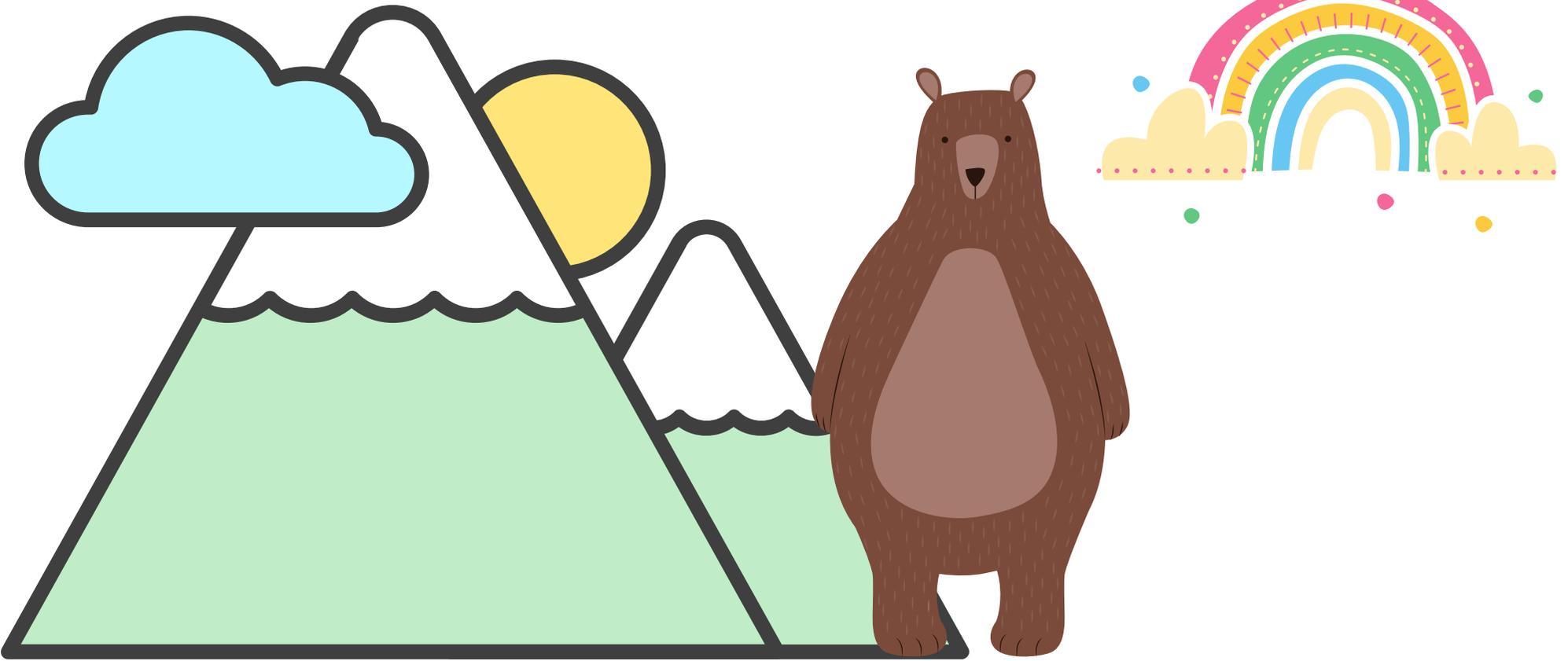


¡HOLA, HUMANOS!

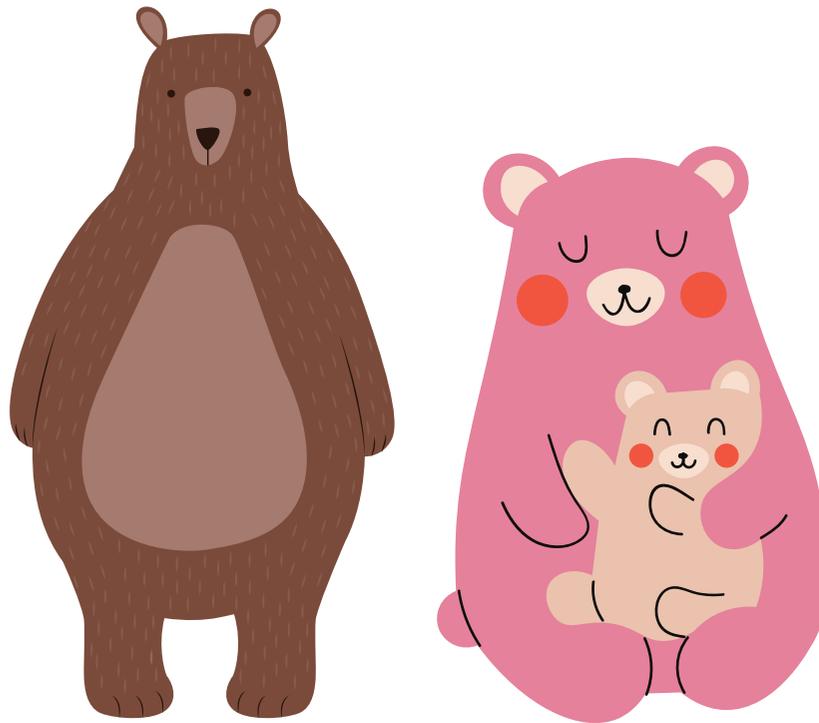


**SOY EL OSO GOLOSO Y OS
VOY A CONTAR CÓMO Y
CUÁNDO SALIR A LA
CALLE OTRA VEZ.**

Carmen Esteban
@mipsicologainfantil

¡HOLA, CAMPEONES!

**SOY EL OSO GOLOSO Y ESTA ES MI
FAMILIA.**



**SABEMOS QUE LLEVAIS MUCHOS DÍAS EN
CASA SIN SALIR. ¡LO ESTÁIS HACIENDO
FENOMENAL!**

**NO SÉ SI SABEIS QUE LOS OSOS
TAMBIÉN NOS QUEDAMOS EN CASA SIN
SALIR TODOS LOS INVIERNOS.
ES LO QUE LOS HUMANOS LLAMÁIS:**

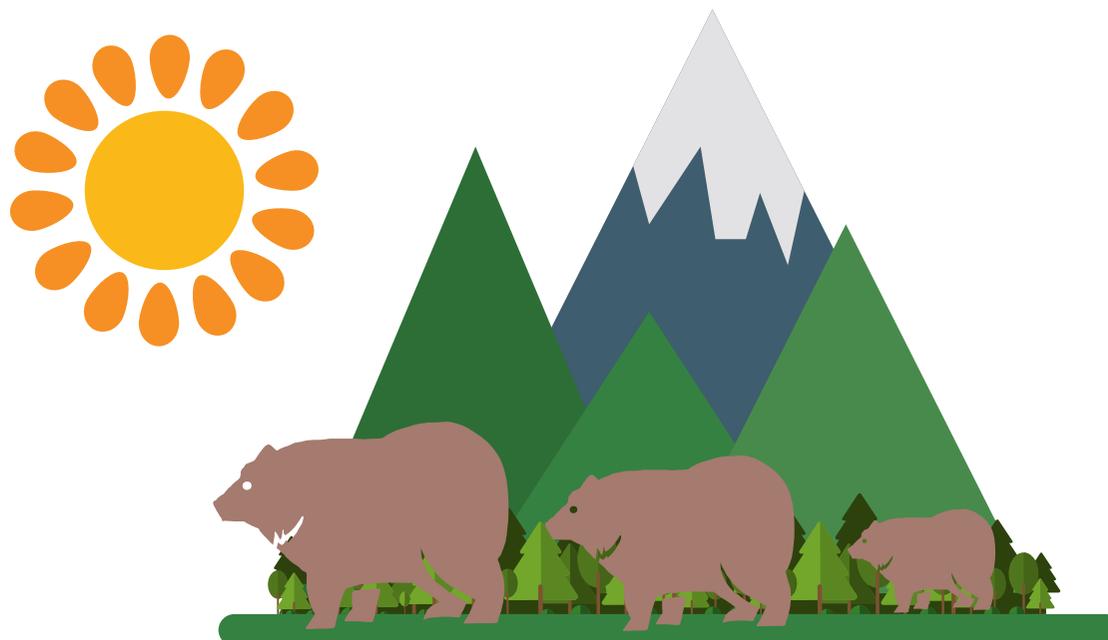
"HIBERNAR"

Carmen Esteban
@mipsicologainfantil

**HEMOS ESCUCHADO QUE LOS NIÑOS HUMANOS
VAIS A PODER SALIR A LA CALLE A PARTIR
DEL 26 DE ABRIL.**



**NOSOTROS LOS OSOS TAMBIÉN SALDREMOS
AHORA QUE YA ES PRIMAVERA Y HACE
CALOR.**

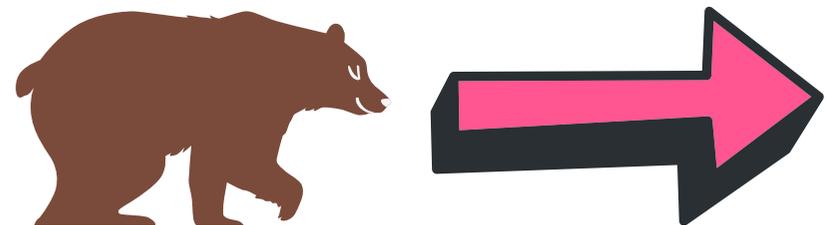


Carmen Esteban
[@mipsicologainfantil](https://www.instagram.com/mipsicologainfantil)

¡TENEMOS GANAS DE SALIR DE NUESTRA CASA!

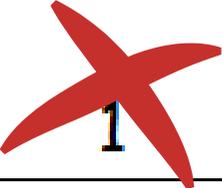
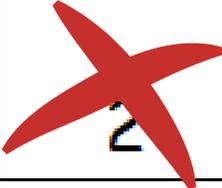
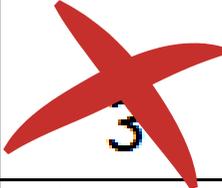
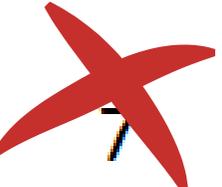


POR ESO, HEMOS HECHO UN CALENDARIO PARA IR TACHANDO LOS DÍAS QUE FALTAN.



Carmen Esteban
[@mipsicologainfantil](#)

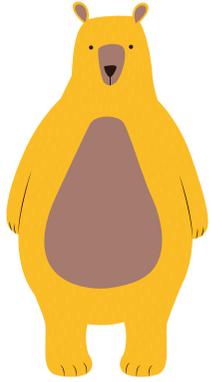
QUEDAN _____ DÍAS PARA SALIR A LA CALLE.

Abril 2020 						
Dom	Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb
			 1	 2	 3	 4
 5	 6	 7	 8	 9	 10	 11
 12	 13	 14	 15	 16	 17	 18
 19	 20	 21	 22	23	24	25
 26	27	28	29	30		

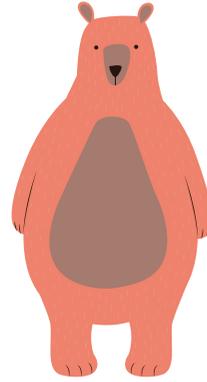
Carmen Esteban
@mipsicologainfantil

**RECUERDO QUE LA PRIMERA VEZ SALÍ DE MI CUEVA
DESPUÉS DE MUCHAS SEMANAS HIBERNANDO. SENTÍ
MUCHAS EMOCIONES A LA VEZ...**

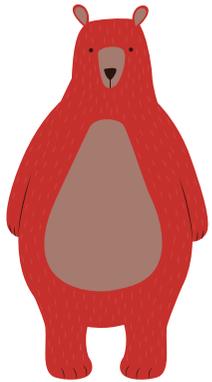
¿CUÁLES SIENTES TÚ?



ALEGRÍA



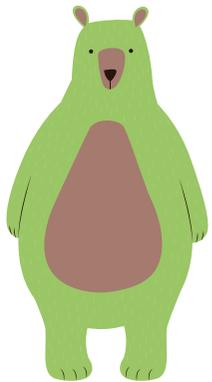
PREOCUPADO



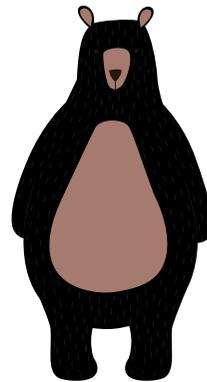
ENFADADO



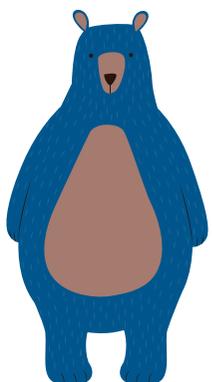
NERVIOSO



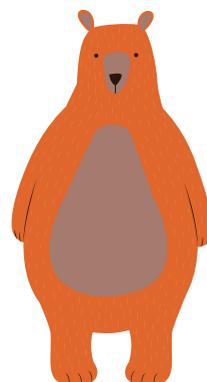
CALMA



MIEDO



TRISTEZA



ILUSIONADO

Carmen Esteban
@mipsicologainfantil

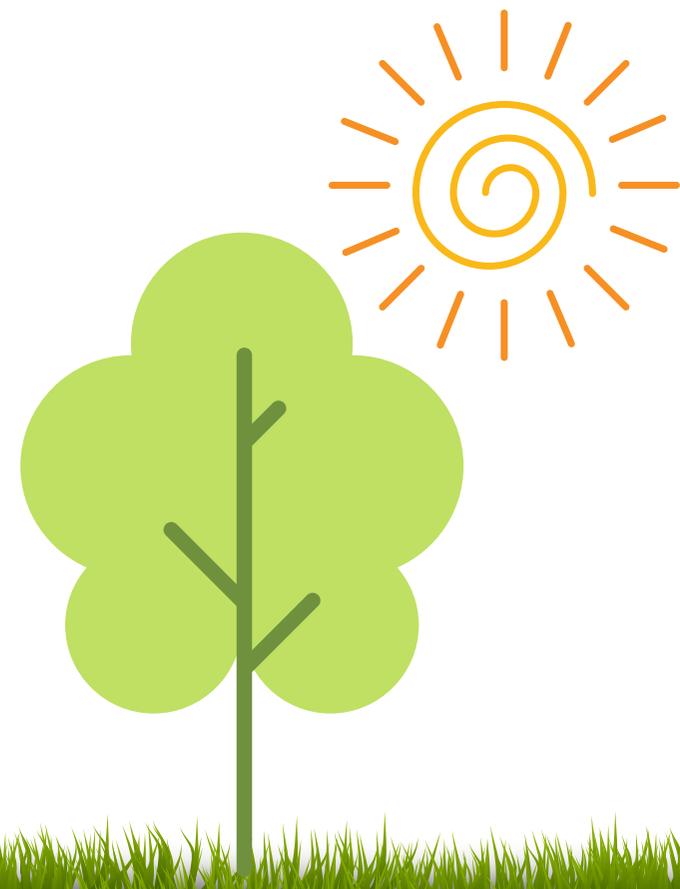
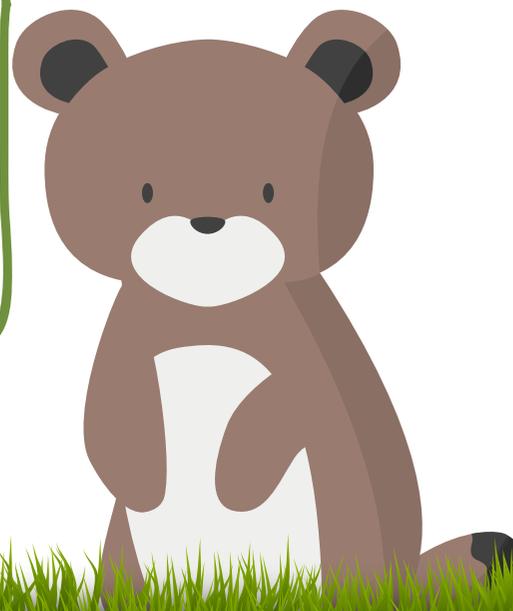
**POR LO QUE NOS HAN CONTADO, IRÉIS
SALIENDO DE CASA POCO A POCO.**

¡PRIMERO LOS NIÑOS!

**PORQUE LOS ADULTOS CREEN QUE SOIS
MUY RESPONSABLES.**

**¿SABES LO QUE SIGNIFICA SER
RESPONSABLE?**

¡HACER LAS COSAS CON
CUIDADO PARA CUIDAR
DE NOSOTROS
Y DE LOS DEMÁS!

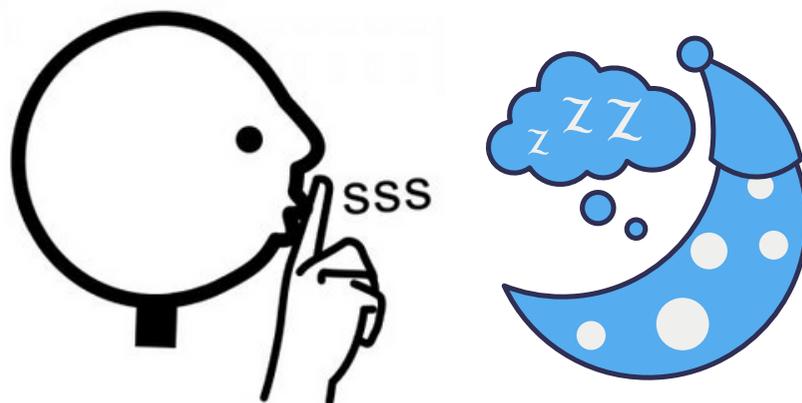


Carmen Esteban
@mipsicologainfantil

**COMO CUANDO TIRAS LAS COSAS A LA BASURA
PARA CUIDAR DEL PLANETA.**



**TAMBIÉN COMO CUANDO HABLAS EN VOZ BAJITA
CUANDO OTRAS PERSONAS DUERMEN.**

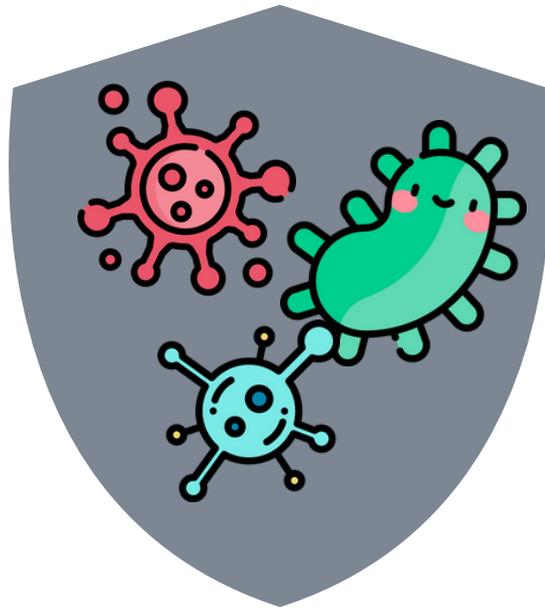


**O AL QUEDARTE EN CASA TANTOS DÍAS PARA NO
CONTAGIAR EL VIRUS.**

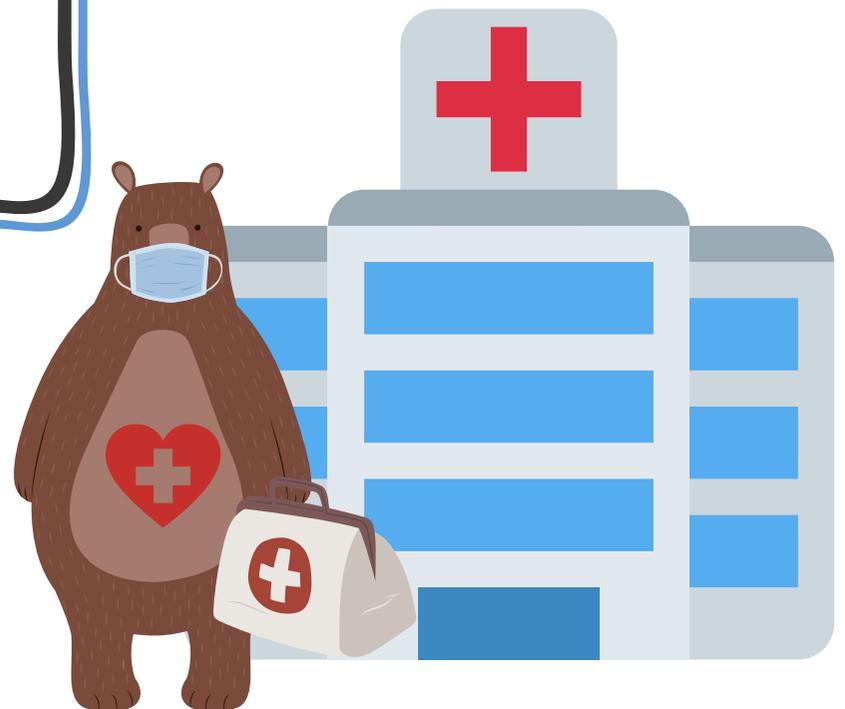


Carmen Esteban
@mipsicologainfantil

ES GENIAL QUE PODÁIS SALIR YA DE CASA PERO ES IMPORTANTE SEGUIR UNAS NORMAS PARA PROTEGERNOS DEL VIRUS.



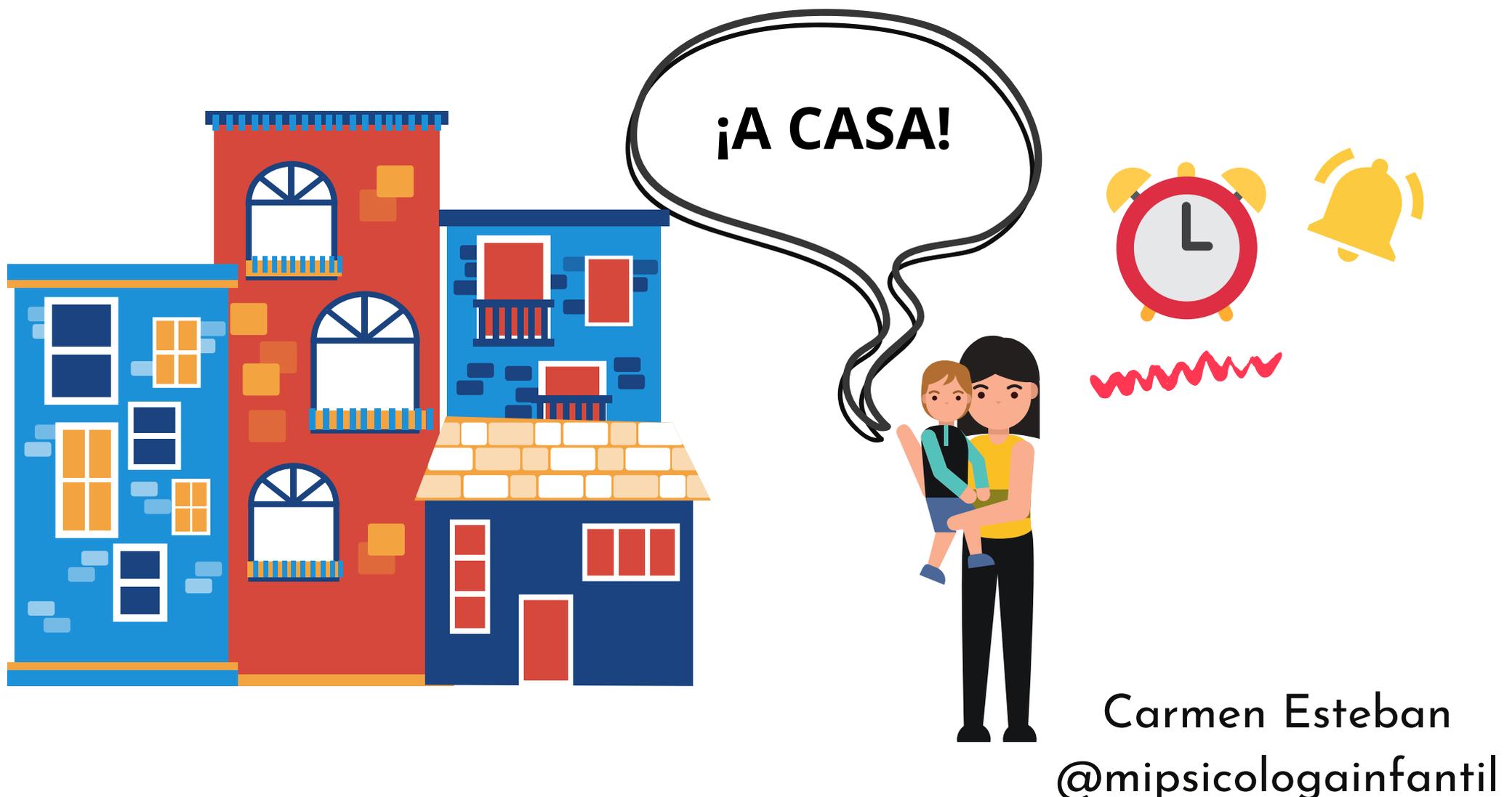
¿Queréis que os explique cómo podéis salir protegidos?



1. SALIR UNA HORA AL DÍA

**PARA QUE NO SE OS PASE EL TIEMPO,
MAMÁ/PAPÁ PONDRÁ UNA ALARMA
QUE OS AVISARÁ CUANDO OS TOCA
VOLVER A CASA.**

IREMOS SALIENDO POCO A POCO.



2. CERCA DE MAMÁ/PAPÁ



SALDRÁS CON UNO/A DE ELLOS/AS.

**ES IMPORTANTE QUE VAYAS CERCA DE
MAMÁ/ PAPÁ CUANDO SALGAS.**

3. DISTANCIA CON OTRAS PERSONAS



**SI VES A OTROS NIÑOS O ADULTOS, PODRÁS
DECIR "HOLA" DE LEJOS PERO AÚN NO
PODREMOS ACERCANOS.**

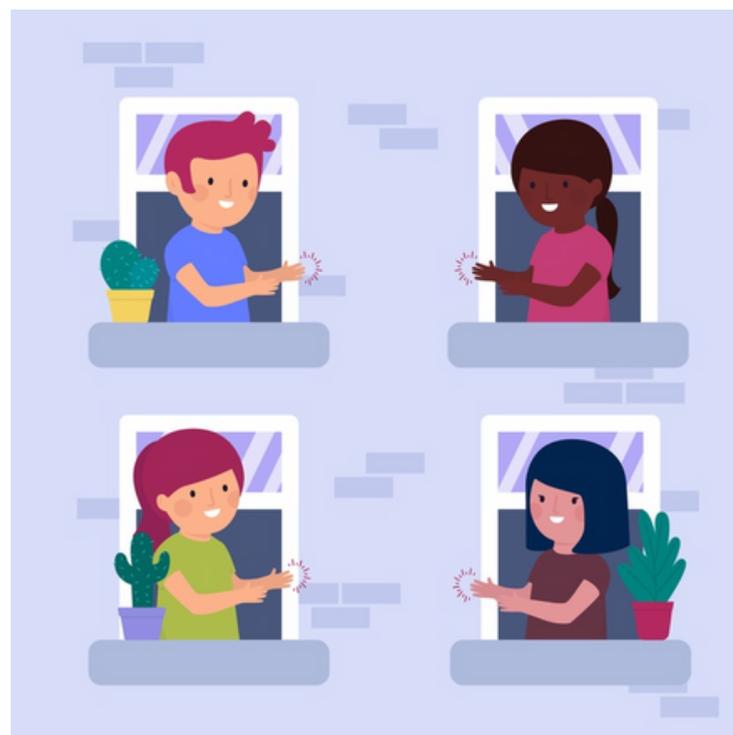
¡YA QUEDA MENOS PARA JUGAR JUNTOS!

4. MASCARILLA



SI TIENES MASCARILLA EN CASA, PÓNTELA.

**¡SERÁS COMO EL PERSONAL SANITARIO AL QUE
HAS APLAUDIDO TANTO A LAS 20.00!**



Carmen Esteban
@mipsicologainfantil

5. ¿CÓMO SERÁN LAS SALIDAS?

PODRÁS LLEVAR TUS JUGUETES FAVORITOS, IR EN BICI Y EN PATÍN.



AUNQUE NO PODREMOS IR A JUGAR AL PARQUE.



6. LÁVATE LAS MANOS

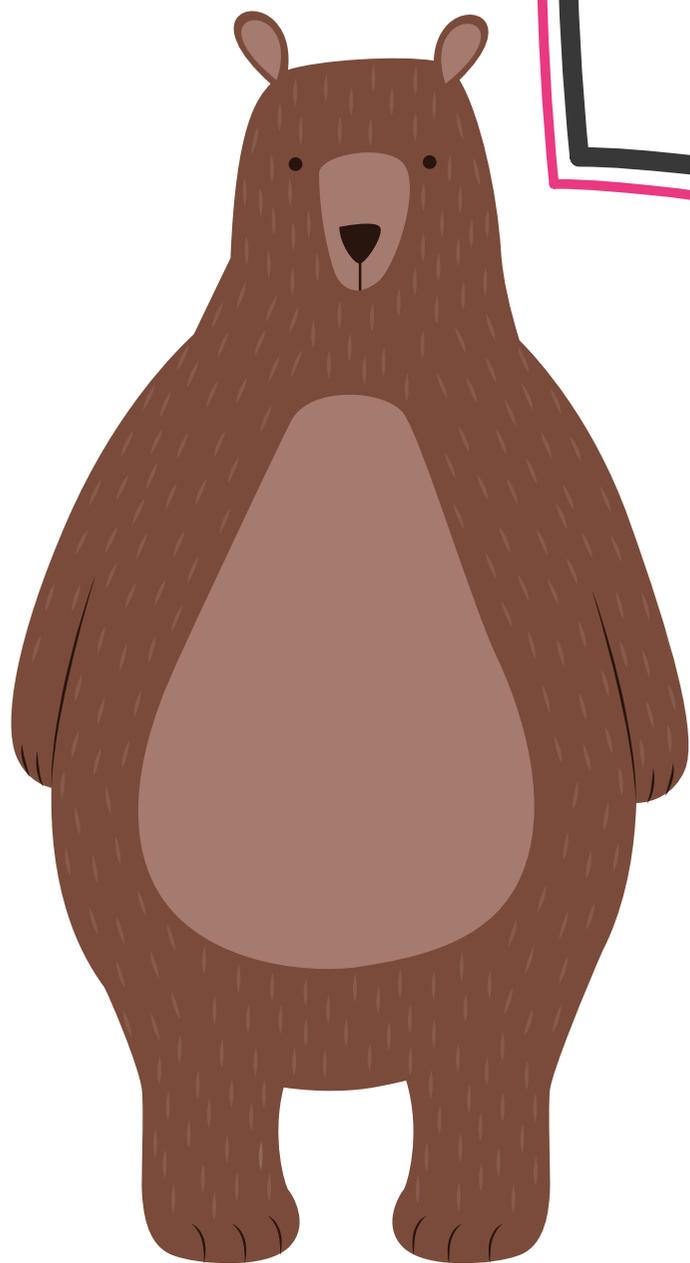
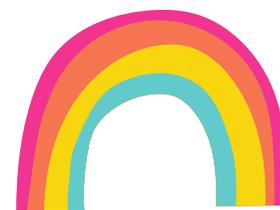
**AL LLEGAR A CASA RECUERDA QUE LO PRIMERO
QUE DEBES HACER ES:**

**¡LAVARTE LAS MANOS TAN BIEN
COMO SABES!**





**¡MUCHO ÁNIMO AMIGOS
HUMANOS! RECORDAD QUE
UN DÍA MÁS ES UN DÍA
MENOS.**



Carmen Esteban
@mipsicologainfantil