

LA SUPERFAMÍLIA



En aquest capítol, la superfamília s'enfronta a un monstre que cada dia ataca a totes les famílies del país: el desordre domèstic.

Us l'heu trobat mai a casa vostra? Com l'heu fet fora?

Qui s'ha encarregat de cada feina? Aquí teniu una graella que us servirà per observar com us repartiu les tasques a casa vostra.

qui fa què?

les feines domèstiques



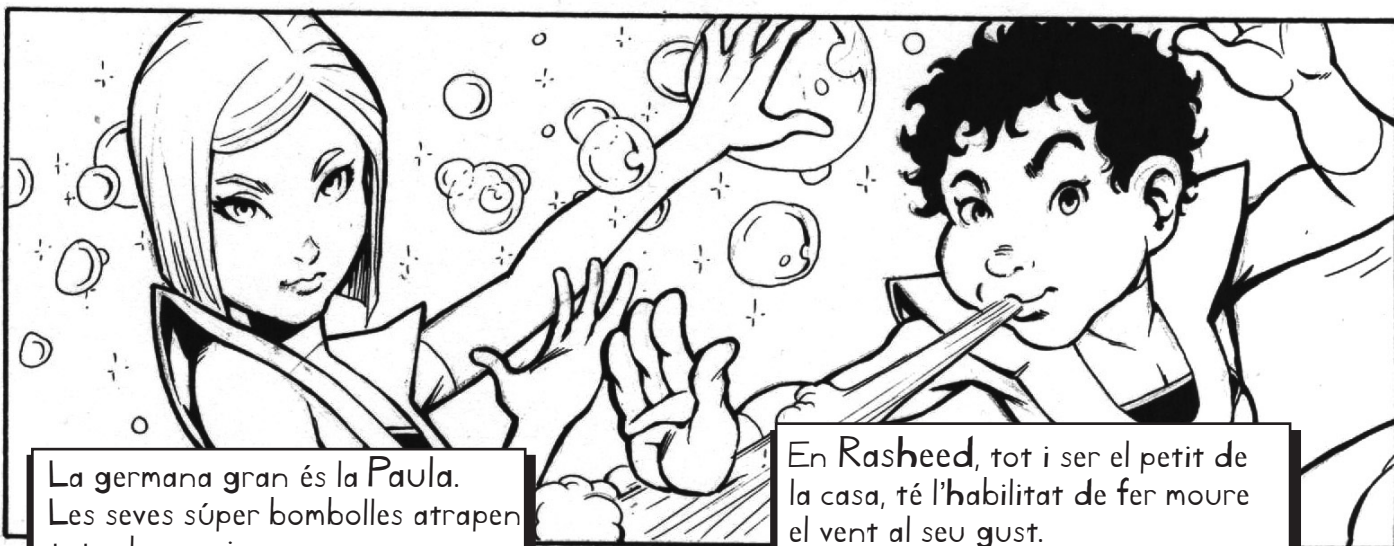
cuinar					
anar a comprar					
rentar els plats					
parar la taula					
rentar la roba					
estendre la roba					
plegar la roba					
planxar					
cosir					
fer el llit					
treure la pols					
escombrar					
fregar					
passar l'aspiradora					
regar les plantes					
arreglar els llums					
penjar un quadre					
arreglar les aixetes					
netejar el cotxe					
conduir					
anar a les reunions de l'escola					
tenir cura dels germans petits					
cuidar els malalts					

La Superfamília és una experta lluitadora contra les injustícies socials.



En Pere és el pare de família. Amb els seus poders controla el foc i la calor.

Aquesta és la mare. L'Olívia és molt manetes i es pot transformar en qualsevol objecte.



La germana gran és la Paula. Les seves súper bombolles atrapen tots els enemics.

En Rasheed, tot i ser el petit de la casa, té l'habilitat de fer moure el vent al seu gust.

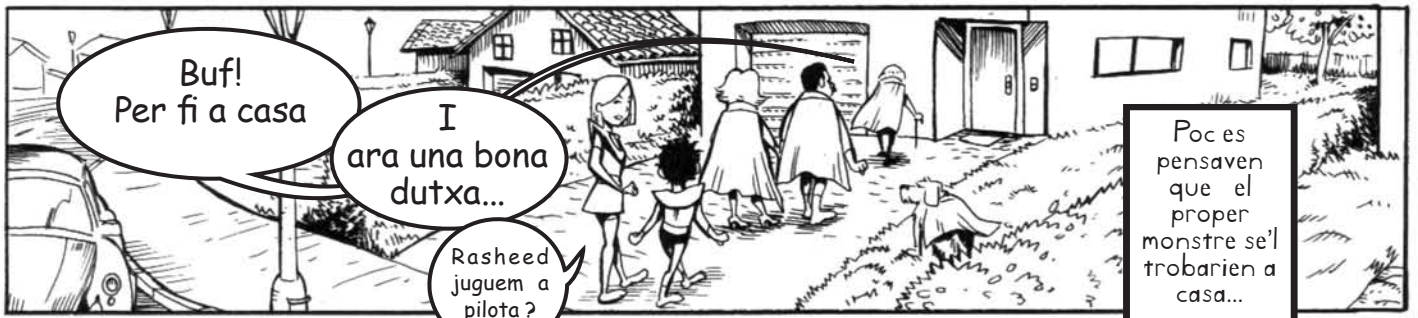


L'avi Anselm ja fa molts anys que persegueix injustícies. Tot ho pot moure amb la seva ment poderosa.

I aquest gosset és el Puces, el fidel i valent vigilant.

La nostra valenta superfamília s'enfronta cada dia a moltes injustícies.





Buf!
Per fi a casa

I
ara una bona
dutxa...

Rasheed
juguem a
pilota?

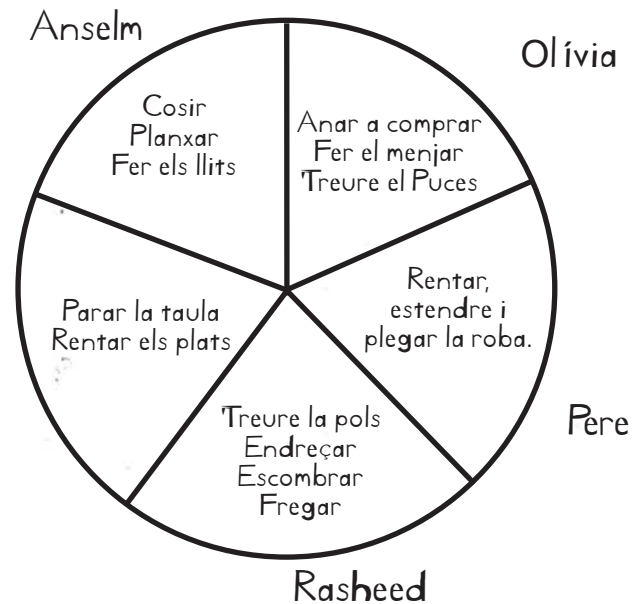
Poc es
pensaven
que el
proper
monstre se'l
trobarien a
casa...



FAMÍLIA!
REUNIÓ
URGENT!

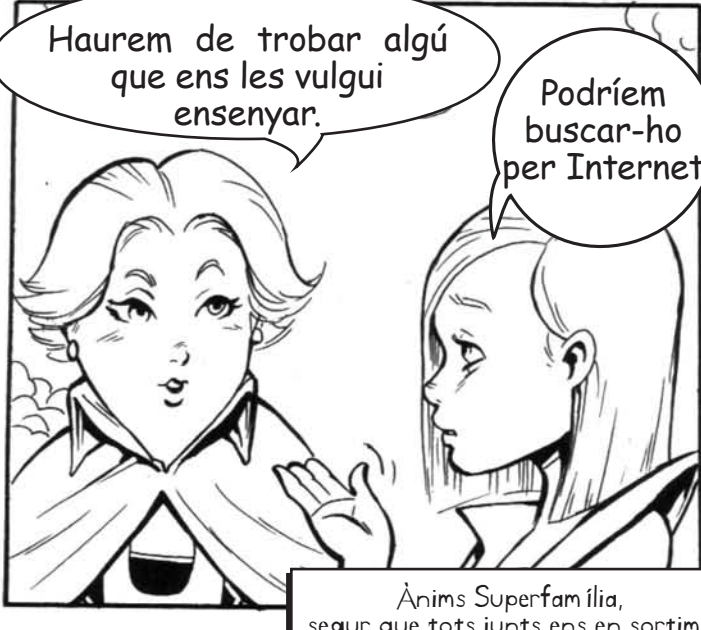
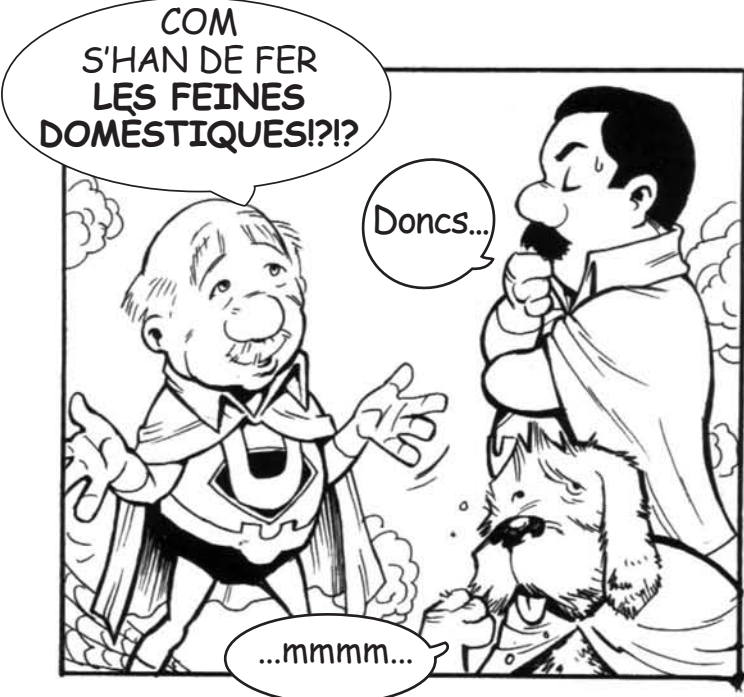


Què us sembla si escrivim les tasques dins una roda i cada setmana anem canviant de responsable?

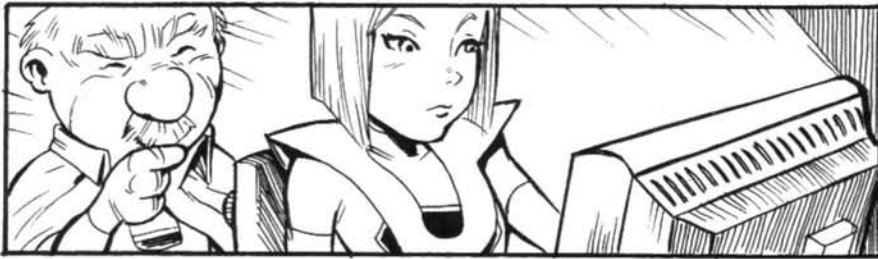








Paula	Anselm	Pere
<ul style="list-style-type: none"> - Fregar el terra - Rentar plats - Netejar la roba 	<ul style="list-style-type: none"> - Anar a comprar - Parar la taula - Cosir un botó 	<ul style="list-style-type: none"> - Planxar - Cuinar - Treure el Puces a passejar
Olívia	Rasheed	Puces
<ul style="list-style-type: none"> - Canviar bombeta - Reparar màquines atrapamonstres - Penjar el quadre 	<ul style="list-style-type: none"> - Estendre i plegar la roba - Eixugar el terra - Escombrar 	<ul style="list-style-type: none"> - Donar un cop de pota

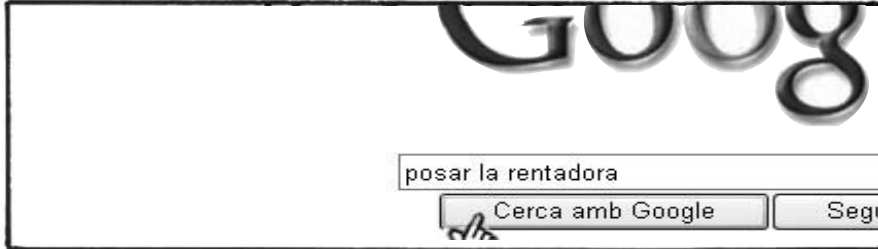


Ànims Superfamília, segur que tots junts ens en sortim!!



Primer hem de fixar-nos amb l'etiqueta per a saber com s'ha de rentar:



-  Rentat a màquina
-  Rentat a màquina roba delicada
-  Rentat a mà
-  No renteu



Hem de mirar la temperatura de rentat i si la peça de roba es pot blanquejar:

Temperatura

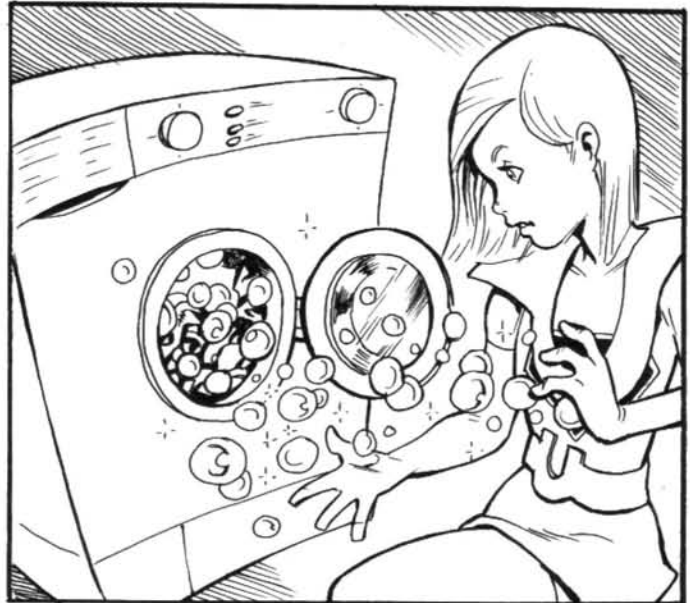
 molt calent  tebi

 calent  fred

Blanquejar




 Quan calgui

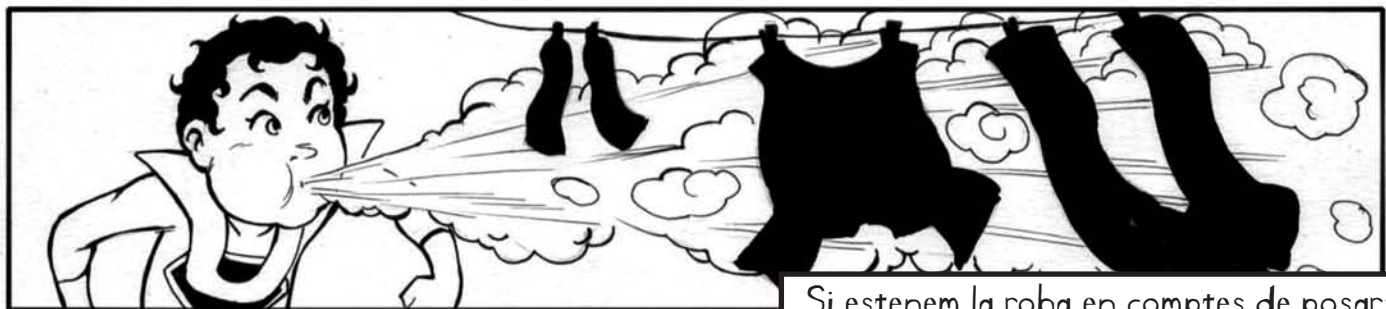
 No blanquegeu



Estendre la roba sense que s'arrugui té els seus trucs:

- Espolseu i esteneu bé cada peça per tal que no s'arrugui.
- Assegureu-vos que les mànigues, els camalls i les butxaques estan estirats.
- Col·loqueu les pinces a les costures per tal que no deixin marques.

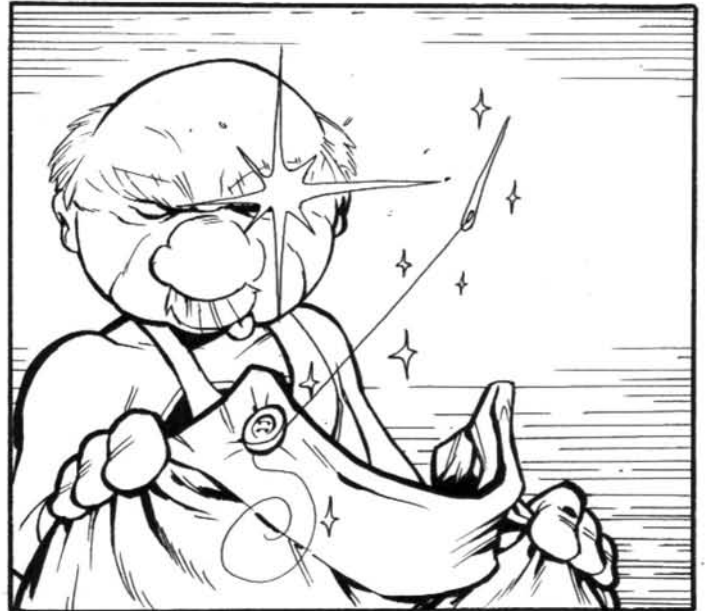
-  Esteneu per a que s'escorri
-  No assequeu a màquina
-  Assequeu a màquina, normal




Si estenem la roba en comptes de posar-la a l'assecadora estalviem energia.

Abans de planxar la roba hem de vigilar que no hi hagi cap estrip o botó caigut


- Enfileu l'agulla i feu un nus en una de les puntes.
- Poseu el botó al lloc on voleu que vagi.
- Comenceu a cosir per l'interior per tal que no es vegi el nus.
- Seguiu un ordre.
- Ataqueu el fil.





Mirem l'etiqueta de la roba abans de planxar

 Planxeu a temperatura alta

 Planxeu a temperatura tèbia

 Planxeu a temperatura baixa

 No planxeu

 Planxeu sense vapor

- Controlem la temperatura de la planxa segons el tipus de roba i comencem per les de menys temperatura.

- Estirem bé la peça de roba per tal que no hi quedin arrugues.

- Camises i samarretes: comencem per les mànigues.

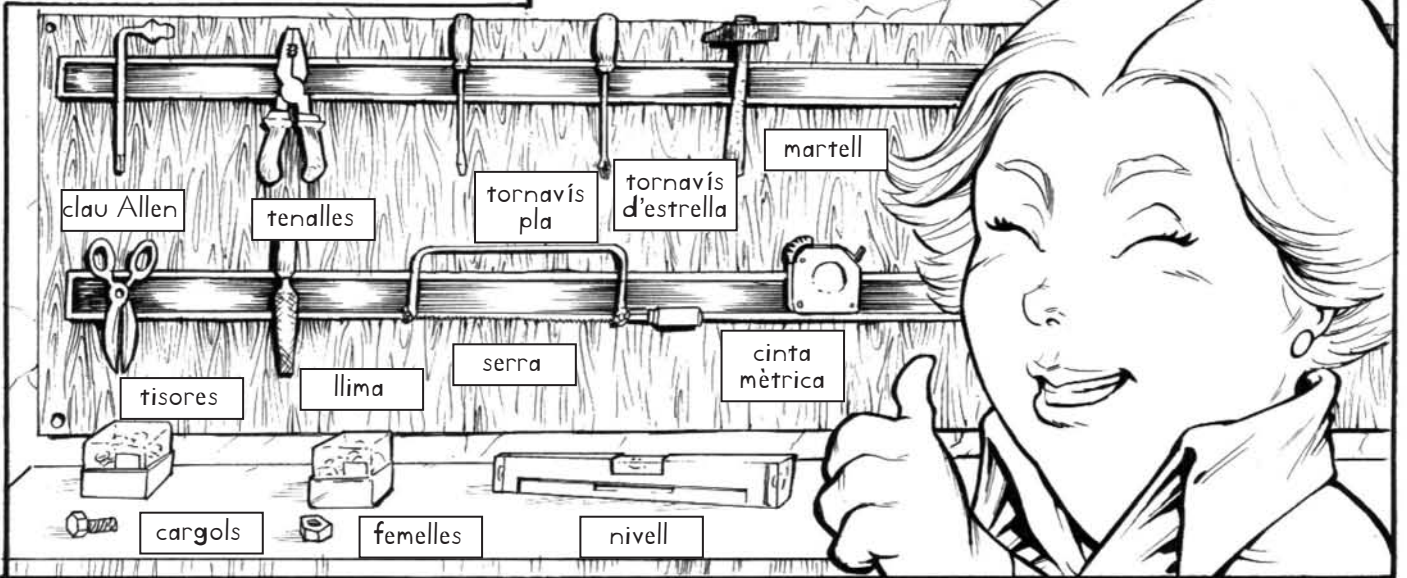
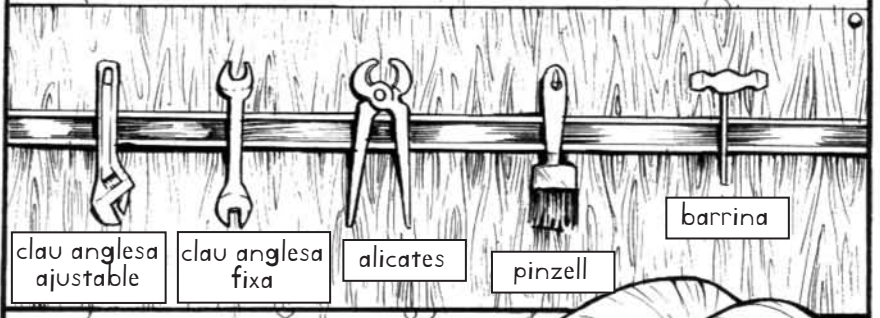
- Roba negra: la planxem del revés per tal que no surtin brillantors.

- Samarretes serigrafades: posem una roba blanca a sobre.

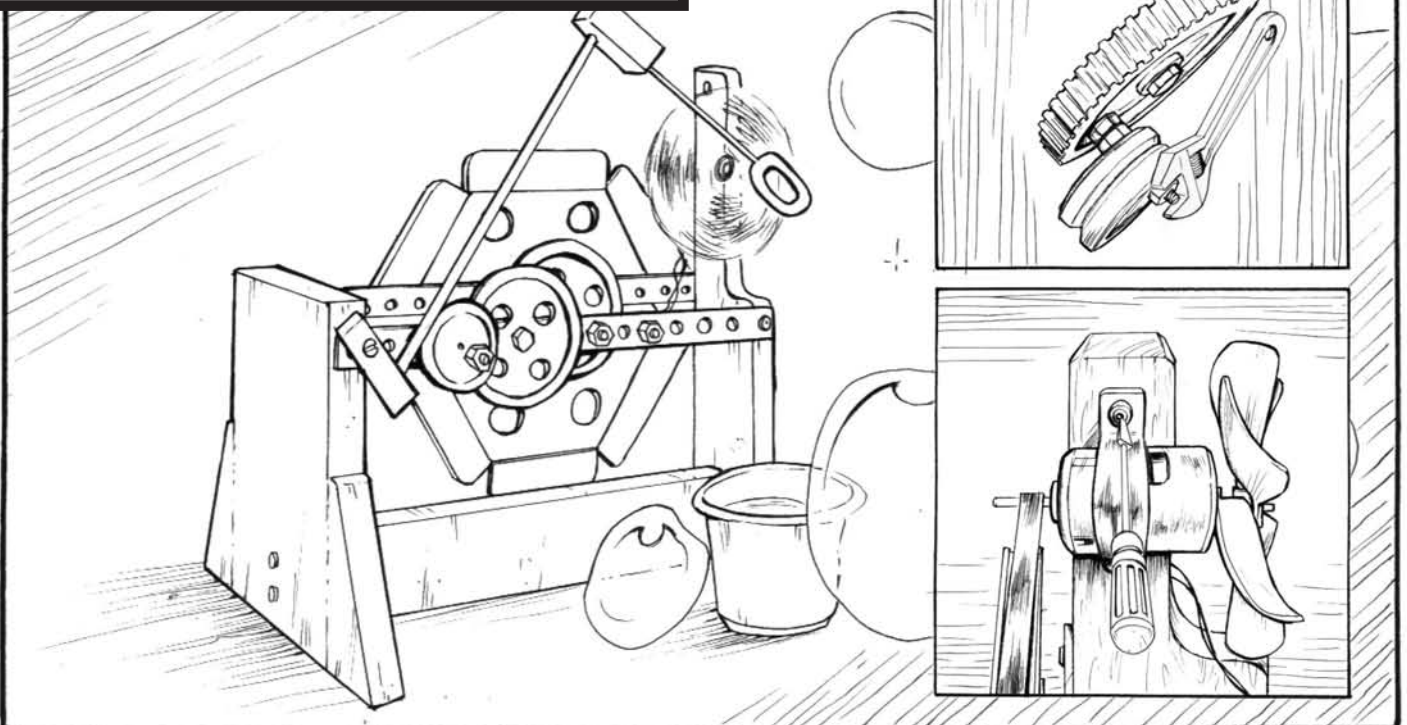
I finalment només ens queda doblegar la roba.

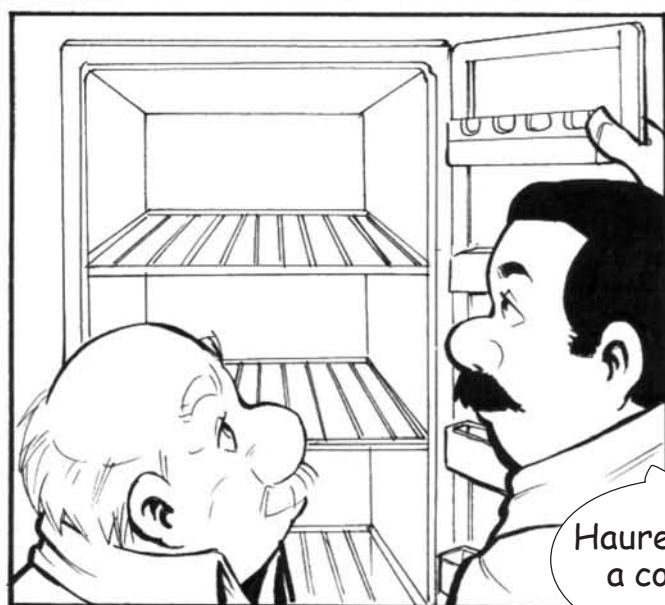


Moltes gràcies... ho faré així.



Arreglem la màquina de caçar monstres ...





Una dieta sana i equilibrada és la clau per guanyar els monstres.

	dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres	dissabte	diumenge
esmorzar	Làctic Hidrats de carboni Fruita	Làctic Hidrats de carboni Fruita	Làctic Hidrats de carboni Fruita	Làctic Hidrats de carboni Fruita	Làctic Hidrats de carboni Fruita	Làctic Hidrats de carboni Fruita	Làctic Hidrats de carboni Fruita
dinar	Verdura	Llegum	Pasta	Arròs	Verdura	Llegum	Arròs
	Carn	Peix	☉u	Carn	Peix	Carn	Peix
	Fruita Fresca	Làctic	Fruita Fresca	Fruita Fresca	Fruita Fresca	Làctic	Fruits secs o en almívar
berenar	Hidrats de carboni Làctic	Hidrats de carboni Làctic	Hidrats de carboni Làctic	Hidrats de carboni Làctic	Hidrats de carboni Làctic	Hidrats de carboni Làctic	Hidrats de carboni Làctic
sopar	Arròs	Verdura	Sopa	Verdura	Sopa	Verdura	Patates
	☉u	Carn	Peix	☉u	Carn	Peix	☉u
	Fruita fresca	Fruita fresca	Làctic	Fruita fresca	Làctic	Fruita fresca	Làctic

Una llista que ens servirà per no deixar-nos res quan anem a comprar:

Alimentació
 Carn - Peix
 Xarcuteria
 Congelats
 Fruita i verdura
 Forn i pastisseria
 Làctics
 Beguda
 Conserves i aperitius
 Neteja de la llar
 Higiene personal
 Mascota

Vaig a comprar!

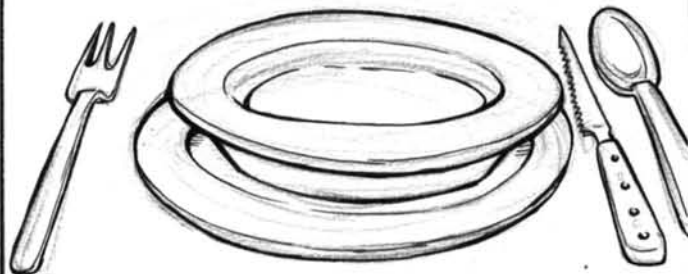


Avi, com es posa el ganivet?

A la taula tot segueix un ordre!



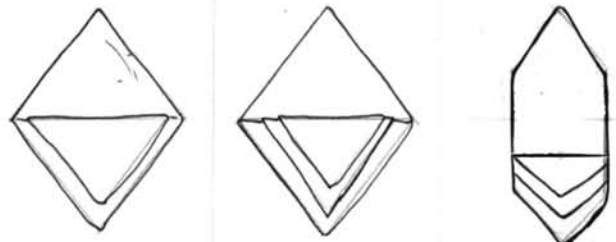
La forquilla s'ha de posar a l'esquerra mirant cap amunt. A la dreta les culleres i els ganivets amb la fulla a l'interior. Tot s'ha d'ordenar segons quan ho farem servir.



La copa de l'aigua es col·loca a l'esquerra i a la dreta la del vi.



El tovalló es col·loca a l'esquerra o sobre el plat amb un dobleg senzill.

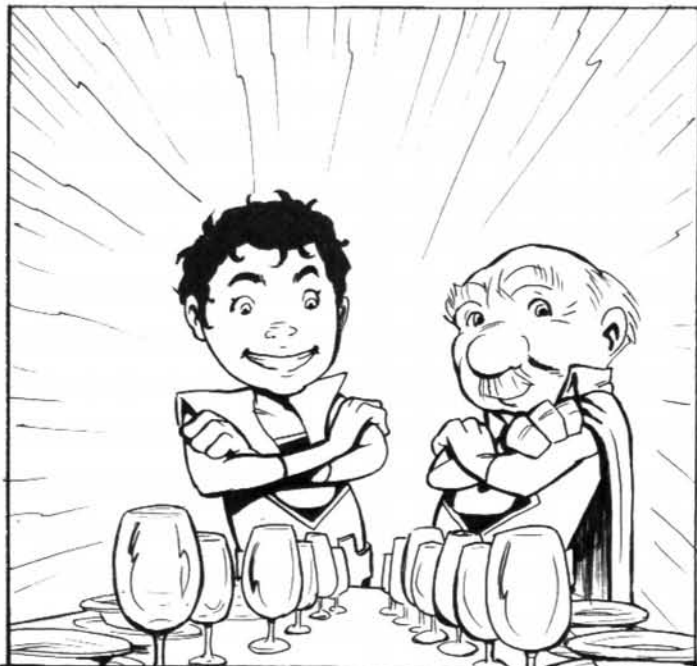


El doblegem en 4 parts i doblegem una de les puntes cap a baix.

Agafem una altra de les puntes i la doblegem cap a baix deixant un espai amb l'altra.

I finalment, posem les puntes dels costats darrere el tovalló.

Mentrestant al menjador...



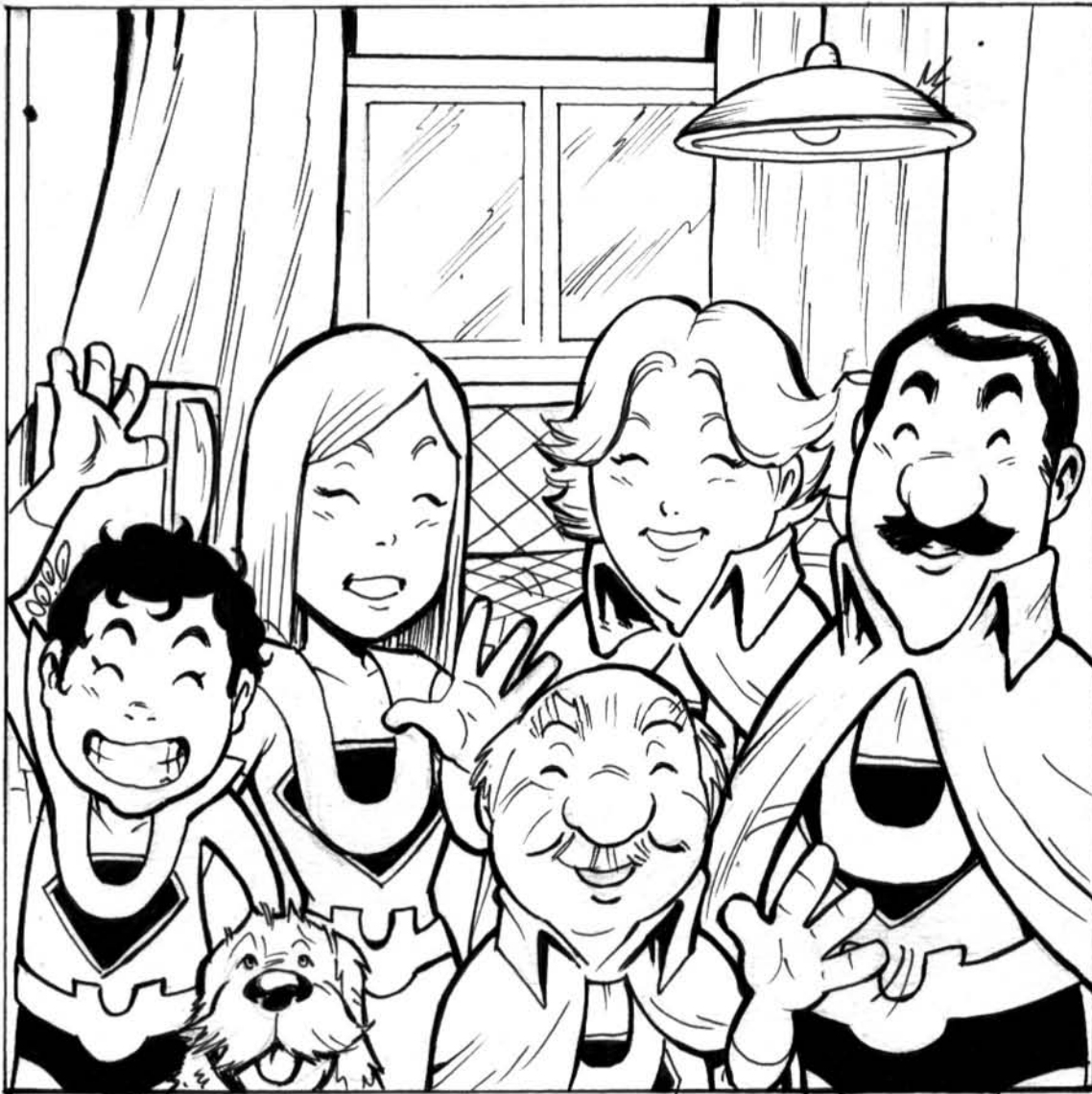
1.- Endreçar

2.- Escombrar i treure la pols



3.- Fregar

Les feines domèstiques són més divertides si les fem entre tots.



Gràcies per la vostra ajuda!!

Nom:

Nom:

Cosir,
planxar i
fer els llits

Anar a
comprar i
cuinar

Parar la taula
i rentar
els plats

Rentar,
estendre i
plegar
la roba.

Nom:

Nom:

Treure la pols,
endreçar,
escombrar i
fregar

Nom:



Abans de marxar, us volem deixar
la nostra roda .
Només cal que escriviu els noms de la
vostra família i que cada setmana aneu
canviant l'ordre.
Així aconseguireu que cap monstre
entri a casa vostra!