



Attività scaricabili

Carte da ritagliare: attività senza schermi



Scaccia la noia prima che arrivi. Queste carte da ritagliare propongono attività senza schermi pensate per tutta la famiglia. Nel set troverai piccole sfide individuali, suggerimenti in base all'età e idee divertenti che coinvolgono tutti, senza l'uso di dispositivi.

Contenuto:

- 18 carte per tutta la famiglia
- 18 carte per under 7
- 18 carte per 7–9 anni
- 18 carte per 9–12 anni
- 18 carte per adolescenti
- 27 carte vuote per aggiungere le tue idee

Ti serviranno:

- Una scatola o un barattolo vuoto
- Forbici

Come usare queste carte

1. Scegli il set di carte più adatto alla tua famiglia, in base alle età.
2. Ritaglia il set che vuoi usare e aggiungi le tue proposte usando le carte vuote.
3. Metti tutte le carte in una scatola o in un barattolo vuoto.
4. Quando una pausa dagli schermi è d'obbligo, mancano idee o qualcuno dice "Mi annoio...", ti accorgerai che è il momento di tirare fuori il barattolo!
5. Pesca una carta. La maggior parte delle attività può essere fatta da soli oppure insieme: decidete voi chi partecipa.



Per tutta la famiglia

Stampa la pagina, ritaglia le carte e avrai tante attività subito pronte.

**Per tutta la
famiglia**



**Preparare la cena
insieme**



**Per tutta la
famiglia**



**Organizzare
un talent show
di famiglia**



**Per tutta la
famiglia**



**Vivere una
“giornata del sì”
(con buon
senso!)**



**Per tutta la
famiglia**



**Creare un
barattolo della
gratitudine e
aggiungere
bigliettini durante
la settimana**



**Per tutta la
famiglia**



**Pianificare una
giornata della
gentilezza e fare
un gesto gentile
per qualcuno**



**Per tutta la
famiglia**



**Realizzare una
capsula del
tempo insieme**



**Per tutta la
famiglia**



**Scegliere un
gioco da tavolo
preferito e
cambiarne le
regole**



**Per tutta la
famiglia**



**Fare un giro
in bicicletta**



**Per tutta la
famiglia**



**Gli adulti
insegnano ai
ragazzi un gioco
che facevano da
piccoli**



Per tutta la famiglia

Stampa la pagina, ritaglia le carte e avrai tante attività subito pronte.

Per tutta la famiglia



Avviare uno scambio di abilità: ognuno insegna qualcosa in cui è bravo



Per tutta la famiglia



Fare un picnic in casa o sul balcone



Per tutta la famiglia



Fare un assaggio alla cieca con cibi sicuri presi dalla cucina



Per tutta la famiglia



Creare una bucket list di famiglia per le cose da fare quest'anno



Per tutta la famiglia



Disegnare i ritratti l'uno dell'altro



Per tutta la famiglia



Creare una bandiera della famiglia



Per tutta la famiglia



Organizzare una gara di aeroplanini di carta: valutare il miglior design e chi vola più lontano



Per tutta la famiglia



Creare un libro dei ricordi di famiglia: annotare i momenti più divertenti, più dolci e così via



Per tutta la famiglia



Ricreare vecchie foto di famiglia



Under 7

Stampa la pagina, ritaglia le carte e avrai tante attività subito pronte.

Under 7



**Preparare pozioni
in giardino**



Under 7



**Costruire un
fortino con
coperte e cuscini**



Under 7



**Organizzare una
caccia al tesoro**



Under 7



**Fare una festa da
ballo con le
canzoni preferite
di tutti**



Under 7



**Preparare un
picnic per orsetti**



Under 7



**Creare il proprio
strumento
musicale**



Under 7



**Giocare a "Simon
dice"**



Under 7



**Allestire un mini
percorso a
ostacoli**



Under 7



**Insegnare ai
grandi un balletto
buffo inventato
da te**



Under 7

Stampa la pagina, ritaglia le carte e avrai tante attività subito pronte.

Under 7



Giocare a "che suono è?" usando oggetti della casa



Under 7



Andare a caccia di colori (trovare 5 oggetti rossi, 10 gialli, ecc.)



Under 7



Fare un collage usando vecchie riviste



Under 7



Scegliere un tema e travestirsi in base al tema



Under 7



Fare finta che il pavimento sia lava



Under 7



Giocare a "indovina cosa c'è nel sacchetto"



Under 7



Dipingere i sassi e decorare il quartiere



Under 7



Decorare coroncine di carta e nominare qualcuno re o regina per un'ora



Under 7



Disegnare faccine su frutta o verdura



7-9 anni

Stampa la pagina, ritaglia le carte e avrai tante attività subito pronte.



7-9

Giocare a "teste, corpi e gambe"
(disegnare una testa, piegare il foglio e passarlo, poi un corpo, e così via)



7-9

Realizzare un disegno usando solo nastro adesivo o washi tape



7-9

Imparare una nuova figura di origami



7-9

Giocare a "20 domande"



7-9

Creare una cornice per foto con il cartone



7-9

Insegnare agli adulti un ballo, una parola o una tendenza che hai imparato di recente



7-9

Creare un album di famiglia



7-9

Giocare a "preferiresti...?"



7-9

Fare uno scaccia-pensieri di carta



7-9 anni

Stampa la pagina, ritaglia le carte e avrai tante attività subito pronte.

7-9



Ideare e organizzare una caccia al tesoro



7-9



Giocare a carta, forbice, sasso con nuove opzioni (es. mago, unicorno, troll)



7-9



Provare a disegnare un familiare sottosopra



7-9



Inventare una storia insieme, aggiungendo una frase a testa



7-9



Costruire un hotel per insetti



7-9



Disegnare la mappa di un'isola immaginaria



7-9



Preparare ghiaccioli fatti in casa



7-9



Inventare un nuovo supereroe e descriverne i poteri



7-9



Scrivere una lettera a qualcuno di speciale (non serve spedirla)



10-12 anni

Stampa la pagina, ritaglia le carte e avrai tante attività subito pronte.

10-12



Ideare una
caccia al tesoro



10-12



Osservare
le nuvole



10-12



Creare playlist
per i diversi stati
d'animo - con
carta e penna



10-12



Campeggiare
in giardino
o in salotto



10-12



Imparare un
nuovo gioco
di carte



10-12



Imparare a fare
giocoleria con
calzini arrotolati



10-12



Scrivere un breve
spettacolo e
metterlo in scena



10-12



Decorare
o trasformare
una vecchia
maglietta



10-12



Organizzare
una serata quiz
per la famiglia
e scrivere
le domande



10-12 anni

Stampa la pagina, ritaglia le carte e avrai tante attività subito pronte.

10-12



**Pianificare
e gestire una
giornata di sfide
in famiglia**



10-12



**Portare la
famiglia a fare
un tour guidato di
un posto che ami**



10-12



**Fare uno scambio
di abilità:
insegnare una
nuova abilità e
impararne una**



10-12



**Scrivere
una recensione
immaginaria di
un posto visitato
di recente**



10-12



**Creare un codice
segreto e scrivere
un messaggio**



10-12



**Disegnare
un logo o uno
stemma di
famiglia**



10-12



**Provare a
risolvere un cubo
di Rubik**



10-12



**Creare un
percorso con
reazione a
catena (con
tessere del
domino, biglie
o carte)**



10-12



**Registrare
un mini podcast
o una piccola
trasmissione
radio con voce
e oggetti**



Adolescenti

Stampa la pagina, ritaglia le carte e avrai tante attività subito pronte.

Adolescenti



Riordinare o decorare la propria stanza usando ciò che si ha



Adolescenti



Preparare qualcosa in cucina partendo da zero



Adolescenti



Provare il "free journaling"



Adolescenti



Creare un circuito di allenamento



Adolescenti



Imparare a rammendare o cucire qualcosa



Adolescenti



Creare una mini rivista per insegnare qualcosa a un adulto



Adolescenti



Inventare un nuovo sport e insegnarlo agli altri



Adolescenti



Organizzare una "cena al contrario", cucinando e servendo un pasto agli adulti



Adolescenti



Preparare una sessione di trivia sulla propria famiglia e scrivere le domande



Adolescenti

Stampa la pagina, ritaglia le carte e avrai tante attività subito pronte.

Adolescenti



Organizzare un servizio fotografico di famiglia all'aperto



Adolescenti



Insegnare alla famiglia a usare un'app che non conoscono



Adolescenti



Imparare una nuova ricetta di un altro paese o cultura



Adolescenti



Inventare un nuovo gioco di carte e provarlo in famiglia



Adolescenti



Creare una sfida per tutta la famiglia da seguire per una settimana (es. 10 piegamenti al giorno, 5 minuti di lettura o un gesto gentile)



Adolescenti



Scrivere una lettera a te stesso nel futuro da chiudere e rileggere tra un anno



Adolescenti



Dare nuova vita a qualcosa: un paio di jeans, un mobile vecchio o un barattolo



Adolescenti



Scrivere una lista di "10 cose di cui vado fiero/a" e decorarla



Adolescenti

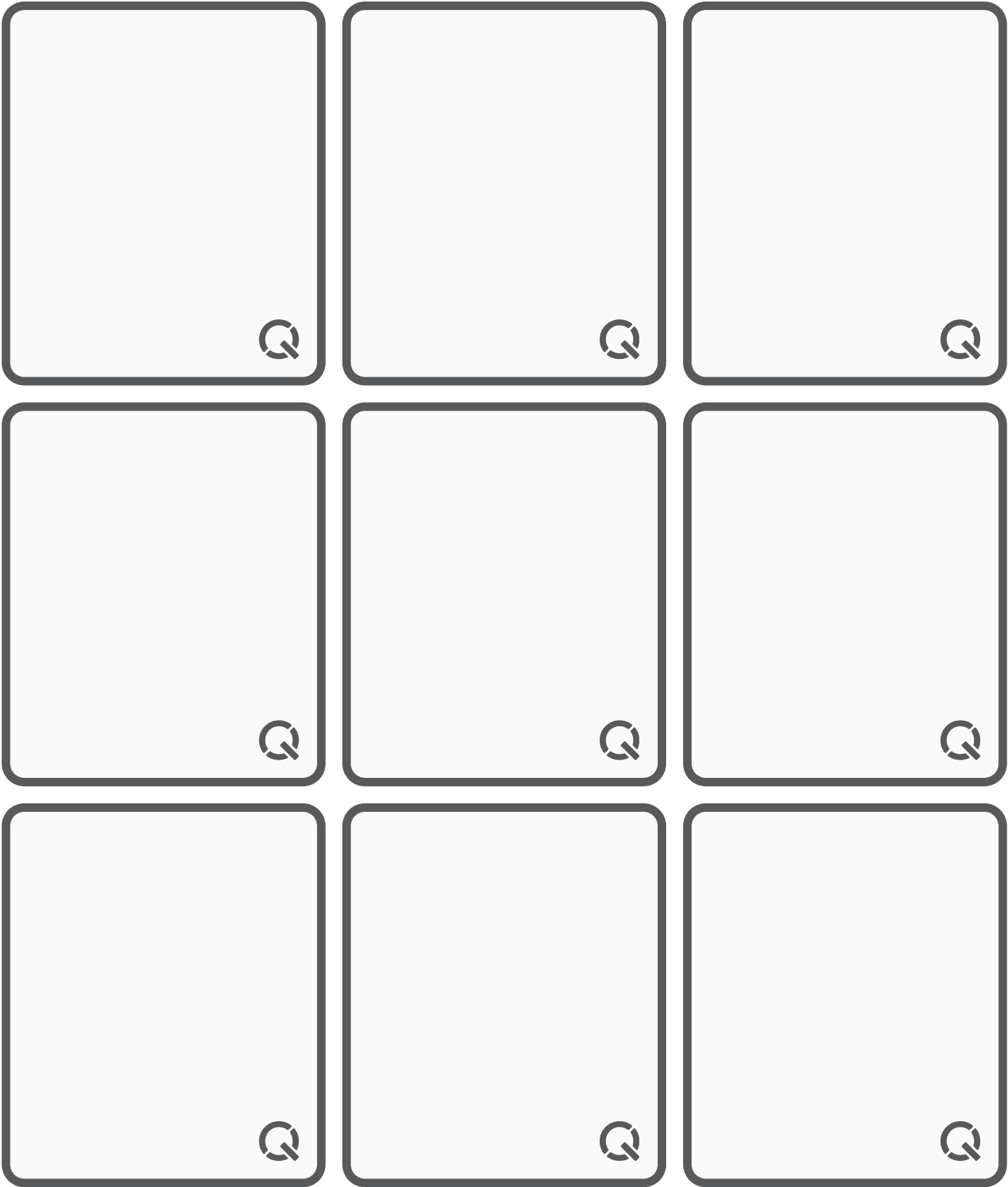


Creare una vision board su qualcosa che si vuole raggiungere quest'anno



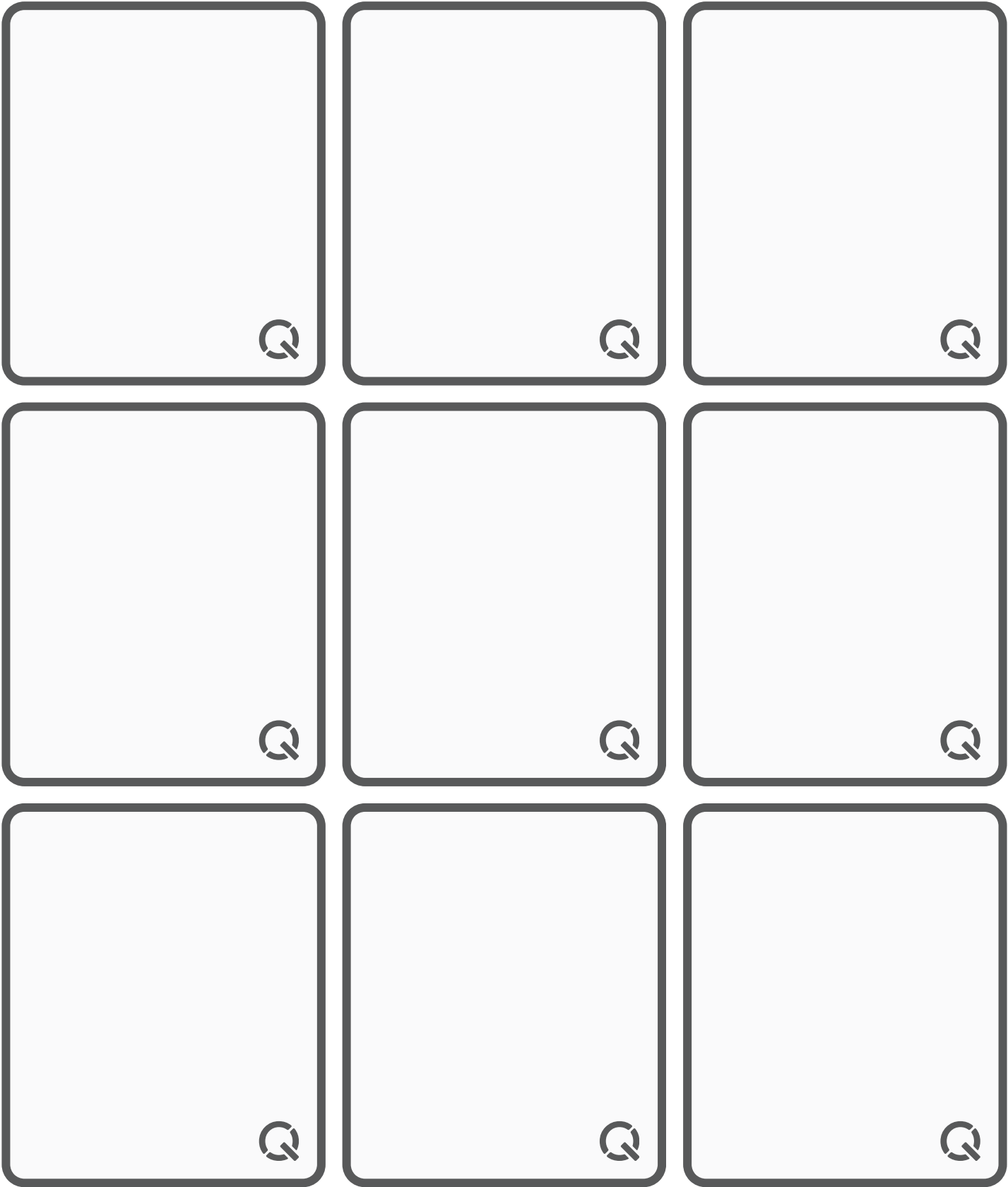
Carte vuote

Stampa la pagina, ritaglia le carte e avrai tante attività subito pronte.



Carte vuote

Stampa la pagina, ritaglia le carte e avrai tante attività subito pronte.



Carte vuote

Stampa la pagina, ritaglia le carte e avrai tante attività subito pronte.

