

doe-
boekje

J'E.F



Choums odyssee

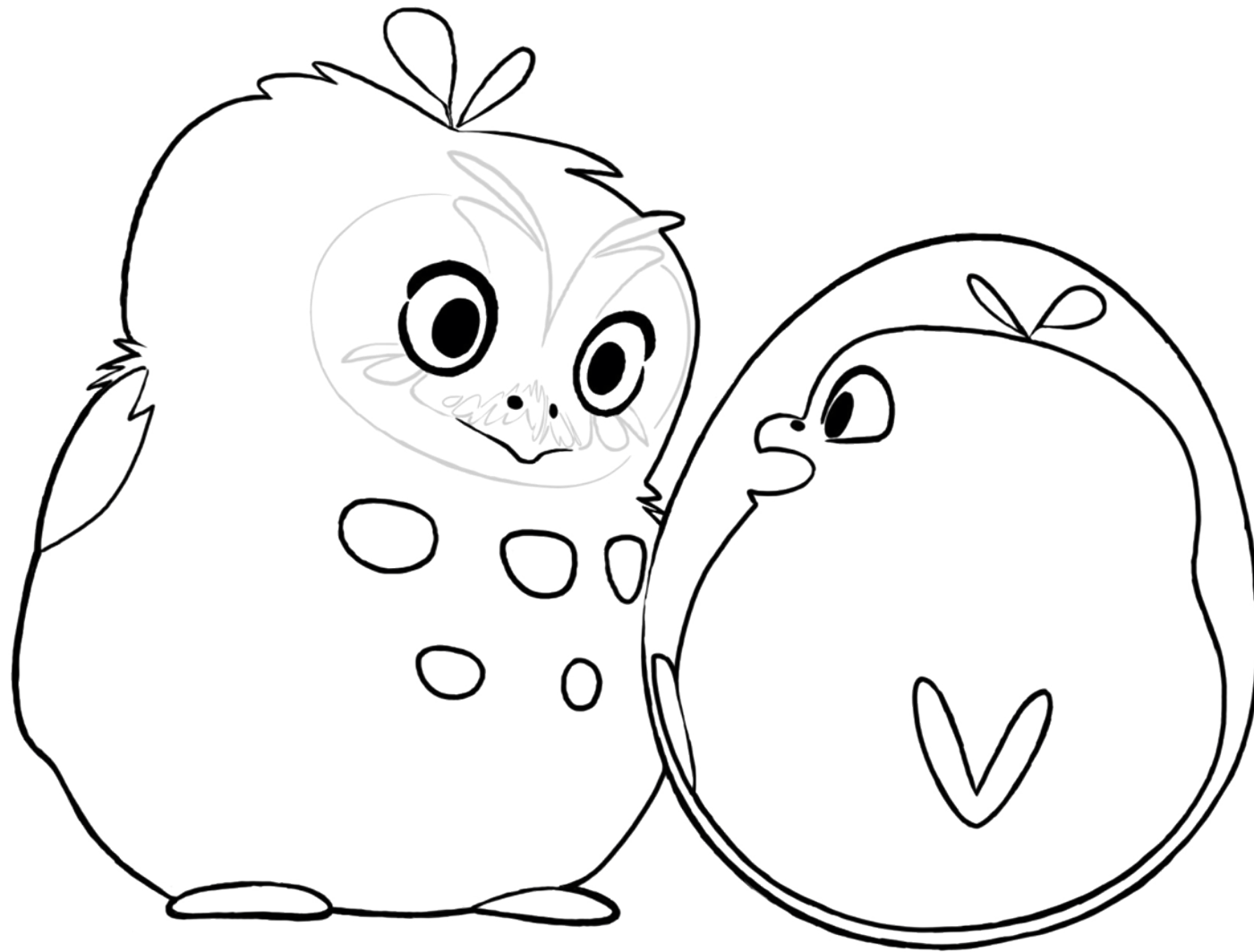
Choums odyssee

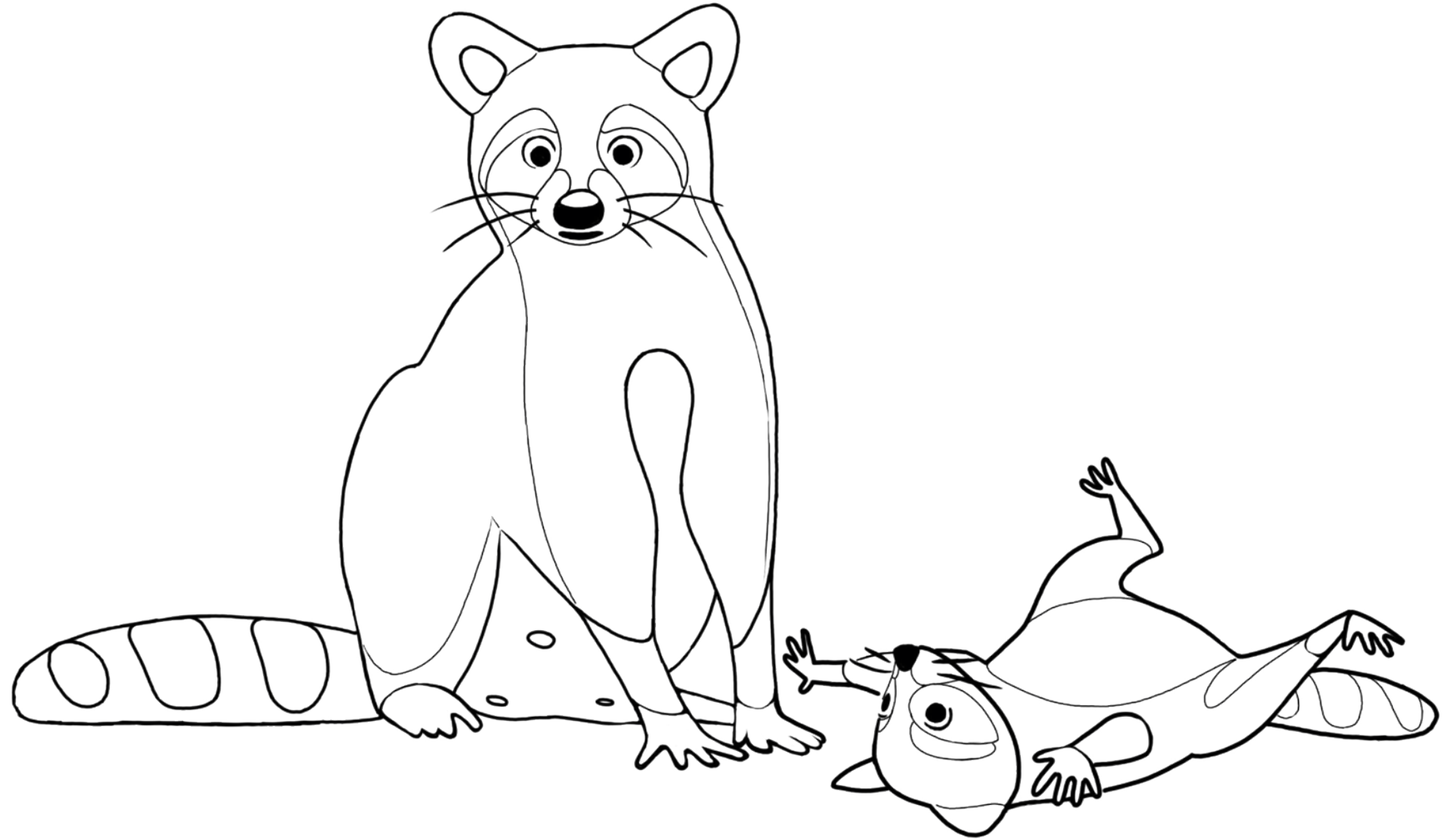
Terwijl de storm raast over het moeras, komt uiltje Choum uit het ei gekropen. Hij wordt meteen uit het nest geblazen... en met een extra ei op de rug, trippelt Choum het moerasbos in, vastbesloten om een moeder te vinden voor zichzelf en het ei. Zelfs als die moeder een alligator of een wasbeer blijkt te zijn.

Meer info over de film vind je op jeugdfilm.be/film/choums-odyssee

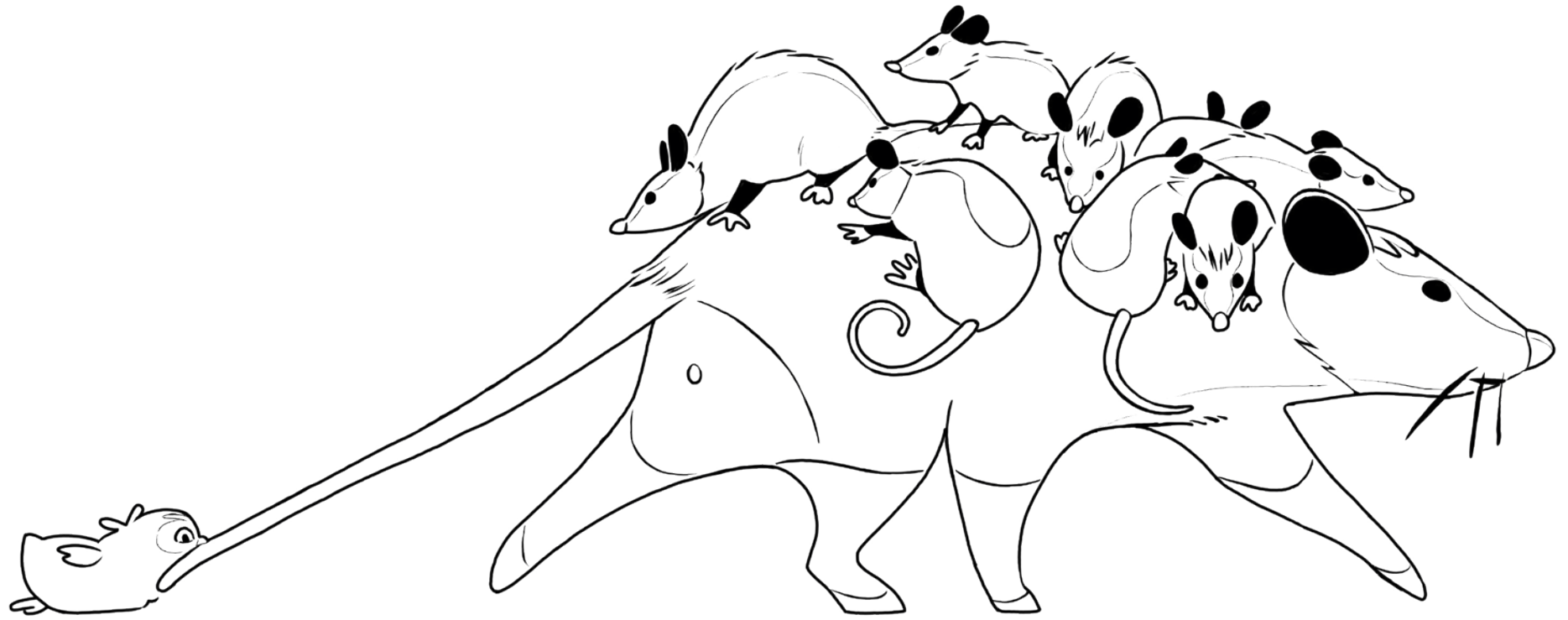
Ben je leerkracht? Surf voor lesmateriaal, schoolvertoningen en workshops naar professionals.jeugdfilm.be/film/choums-odyssee















Een kom vol vitamine en vogelzaad



Ingrediënten:

Smoothie:

- 2 grote rijpe bananen, in grove stukken gesneden en bevroren
- 70 ml amandelmelk of yoghurt - je kan ook een andere soort (vervang) melk gebruiken, kijk gewoon welke bus open in je frigo staat
- 30 gr havervlokken
- 1 el pindakaas of een andere notenpasta (hoeft niet)

Toppings (kies zelf wat je lekker vindt en in huis hebt):

- Een halve banaan in schijfjes
- Cashewnoten (eventueel even roosteren in de oven)
- Havervlokken (eventueel even roosteren in de oven)
- Kokosrasp (eventueel even roosteren in de oven)
- Pompoenpitjes (Choums favoriet)
- Lijnzaad
- Hennepzaad
- Chiazaad
- Zonnebloempitten
- Een lepeltje honing of notenpasta
- Andere notjes naar keuze (eventueel even roosteren in de oven)

Bereiding

Stap 1

Doe de bevroren banaan, melk of yoghurt, havervlokken, en notenpasta (als je die gebruikt) in een blender en blend tot alles een glad geheel vormt. Vergeet zeker niet om het deksel goed dicht te doen. Vraag aan een volwassene om eventjes te helpen met de blender in elkaar te zetten en let op voor je vingers!

Stap 2

Lepel het geheel in een kommetje. Top jouw kommetje met bananenschijfjes, notjes, zaadjes en kokosrasp zoals je zelf wil. Als je het nog een beetje zoeter wil, kan je een lepeltje honing of notenpasta toevoegen.

Stap 3

Extra: Wil je de notjes roosteren in de oven? Stel de oven in op 180°. Neem een bakplaat en bedek die met bakpapier. Verdeel de notjes, haver en kokosrasp over de bakplaat. Zet de bakplaat in het bovenste deel van de oven en bak de notjes 10 minuten of tot ze goudbruin zijn. Vraag ook hiervoor even aan een volwassene om te helpen. De oven is warm dus het is belangrijk om voorzichtig te zijn.

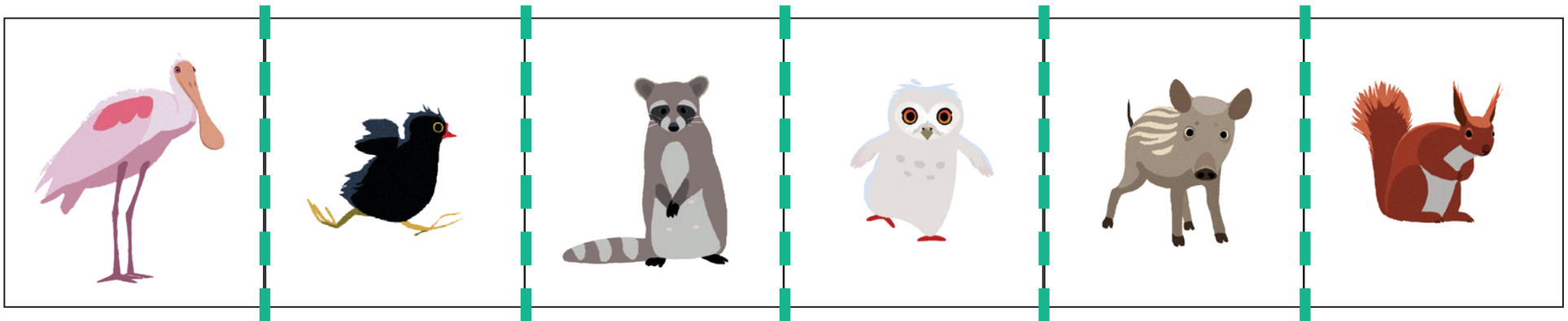
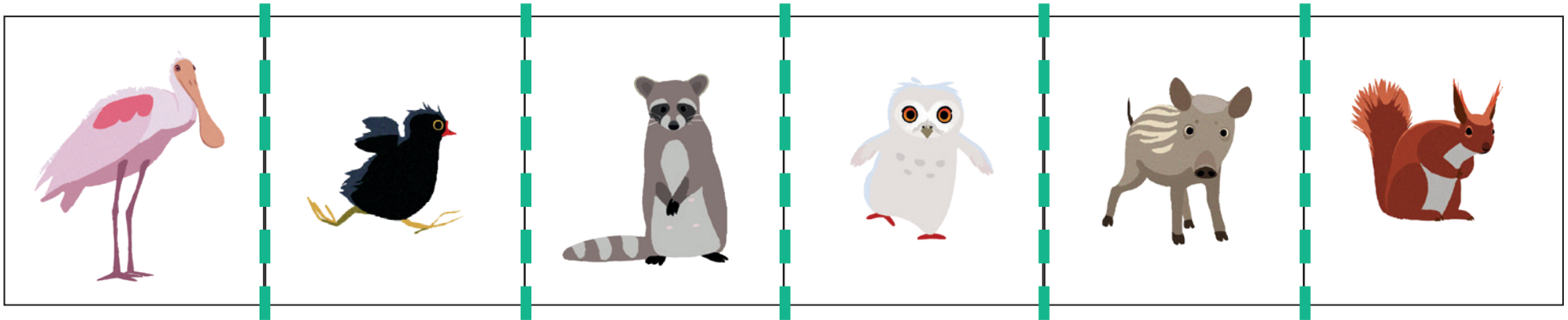
Stap 4

Geniet met volle teugen van je kommetje vitaminen en vogelzaad!



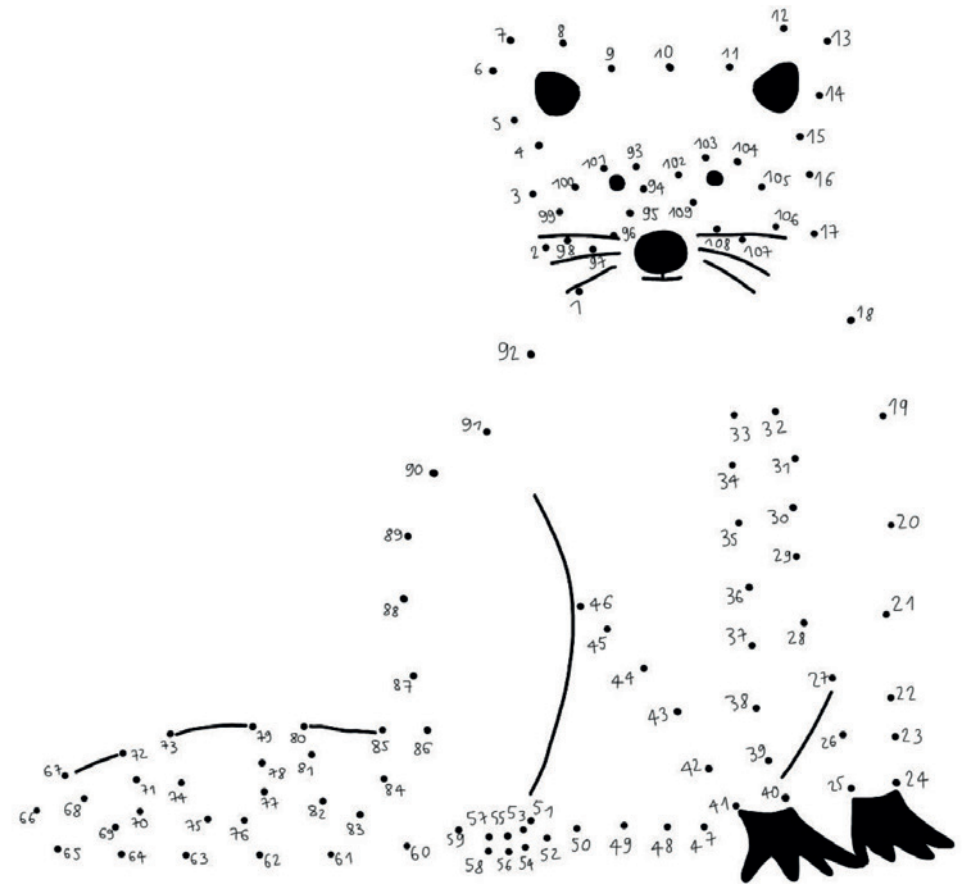
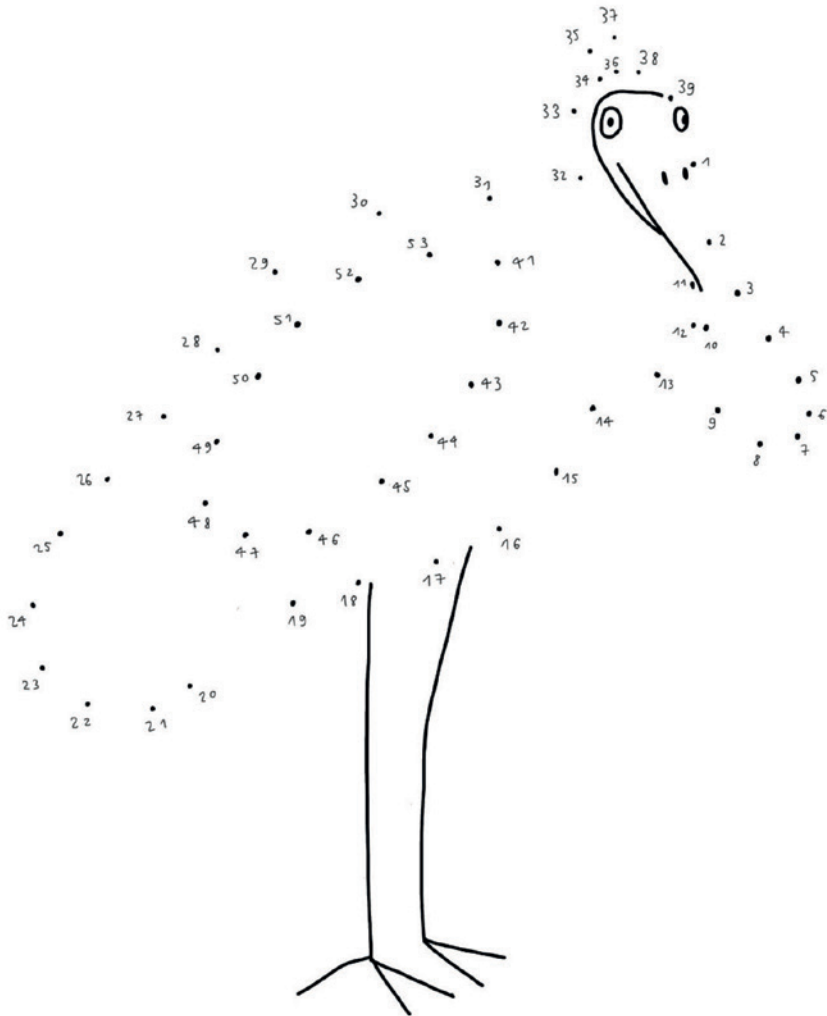
Geheugen spel

Knip alle vakjes uit, draai ze om, mix ze onder elkaar. Zoek de kaartjes met dezelfde figuur op.



Verbind de puntjes

In *Choums odyssee* komen er verschillende dieren aan bod, die je misschien ervoor nog niet kende. Ontdek welke twee dieren hier verdwenen zijn, door de punten te verbinden. Daarna kan je ze inkleuren naar je eigen smaak.



Meer doe-tips

Je eigen uiltje maken met dennenappels en watjes



Een pop-upkaart maken van Choum



Op de volgende pagina vind je de elementen om de pop-up kaart te maken.

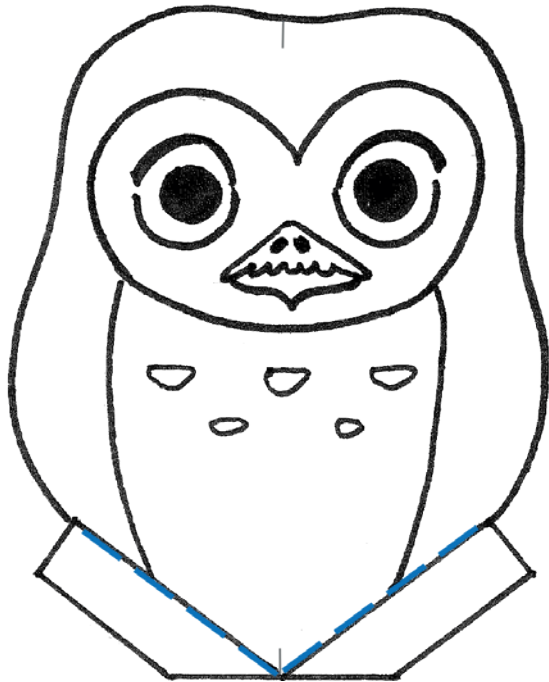
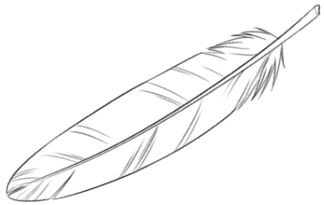
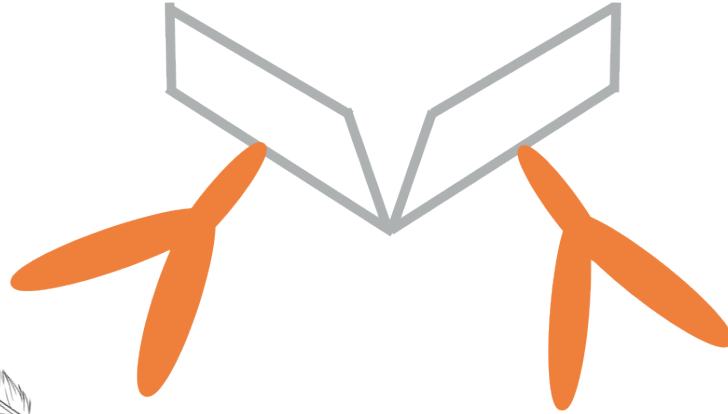
Kleur eerst het lichaam van het uiltje, de vleugels en de pluimen op de kaart in, voordat je ze uitknijpt.

Plooi het lichaam van Choum in twee. Plooi ook de onderste twee rechthoeken op de blauwe lijn. Lijm vervolgens de vleugels aan het lichaam.

Plooi de kaart in twee (er is een zwart streepje onderaan, om je te helpen). En breng lijm aan, op de grijze rechthoeken.



Bevestig tenslotte Choum, door beide rechthoeken (die van het lichaam en van de kaart) op elkaar te drukken.





Co-funded by the
Creative Europe MEDIA Programme
of the European Union



 **Vlaanderen**
verbeelding werkt