

CATALOGO DELLE PROPOSTE ONLINE “I BIGINI”

Di seguito si elencano le offerte ideate ad hoc o create da altri, divise per target di età e tematiche.

Solidarietà digitale: <https://solidarietadigitale.agid.gov.it/>

È l’iniziativa del Ministro per l’Innovazione tecnologica e la Digitalizzazione, con supporto tecnico dell’Agenzia per l’Italia Digitale, per ridurre l’impatto sociale ed economico del Coronavirus grazie a soluzioni e servizi innovativi.

Le iniziative, i servizi e le soluzioni disponibili hanno il comune obiettivo di migliorare la vita delle persone che in questo momento si vedono costrette a cambiare le loro abitudini permettendo di:

- lavorare da remoto, attraverso connettività rapida e gratuita e l’utilizzo di piattaforme di smart working avanzate;
- leggere gratuitamente un giornale anche senza andare in edicola o un libro senza andare in libreria sul proprio smartphone o tablet;
- restare al passo con i percorsi scolastici e di formazione, grazie a piattaforme di e-learning.

Attività famiglie e bambini

a. ATTIVITÀ LABORATORIALI

www.lapappadolce.net mette a disposizione un grande catalogo di attività educative da svolgere coi bambini

www.portalebambini.it raccoglie una serie di lavoretti, storie e disegni da colorare

Nell’ambito del programma di Solidarietà digitale a supporto delle zone rosse promosso dal Governo, Scienza Express mette a disposizione attività ed esperimenti da svolgere a casa con bambini e ragazzi:

<https://scienzaexpress.it/2020/03/solidarieta-digitale/>

a. ATTIVITÀ DI RIELABORAZIONE DELLE EMOZIONI

Coronavirus come stare a fianco dei bambini, i consigli della psicologa di Save the Children: <https://www.savethechildren.it/blog-notizie/coronavirus-come-spiegarlo-ai-bambini-video-info-utili-anche-per-adulti>

Video vari di spiegazione di cos’è il Corona Virus: (da www.savethechildren.it)

Lo psicologo e psicoterapeuta Sergio Stagnitta offre dei consigli su come parlare del virus ai propri figli con qualche suggerimento di film che possono aiutare a comprendere:

<http://emozioni.blogautore.espresso.repubblica.it/2020/03/09/la-psicologia-puo-aiutare-i-cittadini-il-corona-virus-spiegato-ai-miei-figli-adolescenti/>

b. DIDATTICA DIGITALE, VIDEO E ARTICOLI PER STUDIARE DA CASA (DA WWW.SAVETHECHILDREN.IT)

Le scuole in tutta Italia sono chiuse. Dove trovare informazioni aggiornate e pertinenti? Quali piattaforme di didattica digitale sono a nostra disposizione?

Smart Tales: Abbonamento gratuito per tre mesi a Smart Tales, una libreria di libri interattivi e animati creati da educatori che insegnano le materie STEM (Scienze, Tecnologia, Ingegneria e Matematica) a bambini dai 3 ai 6 anni. Il servizio è fruibile tramite app mobile disponibile sulle principali piattaforme.



La Little Genius International eroga GRATUITAMENTE, per la durata dell'obbligo di chiusura scuole, lezioni remote in inglese e italiano a sostegno del diritto di scolarizzazione dei bambini fino a 11 anni.
<https://www.littlegenius.school/e-learning/>

c. ATTIVITÀ LETTURE ANIMATE, TEATRI E SPETTACOLI:

Damatrà- Gli appuntamenti con le Favole al Telefono, tutti completamente gratuiti, sono fissati dalle ore 10.00 alle 12.00 e dalle ore 19.00 alle 21.00. E' necessario però prenotare la propria fiaba potete quindi chiamare da tutta Italia al numero 3474492414 (risponde Damatrà, lun-ven dalle 9.00 alle 17.00).

Ogni giorno una storia virale con Betty e Chicco Colombo <https://www.facebook.com/chicco.colombo>

La biblioteca di Bollate propone letture animate <https://www.facebook.com/Biblioteca-Bollate-349217705285899/>

Fiabe al telefono (L'arcolai): Chiama il numero 349.1884929 e potrai ascoltare una fiaba al telefono. Il martedì e il giovedì dalle 17 alle 19

Attività culturali per i più grandi da fare da soli o in compagnia

a. MUSEI VIRTUALI

Avevi programmato un viaggio o la visita ad un museo ma il Virus ti ha bloccato a casa? Ecco alcuni suggerimenti per soddisfare la tua voglia di arte e cultura:

https://www.didatticarte.it/Blog/?page_id=6832

<https://www.piratinviaggio.it/travel-magazine/i-piu-bei-musei-da-visitare-stando-a-casa-tour-virtuali-e-collezioni-online-22103>

10 musei da visitare stando a casa, con tour virtuali e collezioni online:

1. Pinacoteca di Brera - Milano <https://pinacotecabrera.org/>
2. Galleria degli Uffizi - Firenze <https://www.uffizi.it/mostre-virtuali>
3. Musei Vaticani - Roma <http://www.museivaticani.va/content/museivaticani/it/collezioni/catalogo-online.html>
4. Museo Archeologico - Atene <https://www.namuseum.gr/en/collections/>
5. Prado - Madrid <https://www.museodelprado.es/en/the-collection/art-works>
6. Louvre - Parigi <https://www.louvre.fr/en/visites-en-ligne>
7. British Museum - Londra <https://www.britishmuseum.org/collection>
8. Metropolitan Museum - New York <https://artsandculture.google.com/explore>
9. Hermitage - San Pietroburgo <https://bit.ly/3cJHdnj>
10. National Gallery of art - Washington <https://www.nga.gov/index.html>

b. ARTE IN STREAMING

L'arte in streaming, i documentari più belli su Rai Play: <https://artslife.com/2020/03/10/larte-in-streaming-i-documentari-piu-belli-gratis-su-rai-play/>

c. LETTURA

Il tuo passatempo preferito è la lettura e hai già esaurito la tua scorta di libri?

Il sistema Bibliotecario Milanese ha messo a disposizione oltre 33.300 e-book scaricabili gratuitamente, 991 audiolibri, oltre 120milna file musicali e oltre 7.100 testate italiane e straniere di giornali e riviste! Lo username delle



tessere del SBM è sempre il codice fiscale dell'utente, mentre la password può essere reimpostata inserendo il proprio indirizzo e-mail. <https://milano.biblioteche.it/>

<https://milano.medialibrary.it/home/cover.aspx>

<http://www.digitami.it/home.do>

Rai Play Radio propone una vasta scelta di letture ad alta voce per tutti i gusti:

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

Il comune di Pioltello propone un palinsesto di attività diverse con appuntamenti in diverse fasce orari: letture animate, pillole di buona musica, riflessioni: [https://www.facebook.com/Citt%C3%A0-di-Pioltello-882811721736215/](https://www.facebook.com/Citt%C3%A0-di-Pioltello-882811721736215/#acasaconvoi) #acasaconvoi

Chiara Trevisan legge per voi la pagina giusta per la persona giusta: <https://laettrice-vis-a-vis.com>

Un libro (digitale) gratis per tutti i cittadini che ne faranno richiesta, dalla narrativa alla poesia, dai libri per bambini alla saggistica. Chiunque potrà scegliere un titolo dal sito www.bertonieditore.com, ed inviare una email a j.bertoni@outlook.it con scritto: nome, cognome e titolo scelto. Verrà inviato il libro in formato digitale (pdf o ebook)

Coconino mette online i suoi fumetti contro il Coronavirus: <https://www.fumettologica.it/2020/03/coconino-fumetti-coronavirus/>

Tutti i romanzi letti in questi anni ad "Ad Alta Voce", lo storico programma radiofonico di Rai Radio3 dedicato alla lettura dei grandi classici della letteratura da parte dei grandi attori italiani, è disponibile sul sito dell'emittente culturale del servizio pubblico. Scaricabili gratis in podcast e da ascoltare in streaming: <https://www.raiplayradio.it/articoli/2018/01/Radio3--Ad-alta-voce--tutti-i-romanzi-f91c61a8-0021-40ca-a62f-514b841b558b.html>

"Il Saggiatore" offre gratuitamente ogni 2 giorni la possibilità di scaricare un e-book come ad esempio "La dragunera" di Linda Barbarino da scaricare a questo link: <https://www.ilsaggiatore.com/solidarieta/>

d. CINEMA

Se i film sono la tua passione ecco un elenco di siti dove puoi trovare una vasta gamma di film da vedere:

Fondazione Cineteca Milano: <https://www.cinetecamilano.it/news/scopri-lo-streaming-della-cineteca>

Open Distribuzioni Dal Basso- si può vedere gratuitamente lo streaming di film selezionati da OpenDDB, come se fosse un canale televisivo, a donazione libera invece se si vuole vedere una pellicola in particolare: <https://www.openddb.it/streaming-di-comunita/>

Cinema Beltrade ha aperto un VIMEO dove ha caricato e caricherà le pellicole che ha proiettato negli scorsi mesi -> <https://vimeo.com/user95624454>

Museo Nazionale del Cinema di Torino ha aperto i suoi archivi, trovate le pellicole in streaming qui -> <https://vimeo.com/user23575894>

e. RIVISTE

ALTRECONOMIA regala tre numeri (Marzo, Aprile e Maggio) della rivista online alle lettrici e i lettori attualmente presenti nella "zona rossa". In ogni numero: inchieste, approfondimenti, reportage e interviste per lettori "critici" e indipendenti. Inoltre, il racconto delle "economie solidali" che rispettano i diritti, l'ambiente e il benessere e un'intera sezione dedicata a cultura, scienza



e tempo libero. L'attivazione dell'abbonamento digitale – che permette di accedere al numero “in corso” e a oltre 20 arretrati – è immediata.

A disposizione 50.000 abbonamenti gratuiti per tre mesi ai magazine del Gruppo Mondadori. Il servizio consente la lettura delle riviste in formato digitale. Testate disponibili a scelta tra: CasaFacile, Chi, Donna Moderna, Focus, Focus Junior, Focus Storia, GialloZafferano, Grazia, Icon, Icon Design e Tv Sorrisi e Canzoni

Disponibile per tutti gli utenti che lo desiderano un abbonamento trimestrale gratuito alla rivista settimanale Film Tv. Per sottoscrivere l'abbonamento gratuito è necessario scaricare l'app "Film Tv Rivista" (disponibile sia per iOS che per Android), registrarsi all'interno dell'app e poi riscattare il seguente coupon: FTV3SOLDIG

La rivista italiana di geopolitica Limes offre alcuni articoli gratuiti:

- <https://www.limesonline.com/defender-europe-esercitazione-usa-invasione-russia/117104>
- <https://www.limesonline.com/green-new-deal-europa-commissione/117123>
- <https://www.limesonline.com/emirati-arabi-uniti-globalizzazione-oceano-indiano/116919>
- <https://www.limesonline.com/artico-militarizzazione-jan-mayen-svalbard-russia-norvegia/116458>
- <https://www.limesonline.com/cartaceo/buongiorno-italia>

f. PODCAST

Se invece siete di quelli che hanno bisogno di sentire gente parlare per lavorare, se non volete fissare uno schermo 16 ore al giorno, se volete seguire gli argomenti più disparati e di nicchia, vi consigliamo i podcast

Storie Libere

Spotify

Google Podcast

Radiotopia IN INGLESE

g. CUCINA

Non sai cosa cucinare oggi?

Chiedi allo Chef: <https://www.facebook.com/groups/2761186827322968/>

h. GINNASTICA E BENESSERE FISICO

lezioni di Yoga (contattare Davide di Ripari)

altri link da cercare

i. MUSICA

ASSOCIAZIONE 232 (da verificare)

L'hip hop al servizio dell'educazione.

Lo staff della 232 pubblicherà ogni giorno degli esercizi estratti dai laboratori che realizza quotidianamente. Gli esercizi ti permetteranno di scoprire la scrittura Rap e la cultura Hip Hop, di allenare la mente, di dare sfogo ai tuoi pensieri e all'emozioni. Le nostre attivazioni sono semplici e alla portata di tutt*.

j. CANALI TELEGRAM

Storie al Telefono, promosso da Radio Città Fujiko, per condividere letture ad alta voce. “Condividiamo storie lette ad alta voce e registrate da tante



persone sparse per l'Italia che lavorano nell'ambito della cultura. Precarie e precari che in questo momento, a causa della sospensione di tutte le attività del settore culturale, sono senza lavoro e senza reddito".

(Per mandare la registrazione della propria lettura si può scrivere su Telegram a @vocistoriealtefono. Per ascoltare solamente, invece, basta iscriversi al canale Telegram @storiealtefono)

K. GIOCHI DI SOCIETÀ/DA TAVOLO/DI RUOLO

Qui trovate un po' di escamotage per fare giochi di ruolo e da tavolo in diretta e online coi vostri amici.

WEEKEND LUDICO, per promuovere il gioco casalingo, sta attivando nell'area di Milano l'iniziativa "Just Play", un servizio completamente gratuito di prestito di giochi in scatola per grandi e piccoli, dimostratori online per impararli, e Game Master per giochi di ruolo online! Il tutto nella completa ottemperanza delle normative vigenti. Scrivete alla pagina fb o alla mail weekendludico@gmail.com per scoprire le modalità del servizio o per dare una mano come dimostratore!

Pictionary Online: <https://skribbl.io/>

Gioco di ruolo online: <https://www.blankmediagames.com/>

I. FORMAZIONE E INFORMAZIONE

Per chi vuole sfruttare questo periodo per imparare qualcosa di nuovo

Fino al 31/05/2020 i corsi online del Centro per la Cooperazione Internazionale potranno essere seguiti gratuitamente: <https://elearning.cci.tn.it/>

Il sito pares.it offre dei webinar gratuiti su argomenti di informatica e tecnologia: <http://www.pares.it/webinar/>

Produzioni dal Basso, in collaborazione con Banca Etica e Gruppo Assimoco, lancia #AttiviamoEnergiePositive, un ciclo di formazione e webinar gratuiti. Lo scopo è quello di offrire momenti formazione per il Terzo Settore e per l'impresa sociale e culturale da parte di professionisti qualificati su attiviamoenergiepositive.it: <https://www.pressenza.com/it/2020/03/coronavirus-e-volontariato-digitale-ciclo-di-webinar-gratuiti/>

L'UNESCO ha dato libero accesso alla World Digital Library, la biblioteca digitale più grande al mondo nella quale è possibile consultare foto, libri, documenti e quant'altro provenienti da ben 193 Paesi nel mondo: <https://www.wdl.org/en/>

Servizi psicologici già attivi

Mediterranea + Approdi + Laboratorio Salute Popolare: tutti i giorni dalle 10:30 alle 19:30. È Consigliato un primo contatto via Whatsapp ai seguenti numeri, in modo che i volontari sappiano indirizzarvi al meglio.

Per supporto Psicologico:

- Francesco (Med) 392 89 59 198
- Diego (Approdi) 338 32 45 092

Per informazioni mediche:

- Lab Salute Popolare 351 12 26 865

PRONTO PSY - Covid.19 è un servizio GRATUITO di supporto psicologico TELEFONICO offerto da SIPEM SoS - Lombardia (Associazione di volontariato di Psicologia dell'Emergenza). A CHI SI RIVOLGE: Principalmente ai cittadini che si trovano in isolamento o quarantena domiciliare a seguito dell'emergenza Coronavirus: http://www.forumsolidarieta.it/indice_news_4/news/pronto.aspx



Con l'obiettivo di coniugare la presenza al fianco delle donne che vivono in situazioni di violenza con le ultime disposizioni governative volte contrastare e contenere il diffondersi del virus COVID19, la Casa di Accoglienza delle Donne Maltrattate di Milano garantisce apertura del centro antiviolenza con accoglienza telefonica e gestione delle situazioni di emergenza. Le operatrici di accoglienza rispondono al numero 02 5501 5519



ACLI MILANESI INSIEME SI PUÒ #acilminsiemesipuò #vicinladistanza