

■ TORFS



**Vraag of je
iemand uit de buurt
kan helpen.**

**Ga wandelen
met de hond van
de buren.**

**Geef een
(balkon)concert
voor je buren.**

**Stuur een
complimentje
naar je bff.**

**Lees een
hoofdstuk uit je
lievelingsboek.**

**Neem een
TikTok op in je
favo outfit.**

**Maak een croptop
van een T-shirt.**

**Leer 10 woorden
in een nieuwe taal.**

**Help je
ouders met
koken.**