



Región de Murcia  
Consejería de Mujer, Igualdad,  
LGTBI, Familias y Política Social

Dirección General de Familias  
y Protección de Menores

# BOLETIN INFORMATIVO DE RECURSOS ONLINE PARA FAMILIAS Y MENORES

## "YO ME QUEDO EN CASA"

*(Actualización 27 de Marzo)*

VIDA

GRACIAS





Organizarse en casa y realizar un amplio abanico de actividades divertidas y educativas puede aliviar los efectos que puede ocasionar la cuarentena en niños, adolescentes y los adultos a su cargo. Debemos establecer unos horarios y rutinas que también serán necesarias para hacer el día a día más llevadero. A todas las familias queremos mandar un mensaje de ánimo y un listado de recursos que les puede hacer el tiempo en familia más grato.

PARA VER EL CONTENIDO PINCHA SOBRE LOS ENLACES QUE OS LLEVARÁN A UNA PAGINA WEB.

## 1. RECURSOS EDUCATIVOS:

- DISCAPACIDAD:

- ✓ [Cuentos con pictogramas](#)

- ✓ [Estimulación temprana](#)

Vídeo con ejemplos de ejercicios sencillos para estimular progresivamente a menores de 1 año.

### 1.1. niñ@s infantil: 0 a 6 años.

- ✓ [Etapa infantil](#)



Portal con distintos apartados útiles para los padres y menores.

- ✓ [Enlace a Educlan](#)



Clan lanza EduClan: Herramienta educativa para familias durante el cierre preventivo de los centros escolares, coordinado por el Ministerios de Educación y Formación Profesional con la ayuda de editoriales educativas.



✓ [Yo juego en casa](#)

Esta iniciativa va dirigida a niños y niñas poniendo especial énfasis en aquellos que precisan de **apoyo en el juego** (autismo, asperger, diversidad funcional, etc.) para los que puede ser aún más difícil permanecer en casa y ver alteradas sus rutinas.

### 1.2 Primaria: 6 a 12 años:

✓ [Rompecabezas](#)

✓ [Enlace a ArtAttack](#)

Manualidades para público infantil y juvenil.

✓ [Clip Club TV](#)



Iniciativa de **Unicef** para fomentar la participación de los niños y niñas. Se trata de ir subiendo videos grabados por ellos mismos de forma diaria a este canal. Todas las instrucciones en el enlace.

✓ [Cokitos](#)

Página web tiene juegos destinados a niños de todas las edades.

### 1.3 Secundaria y bachillerato:

✓ [Aprendo en casa](#)

A fin de garantizar el derecho a la educación de todos los estudiantes ante la situación excepcional que vivimos, desde el **Ministerio de Educación y Formación Profesional** se ha creado el portal "**Aprendo en casa**".

✓ [Xataka](#) :

11 proyectos tecnológicos para hacer con tus hijos en casa para combatir el aburrimiento.

✓ [Ecasals](#)



Esta plataforma educativa ofrece más de 3.000 recursos interactivos, más de 14.000 vídeos y más de 60.000 ejercicios autoevaluables para Secundaria y Bachillerato. Además, propone distintas funciones destinadas a facilitar el aprendizaje a distancia.

- ✓ [Enlace a Universitarios contra la pandemia](#)  
Grupo de universitarios que se ofrece a ayudar a estudiantes de primaria y ESO a través de clases online, materiales y recursos.

## 2. CINE:



Haz clic en estos enlaces y podrás disfrutar de series y filmes para toda la familia.

- ✓ [RTVE Radio televisión Española](#)
- ✓ [100 películas de dibujos animados](#)
- ✓ [Enlace a LaLiga Sportstv](#)  
Para todos los usuarios que quieran disfrutar del deporte a la carta de manera gratuita, con contenido de distintos deportes.
- ✓ [Series españolas](#)
- ✓ [100 películas](#)
- ✓ [Enlace a Efilm Murcia](#)  
Servicio de préstamo de películas

## 3. LECTURA:



Pasa un buen rato disfrutando de las mejores lecturas.

- ✓ [Globalastronomiaencasa](#)



Completamente gratuita, la descarga de los números de enero y febrero de esta revista sobre astronomía.

✓ [Enlace a Ebiblio](#)

Servicio de préstamo de libros electrónicos, con enlace a las diferentes comunidades autónomas

- [Enlace a Ebiblio Región de Murcia](#)

✓ [Enlace a la Biblioteca Nacional de España](#)

Acceso a biblioteca digital, hemeroteca y otros recursos.

✓ [Erratanaturae](#)

Descarga gratuita de libros.

✓ [Enlace a WDL](#)

La UNESCO nos ofrece acceso al contenido de la Biblioteca Digital Mundial.

✓ [Enlace a Elejandria](#)

Portal web para descargar libros de manera gratuita de dominio público.

✓ [Libros de lectura fácil](#)

#### 4. TEATRO:

✓ [Enlace a Obras de Teatro Clásico en TVE](#)

#### 5. VISITAS VIRTUALES:

✓ [Viajes virtuales](#)

Esta página permite visitar diversos lugares sin moverte de casa.

✓ [Museos Región de Murcia](#)

Visita virtual al museo de Bellas artes de Murcia.



- ✓ [Museo Nacional Cueva de Altamira](#)  
Museo Nacional y Centro de Investigación de Cuevas de Altamira.
- ✓ [Museo del Prado](#)
- ✓ [Galería Uffizi](#)
- ✓ [Museo del Louvre](#)
- ✓ [Museo Británico](#)
- ✓ [Museo de Ciencia Natural de Japón](#)

## 6. MÚSICA:

- ✓ [Radio Garden](#)

Música y noticias de todo el mundo. En la siguiente web aparecerá un globo terráqueo donde hay millares de puntos verdes. Son emisoras de radio de todo el mundo. Si pulsáis sobre un punto verde podéis oír lo que está transmitiendo la emisora

- ✓ [thenostalgiamachine](#)

Presiona el año que tu quieras y aparecerá la lista de las mejores canciones de aquel año de las que eran tus favoritas.

## 7. CONSEJOS ÚTILES SOBRE INTERNET, REDES SOCIALES Y MENORES:

- ✓ [Recomendaciones buen uso internet](#)  
Recomendaciones para el buen uso de las tecnologías.
- ✓ [Redes sociales y menores](#)  
Recomendaciones para el uso de redes sociales por menores.
- ✓ [Apps control parental](#)  
Aplicaciones para proteger a los menores en internet.



## 8. VIDA SALUDABLE (deporte, alimentación, apoyo psicológico):

- ✓ [Muévete en casa](#)

Programa diario en la 2 de TVE de entrenamiento en casa por Cesc Escolá, entrenador de OT 2020.

- ✓ [Estilos de vida saludables](#)

Enseña a tus hijos a prevenir las lesiones y accidentes en casa, pagina del Ministerio de Sanidad.

- ✓ [Recetas saludables durante el confinamiento](#)

Recetas (de cuarentena) ligeras, saludables y con pocos ingredientes.

\*Recursos de apoyo psicológico:

- ✓ [Monstruo de colores](#)

Para explicarles a los mas peques de casa que es el coronavirus.

- ✓ [Coronavirus-no-es-un-principe-ni-una-princesa](#)

Para explicarles a los mas peques de casa que es el coronavirus.

- ✓ [Consejos psicológicos frente al confinamiento](#)

Decálogo para fomentar el apego en casa durante el confinamiento.

- ✓ [Colegio psicólogos Murcia](#) pautas para afrontar la crisis del COVID-19.

## 9. FORMACIÓN:

- ✓ [Formacarm](#)

Cursos online para toda la familia.



## 10. INICIATIVA Y RECURSOS ESPECÍFICOS DE APOYO EN SITUACIONES DE ESPECIAL VULNERABILIDAD:

- ✓ [Atención al maltrato infantil CARM](#)  
Teléfono del Punto de Atención Especializada a Familia y Menor de la Dirección General de Familias y Protección de Menores. **968 27 32 09**.
- ✓ [Fundación ANAR](#)  
Fundación ANAR, teléfono de ayuda a niñ@s y adolescentes.
- ✓ [Asociación Albores](#)  
Albores de Murcia quiere ayudarte ofreciéndote asesoramiento y acompañamiento en situaciones de crisis. Se trata de un servicio totalmente gratuito. Voluntarios profesionales de Albores de Murcia y de la red APEGA ESPAÑA se ofrecen a ayudarte.

## 11. GUÍA DE RECURSOS PARA FAMILIAS DE LA CARM:

- ✓ [Guía de recursos para familias CARM 2019](#)

En este enlace podrás encontrar publicada una completa guía de recursos para familias publicada por la Consejería de Mujer, Igualdad, LGTBI, Familia y Política Social.

## 12. INFORMACIÓN COVID-19:

- ✓ [Murcia Social](#)  
Preguntas frecuentes sobre las medidas sociales adoptadas frente a la pandemia.



Región de Murcia  
Consejería de Mujer, Igualdad,  
LGTBI, Familias y Política Social

Dirección General de Familias  
y Protección de Menores



- ✓ [Enlace a Murcia Salud](#)



Portal Sanitario de la Región de Murcia, perteneciente a la Consejería de Salud de la Región de Murcia. Información actualizada sobre el COVID-19.

- ✓ [Enlace al Ministerio de Sanidad](#)



Información actualizada sobre la situación del COVID-19 en España

- ✓ [Enlace al Ministerio de Sanidad](#)

Información oficial del Ministerio de Sanidad dirigida a los profesionales sanitarios y la ciudadanía en relación a recomendaciones sanitarias y de salud pública de interés general.

- ✓ [Enlace al Instituto de Salud Carlos III](#)

Guía de información de salud y recursos web de calidad contrastada sobre el COVID-19, perteneciente al Ministerio de Ciencia e Innovación.

**\*Otros documentos frente al coronavirus:**

Crisis sanitaria COVID-19. Madrid: BOE, 2020. **Recopilación de normativa relativa a la crisis sanitaria del COVID-19.** Código electrónico en constante revisión y actualización en:

[BOE biblioteca jurídica.](#)



**Región de Murcia**  
Consejería de Mujer, Igualdad,  
LGTBI, Familias y Política Social  
Dirección General de Familias  
y Protección de Menores

#QuédateEnCasa  
Cuidándose, cuides de todos.