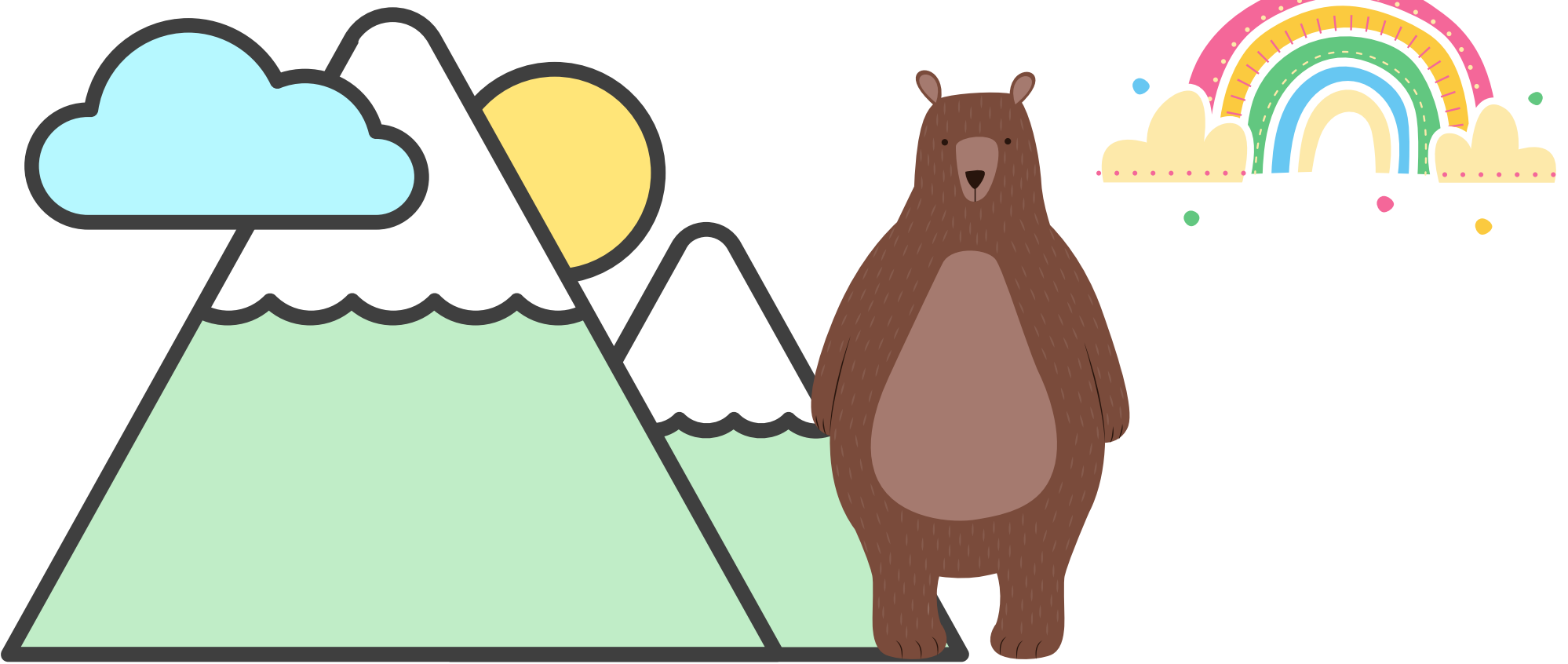


# ¡HOLA, HUMANOS!

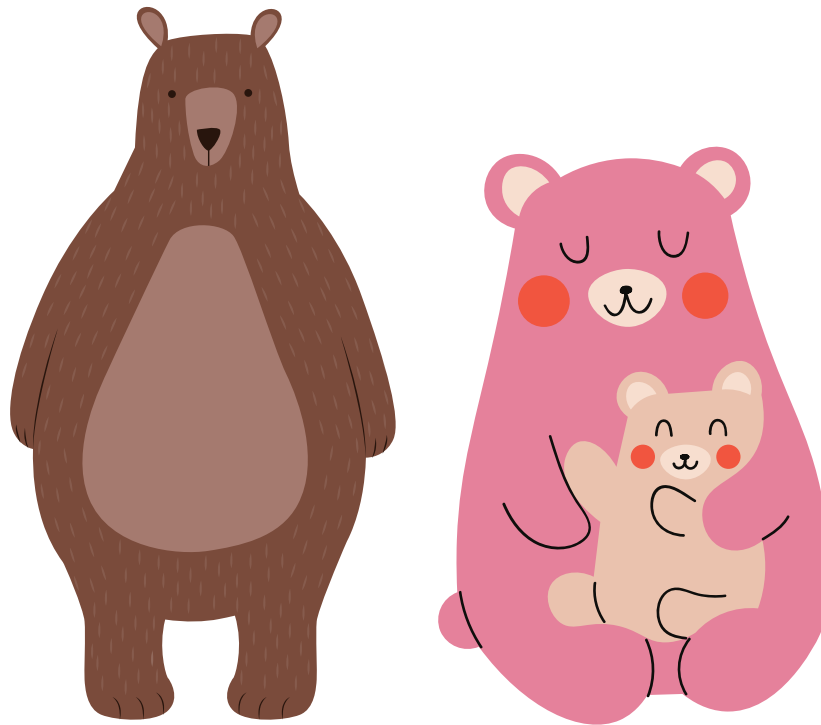


**SOY EL OSO GOLOSO Y OS  
VOY A CONTAR CÓMO Y  
CUÁNDO SALIR A LA  
CALLE OTRA VEZ.**

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:**

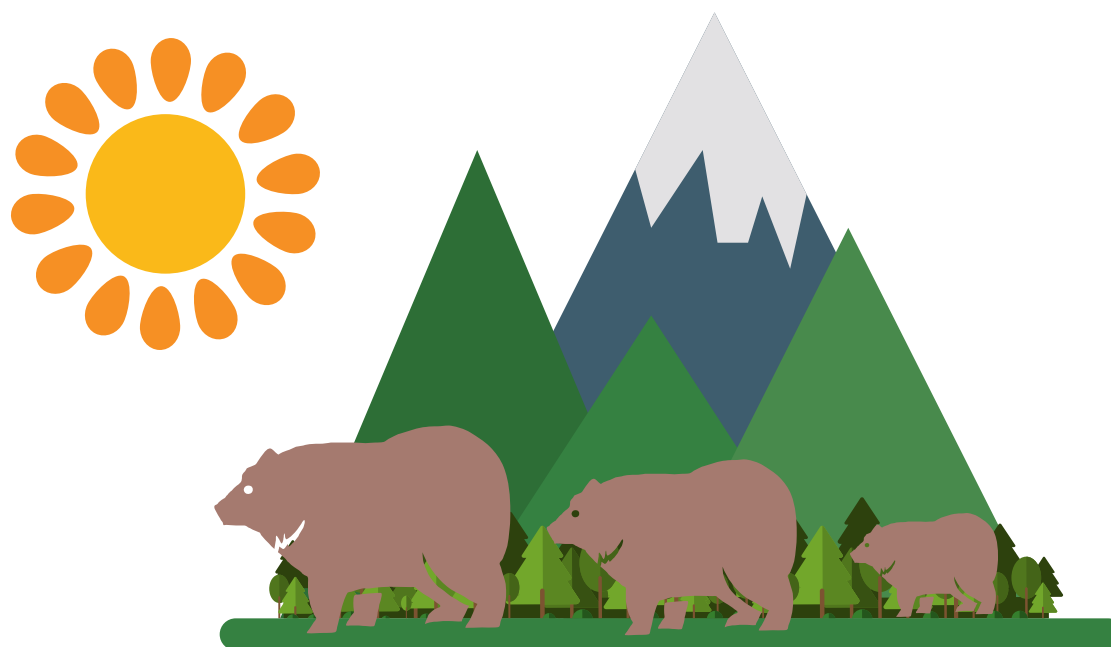
**"HIBERNAR"**

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.**

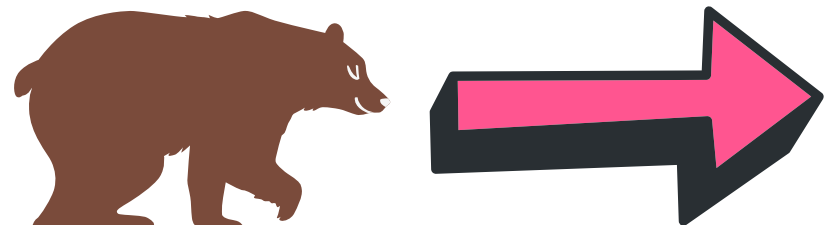


Carmen Esteban  
[@mipsicologainfantil](https://www.instagram.com/mipsicologainfantil)

**¡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.**

<b>Abril 2020</b> 						
<b>Dom</b>	<b>Lun</b>	<b>Mar</b>	<b>Mié</b>	<b>Jue</b>	<b>Vie</b>	<b>Sáb</b>
			 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		

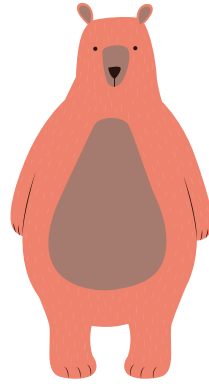
Carmen Esteban  
@mipsicologainfantil

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

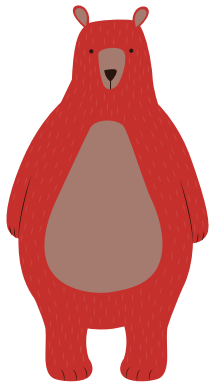
**¿CUÁLES SIENTES TÚ?**



**ALEGRÍA**



**PREOCUPADO**



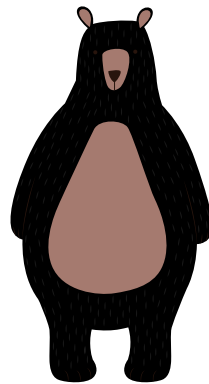
**ENFADADO**



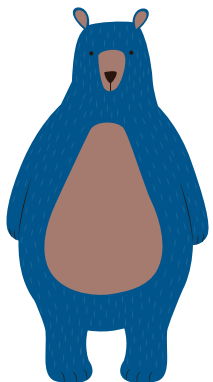
**NERVIOSO**



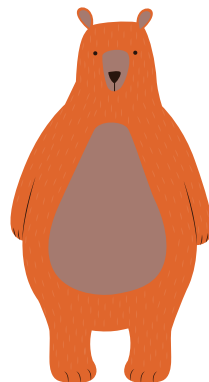
**CALMA**



**MIEDO**



**TRISTEZA**



**ILUSIONADO**

Carmen Esteban  
@mipsicologainfantil

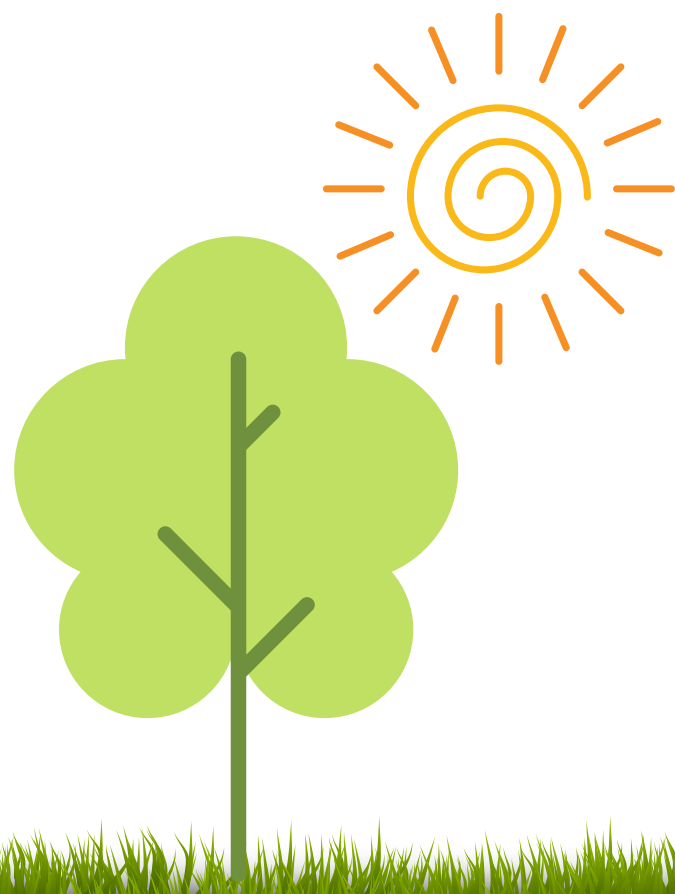
**POR LO QUE NOS HAN CONTADO, IRÉIS  
SALIENDO DE CASA POCO A POCO.**

**¡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!

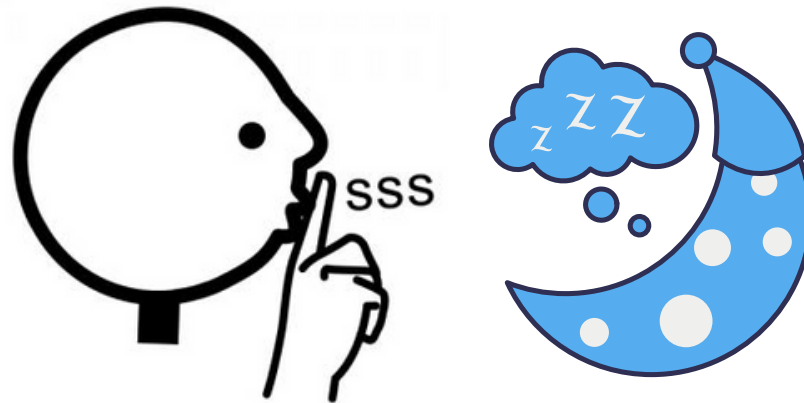


Carmen Esteban  
@mipsicologainfantil

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



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



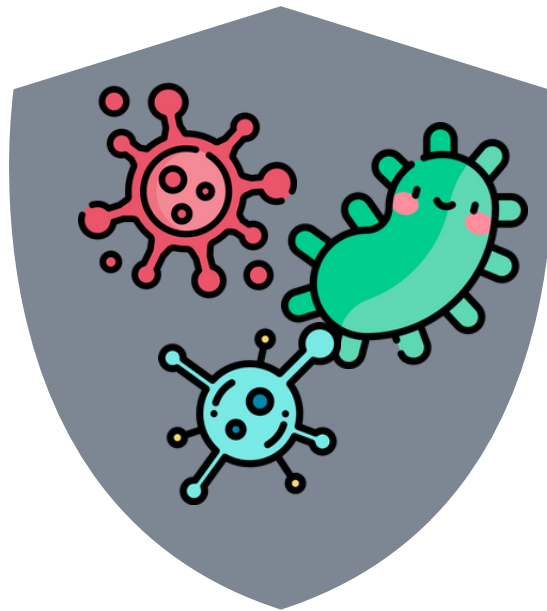
**O AL QUEDARTE EN CASA TANTOS DÍAS PARA NO  
CONTAGIAR EL VIRUS.**



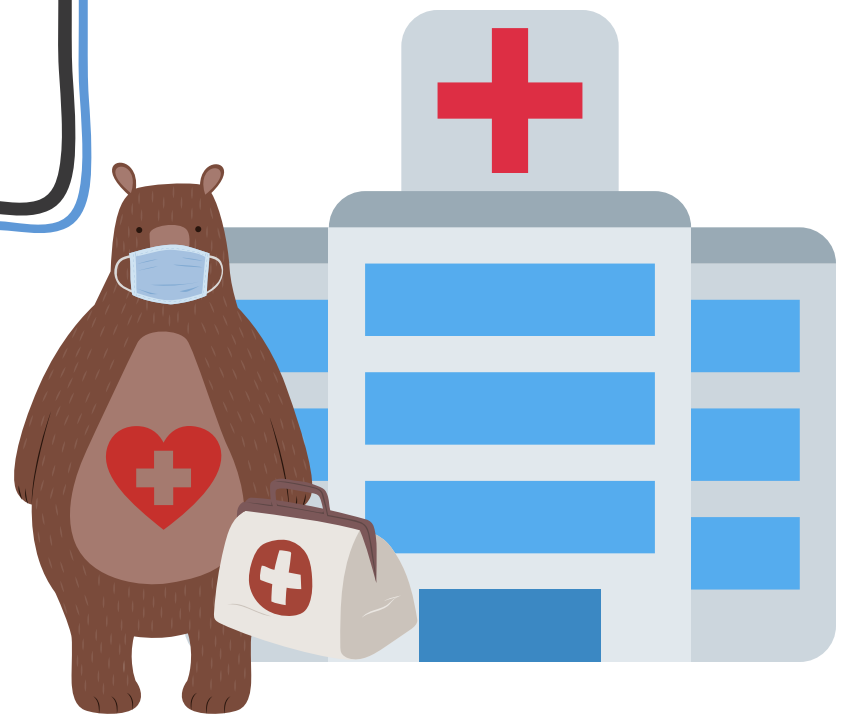
Carmen Esteban  
@mipsicologainfantil



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



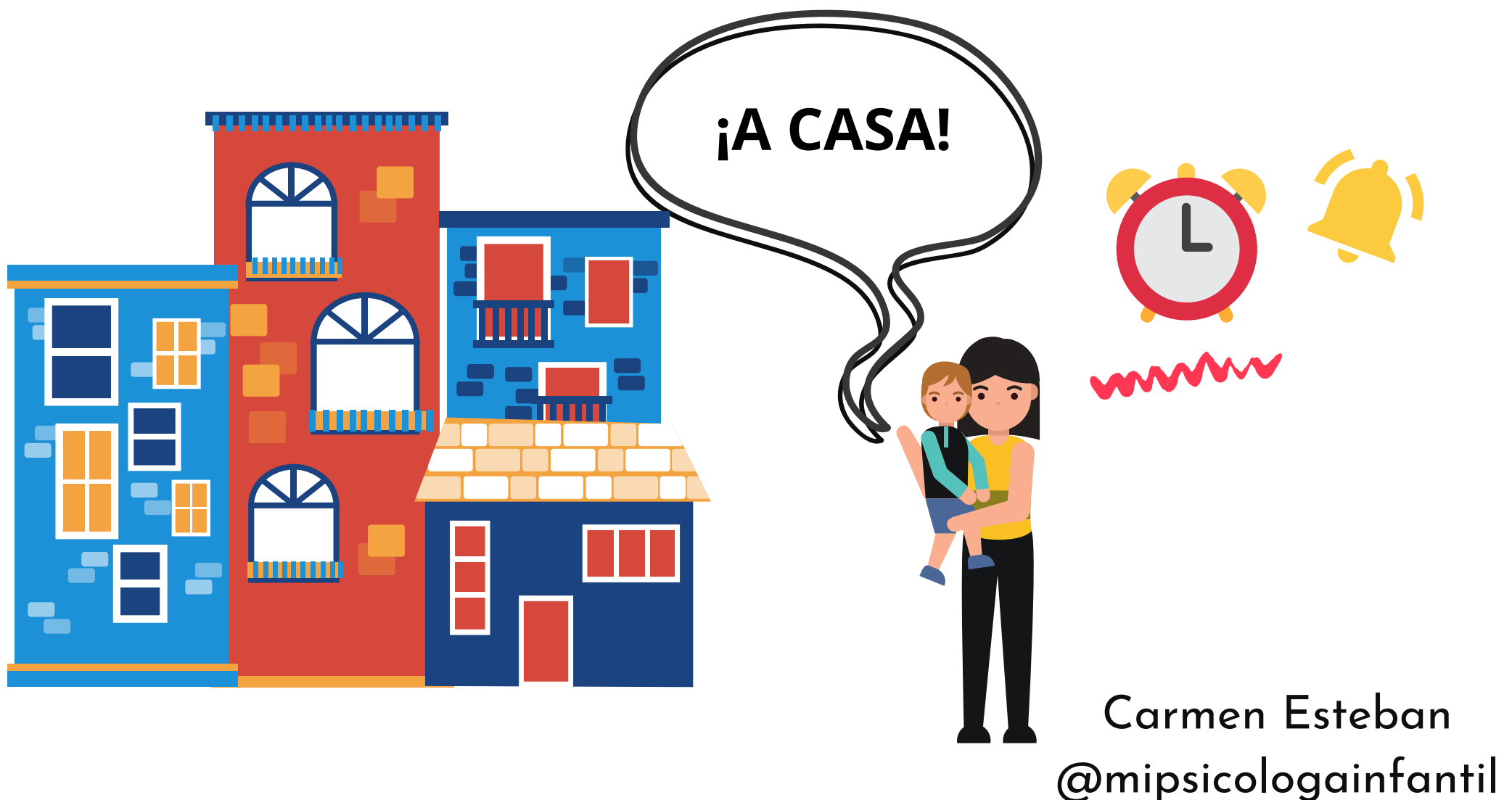
¿Queréis que os explique cómo podéis salir protegidos?



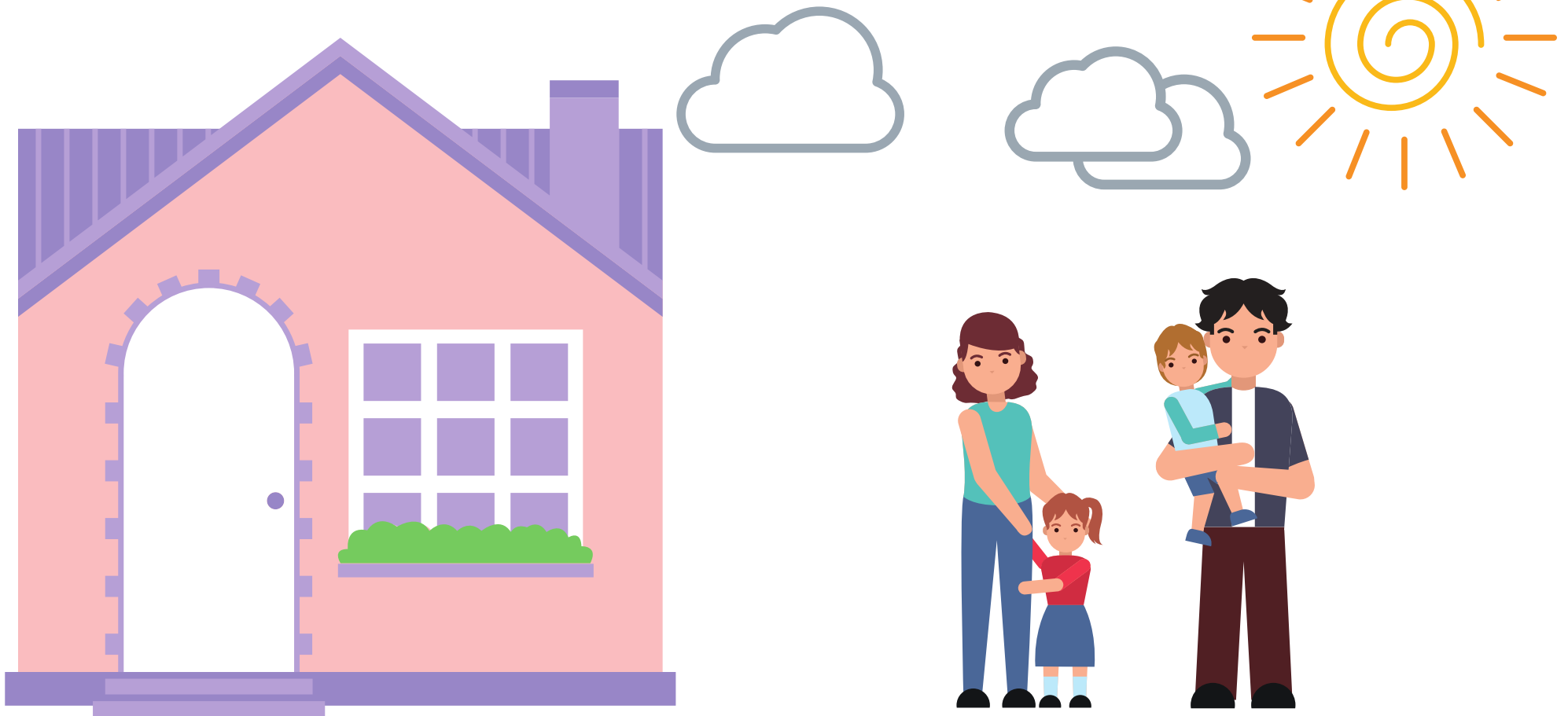
# 1. SALIR UNA HORA AL DÍA

**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.**

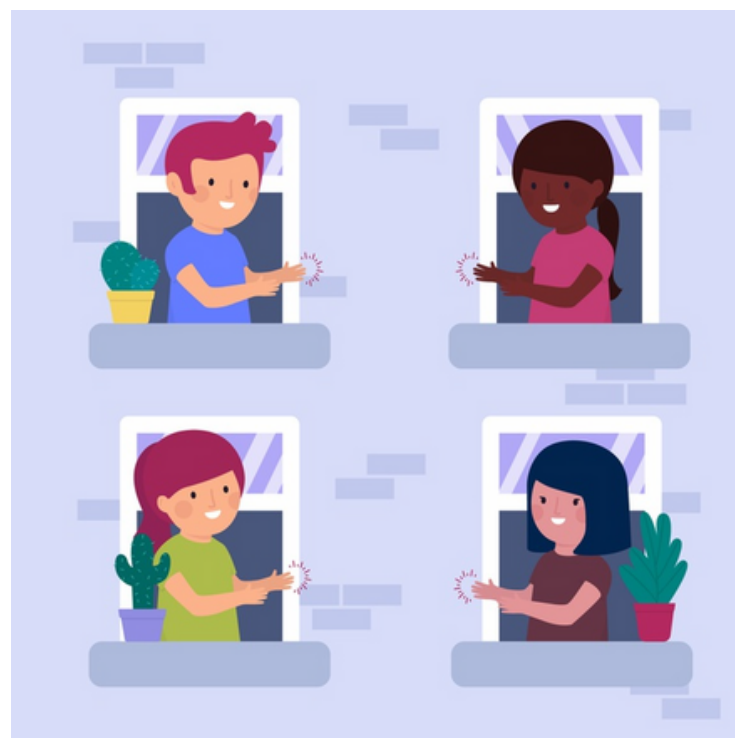
**¡YA QUEDA MENOS PARA JUGAR JUNTOS!**

## 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

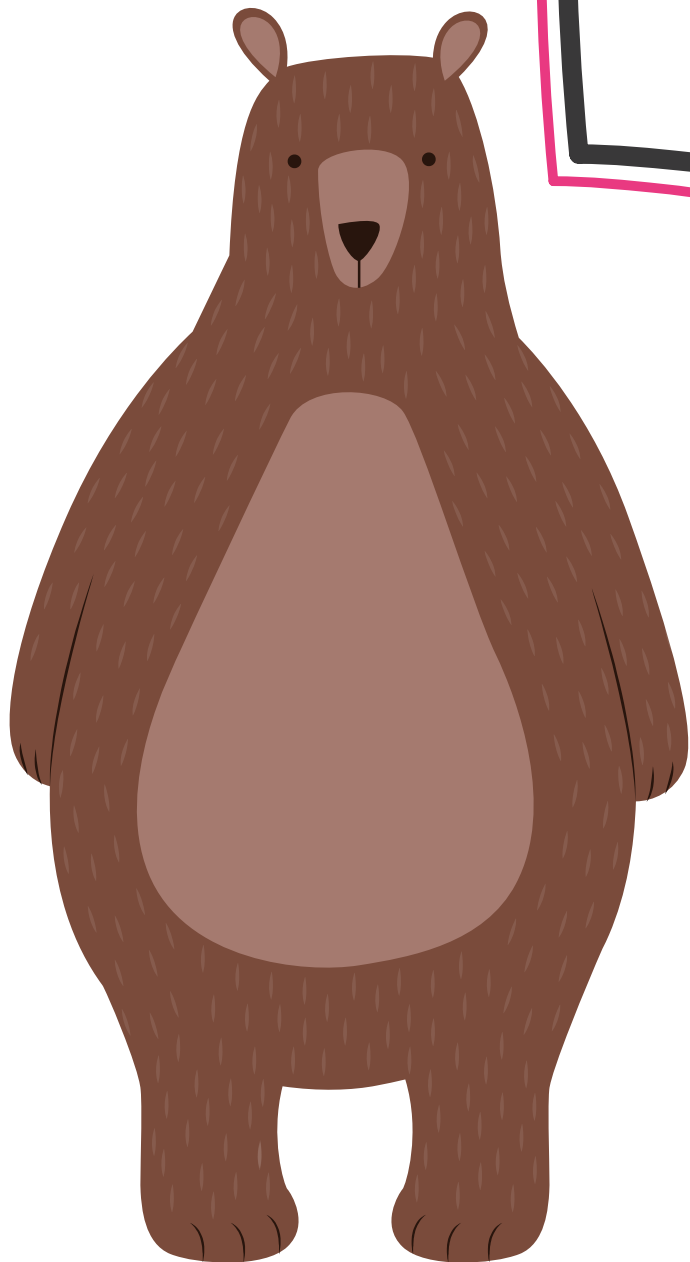
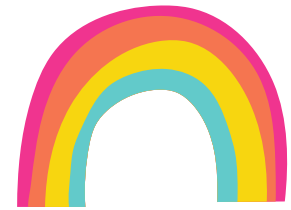
**AL LLEGAR A CASA RECUERDA QUE LO PRIMERO  
QUE DEBES HACER ES:**

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





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



Carmen Esteban  
@mipsicologainfantil