

MANTENHA OS MAIS JOVENS OCUPADOS EM CASA DURANTE A CRISE COVID-19

Neste momento, passa mais tempo *online*? E que tal aproveitar para definir com os seus filhos algumas das **regras essenciais** para, em família, utilizarem a Internet?

Seja criativo! Naveguem juntos na Internet para encontrar novas ideias e aprender algo novo. **Criar coisas em conjunto online** pode ser muito divertido !

Em momentos como o atual, é importante que as crianças e os jovens sejam capazes de **separar as informações verdadeiras das falsas**. Online, pode encontrar inúmeros conselhos práticos.

Os vírus não fazem discriminações ! Aproveite para mostrar aos seus filhos que **somos todos** iguais e que é necessário **mostrar empatia**, mantendo-nos em contacto com os outros.

Agora que as crianças e os jovens têm de ficar em casa, ajude-os a **fazer uma gestão equilibrada entre o tempo que passam na Internet e as outras atividades offline**. Que tal jogar um jogo de tabuleiro ou fazerem exercício físico juntos?

Converse com os seus filhos acerca das **regras sociais e de etiqueta**. Ajude-os a compreender porque é que estas existem e porque é que, por vezes, eles precisam de se adaptar para responder a novas situações.

Os mais pequenos conseguem perceber que está a acontecer algo fora do normal. Peça-lhes para **partilharem as suas ideias** acerca da forma como podemos fazer face à situação. Assim, aprenderão com a sua experiência e começarão a compreender o que é a **responsabilidade partilhada**.

Direitos e deveres na Internet. Desafie os seus filhos para ver quem consegue criar a melhor lista de regras de bom comportamento *online*. Podem recorrer à Internet. Cada um apresenta a sua lista e ganha um prémio engraçado.

Cada um escreve 2 **palavras-passe** num pedaço de papel. Coloque-os numa taça. Retire um de cada vez e tente adivinhar a quem pertence. Procure na Internet algumas dicas para criar palavras-passe.

Peça aos seus filhos que enumerem **os direitos e as responsabilidades dos clientes** numa loja. Conversem acerca do impacto da situação atual nas lojas e os cuidados extra que é necessário adotar nas compras *online*.

Em família joguem o « Combate o Vírus ». Página seguinte ➡

Mais informações em www.coe.int/dce

INÍCIO FIM

PARABÉNS!

1. O ar fresco afasta os insetos. Abre e fecha a janela que estiver mais perto.

2. Porque é que estamos em casa? Apresenta 2 bons motivos e espera pela tua vez para voltares a jogar.

3. Abraçaste um amigo na rua. Perigo! Porque? Passa a tua vez de jogar.

4. Durante quanto tempo deves esfregar as mãos com água e sabão?

5. Uma encomenda chega por correio. Diz como procedes. Resposta errada? Perdeste a vez de jogar.

6. Para onde espirras, para o cotovelo, para os pés ou para a mão de outra pessoa?

7. Tu és uma pessoa amável. Passa a tua vez a outro jogador.

8. Saíste sem autorização. Perigo! Volta à casa 2 para te relembrares. porque deves ficar em casa.

9. Como é que os vírus se deslocam? Descobriste? Vai até à casa 12.

10. « Isto do Corona! Não é mais do que uma constipação » Passa a tua vez de jogar para pensares melhor.

11. Esqueceste-te de lavar as mãos. Volta à casa 4 para lavá-las.

12. « Estar confinado em casa é difícil » Antes de voltares a jogar, sugere 2 coisas divertidas para fazer.

13. Acabaste de espirrar. Volta à casa 6 para refletires acerca da forma como deves fazê-lo em segurança.

14. Envias regularmente SMS aos teus amigos para lhes mostrares que te preocupas com eles.

15. Tu és o campeão dos destruidores de vírus. Como e porquê? Volta à casa 9 e conta a tua história.

16. O coronavírus sobrevive durante quanto tempo numa superfície de plástico: minutos, horas, dias?

17. O coronavírus mantém-se na superfície de uma embalagem: 30 segundos, 30 minutos, 30 horas ou mais?

19. Para ultrapassar a linha de chegada, diz bem alto, 3 medidas para vencer o vírus!

18. Perigo! Acabaste de tossir. Mostra-nos como é que o devemos fazer de forma correta ou volta à casa 13.

Min: 2 jogadores Máx: 6

Para jogar, vão precisar de um dado e de um símbolo para cada um.

1. Cada jogador lança os dados. Joga primeiro quem tiver o número mais alto.

2. Os jogadores lançam, à vez, os seus dados e avançam com o seu símbolo, no sentido dos ponteiros do relógio e contando as casas.

3. a) Quando os jogadores chegarem a uma casa verde, leem a mensagem em voz alta. b) Quando chegarem a uma casa laranja, terão uma tarefa a cumprir.

4. O primeiro a chegar à casa final, apresentando 3 formas de vencer o vírus, ganha o jogo.

Durante o jogo, é permitido pesquisar as respostas na Internet.

Símbolos - Escolham o vosso símbolo, recortem-no e cole-no num cartão.

