



DINO EDITIE

Recepten
Kleurplaten
Knutsel ideeën
Posters
Er op uit!



BOUW JE
EIGEN T-REX



MAAK JIJ VAN
EEN FOSSIEL WEER
EEN DINO ?



Hét kindermagazine voor
een offline ontdekkingsreis!





Hey hoi! Ik ben **Pip de Pinguin**,

in een wereld waar technologie en schermen vaak de overhand nemen, is het mijn doel om kinderen en hun ouders te inspireren om weer meer **offline te spelen**, te creëren en buiten te zijn!

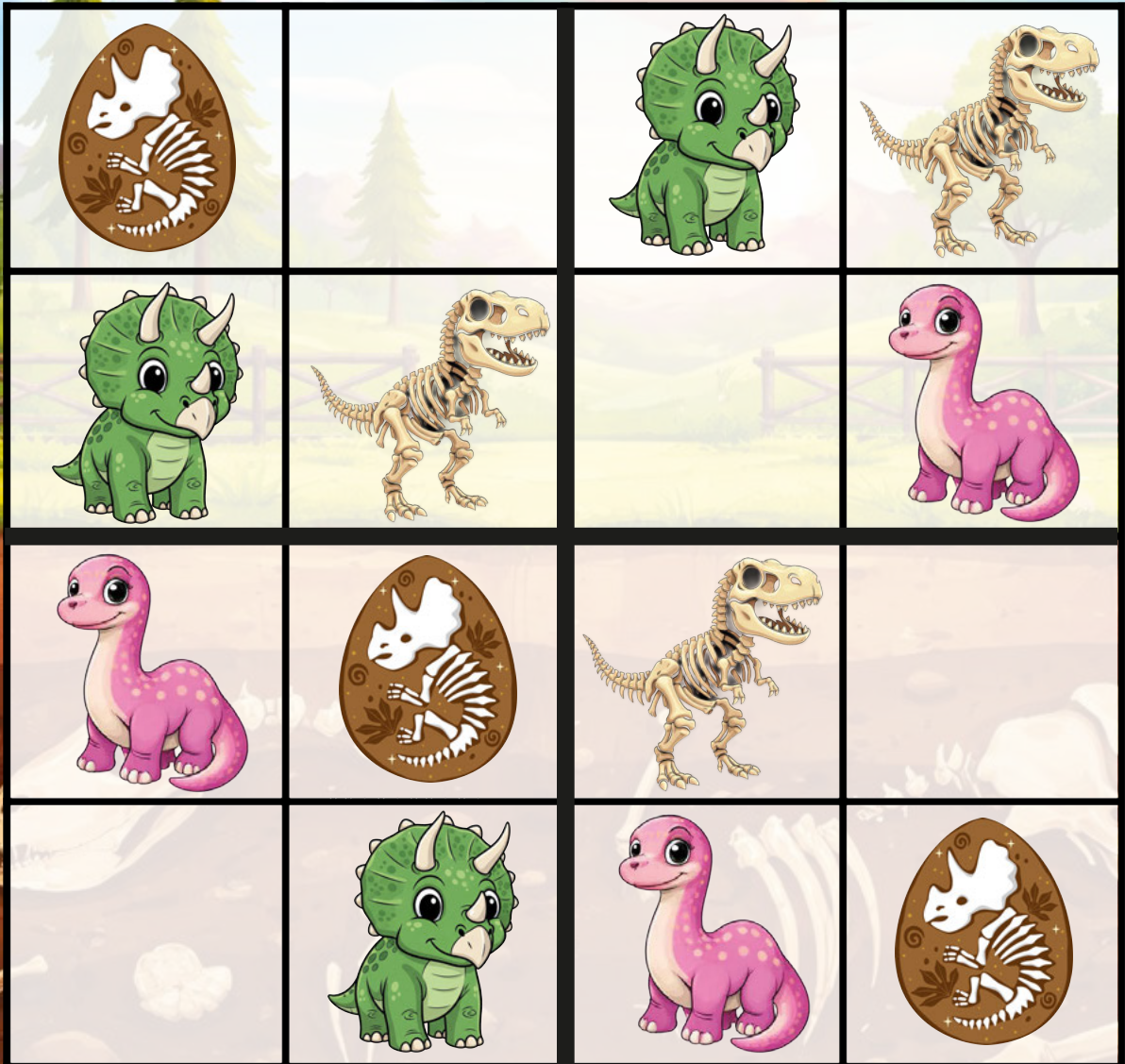
Ik geloof dat het belangrijk is om kinderen niet alleen in contact te brengen met de digitale wereld, maar vooral ook met de fysieke en **creatieve wereld** om hen heen. Door kinderen aan te moedigen om met hun handen te werken, hun verbeelding te gebruiken en de **natuur** te verkennen, ontwikkelen ze niet alleen belangrijke vaardigheden, maar versterken ze ook hun zelfvertrouwen en geestelijke gezondheid.

SpeelStation is een magazine dat zich richt op het stimuleren van creatieve activiteiten zoals knutselen, tekenen en buitenspelen. Hierin bied ik een breed scala aan praktische ideeën, van kook- tot knutseltips en uitdagingen die kinderen samen met hun ouders kunnen ontdekken! Mijn missie is om ouders handvatten te geven om hun kinderen te ondersteunen in deze offline ontdekkingsreis en om ze op die manier **samen te brengen** in een wereld van verbeelding en avontuur, buiten de digitale grenzen.

Ik heb zin om de wereld buiten de schermen te ontdekken, te creëren en te spelen, gaan jullie allemaal mee?



DINO SUDOKU



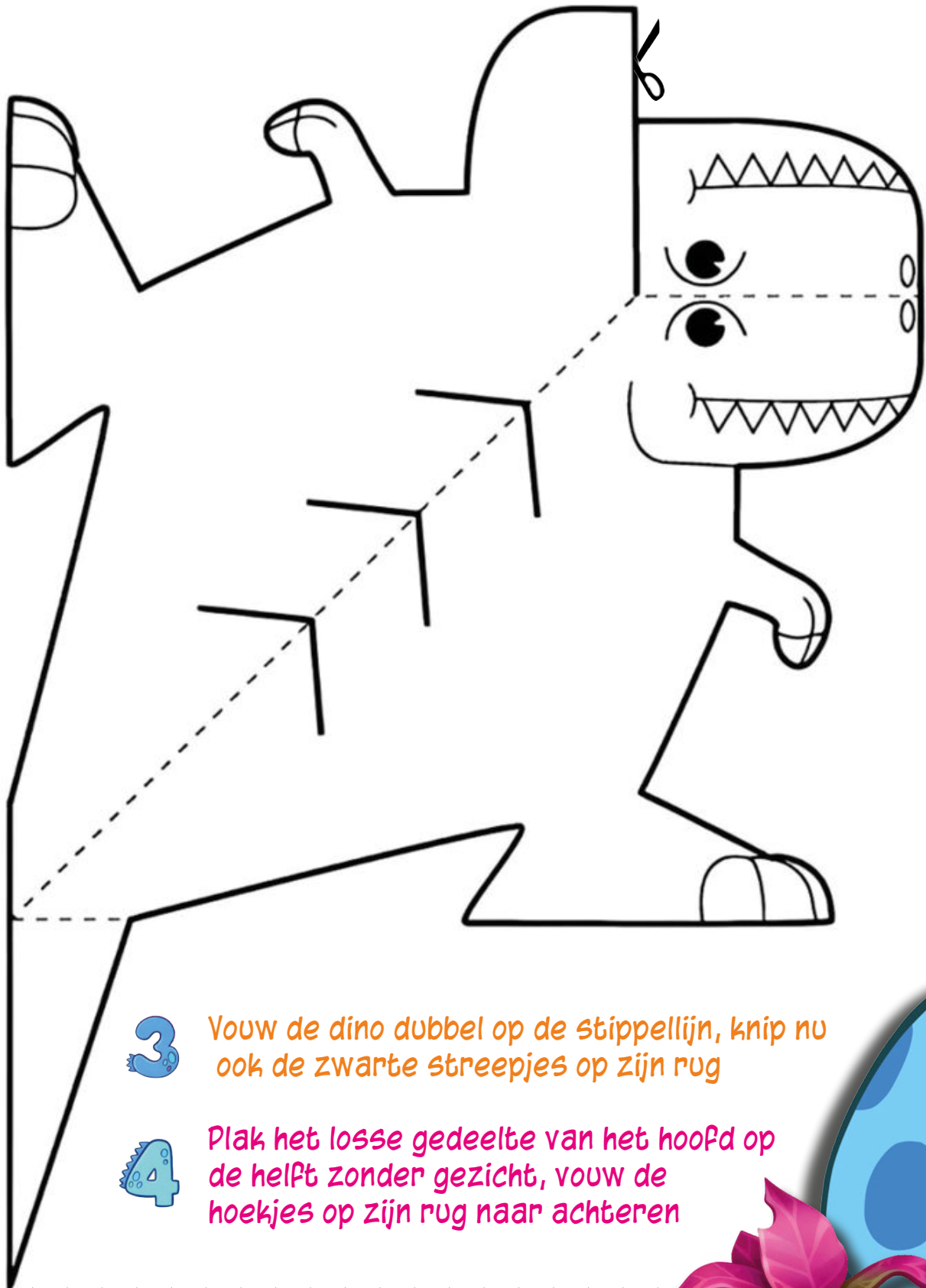
JE EIGEN T-REX



Kleur de dino zoals jij mooi vindt



Knip de dino uit langs de dikke zwarte lijn

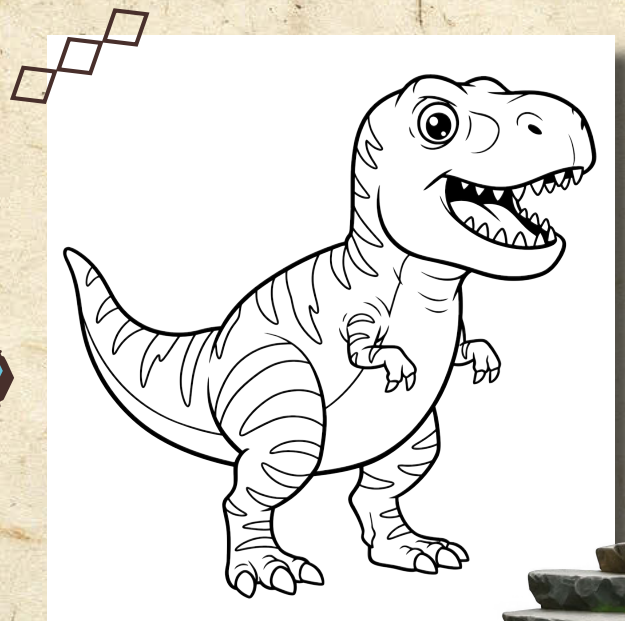
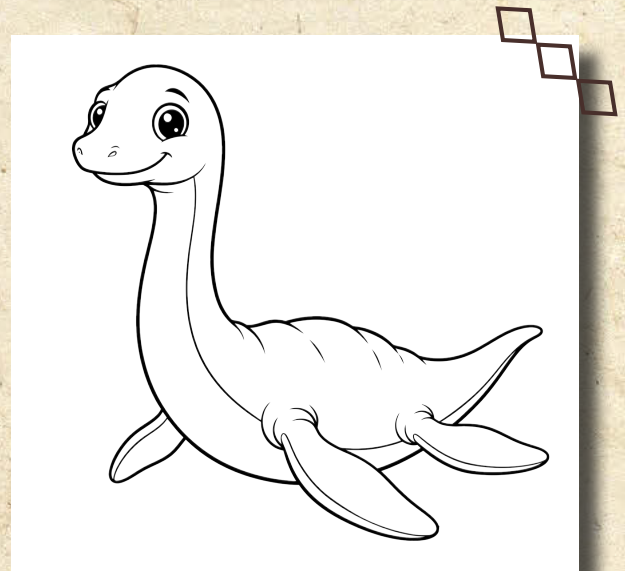
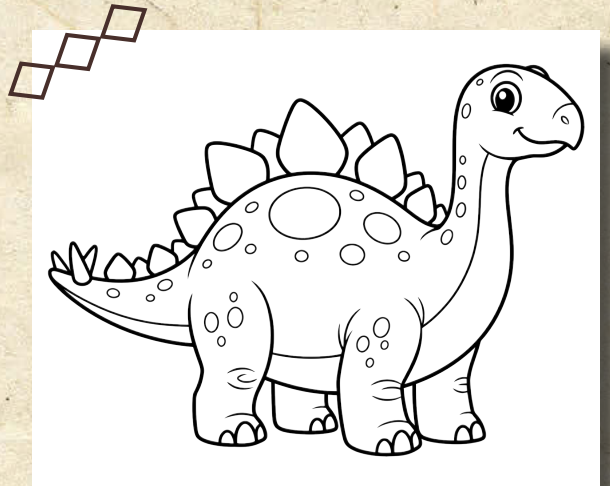
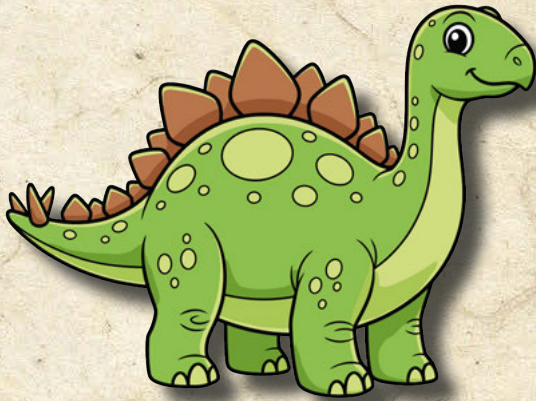


Vouw de dino dubbel op de stippellijn, knip nu ook de zwarte streepjes op zijn rug



Plak het losse gedeelte van het hoofd op de helft zonder gezicht, vouw de hoekjes op zijn rug naar achteren

KLEUR HETZELFDE



WOORDZOEKER

Fossiel

Trex

Ei

Poot

Skelet

Staart

Tanden

Botten

Vulkaan

Dino

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



BESTE OPVOEDERS,

In een wereld vol schermen is het soms een uitdaging om de juiste balans te vinden. Natuurlijk zijn tablets en telefoons handig én leuk, maar af en toe even loskomen van het scherm biedt ruimte voor iets waardevols: zelf ontdekken, creatief zijn en écht spelen.

Buiten ravotten, iets knutselen of fantaseren met een paar blokken – het stimuleert de fantasie, motoriek én het zelfvertrouwen van je kind. Verantwoorde schermtijd kan zeker, maar afwisselen met speelse, creatieve momenten zorgt voor een gezonde balans!

Met *SpeelStation* willen we jullie als ouders inspireren én praktische handvatten geven om op een makkelijke manier het spelenderwijs ontdekken en creatief bezig zijn te stimuleren. Want het hoeft echt niet perfect – als het maar plezier geeft! En zeg nou zelf... die stralende blik na een zelfgemaakt kunstwerk of een verzonnen spelletje? Daar kan geen scherm tegenop!

Colofon

SpeelStation Magazine

2e jaargang – Editie 1

Dit magazine wordt uitgegeven door DNB Groep in samenwerking met *SpeelStation*. Het is een informatief magazine dat kinderen en ouders inspireert tot meer offline ontdekkingsreizen.

Uitgever

DNB Groep | www.dnbgroep.nl

In samenwerking met

SpeelStation | www.magazinespeelstation.nl

Copyright © 2025

De uitgever en *SpeelStation* zijn niet verantwoordelijk voor de inhoud van de advertenties. Niets uit deze uitgave mag geheel of gedeeltelijk worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar worden gemaakt op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever of *SpeelStation*.



TRAKTATIEDEE



Deel jij dinosaurus eieren, dino tanden en dino poepjes uit?



Pak een leuk zakje of bekertje en vul het met:

- ✕ CHOCOLADE PINDA'S ALS DINO-EIEREN
- ✕ BUGELS ALS DINO-VINGERS
- ✕ MALTESERS ALS DINO-POEPJES



Sluit het zakje af met een lintje of een dino-sticker en... klaar is je dino-feesttraktatie!

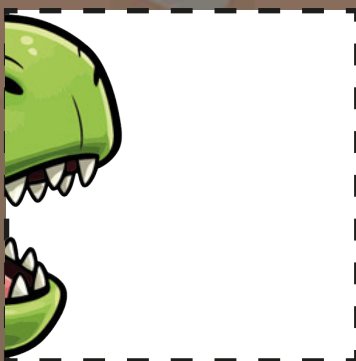
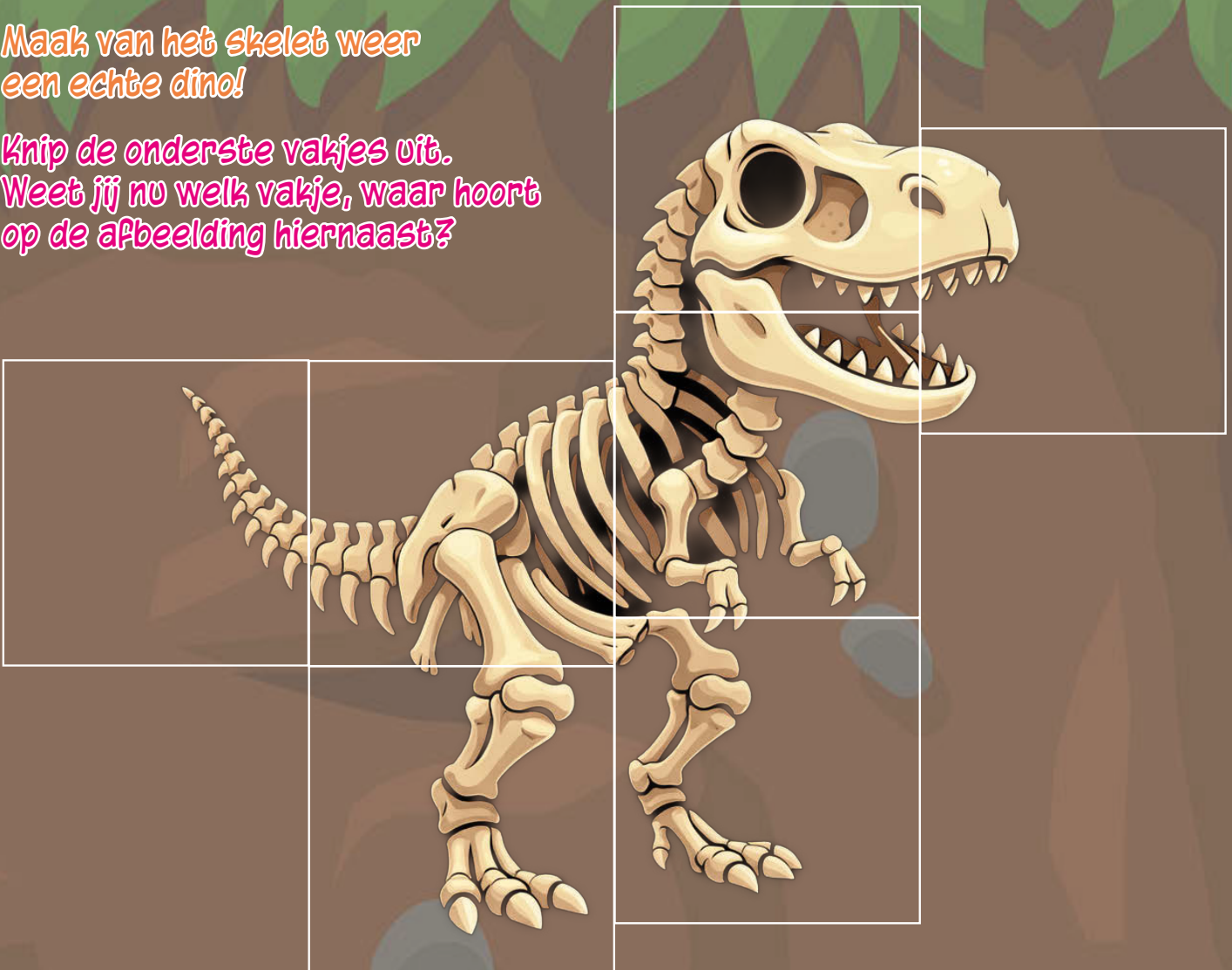
EXTRA LEUK: Hieronder vind je dino-kaartjes die je kunt kopiëren, uitknippen en op je zakje of bekertje kunt plakken. Zo maak je jouw traktatie helemaal in dinosaurusstijl!



MAAK DE DINO HEEL

Maak van het skelet weer
een echte dino!

Knip de onderste vakjes uit.
Weet jij nu welk vakje, waar hoort
op de afbeelding hiernaast?





BUITEN SPEUREN

Ga lekker buiten speuren, net
als een archeoloog op zoek
naar dinosaurus botten!



iets roods



iets ronds



iets wat prikt



iets wat beweegt



iets geels



iets wat ritself



iets zachts



iets wat stinkt



iets glibberigs



iets wits



iets vierkants



iets hards



DINO'S EGGHUNT

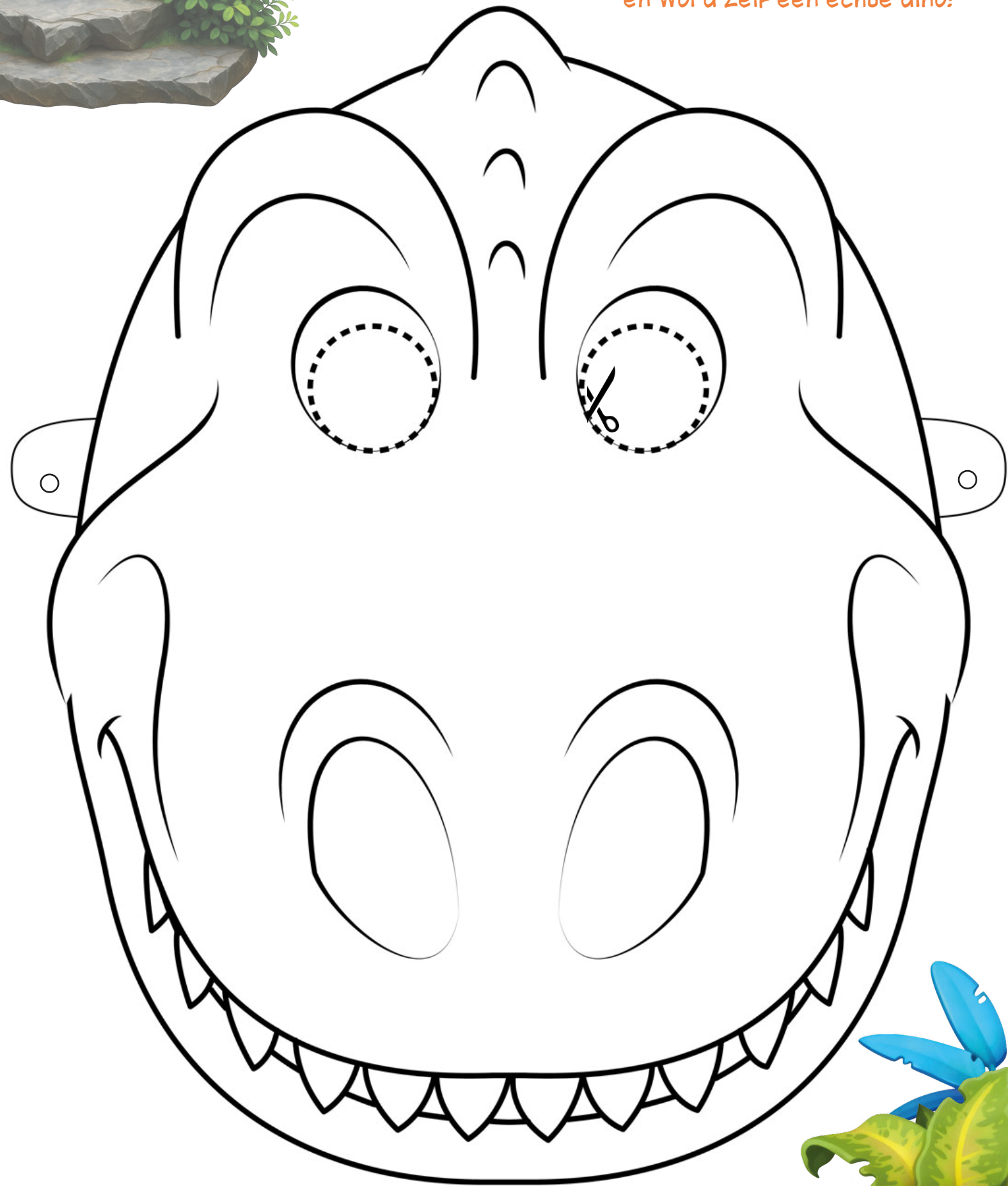






DINO MASKER MAKEN

Kleur het masker in, plak deze pagina op een dik papier
en knip het masker uit. Maak elastiekjes door de oren
en word zelf een echte dino!



KOOKSELS FOSSIEL KOEKJES



Wat heb je nodig?

- × 1 ei
- × 200 gram bloem
- × 100 gram suiker
- × 100 gram boter (zacht)
- × 1 zakje vanillesuiker
- × Snufje zout
- × Je favoriete dino's!

Zo maak je ze:

1. Meng de boter en suiker tot een romig mengsel.
2. Voeg het ei en de vanille toe en roer goed door.
3. Doe de bloem en het zout erbij en kneed het tot deeg.
4. Rol het deeg uit en steek er rondjes uit.
5. Pak nu je favoriete dino's en druk ze in de koekjes, zo krijg je de vorm van een fossiel!
6. Leg ze op een bakplaat met bakpapier.
7. Bak ze in de oven op 180°C ongeveer 12–15 minuten tot ze goudbruin zijn.
8. Laat de koekjes afkoelen... en smullen maar!

TIP: gebruik eetbare verf of -stiften om de fossielen een mooi kleurtje te geven!



KLEUREN OP NUMMER



1

2

3

4

5

VOOR DE OPVOEDERS

Opvoeden in een wereld vol schermen – waarom buiten ontdekken zo belangrijk blijft

Schermen zijn niet meer weg te denken uit het dagelijks leven. Tablets aan tafel, filmpjes in de auto en huiswerk op de laptop. Digitale media bieden gemak, ontspanning en leerzame momenten. Tegelijkertijd worstelen veel ouders met dezelfde vraag: hoeveel schermtijd is eigenlijk gezond voor mijn kind?

Onderzoek laat zien dat jonge kinderen vooral leren door te bewegen, te voelen, te proberen en contact te maken met anderen. Buiten spelen, bouwen, klimmen, rennen en fantaseren stimuleren niet alleen de motoriek, maar ook creativiteit, sociale vaardigheden en emotionele ontwikkeling. Wanneer schermen te veel ruimte innemen, komen deze essentiële ervaringen onder druk te staan.

Richtlijnen voor schermtijd per leeftijd:

- 0–2 jaar** Bij voorkeur geen schermtijd, behalve kort videobellen met familie. In deze fase ontwikkelen hersenen zich het best via echte interactie.
- 2–4 jaar** Maximaal 1 uur per dag, bij voorkeur samen met een ouder. Kies voor rustige, educatieve content.
- 4–8 jaar** Ongeveer 1 uur per dag. Zorg voor voldoende afwisseling met buitenspelen en creatief spel.
- 8–12 jaar** Tussen 1 en 2 uur per dag, met duidelijke afspraken en schermvrije momenten.
- 12 jaar +** Geen vaste tijdslimiet, maar wel balans: voldoende beweging, slaap, schoolwerk en sociaal contact blijven leidend.

Langdurig en intensief schermgebruik wordt in verband gebracht met dingen zoals verminderde concentratie en leerprestaties, slechter slaapritme door prikkels en blauw licht. Maar ook kan het zorgen voor minder beweging en verhoogde kans op overgewicht en sneller overprikkeld of emotioneel onrustig gedrag. Dat betekent niet dat schermen 'slecht' zijn, maar wel dat balans cruciaal is.

Praktische tips voor meer balans:

- ✗ Maak vaste schermmomenten (bijvoorbeeld na het avondeten)
- ✗ Houd maaltijden en slaapkamers schermvrij
- ✗ Geef zelf het goede voorbeeld
- ✗ Stimuleer buiten spelen – ook bij minder mooi weer
- ✗ Bied alternatieven: knutselen, bouwen, lezen, sporten

Digitale media zijn een vast onderdeel van het leven van nu, maar kunnen het echte leven niet vervangen. Juist door bewust grenzen te stellen aan schermtijd en kinderen volop ruimte te geven om buiten te spelen, te ontdekken en te bewegen, leggen we een sterke basis voor hun gezondheid en ontwikkeling. De mooiste avonturen vinden vaak niet op een scherm plaats, maar gewoon buiten, in de echte wereld.



SCHERMTIJD OP?



Heb je geen schermtijd meer? Geeft niks! Er zijn genoeg andere leuke dingen te doen! Knip al deze kaartjes uit en stop ze in een mooie pot. Trek een kaartje na je schermtijd en ontdek wat je nu gaat doen!



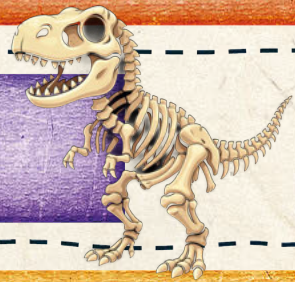
Verzin een dansje op het Dino Lied

Maak een schatkaart



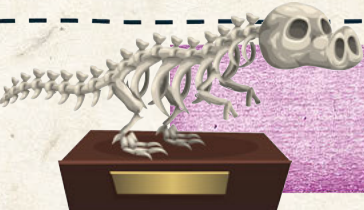
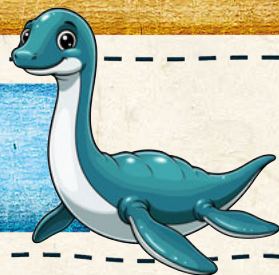
Maak een kaartje en geef die aan iemand

Maak een stamboom van je Familie



Doe alle houdingen van de Dino Yoga

Maak een plattegrond van je huis



Maak een "de-vloer-is-lava" parcours

Speel een potje "Dino's erger je niet" met je Familie



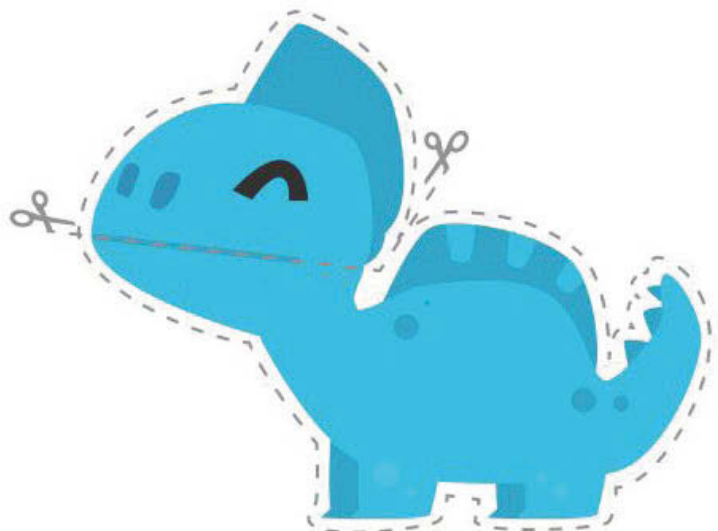
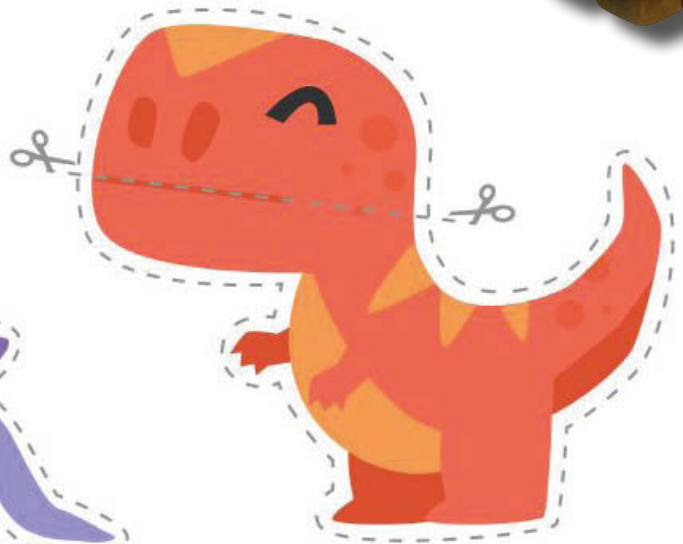
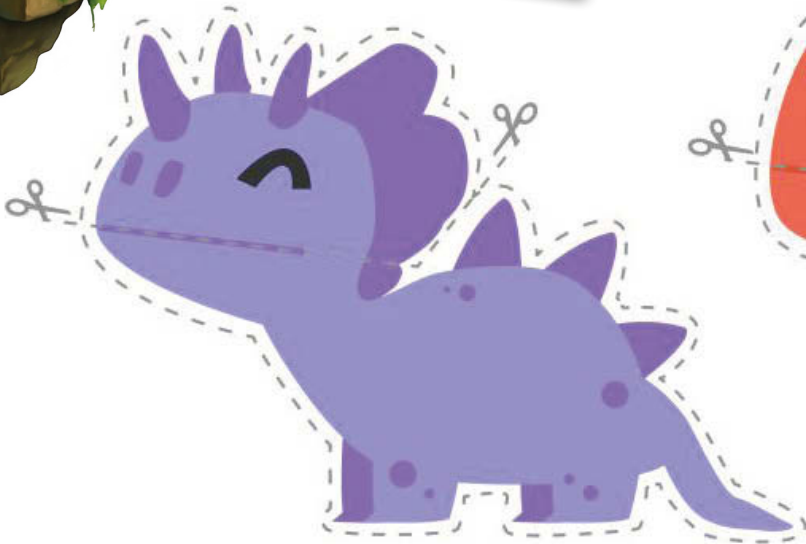
Maak je favoriete dino van klei

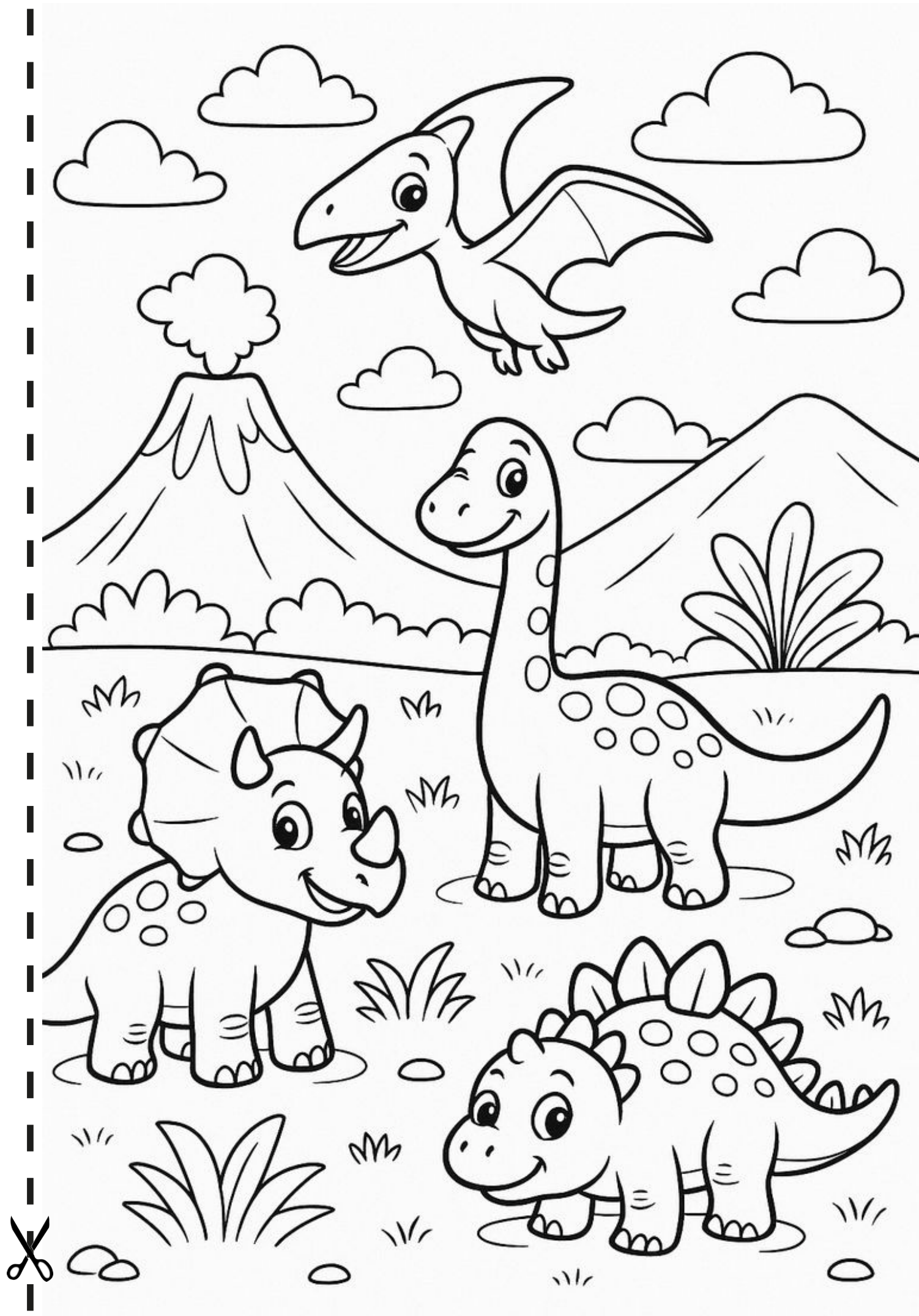


WASKNIJPER DINO'S

Knip de dino's netjes uit. Plak de dino's met hun mond precies op de helft van de wasknijper.

Knijp de wasknijper open en laat de dino "happen", klaar om mee te spelen!





LEKKER BEWEGEN!

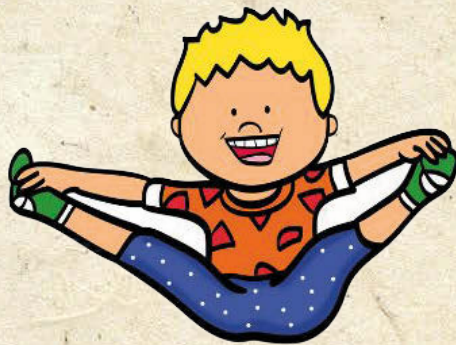
DINO YOGA



Dino ei houding



T-rex houding



Pterodactylus houding



Elasmosaurus houding



Stegosaurus houding



HET DINO LIED

Op "De wielen van de bus"



De pootjes van de dino gaan
stap stap stap
stap stap stap
stap stap stap
De pootjes van de dino gaan
stap stap stap
door het oerwoud stampen!

De tanden van de dino doen
hap hap hap
hap hap hap
hap hap hap
De tanden van de dino doen
hap hap hap
op een lekker takje!



De staart van de dino zwaait
zwiep zwiep zwiep
zwiep zwiep zwiep
zwiep zwiep zwiep
De staart van de dino zwaait
zwiep zwiep zwiep
heel snel heen en weer!

De kleine baby dino zegt:
piep piep piep
piep piep piep
piep piep piep
De kleine baby dino zegt:
piep piep piep
ik wil samen spelen!



ZOEK DE VERSCHILLEN

Vind jij de 5 verschillen tussen de 2 plaatjes? Omcirkel ze!

