

Warme William Wandeling



Hallo,

Deze ongeziene coronatijd brengt stress met zich mee. Wij raden aan om voldoende te blijven bewegen. Want bewegen is goed voor lichaam én geest.

Warme William roept op om écht te luisteren naar elkaar. Jullie kennen Warme William misschien als mascotte van Warme Steden en Gemeenten, maar iedereen kan met deze blauwe beer aan de slag!

Doe de Warme William Wandeling

- Stippel een route uit en hang de 26 affiches op. De nummers vind je bovenaan elke affiche.
- Hang de cartoons op willekeurige plaatsen op de route.
- Promoot de Warme William Wandeling en zet het antwoordformulier online.
- Tip: Laat de antwoordformulieren opsturen en voorzie een prijs.



Vragen of suggesties?

Logo Kempen vzw
lynn@logokempen.be
0476 95 03 14

Warme William Wandeling



Antwoordformulier

Tijdens de Warme William Wandeling kom je regelmatig letters tegen. Zet de letters in het juiste vakje en ontcijfer de woorden.

Veel succes!

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------

1

2

3

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------

4

5

6

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------

7

8

9

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------

10

11

12



Warme William Wandeling



Hallo,

Ik ben Warme William. Ook jij kan een Warme William zijn. Een Warme William is iemand die écht naar anderen luistert. Het is iemand die je vraagt hoe het écht met je gaat.

Heb je zin om met mij op stap te gaan? Volg de Warme Williamweg. Onderweg kom je opdrachten en letters tegen. Vul de letters in op het antwoordblad*. Weet jij welke woorden je kan maken met al deze letters?

Veel succes en hop met die beentjes!



Warme William Wandeling



**De mooiste dingen in het leven zijn gratis.
Zoals vriendschap en vriendelijk zijn.**

**Zeg tijdens deze wandeling tegen iedereen
die je tegenkomt een goededag, zwaai even
of geef een knikje.**

Hoi
Hallowkes
Yoew de mannen
Goeiendag
Hey
Hallo



**Klaar? Wandel verder.
Op het volgende blad vind je een letter.**

Vak 12

L



Warme William Wandeling



Als ik een probleem heb of niet goed in mijn vel zit, dan praat ik daarover. Want praten lucht op.

Bij wie kan jij terecht als er iets scheelt?



**Klaar? Wandel verder.
Op het volgende blad vind je een letter.**

Vak 11

E

Nood aan een luisterend oor?

Chat of bel met volgende diensten



www.awel.be
16-22u



Tel: 102
16-22u



www.clbchat.be
Ma, di, don: 17-21u
Woe: 14-21u



www.caw.be/contacteer-ons/chat/
Ma-vrij: 13-17u

Tel: 0800 13 500
Ma-vrij: 9-17u



www.tele-onthaal.be
Ma-di-don-vrij-zat: 18-23u
Woe-zon: 15-23u

Tel: 106
24u/24u



www.teens.1712.be/chat
Ma-don: 13-20u

Tel: 1712
Ma-vrij: 9-18u



www.hulpkompas.be

Jouw kompas in geestelijke gezondheidszorg

Warme William Wandeling



Door te bewegen, blijf je ook fit in je hoofd. Jij bent al goed bezig door deze wandeling te doen. High five (vanop afstand)!

Doe je mee een extra oefening? Buig 10x door je benen en spring zo hoog mogelijk terug omhoog. Yihaaa!



**Klaar? Wandel verder.
Op het volgende blad vind je een letter.**

Vak 10

F



Warme William Wandeling



**Zeg jij vaak 'dank u' tegen anderen?
Wie ben jij écht dankbaar en waarom?**

**Laat het die persoon weten. Bel hen, stuur
een berichtje of maak een brief of tekening
als je terug thuis bent.**



**Klaar? Wandel verder.
Op het volgende blad vind je een letter.**

Vak 9

F



Warme William Wandeling



Iedereen is de moeite waard. Wees dus lief voor jezelf. Als je jezelf graag ziet, gaan anderen jou ook graag zien.

Wat past het beste jou? Ik ben...

ENTHOUSIAST	BEHULPZAAM	STOER
LIEF	DOORZETTER	CREATIEF
MOOI	EERLIJK	SLIM
	MOEDIG	GRAPPIG



Klaar? Wandel verder.
Op het volgende blad vind je een letter.

Vak 8

U



Warme William Wandeling



Als je iedereen uit de hele wereld mocht kiezen. Met wie zou je dan graag eens een dag doorbrengen?

Wat zouden jullie samen doen?



**Klaar? Wandel verder.
Op het volgende blad vind je een letter.**

Vak 7

N



Warme William Wandeling



Ik droom soms dat ik superkrachten heb.

**Welke superkracht zou jij graag hebben?
Wat zou jij met die krachten doen?**



**Klaar? Wandel verder.
Op het volgende blad vind je een letter.**

Vak 6

K



Warme William Wandeling



Neem de tijd om even tot rust te komen.

Sluit je ogen.

Let op je ademhaling.

Adem 10x traag in en uit.

Wat hoor je? Wat voel je?



**Klaar? Wandel verder.
Op het volgende blad vind je een letter.**

Vak 5

E



Warme William Wandeling



**Lachen is gezond.
Vertel je beste mop.**

Jantje komt bij een balletschool en ziet meisjes op hun tenen dansen. Vraagt Jantje: 'Waarom dansen die meisjes op hun tenen? Hadden ze geen langere meisjes kunnen nemen?'

Twee oenen lopen op straat. Zegt de ene tegen de andere oen: 'Mag ik in het midden lopen?'

Een vis botst tegen een andere vis op. De ene vis zegt: 'Hé, kijk eens uit!' Zegt de andere vis: 'Sorry, ik had water in mijn ogen!'

Hoe komt een zebra uit het water? Streepje voor streepje!

Er lopen twee zandkorrels in de woestijn. Zegt de ene zandkorrel tegen de andere: 'Volgens mij worden we achtervolgd!'

**Klaar? Wandel verder.
Op het volgende blad vind je een letter.**



Vak 4

K



Warme William Wandeling



Hoe sterk ben jij? Wil je al je spierballen laten zien?
Ik ken nog een belangrijke kracht, **VEERKRACHT**.

Veerkracht is wat je nodig hebt om om te gaan met
stress en tegenslagen. En dit kan je ook trainen.
Bijvoorbeeld door te denken aan wat wél lukt en
goed gaat.

Wat vind jij leuker of beter door corona?



**Klaar? Wandel verder.
Op het volgende blad vind je een letter.**

Vak 3

K

Wil jij jouw veerkracht thuis trainen?



12+ www.noknok.be



16+ www.fitinjehoofd.be

Warme William Wandeling



Je hoeft niet perfect te zijn. Niemand is het. Jij bent uniek en je verdient respect zoals je bent.

Som 3 dingen op die je deze week goed hebt gedaan, waar je trots op bent.



**Klaar? Wandel verder.
Op het volgende blad vind je een letter.**

Vak 2

i



Warme William Wandeling



Luisteren, hoe doe je dat eigenlijk? Zijn de volgende uitspraken juist of fout?

- 1. Neem de tijd om naar de andere te luisteren.**
- 2. Zeg dat jij het probleem kan oplossen.**
- 3. Beloof dat je het tegen niemand anders zal zeggen.**
- 4. Laat weten dat het oké is om je slecht te voelen.**



**Klaar? Wandel verder.
Op het volgende blad vind je de oplossing en een letter.**

Vak 1

D

Oplossingen juist/fout:

Neem de tijd om naar de andere te luisteren.

Juist. Zorg dat je niet afgeleid wordt. Stop met wat je bezig was en neem de tijd om écht te luisteren.

Zeg dat jij het probleem kan oplossen.

Fout. Jij kan niet alle problemen oplossen. Door te luisteren ben je al een grote hulp.

Beloof dat je het tegen niemand anders zal zeggen.

Fout. Het is natuurlijk goed dat je de problemen niet zomaar gaat doorvertellen. Als je denkt dat de andere hulp nodig heeft, is het belangrijk dat je samen hulp zoekt.

Laat weten dat het oké is om je slecht te voelen.

Juist. Het is normaal dat je je niet altijd goed voelt. Iedereen voelt zich wel eens minder goed.

Warme William Wandeling



Hoera! Jij bent bij de laatste Warme William opdracht gekomen. Heb jij de woorden gevonden? Je bent een kanjer!

Geef jezelf een schouderklopje, steek die duim omhoog en zeg tegen jezelf dat je het fantastisch hebt gedaan. Wees trots op jezelf.

Bedankt om mee te wandelen!



Warme William Wandeling



**Weet je wat mijn droom is? Dat er heel veel
Warme Williams zijn. Want écht luisteren
naar elkaar is heel belangrijk.**

**Voor wie wil jij een Warme William zijn?
Laat het weten aan die persoon dat jij altijd
voor hem of haar klaarstaat.**



Klaar? Wandel verder.

Warme William Wandeling



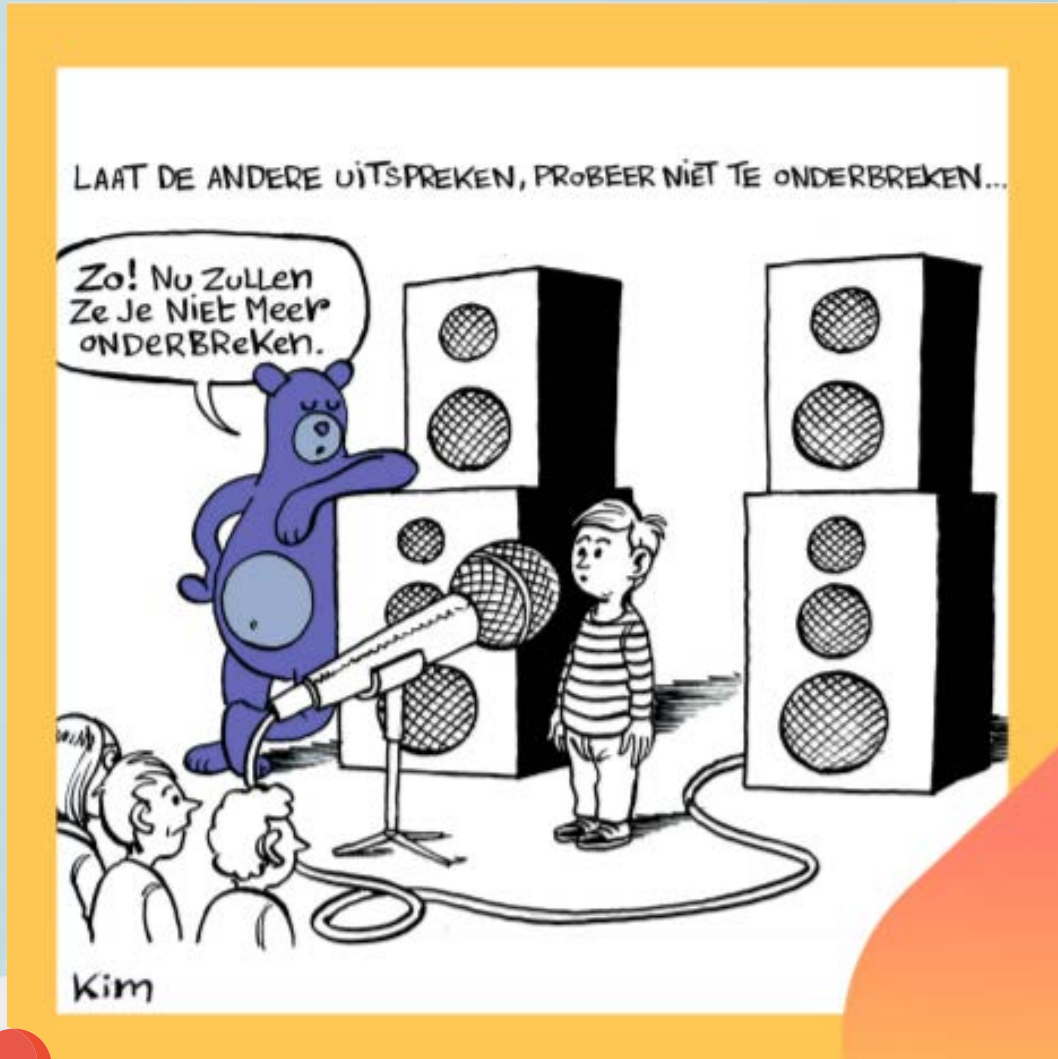
Warme William kan heel goed luisteren.
Dat doet hij met zijn oren.

Voor mijn kleine vrienden heb ik een
extra opdracht:

Hoeveel oren kan jij nu zien?



Warme William Wandeling



Warme William deelt een luistertip.

Warme William Wandeling



Warme William deelt een luistertip.

Warme William Wandeling



Warme William deelt een luistertip.

Warme William Wandeling



Warme William deelt een luistertip.

Warme William Wandeling



Warme William deelt een luistertip.

Warme William Wandeling



Warme William deelt een luistertip.

Warme William Wandeling



Warme William deelt een luistertip.

Warme William Wandeling



Warme William deelt een luistertip.

Warme William Wandeling



Warme William deelt een luistertip.

Warme William Wandeling



Warme William deelt een luistertip.

Warme William Wandeling



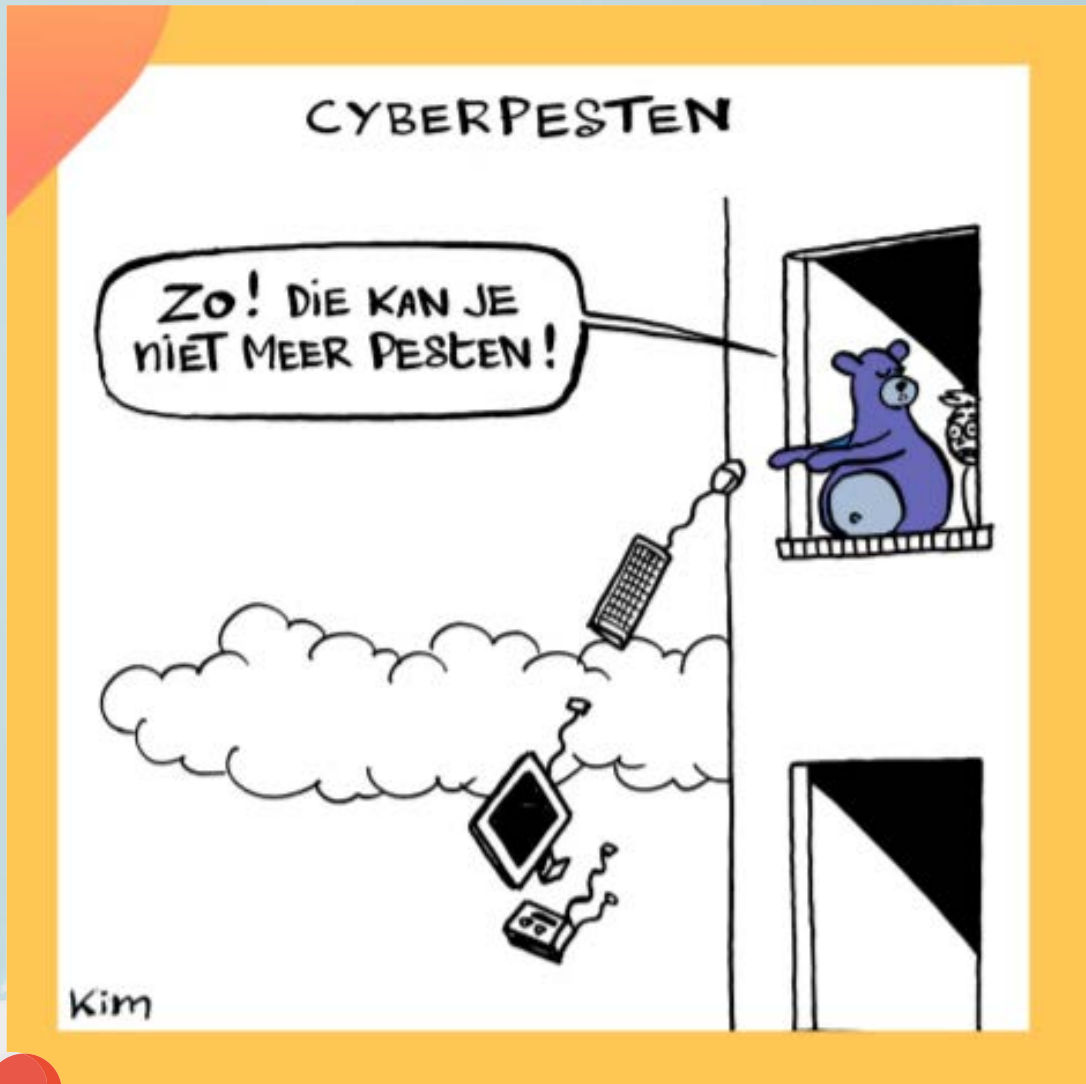
Warme William deelt een luistertip.

Warme William Wandeling



Warme William laat je even stilstaan.

Warme William Wandeling



Warme William laat je even stilstaan.

Warme William Wandeling



Warme William laat je even stilstaan.

Warme William Wandeling



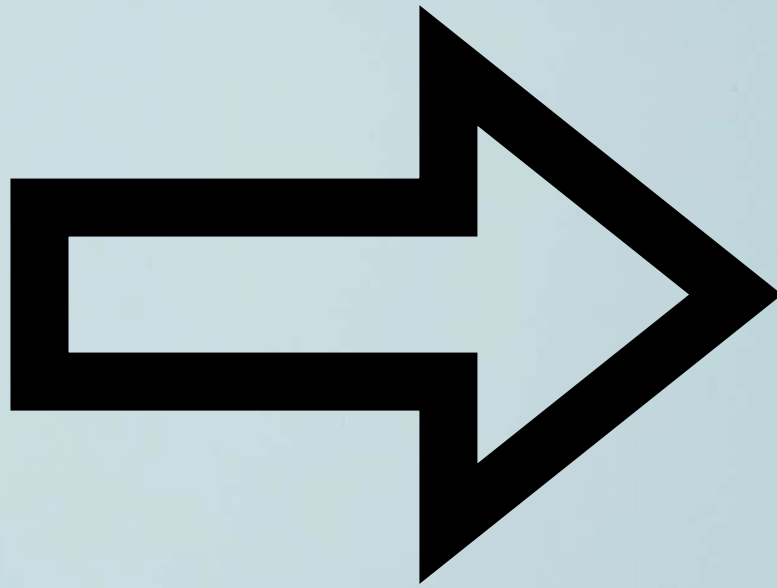
Warme William laat je even stilstaan.

Warme William Wandeling



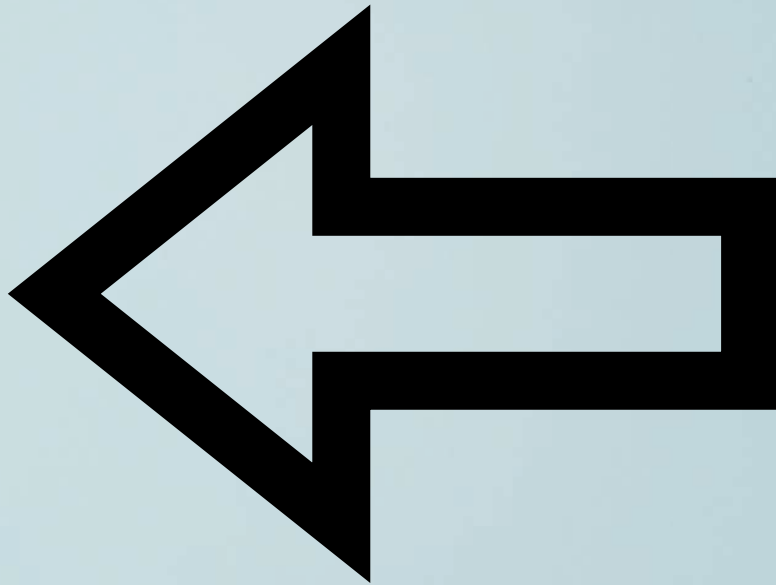
Warme William laat je even stilstaan.

Warme William Wandeling



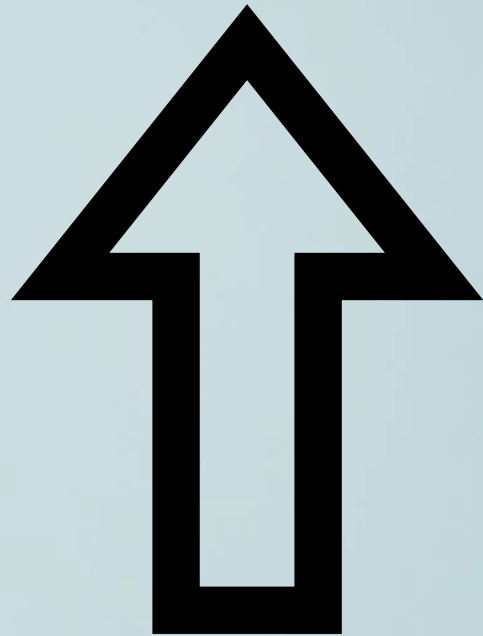
Je bent goed bezig!

Warme William Wandeling



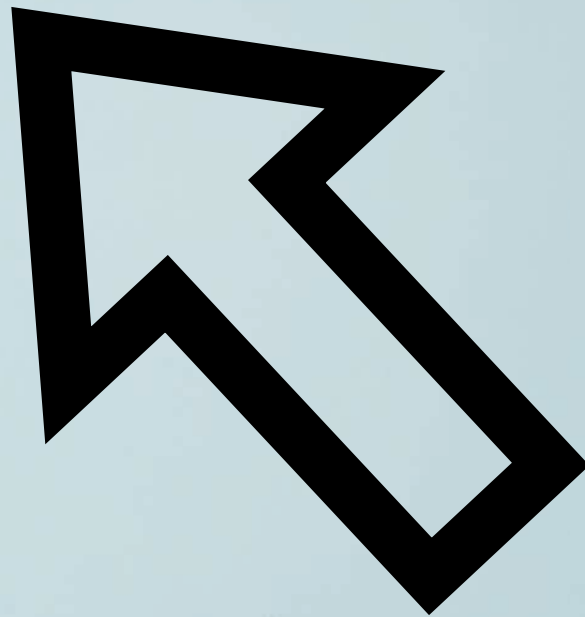
Blijven gaan!

Warme William Wandeling



De enige weg is vooruit!

Warme William Wandeling



Go go gooooo!

Warme William Wandeling



Gaan met die banaan!