**CIRCULAR 002**

**DE: RECTORA**

**PARA: PADRES DE FAMILIA**

**FECHA: ABRIL 16 DEL 2020**

**ASUNTO:** ORIENTACION A LOS PADRES DE FAMILIA SOBRE TRABAJO EN CASA.

Apreciadas familias y cuidadores:

Sus niñas y niños se encuentran en casa en estos momentos como una medida preventiva que busca protegerlos y contribuir a que como porteños, logremos el mejor manejo posible de la pandemia del COVID19. Esta es una situación nueva para todos porque implica no solo permanecer en casa, sino abstenerse de mantener contacto físico con quiénes están fuera, incorporar actividades nuevas a sus rutinas de hogar que les permitan protegerse y proteger a otros, y mantenerse motivados para ser creativos y propositivos de forma tal que continúen teniendo una vida activa, enriquecida y significativa.

Para apoyar su misión fundamental como familias y cuidadores, comparto a continuación algunas ideas sobre el cuidado y el autocuidado, como hacer del hogar un entorno seguro y protegido para nuestros niños y niñas.

Antes que nada, tiempo para conversar permitiendo que cada uno de los integrantes pueda expresar sus preocupaciones, lo que espera de este tiempo de aislamiento, las acciones con las que siente que puede contribuir para que las responsabilidades de casa se asuman entre todos, Cuáles sienten que son los retos que van a enfrentar en este tiempo, Cuáles son las fortalezas, Cuáles serán los compromisos individuales y colectivos que cada quien asumirá, Como se van a apoyar los unos a los otros, sus ideas para que el tiempo compartido sea agradable para todos y que al final de esta experiencia sea una familia más unida y fortalecida.

**Prácticas de cuidado para evitar y minimizar el contagio del COVID \_19, la clave está**

**en la prevención e higiene**:

* Evitar tocarse la cara
* Fomentar el consumo de agua
* Constancia en los horarios y en los tiempos de descanso
* Precaución en momento de toser y estornudar usando la parte interna del codo o en pañuelo de papel.
* Creatividad para adoptar manifestaciones de afecto y saludo
* Consumo de alimentos nutritivos y gratitud por la energía y vitalidad que dan a nuestro cuerpo.
* Constancia para mantener aireados los espacios de la casa.
* Colaboración para hacer la limpieza de los diferentes objetos.
* Creatividad para realizar actividad física y variada y amena.

**A tener en cuenta en casa**

* Procurar que coman y duerman o descansen suficiente y adecuadamente
* Promover que realicen actividades divertidas y lúdicas
* Explicarles las razones por las cuales no pueden hacer ciertas cosas
* Evitar las peleas por cosas sin importancia
* Permitir que las niñas, niños tomen decisiones
* Tener reglas claras y adecuadas para la edad.
* Evitar llamar la atención o corregir con golpes, gritos, amenazas u otra agresión
* Invitarlos y motivarlos con suavidad y amabilidad a realizar las cosas que deben hacer.
* Llegar a acuerdos sobre la forma de manejar las diferentes situaciones.
* Evitar exponerlos a situaciones violentas o a burlas y humillaciones
* Ser ejemplo de manejo adecuado de las rabias
* Acordar quién hace qué de acuerdo con sus saberes, capacidades e intereses
* Descubrir juntos nuevas posibilidades de apoyo mutuo
* Organizar de la manera deseada muebles, cajones y espacios que parecían
* abandonados
* Recordar los juegos tradicionales y las enseñanzas impartidas por abuelos, tías, vecinos y otros.
* Recordar y preparar en equipo y disfrutar las recetas típicas que son famosas en la familia.
* Planear juntos algún proyecto que sea de interés y beneficio para toda la familia.

Con el esfuerzo de sus familias y cuidadores las niñas y niños de nuestra querida institución podrán celebrar que juntos en casa lograremos vivir este aislamiento preventivo de la mejor manera con sentimiento de profunda solidaridad



**Lic. ELIZABETH RAMIREZ GUERRERO**

**Rectora**

**CC27.590.905**

**315-552-6340**

****

**Lote 2 finca Villa Alicia parcela N°14 Vereda EL DAVE**

**Puerto Santander**