



Makikuna

Fundación




¿ABURRID@ EN CASA?

Oferta artística y cultural en cuarentena




QUIENES SOMOS

La Fundación Makikuna presente en el sur del país, acompaña a diferentes comunidades y sus procesos de trabajo comunitario. Como sabes, debemos quedarnos en casa, por eso queremos compartirte ésta guía para que niños, niñas, adolescentes, mujeres y las familias de Putumayo conozcan todas las actividades que pueden hacer durante este tiempo de cuarentena, y a su vez tener a la mano números de emergencia.

Es sencillo de utilizar, solo debes darle clic sobre cada botón de color al lado de cada título() , y allí te llevará a la web que te interesa.

Te invitamos a que lo uses y compartas con tus redes de amigos y amigas.



CONTENIDO

1 Concursos

2 Apps de celular

3 Museos

4 Deporte y Danza

5 Lectura

6 Cocina

7 Manualidades

8 Maravillas del mundo

9 Juegos en casa

Actividades pensadas para convivir en familia, prevenir las violencias y promover entornos de protección en medio de la crisis



CONTENIDO

Educación **10**

Cursos **11**

Teatro **12**

Cine y fotografía **13**

Ambiente **14**

Cultura ancestral **15**

Música y radio **16**

Títeres y dibujo **17**

de emergencia **18**

Haz clic en
cada botón de
color para ver el
contenido virtual.



CONCURSO

(Haz clic en los botones)

Filminuto contra violencia de género (Ptyo)

[Estímulos MinCultura \(Recomendado\)](#)

Concurso cuento y baile (Pto Guzmán)

Concurso Jugando un cuento (Pto Asís)

MinCultura: Mujeres Narran su Territorio

Concurso Filminuto en casa (Mocoa)

La Tierra en tus Manos (Putumayo)

Concurso de poesía femenina

Concurso de cuentos cortos

Concurso Música (Mocoa)

Concurso dominio de balón

Concurso cuento inédito

Concurso Fábula





APPS DE CELULAR

(Haz clic en los botones)



[CoronApp \(Recomendada\)](#)



Eventos virtuales Colombia



Violencia de Género



Protección niñ@s



Orientación Vocacional



Manual para Migrantes



Reunirse con amig@s



Karaoke



Idiomas



Danza



Música



Relajación



Deporte, yoga y danza



Juegos educativos Montessori





MUSEOS

(Haz clic en los botones)

[Banco de la Republica \(Recomendado\)](#)

Museo Nacional de Antropología, México

Juegos del mundo- Museo del oro

Museo de Arte Contemporáneo, Bogotá

Museo Nacional de Colombia, Bogotá

Museo Arqueológico, Atenas

Museo de Louvre, París

Museo Británico

Museo d'Orsay, Paris

Museo de Frida Kahlo

Museo Guggenheim, Bilbao

Museo del Prado de Madrid

Museo de Bellas Artes de Fuji, Tokio



DEPORTE Y DANZA

(Haz clic en los botones)

Banco de contenido-MinCultura

#yoentrenoencasa Indercultura

#yoentrenoencasa MinDeportes

#yoentrenoencasa COI

Rumbaterapia IDRDR

Rutina para niñ@s

Danza en vivo

RTVC

Guía en salud

Ejercicios básicos

Yoga niñ@s (Descarga)

Crossfit profesional (Descarga)

Ejercicio en familia (Descarga)





LECTURA

(Haz clic en los botones)

[MAGUARE \(Cultura y Primera Infancia\)](#)

La hora del Cuento. BIBLIORED

Feria Internacional del Libro

Biblioteca UNESCO

Leo con mi bebe

Fundalectura

Poesía

Literanda

Textos.info

Ganso y Pulpo

Biblioteca CALAS

Libros para niñ@s

Descarga libros

Proyecto Gutemberg





COCINA

(Haz clic en los botones)

Asquerosamente rico



Cocina vegetariana



Cocina saludable



Recetas sencillas



Guía alimentación

saludable (Descarga)



MANUALIDADES

(Haz clic en los botones)

Bisutería y chaquiras (Descarga)



Manualidades fáciles



Instructables



Autodidacta



Reciclaje



Más complejo



Más pequeños



Bisutería adultos



Reciclaje adultos



Ideas en 5 minutos



Para niñ@s (Descarga)



MARAVILLAS DEL MUNDO

(Haz clic en los botones)

7 maravillas modernas

Estación Espacial Internacional

Cristo Redentor, Rio de Janeiro

Templo Kiyomizu-Dera, Kioto

Palacio de Versalles, Francia

Pirámide de Giza, Egipto

Petra, Jordania

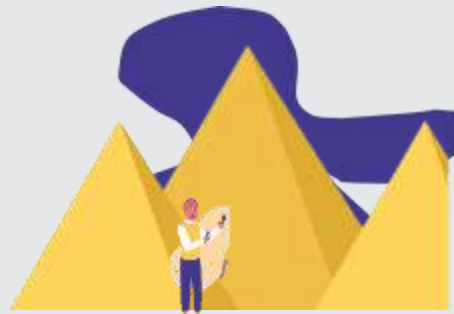
Muralla China

Coliseo, Roma

Taj Mahal, India

Machupichu, Perú

Chichen Itza, México







JUEGOS EN CASA


(Haz clic en los botones)


Pautas para convivir en Casa (ICBF) 


Escuela de influenciadores (UNICEF) 


Juegos en familia 



 Juegos en casa

 Juegos de interior

 Primera infancia

 Con mis hij@s





EDUCACIÓN

(Haz clic en los botones)



[Colombia Aprende \(Recomendado\)](#)

Juegos y retos científicos de MALOKA

Tele-Estudio para docentes

Experimentos preescolar

Planetario de Bogotá

Computación

Experimentos

Red de Educación en Casa

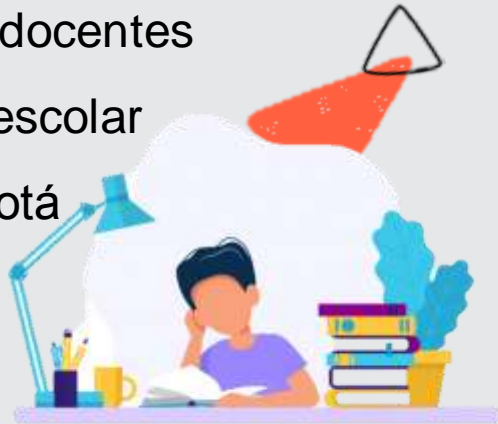
Más pequeñ@s (Descarga)

Refuerzo Escolar (Descarga)

Experimentos primaria (Descarga)

Biblioteca por la emergencia Nacional

Experimentos adolescentes (Descarga)





CURSOS

(Haz clic en los botones)

[DOMESTIKA: Diseño \(Recomendado\)](#)



Universidad Nacional Autónoma México



Centro de capacitaciones ONU mujeres



Aula virtual de Defensoría del Pueblo



Cruz Roja: Cuidados por Covid-19



Curso de ortografía (Descarga)



Curso de Japonés (Descarga)



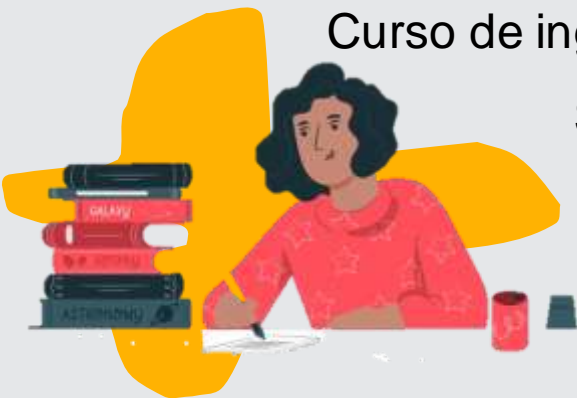
Curso de Kichwa (Descarga)



Curso de ingles (Descarga)



SENA VIRTUAL





TEATRO

(Haz clic en los botones)

[IDARTES #EnCasa \(Recomendado\)](#)

Teatro Mayor Julio Mario Santodomingo

Centro de Arte y Cultura U Tadeo

Ejercicios teatrales (Descarga)

Fundación Gilberto Alzate

Oferta Cultural Argentina

Teatroteca España

Timbre4 Teatro

Teatro Colón

Microteatro





CINE Y FOTOGRAFÍA

(Haz clic en los botones)

[Cine foros: Fundación Makikuna](#)



Cinemateca Bogotá



Zinema Zombie Fest



Retina Latina



 Curso de fotografía (Descarga)

 Fotografía profesional

 Curso de fotografía



AMBIENTE

(Haz clic en los botones)

Foro Social Panamazonico

Talleres de agricultura Jardín Botánico

Libros ecología en casa (Descarga)

Agricultura ecológica (Descarga)

Revistas de protección animal

Hogar verde niñ@s (Descarga)

La tierra en tus manos

Mini Huerto Casero

Ecología en casa

Ecoinventos



CULTURA ANCESTRAL

(Haz clic en los botones)

[Maguaré-Cultura ancestral para niñ@s](#)



Cursos Universidad Sabiduría Ancestral



Artesanías de Colombia para niñ@s



Diccionarios de lenguas indígenas



Aprende Kamentsa



Aprende Kichwa



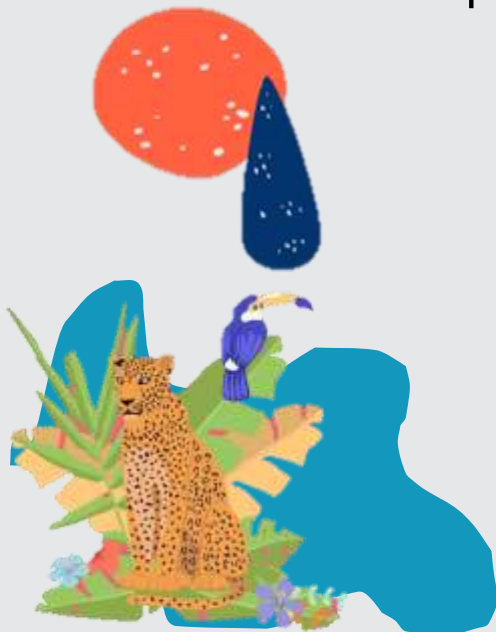
Nuestras Voces



App Kamentsa



App Kichwa





MÚSICA Y RADIO

(Haz clic en los botones)



DIANA URIBE: Divulgación Histórica



Opera Metropolitana de New York



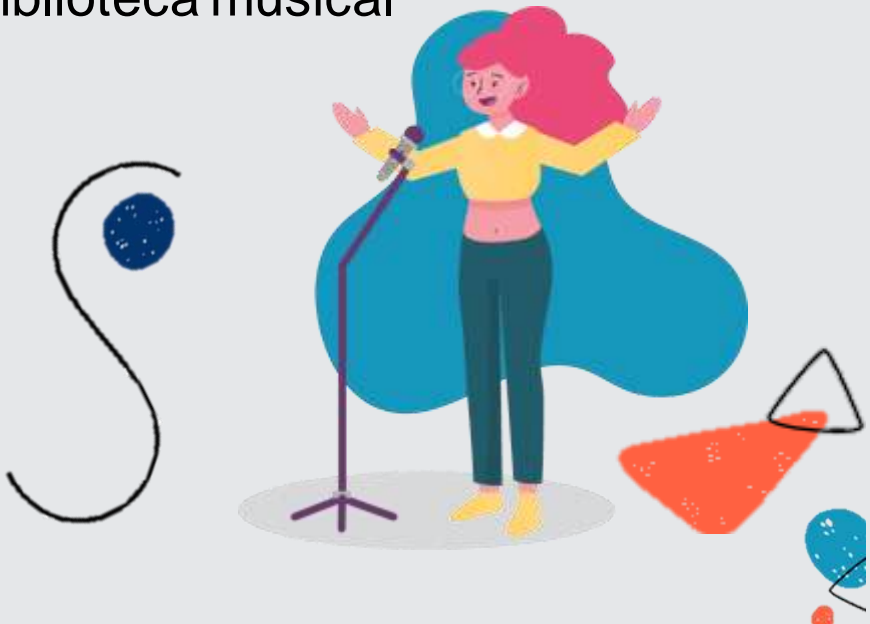
Orquesta Filarmónica de Bogotá



KALIMAN: RADIONOVELA




Biblioteca musical




TITERES Y DIBUJO


(Haz clic en los botones)


[DOMESTIKA \(Arte y diseño\)](#)

Escuela Provincial de Teatro y Títeres 


Títeres resistiendo al coronavirus 

 Títeres en Cuarentena 


Teatro hilos mágicos 


¿Cómo dibujar un rostro? 

 Crea con Plastilina (Descarga) 


35 libros de dibujo (Descarga) 

Construcción de títeres (Descarga) 

Dibujo para niñ@s 

Curso de plastilina 

Retos de Dibujo 

Dibujar fácil 



NÚMEROS EMERGENCIA

Atención psicológica

Orientación sobre el COVID-19	192
Línea salud mental Putumayo	3132426787/3166519083
Orientación en salud mental	192 opción 4
Línea salud mental Mocoa	3204299181

Orientación a mujeres

3212222001	Defensoría del pueblo delegada de género
3186748581	Alianza Tejedoras de Vida del Putumayo
01 8000 110 900	Profamilia - Línea gratuita Nacional
155	Línea Nacional violencia de género
3214922157	Inspección de Policía Putumayo..
315 894 2140	Sisma-orientación psicojurídica
122.	Fiscalía General de la Nación



NÚMEROS EMERGENCIA


Orientación en violencia

Defensoría del pueblo -Putumayo	01 8000 91 48 14
Inspección de Policía Putumayo	3214922157
Línea Atención a Emergencias	123
Fiscalía General de la Nación	122
ICBF Nacional	141
Comisaria de Familia Mocoa	3138327706



Atención a Víctimas y Migrantes Mocoa

3135583099-3223076750	Unidad para las Víctimas..
3208211213	Personería
3223774936	Apoyo a personería
3184453391-4200002	ACNUR





Makikuna

Fundación 



Si deseas tener más información y mantenerte actualizado@ sobre concursos y actividades en Putumayo no dudes en hacer clic en los logos y seguimos en redes sociales

