



CORONA ALTERNATIEVE ACTIVITEITEN



Corona zorgt ervoor dat we jammer genoeg geen activiteiten mogen organiseren. Hieronder krijg je enkele ideeën en tips die je kan doen om toch je leden via een coronaproof manier te zien elk vanuit jullie eigen kot.

BELLEN

Bel eens naar elkaar Of organiseer een echte 'belcirkel'

> persoon A belt naar persoon B, persoon B belt naar persoon C,... enz

Of verdeel het aantal mensen dat je wil bellen onder al je vrijwilligers, samen sterk!

FILMPJES

Je stem horen is leuk, je gezicht zien is soms nog leuker! Je kunt op verschillende manieren een filmpje maken.

- Maak een filmpje van jezelf (of van elke vrijwilliger apart en plak ze samen) met een lieve boodschap.
- Maak een filmpje waar je iets uitlegt wat je leden thuis zelf kunnen doen:
 - een fysieke activiteit (vb. een dansje)
 - iets klaar maken om te eten
 - iets om te knutselen

Zo doe je toch samen een activiteit, als is het elk in je eigen bubbel! Eventueel kan je ook een pakket rondbrengen met vb. het nodige knutselmateriaal.

GEEF EEN KLEINE ATENTIE

Een kleine attentie is altijd fijn om te krijgen. Enkele voorbeelden:

- een kaartje met een lieve, persoonlijke boodschap
- een leuke foto als aandenken aan een activiteit
- iets lekker om te eten en/of te drinken
- zelfgebakken koekjes (+ het recept, zo kunnen ze zelf ook aan de slag!)
- een zelfgemaakt knutselwerk
- een knutselpakket, waar ze zelf mee aan de slag kunnen
- ...

LEES SAMEN EEN BOEK / STRIP / VERHAAL

Een boek lezen of kijken is ook de ideale invulling voor sommige mensen tijdens corona. Jullie kunnen elk vanuit jullie eigen bubbel een verhaal/boek lezen en dan nadien erover praten wat jullie ervan vonden.

Jullie kunnen ook een slinger starten. Één persoon leest een boek en steekt er een briefje in met een boodschap. Steek dit boek bij iemand anders in de brievenbus die dan opnieuw hetzelfde doet. Op die manier verloopt dit ook coronaproof.

SAMEN MUZIEK LUISTEREN

Jullie kunnen een moment kiezen waar jullie allemaal samen vanuit je kot naar dezelfde playlist luisteren. Dit kan je combineren met het document online samenkomen. Dit kan je doen op verschillende manier:

- Ga terug in de tijd en brand een cd met liedjes op die je doet herinneringen aan jullie tijd samen. Geef iedereen een cd en luister samen op een afgesproken tijdstip naar de cd vanuit jullie huis.
- Via Spotify of Youtube kan je een afspeellijst maken. Deel deze met al de leden en luister er samen na.

ORGANISEER EEN FOTO CHALLENGE

Als vereniging kan je een opdracht geven aan je leden. Vraagt of ze hiervan een foto nemen en dit sturen naar elkaar. Dit zorgt ook voor verbondenheid.

Voorbeeld:

- Neem bij iedere wandeling een foto met je duim omhoog en stuur deze door.
- Neem iedere dag een foto van je maaltijd en stuur die door naar iedereen. Op die manier hebben we misschien inspiratie voor de volgende om te eten.

KOOKWORKSHOP VANUIT JE BUBBEL / HUIS

Iedereen heeft wel een gerechtje waar hij of zij op verzot is. Stel iemand aan om zijn favoriete gerechtje te delen met de groep. De opdracht is dan aan iedereen om dit eens te maken in die week. Is een week te intensief doe dit dan maandelijks of om bv. om de 2 maanden.