Dita ime në shtëpi

Ndihmo fëmijët në mësimet online

Fëmija juaj ka nevojë për ndihmë dhe përkrahje, sepse nuk është aspak e lehtë për të. Si prind apo vëlla/motër më i rritur ndihmojeni ata, bisedoni me ta, pa e gjykuar, rritjani vetëbesimin dhe tregojuni që ju ndiheni shumë krenar më punën dhe angazhimin tyre në mësime.

Higjiena personale

Lani duar me sapun për 20 sec, ose përdorni dezinfektuese me baze alkooli. Pas përdorimit të pajisjeve elektronike. Para dhe pas çdo gatimi dhe vakti. Pas përfundimit te punëve fizike në shtëpi (kopsht, ferme, etj). Dhe mos hyni në shtëpi me teshat e punës.

Koha e gatimit

Dëgjoni propozimet e anëtareve të familjes për ushqimin e preferuar. Gatuani së bashku, duke i përfshirë edhe fëmijët që ata të tregojnë talenti e tyre edhe në gatim.

Internet

Bashkëbisedoni online më familjarët apo shoqërinë për të ndarë me ta momentet argëtuese që jeni duke i përjetuar më familje gjatë kohës së izolimit. Shkëmbeni ide se çfarë do të bëni së bashku pasi të kalojë koha e pandemisë. Shfrytëzoni rrjetet sociale për të gjetur mundësi kreative për mësim, lojë, kuiz apo ndonjë ide tjetër së bashku.

Lojëra së bashku

Bëhu pjesë e lojës më fëmijët tuaj me skuadra brenda familjes. Praktikoni lojërat më fëmijët dhe nipërit/mbesat e juaja që ju si prindër, apo gjyshër i keni luajtur në kohërat e juaja dhe luani edhe lojërat që ju propozojnë fëmijët tuaj.

Bëhuni kreativ

Bëni aktivitete kreative të përbashkëta me familjen tuaj: vizatim, “crafts”, muzikë, etj. Shfrytëzoni kohën duke mësuar ndonjë instrument që gjithmonë keni dashur ta zotoni.

Lexoni

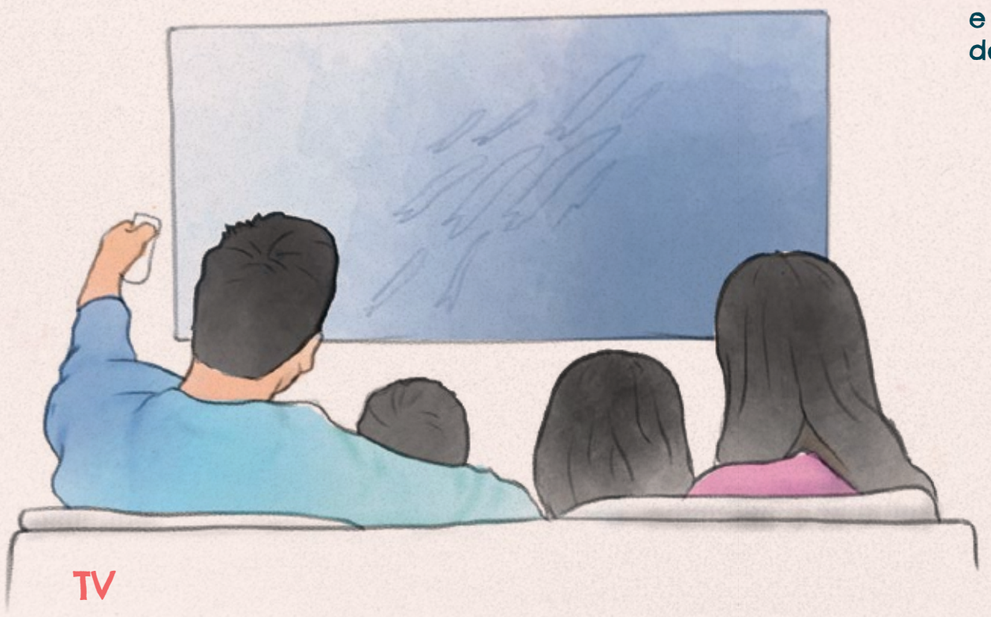
Leximi është njëra nga mundesitë më të mira për të kaluar kohën e lirë. Diskutoni në familje për librin të cilin keni lexuar dhe cilin dëshironi ta lexoni.

Bisedoni me familjen

Bashkëbisedoni me familjen tuaj për situatën e tanishme, planet dhe idetë e juaja se çfarë do të bëni pasi të kaloj koha e pandemisë

Rrini aktiv

Mbani veten fizikisht aktiv dhe të shëndetshëm duke bërë çdo ditë, fitnes, joga ose ndonjë aktivitet tjetër.



TV

Përpiquni që të shikoni sa më shumë programe argëtuese, dokumentar, film të preferuar, sport, emisione qe promovojnë turizëm apo që kanë karakter shkencor. Sa më pak emisione politike, apo që rrisin depresionin tek ndonjë anëtar i familjes ku trajtohet gjendja aktuale në Kosovë.

Pastrimi

Angazhoni edhe fëmijët në pastrimin e banesës/shtëpisë si një aktivitet i përbashkët familjar.

Syri i Vizionit
Save the Children
Sweden
Sverige