

OZL ADVENT KALENDER



1
Wie kan je vandaag verwennen met een maaltijd of iets lekkers? Wie zou dit in deze tijd goed kunnen gebruiken?

2
Wie kan je verrassen met een gedicht en een kleinigheidje? Wie maakte er dit jaar iets grappigs mee en kan je daar nu, namens Sint, de draak mee steken, op een leuke manier?



3
Heeft er een leerling hulp nodig bij het kopen van een cadeautje of bij het maken van een surprise? Er is nog tijd om dit samen op te pakken.



4
Dit is een drukke tijd, voor iedereen. Het is goed om voor jezelf te zorgen. Wat heb jij nodig om even op te laden? Een warme douche, een leuke film of comfortfood. 'Selfcare' is niet egoïstisch, het is een investering.



5
Sinterklaasviering op school? Leuk om te streamen naar de leerling thuis (bijv. met KlasseContact) of verras hem/haar met een bezoek van Sint en/of Pieten.



6
Zoek uit wat 'hygge' is en pas dit vandaag toe.



7
Ken jij iemand die eenzaam is of zich eenzaam voelt? Er zijn allerlei initiatieven. Is er iets wat jij kan doen. Kijk [hier](#) ter inspiratie..

8
Vandaag is het wereldlichtjesdag. Wie mis jij? Steek daar vandaag een kaarsje voor op.



9
Maak een herfstwandeling in de buitenlucht. Extra lekker smaakt daarna een warme chocolademelk..



10
Een dag niet gelachen is een dag niet geleefd.. Lachen zijn positieve vibes.. en voor je het weet besmet je anderen er mee!

11
Maak met de klas ornamenten voor in een klein kerstboompje, doe daar lichtjes in en breng deze naar een leerling of collega die al lang thuis is.



12
Doe vandaag eens iets liefs voor jezelf.



13
Er zijn heel veel jonge mantelzorgers, ook op school. Weet je wie dit zijn? Vraag hoe het met hen gaat, maak even tijd voor hen vrij! Filmpje over mantelzorgers vind je [hier](#).

14
Wie verdient een kerst-/nieuwjaarswens? Kleine moeite om dit vandaag te regelen, toch?



15
Wat betekent opgroeien in armoede en over wie gaat dit eigenlijk? Bespreek je dit wel eens met de mensen om je heen? Om dit onderwerp in een klas in te leiden, vind je [hier](#) een mooi filmpje over dit onderwerp.



16
Grote kans dat er deze week een Kerstviering in je omgeving is. Kan je iets of collega doen voor de leerling die er niet is en al een tijd op school gemist wordt?



17
Wat leer jij de kinderen en jeugd om je heen over dankbaarheid? Uit onderzoek blijkt dat mensen die met meer dankbaarheid in het leven staan, gelukkiger zijn en minder kans hebben op psychische klachten. Genoeg reden om te beginnen met opsommen waar je dankbaar voor bent en vooral delen met de jeugd om dit ook te doen.



18
Vandaag start de actie van het glazen huis van 3fm serious request. Dit jaar wordt er geld ingezameld voor Metakids. Wat een metabole ziekte is vind je [hier](#).



19
Vandaag een dagje digitale detox. Tijd om te beginnen aan een lees-challenge op te stellen voor 2025

20
Neem vandaag tijd om uit te zoeken wat IKIGAI is en wat dit voor jou betekent.



21
Vandaag is het de kortste dag van het jaar.. doe lekker veel kaarsjes en lichtjes aan



Hoop is een lichtje in je hart, dat vandaag moed geeft en morgen kracht

22
De winter begint vandaag. Een mooie dag om samen een legpuzzel of gezelschap-spelletjes samen te doen..



23
Kijk terug op het afgelopen jaar. Wat waren jouw geluksmomenten? Maak voor 2025 een doos en vul deze met je geluksmomenten door ze op mooie briefjes te schrijven, foto's of kleine souvenirjes.



24
OZL.NU wenst u fijne feestdagen en een gelukkig en gezond 2025

