

PASEM EL CONFIAMENT II

Document elaborat per l'educadora social

Rosina Crespi Orozco

De cara a l'allargament del confinament establert pel govern per fer front al virus COVID-19, des de els serveis socials i de mà de l'educadora social, s'ofereix aquest segon document amb un recull de planes web on podran trobar tot d'activitats de molts tipus per poder fer a casa i fer que aquest confinament sigui una mica més senzill. El document està dividit en tres seccions de planes web: Manualitats, Receptes de Cuina i Jocs i exercici.

MANUALITATS

Les manualitats són una bona manera d'entretenir els més petits, i també als no tan petits, a continuació podreu trobar tot un recull de planes web on trobar moltes manualitats per fer.

Planes web infantils

<https://createyoumoments.wordpress.com/blog-feed/>

<https://www.sortirambnens.com/manualitats-infantils/>

<http://www.jouscout.com/tallers.htm>

<https://www.manualidadesinfantiles.org/>

<https://blog.cosasmolonas.com/manualidades-para-ninos/>

<https://mimamatieneunblog.com/category/diy-reutilizar-cosas/manualidades/>

<https://www.umamanualidades.com/ca/>

Planes web per adolescents

<https://casaydiseno.com/manualidades-para-adolescentes-paso-paso.html>

<https://manualidadesparahacerencasa.com/ideas-originales-de-manualidades-para-jovenes-de-secundaria/>

<https://www.youtube.com/watch?v=Y5khMcgoGD4>

CUINAM

Cuinar en família també pot ser una manera de passar el temps i també de compartir amb tots els que vivim a casa. A continuació un recull de planes web, on podem trobar receptes tot de receptes per mantenir-nos saludables durant aquest confinament.

<http://eatingarts.com/>

<https://www.pequerecetas.com/>

<https://bonduelle.es/blog/cocina-ninos>

<https://mimamatieneunblog.com/category/cocina-ninos/>

<http://www.pequefelicidad.com/2016/03/empezar-cocinar-con-ninos.html>

<https://www.educo.org/Blog/9-consejos-para-cocinar-con-ninos>

<https://www.conmishijos.com/ocio-en-casa/recetas-de-cocina-con-ninos.html>

JOCS I EXERCICI

És molt important mantenir actius tant la ment com el cos, per tant en aquest apartat trobareu un llistat de planes web on trobar guies per fer exercici a casa i també alguns jocs per mantenir la ment activa.

<https://padresfrikis.com/juegos-ejercicio-fisico-casa-ninos/>

<https://www.youtube.com/watch?v=69Za5UWtIC0>

<https://www.youtube.com/watch?v=UzkQAoXjuzM>

<https://www.youtube.com/watch?v=3bjggxDiXyk>

<https://www.cognifit.com/es/juegos-mentales>