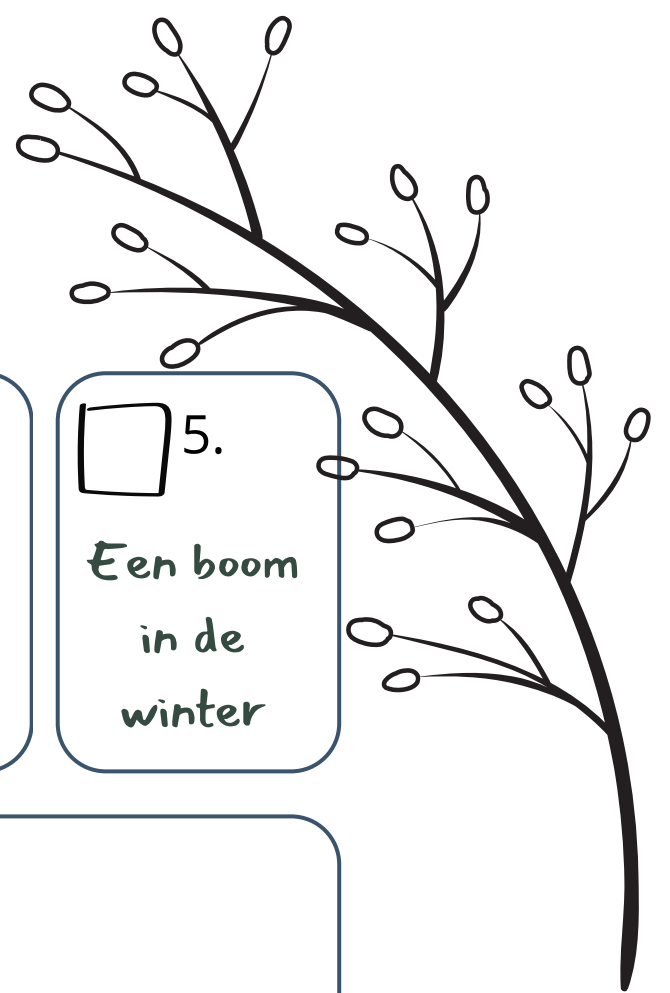


Januari

één maand tekenen



☐ 1.

Teken een warme kop koffie of thee

☐ 2.

Een sneeuwvlok dichtbij

☐ 3.

Teken met alleen blauwe tinten

☐ 4.

Een landschap in drie horizontale stroken

☐ 5.

Een boom in de winter

☐ 9

Een sneeuw wit vel, alleen negatieve ruimte tekenen
Tip! Wat laat je leeg?

☐ 8

Een dier dat je associeert met rust

☐ 6.

Teken de weerspiegeling van iets in ijs of water.
Tip: gebruik zachte lijnen of lichte potloodtinten.

☐ 7.

Teken iets dat smelt

☐ 12

Gebruik alleen een blauwe pen

☐ 13

Teken geluid

☐ 14

teken wat 'thuis' voor jou betekent in de winter

☐ 10

Een verlaten straat

☐ 11

Gebruik alleen rechte lijnen

☐ 18

Een abstract patroon dat "kou" voelt
Tip! Gebruik strepen, vegen of patronen

☐ 17

Een cirkel in vijf blauwtinten

☐ 16

Werk met waterige verf of potlood

☐ 15

Een stille kamer met een raam

☐ 19

Een kaars of vlammetje

☐ 20

Een berg of heuvel met mist

☐ 21

Lijnen die een schaatsspoor suggereren

☐ 22

Een winterfruit (appel, mandarijn)

☐ 23

Een sneeuwpop met karakter

☐ 24

Een winterdierenspoor

☐ 27

Een abstract zelfportret in winterkleuren
Stemming i.p.v. gelijkens

☐ 26

Een patroon van cirkels of stippen

☐ 25

Eén persoon op groot leeg vlak

☐ 31

wat betekent "stilte" voor jou?

☐ 28

Een schaduw op sneeuw

☐ 29

Jijzelf in de winter

☐ 30

Teken je adem als golvende lijnen



Februari

één maand tekenen

1

Een deur met licht eronder
vandaan

2

Teken met twee kleuren die
samen dansen. Werk zonder
contouren; speel met
overgangen en ritme.

3

Teken met enkel grijs tinten

4

Een raam
waarachter iets
leeft

5

Teken een patroon van sneeuwvlokken

6

Een blad dat is
blijven hangen

7

Abstract in warme en
koude kleuren

8

Een kaars op een tafel
vol druppels van
gesmolten was

9

Alleen lijnen –
geen vlakken

10

Een handschoen die is
blijven liggen

11

Gebruik krijt of zacht potlood
bijv. Een mistig landschap, een
slapende kat, Een kop dampende thee,
een wolk

12

Teken alleen met stippen

13

Een raamtekening
(zoals met ijsbloemen)

14

Werk met repeterende
vormen

15

Teken met je niet-
dominante hand
Laat los wat 'mooi' moet zijn.
Ontdek nieuwe lijnen en
vormen die vanzelf ontstaan.

16

Een leeg bankje in het park

17

Een cirkel van tijd

18

Een oude jas aan de
kapstok

22

Teken een symbool dat
bij jou hoort

19

Een patroon van
stenen of
stoeptegels

20

Een tak met vogels erop

21

Een landschap weerspiegeld in
water

26

Teken met één kleur die
steeds lichter wordt

23

Een takkenstructuur tegen de
lucht

24

Een boek dat open ligt

25

Een stapel
houtblokken

27

Maak een tekening in 1 minuut

28

Een mandala in winterkleuren

29

Teken met gesloten
ogen

Maart

één maand tekenen

☐ 1

Iets dat beweegt in de wind

☐ 2

Hoe het vandaag in je hoofd voelt

☐ 3

Gebruik drie kleuren die je blij maken

☐ 4

Een regenbui op straat



☐ 5

Een knop die net openbreekt

☐ 6

Een fiets of iets dat vooruitgaat

☐ 7

Een vogel in de lucht

☐ 8

Teken met potlood én één accentkleur

☐ 9

Een hand die iets vasthoudt

☐ 10

Een wolk in drie lagen

☐ 11

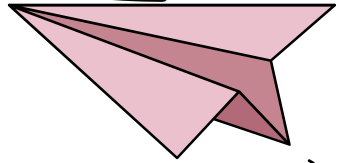
Een raam dat openstaat

☐ 12

Teken met waterige verf of verdund potlood



☐ 13



Een regenboog

☐ 14

Een stilleven van iets fris (citroen, glas water, bloem)

☐ 15

Een patroon dat rust geeft

☐ 16

Een vogelhuisje

☐ 17

Teken zonder je pen op te tillen

☐ 18

Een blik omhoog

☐ 19

Een veer

☐ 20

Een schaduw van iets dat groeit

☐ 21

Een blad dat dwarrelt in de lucht

☐ 22

Een bloem in close-up



☐ 23

Een geur van de lente

☐ 24

Een geluid van buiten

☐ 25

Een druppel op een blad

☐ 26

Teken met alleen gebogen lijnen

☐ 27

Een weg die verdwijnt in de verte

☐ 28

Iets dat net is losgelaten (ballon, blad, briefje ...)

☐ 29

Een vensterbank met lentazon

☐ 30

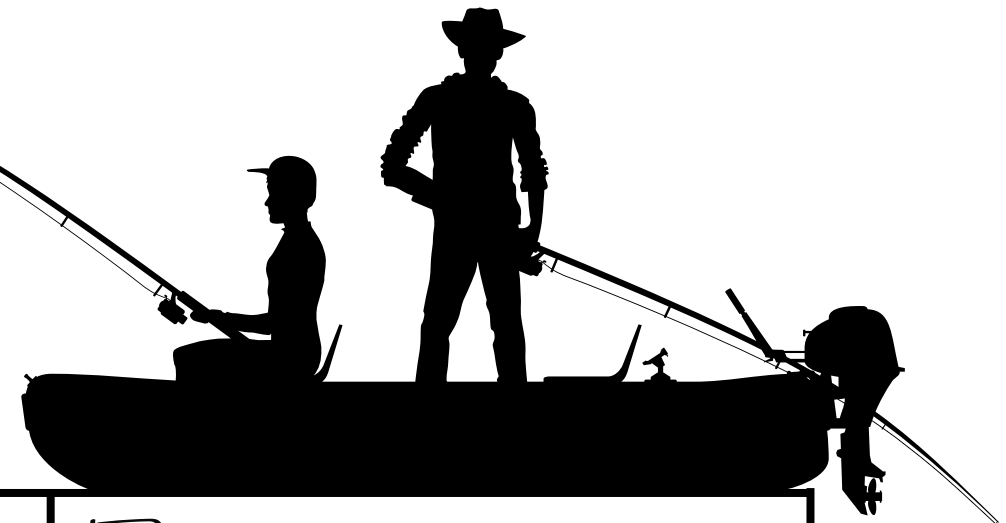
Gebruik twee materialen, bijvoorbeeld potlood en krijt.

☐ 31

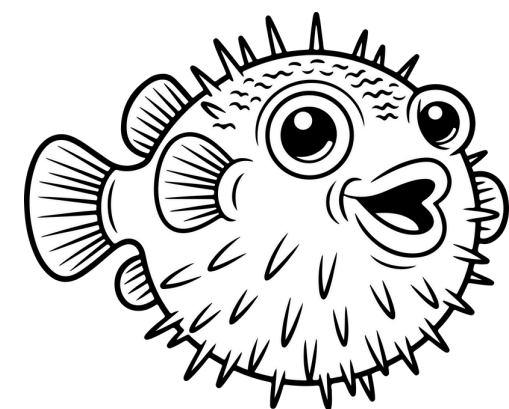
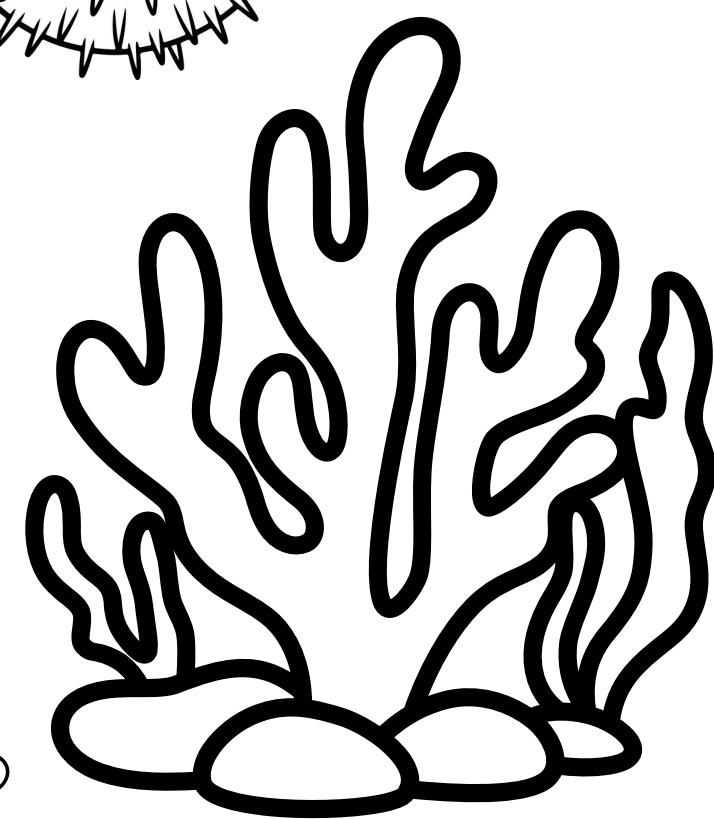
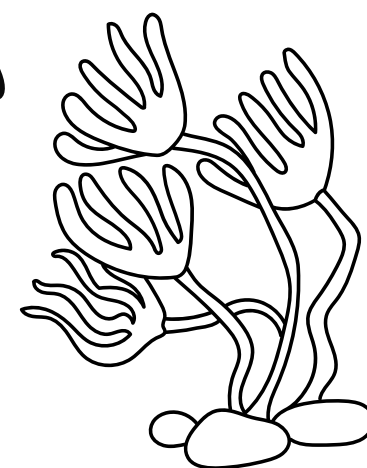
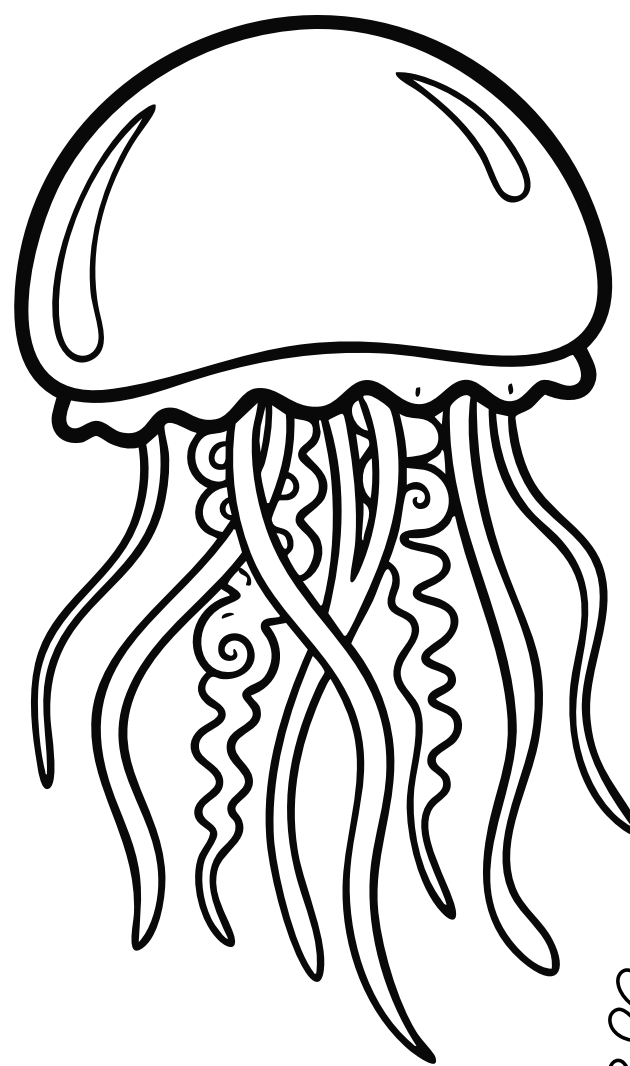
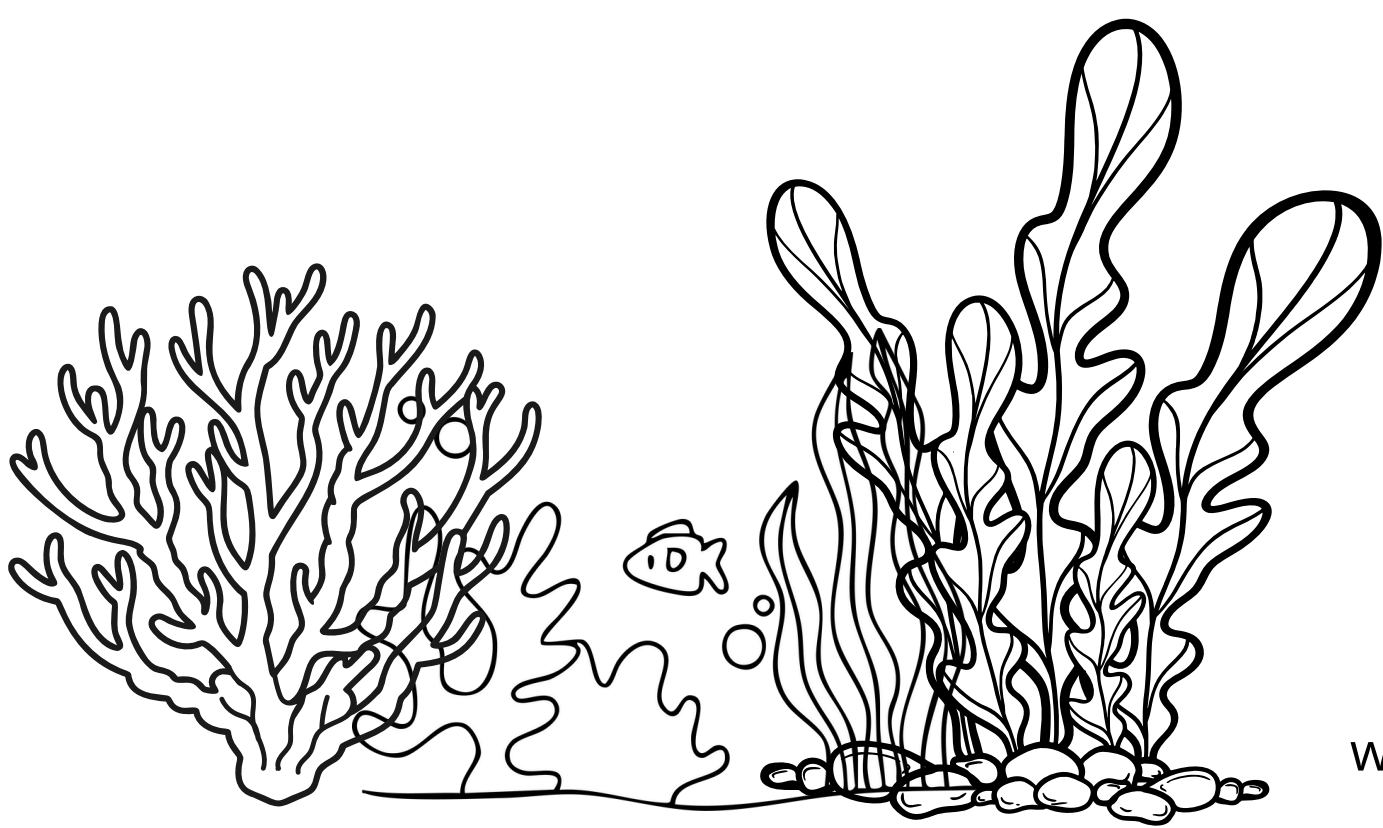
Beeld dankbaarheid uit. Laat zien wat in jou groter is geworden deze maand.

April

één maand tekenen

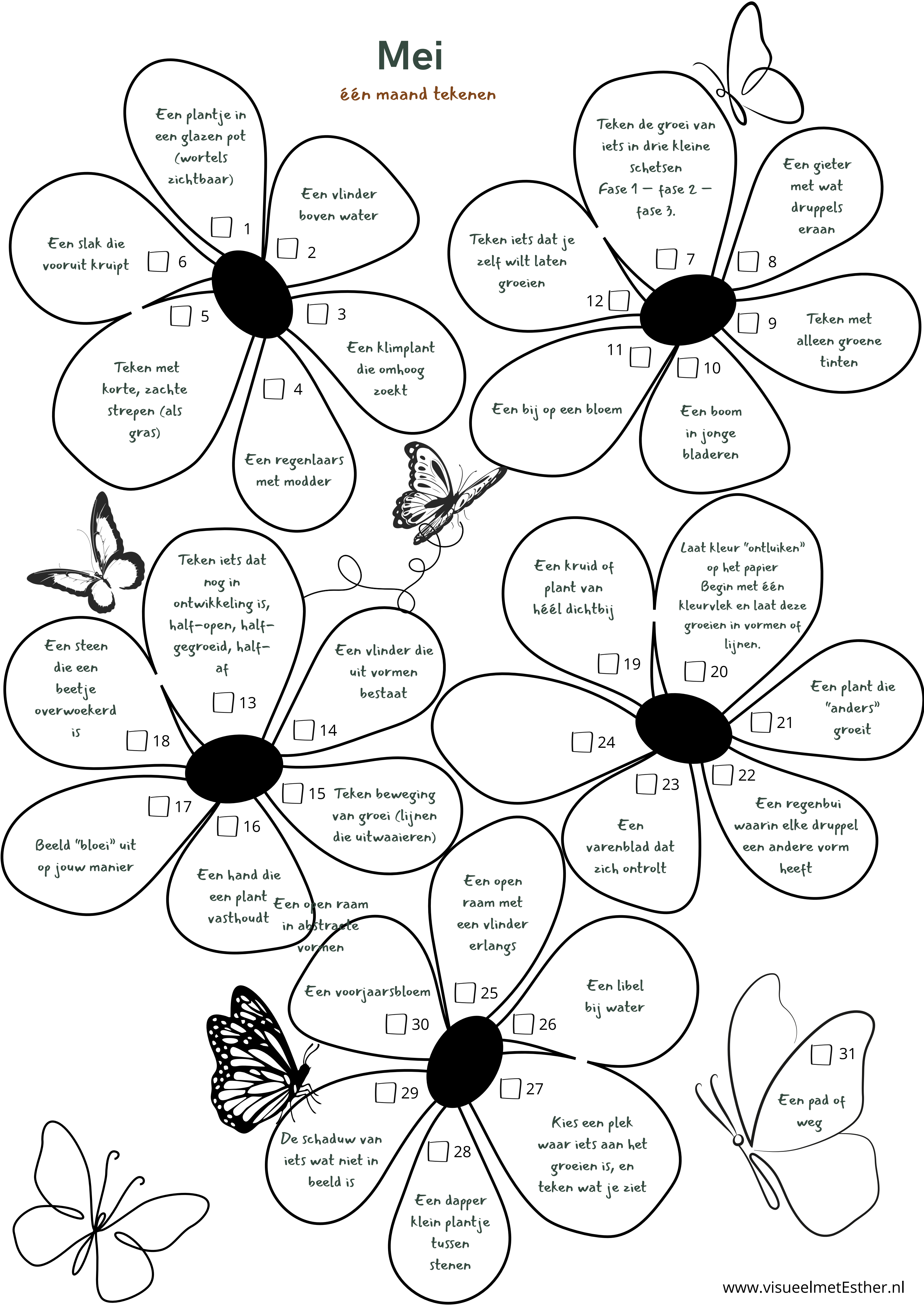


☐ 1 Iets dat glanst in het zonlicht	☐ 2 Een regenbui met kleurige paraplu's			☐ 3 Een vis in helder water	☐ 4 Gebruik één kleur in vijf tinten
☐ 8 Een insect van dichtbij	☐ 9 Teken je eigen energie vandaag – in lentevormen			☐ 5 Je eigen spiegelbeeld in water	☐ 6 Teken met stippen én vlekken door elkaar
☐ 10 Een klein bootje op stil water	☐ 11 Iets dat net boven de grond uitkomt			☐ 7 Teken met losse vlekken in plaats van lijnen	
☐ 14 Teken met kleuren die niet bij elkaar passen	☐ 15 Een dier in beweging	☐ 12 Een mand met fruit	☐ 13 Iets dat jij met lente associeert		
☐ 18 Een vogel die een takje draagt	☐ 16 Teken iets dat voor jou "nieuw begin" betekent	☐ 17 Teken met één soort streep (alleen korte lijnen of alleen bogen)			
	☐ 19 Een nestje met eitjes	☐ 20 Teken iets met alleen ronde vormen	☐ 21 Een vogel op een dakrand	☐ 22 Een tak met bloesem	
☐ 23 Een wolk met licht erachter	☐ 24 De schaduw van een vlinder	☐ 25 Iets dat groeit in jouw omgeving	☐ 26 Een dobber op stil water	☐ 27 Gebruik water of natte kwast om lijnen te vervagen	☐ 28 Een groep vissen die samen zwemt
	☐ 29 Waterplanten die meebewegen met de stroming	☐ 30 Teken een plek waar jij tot rust komt in het voorjaar			



Mei

één maand tekenen



Juni één maand tekenen



☐ 1
Een krab
die iets
"meeneemt"

☐ 2
Een golf in
drie lijnen

☐ 3
Een
zeegezicht met
maar twee
kleuren

☐ 4
Teken jouw
energie vandaag
als kleur en
beweging

☐ 5
Een ijsje
dat smelt



☐ 6
Een zonnebril
en de reflectie
erin

☐ 7
Ontwerp je
eigen sticky
poppetje

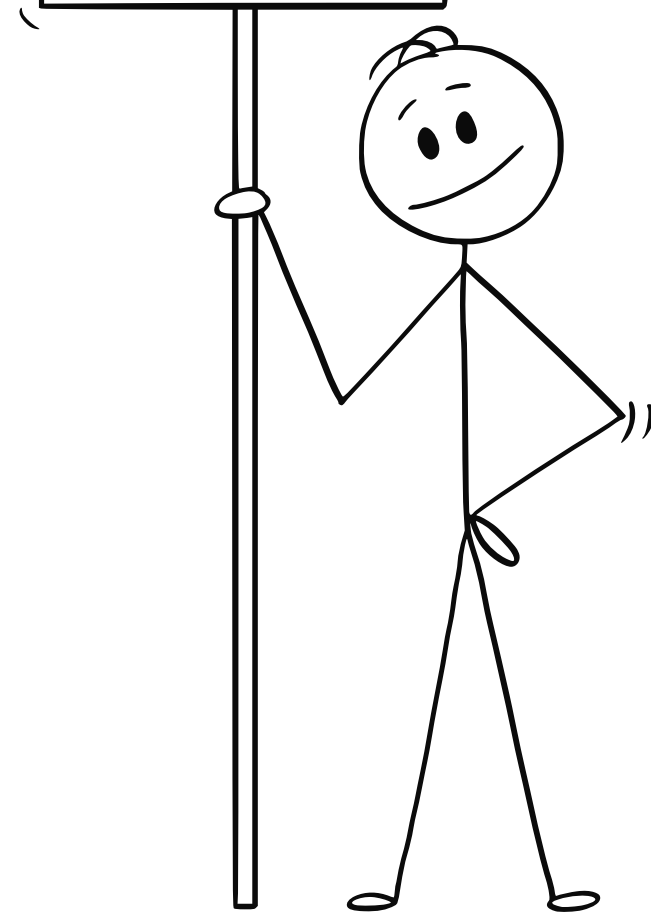
☐ 8
Teken met alleen
warme kleuren



☐ 12
Een flesje dat
drijft op zee

☐ 9
Teken de zomer
als drie
kleurvlakken

☐ 13
Een wesp bij
je
limonadeglas



☐ 10
Teken jouw
sticky poppetje op
iets dat drijft.

☐ 11
Iets zomers
dat geel is

☐ 14
Laat je sticky
poppetje
bewegen door
de zomer

☐ 15
Een glas
limonade met
ijs

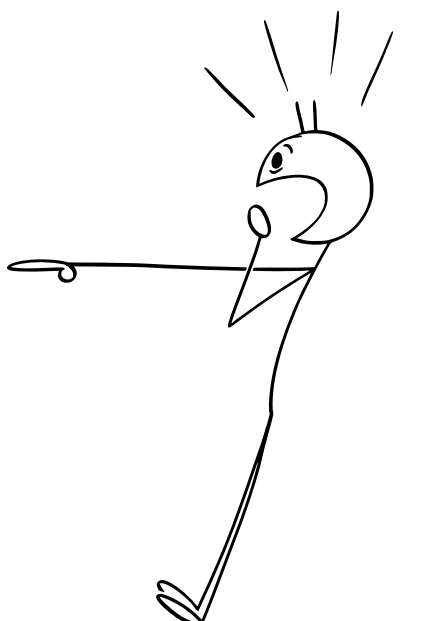
☐ 16
Teken de zon
zonder de zon te
tekenen

☐ 17
Sticky poppetje
dat iets niet
leuk vindt

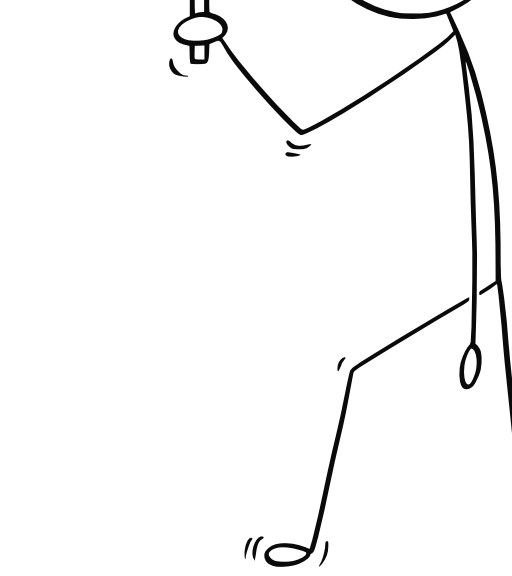
☐ 18
Teken de
warmte van de
zon als
abstract werk

☐ 19
Teken een
zomerfruit

☐ 20
Een dolfijn die uit het
water springt



☐ 21
Een opblaasbare
flamingo



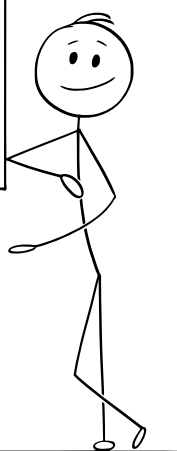
☐ 22
Een
zwembadtrap
(ladder) in het
water

☐ 23
Teken de
hitte als
lijnen

☐ 24
Een strandbal
half in het
water, half
erboven

☐ 25
Teken een symbool
dat jou kracht
geeft, maar maak
het abstract

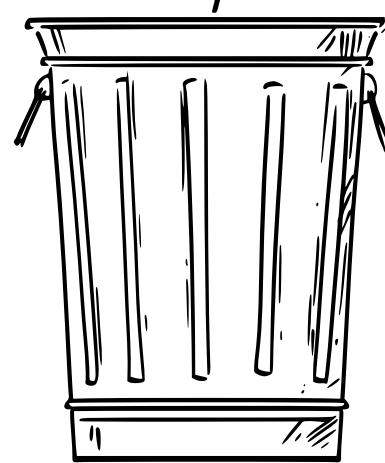
☐ 26
Maak een mini-strip
met jouw sticky
poppetje en iets dat
groeit.



☐ 27
Teken de
overgang van
dag naar avond
in kleur

☐ 28
Een schaduw die
ontstaat door de
zon

☐ 29
Een verkreukeld
blikje in het zand.



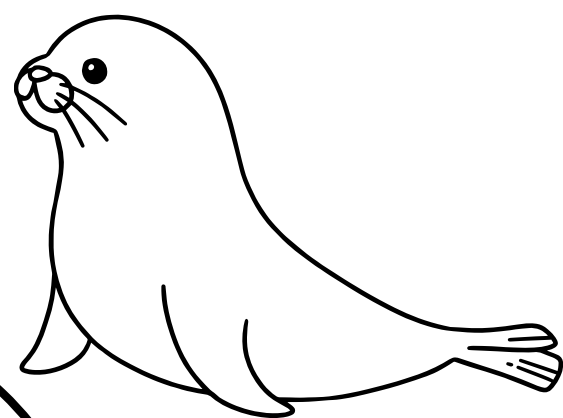
☐ 31
Sticky poppetje
op de rand van
een zwembad

☐ 30
Teken rust als
vormen en
kleurvlakken.



Juli

één maand tekenen



☐ 1

Een vis van
bovenaf gezien.

☐ 2

Een stukje
waterkant met
riet

☐ 3

Een zeehond
die uit het
water komt.

☐ 4

Een
onderwaterplant die
beweegt met de
stroming

☐ 5

Een zeester
van heel
dichtbij

☐ 6

Een dolfijn onder water
(silhouet)

☐ 8

Maak een abstract werk
van waterbeweging

☐ 10

Een bankje
aan de
waterkant

☐ 11

Een reiger
langs de
waterkant.

☐ 7

Een reflectie
van iets in
natuurwater

☐ 9

Een school kleine
visjes als patroon

☐ 14

De stilte van
diep water in
vorm en kleur

☐ 16

Teken jouw
innerlijke
stroming als
lijnen en
kleuren

☐ 12

Een kwalletje
(vriendelijk,
simpel)

☐ 13

Maak een
mini-stripje
onder water (3
vakjes)

☐ 15

Een zwevende
luchtbel onder
water

☐ 17

Een vis die
iets
onverwachts
doet

☐ 18

Een situatie: iets
drijft op
natuurwater

☐ 19

Een zeehond
onder water
(rond, zacht,
vriendelijk)

☐ 20

Een mini-
onderwaterlandschap

☐ 21

Maak een
kleurverloop
dat voelt als
diep water.

☐ 22

Iets dat zinkt

☐ 23

Een
onderwaterlandschap
dat maar uit drie
vormen bestaat

☐ 24

☐ 25

Een mandala
geïnspireerd op de
onderwaterwereld

☐ 26

Iets wat hoort
bij water, als
patroon

☐ 27

Een
treurwilg die
met zijn
takken het
water raakt

☐ 28

Maak een abstracte
compositie van
kleuren die je aan
water doen denken

☐ 30

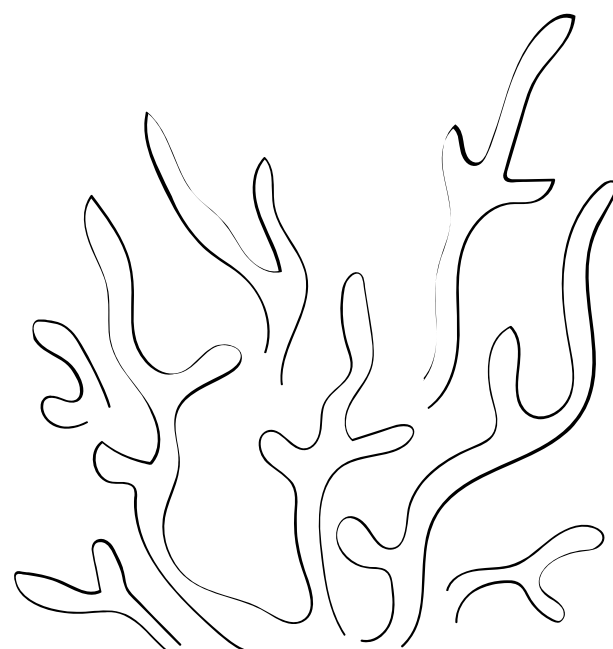
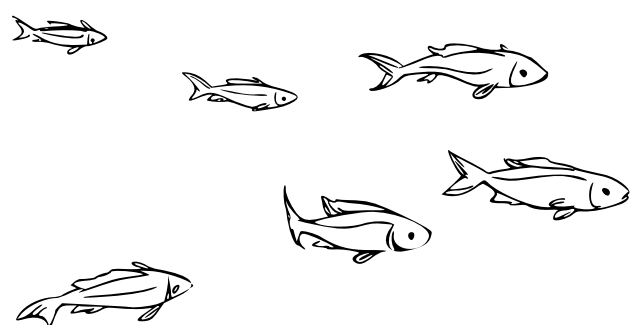
Een schelp
maar zonder
de contourlijn

☐ 31

Beeld jouw
eigen
onderwaterwereld uit.

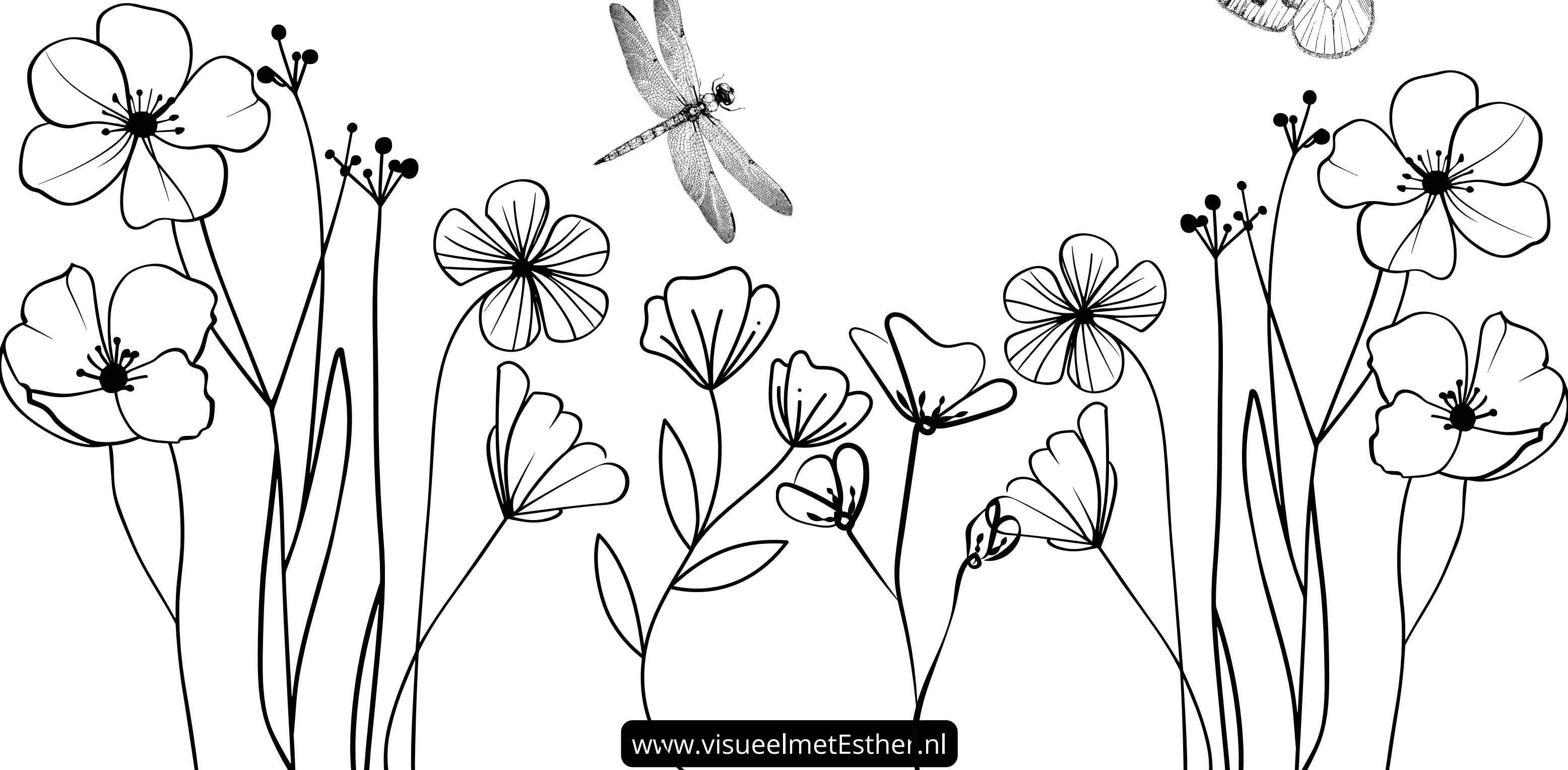
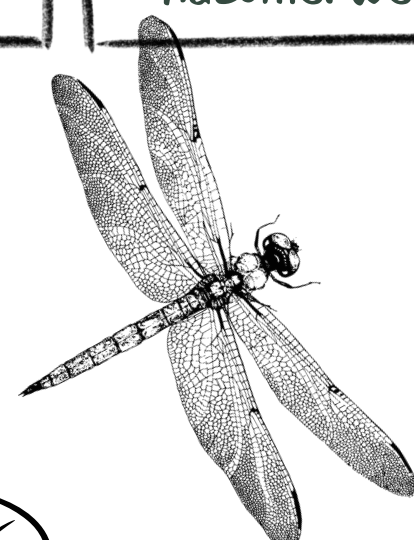
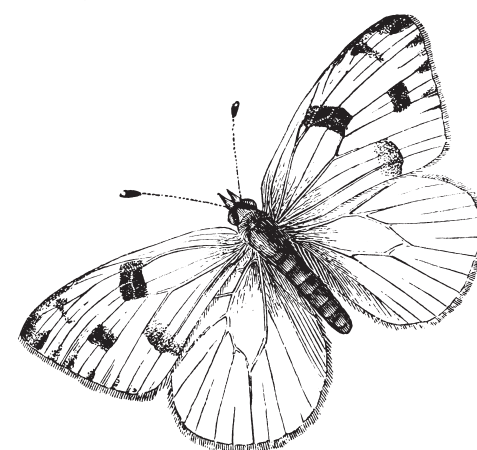
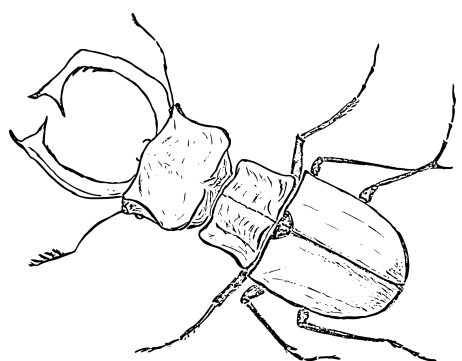
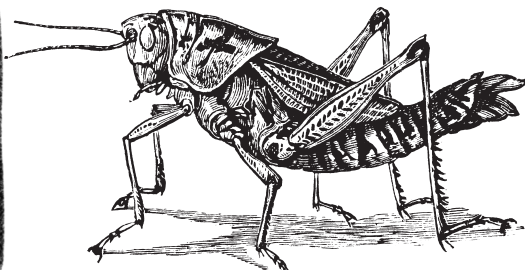
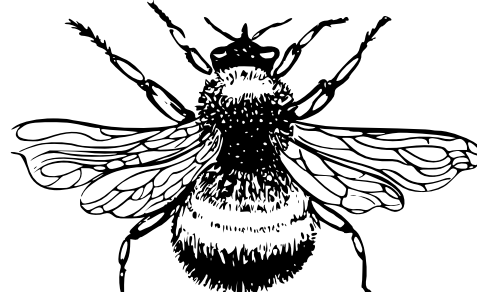
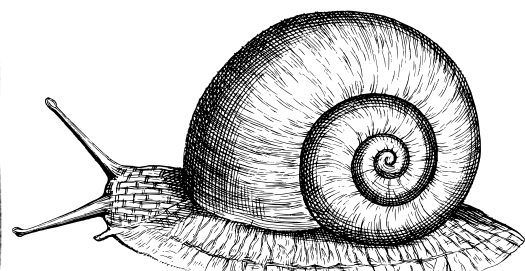
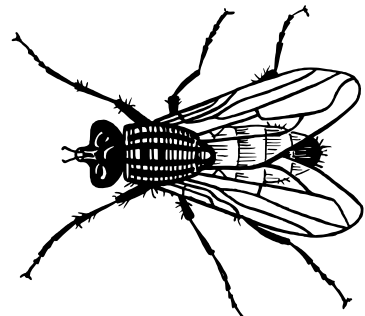
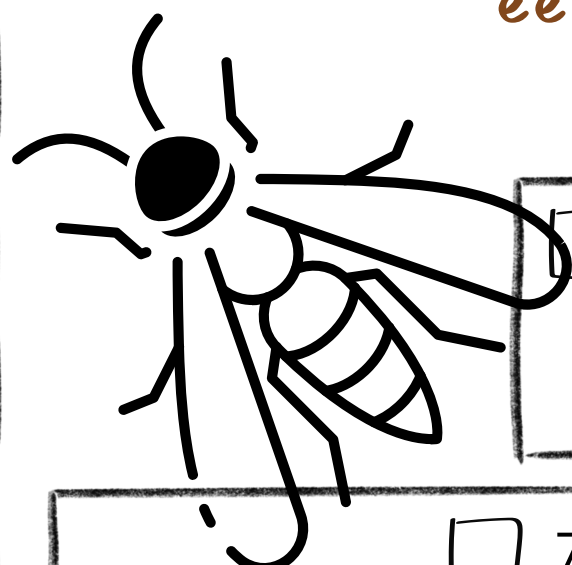
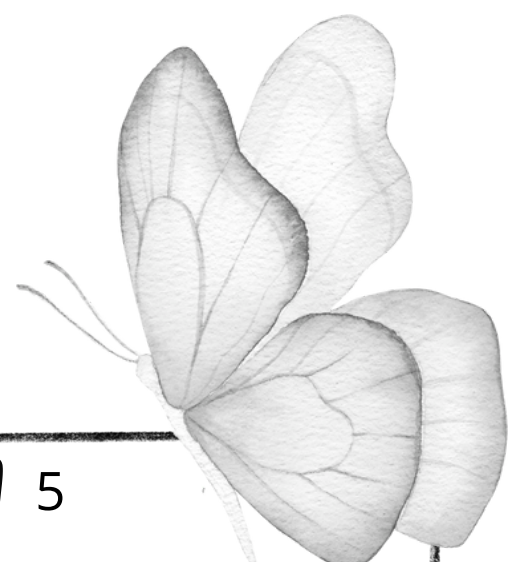
☐ 29

Een
bubbelspoor van
een vis



Augustus

één maand tekenen



☐ 1

Een vlinder die
even stilzit

☐ 2

Het patroon van een
vleugel

☐ 6

Een rups op een blad

☐ 10

Een vakantiefoto in
lijnen

☐ 14

Een mini-stripje met
een insect in de hoofdrol

☐ 18

De kleur van verdord
fruit.

☐ 19

Twee insecten die
elkaar ontmoeten

☐ 20

Een siergraspluim in
zacht avondlicht

☐ 21

Geluid van de nazomer
(ritseling, stilte, wind)

☐ 22

Jouw energie vandaag
als nazomerkleuren

☐ 23

Het oog van een vlieg
van heel dichtbij

☐ 26

De wolken van een
nazomerdag

☐ 27

Nazomerregen op
een raam

☐ 28

Een abstract werk van
nazomer-warmte

☐ 29

Een klein voorwerp dat
herinnert aan vakantie

☐ 30

Een bramenvrucht

☐ 31

Beeld jouw eigen
nazomerwereld uit

September

één maand tekenen

☐ 1

Een nazomers
schaduwmoment

☐ 2

Een blad dat net
begint te verkleuren

☐ 3

Een
spinnenweb

☐ 4

Een zelfportret met
alleen geometrische
vormen, minimalistisch

☐ 5

Een herfsttafereel, maar
in de stijl van Mondriaan
(vlakken, kleuren)

☐ 6

Een
paddestoel

☐ 7

De lucht van een
vroeg
septemberochtend

☐ 8

Een
bladnerf
van heel
dichtbij

☐ 14

Een vorm die je
ontdekt door je ogen
bijna dicht te doen

☐ 13

Een stilleven
met
septemberfruit

☐ 9

Een takje
met één blad
dat loslaat

☐ 10

Een
kleurverloop
van
septemberlicht

☐ 15

Een mandala met bladeren,
eikels, zaden, etc

☐ 16

Een klein
detail van
je dag
buiten

☐ 17

Een
paddestoel
als silhouet

☐ 12

Regendruppel
(close-up)

☐ 11

Een
pentekening
van een vogel

☐ 22

Ontwerp een
surrealistisch
landschap (denk
aan Dali of
Magritte)

☐ 21

Een raam
met
klimop

☐ 20

Geef een
voorwerp om je
heen een gezicht
en karakter

☐ 18

De lucht van
vandaag,
realistisch of
abstract.

☐ 19

Een spin

☐ 23

Een
minimalistische
lijntekening van
een dier

☐ 24

Een plant waarvan de
zaadjes vrijkomen

☐ 25

Een collage
van kleine
herfst
observaties

☐ 26

Een vogel
op een
draad of tak

☐ 29

Een tekening van je
dag in stripvorm (vier
kleine vakjes)

☐ 27

Ontwerp een
surrealistische spin:
bijvoorbeeld een spin
met plantjes als
poten, of een spin in
een droomlandschap.

☐ 28

Een expressieve
tekening met alleen
rode tinten

☐ 30

Teken de overgang
van zomer naar
herfst

Oktober

één maand tekenen

☐ 1

Een silhouet van
een kat in de
nacht

☐ 2

Een deur die
op een kier
staat in het
donker.

☐ 3

Een pompoen in
schaduwlicht

☐ 4

Een spook in
één lijn

☐ 5

Een
spinnenweb
met één spin

☐ 6

Een pompoen
met
uitgesneden
licht (jack-
o'-lantern)

☐ 7

Een donkere boom met kronkelende takken

☐ 8

Een kaars die flakkert

☐ 11

Ogen die uit het
donker kijken

☐ 12

Een lantaarn in de nacht.

☐ 13

Teken een oranje gloed in het donker

☐ 9

Teken donkerte
als abstract werk
(zwart, grijs,
oranje)

☐ 10

Een vleermuis
boven een
maan

☐ 14

Een verlaten huis
als silhouet

☐ 15

Een spook dat
bang is voor jou

☐ 16

Een maan achter
wolken

☐ 17

Een silhouet achter
een gordijn

☐ 18

Een deurmat met herfstbladeren +
iets griezeligs

☐ 19

Teken wat het donker je
laat vermoeden

☐ 20

Een spiegel die
iets
weerspiegelt
wat er niet is

☐ 21

Een kaarsvlam in
oranje tinten

☐ 22

Teken een lichtstraal door duisternis

☐ 23

Een lichtstraal die iets
bijna — maar niet
helemaal — laat zien

☐ 24

Een bospaadje in
het donker

☐ 25

Een heksenhoed

☐ 26

Een mini-stripje met
een pompoen die tot
leven komt

☐ 27

Een donkere wolk die
een gezicht lijkt te
vormen

☐ 28

Teken donkerte in lagen

☐ 29

Een schaduw met een
andere vorm dan het
object

☐ 31

Een schaduw die
beweegt, maar het
object niet

☐ 30

Iets dat achter een deur staat... die
op een kier staat

November

één maand tekenen

☐ 1

Maak een mistige horizon

☐ 2

Een reflectie in een regenplas

☐ 3

Maak kou als kleurverloop (koel → warm)

☐ 4

Een silhouet in de mist

☐ 5

Een hoekje in huis met zacht licht

☐ 6

Een kop warme thee in tegenlicht

☐ 7

Een lampje in een donkere kamer

☐ 8

Een stuk vensterbank met iets kleins erop

☐ 9

Één klein natuurdetail van vandaag

☐ 10

Maak een abstract werk van novemberwind

☐ 11

Een kale boomtak met één laatste blad

☐ 12

Maak een november-voorwerp met alleen basisvormen

☐ 13

Een raam met beslagen glas

☐ 14

Een enkel blad dat op nat asfalt ligt

☐ 15

Een silhouet van een boom gemaakt van ronde vormen

☐ 16

De kou als lijnen en vormen

☐ 17

Een kat op een vensterbank

☐ 18

Novemberstilte als abstract ritme

☐ 19

Een handschoen of want die net weer uit de kast komt

☐ 20

Een kale tak tegen een grijze lucht

☐ 21

Voeten met dikke sokken

☐ 22

Een open haard met zacht, warm vuur

☐ 23

Regen die langs een raam stroomt

☐ 24

De lucht van vandaag met drie kleuren

☐ 25

November in één kleur (monochroom)

☐ 26

Een lantarenpaal met warm licht in de vroege avond

☐ 27

Een enkele druppel – close-up

☐ 28

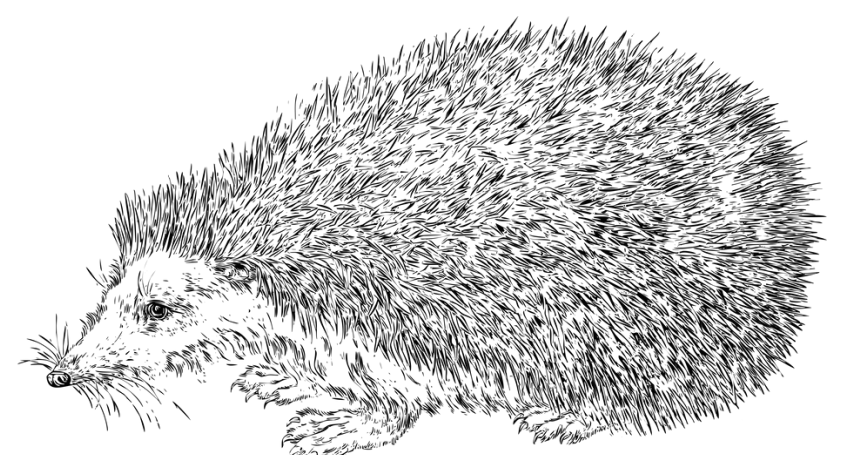
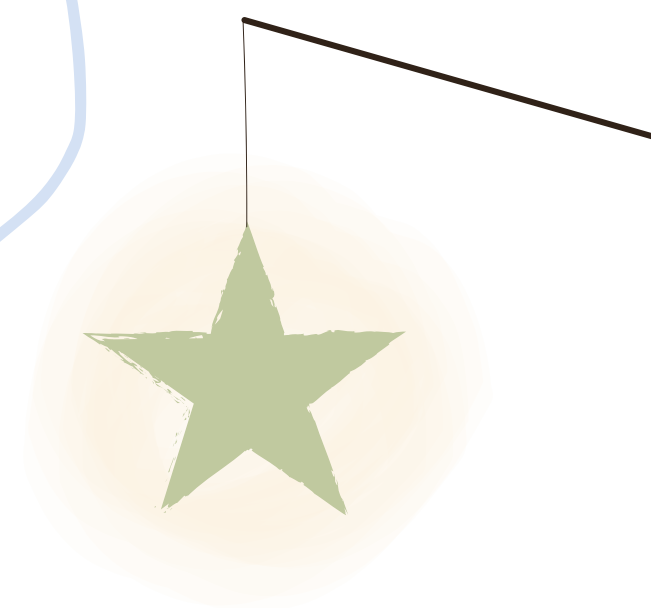
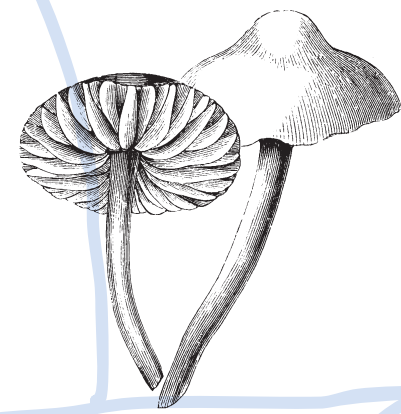
Teken een pad of straatje door de verdeling van stippen: minder → verder weg, dichter → dichterbij.

☐ 29

Een vorm die bijna oplost in de achtergrond

☐ 30

Teken een novembermoment (tak, blad, licht, object) zonder je pen van het papier te halen.



December

één maand tekenen



1
Een
kerstbal,
mooi versierd



2
Een
winterlandschap
in zwart/wit



3
kerstlichtjes als
alleen stippen



4
Een kerstboom
erin één lijn



5
Een warme
mok met
kaneel of
sinaasappel



6
Een abstract
werk in rood,
groen en
goud



7
Een sneeuwvlok in
detail



8
Een mini-
stripje over
een kerstboom
die omvalt.



9
Een ster aan
de nachtelijke
hemel



10
Een kerstkrans
met drie vormen
(cirkel, lijn, stip)



11
Een cadeautje
met patroon



12
Een raam
met
winterlicht



13
Een kerstengel in
heel eenvoudige
vormen



14
Een kerstbal
met reflectie
van de kamer
erin.



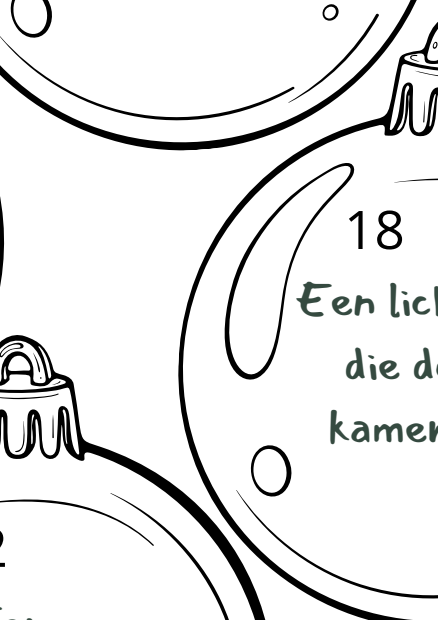
15
Maak een
abstract
werk in
kerstkleuren.



16
Een sneeuwpop in
minimalistische stijl



17
Een kaars die
zacht brandt



18
Een lichtslinger
die door de
kamer hangt



19
Tekenen een
ster in wit op
rood



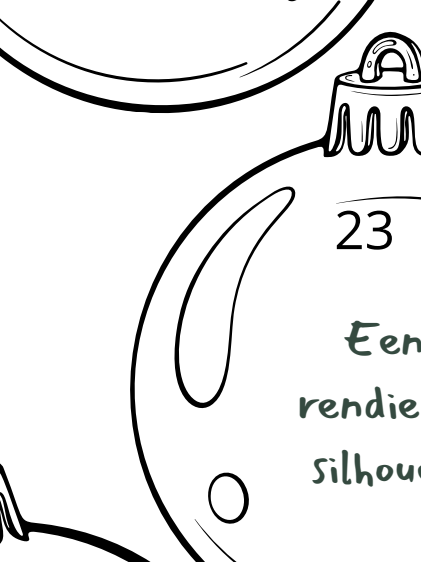
20
Beeld jouw eigen
kerstwereld uit



21
Een zwart-wit
kerstboom met
alleen lijnen



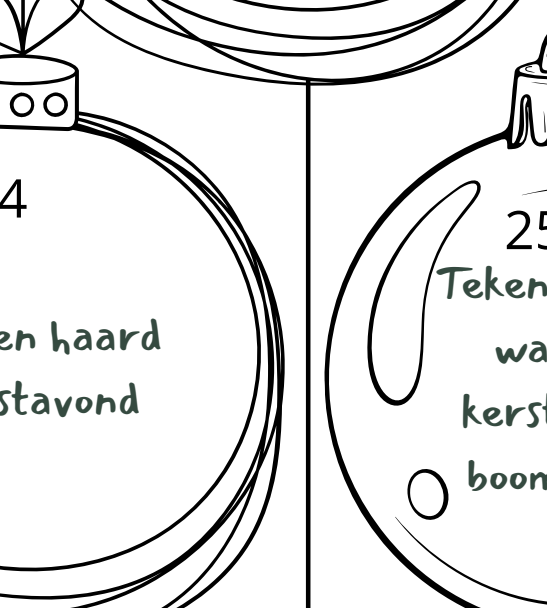
22
Een
kerstornament
met alleen ronde
vormen



23
Een
rendier-
silhouet



24
Een open haard
op kerstavond



25
Tekenen een
kerstbal uit de
boom ontsnapt.



26
Een gedekte
tafel voor het
kerstdiner



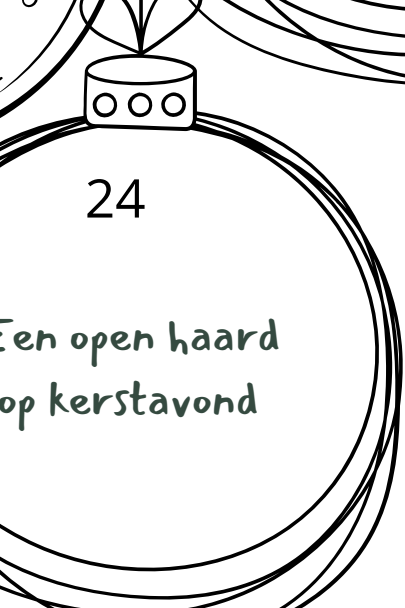
27
Beeld de stilte van 27
december uit als
abstract licht



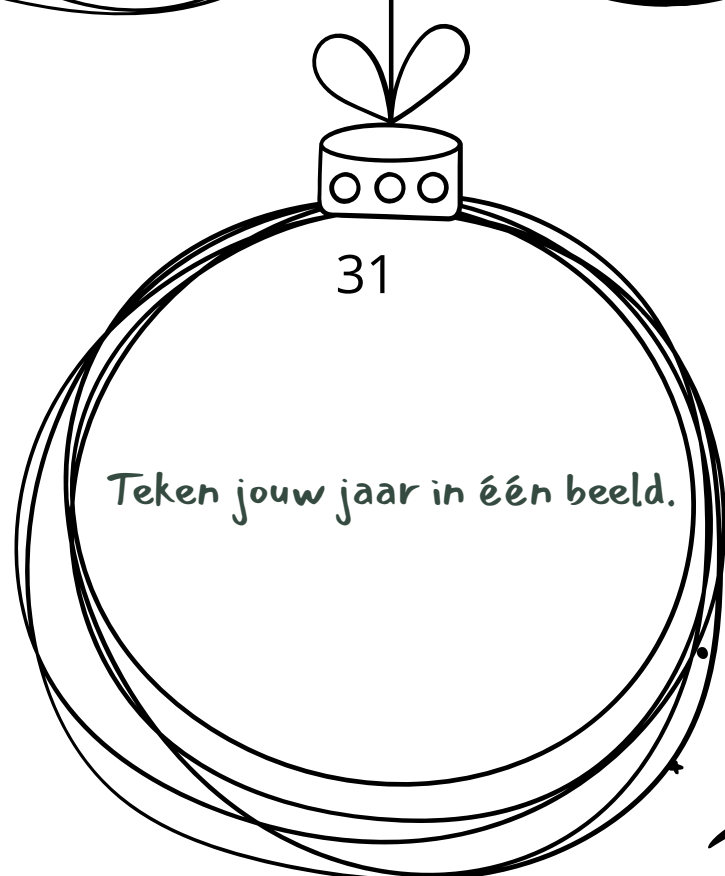
28
een
oliebollenkraam



29
Tekenen vuurwerk
boven een
silhouet van een
stad



30
Een abstracte
sneeuwstorm
(strepen, stippen,
vlekken)



31
Tekenen jouw jaar in één beeld.

