



nationaal  
ouderen  
fonds



**Handleiding Kerstkaart voor ouderen**

De feestdagen zijn voor veel mensen een tijd van samen zijn, warmte en gezelligheid. Het kan gelukkig niet voor iedereen. Maar dan zijn miljoenen ouderen zijn erom te zorgen en te helpen. Daarom is het Nationaal Ouderenfonds in samenwerking met PostNL en Filinvest in de Rijksoverheid ontstaan. Wij willen graag deze ouderen verrassen met een persoonlijke kerstkaart. Het team bestaat uit 'kerstkaarten voor ouderen' verkiel kinderen hoe een persoonlijke kerstkaart voor een oudere te maken. In de lessen worden kinderen zelf hoe hij/haar en laat het in een persoonlijke kerstkaart te schrijven en te sturen.

- Het kerstkaartje**  
Het kerstkaartje bestaat uit de volgende onderdelen:
- de handleiding
  - een kerstkaart voor leerlingen (leeftijdsgelukkig)
  - een link naar digibord instructie
  - optioneel: gratis kerstkaarten op aanvraag (zolang de voorraad strekt). Het aantal kaarten wordt pas uitgestuurd na de aanvang, dus die zitten niet in de doos.

**Wat leren de leerlingen**  
De leerlingen kunnen met de kerstkaart als branding aan de slag. Maar u kunt deze aan de hand van de les geschied voor het digibord. Deze kaart is bedoeld op twee dagen. De les bestaat uit drie onderdelen:  
 1. Samenheid onder ouderen (15 minuten)  
 Na dit onderdeel begrijpen de kinderen dat ouderen soms eenzaam kunnen zijn, al ze zelf een eenzame oudere kennen en hebben ze bedacht hoe zij zeven kunnen.  
 2. De kerstkaart maken (15 minuten)  
 Na dit onderdeel begrijpen de leerlingen dat je met een kaart iemand blij kunt maken. Het is belangrijk om een kaart te sturen. Ook wordt de werking van de actie uitgelegd.  
 Het schrijven van de kerstkaart (30 minuten)



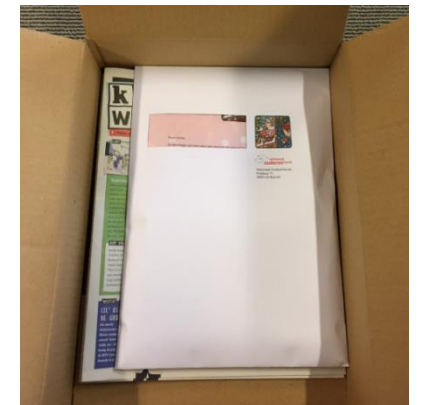
**Digibordles**

WELKOM bij de digibordles van de Actie **Kerstkaart voor ouderen**. Deze les is in samenwerking met het Ouderenfonds en PostNL ontwikkeld.



**Activatiecampagne voor het Ouderenfonds i.s.m. PostNL**

170.000 kinderen op bijna 1500 scholen hebben een kerstkaart naar eenzame ouderen gestuurd. Dit naar aanleiding van een activatiecampagne naar Kidswekscholen en ons extra scholen bestand.





**Wist je dat...**

**50% korting** op een Spa Kids 6-pack\*

\*Zie uitlaat

**...wie blikaam heel vier water leuwt?**  
Water is zelfs een van de belangrijkste bestanddelen van ons lichaam, maar de hoeveelheid vereiste vooropslag die het lichaam heeft is beperkt. Volg de stippellijn om erachter te komen hoeveel procent van jouw lichaam uit water bestaat.

**...wie hier alleen water drinkt? Er zit ook veel water in groente en fruit!**  
Voor hoeveel procent bestaat een tomaat uit water? Hoeveel gram water zit er ongeveer in een komkommer (1kg)? Hoeveel procent van een appel bestaat uit water?

**...een grafie langer dan één maand zonder water kan?**  
Bij het langdurig niet drinken van water kan het lichaam ernstig uitdrogen. Het lichaam kan maximaal twee weken zonder water overleven. Het lichaam kan maximaal twee weken zonder water overleven. Het lichaam kan maximaal twee weken zonder water overleven.

**...een volwassen vijfjaar oud kind kan zwelmen!**  
De reden waarom mensen in zwembaden niet kunnen zwelmen is dat het lichaam niet kan overleven zonder water. Het lichaam kan maximaal twee weken zonder water overleven. Het lichaam kan maximaal twee weken zonder water overleven.

**...een olifant tussen de 90 en 140 liter water per dag drinkt!**  
Hoeveel liter water drinkt een olifant per dag? Hoeveel liter water drinkt een olifant per dag? Hoeveel liter water drinkt een olifant per dag?

**SPA** Op het leven

**Activatiecampagne voor SPADEL i.s.m. Albert Heijn**  
 Campagne ter promotie van gezond drinken en gezond snoepen. Displays in alle 900 AH filialen: Koop SPA Kids + AH Snoeptomaatjes = 3 weken gratis Kidsweek. Mediacampagne in alle kanalen Kidsweek en POS Materiaal en in bonusfolder.



**Kidspakket**

- ✓ 6-pack Reine Kids
- ✓ AH snoeptomaten 200 g
- ✓ 3 x Kidsweek

samen  
**€3,-**

SPA Op het leven

**+ GRATIS Kidsweek**  
bij aankoop van  
2 actieproducten  
OP=OP



# In de Albert Heijn