

Cuidados parentais durante a COVID-19

Educação e aprendizagem remota

COVID19 interrompeu a educação de nossos filhos com o fechamento de escolas e aprendizagem remota. É normal sentir-se ultrapassado quando temos que ajudar nossos filhos a aprender, especialmente quando também temos estresse sobre trabalho e dinheiro.

Crie uma rotina em torno da aprendizagem e dos trabalhos escolares

- Faça um plano diário com seus filhos para quando eles poderão passar o tempo fazendo atividades educacionais
- Se pode incluir trabalhos escolares estruturados e outras atividades em linha, leitura, escrita ou artes
- Permite flexibilidade e tempo para brincar e relaxar também

Torne o aprendizagem lúdico y divertido

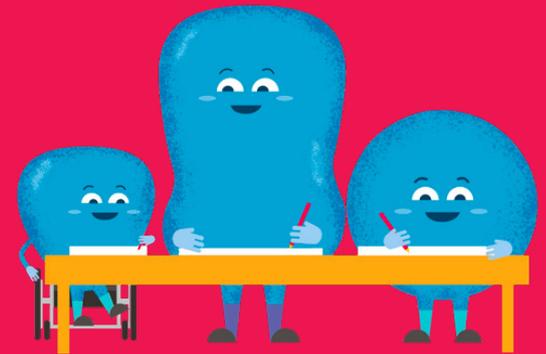
- As crianças aprendem melhor quando aprender é divertido
- Tente encontrar maneiras de tornar o aprendizagem em uma actividade lúdico para manter seu filho interessado e connectado.

Lembre-se de que você é um pai, NÃO um professor substituto!

- O seu papel é apoiar o seu filho criando um espaço para aprender
- Você não precisa saber todas as respostas. Ajude-os a explorar seus interesses e fazer perguntas.
- Vá ao ritmo do seu filho e seja paciente consigo mesmo.

Fique conectado com a escola e os professores do seu filho

- Descubra como manter contato com o professor ou a escola de seus filhos, para se manter informado, faz perguntas e obtenha mais orientações
- Se você está tendo dificuldades ou conhece alguém que está tendo dificuldades com os trabalhos escolares ou com a situação em casa, converse sobre isso com um(a) professor(a) com quem você se sente em confiança.
- Grupos de pais ou grupos comunitários também podem ser uma boa maneira de apoiar uns aos outros com os trabalhos escolares em casa.



Apóie seu filho/a quando ele(a) voltar para a escola

- Explique ao seu filho(a) que não há problema em ficar com medo ou preocupações em voltar para a escola
- Permita que o seu filho(a) conte como se sente. Também é normal que seu filho(a) se comporte de forma diferente do normal
- Fala como ir à escola pode ser diferente agora e como eles podem proteger se contra COVID19
- Pergunte como foi o dia deles e apoie-os se tiverem algumas dificuldades

Para mais informações, clique nos links abaixo

[Dicas do Poner Fim ao Violência](#)

[Dicas do OPAS](#)

[Dicas d UNICEF](#)

[Otras linguas](#)

[base de evidencia](#)

Partners



Funders



The COVID-19 Parenting Emergency Response is supported by the UKRI GCRF/Newton Fund, the LEGO Foundation, the philanthropic donors to the University of Oxford's COVID-19 Research Response Fund, Oak Foundation, and the UKRI GCRF Accelerating Achievement for Africa's Adolescents (Accelerate) Hub. Research on Parenting for Lifelong Health is supported by the UKRI GCRF Accelerate Hub, Oak Foundation, the European Research Council (ERC) under the European Union's Seventh Framework Programme and the Horizon 2020 Research and Innovation Programme, the Global Alliance for Chronic Diseases under the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation Programme, UNICEF, WHO, Oxford University Innovation GCRF Sustainable Impact Fund, the Leverhulme Trust, the Economic and Social Research Council, CIDA, the National Research Foundation of South Africa, Ififa Labantwana, the John Fell Fund, the Evaluation Fund, the UBS Optimus Foundation, USAID-PEPFAR, the Wellcome Trust, Grand Challenges Canada and WellSpring Advisors.