um bocadinho sozinho, mas como estou mais tempo em casa, agora até cozinho!**

**Quando a minha escola fechou, olhei mais pela janela e descobri muita coisa bela!**

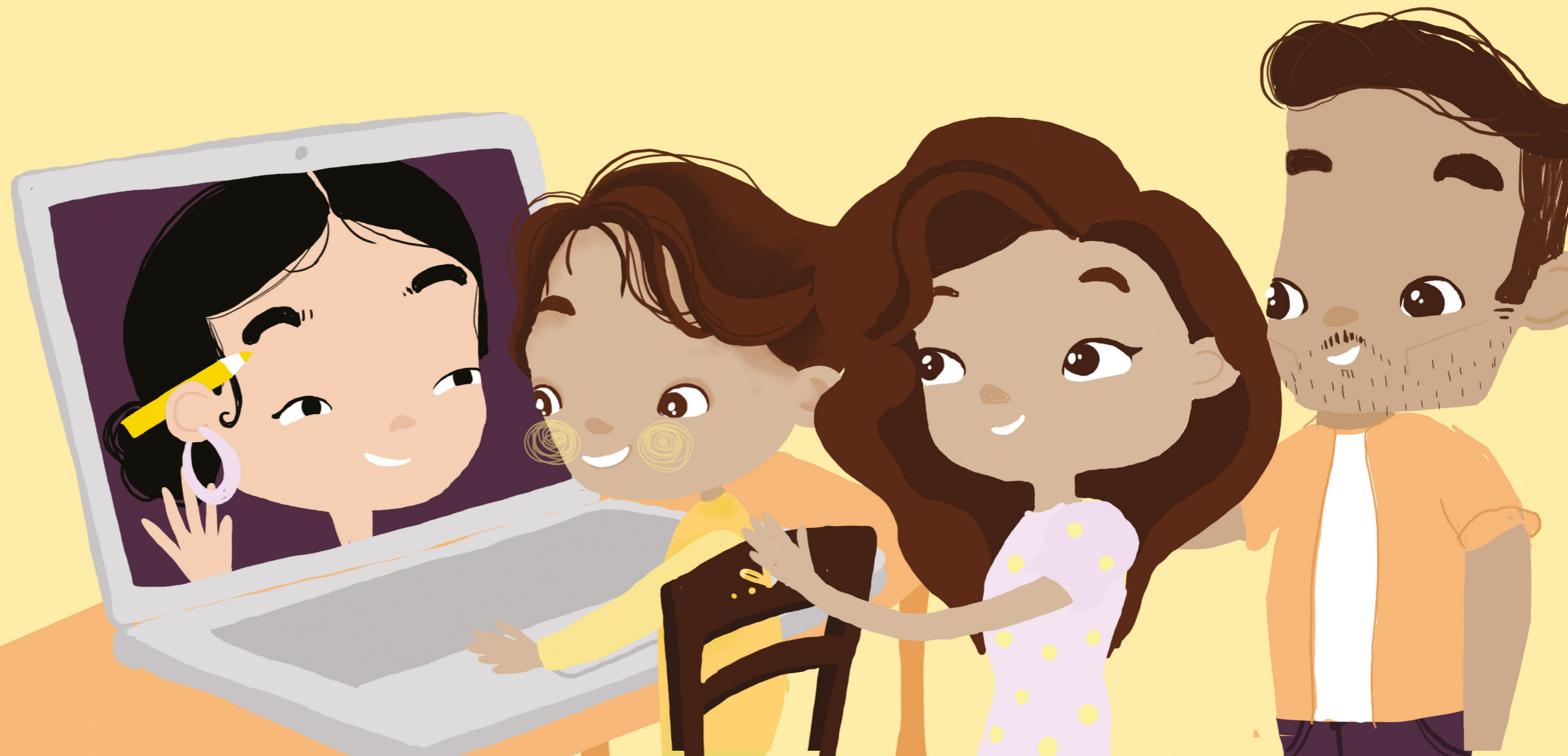






Durante o tempo que passou, a professora foi estando em contacto com os nossos pais e também connosco. Ainda bem que existem telemóveis e computadores, pois ajudam-nos a estar mais perto uns dos outros sem realmente estar.

Além de algumas atividades e tarefas para não nos esquecermos de tudo o que aprendemos na escola, ela também sugeriu que fizéssemos exercício físico todos os dias.



Esta foi a mensagem  
que a professora  
enviou:



Meninos e meninas, é preciso um tempo para trabalhar, outro para descansar e ainda outro para brincar. **Tudo vos faz crescer e, mesmo em casa, muito podem aprender.** Ler e escrever, desenhar, experimentar e inventar! Ter tempo em família e algum tempo a sós, e não se esqueçam de ligar aos avós. Vão ter de ser muito pacientes e nem todos os dias vão estar contentes, mas lembrem-se que isto vai passar e à escola vamos poder regressar!

TPC para os próximos dias:  
**Da minha janela eu vejo...**  
**Olhar mais pela janela e registar tudo o que veem e ouvem através dela. Tenho a certeza que vão descobrir muita coisa bela!**





#ATIVIDADE

## AGORA TU

Tenta também fazer o que esta professora sugeriu. Olha pela janela e descobre tudo o que vês e ouves. Se tiveres atenção, mais vais conseguir descobrir! Podes registar e desenhar para mais tarde poderes recordar.



A nossa professora diz as coisas de uma maneira tão engraçada e bonita. Fizemos o que ela disse e percebemos que podemos ser como as estrelas, as flores e as árvores; **nenhuma sai do seu sítio, mas nem por isso deixam de ser belas e de nos oferecer o seu perfume e o ar puro.**



Ao olhar pela janela, descobrimos muitos pormenores; vimos as folhas das árvores a dançar e as flores a aparecer. Ouvimos menos carros e mais pássaros, e até o cão lá longe a ladrar. Imaginámos desenhos nas nuvens que passeavam pelo céu.





**As nossas janelas foram  
telas em que todos  
os dias a paisagem  
era como uma pintura  
diferente, às vezes com  
chuva, outras com sol.**





Sussurrámos  
palavras pelas  
janelas:

SONHO

AMIZADE

UNIÃO

ESPERANÇA

CONFIANÇA

COOPERAÇÃO

E gritámos:

**TUDO VAI FICAR BEM!**



**E essas palavras foram sementes, depois espalhadas pelo sopro do vento, caindo ali e acolá... e, a pouco e pouco, fizeram crescer coisas bonitas, muitas coisas bonitas!**



O certo é que as nossas rotinas mudaram muito e todos em casa tiveram de se adaptar aos dias vividos de forma diferente. Combinámos, em família, elaborar um plano para fazermos coisas importantes e diversificadas durante o dia.

Fizemos com que o tempo do nosso estudo coincidisse com o tempo em que os pais também teriam de trabalhar; assim, estávamos todos em silêncio e concentrados ao mesmo tempo. Sim, porque apesar de os pais estarem em casa, explicaram-nos que não estávamos de férias...

Claro que preferíamos estar mesmo todos de férias, poder dar grandes passeios e ir à praia, mas isso havia de chegar.



E, apesar das saudades da escola e dos amigos, também foi bom ter os pais o tempo todo para nós!

Elaborámos, então, um plano semanal, com horários parecidos com os que tínhamos quando íamos para a escola e trabalho. Ao fim de semana podíamos até deitar e acordar mais tarde.



– ACORDAR

– TOMAR UM BOM PEQUENO ALMOÇO

– HIGIENE

– TEMPO DE ESTUDO

– BRINCADEIRA E ATIVIDADES LIVRES A SÓS OU COM A FAMÍLIA: PINTAR, DESENHAR, JOGAR, CONSTRUIR, VER UM FILME OU DESENHOS ANIMADOS...

– ALMOÇO

– ESTUDAR MAIS UM BOCADINHO

– BRINCADEIRA E ATIVIDADES LIVRES A SÓS OU COM A FAMÍLIA: PINTAR, DESENHAR, JOGAR, CONSTRUIR, VER UM FILME OU DESENHOS ANIMADOS...

– LANCHAR

– FAZER ALGO CRIATIVO. CONTACTAR COM FAMÍLIA E AMIGOS POR TELEFONE PARA MATAR SAUDADES

– TOMAR BANHO

– JANTAR

– LER UM BOCADINHO

– DORMIR

Enquanto a escola não abriu combinámos com a professora e amigos fazer rimas e sonhar com esse dia que, para todos nós, iria ser mesmo especial!

**Quando a minha escola abrir,  
foi o título desse desafio...**

**Quando a minha escola abrir, vou fazer  
uma coisa que muito quis — rever os meus  
amigos e ficar feliz!**

**Quando a minha escola abrir, vou  
ouvir os meus amigos com atenção  
a falarem do que aconteceu  
com muita emoção!**

**Quando a minha escola abrir,  
vou encontrar toda a gente  
e sentir-me tão contente!**

**Quando a minha escola abrir,  
vou entrar lá a sorrir!**



**Quando a minha  
escola abrir, no recreio  
vou brincar e saltar  
até me cansar!**



**Quando a minha escola  
abrir, vou ouvir a minha  
professora que, com a sua  
voz, acarinha todos nós.**

**Quando a minha  
escola abrir, na sala  
vou aprender para  
muito saber!**





#ATIVIDADE

## AGORA TU

Tenta, tu também, fazer rimas  
sobre quando a tua escola abrir.



A verdade é que não foram dias fáceis para ninguém... ter de ficar tantos dias em casa e esperar.

**Mas todos unidos fomos mais além e conseguimos reinventar!**

**E tudo ficou bem!**





**ANTES DA  
ESCOLA  
ABRIR,  
LEMBRA-TE...**

**Telefona aos avós, aos tios, aos primos, aos amigos e a todos aqueles de quem gostas. A distância só tem de ser física!**

**Brinca e estimula a tua criatividade:** podes ler livros novos, desenhar, ouvir música, ver filmes que não conhecias ou criar fortalezas no teu quarto; a escolha é tua. Diverte-te!

**Estuda e faz atividades.** O conhecimento é muito importante e neste período não deves parar de aprender.

**Informa-te! Vê as notícias e consulta os sites que nos dão informação verdadeira, como o da Direção-Geral da Saúde ou o site CoronaKids, da editora Ideias com História.** Tem cuidado com notícias falsas que possam aparecer nas redes sociais e em sites que não sabes se são confiáveis.

**É natural termos medo numa situação destas.** O medo ajuda-nos a sermos cuidadosos e a protegermo-nos, o que é muito importante. Não tenhas vergonha se sentires medo, porque todos sentimos. Partilha esse sentimento com as pessoas que te rodeiam, ocupa-te, procura fazer coisas de que gostas e não te esqueças que esta situação é temporária.

**Alimenta-te de forma saudável.** É importante que o nosso organismo se mantenha forte e capaz de combater as doenças.

**Faz exercício físico!** Estar em casa pode dar vontade de passar o dia imóvel, no sofá ou na cama a ver televisão ou a jogar, mas o teu corpo precisa de se mexer. O exercício faz bem ao teu corpo e à tua mente.

**Colabora nas tarefas domésticas.** Estes dias em casa são difíceis para toda a família!

**Respeita o espaço dos teus familiares.** É importante que todos se sintam confortáveis, mesmo que isso signifique passarem algum tempo sozinhos.





Título: Quando a minha escola abrir...

Coleção: Tudo vai ficar bem

Coordenação editorial: Miguel Correia

Texto: Susana Amorim e Miguel Correia

Direção de arte: Joana M. Gomes

Ilustração e paginação: Beatriz Braga

ISBN: 978-989-8937-13-1

Edição: Ideias com História — 2020

**IDEIAS COM HISTÓRIA®**

Recomendado por:



Esta é uma história narrada por sete crianças que deparam com uma realidade totalmente nova e diferente da que estavam habituadas a viver. A escola fechou e têm dúvidas perante algo com o qual nunca lidaram.

Uma história que aborda emoções e pensamentos naturais de quem tem de se adaptar a viver de outra forma, mas também estratégias para uma fase difícil das suas vidas. Mas um dia a escola vai abrir. E tudo vai ficar bem!

