

16+!

Dinsdag
21 april



VOORGERECHTEN

Sport en beweging: Home workout

8u – 9u

Schooltijd

9u – 10u

Crea: Diy schoenen

10u – 11u

Schooltijd

11u – 12u

Lunchpauze

12u – 13u

HOOFDGERECHTEN

Bib aan zet: Boek vs. Film

13u – 14u

Schooltijd

14u – 15u

Huishulp: Grote wasjes, kleine wasjes

15u – 16u

Schooltijd

16u – 17u

Cultuur: Our Planet

17u – 18u

Avondeten

18u – 19u

DESSERTS

Geniet van de avondzon



Veel plezier!

EXTRA UITLEG!



HOME WORKOUT

Wist je dat je thuis perfect een workout kan doen, en de fitness helemaal niet nodig hebt. Youtube staat vol met workout filmpjes.

Kies er eentje en doe het gewoon na. Train bijvoorbeeld je bovenlichaam met deze video: <https://www.youtube.com/watch?v=R9R4Wg0jNv4>

SCHOOLTijd

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

DIY SCHOENEN

Haal je oude schoenen uit de kast en pimp ze! Poets ze even op, haal je verf of stiften boven en start. Wees creatief. Voor inspiratie kan je altijd op Pinterest terecht.

BOEK VS. FILM

Wist je dat veel van jouw favoriete films oorspronkelijk een boek zijn? Lees eens het boek en kijk daarna de film. Is het verfilmd zoals jij het je had voorgesteld?

Voorbeelden zijn: Lord of the Rings, To all the boys I've loved before, Letter for the king (Brief voor de Koning van Tonke Dragt).

GROTE WASJES, KLEINE WASJES

Help je ouders met de afwas, en doe dit op dit onderstaande liedje.

Maakt het afwassen stukken leuker!

Surf naar: www.youtube.com/watch?v=siDquoUQ5Rw

OUR PLANET

Ontspan even, maar leer. Kijk op Netflix naar de docuserie 'Our Planet'.

Deze documentaire gaat over wat er leeft op onze planeet, en wat er niet meer leeft door de veranderingen van het klimaat.

GENIET VAN DE AVONDZON

Ook al is het nog maar lente, de zon schijnt tot 's avonds. Ga na het eten nog gezellig buiten zitten met je gezin, en geniet!



Veel plezier!