



**¡SALIR es NECESARIO y POSIBLE si tenemos en cuenta algunas cosas!
¡Evitemos PRÁCTICAS DE RIESGO!**

ANTES DE SALIR

¿QUIÉN PUEDE SALIR?

- Menores de 14 años acompañados de un solo adulto con el que conviva.
- Solo un adulto con un máximo de 3 menores.
- Niños de 14 a 18 años tienen permitido salir a hacer gestiones solos.

CONSEJOS PARA EL ADULTO:

- Infórmale de cómo lo haremos y por qué. Ayudará a que colabore y lo disfrute al gestionar sus expectativas de lo que será.
- No anticiparle que saldremos la noche de antes. Se pondrá nervioso y le costará dormir.
- Hacer un acercamiento jugando o con el cuento ([OS O GOLOSO](#)). Sabrá cómo hacerlo y habrá menos tensiones.

SALIDA

CONSEJOS PARA EL ADULTO:

- Si no quiere salir, validamos su decisión y respetamos posponiéndolo.
- Si está predispuesto a salir/ quiere salir:
 - Le explicamos de manera racional cómo deben protegerse, adaptando la explicación a su nivel madurativo.
 - Detallamos **cómo** será la salida, la duración y cosas que van a poder o no hacer.
 - Empezamos con **salidas graduales** (por ejemplo: salimos a tirar la basura).
- Salimos: observamos, acompañamos y guiamos tanto sus emociones y comportamientos como los nuestros. Les damos seguridad.

CÓMO, CUÁNDO Y DÓNDE

- Máximo 1 hora, de 9 de la mañana a 9 de la noche.
- Distancia máxima de desplazamiento será 1 km del hogar.
- **No se puede ir a parques, zonas infantiles, ni instalaciones deportivas.**



QUÉ LLEVAR

- DNI de todos o Libro de familia.
- Mascarilla y guantes: no es obligatorio su uso, pero sí recomendable.

QUÉ HACER

- Mantener 1 o 2 metros de distancia con otras personas.
- Llevar sus propios juguetes. Correr, saltar y hacer ejercicio respetando las medidas de higiene y protección.
- **No se puede jugar con otros niños ni acercarse a ellos.**

DE VUELTA A CASA

MEDIDAS DE HIGIENE

- Frotar zapatos en el felpudo, desinfectar ambos.
- Lavarse muy bien las manos.
- Desinfectar juguetes y el carrito de paseo.
- Lavar la ropa a 60°, no sacudirla previamente.

FEEDBACK FINAL

- Reforzar comportamientos positivos.
- Contarles lo que más nos ha gustado a nosotros. Crear un clima de confianza, empatizar con ellos. Hablar sobre cómo nos hemos sentido, cómo se han sentido. “El miedo de los niños está relacionado con lo que perciben sus padres y madres” (Figuera, 2020).