

KEI-GOED IN JE KOT



Als jij niet naar DE KEI kan,
komt DE KEI naar jou toe!



HEY HOE GAAT HET MET JOU?



INHOUD

KEI-GOED IN JE KOT

**DE KEI
DAAGT JE UIT**
Doe mee met
onze uitdaging.



INFO CORONA
Bescherm jezelf
en anderen.



**DE VAKANTIE-
WERKING**
Woordzoeker.



**HOE GAAT HET
MET JULLIE?**
Verhalen, berichten en
foto's uit jullie kot.



**TIP VAN
DE MAAND**
Gezondheid,
contacten leggen,
sterker worden...



KOT-VERHAAL
Schrijf jouw kot-verhaal
en stuur het ons op!

**RAADSELTJE
WOORDPUZZEL**





De folder met cursussen van het najaar is verstuurd.
Maar we kunnen spijtig genoeg nog niet opstarten in september.
We houden jullie op de hoogte wanneer de cursusprojecten
van start kunnen gaan.
Dit zal beslist worden door de veiligheidsraad.
In afwachting hiervan kunnen jullie genieten van onze derde 'Kei-
Goed-In-Je-Kot-krant'.

We vinden het steeds leuk om jullie te horen en berichtjes te lezen.

Je kan nog steeds je kot-verhaal naar ons opsturen!
Hebben jullie ook genoten van de verhalen van de andere
deelnemers van DE KEI?
Deze kan je ook lezen op onze website.

We wensen je heel veel leesplezier!
Groetjes van het ganse DE KEI-team!





DE KEI-VAKANTIES

We dagen jullie uit om deze **WOORDZOEKER** op te lossen. Dat kan alleen, samen met vrienden, samen met je begeleider ...
 We hopen dat het je een vakantiegevoel geeft!

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

BOOT
 CRUISESCHIP
 HOTEL
 MUGGENBEET
 POSTKAARTJE
 STAYCATION
 TREIN
 VLIEGTUIG

BOS
 HITTEGOLF
 IJSJE
 PARASOL
 SMELTEN
 TENT
 VAKANTIEHUIS
 ZONNEBRAND

CORONATEST
 HOSTEL
 MINIBUSJE
 PLATTELAND
 STAD
 TERRASJE
 VAKANTIEWERKING



Beste vakantiegangers van DE KEI vzw,

We vinden het fijn dat we jullie via deze krant kunnen laten weten hoe het gaat! We namen allemaal eerst vakantie in eigen tuin of dichtbij aan de zee en in de Ardennen. Door het mooie weer leken we soms wel in het zuiden van Frankrijk of onder de zomerzon in Italië.

Maar het kriebelt...

We beginnen te dromen van de winter!

En we duimen ook dat dit kan!

We zoeken naar vakantiebestemmingen waar we veilig naartoe kunnen. Natuurlijk moeten we rekening houden met maatregelen en regels maar toch proberen we een mooie winterbrochure voor jullie te maken.

Of alle vakanties kunnen doorgaan weet niemand...

Maar wij gaan, in ieder geval, ons uiterste best doen om een toffe winterbrochure te maken!

Wanneer deze winterbrochure in de brievenbus valt, hangt af van het einde van de zomer en van dat vervelende virus!

Duimen jullie mee?





DE KEI DAAGT JULLIE UIT!

MAAK EEN TIJDSCAPSULE

Verzamel herinneringen
en blik later terug
op deze corona-periode.

Hoe doen we dit?

1. Zoek en versier een doos.
2. Stop hierin alles wat je wil bewaren zoals een tekening, foto's, krantenknipsels, een wens voor jouw toekomstige zelf...
3. Sluit de doos en bewaar deze achter in een kast, onder je bed.



VERWEN JEZELF Ontspanning is gezond!

Hierdoor verminder je stress en beleef je meer plezier!

Dit kan je doen door:

1. Te luisteren naar ontspannende muziek.
Maak of beluister een lijst op YouTube of Spotify.
2. Je gezicht/lichaam in te smeren met een verzorgende crème om je huid van voldoende vocht te voorzien.
3. Jouw voeten te laten ontspannen in een voetbadje met warm water. Je kan enkele druppels kamille of lavendel in het water doen. Koud water helpt bij warm weer.



STROOI COMPLIMENTEN

Complimenten geven en krijgen maakt gelukkig!



Geef jezelf een compliment:

Schrijf op een post-it waar je goed in bent. Kleef deze op je spiegel en kijk regelmatig naar jouw eigen complimenten.

Geef een ander een compliment:

- **Kaartje:** maak een kaartje over wat de ander goed doet of kan. Dit kaartje kan je versturen of afgeven.
- **Digitaal:** typ een bericht over wat de ander goed doet of kan. Het bericht kan je versturen via mail, WhatsApp, sms, Facebook.



Heb je een leuke foto genomen
van jouw uitdaging?
Wil jij jouw foto delen?



via MAIL
cursuswerking@dekei.be

per POST
DE KEI vzw
Ter Rivierenlaan 152
2100 Deurne



Het coronavirus, wat is er nieuw?

Wanneer jullie dit krantje lezen, zijn er waarschijnlijk nieuwe maatregelen van start gegaan. Wij hopen alvast dat we groen licht krijgen voor onze cursuswerking. DE KEI kijkt uit naar een nieuwe start in de loop van het najaar. Maar... we moeten voorzichtig dromen, want het Corona-virus is er nog steeds. We brengen jullie zo snel mogelijk op de hoogte!



Ondertussen blijven we ons houden aan deze belangrijkste regels:



1. Blijf thuis als je ziek bent.



2. Was je handen vaak met water en zeep.



3. Hou minstens 1,5 meter afstand van anderen.



4. Draag een mondneusmasker op plaatsen waar het verplicht is en op drukke openbare plaatsen.



5. Beperk je fysieke contacten.





SCHRIJF JOUW KOT-VERHAAL EN STUUR HET ONS OP!

Wil jij graag jouw verhaal zien in het volgende krantje? **Geef een antwoord op de vragen**

hieronder en stuur je brief naar ons op:

DE KEI vzw, Ter Rivierenlaan 152, 2100 Deurne

Je mag ook een mailtje met jouw verhaal sturen naar:
cursuswerking@dekei.be

Hoe gaat het met jou? / Wat is er in jouw leven veranderd? / Wat heb je de afgelopen weken gedaan? / Wat vind je moeilijk tijdens deze periode? / Heb je iets nieuw geleerd? Zo ja, wat? / Wat wil je graag vertellen aan de andere deelnemers van DE KEI?



TIP VAN MAAND DE



Het is mogelijk om van thuis uit te reizen!

Wat je nodig hebt is een computer, tablet of smartphone met

internetverbinding (Wifi). **Tik in de zoekbalk Google Maps 'Reizen' in. Klik daarna op de eerste link.**

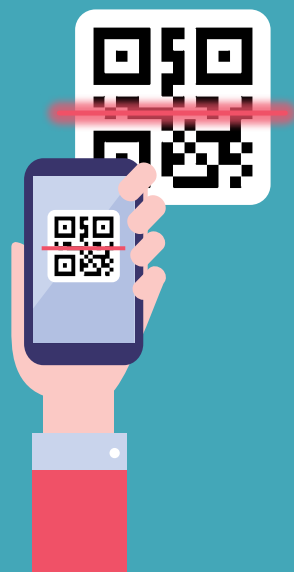
Met deze website kan je andere landen, culturen en natuurgebieden ontdekken. Bekijk panoramabeelden. Sta boven op de Eiffeltoren, maak een bergbeklimming of reis terug in de tijd.



HEB JE HET MOEILIK MET LEZEN?

Als je de QR-codes naast de teksten scant, hoor je een begeleider de tekst voorlezen. Om een QR-code te scannen moet je een **QR-code scanner** installeren op je smartphone of tablet.

Vraag eventueel hulp aan iemand uit je omgeving.



HOE GAAT HET IN JULLIE KOT?



17-6-2020

Op het terras in Oostduinkerke
met een glas wijn van Frankrijk zit
je te dromen als God in Frankrijk
aan de kust met een zeelries en een
hittige golf van de zon ben je aan het
luisteren zoals in Frankrijk en een
fijne duik in het water is dit geen
vakantie maar aan de Belgische kust
zonder dat mondmasker dat heel
lastig is denk je niets meer aan corona
en geniet van deze heerlijke dag

Gert



HET VERHAAL VAN *Kristof*

In onze mailbox ontdekten we het verhaal van Kristof. Dank je wel, Kristof!

Hoe gaat het met jou?

Met mij loopt alles op wieltjes.

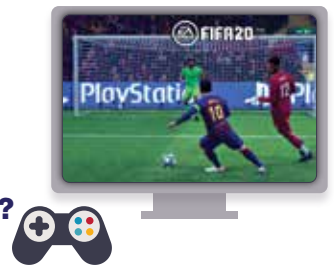
Wat is er in jouw leven veranderd?

Dat ik verdikt ben

Wat heb je de afgelopen weken gedaan?

Ik ben gaan wandelen, gaan fietsen.

Ik heb op de PlayStation 4 Fifa gespeeld, ...

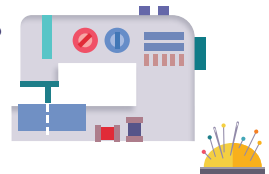


Wat vind je moeilijk tijdens deze periode?

Niet buiten kunnen komen.

Heb je iets nieuw geleerd? Zo ja, wat?

Ja, ik heb leren stikken met een naaimachine.



Wat wil je nog graag vertellen aan de andere deelnemers van DE KEI vzw?

Dat ze goed de maatregelen nakomen.

HET VERHAAL VAN *Nicole*

Hoe gaat het met jou?

Met mij gaat het goed.

Wat heb je de afgelopen weken gedaan?

Gisteren ben ik gaan fietsen met mijn familie.

Ik volg online dwarsfluitles. Voor het winkeltje heb ik kaartjes en bloembandjes gemaakt.

Wat vond je moeilijk?

Dat ik mijn familie niet mocht zien.

Niets mocht meer! Nu kan ik terug naar de winkel!

Ik hoop dat alles snel terug normaal is.

Wat wil je nog vertellen aan DE KEI vzw?

Niet opgeven, het komt goed!



HET VERHAAL VAN *An*

Hoe gaat het met jou?

Ik voel me goed en rustig.

Wat heb je de afgelopen weken gedaan?

Het voorbije weekend ben ik met mijn ouders

naar zee geweest. Dit heeft me deugd gedaan. Ook ben ik vaak gaan wandelen in het stadspark. Donderdag is er een uitstap gepland naar Planckendael.

Wat is er in jouw leven veranderd?

Ik ben niet meer kunnen gaan werken.

Ik vind het lastig om mijn familie en vrienden niet te mogen vastnemen. Maar het moeilijkste was het afscheid van mijn oma. Zij is enkele weken geleden overleden.

Wat wil je nog vertellen aan DE KEI vzw?

Lieve wensen aan mijn vrienden van DE KEI.



HET VERHAAL VAN *Stijn*

Het volledige verhaal van Stijn

kan je lezen op de website www.dekei.be

Hoe gaat het met jou?

De voorbije maanden waren voor mij een zware tijd omdat mijn meter aan het virus is overleden.

Op het werk hebben ze speciale maatregelen genomen.

Ik heb 4 weken gestempeld. Er zijn vele activiteiten afgelast.

Ik houd contact met mijn broer via smartphone.

Het is nu het moment om te doen waar je anders niet toekomt.

Rust is welkom!



HET VERHAAL VAN *Wendy*

Wendy kregen we per post een briefje. Heel fijn Wendy!

Hoe gaat het met jou?

Goed, maar ik ben de corona beu. Dat het maar rap voorbij is!

Wat is er in jouw leven veranderd?

Dat ik nog niet bij mijn broer mag slapen en bij Heidi.

Wat heb je de afgelopen weken gedaan?

Ik heb gehaakt, diamant paint, wafels gebakken, en de stad bezocht. Met de begeleiding en vriendin Cindy, zijn we iets gaan drinken in de stad.



Wat vind je moeilijk tijdens deze periode?

Dat ik niet op reis kan gaan. En geen cursus kan meedoen.

Heb je iets nieuw geleerd? Zo ja, wat?

Haken, diamant paint en schilderen op nummer.

Wat wil je nog graag vertellen aan DE KEI vzw?

Dat DE KEI super tof is!





HET VERHAAL VAN *Marija*

Ook Marija had haar kotverhaal naar ons gemaild.

Hoe gaat het met jou?

Met mij gaat het goed.



Wat is in je leven veranderd?

Sinds einde mei mag ik terug werken in de bib.

In de kribbe en het schooltje kan ik nog niet werken.

Mijn thuiszorg en poetshulp komen nu ook terug.

Wat heb je afgelopen weken gedaan?

Ik heb me de afgelopen weken niet verveelt.

Ik wandel vaak met mijn ouders. Ik fiets en rolschaats.

Ik heb nieuwe rolschaatsen gekregen van mama.

Samen met m'n nichtje gaan we schaatsen in Haasrode.

Met mijn begeleidster was ik in het park van Meise.

Ik lees tijdschriften en luister naar muziek.

Ik heb met mama bloemen geplant op het terras.

Ik kijk ernaar uit om terug te zwemmen.



Heb je iets nieuw geleerd?

Ik heb met de thuiszorg geleerd om gist deeg te maken

en geleerd om toestellen te gebruiken bij fysio voor mijn rug.

Wat wil je nog graag vertellen aan de deelnemers van DE KEI vzw?

Hou je bezig met leuke dingen. Geniet van het leven

en kijk niet te veel naar corona op tv, want dat maakt je depri.

Je mag proberen blij zijn met wat jij hebt.





HET VERHAAL VAN *Cindy*

Een briefje van Cindy in de bus,
dank je wel Cindy!

Hoe gaat het met jou?

Goed, al ben ik de corona beu!
Dat het rap voorbij is!

Wat is er in jouw leven veranderd?

Dat ik in het weekend niet bij mijn ouders en vriend mag slapen.

Wat heb je de afgelopen weken gedaan?

Ik heb bezoek gehad van mijn vriend, ik ben naar de stad
geweest met mijn begeleiding en vriendin Wendy.

Wat vind je moeilijk tijdens deze periode?

Dat wij nog niet alleen mogen winkelen en iets gaan drinken.

Heb je iets nieuw geleerd? Zo ja, wat?

Breien en diamant paint.

Wat wil je nog graag vertellen aan DE KEI vzw?

Dat DE KEI kei tof is!





SPEEL JE MEE ?

AFRIKAANSE OLIFANT



Met steun van de Vlaamse overheid



Vlaanderen
verbeelding werkt

Vermijd reprobeltaksen voor
het maken van kopieën.
Neem contact op met
de verantwoordelijke uitgever:
Sus Maerschalk.