

# **Gabi Disse, “Eu estou confusa!”**

## **Sem escola, sem amigos!**

### **Uma história sobre distanciamento social**



By Amy Bamforth

Illustrations by Janet Lane

Translation by Maria Holz & Fernanda Villar (Portuguese)

April, 2020

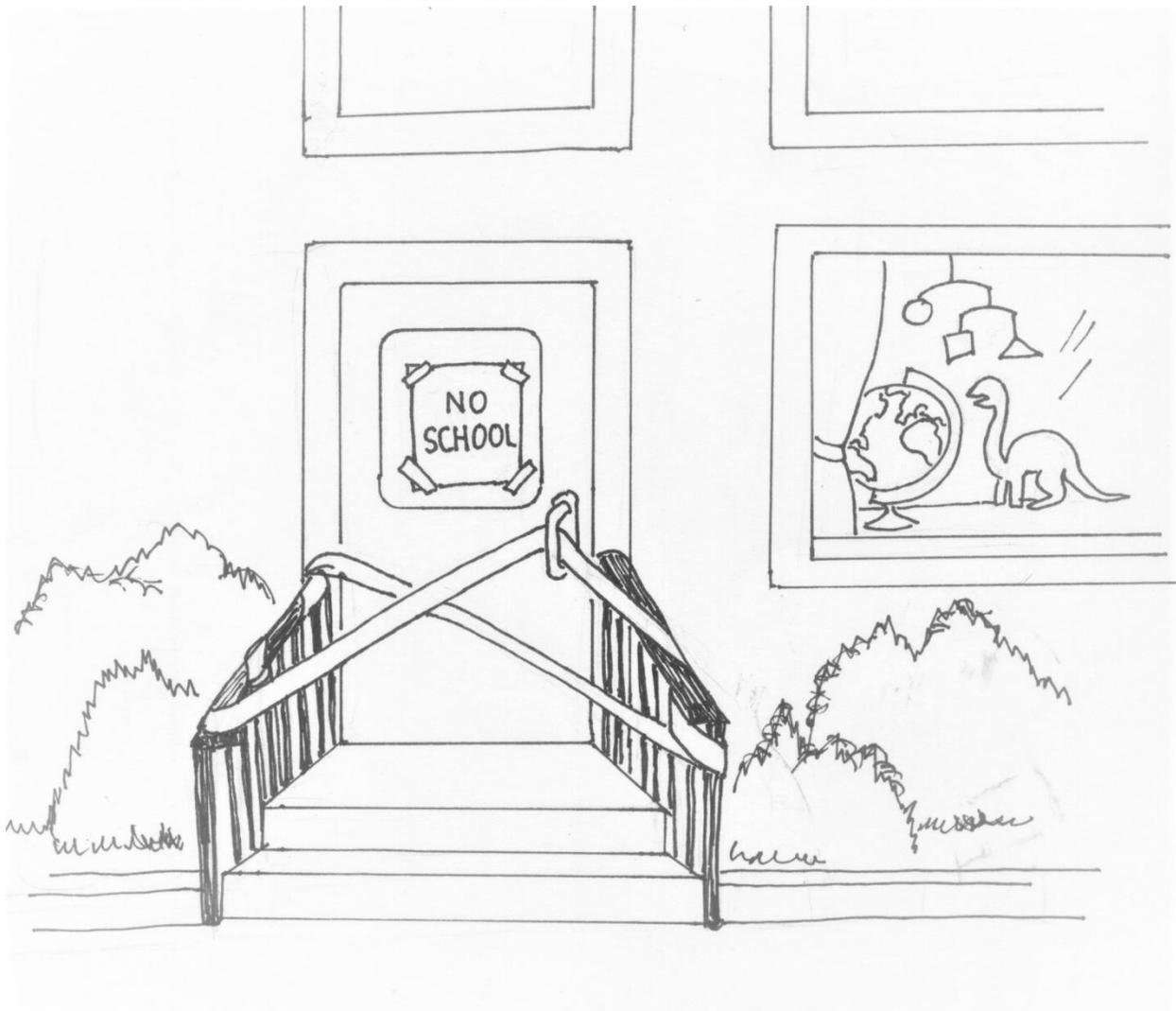
With thanks to the Children's Commonwealth Fund

Permission is given to freely share at  
no cost if reproduced in its entirety





Gabi está muito confusa! Ela costuma ir para a escola enquanto sua mãe vai para o trabalho, mas semana passada, sem nenhum comunicado, a escola fechou suas portas. Agora, ela está em casa e não pode encontrar com seu coleguinhas ou brincar no parquinho. Ao acordar, ela não sabe mais como será seu dia, porque sua rotina mudou completamente.



Sua mãe e seus professores disseram que não tiveram escolha. Todas as escolas estão fechadas por causa de um vírus novo . Ficar em casa ao invés de ir para a escola pode ajudar as pessoas a permanecerem saudáveis.

Gabi entende que de vez em quando as crianças ficam em casa porque estão doentes e por isso, não vão para a escola, mas em poucos dias, tudo volta ao normal. Agora é totalmente diferente: Ninguém está doente na escola, mas eles continuam de portas fechadas. Todo dia sua mãe diz:- :Hoje é dia de ficar em casa! Eu ainda não sei quando a escola abrirá novamente.



Gabi não gosta nada disso.

Sentimentos diversos podem ocorrer dentro de cada um de nós quando sua rotina diária é afetada e você não sabe o que acontecerá durante o dia. Gabi quer ver seus amigos. Ela está se sentindo frustrada e com muita raiva. Ela sente falta de seus professores e de seus colegas de sala.



A mãe de Gabi precisa ir pro trabalho de vez em quando, mesmo com as escolas fechadas. Gabi vai pra casa da tia Ana, enquanto sua mãe trabalha. Na casa da tia Ana tem o Henry, seu primo, mas os colegas de sala da Gabi não estão lá. Tia Ana tem muitos brinquedos para eles brincarem, mas Gabi sente falta de sua sala de aula. Isso faz com que Gabi se sinta triste e braba. Ela quer brincar com os brinquedos da escola e correr no parquinho!



Gabi perguntou pra tia Ana se eles podiam brincar no parquinho e Ana disse que não. Tia Ana explicou que eles não podem ir ao parque porque precisam ficar dentro de casa para permanecerem saudáveis. Ana disse que o vírus pode estar no parque e por isso as crianças não podem brincar lá.

**(should this sentence be added?)**

**She said that we need to practice social distancing-staying away from other people-so we do not catch the virus.**

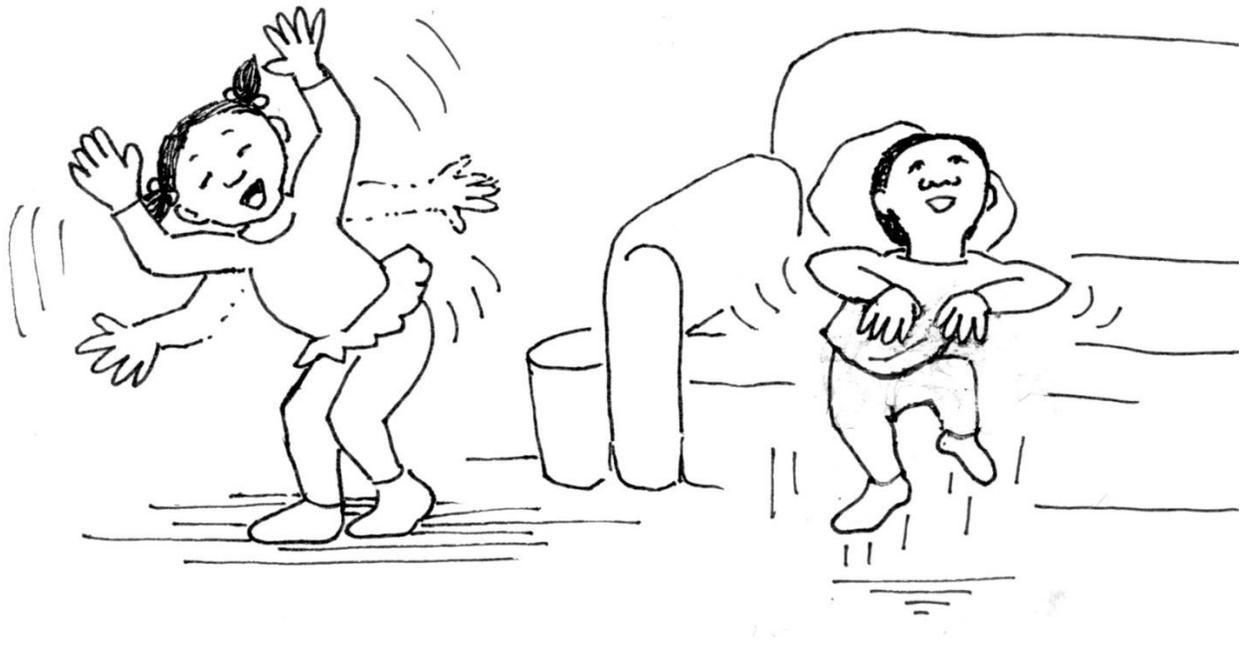


Ana tem algumas tintas e folhas de papel e ela diz para as crianças que elas podem pintar o que elas quiserem. Gabi pintou um sol amarelo, e então desenhou uma enorme e escura nuvem, cobrindo o sol. Ana perguntou porque ela fez esse desenho e Gabi disse :-Porque estou com muita raiva". Ana lhe disse: Nossa...que maneira bonita de se expressar...Deve ser difícil ficar longe da escola! Estou feliz porque você está aqui em casa, mas eu entendo que você gostaria de estar na escola com seus coleguinhas e professores. Muitas pessoas estão nervosas e confusas hoje em dia. Ouvimos falar tanto sobre esse novo vírus, mas não sabemos o que esperar dele.



Gabi ficou surpresa em ver que a tia Ana entendia o quanto ela sentia falta de ir para a escola. Ela não sabia que a tia Ana sabia tanto sobre o vírus, as mudanças que aconteceriam por causa dele e o que esperar desta nova fase em nossas vidas.

Ana disse:“- Eu conheço algumas formas de ajudar `a todos que se sentem confusos e com os nervos `a flor da pele. Vocês gostariam de experimentar atividades divertidas para que vocês possam se sentir bem?



Henry disse- "Sim", e Gabi concordou, Ana disse:- Que tenhamos uma festa dançante! Ana colocou uma boa música para dançar e todos dançaram pela sala de estar. Alguns minutos depois, tia Ana deu uma pausa na música e disse: Vocês terão um desafio! Quando eu tocar uma música, vocês vão dançar ou marchar. Quando a música parar, seu corpo vai parar ou "congelar". Vocês estão prontos?

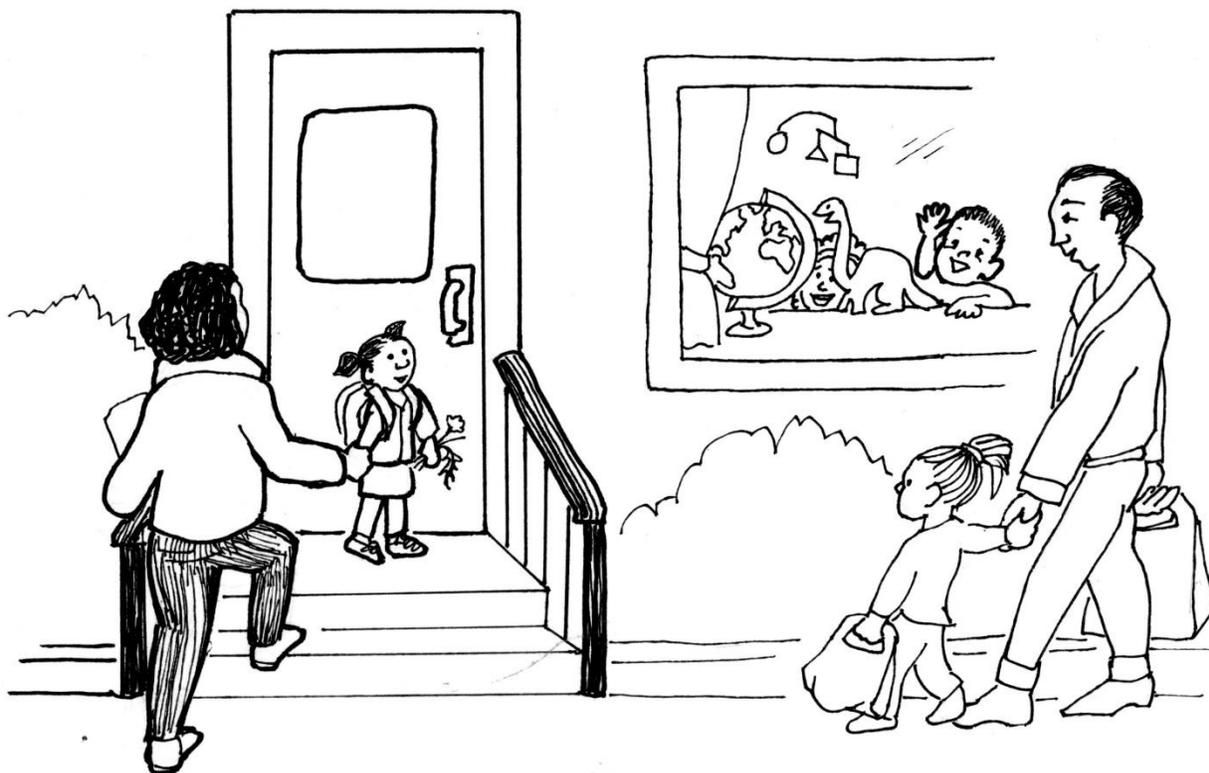


As crianças disseram:- Sim! E elas sorriram. Quando elas ouviram a música, elas dançaram e riram. De repente, a música parou e todos se entreolharam. Eles riram das poses engraçadas que cada um fez.

Rir faz bem a alma.



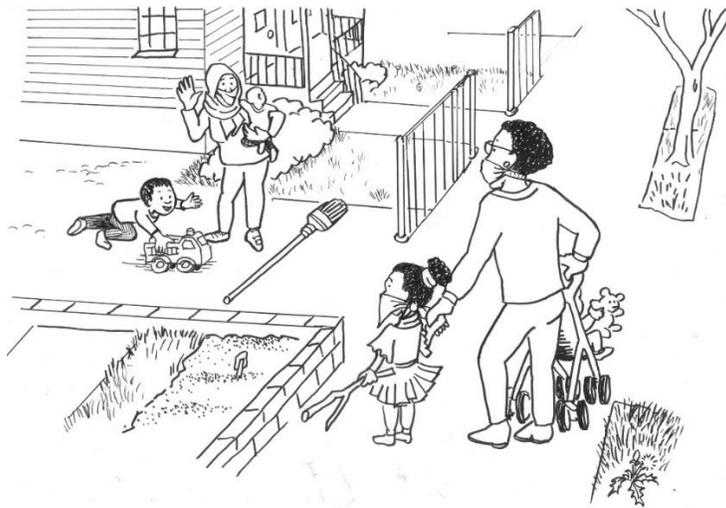
Quando todos terminaram a dança e sentaram-se em seus lugares, tia Ana disse:-Henry por favor pega aquela cesta com livros e traga para mim. Outra maneira de ajudá-los a se sentirem calmos e menos frustrados é ler boas histórias. Vamos encontrar um bom lugar para sentarmos e lermos este livro! Gabi sorriu quando viu um dos seus favoritos livros na caixa.



As escolas vão abrir novamente em breve. (Nós apenas não sabemos quando ainda). Gabi encontrará e brincará com seus amigos novamente. Esperar a hora de acontecer o que a gente quer que aconteça não é fácil, mas tudo virá ao normal como antes. Expressar seus sentimentos Gabi e encontrar maneiras de se divertir na sua casa ou na casa da Ana, te farão feliz até que tudo seja como antes.

The End

## Note to Family Caregivers:



### *Thoughts from the folks at the Somerville Family Learning Collaborative in Massachusetts:*

We are told to keep “social distance” from other people to stay safe in the world with the COVID-19 virus.

Social Distance makes it sound like we cannot be friendly with the people in our neighborhoods. But our social connections and our friendships bring us joy and hope and will help us get through the weeks ahead.

When you are out, keep a safe, physical distance by staying at least 6 feet (2 meters) away from other people, but your warm heart can reach out to others.

Say hello. Make eye contact and smile. Notice them. Have a conversation.

Let’s take care of ourselves and each other as a community until things return to normal.

Thanks to Janet Lane and Amy Bamforth

