

Diário

Da

Quarentena

Kiara Fernandes

4º Ano Capoda  
Esperança



Editora

O esconderijo  
das vontades



Instituto Natural de Desenvolvimento Infantil

SHIN - QI 03 - CONJ.: "D" - ÁREA ESPECIAL - BRASÍLIA-DF - TELEFAX: (61) 3577-3935 / (61) 3577-3096 - www.indi.com.br

*Organize o melhor dia, semana e realize as  
poucas as atividades propostas.*

*Organize os textos no seu diário para o  
dia e pode inspirar uma página de  
confiar a parte do seu diário.*

*No final, quando você se sentir bem, faça  
observações, reflexões e perguntas.*

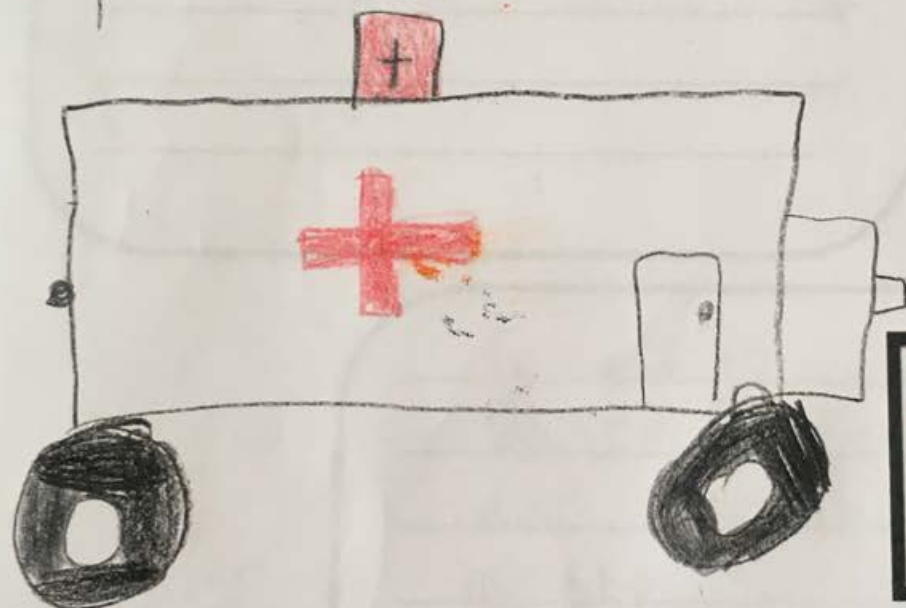
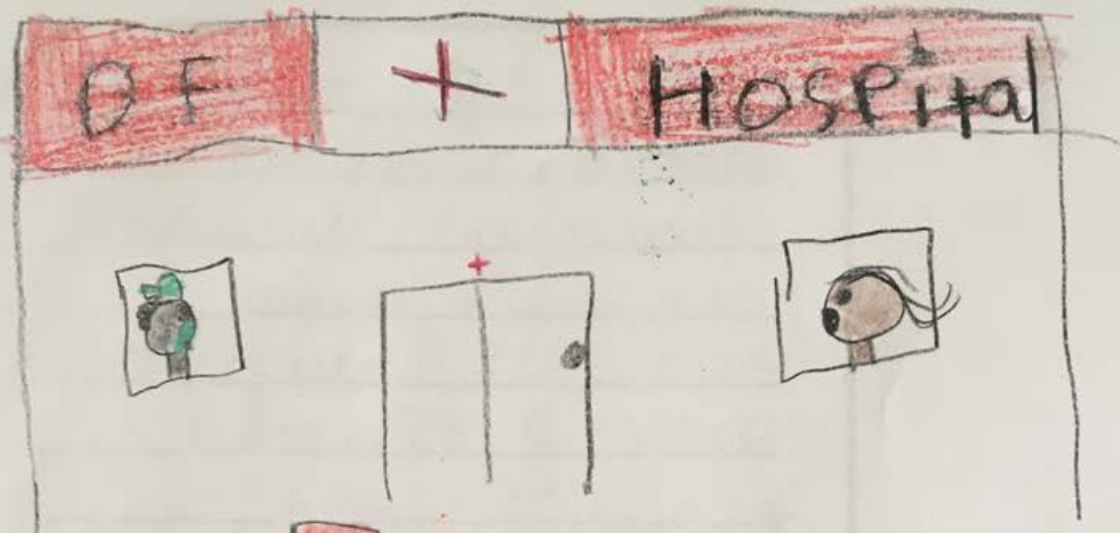
*O objetivo é deixar registrado o seu  
diário para você ler e seu momento de  
reflexão.*

*Este livro inspirar o seu diário para o  
seu dia, semana e realize as atividades.*

# Meu diário de quarentena

*Fest-Livro - 2020*

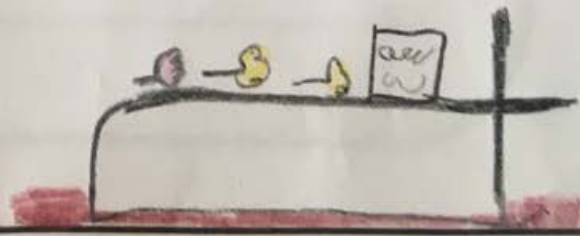
Inicie o seu diário com frases, desenhos, entrevistas ou recorte de jornais com algumas notícias que movimentaram o Brasil e o Mundo nesses últimos três meses.



Esperanca

Familia

Gratidao



*Comente quais foram os aspectos positivos e negativos dessa pandemia.*

### Positivo

- As pessoas estão mais
- solidárias, Prestativas,
- o mundo ficou mais
- conectado, teve mais
- inovações e adoção
- de novas tecnologias.

### Negativo

Desemprego, queda da economia, isolamento social, fechamento de empresas e aumento da mortalidade.

Escreva um poema sobre a  
experiência que você está  
vivenciando neste momento.

Pode ser o trecho uma  
música também

" Será que tem remédio pra curar meu  
tédio?

Será que existe cura pra toda  
essa loucura?

Calma, o mundo precisa de pausa  
Será que estava escrito em  
algum livro antigo

Se foi premeditado ou coisa do  
acaso?

Calma, o mundo precisa de pausa

## Mais um pouquinho sobre mim

Minha altura: 1,41m

O número do meu calçado: 35

Data do meu aniversário:

27/04/2016

### Meus melhores amigos:

Jhonatan | Yan ♀  
Isaac, Bernardo,  
Luquinha, Bia

Quando eu crescer, quero ser...

Jogadora de  
Free Fire/Fonti-  
hite.

# M e u s

Brinquedo/jogo: Free Fire,  
Parkur

Animal: cachorro

Comidas: não tenho /  
todas

TV: You tube /  
the thunder

Filme: ninjas  
naruto

f  
a  
v  
o  
r  
i  
t  
o  
s

# *Tudo está diferente! E agora?*

*Desde dezembro de 2019, já estávamos recebendo algumas notícias sobre a chegada do novo Coronavírus (Covid-19) em alguns países.*

*No Brasil, começamos a ter alguns casos isolados. O número de infectados pelo vírus foi aumentando a cada dia.*

*Até que no dia 11 de março de 2020, recebemos a notícia que um decreto havia sido assinado pelo Governador Ibaneis Rocha, suspendendo as aulas por um período.*

*Essa movimentação tinha como objetivo evitar a proliferação do vírus e proteger as pessoas quem residem em Brasília.*

*A minha vida mudou a partir do dia 12 de março de 2020.*

*Escreva as mudanças que ocorreram na sua vida desde o momento do recebimento da notícia até os dias atuais.*



ficar mais  
em casa com  
a minha fami-  
lia.

não pude sair  
de casa

Não pude ficar sem máscara

Não pude ter  
contato com  
meus amigos  
e minha  
família

Não pude ir  
para festas.

Em sua opinião as pessoas estão mais solidárias e prestativas com o próximo? Cite alguns exemplos de solidariedade que você tenha visto ao longo desse período.

Aulas gratuitas online

Pessoas fazendo  
compras em  
mercado e  
farmácias para  
os idosos

Rolê à distância  
com amigos  
e familiares

Doações de  
roupas, alimentos  
e materiais de limpeza

*Houve mudanças na economia do País  
com o isolamento social?*

DESEMPREGO

FOME

DOENÇA

DES 0

## Brasília

*Pesquisa notícias de como a nossa Capital Federal está vivenciando esse momento. Cole ou escreva no espaço abaixo.*

### **Em meio à pandemia, GDF anuncia fechamento do Hospital de Campanha do Mané Garrincha**

**Estrutura, que começou a funcionar em maio, tem 197 leitos. Secretaria de Saúde diz que 'não vê necessidade de renovar contrato'.**

Por Marília Marques e Neila Almeida, G1 DF e TV Globo

08/10/2020 12h35 Atualizado há 3 semanas



## Brasília

### Covid-19: DF está no pico da pandemia e deve entrar em platô, diz Codeplan

Em coletiva, representantes da Codeplan, da Secretaria de Saúde e da Casa Civil afirmam que DF vai apresentar estabilidade na curva de contaminação nos próximos dias

JE

Jéssica Eufrásio  
postado em 14/07/2020 17:01



O Executivo local convocou uma coletiva, na tarde desta terça-feira (14/7), para comentar a situação da pandemia no Distrito Federal. A equipe, composta por representantes da Secretaria de Saúde (SES-DF), da Casa Civil e da Companhia de Planejamento (Codeplan), informou que o DF vive um momento de platô ; quando há estabilização do número de casos ; e que, nas próximas semanas, a quantidade de pacientes contaminados e de mortes provocadas pela covid-19 deve cair.

*Houve mudanças na economia do País com o isolamento social?*

*Faça uma pesquisa, registre no espaço abaixo trechos de reportagem que reforce o que você escreveu.*

Sim, fecharam bares, casa noturnas  
Paralisou eventos esportivos, interrom-  
peu o circuito gastronômico e  
viagens foram adiadas

**Isolamento social estimula a chamada economia de baixo contato**

Estudos sobre consumo mostram o crescimento do interesse no delivery, produtos de higiene e saúde, internet, celular, educação a distância, animais de estimação e decoração da casa.

Por Jornal Nacional

02/10/2020 22h06 Atualizado há 3 semanas

No ato da pandemia, a cena econômica era como um teatro sem plateia. E os atores, como o empresário da noite para quem, de repente, a festa acabou.

Negócios que vivem do contato com o cliente ficaram sem caixa, sem espaço em um ambiente em que a regra é o distanciamento social.

"A gente tinha festas todo final de semana. Tinha fila lá fora, só entrava quando saía e, além disso, funcionava uma economia muito própria do espaço aqui, da rua. Então o estacionamento funcionava através da gente, os ambulantes funcionavam através da gente, os bares para fazer esquentar. Fora a gente, muitos outros negócios, por nossa causa, também pararam. O mais triste, assim, além de a gente estar fazendo, a gente está cheio de material de bares e restaurantes de amigos que tiveram de devolver imóveis e não tinham onde deixar os equipamentos. E a gente abriu espaço para poder guardar os equipamentos aqui enquanto eles fechavam os negócios deles", explica Adipe Neto.

O que eu mais senti falta nessa quarentena.

viajar

família

amigos

shopping

escola

sorveteria

Registre com desenhos.



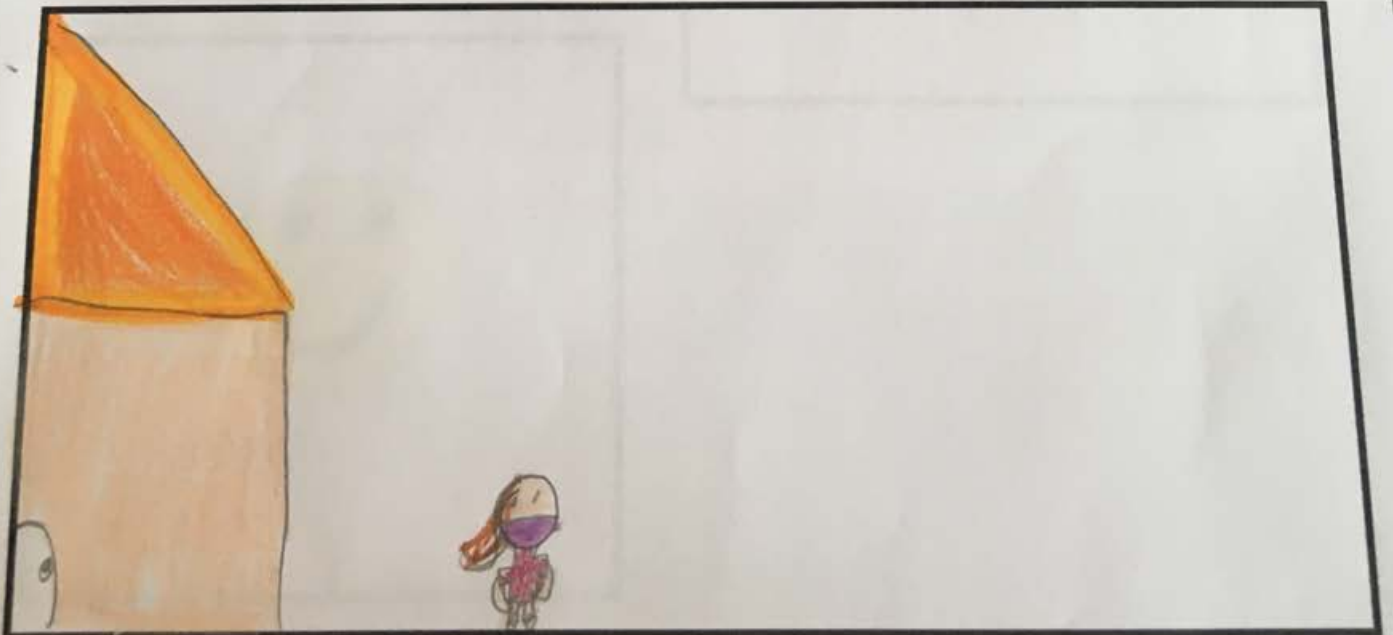
***Estamos vivendo um momento que vai entrar para a nossa história!***

*No futuro você poderá recordar a experiência que foi vivenciada no ano de 2020.*

***Qual foi a minha maior dificuldade durante o isolamento social.***

Foi ter que sair o  
usando a máscara.

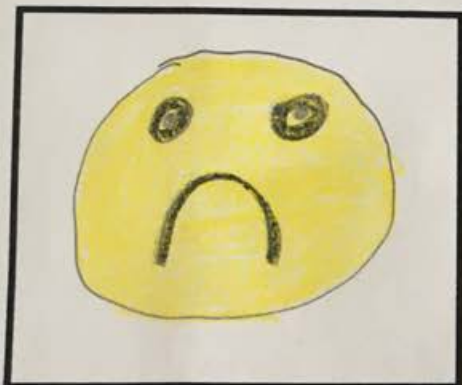
*Faça um desenho expressando suas emoções.*





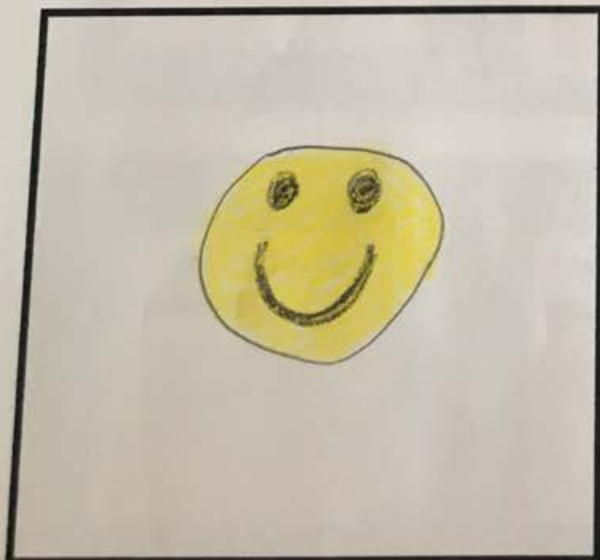
*Registre suas expressões faciais quando...*

*Quando recebi a notícia que as aulas estariam suspensas por um período.*



*Quando descobri que precisávamos ficar em casa para cuidar uns dos outros e se*

*Quando começamos a ter aula síncrona.*



*Eu sou assim...*



Gosto... de  
afai

Não gosto... de  
Ginástica

Fico feliz  
quando... jogo  
Free Fire

Fico irritado  
quando... o  
wi-fi  
acaba

Uma  
qualidade...  
feliz

Um defeito...  
clementa  
de mais

Conte uma história divertida que você vivenciou  
nessa quarentena.

Um dia, eu e meus  
amigos brincamos de  
guerra de água.

# Minha casa...

Meu quarto

Quarto do meu irmão

Cozinha

Banheiro

Sala

Quarto do meu pai e da minha mãe

Escreva o nome das pessoas que você precisou ficar distante nesse momento.

Vovo	Vai
Vovo	Sandra
Vovo	Sussy
tio	Tiago
tia	Milena
tio	Guga
tia	Michele

Escolha duas pessoas que você precisou ficar distante e escreva uma carta para eles (as), contando como foi esse período de distanciamento entre vocês.

vovó Sandra, fiquei com  
muita saudade de  
você. BJS da Kiara  
Espero que essa  
carta chegue em você.

tio Tiago, tô morrendo  
de saudade, espero  
que essa carta chegue  
em você. BJS da Kiara.

Esse período de ficar em casa foi...

Legal

triste

Chato

entediante

Horrible

O que eu descobri na minha casa que com a correria do dia a dia eu não tinha notado

Que eu posso ter  
uma piscina no quintal.

As atividades em família que mais gostamos de fazer...

assistir tv

assistir you tube

assistir netlix

Brincar

jogar jogos

viajar

*O meu quarto é assim...*

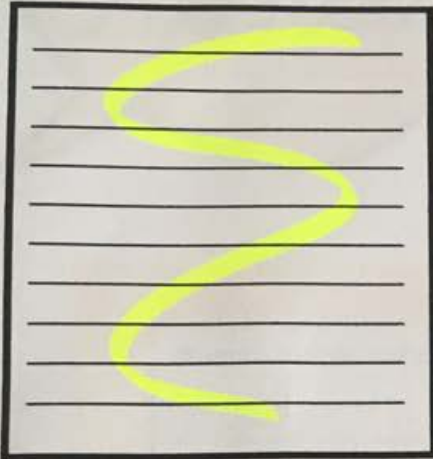


*Represente com desenhos ou recorte e colagem o espaço preferido da sua casa.*





Como está sendo a rotina das pessoas que moram com você?

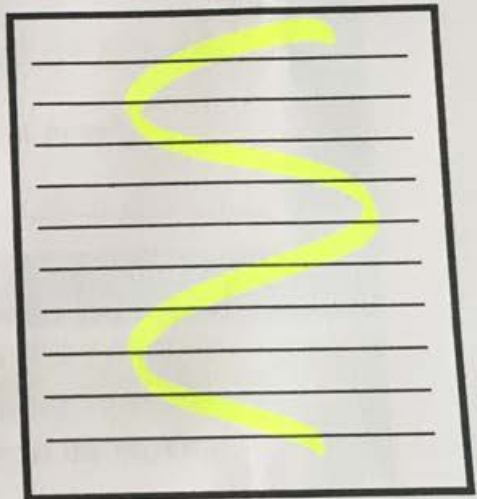


Mamãe

Pela manhã dá aula on-line, à tarde cuida da casa e da família

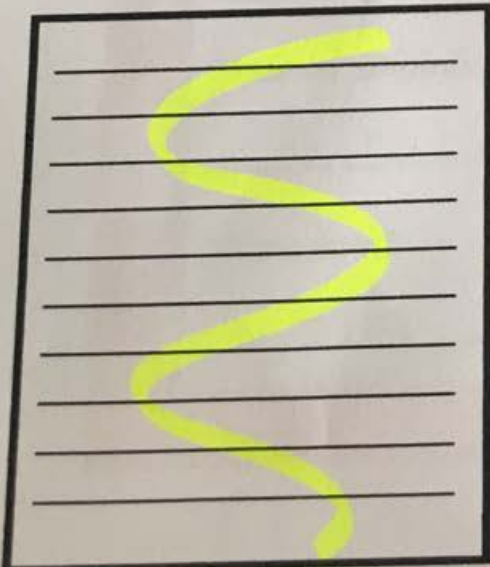
Papai

Grava vídeos para escola e envia nos dias das aulas, fica no canto da casa, almoça e janta e me ajuda nas tarefas



Kauã - irmão

Estuda pela manhã e joga vídeo-game



# Receitas

Essas são algumas receitas que eu fiz junto com a minha família nessa quarentena!

Nome da receita:

Bolo

Doce ou salgada:

Doce

Ficou bom?

Sim

Nome da receita:

Pão

Doce ou salgada:

Salgada

Ficou bom?

Sim

Nome da receita:

Pizza na casa

Doce ou salgada:

Salgada

Ficou bom?

Sim

Nome da receita:

Brigadeiro

Doce ou salgada:

Doce

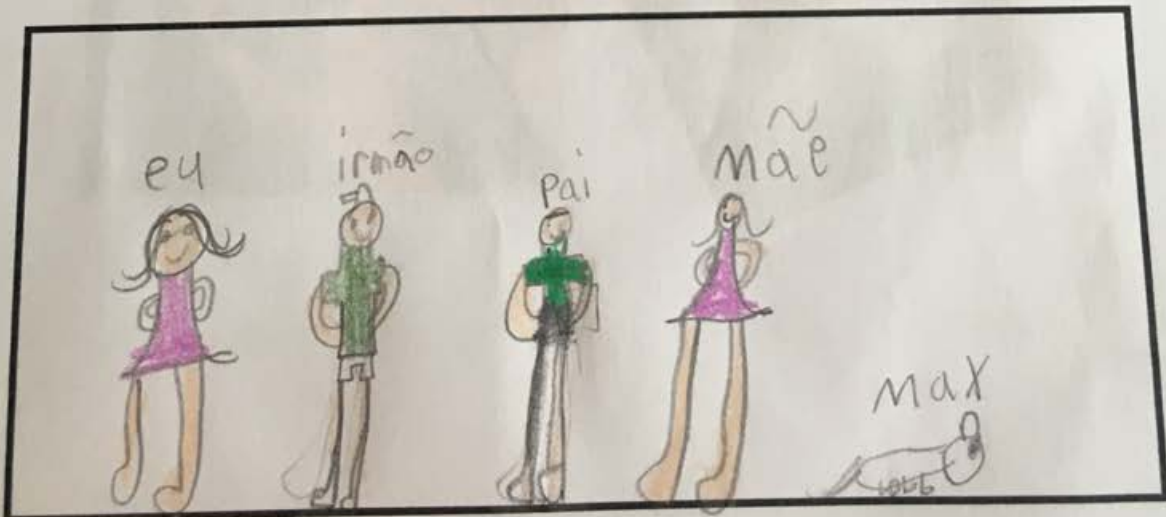
Ficou bom?

Sim

Os laços familiares ficaram mais fortalecidos.

Registre com uma frase e desenhos a importância da família nesse momento de muitas dúvidas e incertezas.

Minha família me ama  
muito e me ajuda em  
momentos difíceis





*Registre com fotos alguns momentos em família.*



# BRINCADEIRAS

que eu brinquei em



Bola



Free Fire



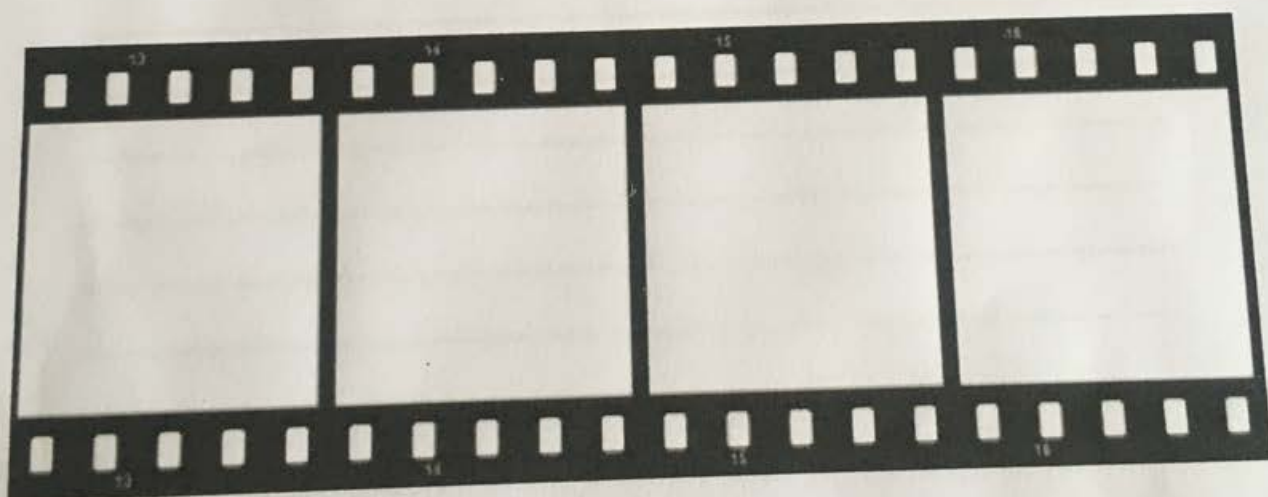
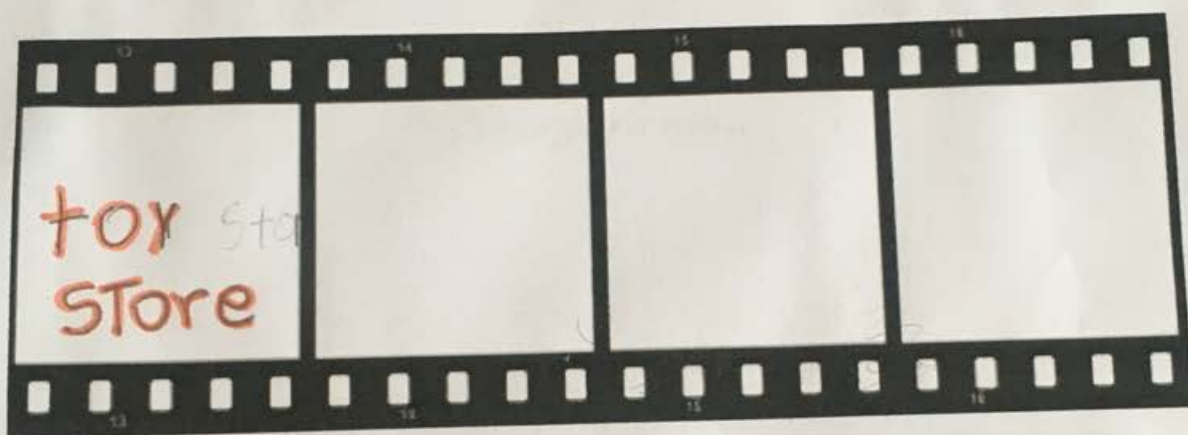
Parkour

Esconde-  
Esconde

Fortnite

Video-Game

Esses foram os filmes eu assisti...



# HOJE TEM LIVE



Você assistiu alguma live?  
Conte para nós...

Sim, uma live de música  
com meu pai e minha mãe  
foi muito legal.

## Aulas pela plataforma digital.

Qual foi a minha reação quando eu recebi a notícia que as aulas na escola estariam suspensas por um período.

Fiquei triste, mas sei que foi para o nosso bem.

Represente sua reação desse dia com um "Emoji".





Relate como foi a experiência de ter aula pela plataforma virtual.

Quais foram suas maiores dificuldades?

Qual foi a sua experiência de estudar em casa?

Ligar a câmera e me concentrar

Foi muito chato por que tive que ficar longe dos meus amigos e da escola.

*Que saudades dos meus amigos(as).*

*Você pode colar fotos, escrever mensagens ou  
desenhar para registrar esse momento.*

Saudade sss



Como você imagina que será o retorno das aulas.

Todo mundo de máscara,  
todo mundo passando  
alcool em gel e tudo  
higienizado.

Registre com desenhos.



*Nossas marcas...*

*Pinte e carimbe suas mãos e das pessoas que estão o tempo todo apoiando você nesse momento único.*



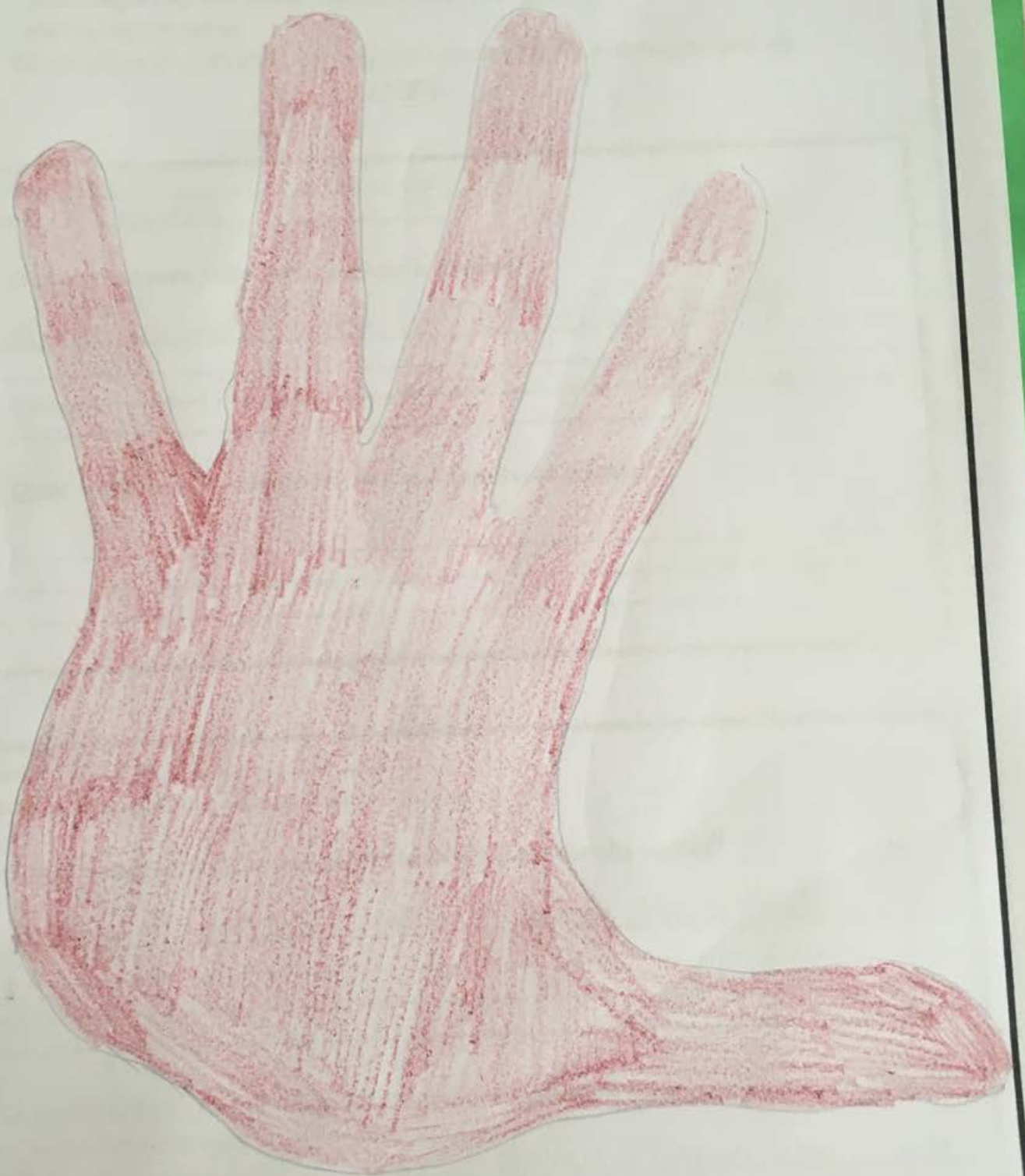
Kiara

Irmão



Mamãe





Papai

Entreviste 4 pessoas e solicite que elas(es) relatem sobre como foi viver esse momento de isolamento social e como elas superaram seus medos, o que fazem para se divertir nesse momento.

Uma dica é entrevistar alguns familiares e amigos(as) do INDI.

Nome: Kauã

Idade: 15 anos

1 - O que você tem feito para passar o tempo?

Joga vídeo-game e durmo.

2 - Qual o seu maior desejo depois que isso tudo passar?

Nome: Kamila

Idade: 36 anos

1 - O que mais te irritou nesse período de isolamento social?

Leio livros e faço crochê

2 - Se você pudesse passar uma hora conversando com qualquer pessoa do mundo, quem seria? Sobre o que vocês iriam falar??

Com meu pai, conversaríamos sobre viagens, família...



Nome: Rodrigo

Idade: 48 anos

1 - Qual a experiência mais interessante que você vivenciou nesse período de quarentena?

Aprender coisas novas, fazer pratos diferentes para minha família

2 - Se pudesse viajar no tempo, iria para o passado ou futuro?

Para o futuro

Nome: \_\_\_\_\_

Idade: \_\_\_\_\_

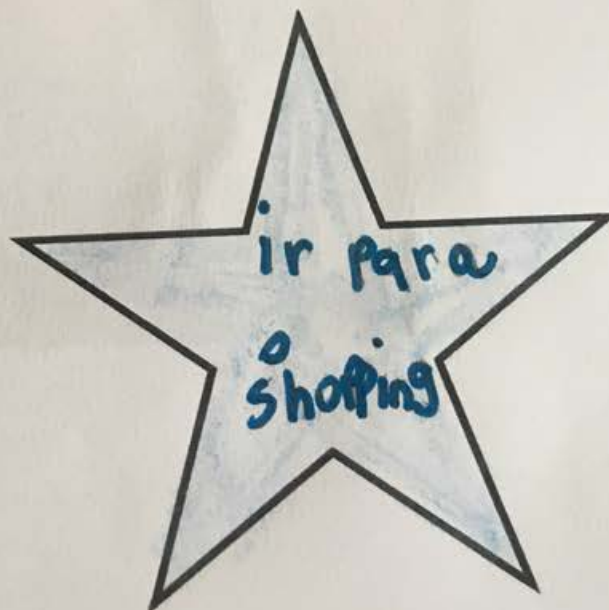
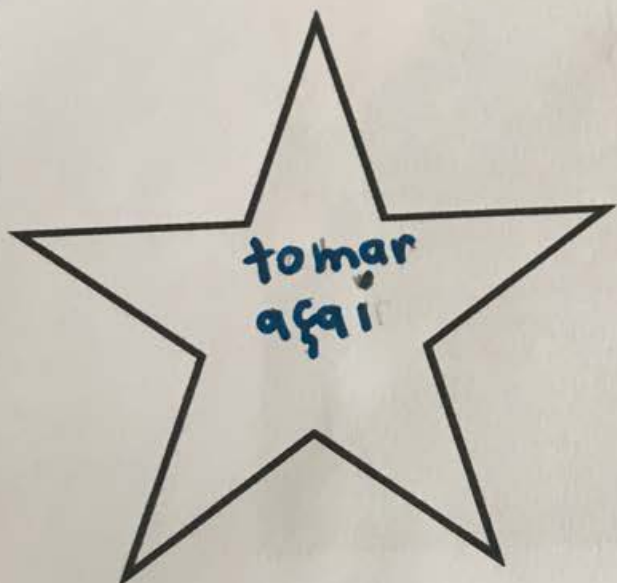
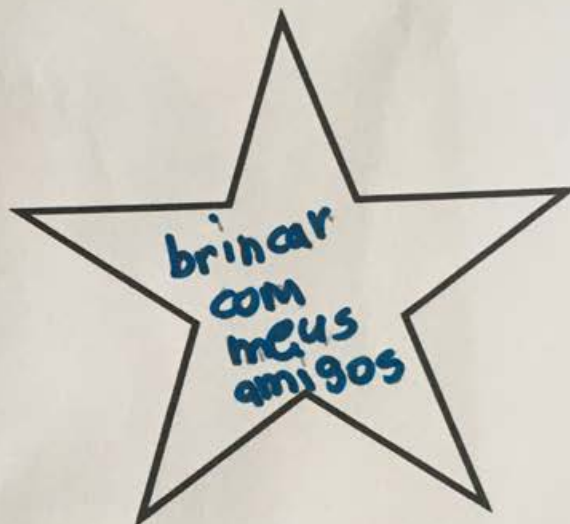
1 - Três momentos marcantes nesse período?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

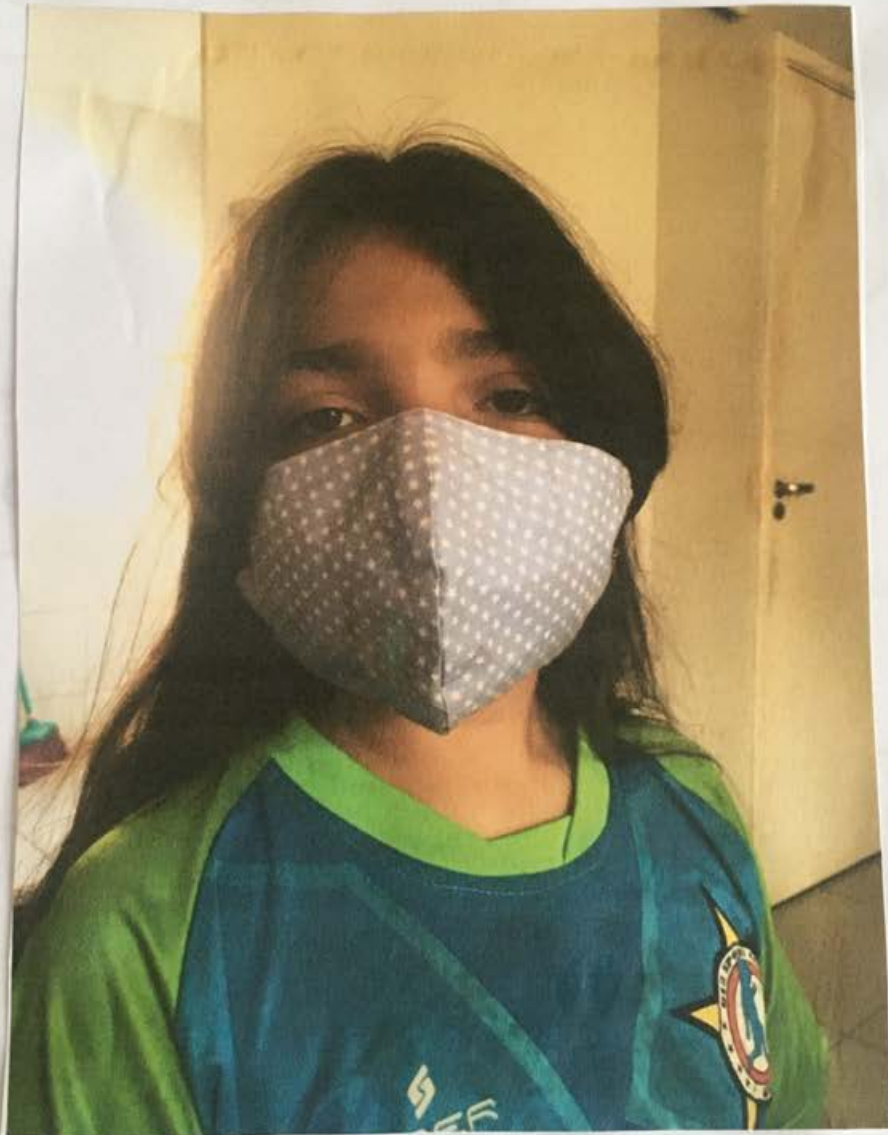
2 - Uma lição que aprendeu com a quarentena?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

A primeira coisa que eu vou fazer quando sair do isolamento social é...



*Essa foto ficará para sempre na minha memória!  
Cole aqui uma foto sua usando máscara.*



Quando terminar essa quarentena eu quero abraçar...

Vovó Sussu

Vovó Sandra

Tio Guga

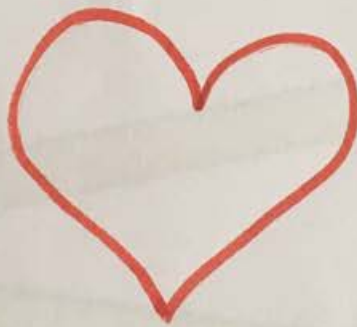
Tio Tiago

Tia Faí

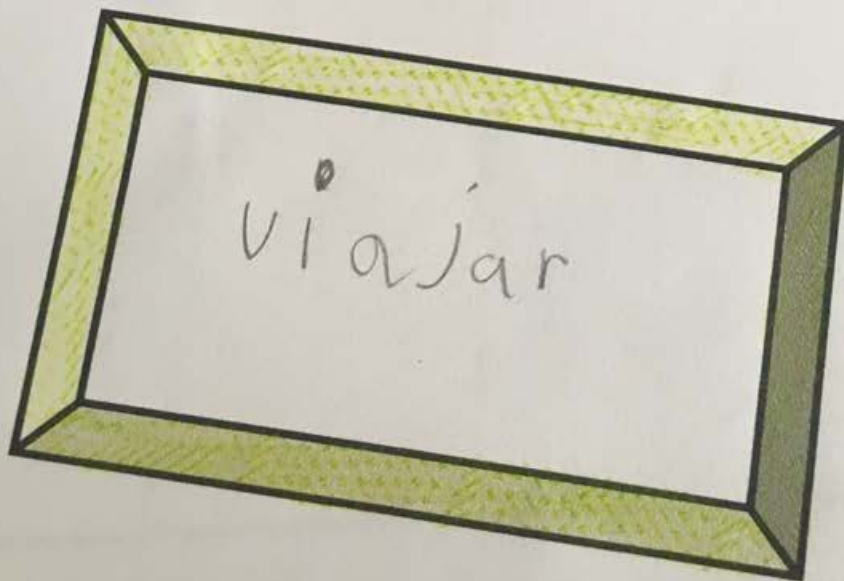
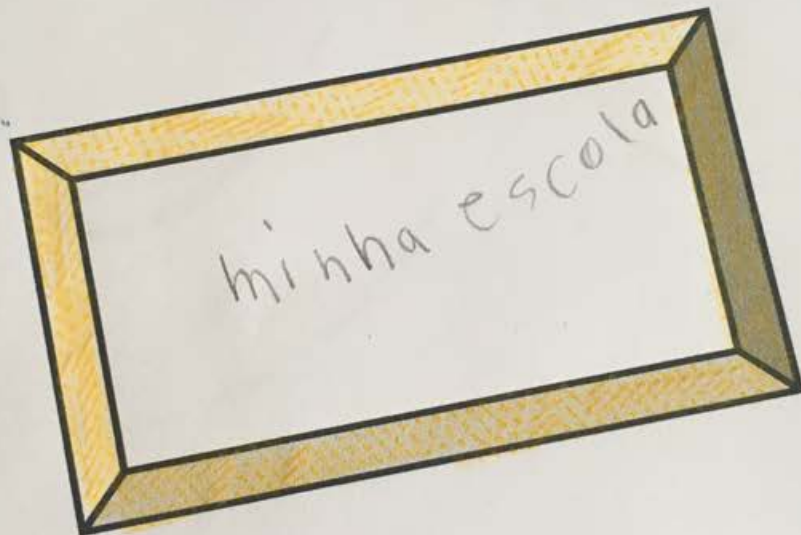
Tia Cris

Qual a mensagem de vida que ficou para você?

Estar perto  
da minha  
família.



*Minha programação para os próximos dias será...*



*Esse espaço é livre para você registrar, desenhar seus sentimentos e emoções.*

