



ABC

salida de niños,
niñas y adolescentes
al espacio público
durante COVID 19



Los niños mayores de 6 años podrán salir a realizar actividades físicas y de ejercicio al aire libre tres (3) veces a la semana, media hora al día, de acuerdo con las medidas, instrucciones y horarios que fijen los alcaldes en sus respectivas jurisdiccionales territoriales.



Los niños, niñas y adolescentes solo podrán **movilizarse un kilómetro** a la redonda de su lugar de vivienda.



Deben ir acompañados de un cuidador que no puede tener más de 60 años, ni tener preexistencias médicas.



No deben presentar síntomas respiratorios, ni enfermedades gastrointestinales.



Pueden estar en espacios al aire libre como los parques pero **sin hacer uso de los juegos mecánicos**.



Deben guardar un mínimo de **2 metros de distancia con personas** ajenas que se encuentren en la calle.



IMPORTANTE:
todos deben llevar tapabocas, usar gel antibacterial y alcohol.



Los niños que cumplan 6 años de edad, en el marco de la medida, **deben programar cita para vacunación**, siendo este el primer requisito para poder salir, de acuerdo con el esquema de vacunación.



Al regresar a casa niños y adultos deberán hacer un correcto lavado de manos, cambio de ropa y en lo posible un baño antes de tener contacto con otros miembros de la familia.

No deben usarse patines, bicicletas, balones, ni otros elementos de recreación.

Hagamos de
nuestra Casa
el lugar más seguro



El futuro
es de todos

Gobierno
de Colombia



**BIENESTAR
FAMILIAR**

Recomendaciones especiales

Antes de salir de casa genere un espacio de diálogo amoroso y cordial con los niños y adolescentes en el que les explique las normas que se deben cumplir relacionadas con el tiempo permitido y las condiciones de seguridad. Asegúrese de que ellos las han comprendido.

Vincular a los niños y niñas en la toma de decisiones, indagar sobre sus miedos y angustias de contagio y explicarles. Si ellos no quieren salir no hay que obligarlos.

Evite salir en días de lluvias. El mal clima puede favorecer la aparición de infecciones respiratorias.

Evitar llevar balones, lazos, juguetes u objetos que entren en contacto con las superficies exteriores como el suelo que pueden llegar a ser focos de contaminación.

Use su creatividad para disfrutar la salida al exterior con los niños sin necesidad de usar los juegos mecánicos de los parques. Por ejemplo, troten juntos, salten, hagan ejercicios de estiramiento, jueguen a perseguirse entre sí, etc.

Genere negociaciones con los niños para dar por terminado el tiempo de permanencia en el exterior. Los niños, especialmente, los más pequeños querrán estar mucho más tiempo afuera del permitido. Resulta mejor anunciarles que quedan 10 o 5 minutos para volver a casa que suspender la actividad de forma inesperada para ellos.

No olvide continuar generando los espacios de juego y disfrute del tiempo libre al interior de la casa.

No salir si estuvieron en centros hospitalarios, si tienen enfermedades de base.

Reforzar las medidas cuando se convive en el hogar con abuelitos con enfermedades crónicas.



LÍNEA DE ATENCIÓN A NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES.
PROTECCIÓN - EMERGENCIA - ORIENTACIÓN

Línea gratuita nacional ICBF:
01 8000 91 80 80
www.icbf.gov.co



Hagamos de
nuestra Casa
el lugar más seguro



El futuro
es de todos

Gobierno
de Colombia

