



PROJETO AUTONOMIA E SAÚDE



QUERIDO ALUNO!

VAMOS CONHECER A IMPORTANCIA DE CUIDAR DA SAÚDE;

A HIGIENE CORPORAL É UM CONJUNTO QUE DEVEMOS TER COM NOSSO CORPO. E POR MEIO DOS DESSES CUIDADOS QUE EVITAMOS UM MONTE DE DOENÇAS E FICAMOS MAIS FORTE E SAUDÁVEIS.

ALUNO: _____

PROFESSOR(A): _____



COM AJUDA DE UM FAMILIAR LEIA A LISTA ABAIXO:

Hábitos de higiene para conservar a Saúde.

- Beber água filtrada;
- Tomar banho todos os dias;
- Escovar os dentes;
- Lavar as mãos;
- Cuidar dos cabelos;
- Andar calçado;
- Cortar as unhas.



CONVERSE:

ESTOU REALIZANDO A HIGIENE CORRETAMENTE?



TREINE EM CASA A MANEIRA CORRETA DE LAVAR AS MÃOS

OS 7 PASSOS DA LAVAGEM DAS MÃOS



1
coloque um pouco
de sabonete nas mãos
já úmidas



2
Esfregue
as palmas das mãos
uma na outra



3
Entrelace os dedos
para lavar
cada um deles



4
Esfregue as unhas
na palma das mãos



5
Esfregue a parte
de trás das mãos



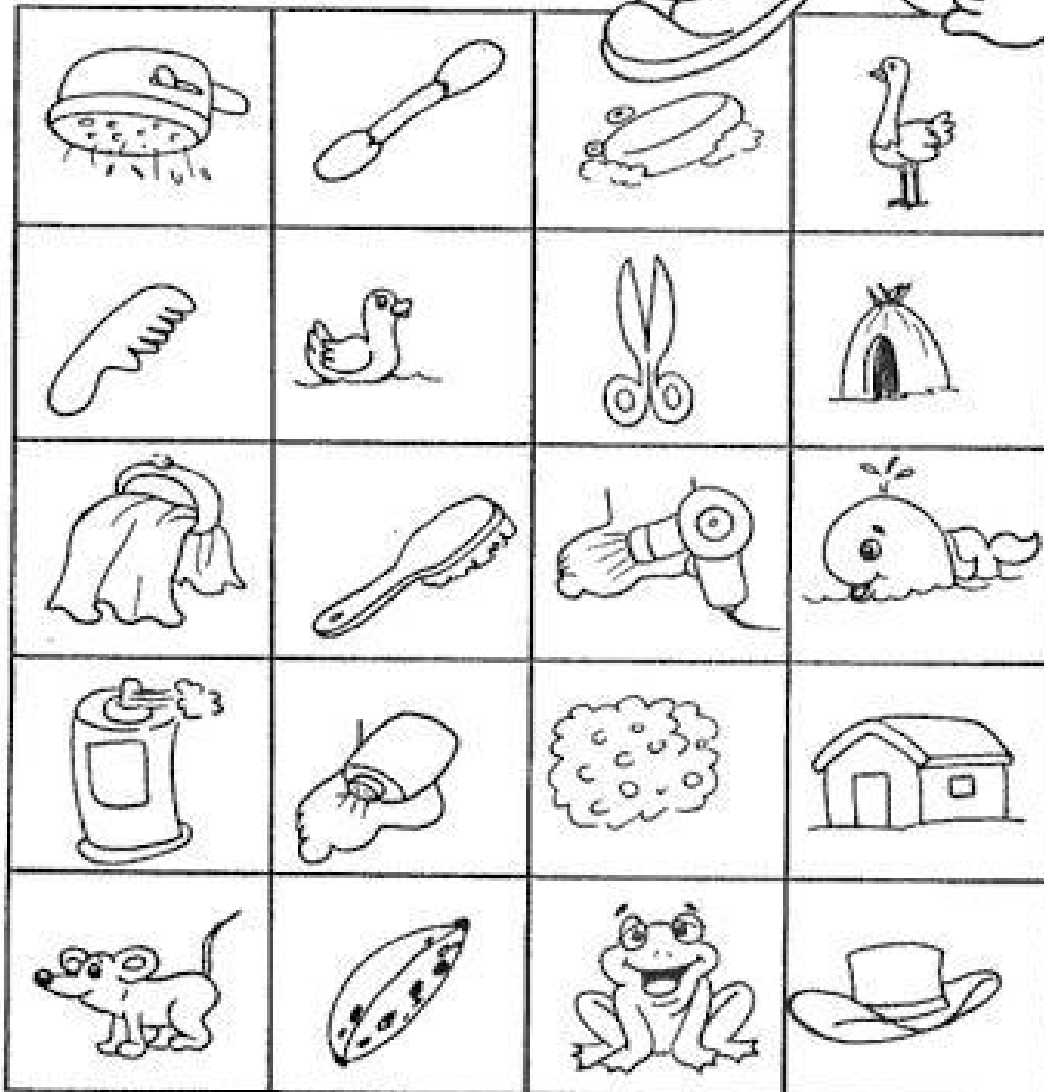
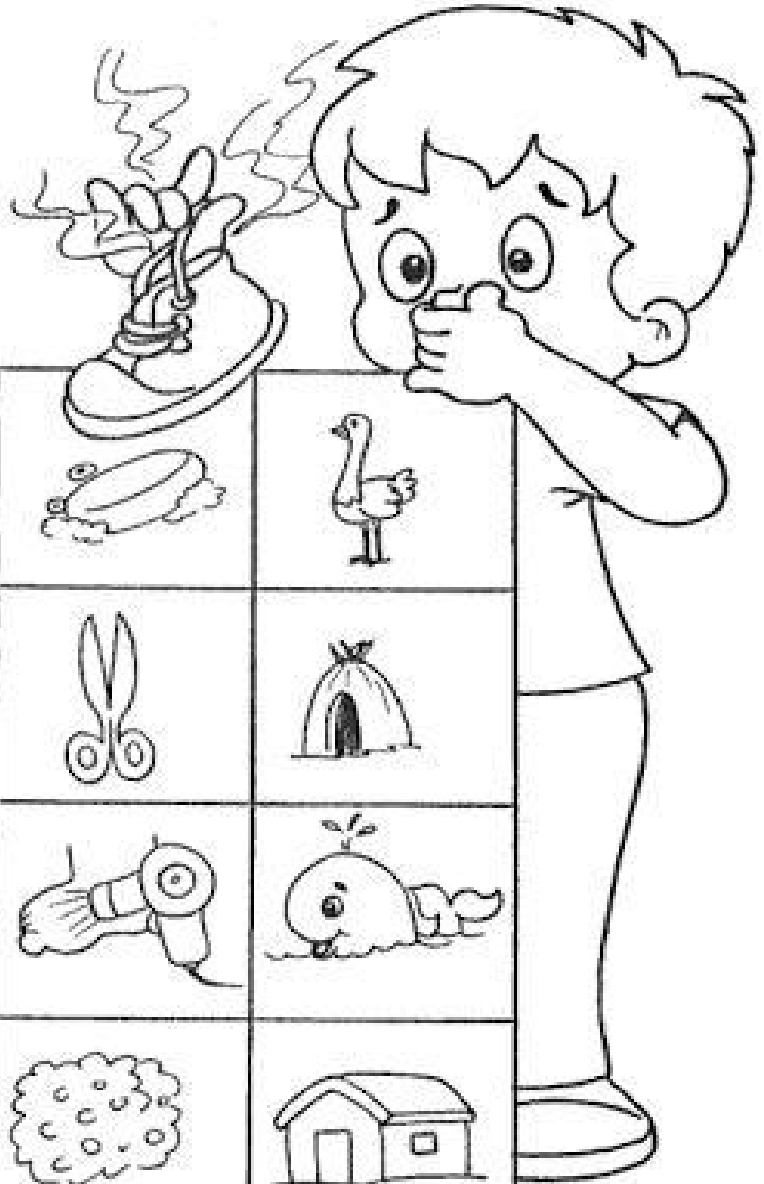
6
Enxague
abundantemente



7
seque bem as mãos
com uma toalha limpa



PINTE OS OBJETOS DE HIGIENE CORPORAL:

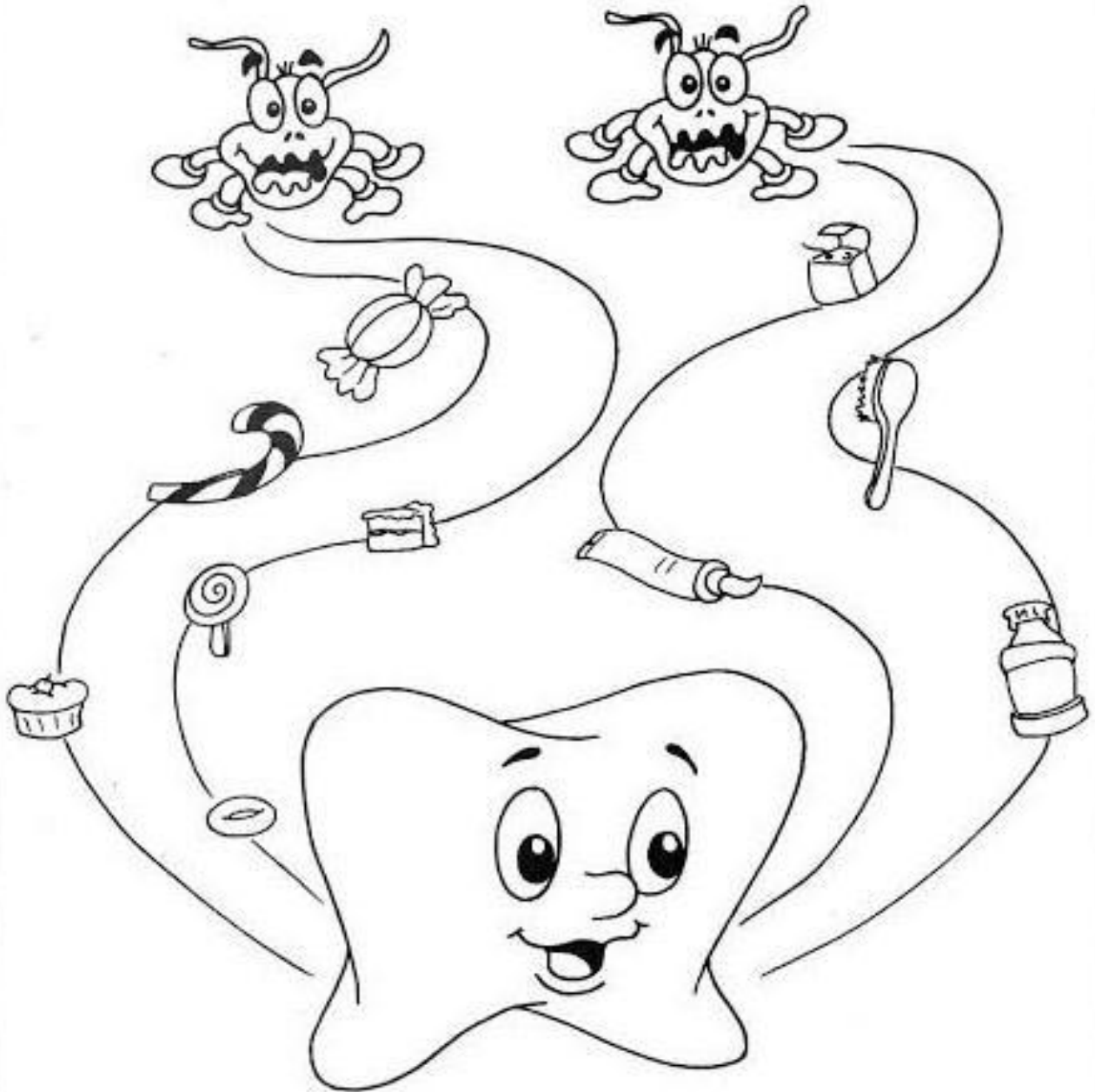




Avenida Olívio Franceschini, 2500
Remanso Campineiro - CEP: 13184-472
Hortolândia/SP
Tel. 19 3965 1400

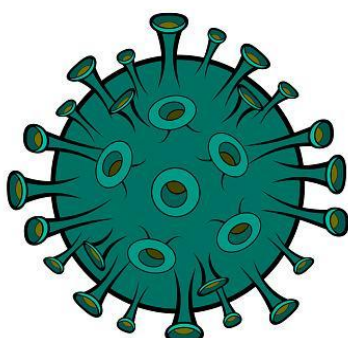
www.hortolandia.sp.gov.br

COM O LÁPIS DE COR MARQUE O CAMINHO QUE NÃO DEIXA A CÁRIE CHEGAR ATÉ SEUS DENTES










NOSSO PAÍS RECEBEU A VISITA MUITO INDESEJADA, DE UM VIAJANTE CHAMADO **CORONAVÍRUS**, CONHECIDO COMO **COVID 19**



A COVID – 19 É UMA DOENÇA RESPIRATÓRIA NOVA, FOI IDENTIFICADA PELA PRIMEIRA VEZ NA CIDADE DE WUHAN, NA CHINA. ATUALMENTE A TRANSMISSÃO OCORRE PELO CONTATO DIRETO ENTRE AS PESSOAS.

PARA SE PROTEGER SIGA ESSAS ORIENTAÇÕES

PROTEJA-SE CONTRA O
CORONAVÍRUS

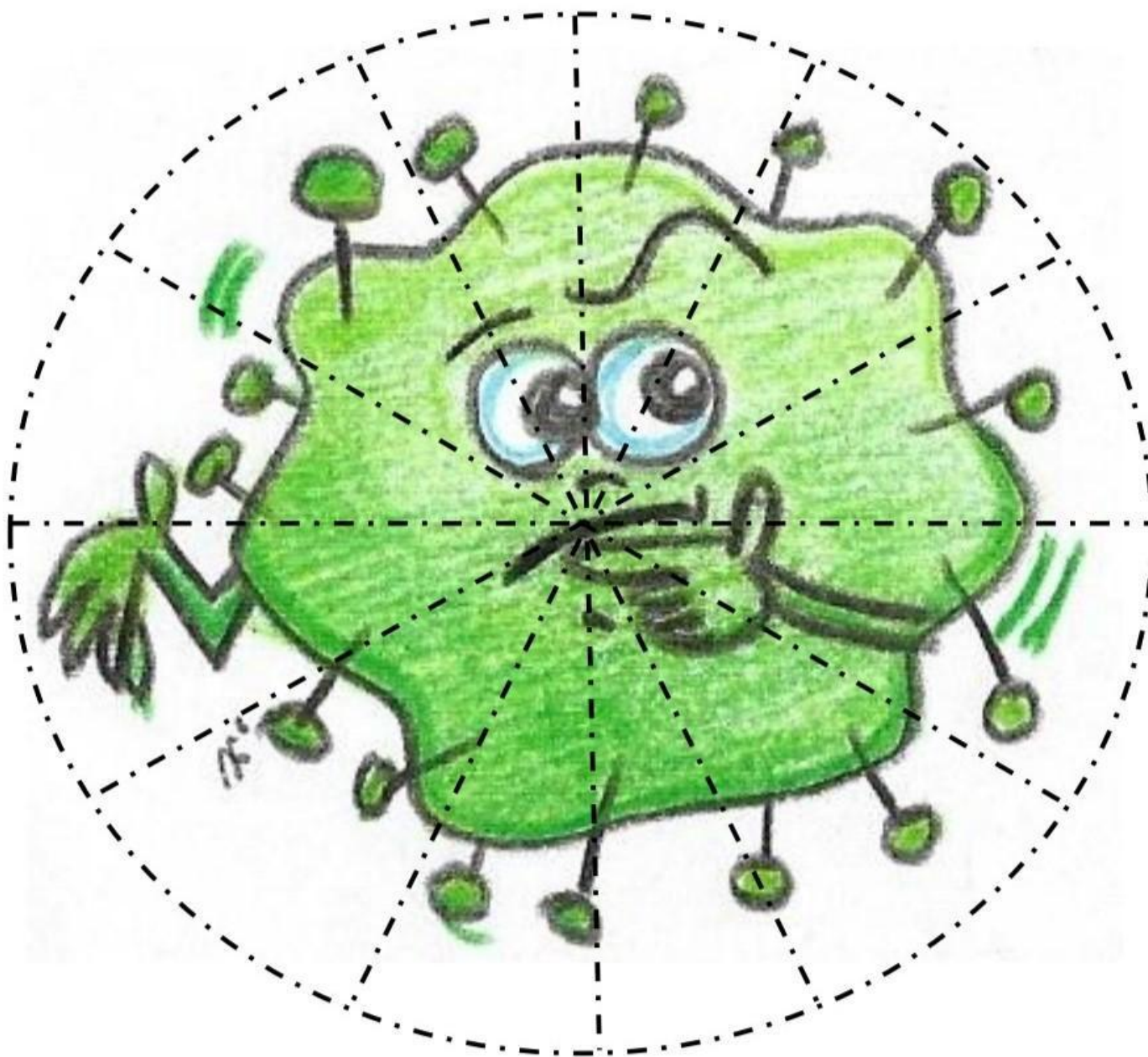
- 1** LAVE AS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO OU USE ÁLCOOL GEL 
- 2** EVITE LOCAIS COM AGLOMERAÇÃO DE PESSOAS 
- 3** UTILIZE LENÇO DESCARTÁVEL PARA HIGIENE NASAL 
- 4** CUBRA O NARIZ E A BOCA AO TOSSIR E ESPIRRAR 
- 5** EVITE TOCAR NOS OLHOS, NARIZ E BOCA 



Avenida Olívio Franceschini, 2500
Remanso Campineiro - CEP: 13184-472
Hortolândia/SP
Tel. 19 3965 1400

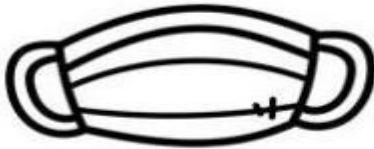
www.hortolandia.sp.gov.br

**VAMOS BRINCAR DE QUEBRA CABEÇA?
RECORTE OS PONTILHADOS E DEPOIS COLE AS PARTES MONTANDO A FIGURA.**





COM AUXÍLIO DA FAMÍLIA ESCREVA O NOME DAS FIGURAS NO QUADRADINHO



Empty dashed rectangular box for writing the name of the mask.



Empty dashed rectangular box for writing the name of the hand sanitizer.



Empty dashed rectangular box for writing the name of the hand soap.



Empty dashed rectangular box for writing the name of the coronavirus.



Avenida Olívio Franceschini, 2500
Remanso Campineiro - CEP: 13184-472
Hortolândia/SP
Tel. 19 3965 1400

www.hortolandia.sp.gov.br

VAMOS CANTAR COM A TURMA DA MÔNICA?

**SEM ABRAÇO, SEM
BEIJINHO SEM APERTO
DE MÃOS!**

**NÃO É DESPREZO, E
APENAS PROTEÇÃO!**

**SEM ABRAÇO, SEM
BEIJINHO SEM APERTO
DE MÃO!**

**NÃO É DESPREZO, E
APENAS PROTEÇÃO!**

**CONTRA ESSA GRIPE,
QUE ACABOU DE
CHEGAR.**

**E COM ESSA GRIPE NÃO
SE DEVE VACILAR.**



MÚSICA DISPONÍVEL EM:

<https://youtu.be/H5DfCJA24aQ>



Avenida Olívio Franceschini, 2500
Remanso Campineiro - CEP: 13184-472
Hortolândia/SP
Tel. 19 3965 1400

www.hortolandia.sp.gov.br