

Ministério da Saúde

FIOCRUZ
Fundação Oswaldo Cruz

Coordenação-Geral de Gestão de Pessoas
Creche Fiocruz



Livreto de Quarentena

Edição: 03



Presidente da Fiocruz

Nísia Trindade Lima

Vice-Presidente de Desenvolvimento Institucional e Gestão do Trabalho

Mario Santos Moreira

Coordenadora-Geral de Gestão de Pessoas

Andréa da Luz Carvalho

Chefe do Serviço de Creche

Silvia Lacouth Motta

Assessora de Direção / Creche

Késia Pereira de Matos D'Almeida

Equipe Organizacional da Creche

Andréa Queli dos Santos Veloso (Pedagoga)

Daniele Gomes Vasques (Pedagoga)

Flavia de Figueiredo de Lamare (Responsável pelo NEP)

Ivania Martins de Araújo Barros (Analista em Gestão)

Késia Pereira de Matos D'Almeida (Assessora de Direção)

Márcia Toledo de Miranda (Nutricionista)

Priscila Evelin de Carvalho Penna (Psicóloga)

Silvia Lacouth Motta (Direção)

Yvone Costa de Souza (Assistente Social)

Composição Auxiliar da Equipe Organizacional da Creche

Alessandra Gaute da Silva e Sousa (Auxiliar do NEP)

Andressa Cardozo Fernandes (Auxiliar de Coordenação)

Isabella de Castro Wanderley (Auxiliar de Coordenação)

Marcela de Castro Ferreira Ebrenz (Saúde)

Organização do livreto:

Adriano Nepomuceno Queiroz Bezerra

Clóvis Campelo da Silva

Daniele Gomes Vasques

Flavia de Figueiredo de Lamare

Késia Pereira de Matos D'Almeida

Luiz Fernando de Souza

Marcia Toledo de Miranda

Silvia Lacouth Motta

Yvone Costa de Souza

Contribuição desta edição:

Adriana de Oliveira Rodrigues

Olá! Pais, Mães e/ou Responsáveis

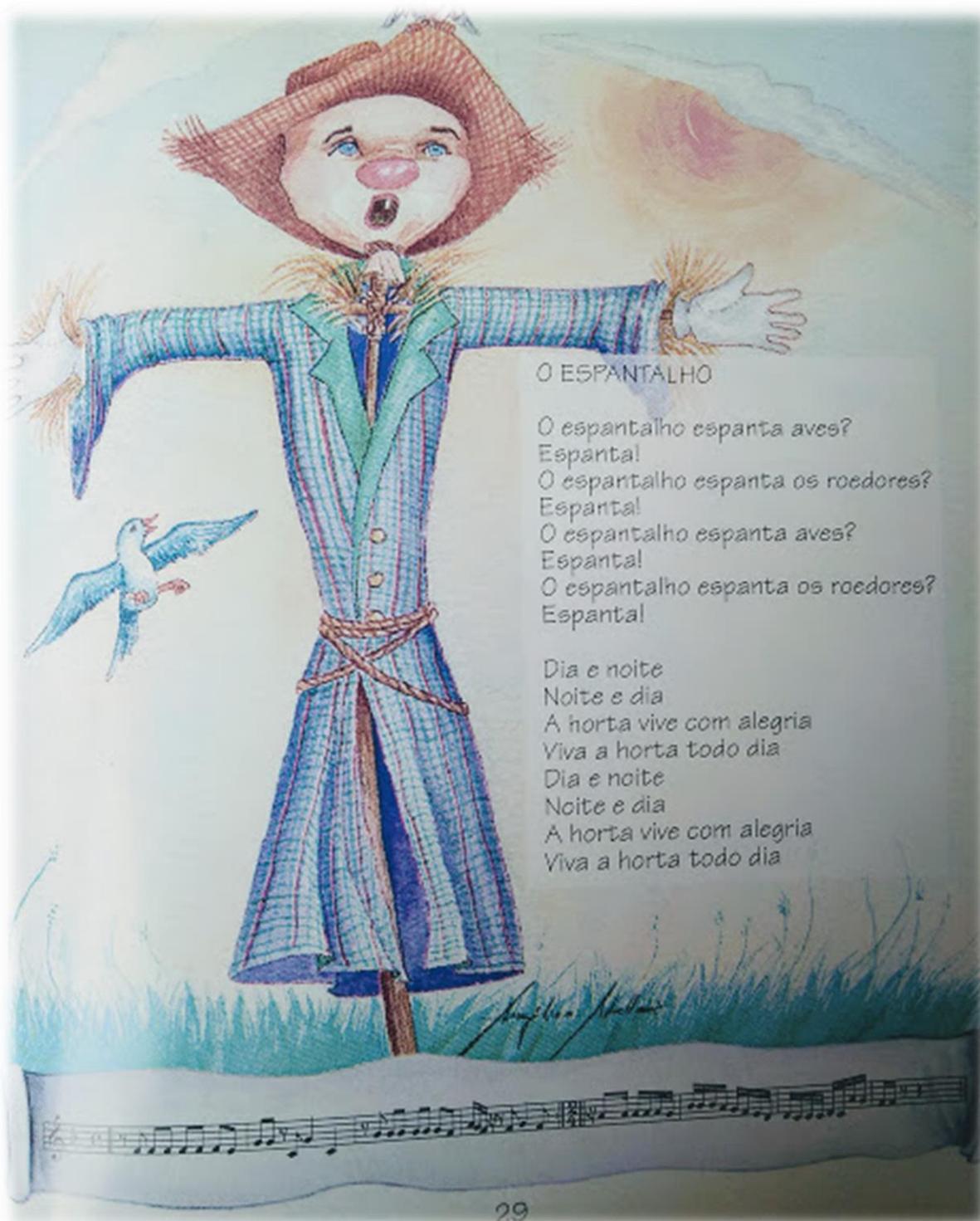
Chegou a 3ª edição do livreto da quarentena! Esperamos estar contribuindo para a necessária tarefa #fiqueemcasa que todos nós estamos vivenciando!

Não deixem de registrar momentos juntos! Para quando tudo isso passar, #vaipassar, possamos compartilhar algumas histórias vividas e experienciar muitas outras!

Para essa semana deixamos uma dica extra! O Banco de Leite do Instituto Fernandes Figueira/IFF, procurando resguardar a saúde de mães e bebês, sem deixar de prestar o suporte aquelas que estão com problema na amamentação está realizando o atendimento por telefones: (21)2554-1703 / 0800 026 8877 / whatsApp (21)98508-6576.

Um abraço e até já!
Equipe da Creche Fiocruz!





O ESPANTALHO

O espantalho espanta aves?
Espanta!
O espantalho espanta os roedores?
Espanta!
O espantalho espanta aves?
Espanta!
O espantalho espanta os roedores?
Espanta!

Dia e noite
Noite e dia
A horta vive com alegria
Viva a horta todo dia
Dia e noite
Noite e dia
A horta vive com alegria
Viva a horta todo dia

In: Marinho, Fátima. Histórias Cantadas. Rio de Janeiro: Direh / Fiocruz, 1996.

Circuito Divertido

Coloque um recipiente vazio em cima de uma mesinha (ou um Puff), faça um caminho com almofadas (pode ser travesseiros também) e coloque uma cadeira a frente desse caminho. Após a cadeira coloque alguns objetos do interesse das crianças. Agora é só pedir para que as crianças se equilibrem pelas almofadas, passem por baixo da cadeira, peguem somente um objeto e retornem pelo mesmo trajeto colocando o objeto no recipiente vazio. A brincadeira será repetida até que todos os objetos sejam colocados no recipiente.

Se tiver bambolê em casa, dá pra incrementar ainda mais esse trajeto.



Fazer uma horta caseira

Essa é outra ideia super legal! Além de passar um tempo com as crianças, fazer uma horta caseira traz muitos benefícios para elas e toda a família!

Abaixo deixamos algumas orientações para montagem, no entanto se não tiver os materiais em casa vocês podem confeccionar a partir de cascas de legumes em um potinho com algodão. Quando germinar é possível realizar o plantio.

Como fazer?

Você vai precisar de:

- Terra orgânica
- Adubo
- Mudas ou sementes
- Pá de jardim
- Pedras
- Vasos: eles podem ser comprados ou adaptados em embalagens descartáveis, como garrafas pet, caixinhas de leite e até caixotes de madeira.



Então, mãos à obra... Ou melhor, na terra! Em primeiro lugar, certifique-se de que seus vasinhos tenham furinhos para que a água escoe. Em seguida, forre o fundo dos vasos com as pedrinhas e deposite a terra junto com o adubo, ocupando $\frac{2}{3}$ do recipiente. Depois disso, acomode a mudinha ou despeje as sementes e complete com terra. Pronto! Agora é só deixar os vasinhos em ambientes arejados e ensolarados e, claro, lembre-se de regar as plantinhas frequentemente.

O que plantar?

Salsinha, Cebolinha, Manjericão, hortelã, espinafre, couve-manteiga

Vamos de Contação?

Quem não gosta de ouvir uma história? As histórias despertam a imaginação, o interesse, as emoções, as expectativas e é mais um momento de interação entre todos da casa.

Segue sugestão para narrativa de uma “cabeleira malucona”:

O cabelo da Menina

Autora: Fernanda Takai

Coleção de livros Itaú

Link: <https://www.euleioparaumacrianca.com.br/historias/o-cabelo-da-menina/>



Cozinhar

E as dicas culinárias continuam aqui...

Seguem mais duas receitas preparadas muito na creche e que as crianças adoram!! Não esqueçam: a quantidade dos ingredientes pode variar de acordo com a composição familiar!

Bolinho de carne assada

Ingredientes:

- 1 kg de carne assada (lagarto)
- 2 kg de batata inglesa
- 2 xícaras de Farinha de trigo (cerca de 400 gramas)

Modo de preparo:

1. Temperar a carne a gosto (cheiro verde, coentro, cebola, alho e molho de tomate);
2. Assar e desfiar;
3. Cozinhar a batata e amassá-la;
4. Misturar a carne desfiada (utilizar também um pouco do caldo) com a batata e a farinha de trigo;
5. Separar pequenos bolinhos desta mistura e fritar;
6. Servir.



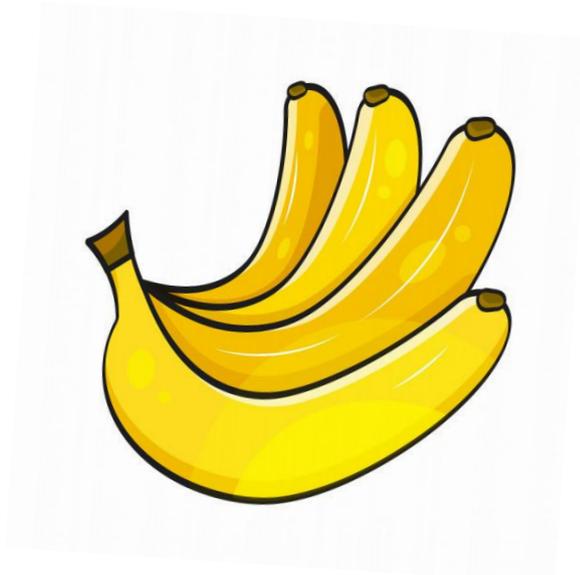
Cookie de banana com ameixa e aveia

Ingredientes:

- 4 bananas pratas maduras
- 1 pacote de 100 gramas de coco ralado
- 100 gramas de ameixa seca
- Cerca de 1 caixa e $\frac{1}{2}$ de aveia em flocos finos (até dar o ponto)

Modo de preparo:

1. Triturar as ameixas com um pouco de água;
2. Amassar as bananas;
3. Misturar as bananas, as ameixas e o coco ralado;
4. Adicionar aos poucos a aveia até dar o ponto (soltar das mãos);
5. Moldar a gosto em tabuleiro untado com óleo;
6. Levar ao forno (180°C), preaquecido, até ficar com a superfície seca;
7. Servir.



Um Relato...

Compartilho com vocês um texto meu divulgado no livro: "ISSO AÍ É RACHISMO!" onde na página 150 falo sobre episódios de medo, maus tratos sofridos na escola e na vida, enquanto menina negra... Para enfrentar momentos duros como esse é preciso ter o nosso coração aconchegado e esse afeto é uma preciosidade que encontramos em cada abraço e afago com nossa família, em nossas casas. E para atravessarmos esses tempos e enfrentarmos esse momento juntos a família, acreditamos que as crianças são capazes de se reinventar a cada dia com práticas e expressões de afeto. Isso é preciso e possível a cada ação e ato de delicadezas, brincadeiras, abraços, escutas e muita conversa.



Yvone Costa de Souza
Assistente Social da Creche Fiocruz e
autora do capítulo “Memórias de uma
menina negra: o que podemos aprender
sobre relações étnico-raciais?”.

Um Registro Fotográfico...

Semana de 20 a 24 de abril – Não esqueçam de registrar os momentos e se quiserem podem enviar para os e-mails da creche, assim continuamos construindo um longe mais próximo!





Fontes Pesquisadas...

- Imagens retiradas do Google Imagens;
- Marinho, Fatima. *Histórias Cantadas*. Rio de Janeiro: Direh/Fiocruz, 1996;
- Silva, Adriana Alves Silva; Faria, Ana Lúcia Goulart de; Finco Daniela (Orgs.). *Isso aí é rachismo! Feminismo em estado de alerta na educação das crianças pequenas: transformações emancipatórias para pedagogias descolonizadoras*. São Carlos: Pedro & João Editores, 2019. Disponível para acesso gratuito em:
<http://www.bibliotecadigital.unicamp.br/document/?code=109805&opt=4>

Creche Fiocruz

CAMPUS

Av. Brasil, 4365 – Manguinhos – RJ - CEP: 21045-900
3836-2196 / 3836-2195
E-mail: creche@fiocruz.br
nepcreche@fiocruz.br

IFF

Av. Rui Barbosa, 716 – Flamengo – RJ - CEP: 22250-220
2554-1799 / 2554-1800
E-mail: creche@iff.fiocruz.br