

Brincadeiras para fazer em casa: Ideias de atividades para gastar energia nos dias mais frios.



Quando os dias ficam mais frios e sair de casa não é opção, encontrar brincadeiras para fazer em casa que ajudem as crianças a gastar energia pode parecer uma missão quase impossível. Lá fora chove, faz frio e dentro de casa, os miúdos continuam a correr como se fosse verão. E os pais? À procura de soluções.

A boa notícia é que o Rodinhas reuniu algumas ideias de atividades para fazer com criança em casa para transformar o tempo em momentos divertidos e mais tranquilos. Vamos a isso?

Transforme a cozinha numa das melhores brincadeiras para fazer em casa.

Cozinhar é uma excelente atividade para fazer com crianças em casa. Mexer, amassar, provar e decorar faz parte da diversão e também ajuda a gastar energia.

O Rodinhas é perito em transporte de crianças, mas também em receitas para deixar os mais pequenos (e não só!) deliciados. Vista os aventais, chame os pequenos chefs, e deem asas à imaginação com algumas das nossas melhores receitas:

Refeições:

- Tarte salgada com base de wrap
- Creme de abóbora assada com especiarias
- Massa no forno com atum e legumes
- Caril de grão

Sobremesas e snacks divertidos:

- Papas de aveia no forno
- Crepes de laranja com fruta e iogurte
- Receita de barrinhas de aveia e amendoim
- Batido de morango



Atividades para fazer com crianças em casa.

Manter os miúdos entretidos um dia inteiro pode ser exigente, por isso damos uma ajuda! A chave está em alternar atividades mais calmas com brincadeiras para fazer em casa criativas para gastar energia de forma divertida e equilibrada.

- Maratona de filmes infantis da Netflix
- Jogar jogos de tabuleiro
- Criar peças de artesanato

- Planear ensinar a andar de bicicleta

Dicas para pais em dias de brincadeiras para fazer em casa.

Passar mais tempo em casa também traz desafios. Estas leituras podem ajudar na rotina:

- Dicas para reforçar o sistema imunitário das crianças nos dias mais frios
- Como tornar a casa mais segura para crianças
- Parentalidade positiva no dia a dia
- Como lidar com crianças hiperativas
- Como ajudar a criança a dormir sozinha

Apanhe boleia com o Rodinhas!

O Rodinhas é um serviço especializado de transporte de crianças que tem dois superpoderes: o superpoder de proporcionar uma viagem segura e divertida às crianças e o superpoder de dar aos adultos mais tempo livre.

Conte connosco para levarmos os mais pequenos à escola, a atividades extracurriculares ou a eventos e ganhe mais tempo para si. Com a ajuda da carrinha de transporte do Rodinhas há mais pais e crianças felizes!