



SAMEN BOUWEN WE AAN WERELDVREDE !



We dragen als school een jaarproject rond wereldvrede. Hiervoor werken we met verschillende bouwstenen.

Vrede in onszelf,
onder de mensen
maar ook voor de natuur, de dieren, de bossen, de zee, ...

Bouwsteen 1



Het verhaal van **Tijger tijger** geeft de kinderen **een tool** om verdrietige, boze, donkere gedachten om te zetten in blije, gelukkige gedachten.

Hoe krijgen we meer rust in onze gedachten?
Blije, gelukkige mensen stralen licht uit in de wereld.
Laat het kleine lichtje binnenin jou uitgroeien tot een groot licht.

Bron: katie Byron
meer info nodig? Scan de QR-code



Het is vaak niet de situatie die ons ongelukkig maakt maar onze gedachten over een situatie.

Er ontstaat rust in ons hoofd wanneer we een bepaalde situatie aanvaarden zoals ze is. Boze en verdrietige gedachten mag ik voelen maar niet groter maken. Zo ontstaat er meer ruimte om creatieve oplossingen te vinden. Hierdoor worden we mentaal sterker. Zo kunnen we moeilijke situaties beter aan.

Onderzoek je gedachten, wanneer jij verandert, verandert de omgeving met je mee.
De omgeving is een spiegel van wat zich binnenin jou afspeelt.

TOOL VAN TIJGER TIJGER

4 vragen om onze gedachten te onderzoeken.

1. Is mij gedachte waar? Ja of neen.
2. Weet ik absoluut zeker of mijn gedachte waar is? ja of neen.
3. Hoe voel, gedraag ik me wanneer ik deze gedachte geloof?
4. Hoe voel, gedraag ik me wanneer ik deze gedachte niet denk?



Hoe klinkt mijn gedachte als ik ze omkeer naar mezelf, de ander,

Oproep tot vrede! Wil jij ook vrede? Kleur de poster in en hang hem aan je venster.
Schrijf of teken jouw actiepoint in het hart. Deel jouw ingekleurde poster op de facebookpagina van onze school.

KLASGESPREK, BEVRAGING, REFLECTIE WAT LUKT ONS AL GOED? WAT KAN NOG BETER?

samen spelen op de
speelplaats

een compliment geven

je veilig voelen

er zijn voor anderen

een schouderklopje geven

er mogen bij horen

je mening mogen zeggen

troosten bij verdriet, pijn



zorgen voor: boterhamdoos - leerboeken - boekentas - jas - muts - handschoenen - bank - stoelen - klasbal - turngerei ...

Hoeveel ★ verdienen we reeds als klasgroep?



KLEUR TEGEN PESTEN. SAMEN ZIJN WE STERK.



Ontdek meer activiteiten op onze facebookpagina.

