

MISS FEMMA UNIVERSALIS

LADY UNIVERSALIS

MET DANK AAN
FEMMA LICHTERVELDE
FEMMA ZEEBRUGGE
FEMMA RUMBEKE BEITEM



TELEVISIEPROGRAMMA IEDEREEN BEROEMD ALS INSPIRATIE VOOR JE VOLGENDE FEMMA-ACTIVITEIT?

Wel eens naar de rubriek Homo Universalis van televisieprogramma Iedereen Beroemd gekeken? Daarin doen een grote groep mensen allerlei proefjes. Bij elk proefje vallen er mensen af. Tot er nog één iemand overblijft: de homo universalis. Of in de Femma-versie: Miss Femma Universalis.

Femma Lichtervelde, Zeebrugge en Rumbeke Beitem gaven er hun eigen Femma-draai aan.

MISS FEMMA UNIVERSALIS of FEMMA LADY UNIVERSALIS

blijkt een hele leuke en ludieke invulling van een ontmoetingsavond te zijn. De groepen in kwestie verzamelden tips en opdrachten zodat jij er zelf ook mee aan de slag kan.

Iets niet duidelijk of toch nog wat informatie nodig?

Contacteer gerust deze groepen. Zij helpen je graag verder.

Femma Lichtervelde: <https://www.femma.be/nl/groep/lichtervelde>

Femma Zeebrugge: <https://www.femma.be/nl/groep/zeebrugge>

Femma Rumbeke Beitem: <https://www.femma.be/nl/groep/rumbeke-beitem>

HOE ORGANISEER JE DEZE ACTIVITEIT IN JOUW FEMMA-AFDELING?

Stap 1: Stel een werkgroep samen van enkele vrijwilligers en/of leden die de activiteit willen uitwerken.

Stap 2: Reserveer een locatie die groot genoeg is om met een aantal vrouwen opdrachten te kunnen uitvoeren.

Stap 3: Bedenk het concept & verloop van de avond Doet iedereen mee: dan werk je het best met een punten- of stempelkaart. Werk je met een afvalstysteem: dan kunnen de afvallers mee blijven supporteren.

Stempelkaart:

elke deelnemer die de opdracht als eerste afmaakt krijgt een punt of stempel.

Je kan dit ook uitbreiden tot 3 of 5 eerste deelnemers (afhankelijk van de grootte van de groep)

5 stempels: winnaar opdracht
4 stempels voor de 2de plaats
3 stempels voor de 3de plaats,
2 stempels voor de 4de plaats
1 stempel voor de 5de plaats

Je kan eventueel de stempelkaart ook vervangen door een scorebord.

Dan kan je punten geven:

5 punten: winnaar opdracht
4 punten voor de 2de plaats
3 punten voor de 3de plaats
2 punten voor de 4de plaats
1 punt voor de 5de plaats



OPGELET:

Heb je een grote groep deelnemers, dan is het belangrijk dat er voldoende mensen van de werkgroep de opdracht goed mee opvolgen. Zo behoud je een beter overzicht over de uitgevoerde opdrachten en winnaars.

Stap 4: Maak een lijst met opdrachten waarvoor telkens een verantwoordelijke wordt aangesteld. De verantwoordelijke voorziet dan voor elke deelnemer het nodige materiaal om de opdracht te kunnen uitvoeren. Voorbeelden van (mogelijke) opdrachten vind je hieronder. Zorg voor voldoende variatie in de opdrachten. Probeer de tijd in te schatten van de verschillende opdrachten (reken ruim!) en bepaal zo hoeveel opdrachten jullie doen.

Stap 5: Maak een overzicht met het verloop van de avond:
welkom en uitleg over het spel
verschillende opdrachten, verantwoordelijke en benodigd materiaal
andere taken van vrijwilligers (punten/ stempel geven, jury, ...)

Stap 6: Voorzie een pauze waarbij de jury bepaalt wie gewonnen heeft. Ondertussen kunnen deelnemers iets eten en/of drinken.

Afsluitmoment met tromgeroefje: Miss Femma Universalis is ... Voorzie een podium, beker, Miss lint of iets waarmee je de winnaar kunt feliciteren.

Tip: bij Femma Lichtervelde stond een mobiele frituur aan de zaal. Tijdens de pauze kon je dan een frietje afhalen.

MOGELIJKE OPDRACHTEN



★ Laat de deelnemers hun **rechterschoen uitdoen** en leg deze op een hoop. Leg er ook wat 'valse' schoenen bij om het wat verwarrender te maken. De opdracht is om zo snel mogelijk je eigen schoen te vinden en aan te trekken.

★ Leg een afstand af met een lepel in de mond met daarin een knikker. Verlies je deze onderweg, begin je weer van vooraf aan.

★ Doe de **stoelendans**.

★ Blaas een ballon op tot deze springt.

★ Maak een (bier)kaartenhuisje dat 3 etages telt.

★ Vorm met elke letter van het ABC een naam (op papier) bij. An, Bieke, Christa, Darline, ...

★ Laat de deelnemers een rebus, woordraadsel of puzzel oplossen. Ze noteren het antwoord op een briefje en geven dit af.

★ **Puzzel maken:** voorzie hiervoor identieke puzzels (tip: maak er eentje zelf door een foto te lamineren en in stukken te knippen).

★ **Vorm een cirkel en laat iedereen op 1 been staan.** Wie het langst kan volhouden wint.

★ **Maak een opstelling van lege blikken.** Laat de deelnemers om beurt een bal gooien. Wie het minst omver gooit, valt af, of wie er zo weinig mogelijk laat staan wint.

★ **"Ik ga op reis en ik neem mee ...":** wie het eerst niet verder kan of een fout maakt valt af. Kun je doordoen tot er meerdere zijn afgevallen of tot er maar één persoon meer overschiet.

★ **Raden welk beroep wordt uitgebeeld.** Deelnemers schrijven dit op een briefje en gaan dit afgeven. Eerste wint of laatste valt af.

★ **Blind proeven:** Wie als laatste de juiste ingrediënten kan opschrijven en afgeven, valt uit (of omgekeerd).





- ★ "Zeg eens 'euh'": elk moet om de beurt vertellen, over een zelfgekozen onderwerp. Wie 'euh' zegt, moet stoppen. (tijd opmeten)
- ★ Draad in het oog van een naald steken
- ★ Lege Kleenex doos op de rug gebonden, gevuld met balletjes. Deelnemers moeten zonder handen zo snel mogelijk de balletjes eruit krijgen.
- ★ Probeer een kaars te doven met een spuitje.
- ★ Doe de bottle flip.
- ★ Kousen per paar sorteren
- ★ Plaats zoveel mogelijk wasknijpers op je gezicht.
- ★ "Zeg eens Aaaaaa": wie het langst volhoudt wint.
- ★ Bezem balanceren: hou de bezemsteel zo lang mogelijk in evenwicht op je hand.
- ★ Met een tennisbal tussen de knieën een opdracht uitvoeren.
- ★ Speel het spelletje blad-steen-schaar.
- ★ Haal de knoop zo snel mogelijk uit het touw.
- ★ Blaas de grootste kauwgombel.
- ★ Sorteert Smarties-snoepjes per kleur door te blazen met een rietje zonder dat de Smarties je hand raken.
- ★ Laat een Oreo-koekje van op je voorhoofd in je mond glijden zonder het met de handen aan te raken.
- ★ Om ter snelst een opgeblazen ballon kapot trappen.
- ★ Schil de langste (aard)appelschil.
- ★ Maak om ter snelst een bootje in papier (of origami)
- ★ Waterpong
- ★ Muziekquiz

