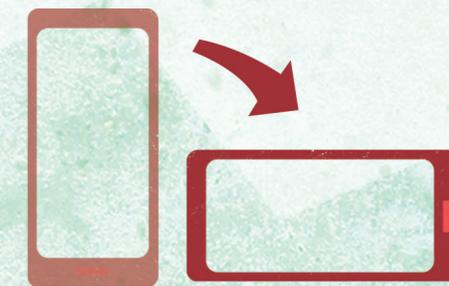


betweien

# GUERREIROS DA SAÚDE CONTRA O CORONAVÍRUS



SUGESTÃO DE LEITURA:  
COLOCAR O DISPOSITIVO  
NA HORIZONTAL



# NOTA DE ABERTURA

Guerreiros e Guerreiras,

Todos os dias, trabalhamos para levar às crianças, de todo o país, histórias, contos, atividades, eventos, que sensibilizem para muitos temas que são de interesse.

Agora, tal como vocês que estão limitados de irem à escola, estamos também limitados no desenvolvimento do nosso trabalho diário... Mas, vocês não saem do nosso pensamento! Por isso, decidimos fazer este livro, para vos ajudar a entender melhor todos estes acontecimentos e para que possam passar melhor o vosso tempo com os vossos pais e mães - os vossos escudos nesta batalha que todos estamos a travar para combater o vírus.

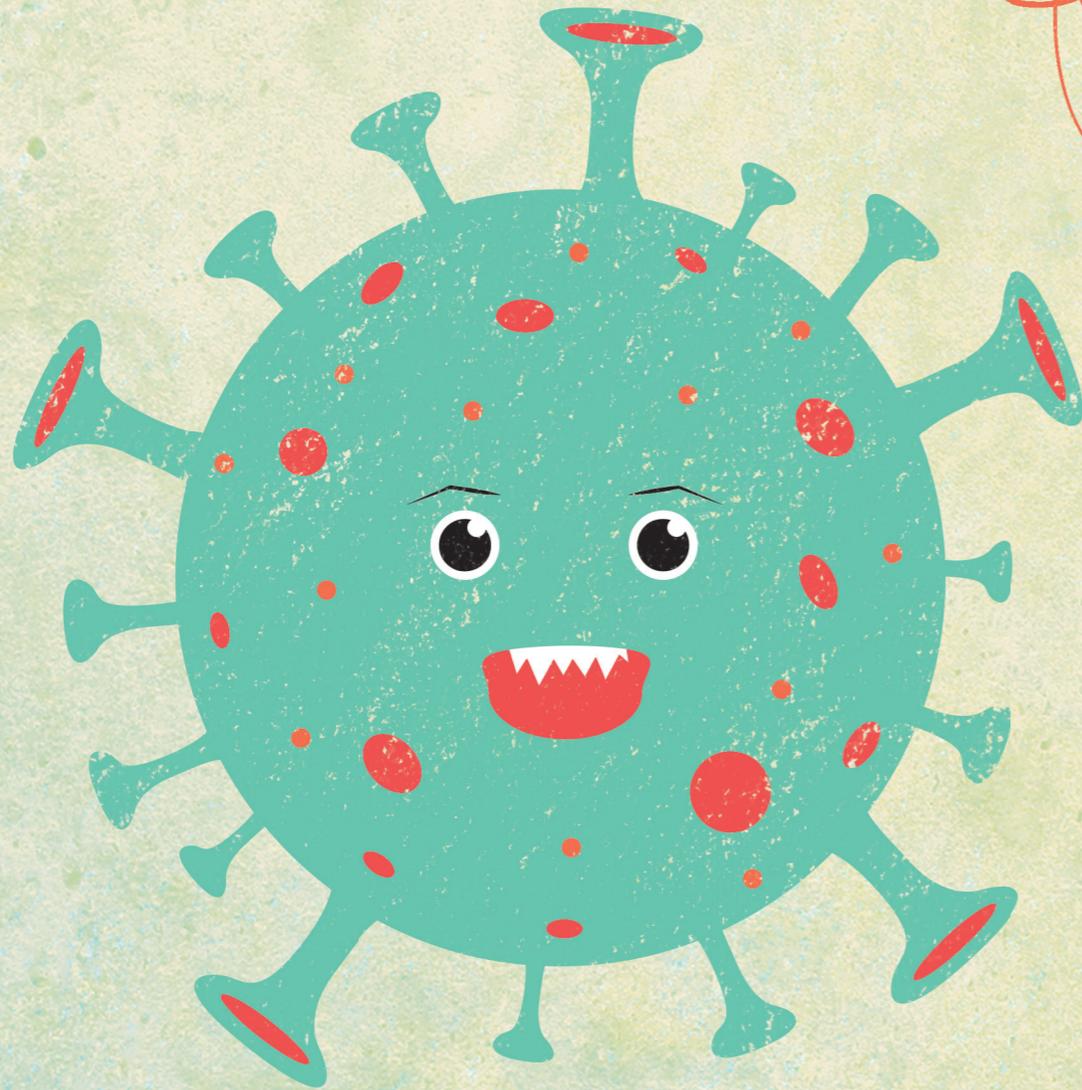
Prometemos voltar em breve às vossas escolas, com tudo o que vos podemos oferecer.

Até brevel

A equipa Betweien

betweien





OLÁ  
OLÁ

A todos os pequenos e pequenas,  
Sou o Corona, um vírus superstar  
Ando por aí a fazer umas cenas  
Para toda a gente assustar.

Mas vocês, meus bravos e bravas,  
São uns guerreiros da saúde sem igual  
Quando me veem, mostram-me as garras  
Não há como vos fazer mal!

A large, green, textured thought bubble is positioned in the upper left quadrant. Inside the bubble, an elderly woman with short grey hair, wearing a red dress and glasses, stands next to an elderly man with short grey hair, wearing a green shirt and glasses. They are holding hands. Three small red hearts are floating above them. The background of the entire page is a soft, watercolor-style wash of yellow and orange tones.

HÁ REGRAS MUITO IMPORTANTES  
DAS QUAIS NÃO VOS DEVEIS ESQUECER

Four children are standing in a row at the bottom of the page. They are all wearing green military-style helmets with a camouflage pattern. From left to right: a girl with long dark hair in an orange dress, a boy with dark skin in a dark red shirt, a girl with blonde hair in a teal shirt, and a boy with dark hair in a red shirt. They are all smiling and looking forward.

O problema, soldadinhas e soldadinhos,  
É que eu posso fazer muita coisa ruim  
Às vossas avozinhas e avozinhos  
Por isso, dou-vos alguns conselhos, ainda assim:

Nestes tempos muito desafiantes,  
Em que vos pedem para em casa permanecer  
Há regras muito importantes  
Das quais não vos deveis esquecer.

Na Creche, ATL ou Escola  
Tenho a certeza que delas ouviram falar  
Tirem os manuais da sacola  
E continuem a estudar!

Apontem aí no caderno  
Estas cinco regras de algibeira  
E quando chegar o próximo inverno,  
Não terei eira nem beira.



# COMO LAVAR AS MÃOS CORRETAMENTE:

A primeira regra é fácil de executar  
Lavar as mãos muitas vezes com água e sabão  
Sabem quanto tempo deve esta tarefa durar?  
20 segundos, o tempo de uma canção!

E mesmo com as mãos bem lavadinhas  
Outra coisa têm de evitar:  
Deixem-nas estar sossegadinhas  
Na boca, no nariz e nos olhos não devem tocar!





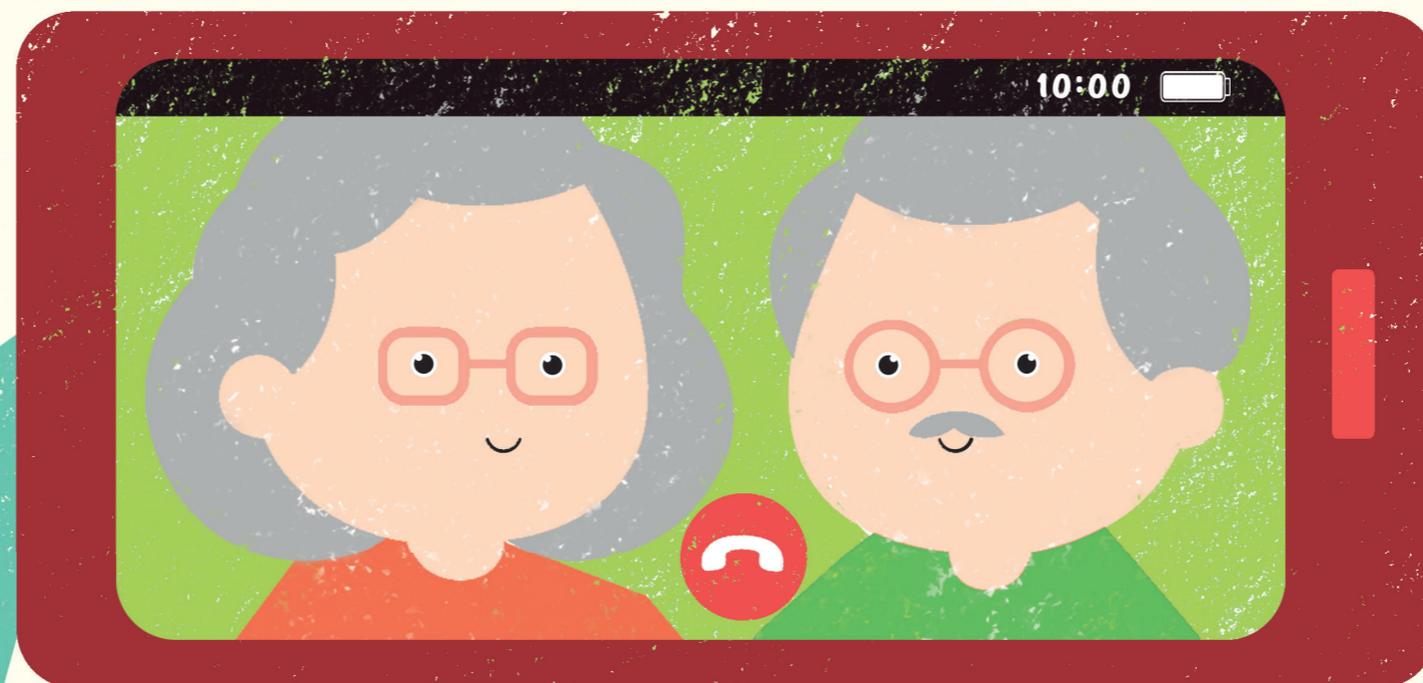
Mais fácil do que a segunda regra não há:  
Não vale dar beijinhos, abraços ou apertos de mão  
Sorrir, piscar o olho e dizer "Olá!"  
Também faz muito bem ao coração!

A terceira regra já é mais desafiante  
Porque vocês, meus pequenotes, são bem distraídos  
Tossir e espirrar para o braço é importante  
Protegerão muita gente dos meus perigos!



A quarta regra corre o risco de facilmente se negligenciar  
Porque vocês, exploradores e exploradoras, gostam de em tudo mexer  
As mãos nas maçanetas e nos corrimãos não devem colocar  
Vá lá, não há lá nada para aprender!

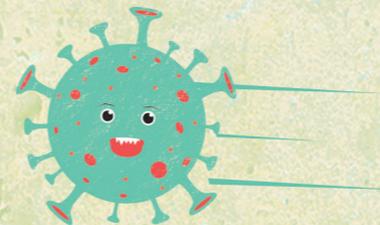
A quinta regra vai magoar o vosso coração,  
Mas é importante para muitas vidas salvar.  
Apesar dos tempos na casa dos avós serem uma diversão,  
Nos dias que se seguem vão ter de muitas visitas adiar



TOSSE



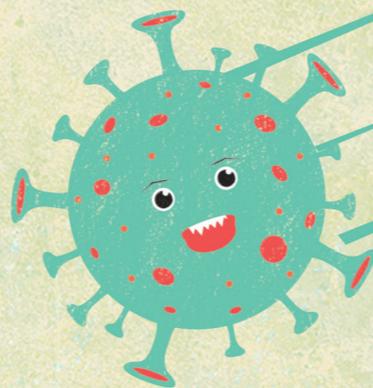
FEBRE



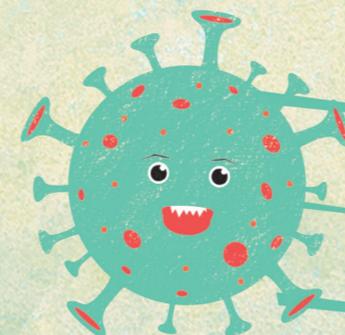
"Porquê?", perguntam-me vocês indignados!  
Porque eu sou veloz como uma chita  
Salto de mãos em mãos, se forem descuidados,  
E ponho muita gente aflita.

Tosse, febre e falta de ar  
São as minhas especialidades  
Por minha culpa, muitos vão ao hospital parar  
Homens e mulheres, não importa as idades!

FALTA DE AR



No entanto, há um grupo mais vulnerável  
Pessoas doentes e idosas têm de proteger  
O seu sistema imunológico não é tão hábil  
Precisam da vossa ajuda para me vencer.



Estas regras são todas para cumprir  
Vocês, guerreiros e guerreiras da saúde, não vão falhar  
Eu, Coronavírus, acabarei por fugir  
Sem hipótese alguma de vos voltar a assustar!

Uma mensagem para esta história encerrar  
Mais importante do que tudo o que agora vos retém  
O principal é continuar a acreditar  
Que vão todos ficar bem!

VENCEMOS!!

VENCEMOS!!

VENCEMOS!!



Olá, guerreiros e guerreiras da saúde! Sou o Coronavírus, um vírus superstar! Tenho a certeza de que já ouviram falar sobre mim, certo? Estou em todo mundo e em todo lado: na televisão, na rádio, na internet, nas redes sociais, na conversa dos vossos pais e mães, educadores e educadoras, professores e professoras. Nos últimos dias, as vossas rotinas diárias alteraram-se, as escolas fecharam e as vossas aulas são agora bem diferentes daquilo que eram! A culpa é minha! Pediram-vos para permanecer em casa e para continuar a estudar, mas vocês estão chateados, porque está sol lá fora e a vida sem a presença próxima dos vossos amigos é uma seca! A culpa é minha! A verdade é esta: não sou vosso amigo, como bem sabeis! Mas, asseguro-vos de que tenho muito para vos ensinar! Sigam as cinco regras que vos apresento nesta pequena história, protejam-se uns aos outros e tenho a certeza de que todos ficarão bem!



#### Ficha Técnica

**Autoria:** Betweien, Lda. | **Textos de:** Helena Costa | **Ilustração e Paginação:** Rita Amorim | **Revisão ortográfica:** Márcia Ramalho | **Revisão Científica:** Teresa Carneiro | **Coordenação:** Narciso Moreira e Helena Costa |

**1.ª Edição,** Braga, março de 2020 | **Copyright:** Betweien, Lda. | **Reservas de Direitos de Autoria**