

CALENDÁRIO DO ADVENTO





CALENDÁRIO DO ADVENTO

Foi com muito carinho que preparei este presente para vocês.

O calendário do advento surgiu a partir de uma tradição alemã e, com ele, contamos os dias até a chegada do Natal. Tradicionalmente começamos no dia primeiro, mas nada impede que comecemos depois a fazer a nossa contagem regressiva.



Neste, preparei uma atividade especial para cada dia! Geralmente a criança fica muito alegre com cada nova surpresa e vai aprendendo a lidar com a ansiedade, pois o calendário faz com que a criança perceba o tempo de forma mais concreta.

Cada atividade foi pensada para criar momentos de conexão e afeto, de autonomia, para gerar autoconfiança e desenvolvimento de habilidades sócio-emocionais e empatia.

Caso esteja começando após o dia primeiro, escolha quais atividades farão parte do seu calendário. Caso necessário, pode mudar a ordem, para que as mais complexas caiam aos fins de semana.



Para fazer o seu, você pode apenas imprimir as próximas páginas e colocar cada mensagem atrás de cada figura, pode colocar as mensagens em envelopes ou pode escrever tudo a mão e fazer seu calendário de forma artesanal. No site [Tempo Junto](#) encontrei algumas ideias interessantes:



Mensagens em rolinhos, em envelopes ou em papéis dobrados



modpodgerocksblog.com



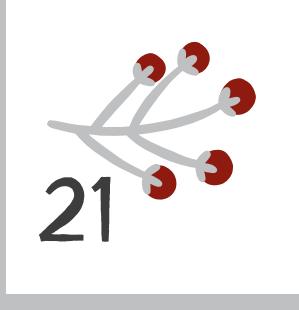
Mensagens em rolinhos ou bexigas.

Como funciona?

A cada dia a criança abre um envelope, pega um rolinho ou estoura um balão e faz a atividade proposta. Também pode ser feito com surpresinhas ou doces, em vez de atividades. A última atividade é feita na véspera de Natal.

A seguir estão as imagens e as ideias que pensei, com carinho, para criar momentos memoráveis! Façam com seus filhos e depois, compartilhem comigo como foi a experiência!

CALENDÁRIO DO ADVENTO



CALENDÁRIO DO ADVENTO

1 Que tal fazer um enfeite de Natal bem bonito para enfeitar sua casa ou sua árvore de Natal?



2 É muito bom quando nos sentimos úteis e colaboramos com as pessoas que amamos, não é mesmo?

3 Então, hoje, vai ser o dia de fazer alguma coisa para ajudar a mamãe, papai, vovó, vovô ou titia. Pode ser colocar a mesa, colocar a roupa suja para lavar, ou fazer o que preferir.*



6 Vamos cantar e dançar ouvindo músicas de Natal!



8 Você já comeu biscoitinhos amanteigados? Pois hoje você vai preparar os seus biscoitinhos!



10 Como você está se sentindo hoje? Faça um desenho para expressar suas emoções.



2 Hoje é dia de brincadeira! Algum adulto que vive com você vai te ensinar uma brincadeira de quando era criança e vocês vão brincar juntos!



4 Hoje é o dia do abraço! Vamos abraçar todos aqueles que amamos e dizer o quanto são importantes para nós!



5 Faça uma lista ou um desenho com suas qualidades, com tudo o que você tem de bom ou com o que você faz bem!



7 Escreva ou desenhe o que você mais gosta na sua família.



9 Realmente nos sentimos muito felizes quando praticamos uma boa ação. Você vai escolher alguém que esteja precisando da sua ajuda e vai fazer um ato de gentileza



11 Assistam, juntos, a um filme de Natal.



CALENDÁRIO DO ADVENTO

12 Escreva cartinhas ou faça lembrancinhas de Natal para as pessoas que você ama.



14 Faça flocos de neve de papel.



16 Tire fotos natalinas.



18 Saia para ver a decoração de Natal.



21 Grave um vídeo juntos, com uma mensagem para vocês mesmos no futuro (daqui a alguns anos vocês poderão assistir).



22 Faça uma lista de desejos com coisas que não se compra.



13 Faça um piquenique. Pode ser no quintal, ou até dentro de casa, ao lado da árvore de Natal.



15 Faça alguém rir e se divertir hoje!



17 Hoje tem mais brincadeira! Você vai ensinar sua mamãe, papai, vovó, vovô ou titia.



19 Faça uma pintura com temas natalinos.



20 Separe roupas ou brinquedos que não usa mais, para fazer outra criança feliz!



23 Peça para mamãe, papai, vovó, vovô ou titia contar uma história de Natal de quando era criança.



24 Escreva ou desenhe o que você mais gosta na sua vida!



Algumas atividades vocês farão juntos, outras, a criança poderá fazer sozinha, mas , a experiência fica melhor, com a sua companhia! Seus filhos, netos ou sobrinhos amam ter você por perto, ter a sua atenção!

Para ajudar em algumas atividades, vou compartilhar algumas receitas e ideias.

Biscoitinhos

1 e 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo
1/3 xícara (chá) de óleo
1 colher (chá) rasa de fermento
5 colheres (sopa) de água
1 pitada de sal
1/2 xícara (chá) açúcar
3 colheres (sopa) cacau em pó, OU 1 colher (chá) de canela em pó, OU 1 colher (chá) de essência de baunilha, OU raspas de laranja OU raspas de limão (atenção: você escolherá de acordo com o sabor que quiser fazer os biscoitinhos).

Misture todos os ingredientes e amasse com as mãos. A massa não pode ficar nem muito grudenta, nem muito seca. Se necessário, acrescente mais farinha, aos poucos. Em uma superfície enfarinhada, abra a massa com um rolo, corte os biscoitos e leve para assar em forno pré aquecido em 180ºC até ficarem dourados por baixo.

Para biscoitinhos amanteigados, acesse [aqui.](#)

Para decoração de Natal e lembrancinhas, tem muitas ideias interessantes e com material acessível. Veja só:



Boneco de neve de meia

<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=dKJKiPXUNp8>



Por aqui fizemos este enfeite usando rolo de papel higiênico, cola e glitter. Apenas cortamos o rolo, colamos da forma desejada, colocamos o glitter e a cordinha para pendurar na árvore.



Enfeites feitos com Amido de Milho

<https://www.instagram.com/reel/Cz9YvYIrfT2/?igshid=YTI4YzE2YTYwMA==>

Mais ideias no site [Tempo Junto](#)



Faça com suas crianças e permita-se divertir-se junto com elas. Não será necessário muito tempo por dia e esses momentos serão memoráveis para todos vocês!

Desejo um feliz Natal e um 2024 em que possam aproveitar cada trecho da sua caminhada, apreciando o belo, com gratidão pelas oportunidades e aprendendo com os desafios. Que seja um ano de bençãos e boas realizações!

Com todo o meu carinho,



Juliana Louvise
Psicóloga
CRP 5ª Região
41124