



# MADRES Y PADRES ¿QUÉ HACEMOS CON LOS NIÑOS?



## COMUNICACIÓN

Si se tienen hijos o menores cercanos, es importante hablar con ellos. Conversá sobre la información oficial del coronavirus en un lenguaje adecuado a la edad y de manera honesta.

### Propuesta:

- . Hablar sobre la emoción, hacer un dibujo y compartirlo. Por ejemplo “dibujo mi miedo”
- . Pensar en conjunto cómo combatirlo y dibujarlo también. Por ejemplo un súper héroe que lo combate.



## ESPACIOS DE JUEGO Y OCIO

Los niños tanto como los adultos requieren mantener espacios de juego y divertimento que promuevan emociones positivas.

### Propuesta:

- . Jugar a un juego todos juntos.
- . Cocinar una torta juntos.
- . Limpiar la casa a modo de juego: aprovechar a ordenar juguetes, seguro descubren nuevos!
- . Inventar una canción graciosa.

La creatividad es un gran aliado de la salud mental.



## PSICO - EDUCACIÓN

Podes mirar junto a tu hijo tutoriales para aprender cosas nuevas y ponerlas en práctica.

### Propuesta:

Te dejamos este link sobre la importancia de la higiene de manos:  
<https://www.youtube.com/watch?v=H6EMAreCOYE>

También hay cuentos que podes leerle a tus hijos acerca de la pandemia.