



**#IORESTOACASA**



**ANDRÀ TUTTO BENE!**

**MA...COSA POSSIAMO FARE A CASA? TANTE BELLE COSE!**

✓CONTINUARE A STUDIARE E A FARE I COMPITI



✓DISEGNARE E COLORARE



✓ASCOLTARE LA MUSICA



✓CUCINARE NUOVE RICETTE



✓AIUTARE A PULIRE LA CASA E METTERE IN ORDINE



✓FARE UN PÒ DI GINNASTICA



✓TELEFONARE, MANDARE MESSAGGI O FARE VIDEOCHIAMATE  
CON FAMILIARI E AMICI



✓FARE GIOCHI DA TAVOLO, GIOCARE A CARTE...



✓GUARDARE DEI FILM INSIEME ALLA PROPRIA FAMIGLIA

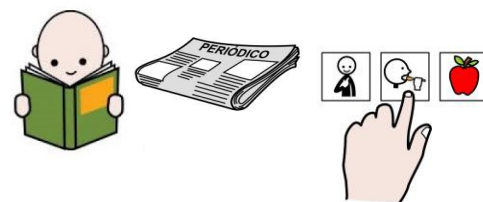




#IORESTOACASA



✓LEGGERE UN LIBRO, IL GIORNALE, UNA RIVISTA...



✓SCRIVERE UN DIARIO



✓ASCOLTARE AUDIOLIBRI

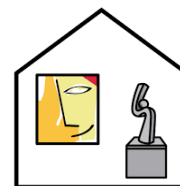
(link 1 : <https://www.raiplayradio.it/articoli/2018/01/Radio3--Ad-alta-voce--tutti-i-romanzi-f91c61a8-0021-40ca-a62f-514b841b558b.html>

link 2 : <http://libroaudio.it/> )



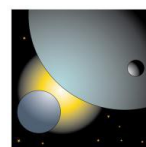
✓VISITARE I MUSEI ONLINE

(link: <https://artslife.com/2020/03/13/collezioni-online-tour-virtuali-dieci-musei-da-visitare-senza-di-casa/>.)



✓VEDERE LO SPAZIO CON UN TELESCOPIO ONLINE

(link: <https://www.google.com/sky/> )



✓ VEDERE VARI POSTI NEL MONDO ONLINE

(link: <https://www.google.it/intl/it/earth/>.)



✓ ASCOLTARE LE RADIO DI TUTTO IL MONDO

(link: <http://radio.garden/live/toulouse/radiopresence/> )



## RESTA IN CONTATTO

CoorDown, coordinamento nazionale associazioni delle persone con sindrome di Down nasce nel 2003, in occasione della prima Giornata Nazionale delle persone con sindrome di Down, con lo scopo di promuovere azioni di comunicazione condivise tra le diverse organizzazioni italiane impegnate nella tutela e nella promozione dei diritti delle persone con sindrome di Down. È l'organismo ufficiale di confronto con tutte le Istituzioni.

### Segreteria Operativa:

Via Alessandro Volta, 19/4 - 16128

Genova

t. +39 010.5705461

fax +39 010.5956693

**Mail:** [segreteria@coordown.it](mailto:segreteria@coordown.it)

**Sito web:** [www.coordown.it](http://www.coordown.it)

**Facebook:** <https://www.facebook.com/coordown/>

**Twitter:** <https://twitter.com/coordown>

**Instagram:** <https://www.instagram.com/coordown/>

