

## Gestão de tempo com crianças



A **gestão do tempo com as crianças** é fundamental para que consigam estabelecer uma ligação mais forte e saudável. Procure encontrar um equilíbrio entre trabalho e tempo livre para passar com as crianças, e esteja sempre presente e envolvido no dia a dia delas. Com o nosso serviço de transporte infantil ganha tempo para o realmente importa. Peça já o seu orçamento.

## Dicas sobre gestão do tempo com crianças

Uma gestão eficaz do tempo com crianças ajuda a garantir que tanto as suas necessidades emocionais como sociais sejam atendidas. Reservando tempo para os mais pequenos, consegue acompanhar de perto o desenvolvimento de uma criança saudável e feliz. Conheça algumas das dicas que temos para si.



### **Estabelecer limites no trabalho**

Embora o trabalho seja importante, há coisas que o são bem mais. É importante estabelecer limites e reservar tempo de qualidade com as crianças. Sem distrações, telemóveis, televisões ou trabalho. Tente manter o seu trabalho e as preocupações laborais dentro do horário estipulado.

### **Envolver os mais novos nas tarefas domésticas**

A realização das tarefas domésticas pode tornar-se menos aborrecida se associarmos uma boa dose de diversão e envolvermos os mais pequenos. É uma maneira de passar mais tempo com as crianças e, também, de ensinar importantes habilidades. Incentive as crianças a ajudar a cozinhar, a limpar e arrumar.

## **Aprender algo novo juntos**

Aprender a fazer algo novo com os mais pequenos é uma ótima maneira de passar tempo com eles. Experimente um novo desporto, algo relacionado com arte (como uma aula de cerâmica) ou apenas uma nova receita. E, no site do Rodinhas, o que não faltam são receitas. Aprenda, por exemplo, a nossa deliciosa receita de granola de coco. Não imponha limites à sua imaginação.

## **Planear antecipadamente**

Ao planear antecipadamente consegue ter mais tempo livre para dar atenção às crianças. Reserve tempo para atividades únicas e especiais em família e fique atento às necessidades dos mais novos.

## **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!