

# ETXEAN GOXO EGOTEKO GIDA

Jakin badakigu geldialdi honek gure bizitzak eta etxeke txikienak aztoratu dituela eta ez dela erraza egoera hau frustazioan jausi gabe eramatea. Egoera honetaz jabetu eta probetxua atera nahian honako gida hau sortu dugu, lagungarri izango duzuelakoan, askatu irudimena eta ekin!



**Agintzari**

Gizarte Ekimeneko Kooperatiba  
Cooperativa de Iniciativa Social



## LEHEN HEZKUNTZAKO HAURRENTZAKO ESKULANAK

- Harrizko kaktusak  
<https://www.youtube.com/watch?v=RM7UnqLwK1Y>
- Botila zintzilikarioak  
[https://www.youtube.com/watch?v=szC\\_CbtnL1U](https://www.youtube.com/watch?v=szC_CbtnL1U)
- Kristalezko botilak apaindu
- Landareak hazi
- Artilezko amandalak  
<https://www.youtube.com/watch?v=p5X6xkVCHUU>
- Zenbatzen ikasteko pizza  
<https://www.youtube.com/watch?v=WdWuU5CAJoA>
- Collageak sortu egunkariekin
- Argazkien harizko iladak sortu
- Balkoiak kolore biziz apaindu
- Euskal Herriko Damak: Euskal Herriko Emakumeei buruzko informazio bilatu eta mural baten marraztu

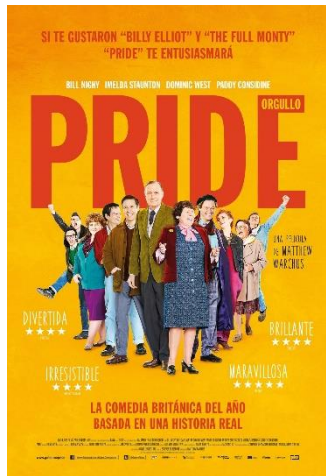
## HAURREKIN EGITEKO ERREZETAK, ON EGIN!

- Bizkotxoa
- Madalenak
- Pirata gailetak  
<https://www.youtube.com/watch?v=IbxPhUsjl9w&feature=youtu.be&fbclid=IwAR2TCTqjOz0kyzL3KkPNdF2LyxqGC70zszpAQHSlHyXcf9h7pK5nglsl9ag>
- Etxeko pizzak
- Gaileta tarta  
<https://www.youtube.com/watch?v=THzPQDHLde0>
- Fruta txokolatearekin
- Frutazko izozkiak  
<https://www.youtube.com/watch?v=5cjw0uXKJjc>



## EKINTZAK ETA JOLASAK

- Pelikuletara jolastu
- Itzalen teatroa sortu
- Irratsaio bat prestatu
- Herri kirolak etxean (txokor batze, txingak...)
- Spartan race bezalako zikuituak
- Spa etxean: aurpegia garbitu, masajeak egin, ileapaindegi zerbitzua...)
- Hotela etxean: Etxeko beste leku batean akanpatu eta bertan lo egin
- Furor-era jolastu  
[https://www.youtube.com/watch?v=dMTlleyGa7g&fbclid=IwAR029A3Oe2mFlmeNZHxkMojnh\\_ulccYKi0L3tWldMMKJ8lYaymY7uzMXlQ](https://www.youtube.com/watch?v=dMTlleyGa7g&fbclid=IwAR029A3Oe2mFlmeNZHxkMojnh_ulccYKi0L3tWldMMKJ8lYaymY7uzMXlQ)



# ZINEMA ETXEAN

Geldialdi hau momentu ona izan daiteke normalean batera egiten ez ditugun gauzak (denborarik eza,...) batera egiteko eta ekintza arruntak berezi bihurtzeko. Une aproposa dela uste dugu mezudun pelikulak familian ikusteko eta, horregatik, tolerantzia familia giroan lantzeko hainbat pelikula gomendatzen dizkizuegu.

LGTBIQ afera lantzeko:

<https://www.fotogramas.es/noticias-cine/g23561149/peliculas-mejores-lgtbi-adolescentes-con-amor-simon/>

Arrazismoa eta Xenofobiaren ingurukoak:

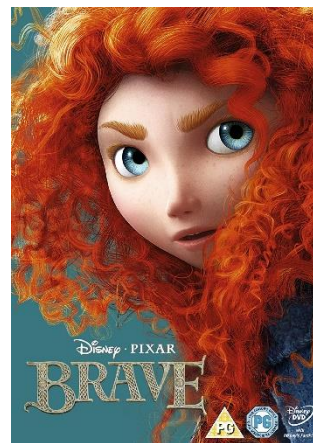
<http://www.educatolerancia.com/racismo-xenofobia-peliculas/>

Hezkidetza lantzeko:

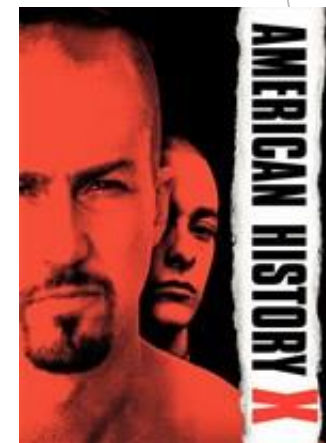
<http://blog.tiching.com/10-peliculas-para-romper-estereotipos-de-genero/>

Drogak eta Kontsumoa

lantzeko: <https://smoda.elpais.com/moda/actualidad/peliculas-adiccion-drogas/100272534/image/100272550>



Brave



American History X

# SAREAN AURKITUTAKO LINK INTERESGARRIAK:

## IPUIN, LIBURU ETA AUDIOLIBURUAK:

- Ermuko liburutegia

[https://www.ermua.es/pagsbiblio/actividades/guias\\_Archivos/24%20MARZO\\_24\\_03\\_2020\\_14\\_40\\_53.pdf](https://www.ermua.es/pagsbiblio/actividades/guias_Archivos/24%20MARZO_24_03_2020_14_40_53.pdf)

- Etxegiroan audioliburuak:

<http://etxegiroan.eus/>

- Deskargatzeko liburuak:

<https://diariofemenino.com.ar/escritos-por-mujeres-140-libros-para-descargar-gratis-en-pdf/?fbclid=IwAR0oLAhskZ6Sm2Lg9lyXW1McJUJVNygAKIfjky7X2vmedlf-nmVpik3URnQ>

- Liburuak PDF-n:

<https://eleternoestudiante.com/category/libros-en-pdf/>

- Munduan zehar dauden irratsaio desberdinak entzuteko link-a:

<http://radio.garden/visit/san-sebastian/wTLo5HDp>



# SAREAN AURKITUTAKO LINK INTERESGARRIAK

Etxeko txikiek betetzeko fitxak eta hainbat gai lantzeko fitxak: eskulanak, erlajazioa, emozioak, irakurketa, jolas pedagogikoak...

- ▶ Eskulanak egiteko: <https://www.pequeocio.com/manualidades-infantiles/>
- ▶ Erlaxatzeko: <https://www.psicologia-online.com/15-ejercicios-de-relajacion-para-ninos-4152.html>
- ▶ Irakurketa lantzeko: <https://keepreadingencasa.planetadelibros.com///.planetadelibros.com/>
- ▶ Logopedia, dislexia...lantzeko gune pedagogikoa: <https://www.aulapt.org/2017/03/21/entrenamiento-la-lectura-casa-letra-imprenta-p-l-s-t-m-d-n/>
- ▶ Emozioak lantzeko fitxak: [https://www.palabrasaladas.com/di\\_lo\\_que\\_sientes/fichas\\_emocionados.html](https://www.palabrasaladas.com/di_lo_que_sientes/fichas_emocionados.html)
- ▶ Homeschooling-a hobeto eramateko tresnak: <http://www.academons.com/>
- ▶ Geldialdi hau hobeto eramateko aholku psikologikoak: <https://www.europapress.es/castilla-y-leon/noticia-usal-ofrece-consejos-psicologicos-afrontar-confinamiento-20200326111541.html>
- ▶ Etxean goxo egoteko euskal baliabideen zerrenda: <https://www.leihoa.info/es/berriak/kultura/etxean-goxo-egoteko-euskarazko-baliabideen-zerrenda-2/>

# SAREAN AURKITUTAKO LINK INTERESGARRIAK

Streaming, youtube edota telebista bidez konfinamenduan kultura etxeetara sartzeko atak:

- ▶ Cuarentena fest: <https://www.dodmagazine.es/cuarentena-fest/>
- ▶ Berria egunkariaren kultura atala: [https://www.berria.eus/albisteak/178850/euskal-sortzaileen-emanaldiak-eskainiko-ditu-berriak-astelehenetik-aurrera-berria-aretoa-proiektuaren-bidez.htm?utm\\_source=Facebook&utm\\_medium=Sare\\_soczialak\\_CM](https://www.berria.eus/albisteak/178850/euskal-sortzaileen-emanaldiak-eskainiko-ditu-berriak-astelehenetik-aurrera-berria-aretoa-proiektuaren-bidez.htm?utm_source=Facebook&utm_medium=Sare_soczialak_CM)
- ▶ Antzerkia etxean: <http://teatroteca.teatro.es/opac/#indice>
- ▶ Museoak etxetik: <https://www.rtve.es/television/20200317/10-museos-puedes-visitar-desde-casa/2010226.shtml>
- ▶ Dokumentalak: <https://www.argia.eus/multimedia/dokumentalak>
- ▶ [https://www.soycorredor.es/noticias/kilian-jornet-ofrece-gratis-todos-sus-documentales\\_26799\\_102.html](https://www.soycorredor.es/noticias/kilian-jornet-ofrece-gratis-todos-sus-documentales_26799_102.html)
- ▶ Youtubeko pelilulak:  
[https://www.youtube.com/playlist?list=PLNq2eaZvd5PsY9bF9QTeJ30IRscWVT\\_4c](https://www.youtube.com/playlist?list=PLNq2eaZvd5PsY9bF9QTeJ30IRscWVT_4c)
- ▶ Youtubeko Baobao eta Sleepetak kanalak, hurrekin ikusteko:  
[https://www.youtube.com/channel/UCsfT4t9FSztzDCBGyRQ\\_MAQ](https://www.youtube.com/channel/UCsfT4t9FSztzDCBGyRQ_MAQ)  
<https://www.youtube.com/channel/UC6RqzhA3ENMWjRJPbnCGf5g>

