

# BLIJ(f) InUwKot

Nu de coronacrisis iedereen thuis houdt, kunnen mama's en papa's wel wat inspiratie gebruiken om die kleine energiebommetjes prettig bezig te houden. Redactrices Liesbet Aelvoet, mama in lockdown, en Eva De Poorter, die onze Jommekeskrant samenstelt, verzamelen een resem fijne activiteiten en goede raad om de dagen samen door te komen.

## WIE NIET THUIS IS, IS GEZIEN

### Waar zijn Sep en Liz?

Speel je mee? Verstop je in je huis of tuin, laat mama of papa een foto nemen en stuur die, samen met je naam, een portretfoto'tje en de oplossing naar zoekplaat@nieuwsblad.be



Oplossing: Liz zit achter de roze bal, Sep heeft zich onder de zandbakschelp verstoppt.

## De tip voor mama en papa

door opvoedingsdeskundige Eva Bronsveld

### Geef anderen een duwtje in de rug



Er zijn in deze tijden veel mensen die het extra zwaar hebben. Medewerkers in de zorg die onder moeilijke omstandigheden extra hard moeten werken, of eenzame ouderen die geen bezoek mogen ontvangen. Zij kunnen wel een duwtje in de rug gebruiken. Je kunt samen met je kinderen koekjes bakken en die voor de deur van een

eenzame buurvrouw zetten. Of een knutselwerkje maken dat je gaat afgeven in een rusthuis. Of zing een liedje voor je tante verpleegkundige. Bijkomend voordeel is dat jij en je kinderen er daar ook beter door zullen voelen. Uit onderzoek blijkt namelijk dat iets liefs doen voor anderen jezelf ook een goed gevoel geeft.

## Creatief in coronatijden

### 'Kinetische' kunst

#### Wat heb je nodig?

'Kinetische' kunst werkt met bewegende objecten, dus je hebt dingen nodig die beweging in gang kunnen zetten. Denk aan een knikkerbaan, Kapla, treintjes, een bal, een ventilator ... Voorts heb je nog karton, ijzerdraad en tape nodig. Ook handig: een flinke portie geduld. Neem je tijd, want het kan heel lang duren voor je resultaat hebt.

#### Zo werkt het?

Doe zoals bij een dominobaan. Zet iets, bijvoorbeeld een boek



of blokje, in beweging en zorg ervoor dat het steeds weer iets anders aantikt. Of het kan eenvoudiger: bind een viltstift aan een bewegend speelgoedbeestje of robot en laat die bewegen op een vel papier. Zo heb je je eigen robotkunst.

Tip van Artie Farty, artiefartylab.nl



## Leuk om te doen vandaag

### Maak een gifje

Speel vandaag eens regisseur en maak je eigen minifilm. De meeste smartphones geven bij hun fotogalerij de mogelijkheid om 'gifjes' van de foto's te maken. Of misschien heeft mama of papa wel een app waarmee je echte stopmotion filmpjes kunt maken. Met vijf foto's konden wij alvast een Playmobilmannetje een koprol laten maken. Of welke bewegingen bedenkt jij nog?

## Puzzelen met Jommeke

### BOTJES

PEKKIE HEEFT REUZEHONDER, HOEVEEL BOTJES LIGGEN ER VOOR HEM KLAAR?

HOHO  
HABA  
HIHI

ANNEMIEKE: "WAAROM IS EEN OLIFANT GROOT, GRIS EN HEEFT HIJ VEEL RIMPELS?"  
ROZENIEKE: "DAT WEEET IK NIET!"  
ANNEMIEKE: "ALS HIJ GEEL EN VLOEIBAAR ZOU ZIJN, ZOU JE HEM GEMAKKELIJK MET EEN GLAS LIMONADE KUNNEN VERWISSELEN!"

### VISSENVIERKANT

IN DIT LETTERROOSTER ZITTEN EEN HELEBOEL WATERIGE WOORDEN VERSTOPT. ZE STAAN IN ALLE RICHTINGEN:

→ ← ↕ ↗ ↘ ↙ ↚ ↛

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

DE TITEL VAN HET ALBUM IS: .....

DEZE LIJST HELPT JE OP WEG, DE OVERGEBLEVEN LETTERS VORMEN EEN TITEL VAN EEN JOMMEKES-ALBUM!

AAL \* ALGEN \* ALIKRUIK \* ANKER \* BAARS \* BOT \* BRUINE VINVIS \* DOLFIJN \* DOOPFONTSCHERP \* DUIKBOOT \* DUIKER \* GARNAAAL \* GOUD \* GOUDVIS \* GUPPY \* HAAI \* HARPOEN \* INKTVIS \* KOL \* KOKKEL \* KORAAAL \* DRAALDIJVEL \* KIWAAL \* MOBY DICK \* MURENE \* NAALDVIS \* DESTER \* ORKA \* PAD \* PARELS \* PINGUIN \* RIVIERKREEFT \* ROB \* ROG \* ROTS \* SARDIENTJES \* SCHELP \* SIDDERAAL \* SNOEKBAARS \* SPONS \* SPOON \* TEEK \* TONIJN \* VIS \* VISNET \* WALVIS \* WULK \* ZALM \* ZEEANNEMOON \* ZEE-EGEL \* ZEEHOND \* ZEEKOE \* ZEEMEERMIN \* ZEEOTTER \* ZEEPAARDJE \* ZEEPOK \* ZEEOVERSCHOT \* ZEERUPS \* ZEESLAK \* ZEESPIN \* ZEESTER \* ZEEWATER

## De turntip

door turnleraar Dennis Duchesne

### In evenwicht

Vandaag trainen we ons evenwicht.



- OEFENING 1** Teken met krijt of tape een aantal pijlen op de grond, in verschillende richtingen. Spring met beide voeten samen en land met je tenen in de richting van de pijl. Daarna kun je het ook op één voet proberen.
- OEFENING 2** Haal er een sponsje bij en leg dat op je hoofd. Ga op één been staan, strek je armen opzij en blijf vijf tellen staan. Doe het vervolgens op je andere been. Of ga op één been staan, doe je ogen dicht, tik met één hand je neus aan en strek je armen weer. Sta op beide voeten en tik de grond zonder dat het sponsje valt. Ga zitten zonder dat het sponsje valt en sta weer recht.
- OEFENING 3** Ga op één been staan en strek je andere been naar voren. Blijf even staan. Strek je been dan naar achteren en tik met je hand de grond. Doe het nu ook eens op je andere been.
- OEFENING 4** Ga met je broer, zus, mama of papa tegenover elkaar staan op één been, duw één hand tegenover elkaar en duw elkaar uit evenwicht. De eerste die een voet verzet, is verloren.

Bekijk het filmpje op [www.nieuwsblad.be/blijnuwkot](http://www.nieuwsblad.be/blijnuwkot)

De oplossingen voor deze puzzels vind je op [Nieuwsblad.be/blijnuwkot](http://Nieuwsblad.be/blijnuwkot). Wil je nog meer puzzelen of leuke reken- en schrijf-oefeningen maken met Jommeke? Of gewoon een (ont)spannende strip lezen? Neem een kijkje op [www.ballonmedia.shop](http://www.ballonmedia.shop)