



HERFSTVAKANTIE SCHERMTIJD REGELS

JE MAG OP DE
COMPUTER, TABLET OF TV KIJKEN
ALS DIT ALLEMAAL GEDAAN IS:

- ☐ Je bent gewassen en aangekleed
- ☐ Je tanden zijn gepoetst
- ☐ Je hebt ontbeten
- ☐ Je bed is opgemaakt
- ☐ 20 minuten gelezen
- ☐ 20 minuten tekenen, kleuren of schrijven
- ☐ 30 minuten buitenspelen
- ☐ Je hebt iets gebouwd of gemaakt
Bijvoorbeeld met kapla, zand, lego of geknutseld
- ☐ Je hebt iemand in de familie geholpen
Vraag of je iets voor ze kan doen of bedenk zelf iets

Dan mag je nu TV kijken, computeren of op de tablet!



~ Psychogoed ~

