

Ministério da Saúde

FIOCRUZ  
Fundação Oswaldo Cruz

Coordenação-Geral de Gestão de Pessoas  
Creche Fiocruz



# *Livreto de Quarentena*

## *Edição: 17*



**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

Márcia Toledo de Miranda

Silvia Lacouth Motta

Yvone Costa de Souza

## Olá! Pais, Mães e/ou Responsáveis

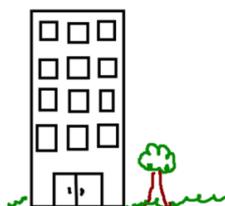
### A AVÓ DO MENINO

A avó  
vive só.  
Na casa da avó  
o galo liró  
faz "cocorocó!"  
A avó bate pão-de-ló  
E anda um vento-t-o-tó  
Na cortina de filó.  
A avó  
vive só.  
Mas se o neto meninó  
Mas se o neto Ricardó  
Mas se o neto travessó  
Vai à casa da avó,  
Os dois jogam dominó.  
(Cecilia Meireles, in *Ou isto ou Aquilo*)

E chegamos na 17ª edição do livreto da quarentena com o poema de Cecília Meireles em homenagem às vovós e vovôs! Pessoas especiais que trazem histórias, sabores e cheiros para os tempos vividos e que ainda iremos viver! Recordações, lembranças e saudades têm sido constantes em nosso dia a dia em tempos de quarentena, mas podemos dar um pouco mais de cor e alegria para esses momentos...

Que tal ler uma poesia, cantar uma música, dançar ou papear com as pessoas queridas e amigas?! Mesmo distantes podemos dar um telefonema ou fazer uma chamada de vídeo... a tecnologia nos ajuda nessas ocasiões! E aí? Já ligou para o vovô ou para a vovó essa semana? E para o titio, a titia, a madrinha? Também vale fazer contato com os amigos da creche, os amigos do papai e da mamãe... ou até mesmo um bate papo da janela com o vizinho ou a vizinha... Esse tipo de contato ajuda a diminuir a saudade e acalantam um pouco os corações mesmo que sejam feitos virtualmente... papear, contar dos livretos da creche ou sobre o que desejamos fazer ou das saudades que temos e tudo mais é por certo uma forma de diminuir distâncias e aproximar amor! Mas não esqueçam que #sepudermoqueemcasa!

Um abraço e até já!  
Equipe da Creche Fiocruz!



VAMOS PASSEAR

Vamos passear  
Vamos passear  
Vamos passear, cavalinho

Cavalinho quer comer  
Cavalinho quer comer  
Cavalinho quer comer capim  
Cavalinho quer beber  
Cavalinho quer beber  
Cavalinho quer beber água

Cavalinho quer dormir  
Cavalinho quer dormir  
Cavalinho quer dormir no chão

CAVALINHO

Cavalinho pula! pula! pula! pula!  
Cavalinho pula! pula! sem parar  
Parou!

Cavalinho roda! roda! roda! roda!  
Cavalinho roda! roda! sem parar  
Parou!

Cavalinho bate palmas! bate palmas!  
Cavalinho bate o pé! pé! pé!  
Cavalinho toca palmas!  
Cavalinho toca os pés!

Cavalinho corre! corre! corre! corre!  
Cavalinho corre! corre! sem parar  
Parou!

22

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

## Elefante Colorido...

Adultos e crianças devem escolher quem será o Líder da brincadeira.

Este, então, grita: "Elefante colorido".

E os demais perguntam: "De que cor?".

O Líder escolhe uma cor e todos devem tocar em um objeto na tonalidade pedida. Se não achar, tem que pagar uma prenda, que pode ser: dançar, cantar, contar uma piada, correr ou pular num pé só.



## Escravos de Jó!

Os participantes cantam a música, enquanto isso cada um estará na mão com uma pedrinha, uma peça de jogo ou uma latinha e vão trocando e realizando os movimentos conforme diz a música.

*“Escravos de Jó*

*Jogavam caçangá,*

*Tira, põe, deixa ficar,*

*Guerreiros com guerreiros*

*Fazem zigue, zigue zá”.*



## Uma ida ao Teatro...

O teatro é um programa recomendadíssimo para todas as idades – crianças e adultos, que provoca a interação, a reflexão, desperta a curiosidade, traz temas importantes para discussão e diverte. Estimule, incentive, vale realmente muito a pena.

Resgatamos mais um espetáculo online para vocês...

### **PLUFT, O FANTASMINHA.**

Ano de Produção: 2013

Texto: Maria Clara Machado

Direção: Cacá Mourthé

Realização: O Tablado

Link: <https://youtu.be/LEUCcG9LkoY>



## Cozinhar

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!

### BURACO QUENTE

#### Ingredientes:

- 01 cebola pequena;
- 01 dente de alho;
- 10 azeitonas verdes;
- 01 colher (sopa) de salsinha picada;
- 01 ovo inteiro cozido;
- 200 g de queijo prato ou muçarela;
- 02 tomates;
- 300 g de carne moída;
- 02 colheres (sopa) de óleo;
- Sal e pimenta do reino a gosto;
- 04 pães franceses.



#### Modo de Preparo:

1. Pique finamente a cebola, o alho, as azeitonas, a salsinha e o ovo cozido e reserve;
2. Rale o queijo na parte grossa do ralador e reserve;
3. Retire as sementes e bata os tomates no liquidificador;
4. Coloque em uma frigideira o óleo e a carne moída e leve ao fogo até que a carne esteja bem seca e levemente dourada. Adicione a cebola e o alho e refogue-a até que esteja macia;
5. Coloque os tomates batidos, sal e pimenta-do-reino, cozinhe até que todos os líquidos se evaporem;
6. Acrescente as azeitonas, salsinha e ovo picado. Retire do fogo e deixe esfriar levemente;
7. Acrescente o queijo ralado e reserve;
8. Corte a ponta de cada pão francês e retire o miolo com a ponta dos dedos;
9. Recheie cada pão com o refogado de carne e tampe a abertura com o miolo reservado;
10. Leve ao forno, preaquecido a 180°C, por cerca de 15 minutos;
11. Sirva ainda quente!

## ARROZ DOCE

### Ingredientes:

- 01 xícara (chá) de arroz;
- 01 lata de leite condensado;
- 01 vidro de 200 ml de leite de coco;
- 100g de coco ralado;
- 01 unidade de canela em pau;
- 03 unidades de cravos-da-índia;
- Canela em pó para polvilhar.

### Modo de Preparo:

1. Em uma panela grande, misture o arroz com 1 litro de água fria e leve ao fogo até ferver;
2. Abaixar o fogo e deixe cozinhar até que fique macio;
3. Junte o leite condensado, o leite de coco, o coco ralado, a canela em pau e os cravos da Índia, mexa bem e cozinhe por cerca de 10 minutos, ou até engrossar;
4. Coloque em uma tigela de sua preferência ou potes de sobremesa individuais e, se preferir, polvilhe canela em pó na superfície;
5. Sirva!

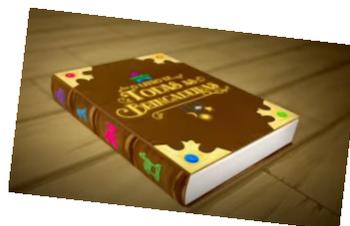


## Pela Rede...

Descobrir para e com as crianças...  
Dicas em uma viagem pela rede!

### O Livro de Brincadeiras do Vovô Totó

<https://youtu.be/ToXU1NIWcnA>



### A Jacarezinha que Mordia

<https://youtu.be/TybTaXCa3NM>

### Marmelo, o Jacaré Banguelo

<https://youtu.be/QuMdVtvOKcA>

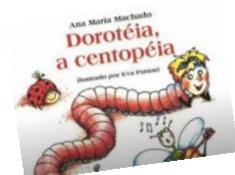


### Paisagens Sonoras sobre obras de Tarsila do Amaral

<https://youtu.be/GWFqSpUwKuA>

### Maria, Marionete Madeira Jujuba e Ana Nogueira

<https://youtu.be/tbNr8OIAYt4>



### Dorotéia, a Centopéia

<https://youtu.be/NN4EsmnQt8A>

## Você Sabia?!

### Dia dos Avós

O Dia dos Avós é comemorado no Brasil e em Portugal no dia 26/07. A data, que tem sua origem cristã, foi estabelecida no século XX.

Em outros países é comemorada em datas diferentes:

- Itália – 02/10
- Estados Unidos – 1º domingo de setembro
- Reino Unido – 1º domingo de outubro
- Austrália – 1º domingo de novembro
- França – 1º domingo de março para as Avós e 1º domingo de outubro para os Avôs.

O uso da tecnologia apesar de ser um desafio para muitos, principalmente aos mais idosos, tem sido uma forma mais eficiente de aproximação e mais ainda nesse período da pandemia da Covid-19.

Os Vovôs e Vovós da atualidade se mostram muito mais ativos e praticam mais atividades físicas, como: yoga, pilates, dança, musculação e acompanham cada vez mais as várias atividades e viagens dos filhos e netos.





## Um Registro Fotográfico...

Semana de 27 a 31 de julho – 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...

- Marinho, Fatima. *Histórias Cantadas*. Rio de Janeiro: Direh/Fiocruz, 1996;
- Portal Sesc RJ, em: <https://www.facebook.com/SescRJ>
- Imagens retiradas do Google Imagens.

## Creche Fiocruz

### CAMPUS

Av. Brasil, 4365 – Manguinhos – RJ - CEP: 21045-900

3836-2196 / 3836-2195

E-mail: [creche@fiocruz.br](mailto:creche@fiocruz.br)

[nepcreche@fiocruz.br](mailto:nepcreche@fiocruz.br)

### IFF

Av. Rui Barbosa, 716 – Flamengo – RJ - CEP: 22250-220

2554-1799 / 2554-1800

E-mail: [creche@iff.fiocruz.br](mailto:creche@iff.fiocruz.br)