

16+!

Woensdag
15 april



VOORGERECHTEN

Sport & beweging: TikTok-sporters	8u – 9u
Schooltijd	9u – 10u
Warm hart actie: babbelbuddy	10u – 11u
Schooltijd	11u – 12u
Lunchpauze	12u – 13u

HOOFDGERECHTEN

Schooltijd	13u – 14u
Bib aan zet: poetryslam	14u – 15u
Cultuuruur: inspirerende TED-talks	15u – 16u
Spel: BFF memory	16u – 17u
Schooltijd	17u – 18u
Avondeten	18u – 19u

DESSERTS

DIY terrarium



Veel plezier!

EXTRA UITLEG!



SPORT & BEWEGING

We weten allemaal dat je via TikTok bijzonder creatief uit de hoek kan komen maar de moves van deze personen moet je gewoonweg onder de knie hebben! @larrayeee, @addisonre, @thexhen, @yodelinghaley, @31status, @enkyboys
Bekende sporters: @0umii (Remco Evenepoel), @ninaxderwael, @romelulukaku_

SCHOOLTijd

Gebruik deze tijd om te werken aan taken die je kreeg van school. Kreeg je geen taken? Herhaal dan zeker de leerstof die je het laatst zag in de les en maak oefeningen opnieuw.

WARM HART ACTIE

Een babbelbuddy is een jongere die bereid is om online te videochatten of bellen met een andere jongere. De gesprekken gaan over onderwerpen die jullie beiden interesseren.

► Surf naar:

tumult.be/babbelbuddys?fbclid=IwAR36a7Y7trfwXOscAsojF3VlrbwAhfLwdRuxlKof_u dFhaAEGBfuhqE-XIA

BIB AAN ZET

Een poetryslam is een moderne voordracht van poëzie. Slamdichters of 'slammers' presenteren hun gedichten tijdens een poetryslam aan echt publiek op een podium. Bij het slamdichten maakt de dichter gebruik van intonatie, ritme en lichaamstaal.

BK Poetryslam: ► Surf naar: beslam.be/

Krachtige poetry slam van Marshall David Jones:

► Surf naar: www.youtube.com/watch?v=GAX845QaOck

Liever zelf aan de slag gaan?

► Surf naar: www.youtube.com/watch?v=9f8VcV8v2LE

CULTUURUUR

Een TED-talk is geen gewone saaie presentatie, maar een sprankelend en inspirerend betoog. Sprekers worden uitgenodigd om in maximaal 18 minuten "de presentatie van hun leven" te geven over hun gebied van expertise over een bepaald project, of iets waarvan zij vinden dat het een idee is dat verspreid moet worden.

► Surf naar: www.ted.com/talks?language=nl



Veel plezier!

EXTRA UITLEG!



SPEL

Maak je eigen memory met de profielfoto's van je vrienden. Print ze uit op dik papier of lamineer ze, zo gaan ze extra lang mee!

DIY TERRARIUM

1. Benodigdheden:

- Een perfect schone fles die goed kan worden afgesloten met een stop van glas, kurk of metaal
- Kleine steentjes, keien, grind of decoratiestenen voor planten
- Actieve koolstof (in de dierenpeciaalzaak bij aquariumbenodigdheden) of verbrokkelde houtskool
- Potgrond voor kamerplanten
- Een vel mos
- Mini plantjes, bij voorkeur soorten die van een vochtige omgeving houden en goed gedijen bij een temperatuur tussen 16 en 25°C
- Eventueel een trechter, kunststof buis, schepje en vork (bv. wegwerpbestek)

2. Spoel de grind, steentjes of keien schoon onder stromend water, laat goed uitlekken en helemaal drogen. Doe een laag steentjes van ± 3 cm dik op de bodem van de fles. Dit is de drainagelaag die voorkomt dat de planten met hun wortels in het water staan. Om de binnenkant van de fles schoon te houden, kun je een buis tot op de bodem zetten en de steentjes daardoor naar beneden laten glijden.

3. Leg in het midden van de drainagelaag een cirkel van koolstof of houtskool. Die houdt de grond schoon en de planten gezond.

4. Breng daarna een dikke laag (± 5 cm) potgrond. Gebruik daarvoor ook de buis of doe het met je handen als de hals van de fles groot genoeg is.

5. Haal de mini plantjes uit de plastic potjes en schud er voorzichtig de droge, losse aarde af. Zet de plantjes in de laag potgrond in de fles. Begin met het kleinste plantje en eindig met het grootste. Duw de aarde rondom goed aan.

6. Leg tot slot een laagje mos op de potgrond rond de plantjes en giet wat regenwater in de fles.

7. Zet de fles op de gekozen plek en laat ze minstens een week open staan. Leg daarna de stop gedurende een week half op de flesopening. Sluit daarna de fles. Vormt er zich te veel condens, dan kun je de fles af en toe een dagje openzetten. Na verloop van tijd zal dat niet meer nodig zijn.

N

Veel plezier!

