

## ¡¡¡PODEMOS VOLVER A LA CALLE!!!

**27 DE ABRIL DE 2020**

El Gobierno ha previsto que todos los niños y niñas menores de 14 años puedan volver a la calle, con precauciones y manteniendo las distancias sociales previstas, para lo cual, os aportamos las siguientes sugerencias:

- 1) Debemos mentalizar a nuestros niños y niñas y explicarles cómo va a ser la salida y los detalles que deben conocer. Es muy importante anticiparles como van a ser estas salidas, eso hará que se sientan más seguros y la experiencia sea mejor.
  - Deben entender lo excepcional de la situación y que no va a ser así para siempre. Es el principio de un camino y hay que ir pasito a pasito.
  - La salida es de una hora de duración, y conviene hacerles alguna referencia a ese espacio de tiempo para que se hagan una idea. Por ejemplo: es el tiempo que dura tu serie favorita, la actividad extraescolar a la que ibas, etc.
  - No podemos ir a cualquier sitio. Nos podemos mover alrededor de un kilómetro de casa. Se puede indicar a los niños haciendo referencia a lugares que ellos conocen. Por ejemplo: podemos ir hasta la plaza, hasta el parque, ...
  - No se puede estar en espacios comunes como parques, ni subirnos a columpios, toboganes, ni utilizar otros juegos que antes nos gustaba compartir con los amigos y amigas.
  - Pero sí nos permiten estar en espacios abiertos donde podemos movernos libremente, correr y saltar, pero no juntarnos en grupo con amigos para jugar a juegos ni hacer equipos.
  - Podemos sacar alguno de nuestros juguetes favoritos, pero tendremos que limpiarlo al llegar a casa.
  - Veremos a la gente que se protege con guantes y mascarillas, no debe extrañarnos y menos angustiarnos y así se lo explicaremos a nuestros hijos, con razonamientos asequibles a su edad.
  - Hay que salir a la calle tomando todas las precauciones que se recomiendan para prevenir el contagio como mascarillas, guantes, manga larga..., y si no es posible lo recomendado, utilizaremos gel hidroalcohólico cuando toquemos algo.
  - Cada salida puede ser una aventura y convertirnos en observadores curiosos, disfrazarnos para que nadie nos reconozca, utilizar el lenguaje de los cuentos, nuestra fantasía, saber más sobre el virus, aprender nuevos comportamientos y formas de disfrutar de la calle.
  - Al regresar a casa, nos lavaremos las manos con jabón, nos cambiaremos de ropa, zapatos y desinfectaremos los juguetes que hayamos utilizado o los dejaremos depositados en la entrada. Si es posible, no los usaremos dentro de la casa.

- 2) Puede haber niños que no quieran salir porque tienen miedo, porque en casa se sienten más seguros,.. En esos casos hay que respetar su decisión y no obligarles a salir hasta que no se encuentren preparados. Poco a poco ya se irán relajando, comprobarán que otros amigos y/o familiares han salido y no les ha pasado nada, e irán desapareciendo sus temores.
- 3) Tras la salida, sería interesante poder tener unos momentos de reflexión y charla con nuestros hijos, para saber cómo han vivido estas primeras salidas. Simplemente sería conversar con ellos, en un entorno distendido, y que cada uno explicase qué es lo que más le ha gustado, que es lo que menos le ha gustado, si ha tenido miedo, si le ha parecido poco rato, o mucho,.. Una forma de iniciar este diálogo es dando nuestra opinión como adultos, contando alguna cosa buena y alguna que no nos haya gustado tanto, para que nuestro hijo/a pueda manifestar tanto sus sentimientos positivos como los negativos.

Incluso, si le apetece, puede plasmarlo en un dibujo, en un pequeño diario, en su libreta de apuntes,...

### **IDEAS PARA PREPARAR LA SALIDA:**

- En la red podemos encontrar muchos juegos EDUCATIVOS Y DIDÁCTICOS, clasificados por temáticas que podemos utilizar para amenizar las salidas. Os presentamos tres ejemplos de Portales educativos recomendables:
  - ABC JUEGOS PARA NIÑOS: <https://arbolabc.com/>
  - LOS OCHO JUEGOS MÁS DIVERTIDOS CUANDO VIAJAN EN COCHE: Algunos pueden aplicarse a las salidas por las calles, adaptados a esa finalidad: <https://www.abc.es/familia-padres-hijos/20130722/abci-juegos-coche-viaje-201307221246.html>
  - IDEAS VERDES: [www.ideasverdes.es](http://www.ideasverdes.es)

También os adjuntamos el documento “**Volvemos a la calle**”, en el que podéis encontrar ideas prácticas para jugar con vuestros hijos en estas primeras salidas a la calle.

Para los más pequeños, os adjuntamos el cuento de “**El oso goloso**”, que os puede ser muy útil para trabajar con vuestros hijos el desconfinamiento.