Voor de derde graad van de lagere school

Iedereen tegen Kanker!

Didactische bundel
om in de klas te werken
rond het thema kanker

door Emy Geyskens en Dorothy De Maesschalck – illustraties: Stieven Van der Poorten

uitgeverij averbode

Kom op tegen Kanker

Inhoud

Voorwoorden ... p. 3

Hoofdstuk 1: Kanker ... p. 5
- Instap: Ziek zijn ... p. 5
- Kern: Wat is kanker? ... p. 7
- Actie: Een eigen dagboek ... p. 8

Hoofdstuk 2: Gezonder leven kun je leren ... p. 10
- Instap: Kun je kanker voorkomen? ... p. 10
- Kern: Uit op onderzoek ... p. 11
- Actie: 'Iedereen tegen Kanker'-filmpje ... p. 12

Hoofdstuk 3: 1000 redenen ... p. 14
- Instap: Elkaar vertrouwen ... p. 14
- Kern: Omgaan met verschillende gevoelens ... p. 16
- Actie: Hoekenwerk: spreken over gevoelens ... p. 16
- Actie: Gevoelens in een lied ... p. 18

Hoofdstuk 4: Kanker en meer ... p. 19
- Instap: Meer dan kanker ... p. 19
- Kern: Wij kunnen een steentje bijdragen! ... p. 20
- Actie: Je bent niet alleen! ... p. 21

Hoofdstuk 5: Interessante links ... p. 22

Hoofdstuk 6: Leerplandoelen ... p. 23
- Leerplandoelen ZILL ... p. 23
- Leerplandoelen OVSG ... p. 25
- Leerplandoelen GO! ... p. 28

Legende

Het lessenpakket is interactief gemaakt.
Hier vindt u uitleg bij de symbolen.

	Ga naar de vorige pagina.
	Ga naar de volgende pagina.
	Bijlage of werkblad afdrukken.
	Ga rechtstreeks door naar deze pagina.
	Ga naar de inhoudsopgave.
	Ga terug naar de vorige locatie.
	Speel geluid af.
	Venster sluiten.
	Lessenpakket sluiten.

Print alle hoofdstukken

Iedereen tegen Kanker!
Lessenpakket voor de 3e graad
Dit lessenpakket werd gerealiseerd door Uitgeverij Averbode
in opdracht van Kom op tegen Kanker.

© Uitgeverij Averbode, 2018

Postbus 54, 3271 Averbode
Tweede uitgave 2020
Derde uitgave 2022
Concept en tekst: Emy Geyskens, Dorothy De Maesschalck
Illustraties: Stieven Van der Poorten
Eindredactie: Elke Broothaerts
Vormgeving: Christine Van Beers
www.uitgeverijaverbode.be
www.komoptegenkanker.be
www.depetoptegenkanker.be
140786/DD6377

Voorwoord van Kom op tegen Kanker

Beste leerkracht,

Fijn dat u met het verhaal en het lessenpakket van de campagne **De Pet op tegen Kanker** aan de slag gaat.
Dit educatieve materiaal **op kindermaat** helpt u om kanker bespreekbaar te maken in uw klas.

In Vlaanderen krijgen jaarlijks meer dan 40.000 mensen te horen dat ze kanker hebben. Dat zijn er gemiddeld 112 per dag of 5 per uur. En dat 7 dagen op 7, 24 uur op 24. In elke klas is er dus wel een leerling die kanker van dichtbij meemaakt.

Hoe gaat u daar als leerkracht mee om? Hoe reageert u op de vragen waar de kinderen mee zitten? En vooral: hoe vertaalt u dat naar interessante leerstof die past binnen de eindtermen en ook boeiend is voor kinderen die niet rechtstreeks getroffen zijn?

Samen met Uitgeverij Averbode werkten we een **educatief pakket** uit om op die vragen een antwoord te bieden.*

Dit pakket richt zich specifiek tot de leerlingen van de derde graad van de lagere school. Mail ons zeker over uw ervaringen via *depetop@komoptegenkanker.be*.

Het **verhaal** en het **lessenpakket** maken deel uit van 'De Pet op tegen Kanker', de campagne van Ketnet en Kom op tegen Kanker. De actie heeft naast een educatief luik ook een fondsenwervend luik door de verkoop van petpakketten. Met de opbrengst organiseren we het jaarlijkse vakantiekamp voor kinderen met kanker. Meer info leest u op *www.depetoptegenkanker.be* en op *www.komoptegenkanker.be/vakantiekamp*.

Ik dank u nu alvast voor uw steun en interesse!

Warme groet,

Frank Deboosere
Campagneleider Kom op tegen Kanker

*Op *www.depetoptegenkanker.be* vindt u ook de andere educatieve pakketten. Kom op tegen Kanker ontwikkelde educatieve pakketten voor de eerste, tweede en derde graad van het lager onderwijs envoor de kleuterschool. Alle pakketten beantwoorden aan de ontwikkelingsdoelen en eindtermen en sluiten mooi op elkaar aan.
Mail ons zeker uw ervaringen via *depetop@komoptegenkanker.be*.

Over Kom op tegen Kanker

Kom op tegen Kanker helpt ervoor zorgen dat minder mensen kanker krijgen, meer mensen de ziekte overleven en dat de levens-kwaliteit van (ex-)kankerpatiënten verbetert.
Om dat te bereiken investeren we in zorg, wetenschappelijk onderzoek, beleidsbeïnvloeding en informatie en preventie. We kunnen rekenen op de steun van duizenden sympathisanten. Via hun giften, acties en legaten gaan we samen voor een wereld zonder kanker.

Voorwoord van de auteurs

Met dit lessenpakket bij het verhaal *Iedereen tegen Kanker!* willen we kinderen van de derde graad beter leren begrijpen wat kanker is, op hun eigen niveau. We willen hen ook leren omgaan met de emoties die met de ziekte gepaard gaan.
We kregen voor dit lessenpakket hulp van onder andere oncopsychologen, medisch oncologen en oncologische verpleegkundigen. We konden rekenen op de expertise van Cindy Verhulst, een psychologe die zich specialiseerde in rouwbegeleiding en kinder- en jeugdpsychotherapie. Samen met Katrien Vanhauwaert schreef zij het boek *Grote woorden bij kanker* (uitgeverij Acco). Zij gaf ons de nodige tips in samenwerking met de verpleegkundigen van de borstkliniek van ASZ Aalst. Ook Catherine Baillon en Annelien Tack van het Oncologisch Centrum van het UZ Brussel en prof. dr. Karin Haustermans, dr. Isabelle Kindts en Lieve Lenders van de dienst radiotherapie-oncologie van het UZ Leuven hebben hun kennis met ons gedeeld.

We vinden het belangrijk dat elk kind kan spreken over zijn gevoelens, angsten, twijfels … en dat het informatie krijgt over wat kanker is. Dit lessenpakket biedt handvaten om dat te doen.
Er kan een directe aanleiding zijn om ermee aan de slag te gaan, bijvoorbeeld wanneer er een kind uit uw klas met kanker geconfronteerd wordt. Maar het kan ook zijn dat u het thema zelf kiest. In dat geval is het aangeraden om vooraf na te gaan of er op dat moment iemand in uw klas van veraf of dichtbij te maken heeft met kanker. U kunt aan de ouders laten weten dat u rond het thema zult werken. Zij kunnen dan bepaalde gevoeligheden met u delen. Samen met de betrokken leerling en de ouders kunt u afspreken wat wel en niet verteld mag worden. Wanneer het kind liever niets vertelt, moet dat gerespecteerd worden. Dan kunt u eventueel samen zoeken naar andere manieren om emoties te uiten.

Bij het begin van ieder hoofdstuk wordt er steeds een link gelegd met het verhaal. De vier hoofdstukken zijn in drie blokken onderverdeeld. Als instap bij elk hoofdstuk verkennen de kinderen het onderwerp. In de kern wordt het onderwerp uitgediept. Ten slotte gaan de kinderen over tot een reflectie of een slotactie. U kunt de activiteiten van dit lessenpakket het best spreiden over een maand. Laat de afgeleide hoeken en knutselwerken in de klas aanwezig zolang u voelt dat de kinderen er nood aan hebben.

We verwijzen ook graag naar de voorgaande lessenpakketten die we gemaakt hebben voor de eerste en de tweede graad op *www.depetoptegenkanker.be*. In het lessenpakket voor de tweede graad wordt er dieper ingegaan op de verschillende soorten kanker en de behandelingen (chemotherapie, radiotherapie …). De opdrachten die daarbij horen kunt u uiteraard ook in de derde graad aan bod laten komen.

We wensen u een boeiende en leerrijke lessenreeks toe!

Emy Geyskens – Dorothy De Maesschalck

Hoofdstuk 1: Kanker

De eindtermen

Sociale vaardigheden - domein relatiewijzen: 1.2, 1.4, 1.5, 1.6, 1.7, 1.8, 1.9
Sociale vaardigheden – domein gesprekconventies: 2
Sociale vaardigheden – domein samenwerking: 3
Mens en maatschappij – domein mens – ik en mezelf: 1.1, 1.2
Mens en maatschappij – domein mens – ik en de anderen: in groep: 1.7
Leren leren: 2

Link met het verhaal

Wanneer Lucas te horen krijgt dat zijn mama kanker heeft, is Lucas erg in paniek. Hij weet niet wat hem allemaal te wachten staat. Hij ligt er 's nachts van wakker en heeft veel vragen, waarop hij gaandeweg een antwoord krijgt, vaak van tante Elly. Welke vragen, misverstanden … rond kanker leven er bij de kinderen?

Instap: 'Ziek zijn'

Doelstellingen:

- De kinderen reflecteren over hun kennis van ziek zijn (in het algemeen).
- De kinderen begrijpen het verschil tussen kort en langdurig ziek zijn.
- De kinderen kunnen iets uitbeelden dat past binnen het thema.
- De kinderen verruimen hun woordenschat rond 'ziek zijn'.

Organisatie:

Deze activiteit vindt plaats in de klas of in een andere ruimte.

Materiaal:

- de kaartjes van *bijlage 1 (uitbeeldspel)* »
- *werkblad 1 (Pink-quiz)* »
- een beeldscherm en internettoegang

Voorbereiding:

Deze opdracht kan klassikaal of in kleine groepen uitgevoerd worden. Print *bijlage 1* » en verknip tot kleine kaartjes. Eventueel kunt u de kaartjes verstevigen.

Als u in groepjes werkt, stelt u de klas voor een groepswerk op. Print het werkblad meerdere keren af zodat ieder groepje alle kaartjes heeft.

Zorg voor een beeldscherm en internettoegang om het introductiefilmpje te tonen.

Misschien zijn er kinderen die in hun naaste omgeving geconfronteerd worden/werden met kanker. Informeer u op voorhand voldoende en laat aan de ouders ook weten dat u rond kanker zult werken in de klas. Op die manier vermijdt u eventuele gevoeligheden en kunt u zo goed mogelijk op de situatie van het betrokken kind inspelen.

Verloop:

U start de les met een filmpje rond ziek zijn.

Tips:

1. *FC De Kampioenen: Nenieuwennoed* (van 00:41 tot 02:16)
   Billie klaagt van buikpijn en mag thuisblijven om uit te zieken. Hij staat daarna te dansen van blijdschap.
2. Ga dan samen met de kinderen rustig in een kring zitten voor een kringgesprek. Dat kan in de klas (bv. in de leeshoek) of in een rustige ruimte. Zorg ervoor dat alle kinderen elkaar kunnen zien. Probeer zelf ook mee in de kring te zitten, zodat u deel uitmaakt van de groep.

Tip: U overloopt het best eerst enkele afspraken om het kringgesprek goed te laten verlopen. Enkele richtlijnen: Wees stil als iemand aan het spreken is. / Lach niemand uit! / Luister als iemand aan het woord is … Een hulpmiddel daarbij is bijvoorbeeld een spreekobject, zoals een praatstok. Wie de praatstok vasthoudt, mag vertellen. De anderen zijn stil en tonen interesse.

Vraag aan de kinderen of iemand al eens ziek geweest is. Laat de kinderen daar kort over reflecteren. Knoop er een kort gesprek over aan. *Wat had je toen? Wat betekent ziek zijn eigenlijk? Wanneer zeggen we dat iemand ziek is? Wat voel je dan? Wat moet je doen om weer beter te worden?*

Uitbeeldspel

Vertel de kinderen dat jullie het spelletje *Wat is het?* gaan spelen rond het thema ziek zijn.

Om de beurt neemt een kind een kaartje *(bijlage 1)* ». Het kind bekijkt het kaartje goed en probeert de situatie uit te beelden. De andere kinderen in de klas proberen te raden wat het kind uitbeeldt: *Om welk soort 'ziek zijn' gaat het hier?*

Wie het goed geraden heeft, mag het volgende kaartje nemen. Zorg ervoor dat er zoveel mogelijk verschillende kinderen aan de beurt kunnen komen. U kunt eventueel voor de eerste twee situaties klassikaal werken en de kinderen daarna in groepjes laten verder werken. Zo krijgen meer kinderen de kans iets uit te beelden.

Benoem na het uitbeelden ook telkens goed wat werd uitgebeeld.

Wanneer alle kaartjes uitgebeeld zijn, kunt u per kaartje navragen welke kinderen al eens verzeild geraakt zijn in een van de situaties. Stel enkele bijkomende vragen:

- *Welke situaties verwijzen naar ziek zijn van korte duur?*
- *Welke situaties verwijzen naar ziek zijn van lange duur?*
- *Wie was er al eens langer dan twee weken ziek?*
- *Waarom kon je toen niet naar school? (besmettingsgevaar, te ernstig ziek om uit bed te komen, rust nodig …)*
- *Welke ziekte had je toen?*
- *Ken je mensen in je omgeving die langdurig ziek zijn?*

Laat de kinderen hierover vertellen.

Besluit dat iedereen weleens ziek is, maar dat je van de meeste ziektes snel genezen bent. Er zijn enkele aandoeningen waarbij je langdurig buiten strijd bent (bv. longontsteking, gebroken ledematen in gips …).

Quiz: *Pink-quiz*

Verwijs naar de ziektes die daarnet uitgebeeld zijn. Herneem dat je kort ziek bent bij bepaalde ziektes, maar dat je ook langer ziek kunt zijn. Herhaal de voorbeelden uit de vorige activiteit. Als je langer ziek bent, ben je meestal ook ernstiger ziek (bv. een longontsteking). Een andere ziekte waarbij mensen ernstig en langdurig ziek zijn is kanker. *Kennen jullie kanker? Wat roept dat bij jullie op?* Laat de kinderen over de term kanker even ventileren.

Waar denken de kinderen aan bij het woord kanker? Maak een woordspin aan het bord of op een digitaal bord. U kunt bij dit onderdeel ook naar het verhaal *Iedereen tegen Kanker!* verwijzen.

Een leuke werkvorm om te verhelderen wat kinderen wel en niet weten over een bepaald onderwerp is *Elevator Pitch*. De kinderen krijgen drie minuten de tijd om te bedenken wat ze over een onderwerp (kanker) weten. Daarna moeten ze dat in één minuut kunnen vertellen (de tijd die je in een lift hebt om met iemand te praten). Noteer de kern van wat de kinderen weten.

In de volgende ronde krijgen de kinderen opnieuw drie minuten de tijd, maar nu vertrekken ze vanuit het standpunt 'wat zouden we willen weten over kanker'. Noteer opnieuw de kern aan het bord. Het resultaat van beide rondes kunt u later

nog gebruiken voor de onderzoeksvragen bij het hoekenwerk. De tweede ronde kunt u eventueel ook organiseren na het invullen van de quiz om zo de bijkomende vragen van de kinderen te achterhalen.

Laat de kinderen daarna individueel werken aan *werkblad 1* ». Dat is een quiz waarbij u nagaat wat de kinderen al weten over kanker. U kunt het werkblad afdrukken en aan ieder kind geven of u kunt de quiz digitaal laten invullen. Geef de kinderen mee dat er soms meerdere antwoorden mogelijk zijn (bij de antwoorden die een roze kleur hebben). De correctiesleutel bij de quiz vindt u in *bijlage 2*. »

Overloop de antwoorden bij de quiz. Laat de kinderen vrij reflecteren over de antwoorden. *Waarom hebben jullie gekozen voor dat antwoord?* Geef aan dat jullie later bij het hoekenwerk de meest correcte antwoorden proberen na te gaan. Bij sommige vragen is er namelijk een duidelijk ja-neen antwoord, bij andere vragen is het antwoord niet zo eenduidig.

Kern: Wat is kanker?

Doelstellingen:

- De kinderen gaan zelfstandig aan de slag om zoveel mogelijk informatie te verzamelen rond hun onderzoeksvragen.
- De kinderen kunnen een antwoord formuleren op de verschillende onderzoeksvragen.
- De kinderen krijgen meer inzicht in wat kanker is en wat het inhoudt op verschillende vlakken.

Organisatie:

Deze activiteit vindt plaats in de klas of in een andere ruimte waar er meerdere onderzoekshoeken gecreëerd kunnen worden.

Materiaal:

- onderzoeksvragen per hoek *(zie ook bijlage 3* »*)*
- materiaal om informatie op te zoeken en een presentatie uit te werken (bv. een computer)
- blokken in verschillende kleuren
- een afbeelding van het menselijk lichaam
- witte schorten
- plastic spuitjes en eventueel een microscoop

Voorbereiding:

Maak vijf onderzoekshoeken.

1. Wat is kanker? (Zorg voor blokken in verschillende kleuren.)
2. Soorten kankers. (Hang een grote afbeelding van een menselijk lichaam op.)
3. Behandelingen. (Zorg voor enkele witte schorten.)
4. Onderzoek. (Zorg voor enkele plastic spuitjes en eventueel een microscoop.)
5. Acties. (Vraag aan de kinderen om enkele petten mee te brengen.)

Verloop:

Maak vijf themahoeken in de klas. Verzamel voor elke hoek onderzoeksvragen. Die onderzoeksvragen kunt u halen uit het kringgesprek en de reflectie aan bord. De verschillende antwoorden op de quiz kunnen ook leiden tot onderzoeksvragen (bv. meerdere kinderen denken dat kanker besmettelijk is). U vindt in *bijlage 3* » eveneens enkele onderzoeksvragen. Informatie bij die onderzoeksvragen kunt u vinden via de *filmpjes op p. 8* » en de *links op p. 22* ».

Overloop de verschillende hoeken met de kinderen. Vertel dat ze vandaag zullen werken aan een presentatie om aan hun klasgenoten een antwoord te geven op de verschillende onderzoeksvragen. Zij worden dus zelf onderzoekers!

In elke hoek vinden de kinderen onderzoeksvragen. U kunt daarvoor *bijlage 3* » gebruiken of u kunt de onderzoeksvragen op post-its noteren en in de hoeken kleven. U kunt bijkomende onderzoeksvragen vanuit de quiz of de reflectie toevoegen. De kinderen kunnen de gevonden antwoorden noteren op een blad. Daarna kunnen ze die antwoorden verwerken in een presentatie.

Bepaal met de kinderen welke kanalen ze kunnen gebruiken in de themahoeken (internet, boeken, tijdschriften …). Bespreek samen de betrouwbaarheid van de informatie. *Welke informatie vinden jullie betrouwbaar?* Laat de kinderen kritisch reflecteren.

Op *pagina 22 van dit lessenpakket* ⏩ vindt u verschillende links met informatie. De kinderen kunnen ook een beroep doen op het materiaal uit het lessenpakket dat eerder gemaakt is bij de eerste en de tweede graad lager onderwijs. Kijk op *www.depetoptegenkanker.be* 🌐. In het lessenpakket bij de eerste graad wordt bijvoorbeeld aan de hand van blokken in verschillende kleuren uitgelegd wat een tumor is.

Bespreek met de kinderen dat er verschillende fora rond kanker te vinden zijn op het internet. *Weten jullie wat fora zijn? Lijkt de informatie die jullie daar vinden betrouwbaar?* Leg uit dat mensen op fora vrij hun mening kunnen uiten.

De kinderen kiezen zelf hun presentatievorm (bv. aan de hand van PowerPoint, aan bord, voorstelling met materiaal).

De kinderen kunnen in hun presentatie ook gebruikmaken van filmpjes of filmfragmenten. Hier vindt u voor elke hoek suggesties voor filmpjes:

1 Wat is kanker?

- Laat de kinderen zoeken op *www.hetklokhuis.nl* 🌐 en *www.info-over-kanker.nl/info-voor-kinderen-/filmpjes-over-kanker-/* 🌐.

2 Soorten kankers

- Laat de kinderen op YouTube zoeken met de zoekterm *'Kinderen Kankervrij'* 🌐 (bijvoorbeeld: Vraag 5: Wat voor verschillende kankers zijn er en hoeveel soorten zijn dat?)

3 Behandelingen

- Het Klokhuis: *Ik heb kanker compact* 🌐
- *Chemo Kasper in lego* 🌐 (chemotherapie)
- *Laura op de bestralingsafdeling* 🌐
- *Hoe word je beter van kanker?* 🌐

4 Onderzoek

- *Interview over wetenschappelijk onderzoek bij kanker* 🌐
- *Hoe werkt kankeronderzoek?* 🌐

5 Acties

- Op het YouTubekanaal van Kom op tegen Kanker staat er een afspeellijst *'Acties'* 🌐.
- Op *www.ketnet.be* 🌐 kun je zoeken naar 'Acties kanker'.

U vindt ook enkele interessante filmpjes op *Het Archief voor onderwijs* 🌐.

Sommige hoeken vergen meer werk dan andere hoeken. Wanneer kinderen in een bepaalde hoek aangeven dat ze voldoende informatie hebben, kunnen ze helpen in de andere hoeken.

De kinderen geven een presentatie over wat ze gevonden hebben. De overige kinderen kunnen vragen stellen. U begeleidt de kinderen bij de antwoorden op de vragen. Wanneer de antwoorden onduidelijk zijn, gaat u samen op zoek naar correcte informatie.

Tip: In de hoek 'Soorten kanker' kunt u de soorten kanker uit het verhaal *Iedereen tegen Kanker!* aan bod laten komen (borstkanker en botkanker). U kunt hier ook de behandelingen die in het verhaal besproken worden in beeld brengen en wat uitdiepen. Maak daarvoor zeker ook gebruik van het lessenpakket uit de tweede graad dat u vindt op *www.depetoptegenkanker.be* 🌐. Licht eventuele moeilijke woorden verder toe. Bijvoorbeeld: *Knieprothese betekent kunstknie.*

Actie: Een eigen dagboek

Doelstellingen:

- De kinderen worden aangespoord om zelf een dagboek bij te houden en zo hun gedachten, belevenissen, bezorgdheden … neer te schrijven.

Organisatie:

Deze activiteit vindt plaats in de klas.

Materiaal:

- een dagboek als voorbeeld
- Zorg ervoor dat iedere leerling een schriftje heeft dat hij of zij als dagboek kan gebruiken. Vraag eventueel op voorhand om het mee te brengen van thuis.
- *bijlage 4: een dagboekfragment* »

Voorbereiding:

Zet *bijlage 4* » klaar. U kunt het fragment digitaal met de leerlingen beluisteren.

Verloop:

Laat een dagboek aan de kinderen zien. *Wat zou dit kunnen zijn? Waarom heb ik speciaal dit boek meegenomen?* Laat de kinderen raden wat het boek zou kunnen zijn. De kinderen kunnen de link leggen met het verhaal *Iedereen tegen Kanker!*, waarin Lucas ook een dagboek heeft.

Vertel de kinderen over eigen ervaringen met een dagboek.

Lees daarna *bijlage 4* ».voor of beluister het fragment samen met de kinderen.

Stel na het lezen of beluisteren bijkomende vragen. *Herkennen jullie de dagboekvorm? Hoe kun je een dagboek herkennen?* (bv. de fragmenten zijn gedateerd, eigen gedachten en gebeurtenissen worden neergeschreven …)

Vraag aan de kinderen of ze zelf een dagboek bijhouden. U kunt eventueel samen met de kinderen op zoek gaan naar bekende dagboekschrijvers. Dat kunnen zowel fictieve als non-fictieve personen zijn (bv. *Anne Frank* 🌐, ...)

Weten jullie waarom mensen een dagboek bijhouden? Laat de kinderen daarover vrij reflecteren. De antwoordmogelijkheden zijn ruim. Verwijs naar de dagboekopbouw in het verhaal. *Waarom houdt het hoofdpersonage een dagboek bij? Waarom houd jij zelf een dagboek bij?* (Een dagboek kan helpen om je gedachten even op papier te zetten, het is veiliger dan een internetpost (want je kunt het niet hacken), je kunt en mag er alles in schrijven wat je zelf wilt, je kunt het helemaal voor jezelf houden of delen met andere mensen …)

Bespreek met de kinderen dat ze het dagboek helemaal voor zichzelf kunnen houden, maar indien ze dat willen kunnen ze het ook aan andere personen laten lezen (bv. ouders, vrienden, familie ...). Dat is hun eigen keuze.

Laat de kinderen een vlog zien. Enkele suggesties:

- *een vlog van Kinderen voor Kinderen* 🌐
- *een vlog van Ketnet* 🌐

Kunnen jullie overeenkomsten vinden tussen een vlog en een dagboek? Echte vloggers publiceren regelmatig een filmpje over hun doordeweekse leven. Dat is een vorm van een modern dagboek, maar dan wel eentje dat gedeeld wordt met iedereen. *Heeft iemand van jullie zelf al eens een vlog gemaakt?* U kunt die eventueel samen in de klas bekijken.

Tip: U kunt met de hele klas samen bijvoorbeeld gedurende een week elke dag een vlog opnemen.

Moedig de kinderen aan om ook een dagboek te starten. Laat hen even reflecteren over waarover ze een dagboek kunnen maken. Wat hebben ze vandaag meegemaakt? Het hoeft zeker niets uitzonderlijk te zijn. Geef de kinderen de tijd om de gebeurtenissen van vandaag neer te schrijven. Indien kinderen dat wensen kunnen ze hun dagboek delen met de klas. Indien ze dat niet wensen, kunnen ze het meenemen naar huis en daar verder in hun dagboek schrijven.

Tip: Tijdens een muzische les kunnen de kinderen hun dagboek versieren, foto's op de flap kleven …

Hoofdstuk 2:

Gezonder leven kun je leren

De eindtermen

Sociale vaardigheden – domein relatiewijzen: 1.2, 1.4, 1.5, 1.6, 1.7, 1.8, 1.9
Sociale vaardigheden – domein gesprekconventies: 2
Sociale vaardigheden – domein samenwerking: 3
Mens en maatschappij – domein mens – ik en mezelf: 1.1, 1.2, 1.3
Mens en maatschappij – domein mens – ik en de anderen: in groep: 1.7
Wetenschappen & techniek – Gezondheid: 1.17, 1.18, 1.19
Leren leren – leergebiedoverschrijdende eindterm: 3

Link met het verhaal

Kanker kan iedereen treffen. Zelfs de gezondste levensstijl garandeert niet dat je geen kanker krijgt. Kanker ontstaat door een combinatie van factoren, waarvan je de meeste niet onder controle hebt. Toch kun je een aantal dingen doen om het risico op kanker te verminderen, zoals: niet roken of meeroken, minder lang stilzitten en voldoende bewegen, gezond eten, je huid goed beschermen tegen de zon …
In het verhaal zijn het niet alleen Lucas en Delphine die gezond(er) willen leven door te spelen en te sporten, ook de mama van Lucas probeert om beetje bij beetje weer wat meer te bewegen. Dat is niet alleen goed voor het lichaam, ook voor de geest!

Instap: Kun je kanker voorkomen?

Doelstellingen:

- De kinderen denken na over hun eigen levensstijl en delen hun bedenkingen met elkaar.
- De kinderen beseffen dat kanker niet te voorkomen is, maar dat een gezonde levensstijl toch van groot belang is.

Organisatie:

Tijdens deze activiteit wordt er een kringgesprek gehouden (in de klas, of in een andere ruimte).

Materiaal:

- *werkblad 2* ⏩
- een mandarijntje (of een ander stuk fruit)
- een springtouw
- een verbodsbord met een sigaret erop
- een kussensloop
- een tube zonnecrème
- krantenpapier
- plakband

Voorbereiding:

Tijdens het kringgesprek speelt u met de kinderen een stellingenspel. Daarvoor maakt u een pakje met een mandarijn, een springtouw, een verbodsbord en een kussensloop. Tussen elke laag papier steekt u een stelling van *werkblad 2* ⏩.
U blijft inpakken totdat elke stelling rond het pakje zit.

Verloop:

Herhaal kort wat de kinderen onthouden hebben uit de voorgaande lessen. De kinderen weten nu al heel wat meer over kanker. Vraag aan de kinderen of ze ooit al een film of een video gezien hebben of een boek gelezen hebben waarin een personage kanker kreeg.
Mogelijke antwoorden van de leerlingen:

Boeken:

- *Een weeffout in onze sterren, John Green* 🌐
- *Donkere kamers, Anja Feliers* 🌐

Film:

- *Akkie, coole kinderen huilen niet* 🌐

Bespreek daarna met de kinderen of ze weten hoe het komt dat iemand kanker krijgt. Verwijs naar het verhaal *Iedereen tegen Kanker!*. *Hoe komt het dat de mama van Lucas borstkanker kreeg? Hoe komt het dat de oom van Delphine botkanker kreeg?*

… Laat de kinderen vrij reflecteren, maar geef feedback of het al dan niet kan (bv. kanker is *niet* besmettelijk, ze hebben *niets* fout gedaan …).

Geef aan dat mensen die kanker gekregen hebben brute pech hebben. Er is vaak geen directe aanleiding als je kanker krijgt. Maar je kunt wel een aantal dingen doen om de kans op kanker niet te vergroten. Wat denken de kinderen dat ze zouden kunnen doen om hun kansen niet te vergroten? Laat de kinderen vrij reflecteren.

Speel het stellingenspel met de kinderen. De kinderen zitten in een kring. De eerste leerling trekt de buitenste laag papier van het pakje en leest de vraag die op de binnenkant staat luidop. De leerling beantwoordt de vraag en de andere kinderen kunnen erop reageren. Wanneer de vraag voldoende beantwoord is, wordt het pakje naar een andere leerling geworpen die er de volgende laag afhaalt. U laat de kinderen bij elke stelling vrij hun mening uiten.

U kunt het stellingenspel ook digitaal spelen met de kinderen ». De correctiesleutel van het stellingenspel vindt u in *bijlage 5* ». De kinderen duiden dan aan of ze denken dat de stelling klopt of niet. In een pop-upvenster verschijnt dan meer uitleg. Die uitleg kan u ook helpen om het stellingenspel te begeleiden in een kringgesprek.

Aan de hand van de voorwerpen die in het pak zitten, probeert u te komen tot de volgende actiepunten die bijdragen tot een goede gezondheid:

1. niet roken of meeroken
2. je goed beschermen tegen de zon
3. gezond eten
4. voldoende bewegen en niet te lang stilzitten
5. goed en voldoende slapen

U kunt eventueel samen met de leerlingen *de nieuwe voedingsdriehoek* en *bewegingsdriehoek* bekijken.

Kern: Uit op onderzoek

Doelstellingen:

- De kinderen onderzoeken de levensstijl van personen uit hun naaste omgeving aan de hand van een zelf opgestelde enquête.
- De kinderen formuleren conclusies op basis van de enquête.

Organisatie:

Het opstellen en afnemen van de enquête en het bespreken van de resultaten kunt u organiseren aan de hand van een groepswerk. Geef de kinderen voldoende tijd om de enquête af te nemen bij verschillende personen (bijvoorbeeld een week).

Materiaal:

- *werkblad 3* » als voorbeeld of als enquête, digitaal of op papier

Voorbereiding:

U kunt *werkblad 3* » gebruiken als voorbeeld en de kinderen zelf een enquête laten opstellen. Of u kunt het werkblad als kant-en-klare enquête aan de kinderen geven. De leerlingen kunnen voor zichzelf de enquête ook digitaal invullen.

Verloop:

Laat de kinderen de actiepunten die bijdragen tot een goede gezondheid nogmaals opsommen:

1. niet roken of meeroken
2. je goed beschermen tegen de zon
3. gezond eten
4. niet te lang stilzitten en voldoende bewegen
5. goed en voldoende slapen

Bepaal dan samen met de kinderen welke taken er verdeeld moeten worden in ieder groepje. *Wie maakt het verslag? Wie stelt het resultaat voor in de klas?* … Laat de kinderen zelf bepalen wie er welke taak op zich zal nemen. Spreek op voorhand ook goed af wie er bevraagd zal worden (bijv. kinderen uit een andere klas, leerkrachten, ouders, grootouders …).

Laat de kinderen bij ieder onderdeel enkele vragen bedenken die ze aan iemand in hun omgeving kunnen stellen. Bijvoorbeeld: Hoeveel uur per week beweegt u? Rookt u of rookt iemand in uw gezin? … Op basis van de vragen die ze gevonden hebben stellen de kinderen een enquête op. Zie ook *werkblad 3* ⏩. Niet alle vragen moeten in de enquête komen. U kunt samen met de kinderen de tien meest relevante vragen selecteren.

Bespreek de resultaten van de enquête in de klas.

De resultaten kunt u vakoverschrijdend verwerken, bijvoorbeeld door een link met wiskunde te leggen. U kunt kwalitatief te werk gaan en de individuele resultaten van de enquêtes bespreken (bv. *Welk antwoord heb jij gegeven op de eerste vraag en waarom?*). U kunt eveneens kwantitatief te werk gaan (bv. *Wie heeft er allemaal een 1-score gegeven bij de eerste vraag?*). De resultaten van de antwoorden kunt u dan in de vorm van een breuk/procent weergeven (bv. *5/20 leerlingen hebben een 1-score gegeven, hoeveel procent is dit?*). U kunt de antwoorden van de volledige enquête ook laten berekenen door alle scores op te tellen. Hoe hoger de score, hoe belangrijker de persoon een gezond leven lijkt te vinden.

Actie: 'Iedereen tegen Kanker'-filmpje

Doelstellingen:

- De kinderen reflecteren over wat ze belangrijk vinden bij een gezonde levensstijl.
- De kinderen verwerken hun actiepunt tot een ludiek filmpje.

Organisatie:

De kinderen werken in groepjes.

Materiaal:

- grote vellen papier per groepje (A3 of groter)
- computer en/of projectiescherm om voorbeeldfilmpjes te tonen
- materiaal om de filmpjes van de kinderen op te nemen (camera, gsm …)
- attributen voor de filmpjes (u kunt ook vragen aan de kinderen om zelf iets mee te brengen)

Voorbereiding:

Stel de klas op voor groepswerk en voorzie per groep vellen papier.
Zet de voorbeeldfilmpjes klaar om te projecteren.

Verloop:

Verdeel de klasgroep in vijf groepen. Elke groep zal een ludiek 'Iedereen tegen Kanker'-filmpje uitwerken rond een bepaald actiepunt. De kinderen willen hiermee hun klasgenoten aanzetten tot een gezondere levensstijl.

Laat de kinderen eerst per groep nadenken over het onderwerp en de uitwerking van hun filmpje aan de hand van de Placemat-methode. Elke groep van vier kinderen krijgt een blad papier (liefst A3 of groter). In het midden tekenen ze een rechthoek. Dat is het gemeenschappelijke terrein. De kinderen trekken daarna vanuit de hoeken van de rechthoek lijnen naar de hoeken van het vel papier. Die vier velden behoren toe aan elke leerling apart. Iedereen schrijft individueel een mogelijk ontwerp neer in zijn of haar hoek van het blad. Daarna proberen de groepsleden tot een gemeenschappelijk onderwerp te komen. Ze beargumenteren hun ideeën en luisteren naar de anderen. Achteraf schrijven de kinderen hun gemeenschappelijk onderwerp in de rechthoek in het midden.

De kinderen kiezen per groep één actiepunt dat ze zullen verfilmen. Ze proberen dat zoveel mogelijk vanuit een ludieke invalshoek aan te pakken.

Enkele filmpjes als inspiratie:

1. niet roken of meeroken
   - *10 redenen om niet te roken*
   - *Binnen roken is nooit oké*
2. je goed beschermen tegen de zon
   - *Johnny Shadow*
   - *Het insmeerlied*
3. gezond eten
   - *Animatiefilmpje*
   - *Wat is gezond eten?*
   - *Gezond eten? Schooltv*
4. voldoende bewegen en niet te lang stilzitten
   - *Bewegen is gezond! Kinderen voor kinderen*
5. goed en voldoende slapen
   - *10 manieren om in slaap te vallen*

De kinderen tonen hun filmpjes aan de hele klas.

Bespreek daarna met de kinderen wat ze geleerd hebben uit deze activiteiten. *Wat vonden jullie het leukst bij de activiteiten?* Stimuleer de kinderen om erover feedback te schrijven in hun dagboek.

Tot slot kunt u nog even tijd maken voor de kinderen die een fragment uit hun eigen dagboek willen delen met de groep.

Hoofdstuk 3: 1000 redenen

De eindtermen

So Sociale vaardigheden – domein relatiewijzen: 1.2, 1.6, 1.7
Sociale vaardigheden – domein gesprekconventies: 2
Mens en maatschappij – domein mens – ik en mezelf: 1.1, 1.2, 1.3
Mens en maatschappij – domein mens – ik en de anderen: in groep: 1.7

Link met het verhaal

Het is heel normaal dat kinderen worstelen met dingen als er iemand in hun naaste omgeving kanker krijgt. Kinderen kunnen zich alleen voelen, bang zijn, boos of verdrietig zijn … Misschien kunnen ze moeilijk slapen, zoals Lucas in het verhaal, of krijgen ze buik- of hoofdpijn … Misschien willen ze wel gewoon niets meer horen over kanker, omdat ze het zo beu zijn! Dat kan allemaal. Niet iedereen reageert op dezelfde manier. De vriendschap van Lucas en Delphine staat centraal in dit verhaal. Voor kinderen van deze leeftijd zijn vriendschap en vertrouwen van zeer groot belang. Lucas vertrouwt Delphine en omgekeerd. Ze helpen elkaar verder tijdens de moeilijke periodes.
Ook het schrijven in het dagboek is voor Lucas een manier om met de vele (verschillende en soms tegenstrijdige) emoties om te gaan! Emoties als angst, boosheid, verdriet, gemis … zullen wellicht bij de kinderen aan bod komen. Al die emoties mogen (!) een plaatsje krijgen en zelfs door elkaar gevoeld worden. Een kind mag zich tegelijkertijd boos en verdrietig voelen, of blij en bang. Gevoelens laten zich niet altijd mooi afbakenen. Dat maakt dat het ook niet altijd makkelijk is voor kinderen om goed te benoemen hoe ze zich precies voelen. In het verhaal komt ook tante Elly naar voren als een vertrouwenspersoon voor Lucas. Ze biedt veiligheid, maar desondanks wordt het voor Lucas soms even te veel. Ook dat moet kunnen … Lucas is erg bezorgd over zijn mama en ligt er zelfs van wakker. Het optreden met de klas neemt hij ook heel ernstig, vanuit een zekere betrokkenheid en bezorgdheid.
Delphine gaat anders met haar gevoelens om. Zij wil haar hulpeloosheid liever niet toegeven en is eerder wat opstandig. Vaak geven kinderen hun onmacht en zorgen niet toe, tot ze er klaar voor zijn.
Maar één ding hebben de vrienden gemeen: ze willen niet opgeven en hun naaste zoveel mogelijk steunen. Op zulke momenten is het belangrijk om iemand te hebben die je kunt vertrouwen, waar je met je vragen/angsten/verzuchtingen … terechtkunt, met wie je je gevoelens kunt delen …
Zoals Lucas en Delphine, die elkaar doorheen het goede én het kwade nieuws steunen.

Instap: Elkaar vertrouwen

Doelstellingen:

- De kinderen leren elkaar vertrouwen tijdens spelletjes.
- De kinderen leren elkaar vertrouwen om over hun gevoelens te praten.

Organisatie:

Deze activiteit vindt plaats in de klas of in een open ruimte.

Materiaal:

- een blinddoek
- een patroon om vriendschapsbandjes te maken, zie *bijlage 6* »
- *bijlage 7* »

Voorbereiding:

Druk de stelling af die u vindt in *bijlage 7* ».

Verloop:

Start de les met de volgende stelling:
Na regen komt zonneschijn.

Laat de kinderen hierop reageren.
Stel bijkomende vragen:

- *Wat zou dit willen zeggen?* (Dat we het goede moeten blijven zien, ook al lijkt alles slecht)
- *Is het altijd makkelijk om altijd positief te blijven?* (Nee, soms willen we het opgeven en ook die gevoelens mogen we laten zien.)
- *Wat kunnen we doen om de moed niet te verliezen wanneer het moeilijker gaat?* (Er met iemand over praten, je zorgen delen met iemand …)

Leid de les in door te verwijzen naar het verhaal *Iedereen tegen Kanker!* Vraag aan de kinderen welke personages er in het verhaal aan bod komen. Vraag nadien hoe de personages zich tot elkaar verhouden. Pols naar het belang van Lucas en Delphine in elkaars leven. (Mogelijke antwoorden: ze steunen elkaar tijdens een moeilijke periode, ze zijn vrienden geworden, ze kunnen bij elkaar terecht …) Vertel dat het belangrijk is om iemand te hebben die je kunt vertrouwen. Bespreek even met de kinderen wat vertrouwen volgens hen betekent. Een mogelijke verklaring (uit Van Dale Juniorwoordenboek): *Als je vertrouwen in iets hebt, geloof je dat het goed zal gaan. Als je vertrouwen in iemand hebt, geloof je dat hij of zij je niet in de steek zal laten of zal bedriegen.*

Vraag aan de kinderen wie ze zouden kunnen vertrouwen.

Speel daarna enkele vertrouwensspellen met de klasgroep.

Enkele suggesties:

- Verdeel de kinderen in duo's. Blinddoek één kind. Daarna leidt het andere kind het geblinddoekte kind door de ruimte (bv. speelplaats, turnzaal …). U kunt ook een soort doolhof maken, met obstakels waar de kinderen elkaar rond moeten loodsen.
- De kinderen vormen een kleine, dichte kring (met bij voorkeur acht kinderen). Er gaat één kind in het midden van de kring staan. Dat kind wordt geblinddoekt en laat zich naar voren vallen. De kinderen die een kring vormen, vangen het geblinddoekte kind op.

De kinderen maken hierna vriendschapsbandjes *(zie bijlage 6 »)* Op het internet vindt u ook andere vriendschapsbandjes met stof, wol, kralen …
De kinderen kunnen de vriendschapsbandjes, wanneer ze klaar zijn, aan iemand geven in hun omgeving waar zij op vertrouwen.

Tip: *U kunt de vriendschapsbandjes ook bijhouden voor de actie: Je bent niet alleen! »*.

Na de vertrouwensspellen laat u de kinderen de volgende vragen beantwoorden en neerschrijven in hun dagboek. *Wat is jouw fijnste herinnering? Hoe voelde jij je daarbij? Welke herinnering vind je minder fijn? Hoe voelde jij je daarbij? Wanneer was je al eens boos/bang/onzeker/opgelucht/…? Op wie kon je rekenen toen je het moeilijk had (toen je je onmachtig voelde, of verdrietig, of …)? Aan wie zou je jouw vriendschapsbandje willen geven? Waarom?*

Organiseer daarna een kringgesprek waarbij u de kinderen die dat wensen aan het woord laat. Bespreek eerst de fijne herinneringen en de gevoelens daarbij. Vraag daarna naar de minder fijne herinneringen en de gevoelens die de kinderen daarbij hadden.

Kern: Omgaan met verschillende gevoelens

Doelstellingen:

- De kinderen kunnen hun gevoelens verwoorden.
- De kinderen leren dat er meerdere manieren van reageren zijn.
- De kinderen staan open voor verschillende gevoelens en leren die aanvaarden.

Organisatie:

Deze activiteit vindt plaats in de klas.

Materiaal:

- *bijlage 8* »
- *werkblad 4* »

Voorbereiding:

Print werkblad 4 en kopieer het voor ieder kind.

Verloop:

Laat de kinderen klassikaal de verschillende situaties van *bijlage 8* » luidop voorlezen en bespreek ze kort. U kunt de stellingen ook laten beluisteren via de interactieve pdf.

De kinderen kiezen nu één situatie uit. Ze tekenen in de vorm van een strip (met 6 vakken) hoe zij in de gekozen situatie zouden reageren. (*werkblad 4* »)
De bedoeling is dat de gevoelens in de strip duidelijk zichtbaar worden gemaakt.

Wanneer de kinderen klaar zijn, laat u hen vrij aan het woord en geeft u aan dat diverse gevoelens mogelijk zijn. Niet iedereen voelt namelijk hetzelfde bij een bepaalde gebeurtenis. Verschillende manieren van reageren zijn mogelijk. Bespreek ook dat niet iedereen zijn gevoelens duidelijk laat blijken. Zo zal bijvoorbeeld niet iedereen huilen in een bepaalde situatie, maar dat wil niet zeggen dat die persoon niet verdrietig is. Stel nog enkele bijkomende vragen tijdens het gesprek: *Is er een bepaalde situatie herkenbaar? Hoe heb jij toen gereageerd? Ben je toen op zoek gegaan naar iemand die hetzelfde heeft meegemaakt? Bij wie kon je terecht?* …

Benadruk daarbij dat je zeker ook boos, bang, verdrietig … mag zijn en dat je die gevoelens ook met iemand mag delen.

Vraag wie er de situatie van de vrouw met kanker koos om te tekenen. Leg de link met het verhaal *Iedereen tegen Kanker!* Stel bijkomende vragen: *Hoe zou de mama van Lucas zich gevoeld hebben toen ze het nieuws kreeg? En Lucas?* …

Let op: Het is daarbij belangrijk dat u correcte informatie meegeeft over het traject van kankerpatiënten. Zo staat kanker niet gelijk aan doodgaan. De meeste mensen die kanker krijgen, genezen weer. Ze moeten daarna wel nog regelmatig op controle gaan, maar de controles worden steeds minder naarmate hun kanker langer geleden is, tot ze uiteindelijk niet meer op controle moeten gaan. Sommige mensen kunnen na een aantal maanden/jaren wel opnieuw kanker krijgen. De overlevingskansen na kanker zijn de voorbije jaren toegenomen. Mensen die nu de diagnose van kanker krijgen, leven langer dan vroeger. De behandelingen zijn verbeterd en de kankers worden vaak vroeger ontdekt. Er zijn ook voortdurend nieuwe wetenschappelijke ontwikkelingen en onderzoeken die de overlevingskans vergroten. Wijs hierbij ook op het belang van verder onderzoek zodat de overlevingskansen blijven stijgen.

Actie: Hoekenwerk: spreken over gevoelens

Doelstellingen:

- De kinderen beseffen dat gevoelens op meerdere manieren weergegeven kunnen worden.
- De kinderen beseffen dat gevoelens op meerdere manieren verwerkt kunnen worden.

Organisatie:

Deze activiteit vindt plaats in de klas of in een open ruimte.

Organiseer vier hoeken:

1. Muziek en gevoelens
2. Kleuren en gevoelens
3. Schrijven en gevoelens
4. Foto's en gevoelens

Materiaal:

Hoek 1: computers met internet, eventueel ook hoofdtelefoons, *werkblad 5* »

Hoek 2: *werkblad 6* », kleurpotloden

Hoek 3: papier, schrijfmateriaal, verschillende gedichten/dichtbundels, *werkblad 7* »

Hoek 4: tijdschriften, schaar, lijm, *werkblad 8* », *werkblad 9* »

Een zorgendoos

Voorbereiding:

Maak vier hoeken met het bovenstaande materiaal. Verdeel de klas in verschillende groepen en laat alle kinderen alle hoeken doorlopen.
Kopieer alle werkbladen voor alle kinderen.

HOEK 1:

Zet een aantal liedjes klaar op enkele computers of geef een lijst met liedjes en laat de kinderen ernaar zoeken. U kunt ook de liedjesteksten toevoegen.

Enkele suggesties:

- *De beat, Ghost Rockers*
- *Afscheid van een vriend, Clouseau*
- *Poco Loco, de Ketnetband*
- *Ik voel me zo verdomd alleen, Danny De Munk en Dave Dekker*

HOEK 2:

Zet *werkblad 6* » eventueel digitaal klaar.

HOEK 3:

Verzamel enkele gedichten waar verschillende emoties duidelijk in terug te vinden zijn.

Enkele suggesties:

- *Sterk, Bart Moeyaert*
- *Als de liefde niet bestond, Toon Hermans*
- *Ik ben lekker stout, Annie M.G. Smidt*
- *Man onder mijn bed, Rian Visser*
- *Dichtbundel Ik vind je hiëroglief, Frank Pollet*
- *Dichtbundel Nu jij ziek bent. Gedichten voor kinderen, Ina Sipkens de Smit*
- *Dichtbundel Lopen op los zand. Gedichten om kanker neer te schrijven.*

Of vraag aan de kinderen om zelf enkele gedichten of dichtbundels mee te brengen.

HOEK 4:

Verzamel enkele tijdschriften (bv. *Libelle*, *Goed Gevoel* …) en kranten.

Verloop:

HOEK 1: Muziek en gevoelens

De kinderen luisteren naar de liedjes en lezen eventueel de liedjesteksten. Vertel aan de kinderen dat ze niet het hele lied moeten beluisteren, maar slechts een stukje ervan. De kinderen spreken met elkaar over de liedjes en vullen het werkblad aan.

HOEK 2: Kleuren en gevoelens

De kinderen kijken naar de kleurencarrousel van *werkblad 6* ». Ze spreken met elkaar over hoe ze zich voelen bij de kleuren. Ze vullen het werkblad in en kleuren de mandala.

HOEK 3: Schrijven en gevoelens

De kinderen lezen de gedichten en vullen het werkblad in.

HOEK 4: Foto's en gevoelens

De kinderen zoeken in de tijdschriften en de kranten naar foto's die hen aanspreken. Ze knippen de foto's uit. Spoor de kinderen aan om verschillende soorten foto's te zoeken: zowel foto's die positieve gevoelens oproepen als foto's die negatieve gevoelens oproepen. Daarna kunnen

ze de foto's ordenen volgens de gevoelens die ze erin herkennen: blij, bang, boos, verdrietig … De kinderen vullen daarna ook *werkblad 8* in. Daarna kunt u aanvullend de kinderen *werkblad 9* digitaal laten bekijken en aanvullen.

Na het doorlopen van de verschillende hoeken bespreekt u met de kinderen welke opdrachten zij het leukst vonden. Wat vonden ze de leukste of gemakkelijkste manier om hun gevoelens weer te geven? Overloop de antwoorden op de verschillende werkbladen. Toon aan dat kinderen bij eenzelfde liedje, foto, kleur … verschillende gevoelens kunnen hebben en dat er verschillende manieren zijn om gevoelens te uiten.

Ga ook dieper in op sommige gevoelens en benoem dit. Bijvoorbeeld: *Een vrouw staat in de file, ze is boos. Boos betekent hier ook: ze is wellicht geïrriteerd. Of: Een meisje dat met mama pannenkoeken bakt is, blij. Blij betekent hier ook: ze is gelukkig, ze voelt zich geliefd …*
Verrijk op deze manier de taal rond emoties. Beeld de nieuwe woordenschat uit of laat de kinderen het zelf uitbeelden wanneer het (verschil) niet duidelijk is.

Maak daarna een zorgendoos samen met de kinderen. Elke leerling kleeft er een foto, gedicht, mandala en/of muziektekst op. Zorg zelf voor een doos. Bespreek met de kinderen dat ze hun zorgen anoniem mogen delen door een briefje in deze doos te steken.

Actie: Gevoelens in een lied

Doelstellingen:

- De kinderen uiten hun gevoelens door gebruik te maken van poëzie/liedjes.
- De kinderen creëren samen met hun klasgenoten een *Iedereen tegen Kanker*-lied.

Organisatie:

Deze activiteit vindt plaats in de klas of in een open ruimte.

Materiaal:

- Kladbladen voor de brainstorm
- Voorbeelden van liedjes op het internet
  Suggestie: *De Pet op tegen Kanker, De Ketnetband*

Voorbereiding:

Zet een liedje klaar als voorbeeld.

Verloop:

Leg de link met het verhaal *Iedereen tegen Kanker!* en het lied dat de klas van Lucas op het podium bracht tijdens de voorstelling.

Vertel aan de kinderen dat jullie samen een 'Iedereen tegen Kanker'-lied zullen bedenken.

Laat de kinderen in kleine, heterogene groepen brainstormen over mogelijke tekstfragmenten. Laat enkele voorbeelden horen. Laat de kinderen zinnen die hen raken/aanspreken noteren tijdens het luisteren.

Breng de zinnen samen tot één geheel. Samen maken jullie een eigen 'Iedereen tegen Kanker'-lied! Deel het gerust met anderen!

Hoofdstuk 4: Kanker en meer

De eindtermen

Sociale vaardigheden – domein relatiewijzen: 1.2, 1.4, 1.5, 1.6, 1.7
Sociale vaardigheden – domein gesprekconventies: 2
Sociale vaardigheden – domein samenwerking: 3
Mens en maatschappij – domein mens – ik en mezelf: 1.1, 1.2, 1.3
Mens en maatschappij – domein mens – ik en de anderen: in groep: 1.7

Link met het verhaal

Wanneer er iemand waar je om geeft kanker heeft, lijkt er veel te veranderen. Dat is niet altijd even gemakkelijk. Dat ervaart ook Lucas in het verhaal. Op een gegeven moment wordt het hem zelfs even te veel. Hij is het beu dat alles anders is dan vroeger. Zijn mama moet vaker naar het ziekenhuis, hij moet ook wat vaker bij zijn vader logeren, zijn tante komt een handje helpen en is plots meer bij hen thuis … Lucas heeft het er in het begin ook moeilijk mee dat mama er wat anders is gaan uitzien, bijvoorbeeld wanneer mama haar haren pas verliest, na de borstoperatie … Ook de oom van Delphine heeft zijn weelderige krullenbol van vroeger niet meer, maar eerder dun piekjeshaar.

De mama van Lucas en de oom van Delphine zijn ook vaker moe. Ze zijn (een tijd lang) niet meer de actieve personen die ze vroeger wel waren. Dat is normaal: de vele ziekenhuisbezoeken, de medicijnen, de bestraling, het zorgen maken … putten nu eenmaal vaak uit.

Lucas probeert zijn steentje zo goed mogelijk bij te dragen, ook in het huishouden. Dat is een goed idee van hem! Door wat te helpen, bv. je kamer op te ruimen, de tafel te dekken … kan de persoon met kanker even op adem komen en misschien is er later dan toch nog ruimte om samen eens iets leuks te doen!

Instap: Meer dan kanker

Doelstellingen:

- De kinderen denken na over kanker en de consequenties hiervan.
- De kinderen leren hun gedachten verwoorden en denken na over oplossingen.

Organisatie:

Deze activiteit vindt plaats in de klas of in een open ruimte. Organiseer een kringgesprek.

Materiaal:

- enkele filmpjes over het onderwerp, bijvoorbeeld:
  - *filmpjes van Bednet*
  - *filmpjes over het vakantiekamp voor kinderen met kanker*

Voorbereiding:

- Zet de filmpjes klaar om te kijken met de kinderen.

Verloop:

Bespreek met de kinderen dat ze al heel wat geleerd hebben over kanker en de gevoelens die daarmee gepaard gaan. Mensen met kanker zijn niet alleen ziek, maar ondervinden ook nog andere nadelen.

Sommige kinderen kunnen niet naar school. Ze kunnen ook niet gewoon op kamp gaan of op vakantie. Bekijk met de kinderen enkele filmpjes.

Stel een mindmap op en vraag de kinderen na te denken over welke nadelen iemand met kanker kan ondervinden.

Mogelijke antwoorden voor de mindmap zijn:

- ze zijn gevoelig voor infecties, ze worden gemakkelijk ziek
- ze moeten vaker thuis blijven ze kunnen een tijdje niet naar school of gaan werken
- ze verliezen hun haar (hun uiterlijk verandert)
- ze voelen zich vermoeid
- ze voelen zich alleen omdat ze niet zo vaak kunnen buiten komen
- …

Laat de kinderen hierover reflecteren en vraag daarna wat zij zelf zouden kunnen doen om mensen met kanker te helpen.

Wat zijn volgens de kinderen mogelijke oplossingen? Voeg die aan de mindmap toe in een andere kleur. Mogelijke antwoorden zijn:

- interesse tonen in hun verhaal
- luisteren
- een kaartje, een berichtje, een foto … sturen
- een postpakket met favoriete spullen bezorgen
- op bezoek gaan
- helpen in het huishouden: boodschappen doen, iets opruimen …
- iets lekkers koken
- samen leuke activiteiten ondernemen
- knuffelen
- iemand verwennen met favoriete activiteiten
- …

Kern: Wij kunnen een steentje bijdragen!

Link met het verhaal

In het verhaal *Iedereen tegen Kanker!* besluiten de kinderen van de klas van Lucas om een grote inzamelactie te organiseren voor Kom op tegen Kanker. De opbrengst gaat naar het goede doel: kinderen met kanker kunnen zo ook op kamp!

Doelstellingen:

- De kinderen komen tot een oplossing om mensen met kanker te ondersteunen.
- Ze concretiseren deze oplossing.

Organisatie:

Deze activiteit vindt plaats in de klas.

Materiaal:

- knutselmateriaal voor de kinderen
- de kaartjes van *werkblad 10* ⏩

Voorbereiding:

Zet al het knutselmateriaal klaar en kopieer een aantal kaartjes van *werkblad 10* ⏩.

Verloop:

Maak de link met het vorige deel. De kinderen hebben toen nagedacht over de vele nadelen die mensen met kanker ondervinden. Ze hebben zelf al nagedacht over mogelijke oplossingen en ze hebben gelijk: iedereen van ons kan op zijn eigen manier zijn steentje bijdragen.

Maak samen met de kinderen sterktekaartjes. U kunt hiervoor *werkblad 10* ⏩ gebruiken. Of u kunt vrij bepalen welke techniek u gebruikt voor de sterktekaartjes. Enkele mogelijkheden:

- Handlettering: de kaarten kunnen verder versierd worden met tekst in sierlijk handschrift (kijk bijvoorbeeld op Pinterest voor inspiratie).
- De kinderen vouwen papieren bloemen en plakken ze op de sterktekaartjes.
- De kinderen tekenen een hart en kleuren dat hart in met een wattenstokje en verf.
- De kinderen knippen een hart uit en vullen dat hart met woorden die sterkte kunnen bieden.

De kinderen kunnen de sterktekaartjes bezorgen aan een persoon in hun omgeving die dit kaartje zou kunnen gebruiken. Dat kan eventueel ook een leeftijdsgenoot zijn die extra steun kan gebruiken.

Actie: Je bent niet alleen!

Doelstellingen:

- De kinderen leren een activiteit voor publiek te organiseren.
- De kinderen werken samen om tot een leuke activiteit te komen.
- De kinderen zetten zich in voor een goed doel.

Organisatie:

Het knutselmoment vindt plaats in de klas, het toonmoment kan in een andere ruimte plaatsvinden, bv. in een refter, in de turnzaal, op de speelplaats …

Materiaal:

- alle filmpjes, foto's, knutselwerken, presentaties … die de kinderen gemaakt hebben
- *werkblad 11* ⏩ en *12* ⏩
- teken- en knutselmateriaal
- de pet van De Pet op tegen Kanker

Voorbereiding:

Verzamel al het materiaal. Zoek enkele voorbeelden van acties, bijvoorbeeld:

- *acties van Kom op tegen Kanker* 🌐
- *Ketnet Koekenbak* 🌐

Verloop:

Laat aan de kinderen enkele voorbeelden van acties zien. Laat ook de pet zien die bij de campagne De Pet op tegen Kanker hoort. Weten de kinderen waarvoor deze pet staat? Geef aan dat er verschillende organisaties bestaan die mensen met kanker ondersteunen. Zij zorgen voor mentale, emotionele, sociale en eventueel financiële hulp. Zij investeren in kankeronderzoek om de genezingskansen te verbeteren. Kom op tegen Kanker wil met de pet de ziekte beter bespreekbaar maken.

Laat de leerlingen de pet versieren op *werkblad 11* ⏩, eventueel met de prenten van *werkblad 12* ⏩.

Vertel aan de kinderen dat jullie met de klas een activiteit gaan organiseren zoals in het verhaal *Iedereen tegen Kanker!* Jullie gaan daarvoor een optreden/toonmoment organiseren met alle informatie die jullie verzameld hebben tijdens dit project.

Bereid dit toonmoment samen met de klas voor. U kunt hiervoor verschillende groepjes maken die elk een deel van de voorbereiding op zich nemen (bv. uitnodigingen, versiering lokaal, materiaal verzamelen ...).

Laat de kinderen elk aspect van dit toonmoment zelf uitwerken. Wie zal welke taak op de dag van het toonmoment uitvoeren (bv. wie ontvangt het publiek, wie verkoopt er de vriendschapsbandjes ...)?

Wat kan er allemaal getoond worden:

- ludieke filmpjes rond gezond leven
- vlogs
- gedichten
- foto's
- ingekleurde mandala's
- het 'Iedereen tegen Kanker'-lied dat de kinderen zelf schreven

Eventueel kunnen jullie ook een aantal zaken verkopen:

- vriendschapsbandjes
- sterktekaartjes
- toegangsgeld vragen

Misschien kunnen jullie met de opbrengst Kom op tegen Kanker steunen!

Hoofdstuk 5: Interessante links

Boeken voor kinderen:

Er staat een overzichtslijst op *wwww.alles over kanker.be/inspiratie*

Enkele suggesties:

- *Grote boom is ziek, Nathalie Slosse*
- *Toverdruppels, Nathalie Slosse*
- *Een bloes met armen, Pieke Stuvel*
- *Als rozenblaadjes vallen, Brigitte Minne*

Boeken voor leerkrachten:

- *'s Nachts hoor ik de troostvogel zingen, Linda Lawa*

Websites voor kinderen:

- *www.docukit.nl/spreekbeurt/ik-heb-kanker*
- *www.kankerspoken.nl/*
- *www.hetklokhuis.nl/onderwerp/kanker*

Websites voor leerkrachten en ouders:

- *www.allesoverkanker.be*
- *www.kanker.nl/bibliotheek*
- *www.wkof.nl*
- *www.allesoverkanker.be/als-u-als-ouder-ziek-wordt-met-kinderen-praten-over-kanker*

Website voor jongeren (tussen 17 en 35 jaar):

- *www.kankercounteren.be*

Over / van Kom op tegen Kanker:

- *www.komoptegenkanker.be*
- *www.iedereentegenkanker.be*
- *www.depetoptegenkanker.be*
- *www.komoptegenkanker.be/vakantiekamp*
- *www.allesoverkanker.be*

Extra materiaal

- *Een wereld vol troost* is een materialenset die kinderen in de basisschool helpt om over verlieservaringen te communiceren en zo, onder begeleiding van leerkrachten of andere volwassenen, op een psychisch gezonde manier met verlieservaringen te leren omgaan.
- *Doe-ideetjes van vzw Talismanneke, o.a. troostkaartjes, snuiterschriftjes, kleurplaten, vouwplaat van de troostmachine*
-

Globylogie, de grote kanker-quiz, is een kaartspel om kinderen beter te leren begrijpen wat kanker precies is en hoe kanker behandeld wordt. Er zijn zes thema's:
  - Het lichaam
  - Wat is kanker?
  - Medische onderzoeken bij kanker
  - De behandeling van kanker
  - Kanker voorkomen
  - Wist-je-datjes over kanker

  Elk juist antwoord op een vraag levert een stukje arm op van zorgenvriendje Globy. De kinderen moeten zoveel mogelijk stukjes arm verzamelen. Hoe langer de armen van Globy, hoe steviger zijn knuffel. Doelgroep: vanaf 9 jaar.
  U kunt het kaartspel aankopen door een mail te sturen naar *tine.verdonckt@azglorieux.be* of *katrien.kindermans@azglorieux.be*.

Hoofdstuk 6: Leerplandoelen

Leerplandoelen ZILL

Hoofdstuk 1: Kanker

Socio-emotionele ontwikkeling

SEgb3 Zoeken naar mogelijkheden om, in respect voor zichzelf en de ander, aan eigen behoeften en die van anderen tegemoet te komen.

SEgb2 Bewust omgaan met gevoelens en behoeften en deze binnen aanvaardbare grenzen uiten. Zelfbeheersing ontwikkelen.

SEgb1 Gevoelens en behoeften bij zichzelf en anderen beleven, aanvaarden, herkennen en in taal uitdrukken.

SErv5 Oplossingsgericht omgaan met conflictsituaties, in respect voor zichzelf en de ander(en).

SErv4 Bewust sociale rollen opnemen die zowel het individueel als het groepsbelang ten goede komen in diverse situaties en contexten.

SErv2 De verscheidenheid van mensen als een rijkdom ervaren en deze benutten.

SErv3 Samenwerken met anderen en zo bijdragen aan het realiseren van een gemeenschappelijk doel.

Ontwikkeling van initiatief en verantwoordelijkheid

IVds3 Bijdragen aan een zinvolle samenleving waar een plaats is voor iedereen en respectvol omgaan met en zorgen voor de kwetsbare ander.

IVoz1 Initiatief nemen. Een eigen idee, beweging, project of activiteit enthousiast en volhardend vorm en inhoud geven.

IVoc4 Alleen en met anderen kritisch reflecteren op ervaringen en bevindingen en daaruit leren.

IVzv3 Doelgericht en efficiënt handelen door taken te plannen, uit te voeren, erop te reflecteren en waar nodig bij te sturen in functie van zelfredzaam en zelfstandig functioneren.

IVoc5 Informatiebronnen hanteren.

IVzv2 Op een efficiënte manier informatie en leerervaringen opnemen,

verwerken, weergeven (delen) en deze onthouden en inzetten bij

nieuwe ervaringen en in complexere situaties.

Taalontwikkeling

TOmn3 Actief deelnemen aan een gesprek.

TOtg5 Bereid zijn om taal correct, verzorgd en gepast te gebruiken.

TOmn2 Een mondelinge boodschap overbrengen.

Ontwikkelen van een innerlijk kompas

IKwn2 Gewetensvol en verantwoord handelen

Hoofdstuk 2: Gezonder leven kun je leren

Socio-emotionele ontwikkeling

SEgb3 Zoeken naar mogelijkheden om, in respect voor zichzelf en de ander, aan eigen behoeften en die van anderen tegemoet te komen.

SEgb2 Bewust omgaan met gevoelens en behoeften en deze binnen aanvaardbare grenzen uiten. Zelfbeheersing ontwikkelen.

SEgb1 Gevoelens en behoeften bij zichzelf en anderen beleven, aanvaarden, herkennen en in taal uitdrukken.

SErv5 Oplossingsgericht omgaan met conflictsituaties, in respect voor zichzelf en de ander(en).

SErv4 Bewust sociale rollen opnemen die zowel het individueel als het

groepsbelang ten goede komen in diverse situaties en contexten.

SErv2 De verscheidenheid van mensen als een rijkdom ervaren en deze benutten.

SErv3 Samenwerken met anderen en zo bijdragen aan het realiseren van een gemeenschappelijk doel.

Ontwikkeling van initiatief en verantwoordelijkheid

IVds3 Bijdragen aan een zinvolle samenleving waar een plaats is voor iedereen en respectvol omgaan met en zorgen voor de kwetsbare ander.

IVoz1 Initiatief nemen. Een eigen idee, beweging, project of activiteit enthousiast en volhardend vorm en inhoud geven.

IVoc4 Alleen en met anderen kritisch reflecteren op ervaringen en bevindingen en daaruit leren.

IVzv3 Doelgericht en efficiënt handelen door taken te plannen, uit te voeren, erop te reflecteren en waar nodig bij te sturen in functie van zelfredzaam en zelfstandig functioneren.

IVgv2 Inschatten hoe gedrags- en omgevingsfactoren de gezondheid en veiligheid beïnvloeden en op basis daarvan, binnen veilige grenzen, risico's durven nemen.

IVoc3 Onderzoeksvragen formuleren, naar een antwoord zoeken en bevindingen formuleren.

IVoc5 Informatiebronnen hanteren.

IVzv2 Op een efficiënte manier informatie en leerervaringen opnemen, verwerken, weergeven (delen) en deze onthouden en inzetten bij nieuwe ervaringen en in complexere situaties.

Taalontwikkeling

TOmn3 Actief deelnemen aan een gesprek.

TOtg5 Bereid zijn om taal correct, verzorgd en gepast te gebruiken

TOmn2 Een mondelinge boodschap overbrengen.

Ontwikkelen van een innerlijk kompas

IKwn2 Gewetensvol en verantwoord handelen

IKid1 Basisvertrouwen ontwikkelen.

Hoofdstuk 3: 1000 redenen

Socio-emotionele ontwikkeling

SEgb3 Zoeken naar mogelijkheden om, in respect voor zichzelf en de ander, aan eigen behoeften en die van anderen tegemoet te komen.

SEgb2 Bewust omgaan met gevoelens en behoeften en deze binnen aanvaardbare grenzen uiten. Zelfbeheersing ontwikkelen.

SEgb1 Gevoelens en behoeften bij zichzelf en anderen beleven, aanvaarden, herkennen en in taal uitdrukken.

SErv5 Oplossingsgericht omgaan met conflictsituaties, in respect voor zichzelf en de ander(en).

SErv4 Bewust sociale rollen opnemen die zowel het individueel als het groepsbelang ten goede komen in diverse situaties en contexten.

SErv2 De verscheidenheid van mensen als een rijkdom ervaren en deze benutten.

SErv3 Samenwerken met anderen en zo bijdragen aan het realiseren van een gemeenschappelijk doel.

Ontwikkeling van initiatief en verantwoordelijkheid

IVoc4 Alleen en met anderen kritisch reflecteren op ervaringen en bevindingen en daaruit leren.

IVzv5 Op een constructieve manier met feedback omgaan.

IVds3 Bijdragen aan een zinvolle samenleving waar een plaats is voor iedereen en respectvol omgaan met en zorgen voor de kwetsbare ander.

Ontwikkelen van een innerlijk kompas

IKwn2 Gewetensvol en verantwoord handelen

Taalontwikkeling

TOtg5 Bereid zijn om taal correct, verzorgd en gepast te gebruiken

TOmn3 Actief deelnemen aan een gesprek.

TOmn2 Een mondelinge boodschap overbrengen.

Hoofdstuk 4: Kanker en meer

Socio-emotionele ontwikkeling

SEgb3 Zoeken naar mogelijkheden om, in respect voor zichzelf en de ander, aan eigen behoeften en die van anderen tegemoet te komen.

SEgb2 Bewust omgaan met gevoelens en behoeften en deze binnen aanvaardbare grenzen uiten. Zelfbeheersing ontwikkelen.

SEgb1 Gevoelens en behoeften bij zichzelf en anderen beleven, aanvaarden, herkennen en in taal uitdrukken.

SErv5 Oplossingsgericht omgaan met conflictsituaties, in respect voor zichzelf en de ander(en).

SErv4 Bewust sociale rollen opnemen die zowel het individueel als het groepsbelang ten goede komen in diverse situaties en contexten.

SErv2 De verscheidenheid van mensen als een rijkdom ervaren en deze benutten.

SErv3 Samenwerken met anderen en zo bijdragen aan het realiseren van een gemeenschappelijk doel.

Ontwikkeling van initiatief en verantwoordelijkheid

IVds3 Bijdragen aan een zinvolle samenleving waar een plaats is voor iedereen en respectvol omgaan met en zorgen voor de kwetsbare

ander.

IVzv3 Doelgericht en efficiënt handelen door taken te plannen, uit te voeren, erop te reflecteren en waar nodig bij te sturen in functie van zelfredzaam en zelfstandig functioneren.

IVgv1 Zorg dragen voor de eigen mentale, sociale en fysieke gezondheid en veiligheid en die van anderen en daarbij aandacht hebben voor: eigen gezondheid.

Ontwikkelen van een innerlijk kompas

IKwn2 Gewetensvol en verantwoord handelen.

IKid1 Basisvertrouwen ontwikkelen.

Taalontwikkeling

TOtg5 Bereid zijn om taal correct, verzorgd en gepast te gebruiken

TOmn3 Actief deelnemen aan een gesprek.

TOmn2 Een mondelinge boodschap overbrengen.

Leerplandoelen OVSG

Hoofdstuk 1: Kanker

LOD-SOV-01.04 De leerlingen kunnen respect en waardering opbrengen in omgang met anderen.

LOD-SOV-03.01 De leerlingen kunnen samenwerken en samenspelen met anderen zonder onderscheid van sociale achtergrond, geslacht of etnische origine.

LOD-SOV-01.03 De leerlingen kunnen hulp vragen en zich laten helpen.

LOD-SOV-01.08 De leerlingen kunnen met steun van de leerkracht leidinggeven.

LOD-SOV-01.09 De leerlingen kunnen zelfstandig leidinggeven bij groepstaken.

LOD-SOV-01.10 De leerlingen kunnen onder leiding van een medeleerling meewerken.

LOD-SOV-01.11 De leerlingen kunnen kritiek uiten ten aanzien van anderen.

LOD-SOV-01.12 De leerlingen kunnen kritiek uiten ten aanzien van bepaalde situaties.

LOD-SOV-01.13 De leerlingen kunnen kritiek, indien terecht, aanvaarden.

LOD-SOV-01.19 De leerlingen zijn bereid om te leren uit hun ongelijk, onmacht, onkunde en gekregen kritiek.

LOD-SOV-01.07 De leerlingen kunnen op een aanvaardbare manier voor zichzelf opkomen naar leeftijdsgenoten en volwassene toe (weerbaar zijn).

LOD-SOV-01.06 De leerlingen kunnen zich discreet opstellen.

LOD-SOV-01.16 De leerlingen kunnen ongelijk, onmacht of onkunde toegeven.

LOD-SOV-02.02 De leerlingen kunnen op passende wijze aangeven dat

ze zelf aan het woord willen komen.

LOD-SOV-02.03 De leerlingen kunnen de ander laten uitspreken.

LOD-SOV-02.04 De leerlingen kunnen een gesprek voeren met een volwassene.

LOD-SOV-02.05 De leerlingen kunnen in ik-termen spreken.

LOD-SOV-02.06 De leerlingen kunnen een zekere expressiviteit aanwenden.

LOD-SOV-02.07 De leerlingen kunnen actief luisteren.

LOD-SOV-02.08 De leerlingen kunnen verbale en non-verbale informatie gebruiken om elkaar beter te begrijpen.

WO-MNS-SC-1.1.4 De leerlingen drukken in een niet-conflictgeladen situatie eigen indrukken, gevoelens, verlangens, gedachten en waarderingen spontaan uit.

WO-MNS-SC-1.1.6 De leerlingen kunnen beschrijven wat ze voelen in een concrete situatie en kunnen illustreren dat hun gevoelens situatiegebonden zijn.

WO-MNS-SC-1.1.7 De leerlingen kunnen beschrijven wat ze doen in een concrete situatie en kunnen illustreren dat hun gedrag situatiegebonden is.

WO-MNS-SV-2.12.11 De leerlingen zijn bereid rekening te houden met de onuitgesproken regels die de interacties binnen hun groep bepalen.

LOD-LL-INF-03.01 De leerlingen kennen verschillende informatiebronnen en kennen er de functie van.

LOD-LL-INF-03.03 De leerlingen raadplegen onder begeleiding aangereikte informatiebron(nen).

LOD-LL-INF-03.04 De leerlingen raadplegen in groep aangereikte informatiebron(nen).

LOD-LL-INF-03.05 De leerlingen raadplegen zelfstandig aangereikte informatiebron(nen).

LOD-LL-INF-03.06 De leerlingen ervaren dat de gehanteerde informatiebron niet altijd de gewenste informatie oplevert en reflecteren hierover.

LOD-LL-INF-03.08 De leerlingen ervaren met welke informatiebronnen ze zelf goed of minder goed overweg kunnen en reflecteren hierover.

LOD-LL-INF-03.10 De leerlingen hanteren de geraadpleegde informatiebronnen efficiënt.

LOD-LL-INF-03.11 De leerlingen gaan kritisch om met informatiebronnen.

LOD-LL-INF-03.12 De leerlingen houden vol wanneer ze de informatie niet onmiddellijk vinden.

Hoofdstuk 2: Gezonder leven kun je leren

LOD-SOV-01.04 De leerlingen kunnen respect en waardering opbrengen in omgang met anderen.

LOD-SOV-03.01 De leerlingen kunnen samenwerken en samenspelen met anderen zonder onderscheid van sociale achtergrond, geslacht of etnische origine.

LOD-SOV-01.03 De leerlingen kunnen hulp vragen en zich laten helpen.

LOD-SOV-01.08 De leerlingen kunnen met steun van de leerkracht leidinggeven.

LOD-SOV-01.09 De leerlingen kunnen zelfstandig leidinggeven bij groepstaken.

LOD-SOV-01.10 De leerlingen kunnen onder leiding van een medeleerling meewerken.

LOD-SOV-01.11 De leerlingen kunnen kritiek uiten ten aanzien van anderen.

LOD-SOV-01.12 De leerlingen kunnen kritiek uiten ten aanzien van bepaalde situaties.

LOD-SOV-01.13 De leerlingen kunnen kritiek, indien terecht, aanvaarden.

LOD-SOV-01.19 De leerlingen zijn bereid om te leren uit hun ongelijk, onmacht, onkunde en gekregen kritiek.

LOD-SOV-01.07 De leerlingen kunnen op een aanvaardbare manier voor zichzelf opkomen naar leeftijdsgenoten en volwassene toe (weerbaar zijn).

LOD-SOV-01.06 De leerlingen kunnen zich discreet opstellen.

LOD-SOV-01.16 De leerlingen kunnen ongelijk, onmacht of onkunde toegeven.

LOD-SOV-02.02 De leerlingen kunnen op passende wijze aangeven dat ze zelf aan het woord willen komen.

LOD-SOV-02.03 De leerlingen kunnen de ander laten uitspreken.

LOD-SOV-02.04 De leerlingen kunnen een gesprek voeren met een volwassene.

LOD-SOV-02.05 De leerlingen kunnen in ik-termen spreken.

LOD-SOV-02.06 De leerlingen kunnen een zekere expressiviteit aanwenden.

LOD-SOV-02.07 De leerlingen kunnen actief luisteren.

LOD-SOV-02.08 De leerlingen kunnen verbale en non-verbale informatie gebruiken om elkaar beter te begrijpen.

WO-MNS-SC-1.1.4 De leerlingen drukken in een niet-conflictgeladen situatie eigen indrukken, gevoelens, verlangens, gedachten en waarderingen spontaan uit.

WO-MNS-SC-1.1.6 De leerlingen kunnen beschrijven wat ze voelen in een concrete situatie en kunnen illustreren dat hun gevoelens situatiegebonden zijn.

WO-MNS-SC-1.1.7 De leerlingen kunnen beschrijven wat ze doen in een concrete situatie en kunnen illustreren dat hun gedrag situatiegebonden is.

WO-MNS-SV-2.8.4 De leerlingen tonen in concrete situaties voldoende zelfvertrouwen, gebaseerd op kennis van het eigen kunnen.

WO-MNS-SV-2.12.11 De leerlingen zijn bereid rekening te houden met de onuitgesproken regels die de interacties binnen hun groep bepalen.

WO-NAT-07.03 De leerlingen kunnen gezonde en ongezonde levensgewoonten in verband brengen met wat ze weten over het functioneren van het eigen lichaam.

WO-NAT-07.05 De leerlingen weten dat bepaalde ziekteverschijnselen en handicaps niet altijd kunnen worden vermeden.

WO-NAT-07.26 De leerlingen beseffen dat het nemen van voorzorgen de kans op ziekten en ongevallen vermindert.

LOD-LL-MGG-01.4 De leerlingen analyseren onder begeleiding (aangeboden) informatie a.d.h.v. vragen.

LOD-LL-MGG-01.5 De leerlingen analyseren in groep (aangeboden) informatie a.d.h.v. vragen.

LOD-LL-MGG-01.6 De leerlingen analyseren zelfstandig (aangeboden) informatie a.d.h.v. vragen.

LOD-LL-MGG-01.7 De leerlingen structureren onder begeleiding (aangeboden) informatie.

LOD-LL-MGG-01.8 De leerlingen structureren in groep (aangeboden) informatie.

LOD-LL-MGG-01.9 De leerlingen structureren zelfstandig (aangeboden) informatie.

1LOD-LL-MGG-01.10 De leerlingen leggen onder begeleiding verbanden tussen nieuwe informatie en informatie waarover ze reeds beschikken.

LOD-LL-MGG-01.11 De leerlingen leggen in groep verbanden tussen nieuwe informatie en informatie waarover ze reeds beschikken.

LOD-LL-MGG-01.12 De leerlingen leggen zelfstandig verbanden tussen nieuwe informatie en informatie waarover ze reeds beschikken.

LOD-LL-MGG-01.20 De leerlingen ervaren dat informatie op verschillende manieren wordt geanalyseerd en gestructureerd en reflecteren hierover.

LOD-LL-MGG-01.23 De leerlingen kiezen de meest efficiënte wijze om informatie te verwerven en te gebruiken.

Hoofdstuk 3: 1000 redenen

LOD-SOV-01.04 De leerlingen kunnen respect en waardering opbrengen in omgang met anderen.

LOD-SOV-03.01 De leerlingen kunnen samenwerken en samenspelen met anderen zonder onderscheid van sociale achtergrond, geslacht of etnische origine.

LOD-SOV-01.11 De leerlingen kunnen kritiek uiten ten aanzien van anderen.

LOD-SOV-01.12 De leerlingen kunnen kritiek uiten ten aanzien van bepaalde situaties.

LOD-SOV-01.13 De leerlingen kunnen kritiek, indien terecht, aanvaarden.

LOD-SOV-01.19 De leerlingen zijn bereid om te leren uit hun ongelijk, onmacht, onkunde en gekregen kritiek.

LOD-SOV-01.07 De leerlingen kunnen op een aanvaardbare manier voor zichzelf opkomen naar leeftijdsgenoten en volwassene toe (weerbaar zijn).

LOD-SOV-02.02 De leerlingen kunnen op passende wijze aangeven dat ze zelf aan het woord willen komen.

LOD-SOV-02.03 De leerlingen kunnen de ander laten uitspreken.

LOD-SOV-02.04 De leerlingen kunnen een gesprek voeren met een volwassene.

LOD-SOV-02.05 De leerlingen kunnen in ik-termen spreken.

LOD-SOV-02.06 De leerlingen kunnen een zekere expressiviteit aanwenden.

LOD-SOV-02.07 De leerlingen kunnen actief luisteren.

LOD-SOV-02.08 De leerlingen kunnen verbale en non-verbale informatie gebruiken om elkaar beter te begrijpen.

WO-MNS-SC-1.1.4 De leerlingen drukken in een niet-conflictgeladen situatie eigen indrukken, gevoelens, verlangens, gedachten en waarderingen spontaan uit.

WO-MNS-SC-1.1.6 De leerlingen kunnen beschrijven wat ze voelen in een concrete situatie en kunnen illustreren dat hun gevoelens situatiegebonden zijn.

WO-MNS-SC-1.1.7 De leerlingen kunnen beschrijven wat ze doen in een concrete situatie en kunnen illustreren dat hun gedrag situatiegebonden is.

WO-MNS-SV-2.8.4 De leerlingen tonen in concrete situaties voldoende zelfvertrouwen, gebaseerd op kennis van het eigen kunnen.

WO-MNS-SV-2.12.11 De leerlingen zijn bereid rekening te houden met de onuitgesproken regels die de interacties binnen hun groep bepalen.

Hoofdstuk 4: Kanker en meer

LOD-SOV-01.04 De leerlingen kunnen respect en waardering opbrengen in omgang met anderen.

LOD-SOV-03.01 De leerlingen kunnen samenwerken en samenspelen met anderen zonder onderscheid van sociale achtergrond, geslacht of etnische origine.

LOD-SOV-01.03 De leerlingen kunnen hulp vragen en zich laten helpen.

LOD-SOV-01.08 De leerlingen kunnen met steun van de leerkracht leidinggeven.

LOD-SOV-01.09 De leerlingen kunnen zelfstandig leidinggeven bij groepstaken.

LOD-SOV-01.10 De leerlingen kunnen onder leiding van een medeleerling meewerken.

LOD-SOV-01.11 De leerlingen kunnen kritiek uiten ten aanzien van anderen.

LOD-SOV-01.12 De leerlingen kunnen kritiek uiten ten aanzien van bepaalde situaties.

LOD-SOV-01.13 De leerlingen kunnen kritiek, indien terecht, aanvaarden.

LOD-SOV-01.19 De leerlingen zijn bereid om te leren uit hun ongelijk, onmacht, onkunde en gekregen kritiek.

LOD-SOV-01.07 De leerlingen kunnen op een aanvaardbare manier voor zichzelf opkomen naar leeftijdsgenoten en volwassene toe (weerbaar zijn).

LOD-SOV-02.02 De leerlingen kunnen op passende wijze aangeven dat ze zelf aan het woord willen komen.

LOD-SOV-02.03 De leerlingen kunnen de ander laten uitspreken.

LOD-SOV-02.04 De leerlingen kunnen een gesprek voeren met een volwassene.

LOD-SOV-02.05 De leerlingen kunnen in ik-termen spreken.

LOD-SOV-02.06 De leerlingen kunnen een zekere expressiviteit aanwenden.

LOD-SOV-02.07 De leerlingen kunnen actief luisteren.

LOD-SOV-02.08 De leerlingen kunnen verbale en non-verbale informatie gebruiken om elkaar beter te begrijpen.

WO-MNS-SC-1.1.4 De leerlingen drukken in een niet-conflictgeladen situatie eigen indrukken, gevoelens, verlangens, gedachten en waarderingen spontaan uit.

WO-MNS-SC-1.1.6 De leerlingen kunnen beschrijven wat ze voelen in een concrete situatie en kunnen illustreren dat hun gevoelens situatiegebonden zijn.

WO-MNS-SC-1.1.7 De leerlingen kunnen beschrijven wat ze doen in een concrete situatie en kunnen illustreren dat hun gedrag situatiegebonden is.

WO-MNS-SV-2.8.4 De leerlingen tonen in concrete situaties voldoende zelfvertrouwen, gebaseerd op kennis van het eigen kunnen.

WO-MNS-SV-2.12.11 De leerlingen zijn bereid rekening te houden met de onuitgesproken regels die de interacties binnen hun groep bepalen.

Leerplandoelen GO!

Hoofdstuk 1: Kanker

3.1.1. Ik en de anderen

Zelfbewustzijn en weerbaarheid

3.1.1 3 In een niet-conflictgeladen situatie, eigen indrukken, gevoelens, verlangens, gedachten en waarderingen spontaan uitdrukken.

3.1.1 6 Zich weerbaar opstellen naar leeftijdgenoten en volwassenen toe door signalen te geven die voor anderen begrijpelijk en aanvaardbaar zijn o.m. door hulpvragen te stellen, zich te laten helpen en positieve voorstellen te doen op het niveau van het samenleven in de klas en de school.

Empathie en zorg voor elkaar

3.1.1 13 Tonen in hun omgang met andere respect en waardering.

3.1.1 15 Tonen in de dagelijkse omgang dat ze zich discreet kunnen opstellen.

Conflicthantering

3.1.1 23 Ongelijk of onmacht toegeven, kritiek beluisteren en eruit leren.

3.1.1 28 Kritisch zijn en een eigen mening formuleren.

3.1.1 29 Beschrijven wat ze voelen en wat ze doen in een concrete situatie en kunnen illustreren dat zowel hun gedrag als hun gevoelens situatiegebonden zijn.

3.1.2 Ik en de groep

Participatie, democratie en samenwerken

3.1.2 1 Een taak binnen de groep op een verantwoordelijke wijze oppakken.

3.1.2 5 Bij groepstaken leidinggeven en onder leiding van een medeleerling meewerken.

3.1.2 2 Samenwerken met anderen in de groep, zonder onderscheid van sociale achtergrond, geslacht of etnische origine.

3.1.3 Ik en de samenleving

Meervoudige identiteit

3.1.3 27 Aandacht hebben voor de onuitgesproken regels die de interacties

binnen een groep typeren en bereid zijn er rekening mee te houden.

3.1.3 28 Zich weerbaar opstellen t.o.v. leeftijdgenoten en onaanvaardbare groepsdruk.

Hoofdstuk 2: Gezonder leven kun je leren

3.1.1. Ik en de anderen

Zelfbewustzijn en weerbaarheid

3.1.1 3 In een niet-conflictgeladen situatie, eigen indrukken, gevoelens, verlangens, gedachten en waarderingen spontaan uitdrukken.

3.1.1 6 Zich weerbaar opstellen naar leeftijdgenoten en volwassenen toe door signalen te geven die voor anderen begrijpelijk en aanvaardbaar zijn o.m. door hulpvragen te stellen, zich te laten helpen en positieve voorstellen te doen op het niveau van het samenleven in de klas en de school.

Empathie en zorg voor elkaar

3.1.1 13 Tonen in hun omgang met andere respect en waardering.

3.1.1 15 Tonen in de dagelijkse omgang dat ze zich discreet kunnen opstellen.

Conflicthantering

3.1.1 23 Ongelijk of onmacht toegeven, kritiek beluisteren en eruit leren.

3.1.1 28 Kritisch zijn en een eigen mening formuleren.

3.1.1 29 Beschrijven wat ze voelen en wat ze doen in een concrete situatie en kunnen illustreren dat zowel hun gedrag als hun gevoelens situatiegebonden zijn.

3.1.2 Ik en de groep

Participatie, democratie en samenwerken

3.1.2 1 Een taak binnen de groep op een verantwoordelijke wijze oppakken.

3.1.2 5 Bij groepstaken leidinggeven en onder leiding van een medeleerling meewerken.

3.1.2 2 Samenwerken met anderen in de groep, zonder onderscheid van sociale achtergrond, geslacht of etnische origine.

3.1.3 Ik en de samenleving

Meervoudige identiteit

3.1.3 27 Aandacht hebben voor de onuitgesproken regels die de interacties binnen een groep typeren en bereid zijn er rekening mee te houden.

3.1.3 28 Zich weerbaar opstellen t.o.v. leeftijdgenoten en onaanvaardbare groepsdruk.

3.2.7 Gezondheidseducatie

Voeding

3.2.7 3 Verwoorden dat voedingsgewoontes gezond of ongezond kunnen zijn (bijv. niet eenzijdig, met mate, regelmaat …).

3.2.7 4 Aangeven dat een evenwichtige voeding nodig is om te groeien, te bewegen en goed te functioneren.

Omgaan met ziektes, handicaps en verslaving

3.2.7 21 Situaties en gedragingen herkennen die schadelijk of bevorderlijk kunnen zijn voor hun gezondheid. (bijv. overdadig lawaai, (on)

aangepaste kledij, medicatiegebruik …).

3.2.7 25 Enkele voorbeelden opsommen waaruit blijkt dat bepaalde gewoontes (bijv. roken, alcoholgebruik, overdreven tv kijken, computerspelletjes, gsm …) schadelijk kunnen zijn voor de gezondheid.

3.2.7 22 Aangeven dat bepaalde ziekteverschijnselen en handicaps niet altijd kunnen worden vermeden.

Hoofdstuk 3: 1000 redenen

3.1.1. Ik en de anderen

Zelfbewustzijn en weerbaarheid

3.1.1 3 In een niet-conflictgeladen situatie, eigen indrukken, gevoelens, verlangens, gedachten en waarderingen spontaan uitdrukken.

3.1.1 6 Zich weerbaar opstellen naar leeftijdgenoten en volwassenen toe door signalen te geven die voor anderen begrijpelijk en aanvaardbaar zijn o.m. door hulpvragen te stellen, zich te laten helpen en positieve voorstellen te doen op het niveau van het samenleven in de klas en de school.

Empathie en zorg voor elkaar

3.1.1 13 Tonen in hun omgang met andere respect en waardering.

Conflicthantering

3.1.1 28 Kritisch zijn en een eigen mening formuleren.

3.1.1 29 Beschrijven wat ze voelen en wat ze doen in een concrete situatie en kunnen illustreren dat zowel hun gedrag als hun gevoelens situatiegebonden zijn.

3.1.3 Ik en de samenleving

Meervoudige identiteit

3.1.3 27 Aandacht hebben voor de onuitgesproken regels die de interacties binnen een groep typeren en bereid zijn er rekening mee te houden.

3.1.3 28 Zich weerbaar opstellen t.o.v. leeftijdgenoten en onaanvaardbare groepsdruk.

Hoofdstuk 4: Kanker en meer

3.1.1. Ik en de anderen

Zelfbewustzijn en weerbaarheid

3.1.1 3 In een niet-conflictgeladen situatie, eigen indrukken, gevoelens, verlangens, gedachten en waarderingen spontaan uitdrukken.

3.1.1 6 Zich weerbaar opstellen naar leeftijdgenoten en volwassenen toe door signalen te geven die voor anderen begrijpelijk en aanvaardbaar zijn o.m. door hulpvragen te stellen, zich te laten helpen en positieve voorstellen te doen op het niveau van het samenleven in de klas en de school.

Empathie en zorg voor elkaar

3.1.1 13 Tonen in hun omgang met andere respect en waardering.

Conflicthantering

3.1.1 28 Kritisch zijn en een eigen mening formuleren.

3.1.1 29 Beschrijven wat ze voelen en wat ze doen in een concrete situatie en kunnen illustreren dat zowel hun gedrag als hun gevoelens situatiegebonden zijn.

3.1.2 Ik en de groep

Participatie, democratie en samenwerken

3.1.2 1 Een taak binnen de groep op een verantwoordelijke wijze oppakken.

3.1.2 5 Bij groepstaken leidinggeven en onder leiding van een medeleerling meewerken.

3.1.2 2 Samenwerken met anderen in de groep, zonder onderscheid van sociale achtergrond, geslacht of etnische origine.

3.1.3 Ik en de samenleving

Meervoudige identiteit

3.1.3 27 Aandacht hebben voor de onuitgesproken regels die de interacties binnen een groep typeren en bereid zijn er rekening mee te houden.

3.1.3 28 Zich weerbaar opstellen t.o.v. leeftijdgenoten en onaanvaardbare groepsdruk.

Kom jij ook op tegen kanker?

Wil jij er ook voor helpen zorgen dat minder mensen ziek worden door kanker? Dat meer mensen van de ziekte genezen? En dat wie kanker heeft (gehad) een beter leven heeft? Dat kan!

Doe mee met Kom op tegen Kanker en help kanker de wereld uit.*

Meer info op depetoptegenkanker.be en komoptegenkanker.be

*Vraag je ouders om je op weg te helpen.

Kom op tegen Kanker

- Je zit in de klas en krijgt plots erge hoofdpijn.
- Je bent basketbal aan het spelen en krijgt plots erge krampen.
- Je springt op de trampoline, valt en breekt je arm.
- Je hebt griep. Daardoor kun je niet naar het verjaardagsfeestje van je beste vriend.
- Je ligt in het ziekenhuis. Je bent net geopereerd aan je knie.
- Je moet al een lange tijd hoesten. Je gaat naar het ziekenhuis om een foto van je longen te laten nemen.
- Je bent aan het voetballen op de speelplaats en plots voel je je misselijk. Je denkt dat je zult flauwvallen.
- Je gaat op uitstap met de klas. Je voet is gebroken en je wordt vervoerd in een rolstoel.
- Je vertrekt naar school, maar voelt je echt niet lekker. Je hebt koorts.
- Je krijgt een snoepje tijdens de jeugdbeweging en krijgt plots erge tandpijn.

1. Griep is het juiste antwoord.

   Kanker is niet besmettelijk. Je kunt iemand met kanker dus knuffelen, een hand of kus geven. Griep wordt veroorzaakt door een virus en dat virus kun je wel doorgeven aan andere mensen.

2. Kanker is het juiste antwoord.

   Bij tandpijn ga je naar een tandarts, bij een (aanhoudende) verkoudheid kun je naar een huisarts gaan. Wanneer je kanker hebt, moet je langsgaan bij verschillende (gespecialiseerde) dokters en moeten er ook verschillende onderzoeken gebeuren. Die dokters werken vaak in een ziekenhuis, waar de onderzoeken dan ook plaatsvinden.

3. De juiste antwoorden zijn chemotherapie, radiotherapie en operatie.

   Mensen met kanker kunnen verschillende behandelingen of een combinatie van behandelingen krijgen afhankelijk van welke kanker ze hebben. *Chirurgie*, *radiotherapie* en *chemotherapie* zijn de belangrijkste soorten behandelingen voor kanker. De laatste jaren worden voor bepaalde kankers ook *hormoontherapie*, *immunotherapie*, *stamceltherapie* … gebruikt.

4. Het juiste antwoord is 66 jaar.

   Vooral oudere mensen krijgen kanker. Af en toe krijgen ook kinderen of jonge mensen kanker.

5. Het juiste antwoord is uitzaaiingen.

   Uitzaaiingen of metastasen zijn kwaadaardige gezwellen die op een andere plaats zitten dan de oorspronkelijke plaats van het eerste ('primaire') gezwel. Het optreden van uitzaaiingen is een van de hoofdkenmerken van een kwaadaardige tumor (kanker). *Meer informatie vind je hier*.

6. Het juiste antwoord is nee.

   Kanker kun je niet voorkomen. Wanneer je kanker krijgt, heb je brute pech. Je kunt wel een aantal zaken doen om het risico te verkleinen.

7. De juiste antwoorden zijn: roken, ongezonde voeding en pech.

   De dingen die je kunt doen om het risico op kanker te verkleinen zijn: niet roken, geen of weinig alcohol drinken, gezond eten, regelmatig bewegen, niet te lang stilzitten, verstandig omgaan met de zon … *Meer informatie vind je hier*.

8. Het juiste antwoord is baarmoederhalskanker.

   Na wetenschappelijk onderzoek is gebleken dat meisjes zich kunnen beschermen tegen baarmoederhalskanker door zich te laten vaccineren tegen het humaan papillomavirus (HPV). De Vlaamse overheid biedt dat vaccin gratis aan voor meisjes in het eerste jaar van het secundair onderwijs. Het vaccin is niet verplicht. *Meer informatie vind je hier*.

9. De juiste antwoorden zijn: misselijkheid, haaruitval en vermoeidheid.

   Elke kankerbehandeling kan andere bijwerkingen hebben en het valt niet te voorspellen welke bijwerking een bepaalde persoon zal hebben. Sommige mensen hebben veel last van bijwerkingen, andere weinig. De meeste nevenwerkingen van kankerbehandelingen gaan meestal voorbij, maar ze kunnen soms wel lang blijven duren (bv. vermoeidheid).
   Meer informatie vind je hier.

10. Het juiste antwoord is soms.

    Elke situatie is anders. De prognose (kans op genezing) hangt af van verschillende factoren: type kanker, stadium waarin de kanker zich bevindt bij diagnose … Mensen kunnen overlijden aan kanker, maar mensen die nu de diagnose krijgen leven langer dan vroeger en hebben een grotere kans op genezing. Dat komt door betere behandelingen en doordat kankers steeds vroeger worden opgespoord. *Meer informatie vind je hier*.

Wat is kanker?

- Bestaat kanker al lang?
- Wie kan er allemaal kanker krijgen? Kunnen dieren ook kanker krijgen?
- *Wat is het verschil tussen een goedaardig en een kwaadaardig gezwel?*
- Wat is een uitzaaiing?

Soorten kankers

- Welke kankers komen voor in het verhaal?
- Welke kankers bestaan er allemaal?
- Wat houden deze kankers in?
- Zijn deze kankers gemakkelijk te genezen?
- Welke kankers komen het meest voor in België?
- Welke kankers komen het meest voor bij mannen/vrouwen?

Behandelingen

- Welke behandelingen komen aan bod in het verhaal?
- Wat houden deze behandelingen in?
- Wat is een knieprothese?
- Welke behandelingen bestaan er nog voor kanker?
- Moet je altijd geopereerd worden als je kanker hebt?
- Waar kun je deze behandelingen volgen?

Behandelingen

- Hoe lang moet je deze behandelingen volgen?
- Ga je dood als je kanker hebt?
- Welke neveneffecten kun je krijgen door de behandelingen?
- Kun je nadat je kanker hebt gehad nog eens opnieuw kanker krijgen?

Onderzoek

- Wat houdt onderzoek over kanker in?
- *Kan kanker opgespoord worden voordat je ziek wordt?* »

Acties

- Kan ik iets doen om een persoon met kanker te helpen?
- Welke acties ken je in België die kankerpatiënten steunen?
- Wat houden die acties in?
- Hoe kun je zelf zo een actie steunen?

Zondag 8 januari 2018

Liefste dagboek,

ik schrijf deze eerste pagina in mijn dagboek al trillend. Vandaag is het de laatste dag van de kerstvakantie en morgen start ik op een nieuwe school. Vlak voor de kerstvakantie zijn we met het hele gezin verhuisd naar Brussel. Dat is een heel eind van mijn vroegere school in Zwalm en daarom ga ik morgen naar een nieuwe school. Ik vind dat ongelooflijk spannend, want ik ga er nog niemand kennen en alle andere kinderen kennen elkaar al wel. Hopelijk vind ik snel een nieuwe vriendin zoals Stefanie uit mijn oude school. Ik ga haar ongelooflijk hard missen. Ik hoop dat we elkaar in de krokusvakantie zullen zien.

Nu ga ik nog even wat muziek opzetten en in mijn bed verder lezen in mijn boek. Hopelijk kan ik daarna wat slapen ...

Dag liefste dagboek, morgen verslag van mijn eerste schooldag.

Emmelien

© Stieven Van der Poorten

1. Er rookt iemand in mijn gezin, maar ik heb daar geen last van.

   Deze stelling klopt niet. Je rookt onbewust mee en dat is ook ongezond. De rookdeeltjes blijven in het huis hangen, ook al rookt de persoon op het terras.

2. Onbeschermd zonnen en onder de zonnebank gaan, verhogen het risico op huidkanker.

   Deze stelling klopt.

3. Van veel biefstuk eten, word je gezond en sterk.

   Deze stelling klopt niet. Te veel is nooit gezond. Wissel af tussen rood vlees, vis, gevogelte en plantaardige eiwitbronnen (peulvruchten, tofu …).

4. In groenten, fruit en granen zitten veel vezels en die zijn belangrijk voor je gezondheid.

   Deze stelling klopt. Plantaardige voedingsmiddelen die niet of weinig zijn bewerkt, bieden het grootste gezondheidsvoordeel. Eet volop groenten, fruit, volle granen en peulvruchten.

5. Veel drinken is gezond.

   Deze stelling klopt deels. Veel water drinken is gezond. Maar dranken met veel suiker (fruitsap en frisdrank) en alcohol zijn niet gezond.

6. We hebben twee keer per week lichamelijke opvoeding op school. Dat is voldoende beweging voor een week.

   Deze stelling klopt deels. LO op school is gezond, maar niet voldoende beweging voor een week. Je beweegt best een uurtje per dag matig intensief op school, thuis, in je vrije tijd of onderweg. (Dan adem je sneller, maar je bent niet buiten adem.) Probeer ook minstens één dag intensief te spelen of sporten (je ademt veel sneller en bent buiten adem): dat is leuk en je kunt je uitleven.

7. Een hele dag achter een computer zitten, heeft geen invloed op je gezondheid.

   Deze stelling klopt niet. In een gezonde bewegingsmix wissel je zitten, staan en bewegen af. Probeer om de 30 minuten even tjes recht te staan en wat te bewegen. Daar kikker je vanop.

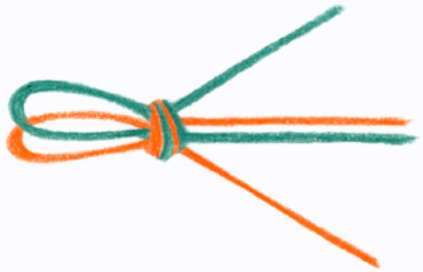
8. Uitlaatgassen van auto's, scooters, bussen … kunnen kanker veroorzaken.

   Deze stelling klopt. Dus met de fiets of te voet is beter. Zo komen er geen uitlaatgassen vrij in onze lucht én je beweegt!

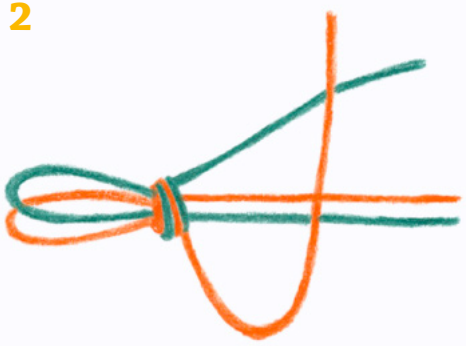
9. Laat gaan slapen is cool!

   Deze stelling klopt niet. Voldoende nachtrust is belangrijk. Als je 9u slaapt, voel je je beter en zie je er fitter uit.

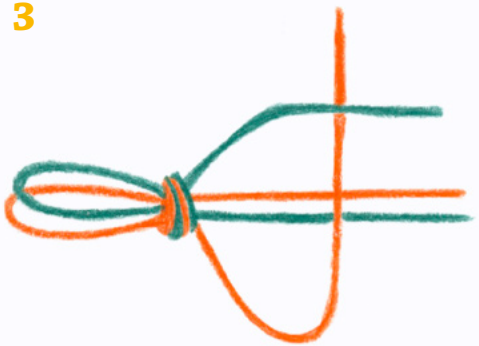
1



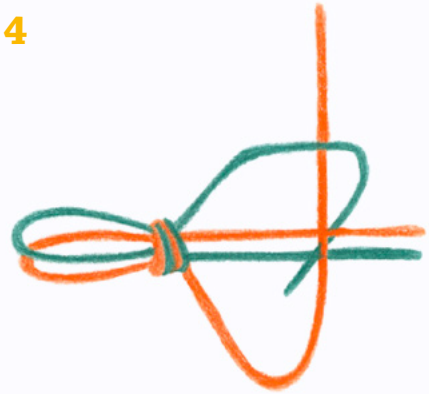
2



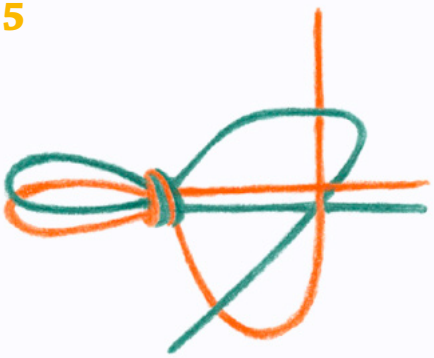
3



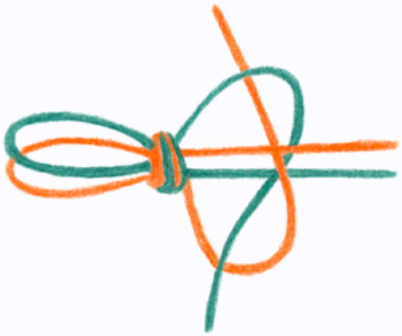
4



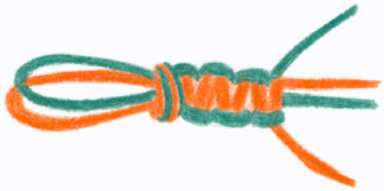
5



6



7



Na regen komt zonneschijn

Klik op een tekst voor de vergroting en de voorleesfunctie

1. Op de speelplaats voetbal je met je vrienden. Een leerling uit een andere klas neemt de bal af en loopt ermee weg. Hoe reageer je?

2. Je huisdier is al een tijdje ziek. Het dier wil nu ook niet meer eten en ziet er mager uit. Wat gaat er in je om?

3. Je beste vriendin wil plots niet meer met je optrekken. Ze wil liever met een ander kind uit de klas spelen. Hoe reageer je?

4. Je komt heel goed overeen met een meisje of jongen uit je klas. Als je hem of haar ziet, krijg je vlinders in je buik. Wat doe je?

5. Een goede vriendin van je mama is ziek. Ze heeft kanker. Je mama heeft het nieuws net gehoord en huilt. Hoe reageer je daarop?

6. Je opa ligt in het ziekenhuis. Hij heeft een longontsteking. Hoe reageer je?

Op de speelplaats voetbal je met je vrienden. Een leerling uit een andere klas neemt de bal af en loopt ermee weg. Hoe reageer je?

Je huisdier is al een tijdje ziek. Het dier wil nu ook niet meer eten en ziet er mager uit. Wat gaat er in je om?

Je beste vriendin wil plots niet meer met je optrekken. Ze wil liever met een ander kind uit de klas spelen. Hoe reageer je?

Je komt heel goed overeen met een meisje of jongen uit je klas. Als je hem of haar ziet, krijg je vlinders in je buik. Wat doe je?

Een goede vriendin van je mama is ziek. Ze heeft kanker. Je mama heeft het nieuws net gehoord en huilt. Hoe reageer je daarop?

Je opa ligt in het ziekenhuis. Hij heeft een longontsteking. Hoe reageer je?

1 Welke ziekte is besmettelijk?

○ kanker ◉ griep OK

2 Bij welke ziekte word je in het ziekenhuis verzorgd?

○ tandpijn ◉ kanker ◉ verkoudheid OK

3 Welke behandelingen kun je krijgen als je kanker hebt?

☐ hoestsiroop ☐ chemotherapie ☐ radiotherapie
☐ operatie ☐ antibiotica OK

4 Wat is de gemiddelde leeftijd waarop mensen kanker krijgen?

○ 12 jaar ◉ 25 jaar ◉ 66 jaar OK

5 Kankercellen kunnen zich verder verspreiden in verschillende lichaamsdelen. Hoe noemen we dat?

○ reizende kankercellen ◉ uitzaaiingen OK

6 Kun je vermijden dat je kanker krijgt?

○ ja ◉ nee OK

7 Welke factoren kunnen meespelen bij het krijgen van kanker?

☐ roken ☐ ongezonde voeding ☐ pech
☐ onbeleefd zijn ☐ iemand uitlachen OK

8 Tegen welke soort kanker kunnen meisjes zich beschermen met een vaccin?

○ darmkanker ◉ borstkanker
◉ baarmoederhalskanker OK

9 Welke nevenwerkingen kunnen mensen met kanker hebben van de behandeling?

☐ misselijkheid ☐ haaruitval
☐ vermoeidheid OK

10 Als je kanker hebt, ga je dood.

○ ja ◉ nee ◉ soms OK

- Er rookt iemand in mijn gezin, maar ik heb daar geen last van.

○ klopt ○ klopt niet ○ klopt deels OK

- Onbeschermd zonnen en onder de zonnebank gaan, verhogen het risico op huidkanker.

○ klopt ○ klopt niet ○ klopt deels OK

- Van veel biefstuk eten, word je gezond en sterk.

○ klopt ○ klopt niet ○ klopt deels OK

- In groenten, fruit en granen zitten veel vezels en die zijn belangrijk voor je gezondheid.

○ klopt ○ klopt niet ○ klopt deels OK

- Veel drinken is gezond.

○ klopt ○ klopt niet ○ klopt deels OK

- We hebben twee keer per week lichamelijke opvoeding op school. Dat is voldoende beweging voor een week.

○ klopt ○ klopt niet ◉ klopt deels OK

- Een hele dag achter een computer zitten, heeft geen invloed op je gezondheid.

○ klopt ○ klopt niet ○ klopt deels OK

- Uitlaatgassen van auto's, scooters, bussen … kunnen kanker veroorzaken.

○ klopt ○ klopt niet ○ klopt deels OK

- Laat gaan slapen is cool!

○ klopt ○ klopt niet ○ klopt deels OK

Stelling	klopt niet	geen mening	klopt
Wanneer de zon schijnt, smeer ik mij regelmatig in met zonnecrème.	○	○	○
Ik bescherm mij tegen de zon door een hoed of pet te dragen.	○	○	○
Ik rook niet, want roken is vies!	○	○	○
Als iemand rookt waar ik bij ben, spreek ik die persoon daarover aan.	○	○	○
Ik drink veel water. Voor mij is dat de belangrijkste drank van de dag.	○	○	○
Ik drink weinig frisdrank, alleen bij speciale gelegenheden.	○	○	○
Ik eet elke dag groenten.	○	○	○
Ik eet elke dag fruit.	○	○	○
Ik eet minstens één dag in de week geen rood vlees (bv. rundvlees, varkensvlees, lamsvlees …).	○	○	○

Stelling	klopt niet	geen mening	klopt
Ik eet ook weleens vis.	◉	○	○
Ik eet meer kip en kalkoen dan runds- en varkensvlees.	◉	○	○
Ik beweeg elke dag matig intensief (bv. fietsen, stevig doorstappen, tuinieren, spelen …).	○	○	○
Ik doe iedere week aan sport.	○	○	○
Ik ga te voet of met de fiets naar school of naar mijn werk.	○	○	○
Ik speel of ben veel buiten.	○	○	○
Mijn schermtijd in mijn vrije tijd is beperkt tot twee uur per dag.	○	○	○
Ik slaap minstens negen uur (kinderen) of acht uur (volwassenen) per nacht.	○	○	○

Kies één situatie uit. Kleur het nummer. 1 2 3 4 5 6
Maak dan hieronder een strip: hoe zou jij reageren?

Beantwoord de vragen.
Bespreek met de kinderen uit je groep.

1. Van welk liedje werd je blij?

2. Hoe komt het dat je blij wordt van dit liedje?

3. Van welk liedje werd je droevig?

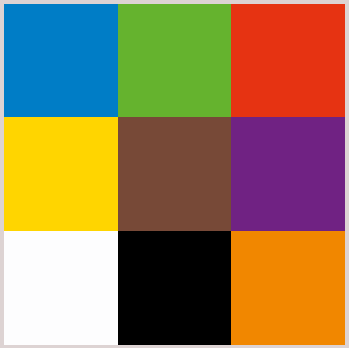
4. Hoe komt het dat je triest wordt van dit liedje?

5. Als ik iemand wil troosten zou ik dit lied kiezen (een liedje dat je zelf kiest):

6. Als ik iemand wil opvrolijken zou ik dit lied kiezen (een liedje dat je zelf kiest):

Kleef aan de achterkant van dit werkblad een muziektekst die jou erg aanspreekt.

Beantwoord de vragen.
Bespreek met de kinderen uit je groep.



1. Bij deze kleur voel ik mij blij:

.....

2. Bij deze kleur voel ik mij verdrietig:

.....

3. Bij deze kleur voel ik mij boos:

.....

4. Bij deze kleur voel ik mij angstig:

.....

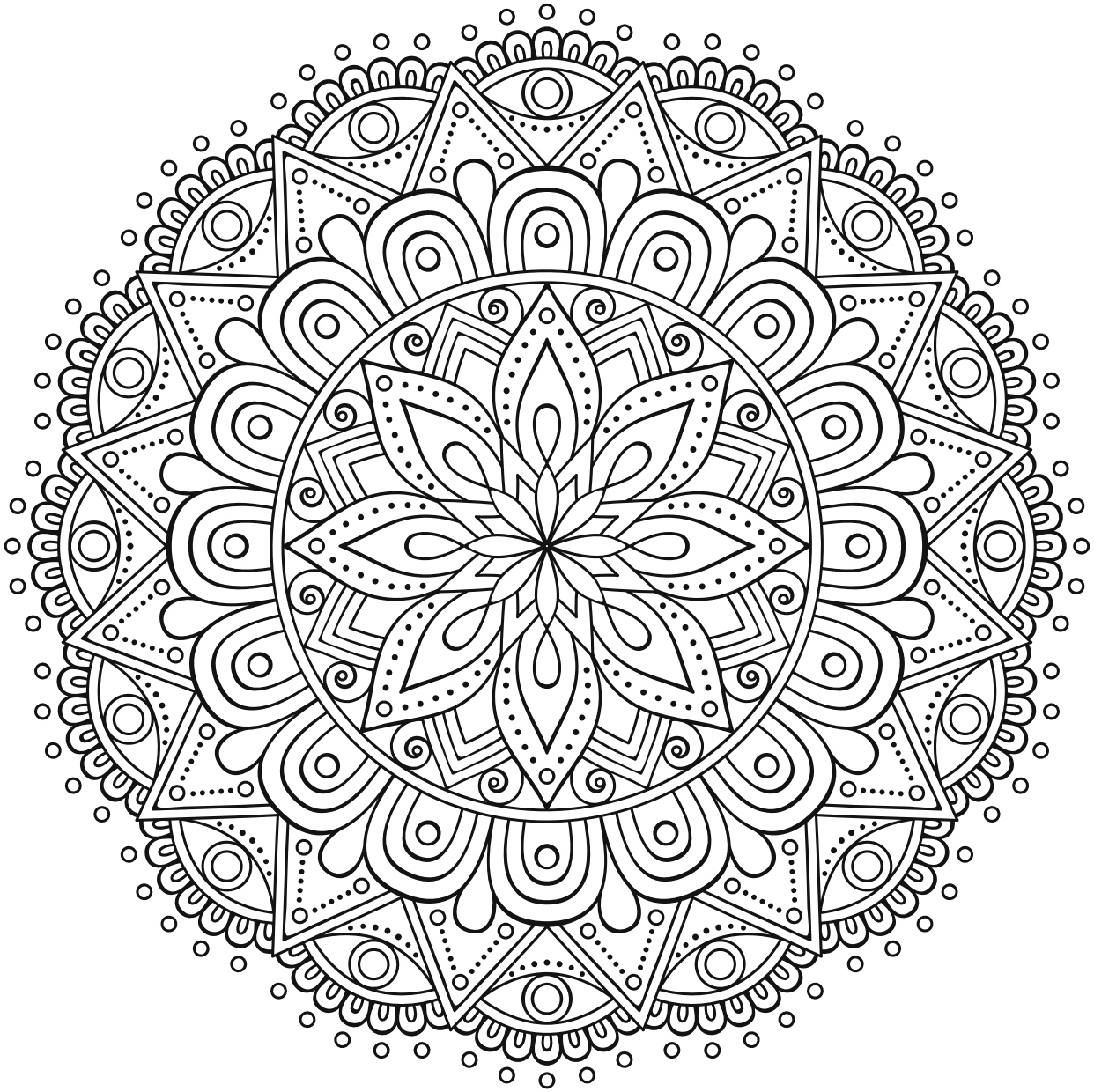
5. Als ik iemand wil troosten zou ik deze kleur kiezen:

.....

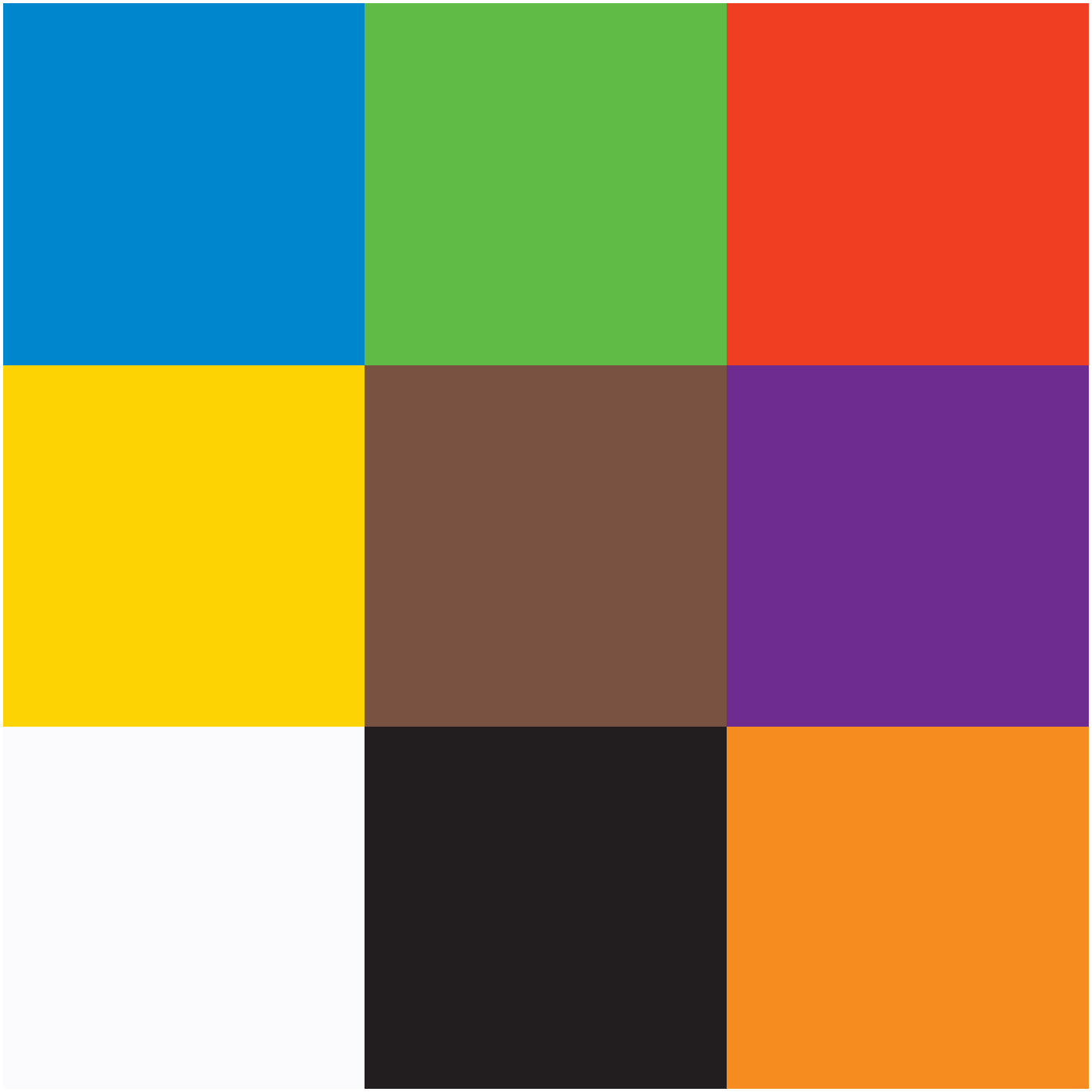
6. Als ik iemand wil opvrolijken zou ik deze kleur kiezen:

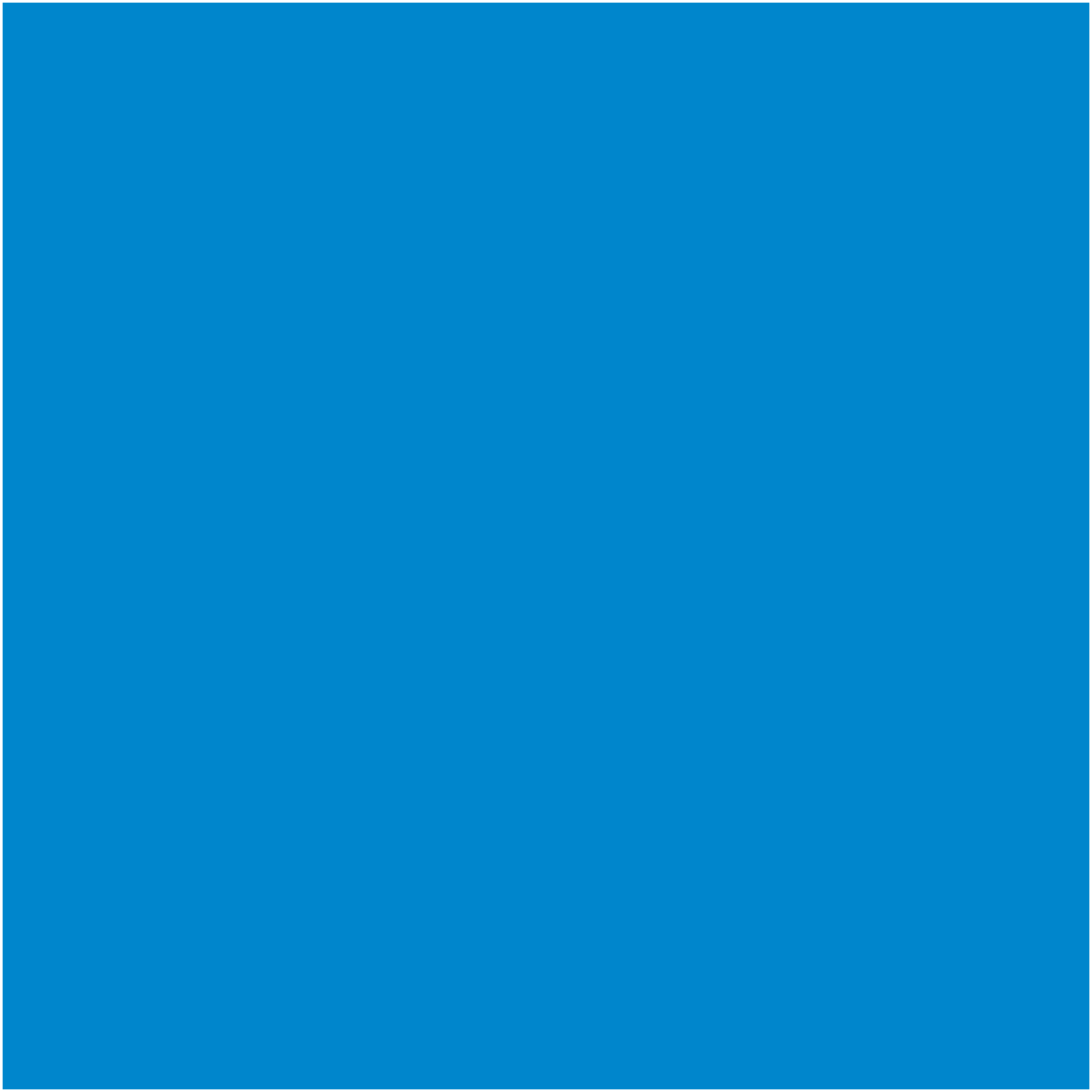
.....

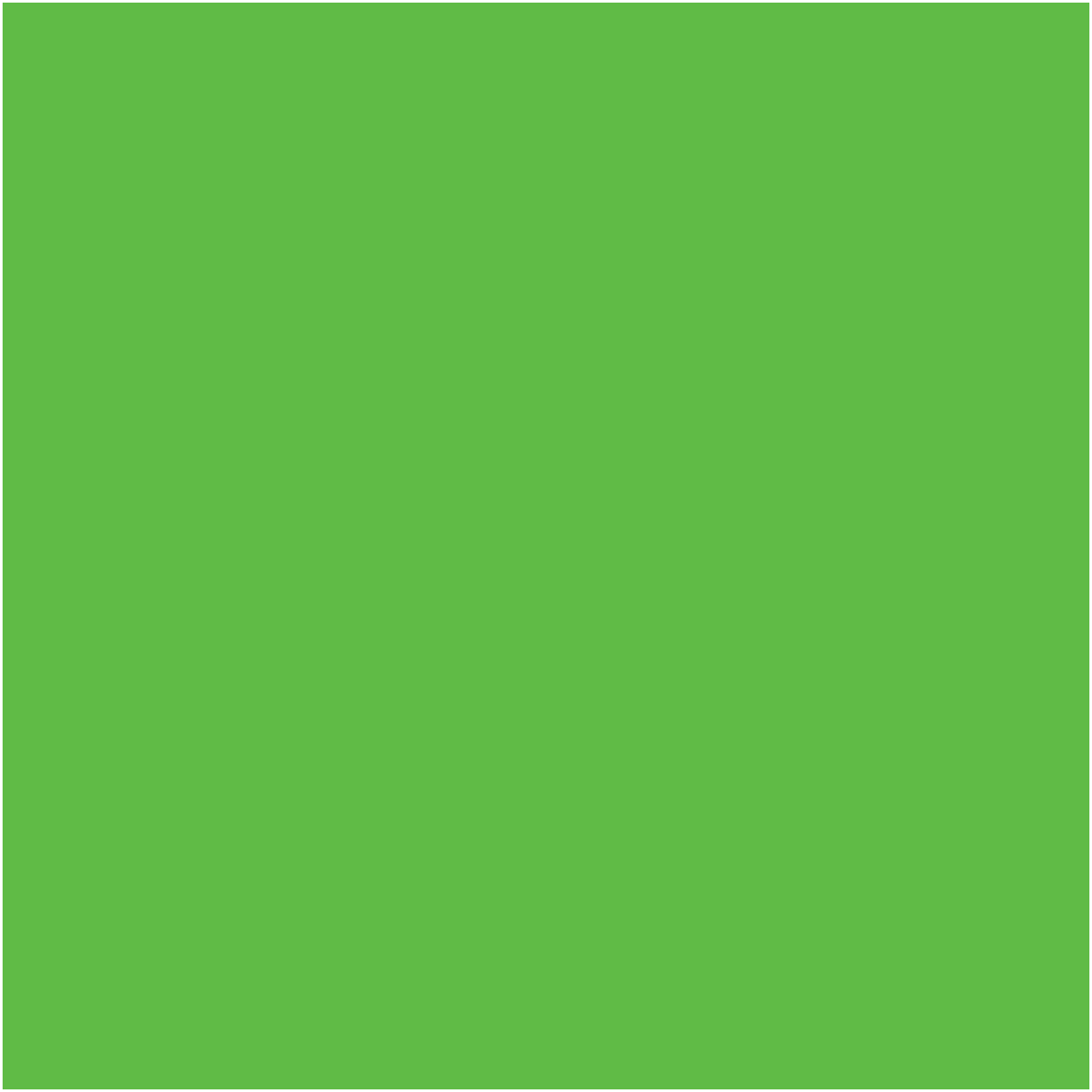
Hoe voel je je nu?
Kies kleuren die passen bij hoe je je voelt en kleur de mandala in.

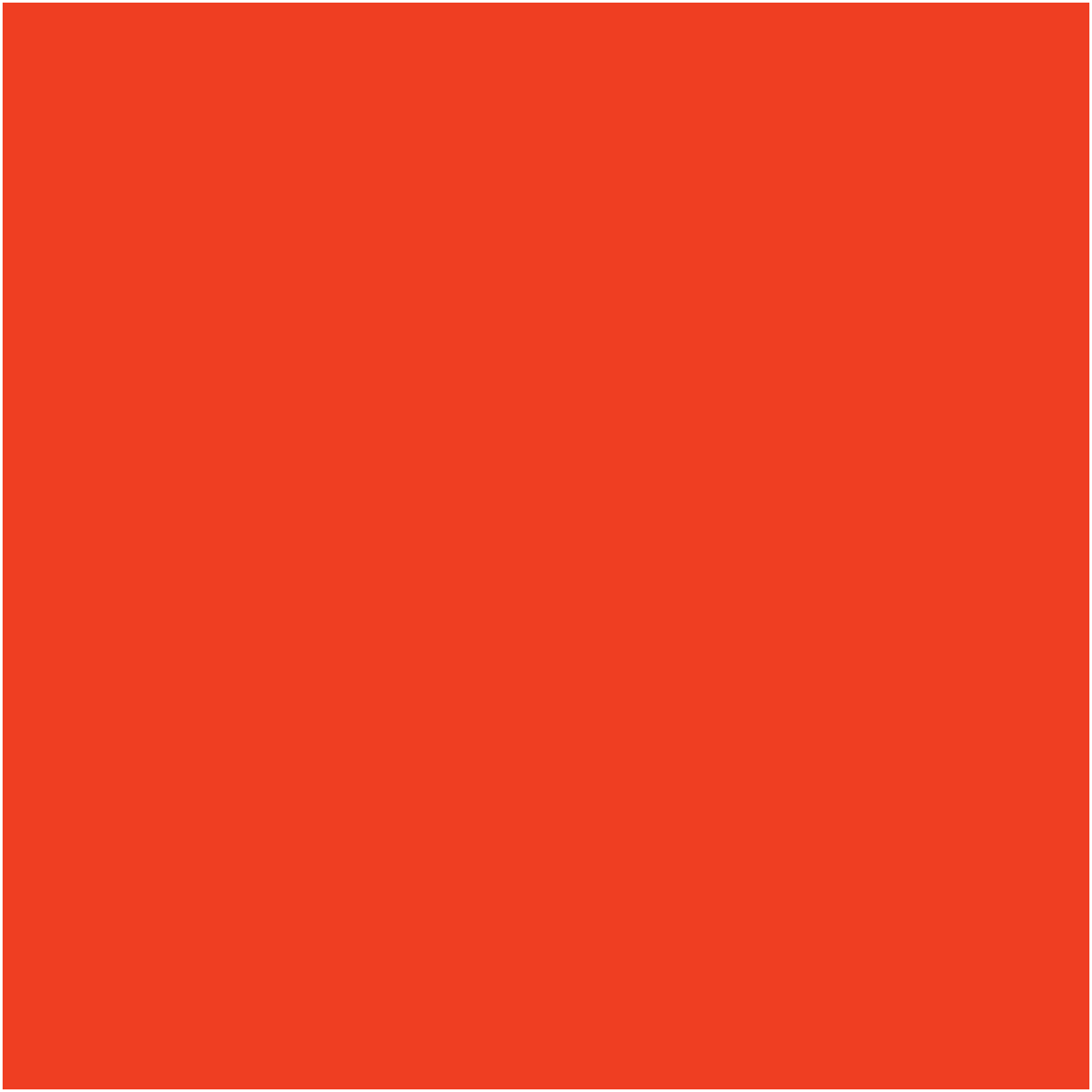


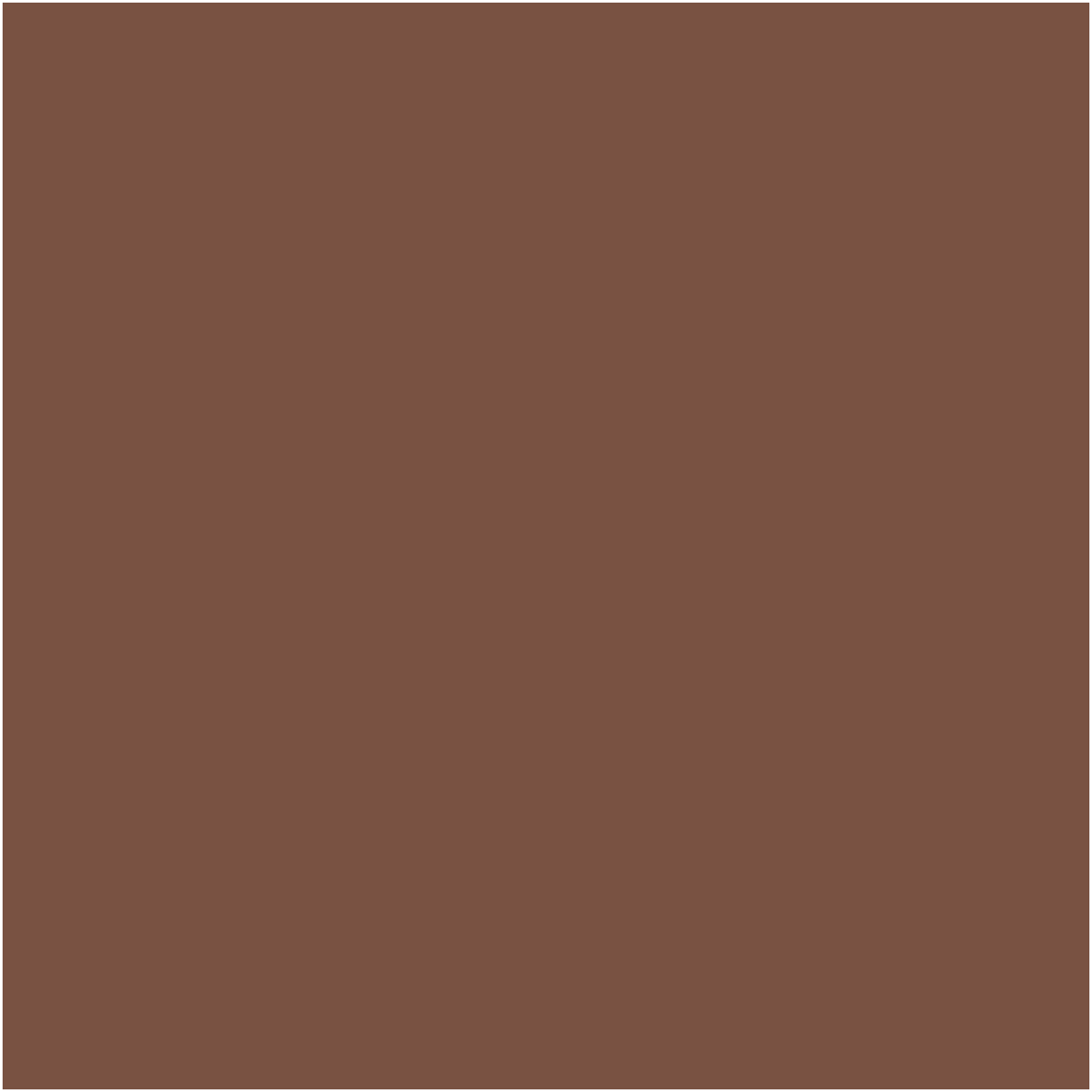
© shutterstock

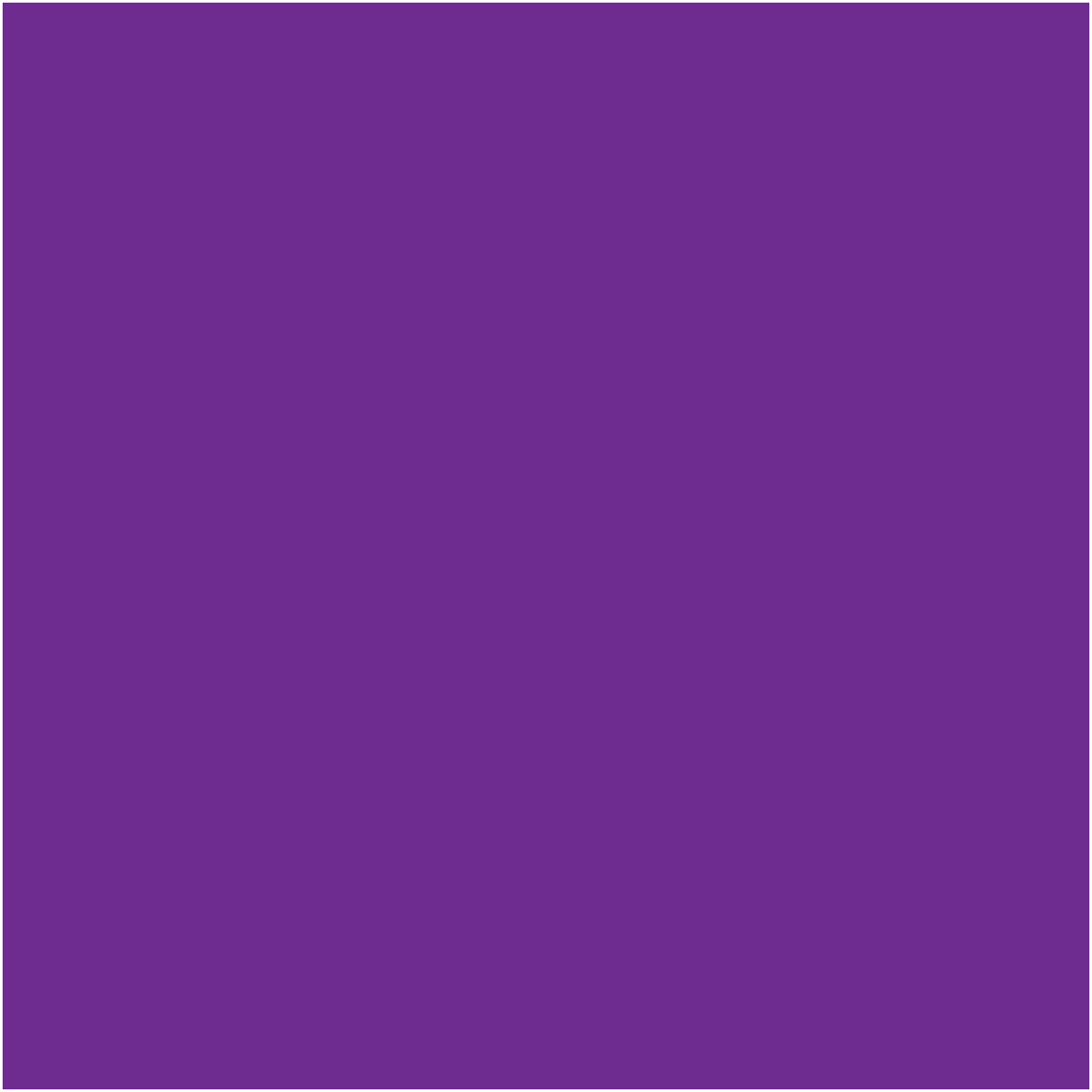


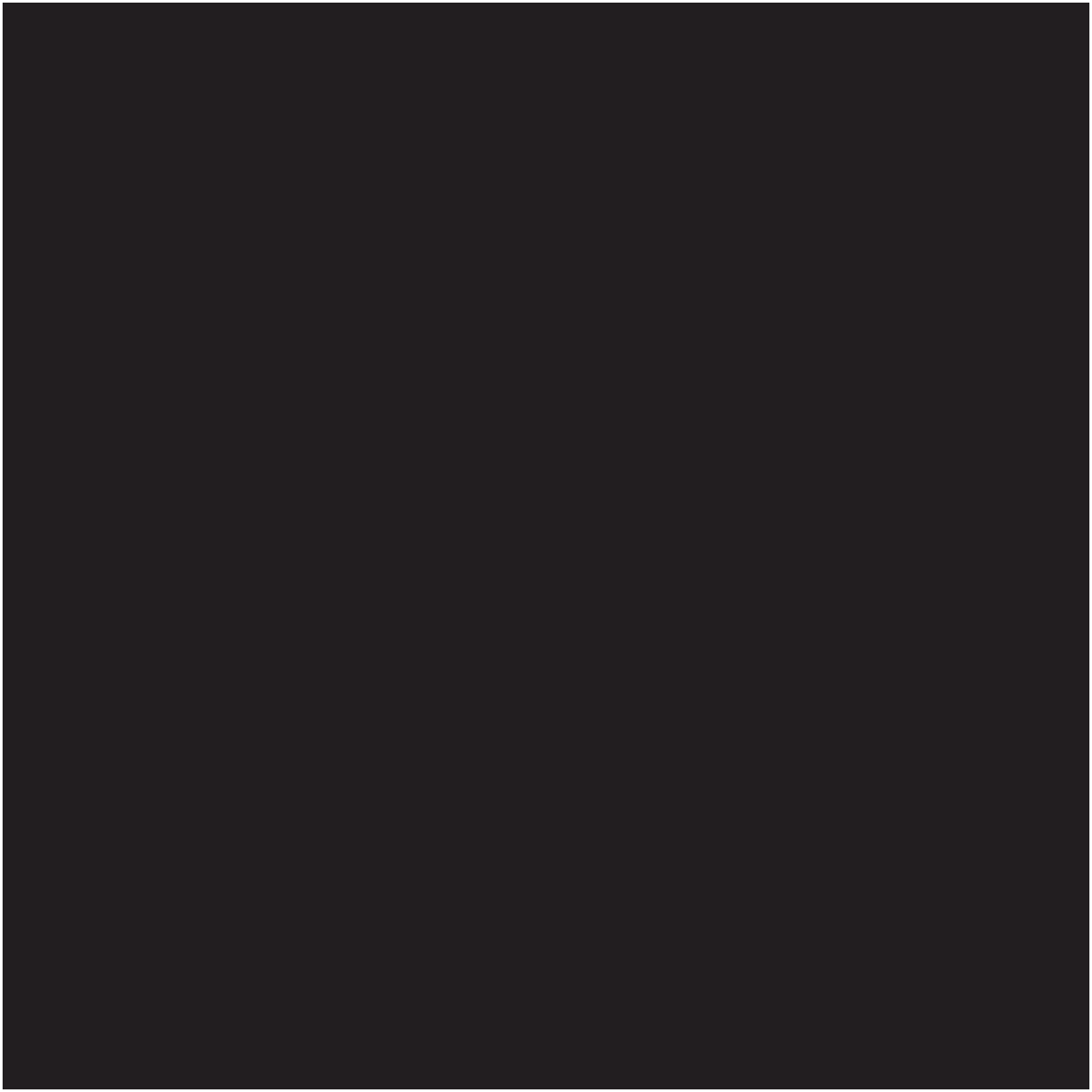


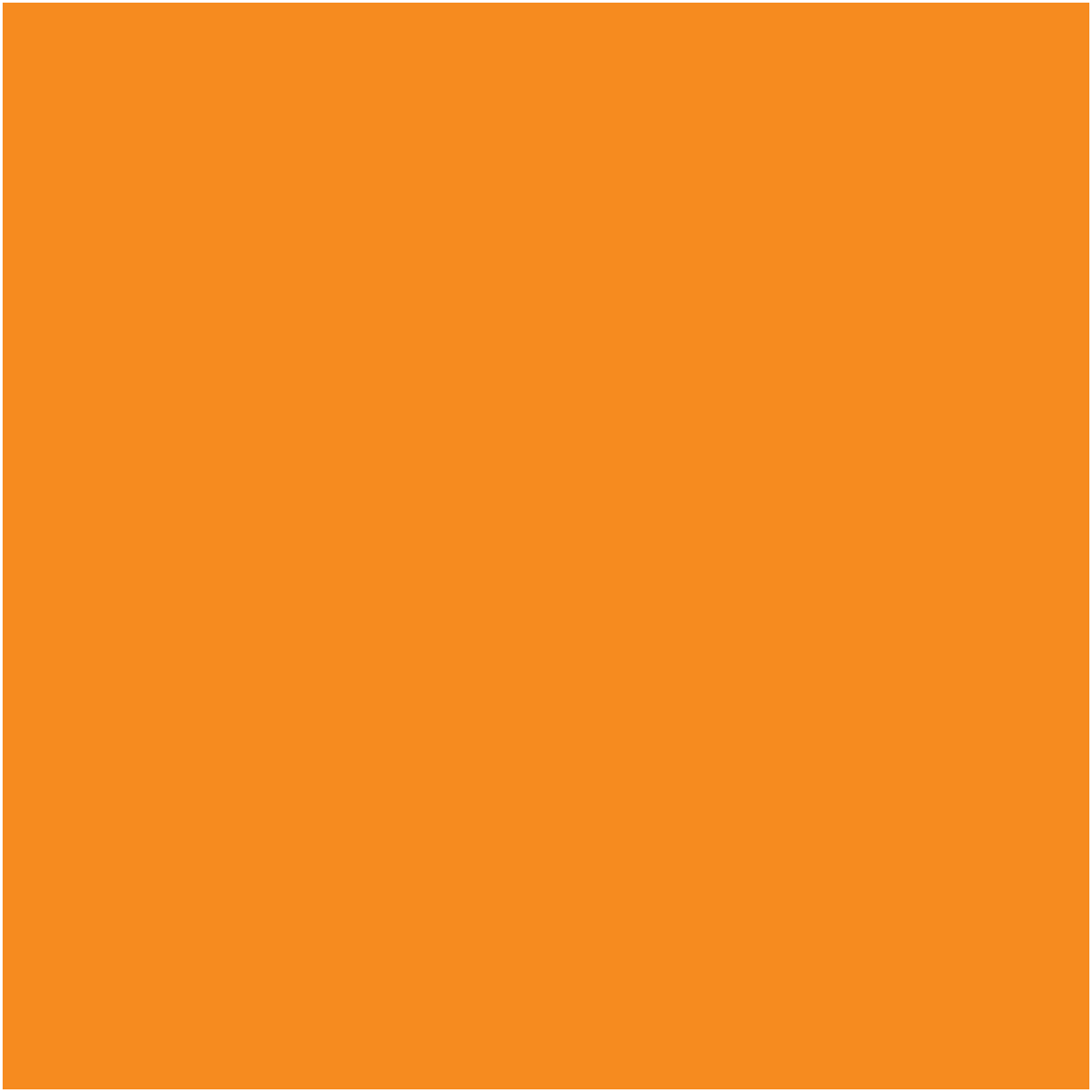












Beantwoord de vragen.
Bespreek met de kinderen uit je groep.

1. Bij dit gedicht voel ik mij blij:

.....

2. Bij dit gedicht voel ik mij verdrietig:

.....

3. Bij dit gedicht voel ik mij boos:

.....

4. Bij dit gedicht voel ik mij angstig:

.....

5. Als ik iemand wil troosten zou ik dit gedicht kiezen:

.....

6. Als ik iemand wil opvrolijken zou ik dit gedicht kiezen:

.....

1. Waarvan vind je de meeste foto's?

2. Welke foto spreekt jou het meeste aan?
   Beschrijf de foto.

3. Waarom spreekt deze foto jou zo aan?

4. Welke foto maakt jou verdrietig?
   Beschrijf de foto.

5. Hoe komt dat? Leg uit.

Kleef hier de foto
die jou het meest aanspreekt.

© shutterstock

© shutterstock

1. Welke foto spreekt jou het meeste aan?

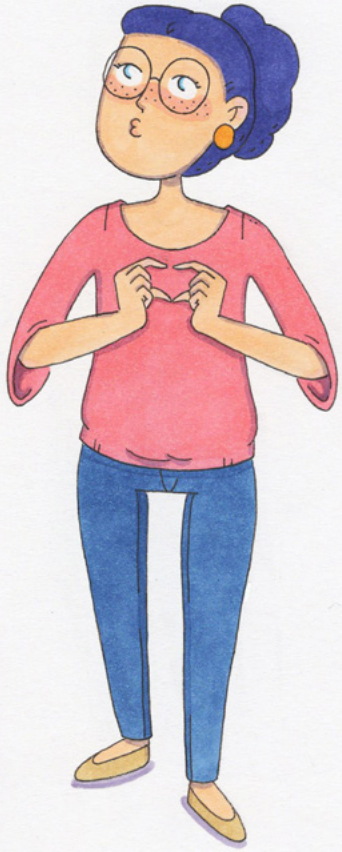
2. Waarom spreekt deze foto jou zo aan?

3. Welke foto maakt jou verdrietig?

4. Hoe komt dat? Leg uit.

IK BEN ER EVEN NIET

MAAR IK DENK ELKE DAG AAN JE!



Planet Prudence

DIT IS EEN KNUFFELKAART

(VOOR ALS IK ER EVEN NIET BEN)

Planet Prudence

© Planet Prudence

© Kom op tegen Kanker

Knip uit en versier je pet!

© Kom op tegen Kanker