

MEHA bijzondere doe tips



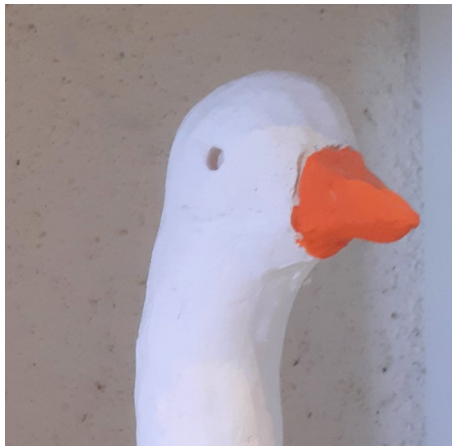
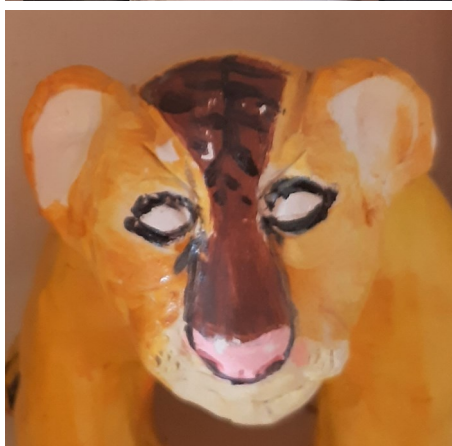
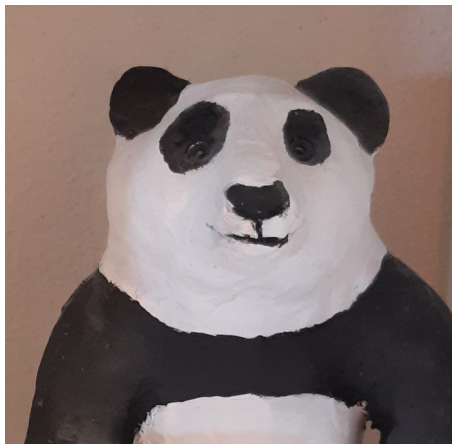
Tip: liedjes
op verzoek
en dansen
maar !

**In dit boekje vind je leuke tips om in je
vrije tijd te doen, alleen of in groep.**

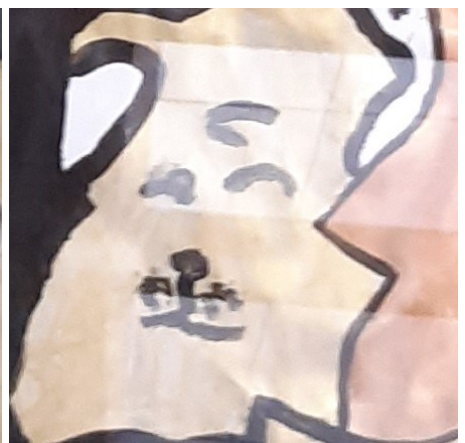
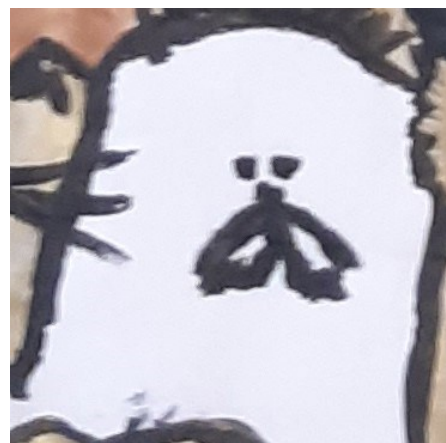
Geniet er van !

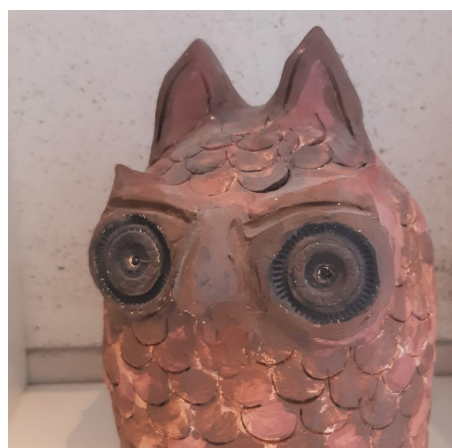
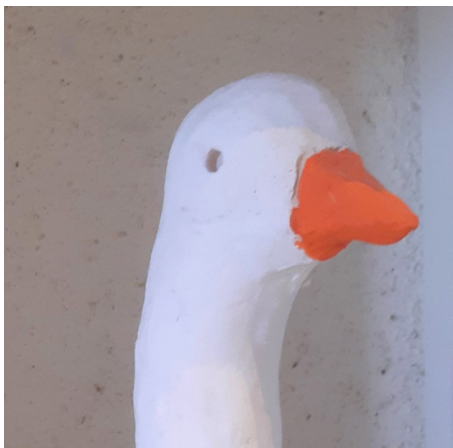
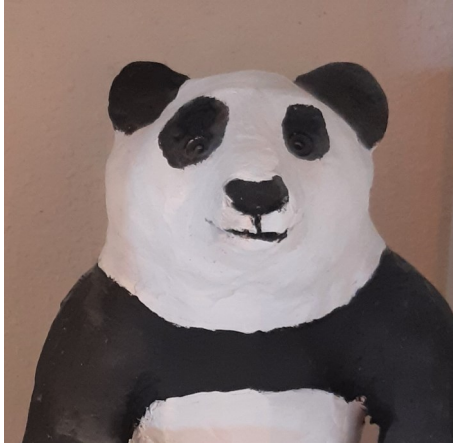
In Havenzate hebben we heel wat mensen die graag knutselen.

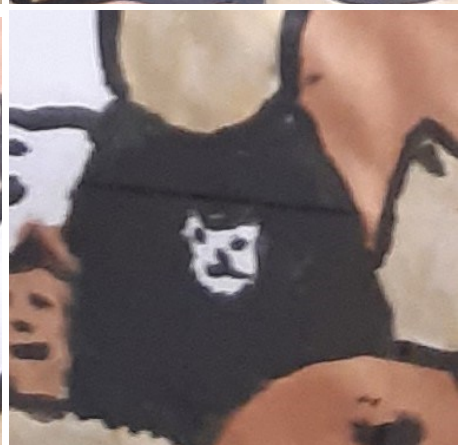
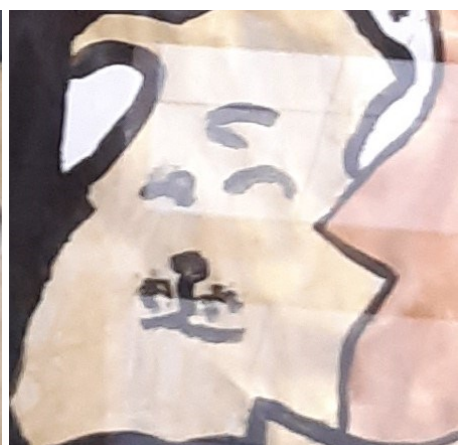
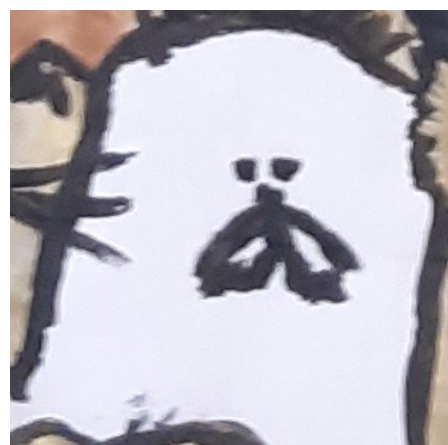
Kurt maakte diertjes in klei, Evelien maakte een schilderij met hondjes en poesjes.



Speel jij mee memory ? Druk de blaadjes af. Knip de aparte hokjes met dieren.
Leg omgekeerd op tafel. Elk neemt er om beurt 2. Dezelfde ? Dan mag je ze houden.
Andere ? Leg omgekeerd terug op tafel en iemand anders mag proberen.





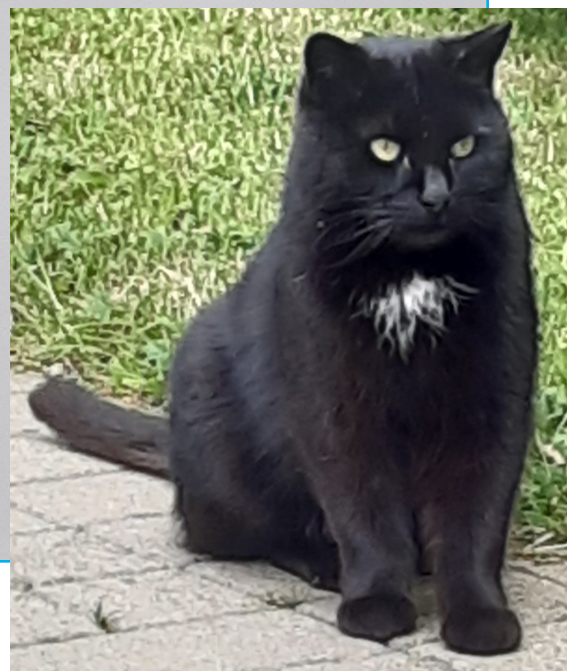
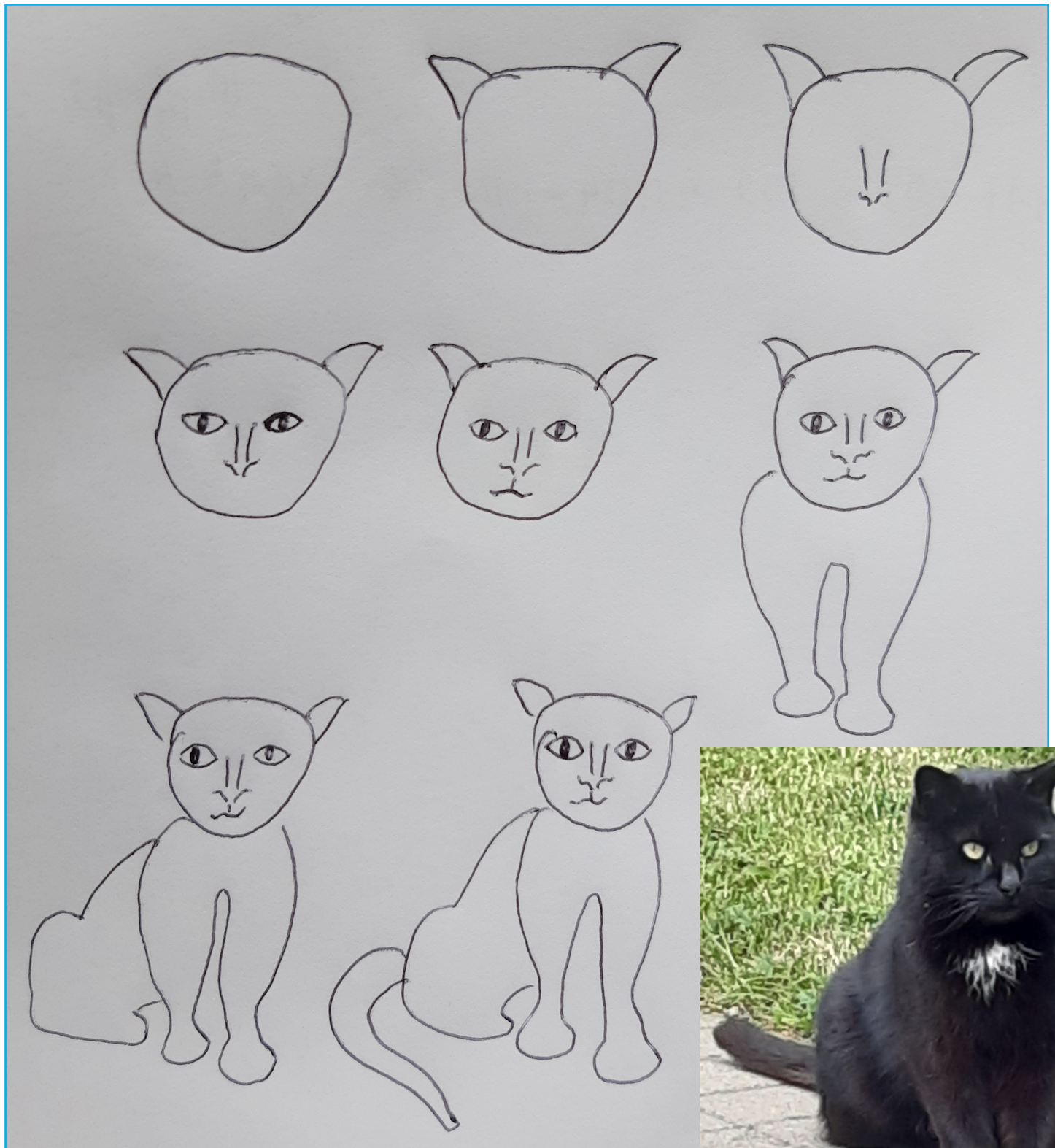


In en rond Havenzate zijn er veel dieren.

Ze poseren graag voor de foto.



Teken jij de poes na ? Stap voor stap ...

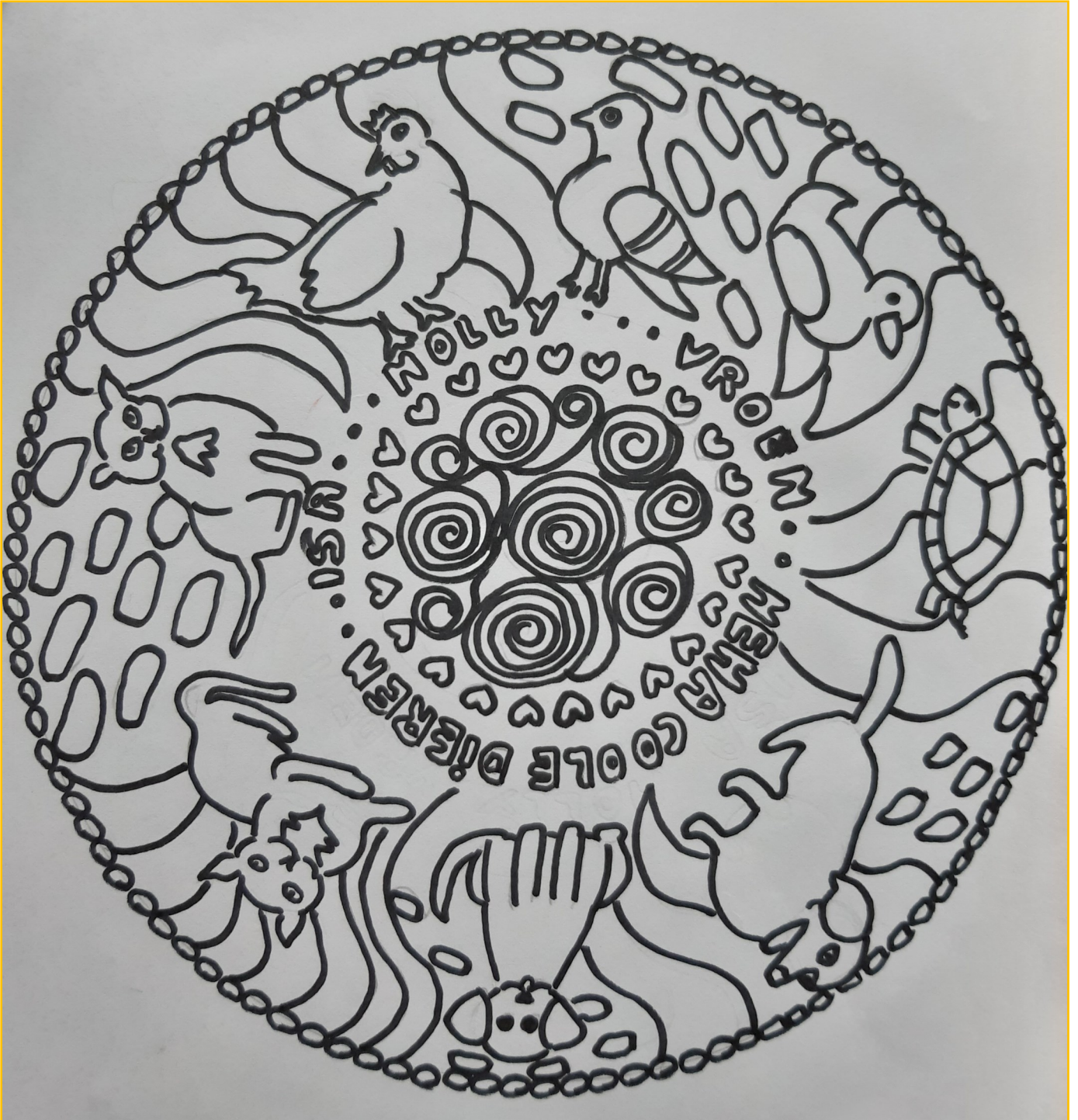


Deze dieren inspireerden ons om een mandala te maken.
Op de volgende pagina zie je het resultaat.



Kleur je de mandala in ?

Of maak je liever zelf je eigen mandala ?



Bij jouw thuis zijn vast ook mooie dieren die willen poseren voor een mandala.



Evelien toont ons hoe je met eenvoudige dierenvormen een prachtig schilderij kun maken.



In Havenzate zijn natuurlijk ook veel bewoners en begeleiders. Linda tekent ze graag één voor één. Probeer jij zelf ook een tekening te maken van dieren of van mensen ?



Gratiana vroeg ons om woordzoekers te maken.

We delen ze graag met jou !

Eerst enkele met Vlaamse zangers...

T	E	F	T	A	F	N	T	I	Y	G	J	S	R	E	G	S	A
L	C	V	A	N	E	S	S	A	C	H	I	N	I	T	O	R	R
O	C	C	D	E	G	K	N	L	O	U	I	S	N	E	E	F	S
C	I	C	L	O	U	S	E	A	U	P	O	I	H	W	F	C	B
S	B	A	R	T	P	E	E	T	E	R	S	V	C	N	I	E	T
F	L	K	I	B	S	A	N	D	R	A	K	I	M	R	X	H	L
E	W	A	L	T	E	R	G	R	O	O	T	A	E	R	S	S	J
L	R	P	L	E	R	E	B	C	T	O	D	D	S	R	W	T	Z
Q	V	M	U	C	B	J	O	F	Q	R	B	A	V	Q	I	E	R
D	F	B	C	H	A	Y	V	G	S	A	C	N	N	X	L	F	M
W	Z	A	S	R	R	O	W	K	A	M	N	A	M	T	L	B	R
I	U	R	T	I	B	K	R	R	M	H	L	W	A	K	T	O	Y
D	L	T	E	S	A	F	T	H	G	G	O	I	X	P	U	S	H
Q	R	K	E	T	R	R	K	D	O	Q	O	N	V	Z	R	M	K
S	Q	A	N	O	A	X	K	M	O	H	M	N	B	P	A	J	D
E	L	E	O	F	D	I	W	F	R	E	G	E	C	E	H	T	Z
P	W	L	O	F	E	D	A	D	I	V	S	R	C	W	W	L	A
R	K	L	L	B	X	O	K	D	S	Y	W	W	C	M	R	E	G

- BARBARADEX
- CHRISTOFF
- LOUISNEEFS
- SANDRAKIM
- WALTERGROOTAERS

- BARTKAELL
- CLOUSEAU
- LUCSTEENO
- STEFBOS
- WILLTURA

- BARTPEETERS
- DANAWINNER
- SAMGOORIS
- VANESSACHINITOR

E	D	F	T	B	S	R	G	X	D	B	F	Z	S	P	O	H	W
I	E	V	S	A	B	I	E	N	T	I	E	L	S	W	S	U	K
V	S	T	A	N	V	A	N	S	A	M	A	N	G	I	T	J	W
F	D	P	A	U	L	S	E	V	E	R	S	S	M	L	E	O	L
Y	W	F	N	G	L	U	N	K	U	L	C	M	L	L	B	V	V
P	I	I	N	Q	H	T	G	D	Q	G	I	N	Z	E	N	A	L
Q	F	P	M	K	B	U	B	T	E	R	D	W	P	M	S	L	X
P	M	J	B	T	D	M	R	K	N	F	F	G	W	V	I	L	C
G	A	R	R	Y	H	A	G	G	E	R	W	V	X	E	M	Y	H
M	Q	S	I	L	V	Y	M	E	L	O	D	Y	E	R	F	H	K
X	V	B	X	U	L	Z	W	C	K	Q	I	S	G	M	J	B	3
K	R	K	K	R	G	K	E	B	N	Q	U	U	T	A	T	W	M
W	E	D	D	Y	W	A	L	L	Y	J	T	Q	G	N	M	T	E
Y	Y	W	D	E	K	R	E	U	N	E	R	S	C	D	P	C	I
R	G	U	N	T	H	E	R	N	E	E	F	S	U	E	D	B	S
H	U	C	U	B	F	B	B	X	Z	Z	N	V	E	R	B	F	J
L	P	U	J	Q	O	Y	A	V	U	K	P	N	S	E	V	B	E
N	Y	F	I	S	U	H	E	L	M	U	T	L	O	T	T	I	S

- DEKREUNERS
- GUNTHERNEEFS
- K3MEISJES
- SILVYMELODY
- EDDYWALLY
- HELMUTLOTTI
- PAULSEVERS
- STANVANSAMANG
- GARRYHAGGER
- JOVALLY
- SABIENTIELS
- WILLEMVERMANDERE



Gratiana vroeg er ook ééntje met fruit.

Lekker sappig en verfrissend als het mooi weer is ...

Misschien brengt dit julie zelfs op het idee om een
fruitsalade te maken ?

B	C	I	T	R	O	E	N	E	N	D	R	U	D	G	U	G	N
I	K	E	N	U	I	U	Z	C	J	T	Q	L	J	W	C	N	R
F	J	T	X	R	B	V	I	V	M	O	B	E	A	E	C	E	Y
Z	T	K	Y	P	A	N	L	C	A	X	Z	A	A	B	W	C	J
F	G	T	H	T	P	W	A	T	N	K	O	P	L	V	J	T	G
R	B	L	X	S	P	N	N	N	G	H	F	P	B	B	N	A	D
A	K	Q	R	X	E	O	A	X	O	F	O	E	E	W	M	R	E
M	C	D	I	W	L	S	N	V	A	T	E	L	S	A	V	I	O
B	T	V	Z	T	S	Z	A	K	H	Q	W	S	S	T	D	N	W
O	G	O	U	Z	L	G	S	I	W	C	V	I	E	E	W	E	A
Z	K	G	Q	W	G	L	D	W	Z	W	O	E	N	R	C	S	F
E	W	I	X	J	M	U	N	I	R	Z	H	N	K	M	X	X	Z
N	I	E	X	K	P	E	R	E	N	Y	I	E	L	E	U	J	F
C	P	M	A	N	D	A	R	I	J	E	N	N	C	L	N	N	X
J	Z	Q	K	I	F	R	G	Y	R	J	I	D	J	O	T	F	W
E	X	N	A	A	R	D	B	E	I	E	N	N	R	E	C	W	L
G	R	R	Y	T	M	L	K	E	E	F	F	S	I	N	B	J	M
O	E	P	O	A	B	V	N	F	B	B	G	I	C	G	K	K	O

• AALBESSEN

• APPELS

• FRAMBOZEN

• MANGO

• WATERMELOEN

• AARDBEIEN

• APPELSIENEN

• KIWI

• NECTARINES

• ANANAS

• CITROENEN

• MANDARIJEN

• PEREN

En voor de stoere mannen,
één met automerken.

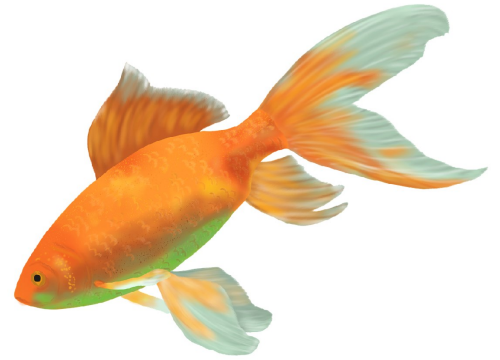
Q	O	X	A	L	F	A	R	O	M	E	O	F	U	G	T	I	I
M	G	S	O	G	V	S	H	Y	U	N	D	A	I	G	X	I	E
I	L	C	K	J	L	O	H	U	Y	R	F	H	X	T	V	G	M
T	J	X	B	U	S	P	L	Z	F	S	I	F	W	F	O	R	D
S	G	W	G	Y	F	O	P	V	B	O	A	O	D	D	C	S	R
U	U	K	P	J	Q	F	J	X	O	J	T	Q	F	D	A	U	W
B	C	S	J	A	G	U	A	R	S	P	Z	O	L	S	D	M	Z
I	H	G	U	U	I	C	J	E	E	P	V	A	A	K	I	P	L
S	E	D	B	Z	S	C	Q	K	A	R	C	U	N	R	L	F	M
H	V	T	A	P	U	G	S	U	T	O	L	D	D	E	L	E	N
I	R	I	R	Y	R	K	B	X	O	W	F	I	R	N	A	R	D
S	O	H	T	B	W	T	I	Q	Y	J	F	S	O	A	C	R	W
K	L	O	E	E	J	Y	T	O	Y	O	T	A	V	U	G	A	U
V	E	N	G	H	T	F	E	H	B	R	R	F	E	L	Q	R	R
E	T	D	A	P	E	U	G	E	O	T	Q	B	R	T	U	I	L
B	X	A	F	W	F	N	I	O	P	E	L	E	B	M	W	Y	O
M	R	L	O	U	L	K	L	A	M	B	O	R	G	H	I	N	I
C	L	L	T	C	H	R	Y	S	L	E	R	X	C	K	Q	Q	Z

- ALFAROMEIO
- BMW
- CHRYSLER
- FORD
- JAGUAR
- LANDROVER
- PEUGEOT
- SUZUKI

- ARTEGA
- CADILLAC
- FERRARI
- HONDA
- JEEP
- MITSUBISHI
- RENAULT
- TOYOTA

- AUDI
- CHEVROLET
- FIAT
- HYUNDAI
- LAMBORGHINI
- OPEL
- SEAT
- VOLVO

Lachen is gezond,
Daarom enkele dierenmopjes...



Er zitten twee goudvissen in een visbokaal bij het raam. De ene zegt:
Gelukkig zitten wij binnen, want het regent nogal.

*Een vrouw gaat naar een bijenhouder en zegt:
'Eén van jouw bijen heeft mij geprikt.'
Waarop de bijenhouder zegt: 'duid maar aan welke, dan zal ik hem straffen'.*

Jantje: 'Deze zebra kan rekenen.' Pietje: 'Echt ? '
Jantje: 'Ja, als je vraagt hoeveel 5 min 5 is, zegt hij niets '.

*Waarom gaan kippen zo vroeg slapen ?
Omdat ze hun tanden niet moeten poetsen.*

Er staan twee koeien in de wei. Zegt er eentje: 'Woef, woef'. Vraagt de ander verbaasd: 'Wat doe jij nu ? '. Zegt de eerste koe: 'Ik studeer vreemde talen'.

*Heeft jouw hond een stamboom ?
Neen, hij pist tegen elke boom.*

'Met zo'n weer ga ik geen boodschappen doen', moppert de man. 'Je zou er een hond nog niet doorheen jagen.' Vrouw: 'Ik heb ook niet gezegd dat je die arme hond mee naar buiten moet nemen ? '

En nu nog wat dierenraadsels

1. waarom schudt een duif zijn kop op en neer bij het stappen ?

- ◇ A. Om beter te kunnen zien
- ◇ B. Een duif is vrolijk van nature. Hij danst door het leven.

2. Hoe lang is de tong van een giraf ?

- ◇ A. 20 cm
- ◇ B. 45 cm

3. Waarom kunnen mieren niet doodvallen als ze uit de boom vallen ?

- ◇ A. Ze hebben zuignappen op hun poten
- ◇ B. Ze zijn te licht. Als ze vallen worden ze door de lucht afgeremd.

4. Hoe lang kan een slak slapen ?

- ◇ A. niet meer dan 3 dagen
- ◇ B. tot 3 jaar

5. Hoe reizen zeepaardjes met z'n twee ?

- ◇ A. Een zeepaardje zwemt vooraan, het ander volgt
- ◇ B. Ze houden elkaars staart vast

6. Waar zit het hart van een garnaal ?

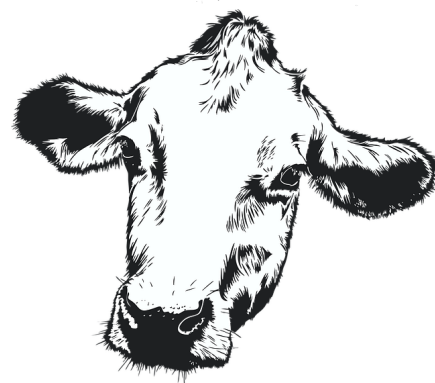
- ◇ A. In de borstkas
- ◇ B. in de kop

7. Kunnen koeien een trap opgaan ?

- ◇ A. Koeien kunnen een trap opgaan, maar kunnen niet naar beneden
- ◇ B. Natuurlijk niet !

8. Welke muggen prikken ?

- ◇ A. Enkel de vrouwtjes
- ◇ B. Alle muggen



1 A, 2 B, 3 B, 4 B, 5 B, 6 A 7 A, 8 A

Oplossingen:

Wil je eens een leuke spel namiddag beleven ?

Wij hebben tips verzameld en uitgetest, met dank aan Julie



1. Verstop snoepjes in een bakje bloem en vis ze eruit zonder handen (met nat gezicht ?)
2. Bijt om ter snelst een peperkoek van een touw af
3. Volg een touwenparcours met een blinddoek op
4. Maak een schilderij met je handen (of voeten)
5. Geblinddoekt proeven
6. Geblinddoekt voelen
7. Bouw een zo hoog mogelijke toren met jengablokken (of met iets anders)
8. Zoek om ter snelst 5 (verschillende) boom blaadjes
9. Leg een pak speelkaarten per soort (koning bij koning, azen bij azen...) om ter snelst

11. Drink om ter snelst een glas water leeg
12. Maak een portret van je buurvrouw
13. Maak tien toertjes rond je vinger
14. Eierreace (om ter snelst een rauw ei doorgeven dat stiekem gekookt is ...)
15. Probeer het andere team aan het lachen te brengen. Het team die iemand uit het andere team kan doen lachen, krijgt het punt.
16. Vertel een kort verhaal zonder het woord 'ik' te zeggen. Wie kan het langst volhouden ?
17. Beeld een dier uit (konijn, kat, leeuw, schaap, ...)
18. Speel tikkertje met een grote bal
19. Ballenrace: met een (grote) bal rug aan rug een rechte lijn volgen
20. Loopwedstrijdje: loop twee toeren, je kan een soort parcours afbakenen, om ter snelst
21. Zoveel mogelijk doelpunten scoren met je team (elk team krijgt 5 minuten)
22. Stap rond, als het fluitsignaal komt, moet je een opdracht doen. 1 keer fluiten= op 1 been staan, 2 keer fluiten = op de grond zitten, 3 keer fluiten = handen op je hoofd



Regine legt alvast de juiste kledij klaar voor een mooie spel namiddag !



MEHA FEEL GOOD tip

Doe eens iets anders dan anders , wat doe jij deze week

anders ? — nam jij een andere route ? proefde jij een ander drankje, nam jij je vork in de andere hand ? ... Stimuleer je creatieve hersenbanen...



Hoi, hoi,

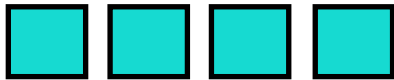
Hier zijn Metgezel en Havenzate

Neem de eerste twee letters van **Metgezel**

Neem de eerste twee letters van **Havenzate**

Schrijf de letters in de vakjes

Je bekomt



Aan welk woordje denk je als je dit leest ?

Wat betekent dit ?

.....

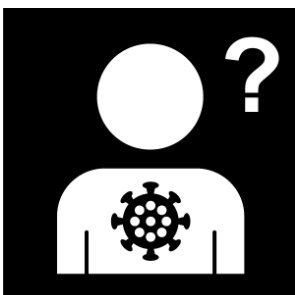
Velen van jullie kennen Metgezel

- ⇒ Metgezel organiseert fijne vakanties
- ⇒ Meer informatie op www.vzwmetsgezel.be
- ⇒ Volg ons op facebook: Vzw Metgezel

Velen van jullie kennen Havenzate

- ⇒ In Havenzate wordt je ondersteund bij wonen, werken en vrije tijd
- ⇒ In Havenzate is een open aanbod aan activiteiten waar je kunt op inschrijven
- ⇒ Meer informatie op www.havenzate.be
- ⇒ Volg ons op facebook: Havenzate vzw

In deze moeilijke tijd van Corona helpen wij jou met tips om te doen.



Veel lieve groetjes van Havenzate en
Metgezel !

Wij denken aan jou !