

Ministério da Saúde

FIOCRUZ
Fundação Oswaldo Cruz

Coordenação-Geral de Gestão de Pessoas
Creche Fiocruz



Livreto de Quarentena

Edição: 32



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:

Daniele Gomes Vasques

Késia Pereira de Matos D'Almeida

Silvia Lacouth Motta

Yvone Costa de Souza

Participação e Colaboração no livreto:

Andréa Queli dos Santos Veloso

Flavia de Figueiredo de Lamare

Ivania Martins de Araújo Barros

Márcia Toledo de Miranda

Priscila Evelin de Carvalho Penna

Olá! Pais, Mães e/ou Responsáveis

*"Assim se imprime na narrativa
a marca do narrador.
como a mão do oleiro
na argila do vaso"
(Walter Benjamin)*

A Creche Fiocruz vem trabalhando dentro de suas possibilidades e vivenciando desafios diante da Pandemia da Covid-19. Considerar as dificuldades e possibilidades é preciso, assim como é preciso nos mantermos conectados, repensando as emoções que permeiam nossos gestos, palavras e ações, superando obstáculos e revendo conceitos e caminhos, revelando e deixando marcas. Nesse sentido encaramos o desafio permanente de estarmos chegando até vocês através dos Livretos de Quarentena, dos Livretos de Receitas com Afeto, dos Bate Papos no Youtube e nos vídeos no Instagram.

E de semana em semana chegamos ao mês de novembro com a edição 32 do Livreto de Quarentena. Esperamos continuar juntos com vocês, mesmo que cada um em seus lares para que possamos nos reencontrar mais à frente. Continuem se cuidando!

Um abraço e até já!
Equipe da Creche Fiocruz!



Aquarela

Composição: Maurizio Fabrizio / Guido Morra /
Toquinho / Vinícius de Moraes

Numa folha qualquer / Eu desenho um Sol amarelo / E com cinco ou seis retas
É fácil fazer um castelo / Corro o lápis em torno da mão / E me dou uma luva

E se faço chover, com dois riscos / Tenho um guarda chuva

Se um pinguinto de tinta / Cai num pedacinho azul do papel

Num instante imagino / Uma linda gaivota a voar no céu

Vai voando, contornando / A imensa curva norte-sul

Vou com ela viajando / Havaí, Pequim ou Istambul / Pinto um barco a vela

Branco navegando / É tanto céu e mar / Num beijo azul

Entre as nuvens vem surgindo / Um lindo avião rosa e grená

Tudo em volta colorindo / Com suas luzes a piscar

Basta imaginar e ele está partindo / Sereno e lindo

E se a gente quiser / Ele vai pousar

Numa folha qualquer / Eu desenho um navio de partida / Com alguns bons amigos

Bebendo de bem com a vida / De uma América a outra

Eu consigo passar num segundo / Giro um simples compasso

E num círculo eu faço o mundo / Um menino caminha

E caminhando chega no muro / E ali logo em frente a esperar

Pela gente o futuro está / E o futuro é uma astronave / Que tentamos pilotar

Não tem tempo nem piedade / Nem tem hora de chegar / Sem pedir licença

Muda nossa vida / E depois convida / A rir ou chorar

Nessa estrada não nos cabe / Conhecer ou ver o que virá

O fim dela ninguém sabe / Bem ao certo onde vai dar

Vamos todos Numa linda passarela / De uma aquarela que um dia enfim

Descolorirá / Numa folha qualquer / Eu desenho um Sol amarelo

Que descolorirá / E com cinco ou seis retas / É fácil fazer um castelo

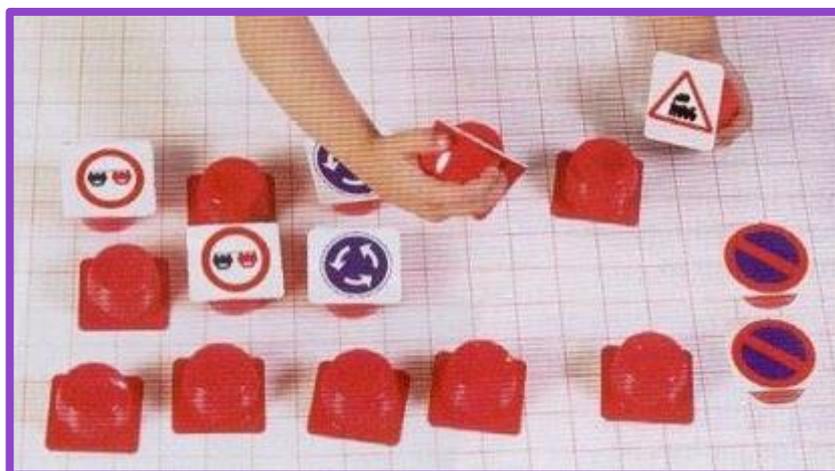
Que descolorirá / Giro um simples compasso / E num círculo eu faço o mundo

Que descolorirá / Que descolorirá

Jogo da Memória

Com muitos potes de iogurte em casa? Que tal um jogo da memória com eles?

Na “boca” do pote cole um papel com figuras variadas (duas a duas iguais). Para faixa etária menor sugerimos colocar figuras de frutas, flores, sol, lua, nuvem ou papel com cores variadas. Aos maiores podemos colocar números, placas de sinalização ou formas geométricas.



Boneco Cabeça de Alpiste

Um boneco cabeça de alpiste é uma forma muito divertida e prática de construir com as crianças, além de fazer com que as crianças entrem em contato com a natureza e se sintam mais conectadas de uma forma simples e divertida, já que o alpiste cresce com facilidade e sem requerer cuidados muito específicos.

Material Necessário: pé de meia fina, alpiste, terra (pode substituir por serragem ou substrato), tesoura, materiais para decorar, água e suporte de garrafa pet (ou um prato).

Pegue em um pé de meia calça fina coloque as sementes dentro e encha-a com terra, substrato ou serragem. Dê um nó firme para fechar, corte o excesso de tecido e role a meia nas mãos visando deixá-lo com o formato de uma bola.

A decoração é livre de acordo com gosto e também com os materiais disponíveis em casa.

Boneco pronto! Vamos aos cuidados básicos para garantir que o alpiste irá crescer: coloque a meia com o nó virado para baixo sobre algo que retenha a água da rega (garrafa pet ou um prato). O suporte será necessário para que a água não se espalhe quando o boneco de alpista for regado. Regue a terra moderadamente todos os dias e aguarde pelo crescimento do cabelo do seu boneco.



Lendo para as crianças...

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 de narrativas...

Vazio

Autor: Anna Llenas

Editora: Salamandra

Sugestão de Link para compra:

<https://www.travessa.com.br/vazio-1-ed-2018/artigo/803e2076-570a-4e9c-b781-1386958d5848>



Muitos livros voltados para as crianças tocam profundamente os adultos... E com esse livro não há como não se emocionar!

Disponível no acervo da Biblioteca da Creche (localizada no Núcleo de Ensino e Pesquisa), esse livro abre espaço para uma boa conversa sobre o que é o vazio que surge a partir de alguma perda: uma morte, doença, separação... Tudo estava indo bem até que o vazio aparece lá.

Muitas vezes a gente se sente esvaziado e, sem entender o que se passa, acaba procurando algo que tape o buraco, mesmo que provisoriamente.

O buraco da autora se localiza na barriga. O livro é tão visual que parece que a gente consegue enxergar nosso próprio buraco.

Imperdível e, ainda, tem relação com o 6º Bate Papo virtual que a Creche promoveu no dia 24.09.2020 quando discutimos o tema "Saúde Mental em tempos de pandemia". Se você perdeu basta acessar o link:

<https://www.youtube.com/watch?v=Uqpe4T7KQfl&t=4390s>



Feliz 31 de outubro! Data de nascimento do grande Carlos Drummond de Andrade, que se vivo estivesse, completaria 118 anos. Poeta, cronista, intelectual, servidor público – pensou e problematizou o mundo. Autor de dezenas e dezenas livros publicados de 1930 a 1987, ano de sua morte.

História de Dois Amores

Autor: Carlos Drummond de Andrade

Ilustração: Ziraldo

Editora: Companhia das Letrinhas

Sugestão de Link para compra:

<https://www.companhiadasletras.com.br/detalhe.php?codigo=41003/>

A dica principal aqui é o livro “História de dois amores”, em Drummond conta a história de Osbó um elefante de bem com a vida que faz amizade com Pul – o pulgo. O autor deste livro disse, em um de seus poemas, o seguinte: “Que pode uma criatura senão, entre criaturas, amar?”. Ilustrado por Ziraldo é uma história emocionante!



Sentimento do Mundo

Autor: Carlos Drummond de Andrade

Editora: Companhia das Letras

Sugestão de Link para compra:

<https://www.companhiadasletras.com.br/detalhe.php?codigo=80200>



Para o adultos indicamos o livro: Sentimento do mundo, em que o poeta, atento aos acontecimentos políticos de sua época, escreve na abertura do volume: “Tenho apenas duas mãos e o sentimento do mundo”, “O tempo é a minha matéria, o tempo presente, os homens presentes, a vida presente”. Assim, Drummond mostra seu “lado poético” humanitário, lamentando que a sociedade mantenha os olhos fechados para o mundo. Além disso, o autor afirma que um dos maiores problemas é que as pessoas costumam trocar a compaixão pelo egoísmo de quem vive fechado em si mesmo em, segundo ele, um “terraço mediocrementemente confortável”.

Então, vamos juntos, no coletivo por um mundo melhor! Leiamos Drummond, pensemos Drummond!

Outra dica...

O **Instituto Moreira Salles** promove, desde 2011, o **Dia D – Dia Drummond**, uma homenagem a esse autor tão especial. Esse ano disponibilizaram gratuitamente e online dois filmes sobre o poeta.

Filme *Consideração do poema*

Direção de Eucanaã Ferraz, Flávio Moura e Gustavo Rosa de Moura, fotografia de Alexandre Wahrhaftig.

– Brasil | 2012, 71", Digital

– Disponível em diadrummond.com.br a partir de 31 de outubro

Filme *Vida e verso de Carlos Drummond de Andrade*

Roteiro e direção de Eucanaã Ferraz, fotografia de Walter Carvalho.

– Brasil | 2014, 65", Digital

– Disponível em diadrummond.com.br a partir de 31 de outubro

Cozinhar

As dicas culinárias continuam aqui...

Seguem mais duas receitas saborosas... Não esqueçam: a quantidade dos ingredientes pode variar de acordo com a composição familiar!

CARNE AO MOLHO COM COUVE CROCANTE

Ingredientes:

Couve crocante

- 02 folhas de couve picadas finamente;
- Meia colher (chá) de sal;
- 01 colher (sopa) de azeite;

Carne

- 01 colher (sopa) de azeite;
- ½ cebola ralada;
- 01 dente de alho picado;
- 300 g de carne em tiras;
- 01 colher (chá) de sal;
- 01 tomate picado;
- 04 colheres (sopa) de polpa de tomate.



Modo de Preparo:

Couve crocante

1. Em uma assadeira, misture bem a couve picada, o sal e o azeite;
2. Leve ao forno, preaquecido a 150°C, por cerca de 1h, mexendo na metade do tempo, até que a couve fique crocante;

Carne

1. Em uma panela, aqueça o azeite e refogue a cebola e o alho;
2. Acrescente a carne e deixe dourar bem;
3. Adicione o sal, o tomate e a polpa de tomate e misture bem;
4. Sirva acompanhado da couve crocante!

BOLINHO DE CHUVA ASSADO

Ingredientes:

- 01 e ½ xícara (chá) de leite de vaca;
- 01 ovo;
- 04 colheres (sopa) de óleo;
- 1/2 colher (chá) de essência de baunilha;
- 1/2 xícara (chá) de açúcar;
- 1/2 colher (sopa) de fermento;
- 02 xícaras (chá) de farinha de trigo.

Modo de Preparo:

1. Em uma tigela, coloque todos os ingredientes e misture bem;
2. Unte suas forminhas para *cupcake* ou as forminhas de sua preferência e distribua a massa preparada entre elas;
3. Leve para assar em forno, preaquecido a 180°C, por cerca de 30 minutos ou até ficar levemente dourado;
4. Se preferir, ao esfriar, molhe seus bolinhos em um pouco de leite e passe na mistura de açúcar e canela;
5. Sirva!



Pela Rede...

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

Alecrim Dourado – Rock para Crianças

<https://youtu.be/oWVfTWoER7A>



Marinheiro Só – Samba para Crianças

<https://youtu.be/cmO1DXRmygs>

Beatles para Crianças

<https://youtu.be/fQOHH68Y4iA>



**Samba de Orly (piano)
Chico Buarque para Crianças**

<https://youtu.be/7zozgaarFqI>

Borboletinha – Rock para Crianças

<https://youtu.be/UATBDHOUnc>



**Samba Lele
Barbatuques**

https://youtu.be/_Tz7KROhuAw

Você Sabia?!

O Brincar

Para a criança, o brincar é a atividade principal do dia-a-dia. É importante porque dá a ela o poder de tomar decisões, expressar sentimentos e valores, conhecer a si, aos outros e o mundo, de repetir ações prazerosas, de partilhar, expressar sua individualidade e identidade por meio de diferentes linguagens, de usar o corpo, os sentidos, os movimentos, de solucionar problemas e criar.

Ao brincar, a criança experimenta o poder de explorar o mundo dos objetos, das pessoas, da natureza e da cultura, para compreendê-lo e expressá-lo por meio de variadas linguagens. A importância do brincar se relaciona com a cultura da infância, que coloca a brincadeira como ferramenta para a criança se expressar, aprender e se desenvolver.

Referência Bibliográfica:

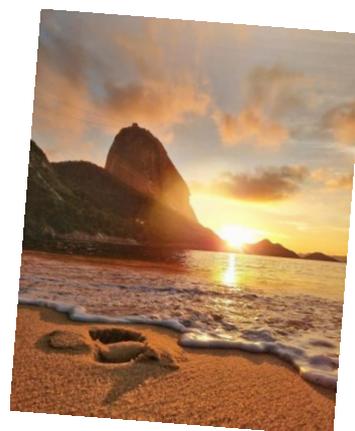
KISHIMOTO, Tizuko Morchida (org.) Jogo, brinquedo, brincadeira e educação. São Paulo: Cortez, 2008.

Na Agenda... Para depois da Quarentena!

Situada em um promontório com vista para a Baía de Guanabara, o bairro da **URCA** é dominado pela corcunda icônica do Pão de Açúcar, cujo cume pode ser alcançado por trilhas de escalada ou teleférico. Escondidas em meio a ruas residenciais tranquilas de casas e prédios charmosos estão as pequenas Praia da Urca e Praia Vermelha. Durante o *happy hour* e nos finais de semana, bares descontraídos à beira-mar se tornam pontos de encontro animados na região. Conheça alguns locais no bairro pra visitar e se encantar!

Praia Vermelha

Ideal para relaxar, levar a família, beber e/ou comer, tudo isso com um visual lindo ao fundo.



Pão de Açúcar

O Morro é alcançado através do primeiro trecho do teleférico e no segundo trecho você chega ao Pão de Açúcar.



Pista Claudio Coutinho

Fica bem ali nos contornos do Morro da Urca e o Pão de Açúcar e a entrada se dá no cantinho da praça bem em frente a Praia Vermelha. Ideal para um passeio leve, cercado de muita natureza.

Trilhas

No meio da Pista Claudio Coutinho, há uma trilha fácil, sinalizada e pode ser feita sem a ajuda de guias, que leva até a primeira parada do bondinho, no Morro da Urca.

No final da pista também há outra trilha mais complexa, ideal para aventureiros, levando a diversas vias de escaladas.



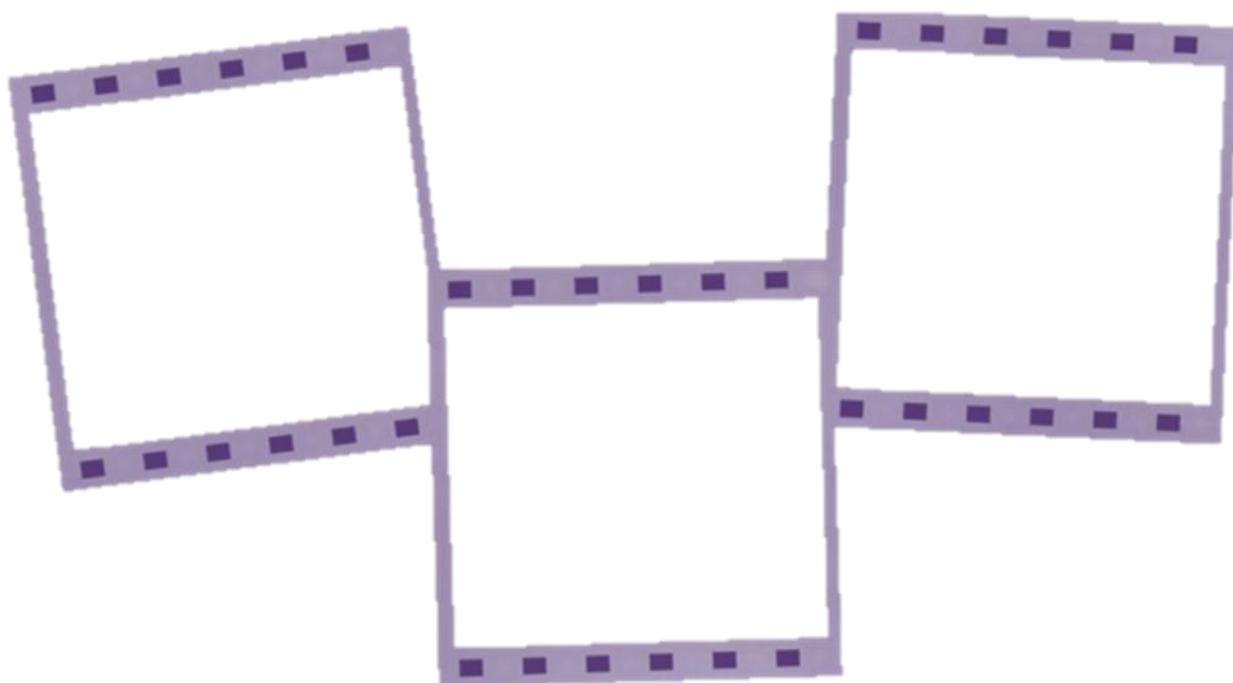
Antigo Cassino da Urca

Localizado na praia da Urca, o mais famoso Cassino do Brasil, com fama internacional, funcionou de 1933 a 1946, quando os jogos foram proibidos.



Um Registro Fotográfico...

Semana de 09 a 13 de novembro – 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...



- Contando Histórias, Tecendo Redes, Construindo Saberes... Projeto Político Pedagógico da Creche Fiocruz. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2004;
- Imagens retiradas do Google Imagens;
- Instagram @diariodorio;

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