

Desafio de 30 dias

Um desafio em família e para adolescentes. Uma ação por dia.

Em família

Uma ação por dia · Faça de verdade · Compartilhe

Semana 1: Perder o medo, juntos

- | | | |
|--------------|--|--------------------------|
| Dia 1 | Todos juntos, façam à IA a pergunta mais curiosa que vier à cabeça. Que cada um proponha uma. Riam das respostas. | ☐ |
| Dia 2 | Que seu filho pergunte algo que sempre quis saber ("por que o céu é azul?") e a máquina explique na linguagem da idade dele. | ☐ |
| Dia 3 | Peçam uma piada, uma adivinha ou um trava-língua. O riso quebra o gelo melhor do que qualquer coisa. | ☐ |
| Dia 4 | Que cada membro da família peça uma ideia para algo seu (um presente, uma receita, um plano). Compartilhem o que saiu. | ☐ |
| Dia 5 | Inventem juntos um animal impossível e peçam à máquina que o desenhe. Coloquem na geladeira. | ☐ |
| Dia 6 | Perguntem sobre um lugar do mundo que gostariam de visitar e peçam que ela descreva como se já estivessem lá. | ☐ |
| Dia 7 | Parem e olhem para trás. Uma semana usando sem medo. Isso já é mais do que a maioria faz. | ☐ |

Semana 2: Que entre na vida de casa

- | | | |
|---------------|--|--------------------------|
| Dia 8 | Peçam o cardápio da semana e a lista de compras. Que as crianças escolham um dia. | ☐ |
| Dia 9 | Que ela ajude a organizar um programa de fim de semana em família, barato e divertido, pertinho de casa. | ☐ |
| Dia 10 | Que seu filho a use como tutor para algo que está difícil na escola. Você ao lado, sem corrigir. | ☐ |
| Dia 11 | Peçam ideias para um jantar temático ou uma festinha pequena, e escolham uma entre todos. | ☐ |
| Dia 12 | Que ela ajude a escrever juntos uma mensagem bonita para alguém da família que está longe. | ☐ |
| Dia 13 | Resolvam em família uma dúvida ou conserto pequeno de casa, perguntando passo a passo. | ☐ |
| Dia 14 | Escolham a tarefa que mais ajudou nesta semana e decidam transformá-la em hábito. | ☐ |

Semana 3: A semana de criar

Desafio de 30 dias - Em família

- | | | |
|---------------|---|--------------------------|
| Dia 15 | Criem um conto em que o protagonista seja um dos filhos. Leiam naquela noite. | ☐ |
| Dia 16 | Façam uma música sobre a família, o animal de estimação ou uma brincadeira de casa. Cantem juntos. | ☐ |
| Dia 17 | Que cada um crie uma imagem de algo que imagina. Montem uma pequena “galeria” na parede. | ☐ |
| Dia 18 | Criem juntos uma HQ curta com um herói inventado pelas crianças. | ☐ |
| Dia 19 | Que o mais velho da casa crie algo que sempre quis (um poema, um conto, um plano). Que as crianças o vejam criar. | ☐ |
| Dia 20 | Inventem um produto impossível e peçam à máquina o “anúncio” dele. Riam do resultado. | ☐ |
| Dia 21 | Compartilhem uma das criações da semana com um avô, um tio ou um amigo. Aproveitem a expressão no rosto dele. | ☐ |

Semana 4: Um projeto da família

- | | | |
|--------------------|---|--------------------------|
| Dia 22 | Escolham em família um projeto pequeno: um conto ilustrado, um mini-livro de receitas, um álbum do ano, uma música para alguém. | ☐ |
| Dia 23 | Dividam os papéis: quem decide o quê, quem escreve, quem escolhe as imagens. | ☐ |
| Dia 24 a 27 | Cada dia, um tempinho curto para avançar. Que dê para ver crescer aos poucos. | ☐ |
| Dia 28 | Deem a última revisada juntos. Melhorem o que não agrada. | ☐ |
| Dia 29 | Terminem de verdade. Imprimam, guardem ou enviem. Que exista. | ☐ |
| Dia 30 | Celebrem. Mostrem o projeto a alguém e contem como fizeram. Rísquem a última casinha do cartaz. | ☐ |



Escaneie para conhecer os livros na Amazon

freshlab.es/ai-book/reto