

challenges board

Wat is het?

Maak een bord met opdrachtkaartjes.

Iedere week één kaartje kiezen en de uitdaging uitvoeren.

Opdracht volbracht? = Kaartje verwijderen!

Wanneer alle uitdagingen zijn uitgevoerd, kunnen er nieuwe opdrachten bedacht worden.



challenges board: voorkant opdrachtkaarten



challenges board: achterkant opdrachtkaarten

Verzamel 10 soorten afval en maak er een mooi kunstwerk mee.	Maak iedereen in huis aan het lachen.	Doe iets voor een huisgenoot wat je anders thuis nooit doet en maak hiervan een filmpje van 30”.
Maak briefjes met een leuke boodschap en verstop ze in gelukskoekjes. https://www.libelle-lekker.be/bekijk-recept/3732/gelukskoekjes-1 https://www.youtube.com/watch?v=azsnuJh1WcQ	Schrijf 10 dingen op die je vrolijk maken. Hang dit lijstje, mooi versierd, op in je kamer.	Doe een 10 à 15 minuutjesyoga: https://www.youtube.com/watch?v=CBko9JPMtHs https://www.youtube.com/watch?v=w5no6T6vf2k https://www.youtube.com/watch?v=A47zwWsjXgs
Maak een filmpje met een leuke boodschap en verstuur het naar iemand die je nu niet kan ontmoeten.	Maak een 'leuke-herinneringen-draad' (bvb. met snoerverlichting) vol leuke kaarten, tekeningen en foto's van jou en je familie. Zoek een leuk plekje om je 'leuke-herinneringen-draad' op te hangen.	Maak 3 foto's van dingen bij je thuis die voor jou heel belangrijk zijn. Schrijf bij iedere foto een klein tekstje met uitleg.