

# Aanbod voor leerkrachten bovenbouw BaO en BuBaO

## 'onrust'

*COVID-19 haalde de wereld ondersteboven.  
Het gewone leven viel stil, haast niet te geloven.  
We mochten elkaar geen hand meer geven  
en we zijn allemaal in ons kot gebleven.  
Dat zorgde voor onrust in ons hart en in ons hoofd.  
Het maakte ons futloos en we voelden ons verdoofd.*

*Uit 'We staan er weer, met handen vol hoop' Vera Vastesaegeer Bisdom Mechelen Brussel*

## Impuls 1

De afgelopen weken heb je waarschijnlijk met heel wat gevoelens in de knoop gezeten...

Bij wie kan/kon jij terecht?

Schrijf op elke hand wie of wat je helpt/hielp.



## Impuls 2

Op welke vraag zou je graag, samen met de juf of meester een antwoord zoeken?

Schrijf de vraag op het kaartje en steek het in de 'vragenbus', dan gaan we straks samen op zoek naar een antwoord.



*Dit zou ik echt graag willen weten...*



***Niet meer bang zijn***

*Guus Kuijer, Het boek van alle dingen*

'Wacht', zei mevrouw Van Amersfoort. Ze stond op. 'Misschien heb ik iets voor je.' Ze draaide zich om naar de boekenkast. 'Wat wil je later eigenlijk worden?' vroeg ze. 'Gelukkig', zei Thomas. 'Ik word later gelukkig.'

Mevrouw van Amersfoort draaide zich verrast om. Ze keek Thomas lachend aan en zei: 'Dat is een heel goed idee. En weet je waar geluk mee begint? Met niet meer bang zijn.' Ze trok een boek uit de boekenkast. 'Hier', zei ze, 'het gaat over een jongen die niet bang wil zijn en het onrecht in de wereld bestrijdt.' En ze zei: 'Jij bent vandaag al heel dapper geweest. Je bent bij mij binnengekomen, terwijl alle kinderen zeggen dat ik een heks ben.' Thomas durfde haar niet aan te kijken. Ze wist het! Ze zei het zomaar, recht voor de raap.

'Ze hebben trouwens gelijk', zei ze, 'ik ben ook een heks.'

Het werd doodstil, zo stil dat Thomas zijn moeder hoorde praten, dwars door de muur heen.

'Grutjes', zei hij, 'het is half zes geweest. Ik moet naar huis.' Hij sprong op met het boek in zijn hand. 'Dag mevrouw, en bedankt.'

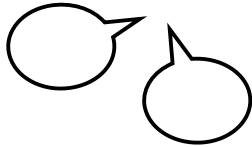
Terwijl hij terugliep over het tuinpad naar zijn eigen huis hoorde hij haar stem nog in zijn hoofd. 'Weet je waar geluk mee begint?', had mevrouw Van Amersfoort gevraagd. 'Met niet meer bang zijn.' Dat kon zij gemakkelijk zeggen, vond Thomas, want zij was een heks. Maar wacht eens even. Misschien was ze een heks geworden doordat ze niet meer bang was! Opeens begreep Thomas het. 'Vanaf nu zal ik mijn angst overwinnen. En als ik ergens bang voor ben ga ik het juist wel doen! Tenminste, als het niet echt gevaarlijk is.' Hij stapte de keuken in. Hij voelde zich meteen anders.

Thomas wil leren niet meer bang te zijn: dat lijkt hem heel waardevol.

- ? Waarvoor ben jij bang?
- ? Welke gedachten zorgen voor onrust in je hart en in je hoofd?
- ? Wat maakt je futloos?

Welke gedachten en/of eigenschappen zouden je kunnen helpen om niet bang te zijn en zijn voor jou heel waardevol? Kies één van de volgende zinnen:

- Ik ben niet bang!
- Ik ben sterk!
- Ik kan mij aanpassen!
- Ik mag zeggen: ik weet het niet!
- Ik mag fouten maken!
- Ik zorg goed voor mezelf!
- Ik zet door!
- Ik kan altijd opnieuw beginnen!
- Ik denk positief!
- Ik zeg wat ik voel!
- Ik weet waar ik goed in ben!
- Ik kan me zelfstandig gedragen!
- Ik durf hulp vragen!
- Ik aanvaard grenzen!



Kan je een manier bedenken om te worden hoe je wilt zijn?  
Vertel hoe anders je leven zou zijn als je die eigenschap die je hebt uitgekozen al zou hebben.

## Impuls 4

### Over alleen-zijn en eenzaamheid

#### **Mevrouw van der Veer en meneer Dijkstra**

*Uit: Vrienden maak je zo, Margaret Mahy/Wendy Smith*

Mevrouw van der Veer was een heel klein dametje en ze woonde in een heel groot huis, met prachtig uitzicht op de fontein met de zeemeerminnen, tegenover de opera. Ze bezat een heleboel, maar toch was ze vaak heel eenzaam.

Elke dag deed ze de deur van haar riante huis achter zich dicht, en dan liep ze langs dansstudio Extase, tot aan de stoplichten bij de hondenschool. Wanneer die op groen sprongen, stak ze de weg over, liep het park in en sloeg linksaf, bij het tentje met vers geperst sinaasappelsap en de Vitaminekoekjesbakker. En dan liep ze langzaam de bochtige, groene bomenlaan af, naar het strand, naar de zee en de zuchtende golven. Meneer Dijkstra was groot en stevig en hij woonde in een heel klein vissershuisje, aan zee. Soms, als de vissen niet wilden bijten, voelde hij zich wel eenzaam.

En dan slenterde hij met een somber gezicht de bochtige, groene bomenlaan op, sloeg rechtsaf bij het tentje met vers geperst sinaasappelsap en de Vitaminekoekjesbakker, en liep het park uit.

Tegenover de hondenschool wachtte hij, tot het licht op groen sprong, en dan slenterde hij langs dansschool Extase en ging op een bankje zitten, bij de fontein met de zeemeermin, tegenover de opera.

Terwijl mevrouw van der Veer naar de zuchtende golven luisterde, luisterde meneer Dijkstra naar het waterige deuntje van de grijze, stenen zeemeermin.

En elke dag kwamen de eenzame meneer Dijkstra en de eenzame mevrouw van der Veer elkaar tegen in het park. En dan liepen ze elkaar voorbij, want ze waren te verlegen om andere mensen aan te kijken of om te glimlachten. Het was net of ze allebei onzichtbaar waren voor elkaar.

'Ik zou zo graag een avontuurlijk iemand om me heen hebben,' zei mevrouw van der Veer tegen de zee. 'Maar dan wel een groot iemand, want ik heb zo'n groot huis.' Maar de zee zuchtte alleen maar en schudde zijn golven uit.

'Ik zou zo graag iemand hebben die met me langs het strand wil wandelen,' zei meneer Dijkstra tegen de meermin. 'Maar dan wel een klein iemand, want ik heb maar een klein huisje.' De meermin fluisterde hem iets toe in haar waterige taaltje, maar dat verstond meneer Dijkstra niet.

We konden de afgelopen weken onze klasgenootjes, juf of meester niet zien. We mogen nog steeds geen vriendjes uitnodigen om mee te spelen, geen knuffel aan oma, opa, tante of nonkel geven. We konden geen (paas)feest vieren met de familie en mogen nog altijd niet met hen samen komen.

- ? Wie mis jij? Hoe ziet je wereld eruit nu je iemand moet missen?
- Kleur of schrijf wat er in je opkomt.



## **'Steun'**

*De maatregelen waren streng en nodig  
veel andere dingen werden overbodig.  
We mochten wel op berenjacht gaan  
en gingen om acht uur aan de voordeur staan.  
Dan klonk er een luid applaus of we zongen een lied.  
Dit was een steun voor de mensen in de zorg  
of voor mensen met veel verdriet.*

*Uit 'We staan er weer, met handen vol hoop' Vera Vastesaegeer Bisdom Mechelen Brussel*

## **Impuls 5**

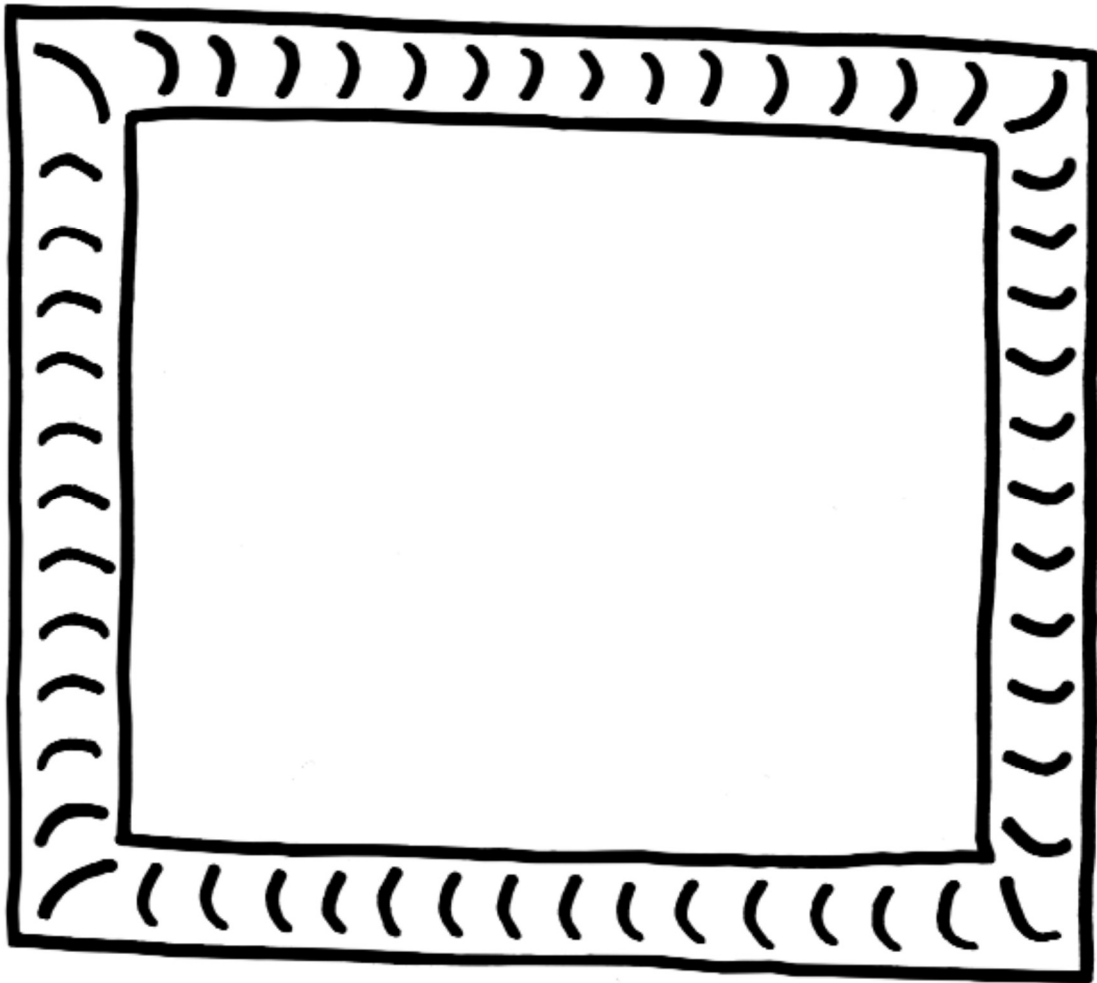
### **Held**

*Uit: Gijbsbrecht, Edward Van De Vendel*

Is een held  
een held  
als hij alleen is?  
Als er nergens mensen zijn  
om hulp van hem te krijgen,  
leiding, veiligheid -  
als er niemand hapjes van hem neemt  
en hongert naar nog meer?  
Is een held nog wel  
een held  
wanneer de vijand weg is  
en de veldslagen voorbij?  
Haalt een held  
in stilte  
adem  
als een held?

- ? Wie zijn de helden van vandaag?
- ? Wat is een held?
- ? Hebben mensen helden nodig?
- ? Wat bewonder jij in helden?
- ? Ben jijzelf wel eens een held voor iemand? Hoe dan?
- ? Hoe vier je helden?

- Helden vier je door...:
- ...
- ...
- ...
  
- Maak een tekening van je held en maak duidelijk in de tekening wat er zo geweldig is aan jouw held.





## Impuls 6

### Afscheid nemen

#### *Voor altijd weg*

*Uit: over de grote rivier, Armin Beuscher en Cornelia Haas*

Op een dag zei Haas tegen Wasbeer: 'Ik moet op reis, maar ik kan jou niet meenemen. Eend, olifant en Muis blijven hier bij jou.'

'Ga je dan helemaal alleen op reis?', zei Wasbeer. 'We kunnen je toch helpen? Je moet een rivier oversteken en die is heel breed en diep.'

Haas knikte. 'Ja, het is een grote rivier. Maar ik kan hem in mijn eentje oversteken. Breng jij me tot aan de oever?' ze liepen samen naar de rivier.

Op de oever zie Haas: 'Nu moet ik echt gaan. Jij blijft hier. Je kunt aan me denken, als ik er niet meer ben. En ik vind het fijn als je Eend, Olifant en Muis verhalen over me vertelt.'

Haas omhelsde Wasbeer. Even hielden ze elkaar stevig vast.

'Ik had graag bij je willen blijven', zei Haas.

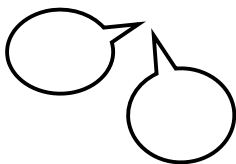
Toen liep hij naar het water. Hij stak zijn poot omhoog en zwaaide voor de laatste keer. Haas verdween tussen het riet.

Verdrietig ging Wasbeer op een steen zitten. Hij hilde een beetje. Hij dacht aan Haas. Haas had vaak gezegd: 'Alles heeft een begin en een eind.'

'Dat is zo', fluisterde Wasbeer. Hij haalde diep adem en zei hardop: 'Alles heeft een begin en een eind.'

Wasbeer neemt afscheid van Haas. Dat vindt Wasbeer moeilijk.

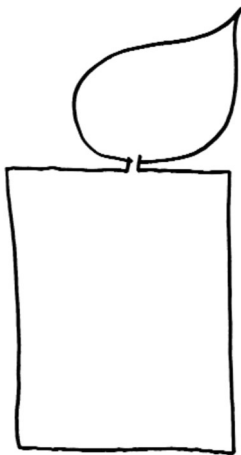
- ? Heb jij wel eens meegemaakt dat iemand voor altijd verdween? Hoe voelde dat?
- ? In het verhaal vraagt Haas aan Wasbeer om verhalen over hem te vertellen. Praat jij nog wel eens over diegenen die verdwenen is?
- ? Hoe vind je het om over degene die verdwenen is te praten?
- ? Denk je nog vaak aan diegene?
- ? In het verhaal staat dat 'alles een begin en een eind heeft'. Ben je het daar mee eens?



Vertel elkaar van wie je afscheid hebt moeten nemen en vertel elkaar hoe dat voelde.

Vertel elkaar wat helpt/hielp om makkelijker afscheid te nemen. Is er nog iets gepland rond het afscheid als samenkomen weer mag?

**We maken het even stil: *Laten we samen bidden en een kaars branden voor al wie gestorven is of veel pijn had.***



**Goede God**  
als er iets heel groot gebeurt  
voelen we ons heel klein.  
Door het coronavirus beseffen wij  
hoe kwetsbaar wij wel zijn.  
Veel mensen zijn gestorven  
of hadden veel pijn.  
Er was heel wat gemis en verdriet.  
Afscheid nemen kon soms niet.  
Als teken van hoop steken we een kaars aan.  
Hoop geeft moed en blijft altijd bestaan.  
Amen.

Neem zeker ook een kijkje op onze website.

Je vindt er vele materialen om mee aan de slag te gaan,  
maar ook contactpersonen die je verder kunnen helpen.

<https://pro.katholiekonderwijs.vlaanderen/verlies-en-rouw>

***'handen vol hoop'***

***Nu staan we hier terug met een gevulde boekentas  
en kunnen we fijn spelen met vriendjes uit de klas.  
Met onze handen vol hoop en frisse moed  
gaan we samen aan de slag... wat voelt dat goed!***

***Uit 'We staan er weer, met handen vol hoop' Vera Vastesaegeer Bisdom Mechelen Brussel***

### **Impuls 7**

Het was volhouden en dat is niet altijd makkelijk. Dat hebben we de voorbije weken mogen ondervinden. Ook tijdens de laatste schoolweken is het volhouden. Gelukkig slaan we hiervoor de handen in elkaar! Samen zorgen we voor een mooi einde van het jaar!

*Als je kon toveren... Wat zou jij dan wensen?*

*dan wens ik...*

