

CALENDARIO DE LA TERNURA

Día a día mes a mes se puede proteger a nuestros niños y niñas con ternura

01 Cuénteles qué es el coronavirus a través de un cuento creado entre ustedes.	02 Practiquen juntos cómo es el correcto lavado de manos y para qué sirve.	03 Practiquen cómo utilizar correctamente una mascarilla y por qué usarla.	04 Explíquelo por qué ha habido cambios en la asistencia al colegio	05 Busquen métodos alternativos de aprendizajes, como videos, juegos, canciones, entre otros; para que puedan aprender más fácilmente.	06 Establezca espacios de autocuidado para los adultos, ya que así favorecerá la armonía dentro de su familia y también cuidará de sus hijos.
07 Para que duerma bien, léale un cuento unos 30 minutos antes de dormir.	08 Conversen acerca de las emociones y sensaciones que están experimentando en el día a día, ya sea por los cambios o las pérdidas	09 Preparen en familia una comida que a todos les guste.	10 Dele tareas pequeñas que le hagan sentir capaz y hábil.	11 Realice junto a él/ella las actividades creativas o lúdicas que tienen para divertirse.	12 Manténgalo informado/a acerca de cómo se encuentran sus amigos y amigas del colegio y/o de su sector.
13 Ayúdeles a realizar sus tareas con amor y paciencia.	14 Pídale su opinión con relación a la forma de organizarse en familia para proteger la salud.	15 Explíquelo que él/ella no hizo nada malo para que el Coronavirus llegara; ellos no tienen la culpa.	16 Si algún día no logra hacer todas las tareas, animelos a descansar y continuar cuando sea posible.	17 Reflexionen acerca de lo importante que es ayudar a otros que no lo pasan bien.	18 Infórmele acerca de qué hacer en caso de tener que salir de la casa por una emergencia.
19 Realicen juntos actividades relajantes, como pintar, dibujar, cantar, respirar profundo, meditar o escuchar música alegre.	20 Compartan sobre la forma de trabajo que actualmente usted o su pareja tienen.	21 Hagan ejercicio físico juntos.	22 Planten una semilla y cada día analicen cómo crece o qué le falta para lograrlo; reflexionen acerca de los cuidados que las plantas y las personas necesitamos para vivir bien.	23 Celebren los logros, y también los aprendizajes que se consiguen a partir de los errores.	24 Jueguen en familia; juegos de mesa, bailes, adivinanzas, etcétera.
25 Conversen sobre las personas a las que se pedirá ayuda cuando usted no esté presente.	26 A fin de disminuir preocupaciones, informe que los cambios que tenemos para protegernos del Coronavirus son circunstanciales.	27 Dibujen juntos cómo es el señor o la señora miedo (u otra emoción que sea recurrente en él/ella).	28 Conversen acerca de cómo se sienten con los cambios en la ciudad, como la cuarentena o el toque de queda y transmítales tranquilidad.	29 Cuénteles por qué hoy no se sale a la calle y dígame que no es un castigo	30 Dígales con frecuencia que los ama.

PARA MÁS INFORMACIÓN:

[WORLDVISION.CL/CORONAVIRUS](https://www.worldvision.cl/coronavirus)