

COVID Crónicas en Delaware

Ideas y Inspiración

7 de Abril del 2020

1. ¿Cuándo oíste por primera vez acerca de COVID-19?
 - a. ¿Cuales fueron tus pensamientos iniciales acerca de la crisis del virus corona? ¿Cuando te diste cuenta que esta era una noticia importante y que no debías ignorarla?
 - b. ¿Cuando te diste cuenta que la vida cotidiana estaba cambiando de forma significativa??
2. ¿Que fuentes de información (periódico electrónico, radio, redes sociales, esposo/esposa, familia) estás utilizando para actualizarte en relación al COVID-19?
 - a. ¿Como seleccionas tus fuentes de información?
 - b. ¿Porqué seleccionas estás fuentes?
 - c. ¿Qué tan de cerca sigues estas fuentes a fin de mantenerte informado? O qué tan frecuentemente estás siguiendo “las noticias” para obtener nuevas noticias?
 - d. ¿Has cambiado de opinión o te sientes diferente acerca de estas fuentes?
3. ¿En donde has estado durante la cuarentena? ¿Estás en tu casa? ¿Estás en la casa de un familiar? ¿Por qué decidiste pasar este tiempo en ese lugar?
 - a. ¿Con quien estás todos los días? ¿Esta cercanía, ha hecho que te sientas más cerca de esta/estas personas?
 - b. ¿Que preparativos hicieron tú y tus familiares?

- c. ¿Como ha cambiado tu rutina diaria como resultado de la cuarentena?
Por ejemplo, con tus mascotas, niños pequeños, parientes mayores o con tu trabajo.
 - d. ¿Has establecido una nueva rutina durante este tiempo? Por favor descríbela.
 - e. ¿Como te sientes acerca de tu nueva situación? ¿Te sientes aislado?
¿Estás disfrutando de estos días lejos de la escuela o trabajo?
 - f. ¿Estás satisfecho de estar encontrando nuevas formas de conectarte con otras personas?
4. ¿Está el COVID-19 cambiando tu opinión acerca de algunas ocupaciones?
Por ejemplo, personal de emergencia, policía, doctores, enfermeros, personal de limpieza, empleados de supermercados, FedEx/USPS.
5. ¿Cómo te está impactando a ti el virus corona?
- a. ¿Cómo has manejado el estar distanciado de otras personas? ¿Ha sido un desafío?
 - b. ¿Que proyectos te apasionan/que hobbies has comenzado/completado, o que habilidad nueva o vieja has aprendido o reprendido durante la cuarentena?
 - c. ¿Tienes algún placer que has estado extrañando?
 - d. ¿Tus hábitos sociales han cambiado de forma significativa? Estás utilizando las redes sociales virtuales más que antes de la pandemia?
 - e. ¿Has participado en experiencias virtuales como “fiestas virtuales”, fiestas NETFLIX? ¿Que programas estás usando? ¿disfrutas socializar de esta forma? ¿Se ha convertido esto en una nueva rutina o tradición?

- f. ¿Has iniciado alguna nueva rutina de higiene personal? ¿Limpias, desinfectas tus compras de mercado o cuando recibes entregas, te bañas cuando regresas a casa después de salir o lavas tus ropas justo cuando regresas a casa?
6. ¿Has estado tú o alguien en tu comunidad (escuela, negocio, tienda) realizando actos altruísticos durante la pandemia? Por favor descríbelos.
7. ¿Qué celebraciones has tenido que cancelar o posponer? ¿Cumpleaños, boda, compromiso? ¿Cómo los celebraste?
8. ¿Que te ha proporcionado alivio durante estos días de relativo aislamiento? ¿porqué ?
 - a. ¿Canciones, TV, películas, libros? ¿Como te ayudan?
 - b. ¿Hobbies nuevos o viejos?
9. ¿Has visto algo recientemente que te de esperanza? ¿Ansiedad? ¿Miedo? (ya sea en persona, en las noticias o en las redes sociales) Por favor descríbelo.
10. ¿Cómo crees que la pandemia va a afectar el futuro? ¿Qué va a ser diferente? ¿Qué será igual?
 - a. Si en 10 años alguien te preguntara cuál fue el impacto más importante del COVID-19, ¿qué responderías? ¿Qué imagen usarías para mostrarlo?