



# ABECÉ

Salida de niñas, niños y adolescentes al espacio público  
Durante el aislamiento preventivo obligatorio



Las niñas, niños y adolescentes de 6 a 17 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.



Solo podrán **movilizarse un kilómetro** a la redonda de su lugar de vivienda.



Deben ir **acompañados de un cuidador** menor de 60 años sin preexistencias médicas.



**No deben presentar síntomas respiratorios**, ni enfermedades gastrointestinales.



Pueden estar en espacios abiertos y al aire libre como senderos, andenes, malecones o parques, **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, lavarse las manos con agua y jabón, o usar gel antibacterial o alcohol glicerina según disponibilidad.



las niñas y 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.



Al regresar a casa niños y adultos deberán hacer un correcto Lavado de manos por 20 minutos, cambio de ropa y en lo posible un baño antes de tener contacto con otros miembros de la familia.

#Mis Manos  
**Te Enseñan**  
a cuidarnos entre todos



El futuro  
es de todos

Gobierno  
de Colombia



## Niñas, niños y adolescentes con discapacidad

Para el caso de niñas, niños y adolescentes, entre 6 y 17 años con discapacidad, con capacidades o talentos excepcionales y con trastornos del comportamiento:



Se debe recordar que dichas condiciones no se consideran motivo para exceptuarlos de la medida. No se deben generar barreras para su salida, solicitando certificados de salud.

Concerten juntos los días, el momento y las actividades a desarrollar según sus intereses y posibilidades.

Quien haga el acompañamiento deberá conocer qué tipo de apoyos y cuidados específicos requiera el niños, niñas o adolescente según el caso.

Antes de salir y al regresar a casa se deberán desinfectar cuidadosamente las ayudas técnicas ((silla de ruedas, batones, muletas, caminadores, prótesis, entre otros).

Explique a la niña, niño o adolescente, las medidas de seguridad y establezca acuerdos sobre las actividades a realizar al aire libre haciendo uso de dibujos, lengua de señas u otras estrategias de acuerdo con sus características.

En caso de tener que administrar medicamentos, revise que la hora de la salida no coincida con el horario de medicación.

Una vez afuera, priorice el desarrollo de actividades multisensoriales (sentir el aire en la piel, el calor del sol, disfrutar los aromas, ver los árboles, las flores, etc), de acuerdo con sus posibilidades.

# Recomendaciones



Antes de salir de casa genere un espacio de diálogo con las niñas, niños y adolescentes para que les explique las normas a cumplir relacionadas con el tiempo permitido y las condiciones de seguridad.

Vincular a las niñas, niños y adolescentes 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 día 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 la creatividad para disfrutar la salida fuera de casa, a los alrededores de la vivienda.

Proponga acuerdos con las niñas, niños y adolescentes para controlar el tiempo que es permitido estar fuera de casa.

Recuerde que las personas que hallan tenido un contacto cercano con un caso sospechoso o confirmado con coronavirus, deben permanecer en casa.

Reforzar las medidas de autocuidado y cuidado si se convive en el hogar con personas mayores 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**



ICBFColombia



@ICBFColombia



@icbfcolombiaoficial

#Mis Manos  
**Te Enseñan**

a cuidarnos entre todos



El futuro  
es de todos

Gobierno  
de Colombia



**BIENESTAR  
FAMILIAR**



El futuro  
es de todos

Gobierno  
de Colombia

Conoce el

# ABECÉ

de salida de niñas, niños y  
adolescentes al espacio público

durante aislamiento preventivo  
obligatorio por COVID-19

Ingresa aquí

# Mis Manos  
Te Enseñan

a cuidarnos entre todos



BIENESTAR  
FAMILIAR