Inspiratiefiche: eventjes naar buiten

10.000 stappen per dag

of gewoon eventjes naar buiten

voor een portie vitamine D,

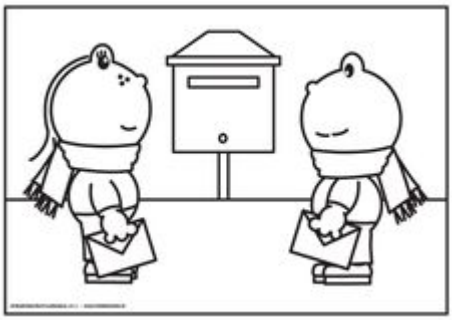
een wandeling is altijd een goed idee!

Om "het toertje rond den blok" een beetje creatief aan te pakken,

vinden jullie hieronder enkele tips:

- neem een emmertje **stoepkrijt** mee zodat de kinderen onderweg boodschappen, pijlen, tekeningen, hinkelpad, ... kunnen achterlaten. Zo hebben de buurkinderen er ook nog plezier aan!

- laat de kinderen op voorhand **tekeningen / brieven** maken, stop ze in enveloppen en laat er huisnummers op plakken. Zo kunnen ze op zoek gaan naar huizen met de correcte huisnummers om de brieven in de juiste brievenbus te stoppen.



- **laat foto's nemen**, bijvoorbeeld van huisnummers, brievenbussen, de knuffels voor het raam, ...

- **ga op berenjacht** en vergeet niet van voor de wandeling een knuffel voor je eigen raam te zetten.

In bijlage zit een tekening die je op voorhand kan kleuren, om dan in de bus te steken bij het huis waar je een beer gespot hebt. Je kan je naam (en eventueel je adres) op je tekening zetten.

Hopelijk hebben de kinderen voldoende tekeningen gekleurd, want er zijn wel wat mensen die met deze actie meedoen. ;)

- speel het spelletje **"ik zie wat jij niet ziet"**

- doe alsof de grond lava is en je moet huppelen om er aan te ontsnappen. Stilstaan is verboden!

- zet 10 stappen en 10 achteruit, weer 10 vooruit, ...

- neem een buggy met een pop / knuffel, ... mee

- zorg ervoor dat je step er tip-top uitziet: stickers, lintjes, vlaggetjes, ...

- **zwaai als je mensen voor het raam ziet zitten**, de kans dat ze terugzwaaien is zeer groot!

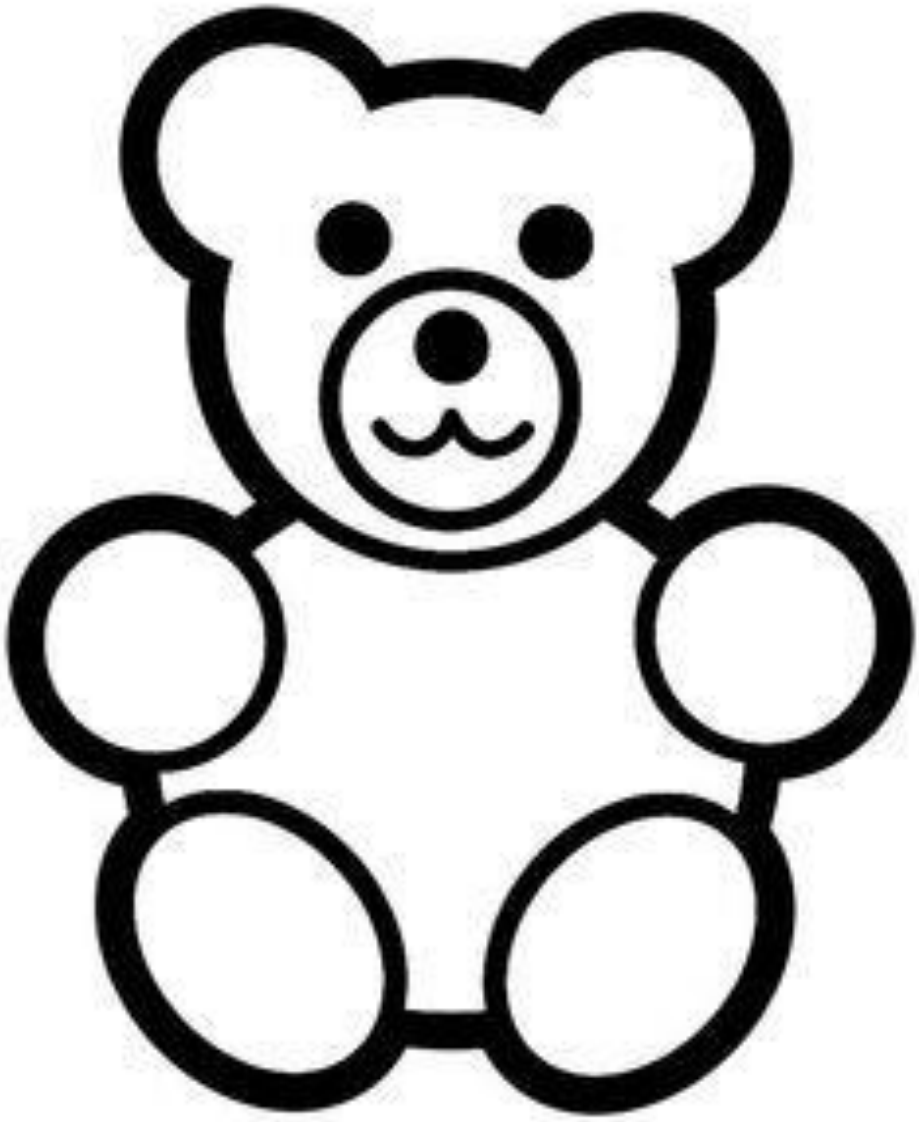
- neem een zak mee, doe (werk)handschoenen aan en **verzamel zwerfvuil**, eventueel met behulp van een grijptang / afvalgrijper

- zet thuis voor de wandeling al alles klaar om wat er na de wandeling volgt, bijvoorbeeld een vieruurtje klaarmaken en opeten, iets knutselen, een gezelschapsspel spelen, ...

Denk eraan van tijdens het wandelen voldoende afstand te houden en als je terug thuis bent... **handen wassen!**

vendor TOILETHYGIENE | smart solutions happy people

Geniet van de buitenlucht, zorg voor elkaar en blijf gezond!



Ik heb je knuffel gezien!!!

Tof dat jullie meedoen met de berenjacht!

Een "beredikke" knuffel vanwege

.....