

**Orientações:**

- Usar o material didático (apostila) como apoio para o estudo dirigido;
- Reforçar os cuidados com a saúde.

**Objetivo:** refletir sobre os cuidados que devemos ter com a saúde e estimular uma vivência agradável diante uma realidade no enfrentamento ao coronavírus.

1- Compreendendo a importância dos cuidados com a saúde, escolhi alguns trechos do livro da autora: Ana M Gomez, para apresentar-lhe. Este livro, faz parte de um dos materiais que foram desenvolvidos por meio da força tarefa mundial para cuidar de crianças no enfrentamento ao Coronavírus. Leia com carinho, alguns trechos desse livro.

**Título: A História da Ostra e da Borboleta: O Coronavírus e Eu**

... Você sabe o que as ostras fazem quando algo que as perturba e irrita entra em suas vidas?

Elas usam os seus poderes especiais para cobrirem as coisas “perturbadoras” com camadas e mais camadas de coisas “poderosas” até que elas se tornem pérolas.

E você sabe o que a lagarta faz quando ela tem que passar por coisas difíceis e mudanças? Ela fica um tempo consigo mesma dentro do casulo e vira uma borboleta. Nos seus momentos mais difíceis, a lagarta está desenvolvendo suas asas! ...



...Quando a gente não se sente bem, a gente pode fazer o que a ostra faz! Nós podemos usar os nossos poderes e criar nossas próprias pérolas. Vamos ver como agente pode usar nossos poderes!!!...



...



...

**POWER #12:PODEMOS NOS CONECTAR PELOS NOSSOS CORAÇÕES.**



...

**TUDO QUE A GENTE TEM QUE FAZER É IMAGINAR UMA CORDA LONGA E ESPECIAL QUE VAI DO SEU CORAÇÃO ATÉ OS CORAÇÕES DE QUEM NÓS AMAMOS.**



...

...



**PORQUE O MAIOR PODER QUE A GENTE TEM É O PODER DE AMAR A NÓS MESMOS E AMAR AQUELES QUE ESTÃO AO NOSSO REDOR. EM VÁRIOS LUGARES POR TODO O MUNDO, NÃO PODEMOS TOCAR UNS AOS OUTROS OU ESTARMOS PRÓXIMOS DOS NOSSOS AMIGOS E FAMÍLIA, MAS, NÓS PODEMOS CARREGÁ-LOS E ESTAR MUITO PRÓXIMOS DELES EM NOSSOS CORAÇÕES.**



**LEMBRE-SE, NÓS SOMOS CHEIOS DE PODERES ESPECIAIS POR DENTRO!**

**NÓS NÃO ESTAMOS SOZINHOS, NÓS PODEMOS NOS JUNTAR E USAR TODOS OS NOSSOS PODERES COMO UM SÓ, CONSTRUIR NOSSAS ASAS E CRIAR VÁRIAS PÉROLAS JUNTOS.**

