

Mijn bezoek aan speelbos Hof De Bist



Inhoudsopgave

Hoe gebruik ik het stappenplan?	3	De eetmogelijkheden	28
Wat ga ik doen en wanneer?	5	Ik zal iets eten of drinken in de cafetaria	28
Informatie	5	Ik zal niets eten of drinken in de cafetaria	29
Informatie	6	Ik zal iets eten of drinken in Brasserie Hof De Bist	30
Hoe ga ik naar speelbos Hof De Bist?	7	Ik zal niets eten of drinken in Brasserie Hof De Bist	31
Ik ga met de bus	9	Ik zal picknicken in het park	32
Ik ga met de auto	10	Einde van het bezoek	33
Ik ga met de fiets	11	Activiteiten rondom het speelbos	34
Ik ga te voet	12	Autismevriendelijke activiteiten rondom het speelbos	34
Ik kom aan bij speelbos Hof De Bist	13	De terugweg	35
Aankomst	14	Ik ga met de trein en te voet	37
Mijn bezoek aan speelbos Hof De Bist	17-22	Ik ga met de bus	38
Ik bezoek speelbos Hof De Bist	17	Ik ga met de auto	39
Andere activiteiten in het park	23	Ik ga met de fiets	40
Park Hof De Bist	23	Ik ga te voet	41
Waar vind ik het toilet?	25		
Het toilet	25		

Hoe gebruik ik het stappenplan?

Leuk dat je naar speelbos Hof De Bist gaat. In samenwerking met stad Antwerpen stelde Toerisme voor Autisme een stappenplan op om deze activiteit voor te bereiden.

Hieronder lees je hoe je dit stappenplan kan gebruiken.

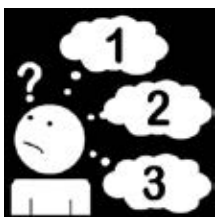


In dit stappenplan staat veel informatie.

Niet al deze informatie is voor iedereen belangrijk.

Je hebt bijvoorbeeld verschillende mogelijkheden om naar het speelbos te gaan.

Je kan met de auto gaan, met de trein, met de fiets, te voet...



Je kiest de pagina's die voor jou van toepassing zijn.

Je kiest welke pagina's in de volgende fase afgedrukt moeten worden.



Je kan dit opschrijven op een blad papier, zodat je tijdens het afdrucken niets vergeet.



Daarna druk je de pagina's af die je in de vorige stap selecteerde.

Je drukt ook de afspraken af als je hiervan gebruik wil maken.



Als je het stappenplan hebt afgedrukt, kan je dit best bewaren in een mapje.

Zo zullen de pagina's niet door elkaar geraken.

Je kiest zelf of je dit wil doen of niet.

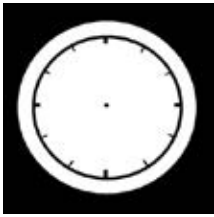


Daarnaast moet je in het stappenplan sommige zinnen zelf nog aanvullen.

Je vult bijvoorbeeld op de stippellijn in het begin in wanneer je naar speelbos Hof De Bist zal gaan en wie meegaat.

Zo lees je het hele stappenplan na en vul je alle stippellijnen in.

Hoe gebruik ik het stappenplan?



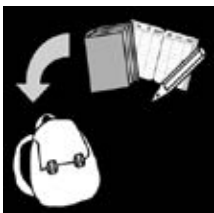
Daarnaast zie je 2 klokken in het begin van het stappenplan.
Je leest wat er onder staat en tekent dat uur op de klok.



Nu kan je echt beginnen met je bezoek voor te bereiden.
Kies een rustig moment uit, zodat je niet gehaast bent om het stappenplan te lezen.
Je leest het stappenplan ten laatste de avond voor je vertrekt. Dit doe je minstens 1 keer. Als je dit zelf wil, kan je het stappenplan al eerder lezen. Je kan het stappenplan ook vaker lezen. Alles hangt af van hoeveel nood jij hier zelf aan hebt.



Als dit stappenplan bedoeld is voor jonge kinderen, dan lees je dit de eerste keer best samen met hen. Op die manier ben je zeker dat het kind alles goed begrijpt en kan hij/zij/die vragen stellen.



Als je wil, kan je dit stappenplan gerust meenemen naar het speelbos.
Dit is niet noodzakelijk om het bezoek te doen slagen.



Ziezo, nu ben je helemaal voorbereid om op stap te gaan.
Toerisme voor Autisme, stad Antwerpen en district Ekeren wensen je alvast veel plezier! Mocht je achteraf feedback hebben over je uitstap of het stappenplan, stuur dan een mailtje naar contact@toerismevoorautisme.be

Wat ga ik doen en wanneer?

Binnenkort ga ik naar speelbos Hof De Bist. Dit is een toegankelijk speelbos in Ekeren, een district van de stad Antwerpen. Deze bundel legt me uit wat ik allemaal zal doen en zien in het speelbos. Ik bekijk deze bundel goed op voorhand. Zo ben ik goed voorbereid.

Informatie



Op (datum) ga ik naar speelbos Hof De Bist. (gezelschap) gaan met mij mee. Ik doe mijn best om te vertrekken naar het speelbos om (uur).

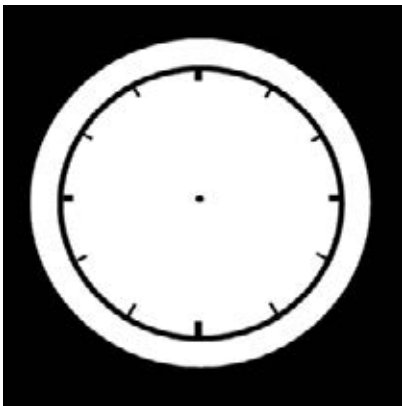
Het kan zijn dat we een klein beetje later vertrekken. Dat is geen probleem. Speelbos Hof De Bist is gelegen in Ekeren, een district van de stad Antwerpen. Ekeren wordt op de kaart aangeduid met de rode marker. Ekeren is gelegen in de provincie Antwerpen.

Wat ga ik doen en wanneer?

Informatie



Speelbos Hof De Bist is gelegen in park Hof De Bist.
Het adres is Veltwijcklaan 254, 2180 Ekeren.



De route naar speelbos Hof De Bist duurt ongeveer

.....

(reistijd).

Het kan zijn dat ik er vroeger zal zijn, maar het kan ook zijn
dat ik er later zal zijn. Dat is oké.



Hoe ga ik naar speelbos Hof De Bist?

Ik ga met de trein en te voet

Ik ga met de bus

Ik ga met de auto

Ik ga met de fiets

Ik ga te voet

Hoe ga ik naar speelbos Hof De Bist?

Ik ga met de trein en te voet



Ik ga met de trein naar speelbos Hof De Bist.

Ik kan mijn treinrit opzoeken op deze website:

www.nmbs.be.

Ik stap op in het station van

Het kan zijn dat ik tijdens mijn treinrit 1 of meerdere keren moet overstappen.

Ik stap over in het station van of

in de stations van

.....

.....

Het kan ook zijn dat ik tijdens mijn treinrit niet moet overstappen.

Dan blijf ik zitten op deze trein tot ik aan de halte ben van mijn bestemming.

Ik stap uit in het station van Ekeren.



Ik wandel van het station naar het speelbos.

Het is ongeveer 10 minuten wandelen.



Ik kom aan bij park Hof de Bist.

Hoe ga ik naar speelbos Hof De Bist?

Ik ga met de bus



Ik ga met de bus naar speelbos Hof De Bist.

Ik wandel naar de bushalte van bus
(busnummer).

Ik stap op de bus.

De rit duurt ongeveer minuten.

Ik stap af aan de
halte.....



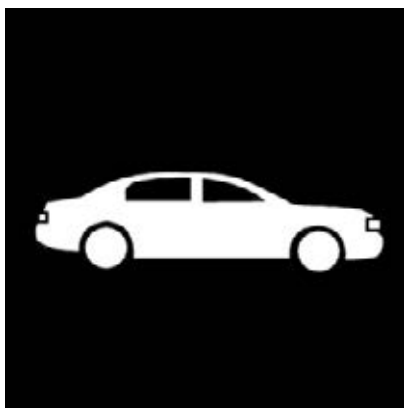
Als ik van de bus stap, moet ik nog
minuten stappen tot de ingang van park Hof de Bist.



Ik kom aan bij park Hof de Bist.

Hoe ga ik naar speelbos Hof De Bist?

Ik ga met de auto



Ik ga met de auto naar speelbos Hof De Bist.
Dit is het adres van de parking bij het speelbos:
Veltwijcklaan 254 - 2180 Ekeren.



Ik kom aan bij park Hof De Bist.



Ik parkeer mijn auto op de parking.

Hoe ga ik naar speelbos Hof De Bist?

Ik ga met de fiets



Ik ga met de fiets naar speelbos Hof De Bist.



Ik kom aan bij park Hof De Bist.



Op de parking is een fietsenstalling.
Ik zet mijn fiets in de fietsenstalling.
Ik doe mijn fiets op slot.

Hoe ga ik naar speelbos Hof De Bist?

Ik ga te voet



Ik ga te voet naar speelbos Hof De Bist.



Ik kom aan bij park Hof De Bist.



Ik kom aan bij speelbos Hof De Bist

Ik kom aan bij speelbos Hof De Bist

Aankomst



Ik kom aan bij park Hof De Bist.



Ik wandel over de parking naar de hoofdingang van het park.

Ik wandel door de poort.



Op de splitsing ga ik naar rechts.



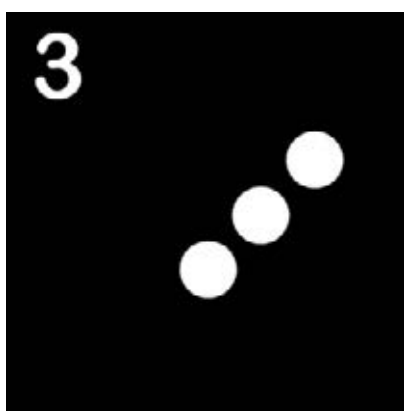
Ik volg de pijlen waarop staat 'speelbos' tot ik de ingang van het speelbos zie.

Ik kom aan bij speelbos Hof De Bist

Aankomst



Hier start mijn bezoek.



In totaal zijn er 3 ingangspoorten tot het speelbos in het park.

Ik kan kiezen waar ik start.



Mijn bezoek aan speelbos Hof De Bist

Mijn bezoek aan speelbos Hof De Bist

Ik bezoek speelbos Hof De Bist



In het speelbos Hof De Bist is er veel te zien en doen.



Dit is de ingang van het speelbos.



Aan de ingang van het speelbos staat een infobord.

Hierop staat meer uitleg over het speelbos.

Ik kan de plattegrond zien van het speelbos.

Ik kan ook enkele voorbeelden lezen van activiteiten die ik kan doen in het speelbos.

Ik mag deze activiteiten doen.

Ik mag ook andere activiteiten verzinnen.

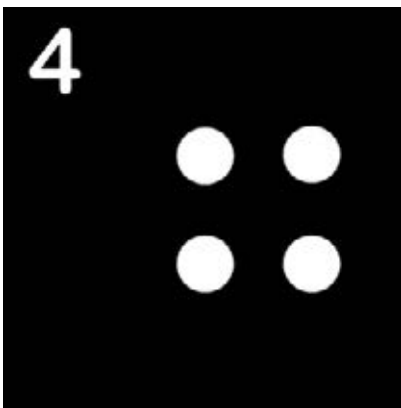
Mijn bezoek aan speelbos Hof De Bist

Ik bezoek speelbos Hof De Bist



Ik volg het pad.

Het pad is afgebakend met wilgentakken of boomstammen die op de grond liggen.



In het speelbos zijn 4 zones.



Ik volg de pijlen om naar de volgende zone te gaan.



Dit is zone 1.

Wil je even rusten? Zet je neer op 1 van de boomstambanken in deze zone.

Mijn bezoek aan speelbos Hof De Bist

Ik bezoek speelbos Hof De Bist



Hier staan een aantal tafeltjes. Op deze tafel kan ik een boskunstwerk maken. Ik gebruik hiervoor blaadjes, takken, aarde, modder, zaden of noten die ik vind in het bos.



Dit is zone 2.



In zone 2 is een wilgenhut met daar rond enkele wilgentunnels.

Ik kan door deze wilgenhut en wilgentunnels wandelen. Ik kan ook verstoppertje spelen in de wilgenhut en de wilgentunnels.



Dit is zone 3.

Mijn bezoek aan speelbos Hof De Bist

Ik bezoek speelbos Hof De Bist



In zone 3 kan ik een parcours volgen samen met iemand anders.

De ene persoon doet een blinddoek om of sluit zijn of haar ogen. De andere persoon zal leiden.

Bij elke stap vertelt het vriendje dat leidt, wat de ander moet doen: bukken, draai je om, doe een stap opzij.

Het is de bedoeling om samen veilig tot het einde van het parcours te geraken.



Dit is zone 4.



In zone 4 staan 3 tipi's.

Hier kan ik takkenforten bouwen.

Ik verzamel grote takken en zet ze stevig tegen een grote boom of tegen een tipi.

Ik let er op dat ik een opening overlaat om naar binnen te gaan.

Nu kan ik in mijn takkenfort zitten of spelen.



Ik kan de volgorde van de zones volgen.

Dat moet niet.

Ik mag ook terugkeren als ik dat wil en vrij spelen in het speelbos.

Mijn bezoek aan speelbos Hof De Bist

Ik bezoek speelbos Hof De Bist



In het speelbos moet ik niet op het pad blijven.
Ik mag ook naast het pad spelen.



De ondergrond van het pad bestaat uit aarde en gevallen bladeren.



Als ik bladeren en takken verzamel voor de kunstwerken en kampen, neem ik bladeren en takken die al afgevallen zijn.
Ik pluk geen bladeren en takken van de bomen en struiken.



Op sommige plaatsen in het speelbos staan banken.
Ik kan hierop zitten als ik dat wil.

Mijn bezoek aan speelbos Hof De Bist

Ik bezoek speelbos Hof De Bist



Mijn bezoek aan het speelbos is gedaan.

Ik ga via 1 van de 3 uitgangen terug uit het speelbos.

Deze uitgangen zijn dezelfde als de ingangen.

Andere activiteiten in het park

Park Hof De Bist



In Park Hof De Bist kan ik ook andere activiteiten doen.
Ik kan wandelen op het park.



Als ik wandel, dan blijf ik op het pad.
Ik doe mijn best om niet tussen de bomen te wandelen.
Dat mag alleen in het speelbos.



Ik kan spelen op de grote speeltuin van het park.



Deze speeltuin kom ik onderweg tegen op het pad dat van
de hoofdingang tot de ingang van het speelbos loopt.

Andere activiteiten in het park

Park Hof De Bist



In het park kan ik sporten.

Langs het pad staan enkele fitnessstoestellen.

Ik kan hier sporten als ik dat wil.



De uitleg van de fitnessoefening kan ik op het infobord naast het toestel lezen.

Meestal staan er 2 oefeningen bij elk toestel.

Waar vind ik het toilet?

Het toilet



In het park Hof De Bist is een toilet.

Het toilet kan ik vinden in cultuurcentrum 252 cc.

Dit is het witte gebouw aan de hoofdingang.

Het toilet is open tijdens de openingsuren van het cultuurcentrum.

Ik kan de openingsuren bekijken op www.252cc.be.



Ik wandel op de trappen van het witte gebouw.

Ik ga door de deur naar binnen.

Als ik minder mobiel ben, bel ik aan de zijkant van het gebouw aan om het gebouw zonder drempels binnen te gaan.



Ik ga naar links.



Aan mijn rechterkant is de deur van de traphal.

Ik ga door de deur.

Waar vind ik het toilet?

Het toilet



Als ik door de deur ben, ga ik naar links naar de traphal.

In de traphal ga ik naar verdieping -2.

Ik ga dus 2 verdiepingen naar beneden.

Soms kan het zijn dat ik nog enkele deuren moet opendoen voor ik aan de toiletten ben.



Ik ben op verdieping -2.

Dit zijn de toiletten.

Ik kan hier naar het toilet gaan als ik moet.



In het park is nog een toilet.

Dit toilet is in een klein gebouw aan de ingang van het park.



Op de plattegrond hiernaast wordt dit

toiletgebouw in het blauw aangeduid.



De eetmogelijkheden

Ik zal iets eten of drinken in de cafetaria

Ik zal niets eten of drinken in de cafetaria

Ik zal iets eten of drinken in Brasserie Hof De Bist

Ik zal niets eten of drinken in Brasserie Hof De Bist

Ik zal picknicken in het park

De eetmogelijkheden

Ik zal iets eten of drinken in de cafetaria



In het witte gebouw aan de hoofdingang van het park is een cafetaria.



Ik wandel op de trappen van het witte gebouw.
Ik ga door de deur naar binnen.

Als ik minder mobiel ben, bel ik aan de zijkant van het gebouw aan om het gebouw zonder drempels binnen te gaan.



Aan mijn linkerkant is de cafetaria.

Ik kan iets eten of drinken in de cafetaria.

De eetmogelijkheden

Ik zal niets eten of drinken in de cafetaria



In het witte gebouw aan de hoofdingang van het park is een cafetaria.

Ik zal niets eten of drinken in de cafetaria.

De eetmogelijkheden

Ik zal iets eten of drinken in Brasserie Hof De Bist



Naast het park is een brasserie.

De brasserie heet Brasserie Hof De Bist.

Ik zal iets eten en/of drinken in Brasserie Hof De Bist.

De eetmogelijkheden

Ik zal niets eten of drinken in Brasserie Hof De Bist



Naast het park is een brasserie.

De brasserie heet Brasserie Hof De Bist.

Ik zal niets eten en/of drinken in Brasserie Hof De Bist.

De eetmogelijkheden

Ik zal picknicken in het park



In het park rondom het speelbos staan picknickbanken.
Ik kan hier picknicken als ik dat wil.
Ik breng mijn eigen picknick mee.



Als ik afval heb, doe ik dat in de vuilbakken van het park.

Einde van het bezoek

Einde



Mijn bezoek aan het speelbos is gedaan.
Ik ga naar de uitgang van het park.
De uitgang is dezelfde als de ingang van het park.

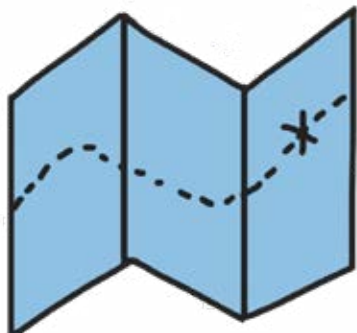
Na mijn bezoek ga ik naar

.....

(bestemming).

Activiteiten rondom het speelbos

Autismevriendelijke activiteiten rondom het speelbos



Rondom speelbos Hof De Bist zijn er enkele activiteiten die ik kan doen met een stappenplan van Toerisme voor Autisme.

Hieronder worden deze activiteiten opgesomd.

De stappenplannen voor deze activiteiten kan je gratis downloaden op de website www.toerismevoorautisme.be



In de buurt van speelbos Hof De Bist kan ik naar DIVA Museum gaan.

Dit duurt ongeveer 20 minuten met de auto.



In de buurt van speelbos Hof De Bist kan ik naar Kinderboerderij Rivierenhof gaan.

Dit duurt ongeveer 20 minuten met de auto.



In de buurt van speelbos Hof De Bist kan ik naar het M HKA gaan.

Dit duurt ongeveer 20 minuten met de auto.



De terugweg

Ik ga met de trein en te voet

Ik ga met de bus

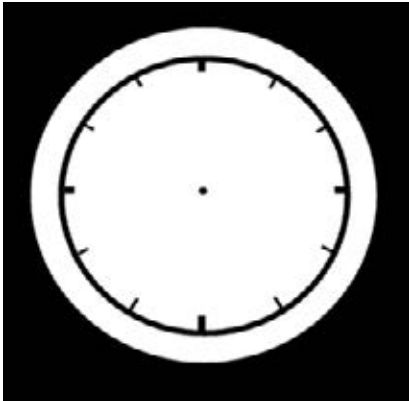
Ik ga met de auto

Ik ga met de fiets

Ik ga te voet

De terugweg

De terugweg



Ik ben ongeveer

onderweg naar de volgende bestemming.

Het kan zijn dat ik er vroeger ben en het kan zijn dat ik er later ben.

Dat is oké.

De terugweg

Ik ga met de trein en te voet



Ik wandel naar het station van Ekeren.
Het is ongeveer 10 minuten stappen.



Ik ga met de trein naar mijn volgende bestemming.
Het kan zijn dat ik tijdens mijn treinrit 1 of meerdere keren
moet overstappen.
Ik stap over in het station van of in
de stations van
.....

Het kan ook zijn dat ik tijdens mijn treinrit niet moet
overstappen.
Dan blijf ik zitten op deze trein tot ik aan de halte ben van
mijn bestemming.
Ik stap uit in het station van
....

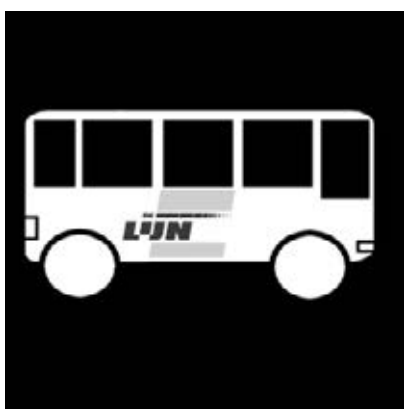
De terugweg

Ik ga met de bus



Ik stap van het speelbos naar de bushalte van de bus met nummer

Het is ongeveer minuten stappen.



Ik stap op de bus.

Ik ga met de bus naar
(bestemming).

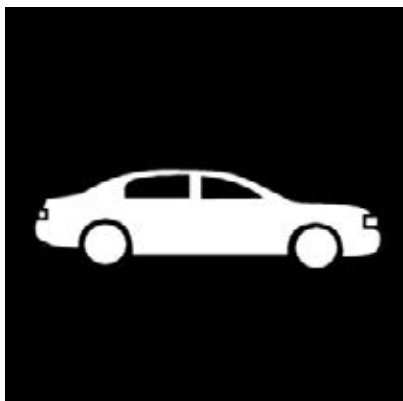
De rit duurt ongeveer minuten.

Ik stap af aan halte

.....

De terugweg

Ik ga met de auto



Ik ga met de auto naar.....
(bestemming).

De terugweg

Ik ga met de fiets



Ik ga naar mijn fiets.

Ik doe mijn fietsslot open.

Ik ga met de fiets naar
(bestemming).

De terugweg

Ik ga te voet



Ik ga te voet naar
(bestemming).

Dit is het einde van mijn bundel.

Zo zal mijn uitstap eruitzien.

Het kan zijn dat er dingen veranderen.

Dat is oké.

Als er dingen veranderen, zullen mijn begeleiders dit aanduiden op dit schema.

Zo maken we er samen een fijne uitstap van.