

# Camp@Home



Rise & Shine Rise & Shine Rise & Shine Rise & Shine

## Rock n Roll Breakfast!

Start your morning with Rock n Roll Breakfast and dance it out together as a Family!  
Head to link below to listen to Camp's Rock n Roll Breakfast mix on Spotify

→ [Camp Spotify Mix](#)



## Family Fun Centers!

- Play a few Camp Games together! Play Spoons with Jo Nisha! You can find a list & instructions here: [Games & Activities](#)
- Spend some time getting artsy! Make a Flipbook with Teen Camper Gracie: [Arts & Crafts](#).

## Lunch Time!

... is a special time! Here are a few ideas to spice up your afternoon:

- Have a picnic! Go outside to eat OR put a blanket down in the living room!
- Build a fort with sheets & chairs & pillows and eat in a cave!
- Challenge yourself by eating only w/ your non-dominant hand
- Let the Kids design your lunch!
- Move around! After 1 minute, you must take your food to another part of the house to eat. Keep going until you finish lunch visit all over the house.



## Rest Period/ Chill Time

- Take a post-lunch rest period.
- Listen to the [Hummingbird story](#), told by Brian Crater
- Complete [Camp Bingo](#), and share on social media, tag @campronaldmcdonald
- Play a card game!
- Follow Counselor guided meditations and practice yoga here: [Mindfulness](#)



## Family Photo

Dress up & take a goofy family photo! Email it to us here so we can post and share on social media [familycamp@rmhsc.org](mailto:familycamp@rmhsc.org)



## Afternoon Activities

- Make [BUTTER](#) with Counselor Rufio!
- [Get physical](#) with Counselor Sport & Family!
- Learn to Make a Gopher's Eye with Teen Camper India [Arts & Crafts](#)
- Learn & Sing some [Camp Songs](#), taught by Camp Volunteers!



## Evening Activities

- Have your own Camp Dance! Check out the [Camp Dance Spotify playlist](#)
- Have a Campfire! Go outside or make a [fake fire](#) in your living room & [tell stories & sing camp songs](#).



# Campamento en Casa



Levántate y Brilla

Levántate y Brilla

Levántate y Brilla

Levántate y Brilla

## Desayuno Rock n Roll !

¡Comience su mañana con el desayuno estilo Rock n Roll y bailen juntos! Dirígete al enlace a continuación para escuchar la mezcla de canciones sobre Spotify

→ [Mezcla de Canciones](#)



## Centros de Diversion para Familias!

- Jueguen algunos juegos del campamento juntos! Juega Cucharas con Jo Nisha! Puede encontrar una lista e instrucciones aquí: [Juegos & Actividades](#)
- Pasa algo de tiempo poniéndote artístico! Aprende hacer un libro animado con campista Gracie: [Actividades de Arte](#)

## Hora de Comer!

... es un momento especial! Aquí hay algunas ideas para su tarde:

- ¡Tener un picnic!
- ¡Salga a comer O ponga una manta en la sala de estar! ¡Construye un fuerte con sábanas, sillas y almohadas y almuerza en una cueva!
- Solo puedes comer con tu mano no dominante
- ¡Deje que los niños diseñen su almuerzo!
- Después de 1 minuto, debe llevar su comida a otra parte de la casa para comer. Continúe hasta que termine el almuerzo y visite toda la casa.



## Período de Descanso!

- Tome un período de descanso después del almuerzo.
- [Escucha el cuento del colibrí, contada](#) por Brian Crater
- Complete un juego de [Bingo](#), y comparta en las redes sociales, @campronaldmcdonald
- ¡Juega un juego de cartas!
- Siga las meditaciones guiadas por los consejeros y practique yoga aquí: [Mindfulness](#)



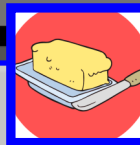
## Fotos de Familia

Vístete y toma una foto familiar divertida! Envíenos un correo electrónico para que podamos publicar y compartir en las redes sociales [familycamp@rmhcs.org](mailto:familycamp@rmhcs.org)



## Actividades de la tarde

- ¡Aprende hacer mantequilla con el consejero Rufio! [Videos de cocina de campamento](#)
- [¡Muévanse](#) con Counselor Sport & Family!
- Aprenda a hacer un ojo de ardilla de tierra con campista India! [Actividades de Arte](#)
- [¡Aprende y canta algunas canciones del campamento](#), enseñadas por voluntarios del campamento!



## Actividades de la Noche

- Ten tu propio baile del Campamento usando la mezcla de canciones [Canciones para el Baile del Campamento](#)
- Tener una fogata! [Salga o haga un fuego de mentira](#) en su sala de estar y [cuenta historias y cante canciones de campamento](#).

