

**KANKER OP KINDERMAAT
BESPREEKBAAR MAKEN**

**LESPAKKET
VOOR DE
1STE GRAAD
LAGER
ONDERWIJS**



SAMIEN STERK MEGA MONIA

**MET
LUISTER-
VERHAAL**
hetgeluidshuis

**HANDLEIDING
VOOR DE
LEERKRACHT**

Kom op
tegen Kanker

 Plantyn

Dit educatieve project is het resultaat van een samenwerking tussen Plantyn Studio en Kom op tegen Kanker.

Verantwoordelijke uitgever: Plantyn, Posthofbrug 6-8 bus 3, 2600 Berchem

Tekst: Emy Geyskens

Luisterverhaal: scenario door Koen Van Deun voor Het Geluidshuis

Vormgeving: Els Vandervoort

Tekeningen: Mark Borgions, Alexandra Pillaert

Illustraties: Adobe Stock

Met dank aan Britt Ooms en Ilse Verschaeren, psychologen kinderoncologie van Universitair Ziekenhuis Antwerpen P00024634

© 2025 Plantyn nv, België

Tekst- en datamining niet toegestaan.

Alle rechten voorbehouden. Behoudens de uitdrukkelijk bij wet bepaalde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, op welke wijze dan ook, zonder de uitdrukkelijke voorafgaande en schriftelijke toestemming van de uitgever.

plantyn.com/lager-onderwijs/gratis-lespakket/samen-sterk-met-megamona

komoptegenkanker.be/educatieve-pakketten





WAAROM DIT LESSENPAKKET?

Beste leerkracht,

Fijn dat je met het verhaal en het lessenpakket '**Samen sterk met MegaMona**' aan de slag gaat. Dit educatief materiaal op kindermaat helpt je om kanker bespreekbaar te maken in je klas.

In Vlaanderen krijgen jaarlijks meer dan 46.000 mensen te horen dat ze kanker hebben. Dat zijn er gemiddeld 126 per dag of 5 per uur. In elke klas is er dus wel een leerling die kanker van dichtbij meemaakt in zijn of haar omgeving. Of misschien is er zelfs wel een leerkracht of leerling op school ziek.

Hoe ga je hier als leerkracht mee om? Hoe reageer je op vragen waar de kinderen mee zitten? En vooral: hoe vertaal je het onderwerp naar interessante leerstof die past binnen de eindtermen en ook boeiend is voor kinderen die niet rechtstreeks getroffen zijn? Samen met uitgeverij Plantyn werkten we een educatief pakket uit om op deze vragen en noden een antwoord te bieden. Dit pakket richt zich specifiek tot de leerlingen van de **eerste graad van de lagere school**.* Het vertrekt vanuit een luisterverhaal dat we samen met Het Geluidshuis ontwikkelden. Het thema kanker komt op een speelse manier aan bod, maar het is bovenal een plezant en ontroerend verhaal over kleine en grote helden. Over helden die niet altijd alles kunnen en ook ziek worden. En over samen sterk zijn. Een verhaal waarin iedereen zich zal herkennen.

Het verhaal en het lessenpakket maken deel uit van 'De Pet op tegen Kanker', de campagne van Ketnet en Kom op tegen Kanker. Hiermee ondersteunen we kinderen met kanker en hun familie en maken we het onderwerp bespreekbaar bij leeftijdsgenoten. Meer info vind je op www.depetoptegenkanker.be en op www.komoptegenkanker.be/vakantiekamp. We danken je nu alvast voor je steun en interesse!

Warme groet, Kom op tegen Kanker

* Op www.depetoptegenkanker.be vind je ook ander educatief materiaal. Kom op tegen Kanker ontwikkelde educatieve pakketten voor de kleuterschool en voor de eerste, tweede en derde graad van het lager onderwijs. Alle pakketten beantwoorden aan de ontwikkelingsdoelen en eindtermen en sluiten mooi op elkaar aan.

AAN DE SLAG MET DIT LESPAKKET

Wanneer je met dit **lessenpakket** aan de slag gaat, is het aan te raden eerst na te gaan of er leerlingen zijn die op dit moment van dichtbij met kanker te maken hebben. Het kan ook gebeuren dat het pas naar boven komt door het thema in de lessen te behandelen. Informeer de **ouders** over de lessen. Vraag **toestemming** en maak **afspraken** over wat wel en niet in de klas gedeeld wordt. Ook het kind zelf moet hierin gehoord en gerespecteerd worden – sommige kinderen willen graag hun verhaal delen, terwijl anderen liever op de achtergrond blijven. Beide keuzes zijn oké.

Dit **lessenpakket** gaat niet alleen over **ziek zijn**, maar vooral over **veerkracht**, **begrip** en **steun** voor elkaar. Door middel van **verhalen**, **spelletjes** en **opdrachten** leren leerlingen niet alleen over kanker, maar ook over hoe ze op een respectvolle en betrokken manier met elkaar kunnen omgaan. Ze ontdekken dat het oké is om vragen te stellen, hun gevoelens te uiten en vooral: dat ze er niet alleen voor staan.

Daarnaast biedt dit materiaal **concrete handvatten** voor jou als leerkracht. Hoe ga je om met de emoties en vragen van leerlingen? Hoe zorg je voor een veilige en open sfeer in de klas? Dit pakket helpt je om moeilijke gesprekken op een warme en toegankelijke manier te begeleiden, zodat elke leerling zich gehoord en gesteund voelt.



LUISTERVERHAAL 'Samen sterk met MegaMona'

Het lespakket vertrekt vanuit een meeslepend luisterverhaal van Het Geluidshuis dat als rode draad doorheen de educatieve modules loopt. De humoristische toon spreekt direct tot de verbeelding van de doelgroep, waardoor leerlingen worden aangemoedigd om op een open manier na te denken over moeilijke onderwerpen.

Het verhaal is opgedeeld in **vier delen**. Elk deel is gericht op één specifiek thema dat vervolgens diepgaand wordt behandeld in de bijbehorende lesmodule. Deze modules zijn ontworpen om kinderen actief te betrekken en hen te ondersteunen bij het begrijpen van kanker en de gevoelens die gepaard gaan met langdurig ziek zijn.



FLEXIBEL INZETBAAR

Heb je geen tijd om alle vier modules te doorlopen? Dan kun je ervoor kiezen om het verhaal meteen volledig te beluisteren bij aanvang van de les.



AFGESTEMD OP JE LEERPLAN

Integreer de modules met een gerust hart in je lessen. Het pakket is afgestemd op de meest recente minimumdoelen en biedt een handig overzicht van de leerplandoelen.

INHOUD

MODULE	INHOUD	BIJLAGEN	TIJD	LINK
DEEL 1: Ziek zijn	Wat is 'ziek zijn'; wat is 'langdurig ziek zijn' en welke gevoelens gaan hiermee gepaard?	Bijlage 1.1 Bijlage 1.2 Bijlage 1.3 Bijlage 1.4	 7 à 9 LESTIJDEN	p. 6 
DEEL 2: Wat is kanker?	Wat is kanker? Wat verstaan we onder een tumor? Wat doet het met ons wanneer we iemand kennen die kanker heeft?	Bijlage 2.1 Bijlage 2.2	 3 à 4 LESTIJDEN	p. 20 
DEEL 3: In het ziekenhuis	Hoe ziet een ziekenhuiskamer eruit? Welke behandelingen tegen kanker bestaan er?	Bijlage 3.1 Bijlage 3.2 Bijlage 3.3 Bijlage 3.4 Bijlage 3.5 Bijlage 3.6	 7 à 8 LESTIJDEN	p. 27 
DEEL 4: Steun bieden	Wat kunnen wij betekenen voor iemand met kanker? Welke steun of hulp kunnen we bieden?	Bijlage 4.1 Bijlage 4.2 Bijlage 4.3	 6 à 7 LESTIJDEN	p. 41 



LESDOELEN

VAARDIGHEIDS- EN ATTITUDEDOELEN

- De leerlingen kunnen en durven hun gevoelens uiten via lichaamstaal.
- De leerlingen kunnen en durven spreken over eigen ervaringen met ziek zijn en daarbij ook empathisch luisteren naar elkaar.

KENNISDOELEN

- De leerlingen kunnen spreken over 'ziek zijn' en gebruiken daarbij passende woordenschat.
- De leerlingen weten wat 'langdurig ziek zijn' betekent.

INLEIDING

In dit eerste deel praten de leerlingen over 'ziek zijn' en leren ze ook wat 'langdurig ziek zijn' precies inhoudt. Optioneel kan hier ook gewerkt worden rond emoties die gepaard gaan met ziek zijn.

ORIËNTATIE 25'

Jouw leerlingen hebben net het eerste deel van het verhaal beluisterd.

WERKVORM – ONDERWIJSLEERGESPREK 10'

MATERIAAL

- bijlage 1.1 – Illustratie deel 1

WERKWIJZE

1. Toon de illustratie ([bijlage 1.1](#)) aan de leerlingen.
2. Check op basis van de onderstaande vragen of alle leerlingen mee zijn met het verhaal:
 - Over wie gaat het verhaal?
 - Wat is er gebeurd?
 - Wat zou er nog kunnen gebeuren?
3. Vraag ook naar hun mening over het verhaal.
4. Herneem een deel uit het verhaal en lees expressief voor:



VERTELLER

Het is hem gelukt! MegaPa heeft net op tijd de grote loop van het laserkanon kromgebogen. Zodat de Gruwelijke Giga Laserstraal de stad op een haar na mist(e).

SLECHTOR

Neeeee! Drommels! Ik krijg je nog wel, MegaPa. Ik krijg je nog wel!

VERTELLER

De mensen in de stad juichen van opluchting.

VERTELLER

Alleen MegaMona juicht niet. Die zit stilletjes op het gras, naast de grote laser.

(Het Geluidshuis)

5. Stel vervolgens de volgende vragen.

- Waarom juicht MegaMona niet?
- Waarom zit ze zo stil?
- Hoe voelt ze zich? Waarom voelt ze zich zo?

6. Herbeluister het lied. Laat de leerlingen eventueel meezingen.

Echte helden, die zijn dapper alle dagen
Echte helden staan er altijd als het telt
Echte helden hoeven nooit om hulp te vragen
En ik ben dus duidelijk geen echte held
Het is echt mega megamoeilijk
Voor iemand jong en klein
Om een mega mega mega mega
Megaheld te zijn.

(Het Geluidshuis)

7. Vraag aan de leerlingen wat ze vinden van het lied. Laat hen hun mening geven.

WERKVORM – WANDEL-WISSEL UIT 15'

1. Laat de leerlingen, terwijl er een muziekje opstaat (bv. het liedje uit het luisterverhaal), door elkaar in de klas lopen rond stoelen die per vier (of per zes) in een kring staan.
2. Wanneer de muziek stopt, zetten de leerlingen zich in groepen van vier of zes. Stel de volgende vragen aan de leerlingen, die ze eerst in groepen bespreken om ze daarna klassikaal te overlopen.

- Is het waar wat ze in het lied zingt? Zijn echte helden ... ALLE dagen dapper / staan ze er altijd / vragen ze nooit hulp ...?
- Waarom wel of waarom niet?
- Waren zij al eens een echte held? Wanneer?
- Wanneer moesten zij al eens hulp vragen?

TIP

Wanneer de leerlingen bepaalde woorden gebruiken die voorkomen in de woordenschatlijst (**bijlage 1.4**) bij hun antwoorden, sta hier dan even bij stil. Hang een bijpassende afbeelding op, projecteer het woord of schrijf het op het bord.



BIJLAGE 1.4 – WOORDENSCHAT (ZIEK ZIJN)	
Uitleningskaartjes woordenschat	
	braken
	flauwvallen
	oorspin
	een spuitje krijgen
	in het gips
	een ziekenwagen
	operatie
	in een rolstoel

BIJLAGE 1.4 – WOORDENSCHAT (ZIEK ZIJN)	
Uitleningskaartjes woordenschat	
	hoofdpijn
	koorts
	naar de dokter
	medicijnen nemen
	op de onderzoekstafel
	bloed afnemen
	met kruiken lopen
	ziek in bed

1. Wat is ziek zijn?

WERKVORM – STELLINGENSPEL 'ZIEK ZIJN'  15'

MATERIAAL

- bijlage 1.2 – Stellingenspel ('Ziek zijn')

WERKWIJZE

1. Voorzie voldoende ruimte in je klas (zet de banken eventueel opzij).
2. Lees de stellingen (bijlage 1.2) een voor een voor. Na elke stelling laat je de leerlingen die akkoord gaan met de stelling, naar één kant van de klas stappen. De leerlingen die niet akkoord zijn, stappen naar de andere kant. Spreek enkele leerlingen aan om hun mening toe te lichten. Als dat niet zo vlot verloopt, stel je bijkomende vragen.

BIJLAGE 1.2 – STELLINGENSPEL ('ZIEK ZIJN')

Stellingen over 'Ziek zijn'

WAAR OF NIET WAAR?

Iedereen kan ziek worden.	Als je ziek bent, moet je naar het ziekenhuis.
Eigenlijk heb je geen huisdokter nodig.	Wanneer je ziek bent, moet je je afsluiten.
Wanneer je ziek bent, kun je het best naar het ziekenhuis gaan voor een onderzoek.	In het ziekenhuis zijn er speciale apparaten die een specifiek onderzoek kunnen doen. De arts kan meteen zien in welke of je een gebrek is.
Als je ziek bent, kun je dat afgeven aan iemand.	Ziek zijn is fijn, want dan moet je niet naar school.
Als iemand ziek is, is de kans zeer groot dat die zal overlijden.	Langdurig ziek zijn, is voor iemand langer dan een maand ziek is.

BELANGRIJKE TIP

Benadruk hierbij ook dat iedereen weleens ziek wordt en thuis goed wordt verzorgd. Maar als je langer ziek blijft of je je zorgen maakt, is het verstandig om eerst naar de huisarts te gaan. Het ziekenhuis is er voor ernstigere gevallen of specifieke onderzoeken – en je hoeft er niet altijd te blijven.



2. Hoe ervaar je ziek zijn?

WERKVORM – PRAATSPEL 'DE GROTE SCHOENEN'  10'

Bij dit volgende praatspel, 'De grote schoenen', denken de leerlingen na over hoe zij 'ziek zijn' zelf ervaren.

MATERIAAL

- een paar grote schoenen

WERKWIJZE

1. Zet een paar grote schoenen in het midden van de klas. De andere leerlingen zitten errond.
2. Om de beurt mogen enkele leerlingen in de grote schoenen gaan staan. Die zijn nu aan het woord, terwijl de andere leerlingen aandachtig luisteren. Wie in de grote schoenen staat, vertelt wat het is om ziek te zijn:

- Wie helpt hen dan?
- Wie troost hen dan?
- Wat kan hen opbeuren?

Geef de leerlingen de volgende richtlijnen voor dit praatspel mee:

- Wees stil als iemand aan het spreken is.
- Luister als iemand aan het woord is.
- Lach niemand uit!

3. Leg de leerlingen uit dat, wanneer je ziek bent en zorg nodig hebt, je een **patiënt** wordt genoemd. Laat hen dit woord herhalen.

TIP

Een alternatief voor de praatoefeningen met de schoen is in een grote kring te zitten en een spreekobject te gebruiken, zoals een praatstok. Degene die de praatstok vasthoudt, krijgt het woord en mag vertellen, terwijl de rest stil is en aandachtig luistert.



3. Langdurig ziek zijn

WERKVORM – OVER LANGDURIG ZIEK ZIJN – KRINGGESPREK 10'

WERKWIJZE

1. Houd een kringgesprek met links naar het verhaal en langdurig ziek zijn met behulp van de onderstaande vragen.
 - Wie is er al eens langer dan een week ziek geweest?
 - Kennen de leerlingen iemand die al langer dan een week ziek geweest is? Of nog langer?
 - Van welke ziektes kun je heel lang ziek zijn?
 - Wat zou er met MegaPa zijn?
 - Zou hij snel weer uit het ziekenhuis kunnen, denk je?
 - Wat zou MegaMona voelen wanneer ze het nieuws hoort? Hoe weet je dat uit het verhaal?
 - Wie zou hem kunnen helpen? Waarom denk je dat?
 - Hoe zou die kunnen helpen?
 - Hoe zou MegaPa zich voelen?
 - Wat zou Metaldo doen, wanneer hij weet dat MegaPa ziek is?
2. Besluit dat iedereen al eens ziek wordt (bv. een verkoudheid, een griep ... We bedoelen hier niet kanker). Ziek zijn is niet fijn, verwend worden daarentegen wel, maar vooral: meestal worden we weer beter! Ga na of de leerlingen op dit moment iemand kennen die ziek is (familie, in de buurt, op school ...).
3. Optioneel: de leerlingen maken een kaartje om af te geven aan die zieke persoon. Is er niemand in hun omgeving ziek op het moment van de opdracht? Dan kunnen ze een tekening maken voor MegaPa.

WERKVORM – GEVOELENS VOOR IEDEREEN – SPIEGELTJE SPIEGELTJE 25'

Een persoon met kanker beleeft vanzelfsprekend heel wat emoties, zoals angst, verdriet, boosheid en hoop. Maar ook de mensen in zijn of haar omgeving worden hiermee geconfronteerd. In deze werkvorm focussen we ons op de emoties van de leerlingen. Het is belangrijk dat zij beseffen dat gevoelens kunnen verschillen van persoon tot persoon en van moment tot moment. Soms kunnen emoties zelfs verwarrend zijn. Gevoelens hoeven niet los van elkaar te staan; ze kunnen en mogen zeker ook tegelijk aanwezig zijn.

MATERIAAL

- verschillende spiegels
- een voldoende ruim klaslokaal, een polyvalente ruimte ...
- een gedichtje over gevoelens (zie hieronder of een zelfgezocht gedichtje)

WERKWIJZE

1. Laat de leerlingen in een grote kring zitten.
2. Lees het gedichtje over gevoelens expressief voor.

Soms ben ik boos en soms ben ik blij
Al die gevoelens, die wonen in mij
Soms ben ik droef en soms lach ik luid
Al die gevoelens, die komen eruit
Soms ben ik alles in één keer
Of soms weet ik het gewoon niet meer!
Blij of boos of verdrietig of bang
Gelukkig duurt dat nooit erg lang ...

3. Bespreek de inhoud van het gedicht door de volgende vragen te stellen:
 - Boos, droef, verdrietig, bang zijn ... het zijn allemaal gevoelens. Maar wat zijn gevoelens nu precies? (Ze drukken uit hoe iemand zich voelt.)
 - Welke gevoelens kennen jullie eventueel nog? (persoonlijk antwoord)
4. Vraag de leerlingen om bij een spiegel te gaan staan en de gevoelens boos, bang, blij en verdrietig uit te beelden.
5. Geef hun vervolgens enkele situaties die gevoelens opwekken. Vraag ze om het gevoel dat in hen opkomt uit te beelden in de spiegel.
 - Je hebt ruzie met je beste vriend of vriendinnetje.
 - Mama zegt dat je niet naar het verjaardagsfeestje van een klasgenoot kunt gaan.
 - Je krijgt een cadeautje voor je verjaardag dat je al heel lang wilde hebben.
 - Je moet in het donker door de gang lopen, want je vindt het licht niet meteen.
 - Papa schept een grote lepel van iets wat je niet graag lust op je bord.
 - Opa ligt in het ziekenhuis en moet geopereerd worden.
 - Je moet een toets maken voor taal en je denkt dat het heel moeilijk zal zijn.
 - ...

TIP 1

Durf ook synoniemen voor bepaalde gevoelens te gebruiken, zodat leerlingen die wat meer uitdaging kunnen gebruiken, die ook leren kennen, bv. triestig, droef, eng ...



TIP 2

In plaats van de bovenstaande situaties te nemen, zou je ook bepaalde passages uit het verhaal kunnen voorlezen en de leerlingen vragen om in de spiegel de gevoelens uit te beelden die bij MegaMona heersen.



6. Zeg de leerlingen dat we allen andere gevoelens in bepaalde situaties kunnen ervaren en dat gevoelens ook allemaal tegelijk kunnen voorkomen. Het is ook helemaal niet erg om verschillende gevoelens te hebben.
7. Rond de oefening zo positief mogelijk af. Help de leerlingen ook op weg naar oplossingen om hun gevoelens te delen. Zo kunnen ze wat ze voelen aan hun knuffel vertellen. Indien je ondervindt dat ze nood zouden hebben aan een persoon, ga dan samen met hen op zoek naar een vertrouwenspersoon in hun omgeving.
8. Plaats een gevoelensdoos in de klas (naar eigen inzicht in te vullen, bv. een gewone doos met een vrolijk motiefje). Bespreek dat alle leerlingen die doos mogen gebruiken en er iets in kunnen stoppen als zij dat willen (kan een briefje zijn, maar ook een voorwerp dat hen blij of verdrietig maakt, (bv. een foto ...).

WERKVORM – GEVOELEN IN MIJN BUURT – KLINKT ALS MUZIEK 25'

MATERIAAL

- een muzikspeler
- enkele audiofragmenten
- een device waarop audiofragmenten opgezocht kunnen worden (of verschillende cd's, muziekinstrumenten (vrij te bepalen))
- verschillende muziekinstrumenten die de leerlingen kunnen hanteren (bv. triangel, schuddoos, trommel, fluit ...)
- een voldoende ruim klaslokaal, een polyvalente ruimte ...

WERKWIJZE

1. Bespreek dat MegaMona in het verhaal verschillende emoties ervaart.
2. Laat de leerlingen enkele liedjes horen die gekoppeld kunnen worden aan een emotie, bv. het liedje 'Ik ben vandaag zo vrolijk' van Herman van Veen. Je kunt ook kiezen voor klassieke muziek. Daarbij worden de leerlingen niet afgeleid door de woorden, maar moeten ze zich volledig laten leiden door de muziek.
 - 'De lente' uit De vier jaargetijden, van Vivaldi (*blij*)
 - 'Het onweer' uit *De Moldau* van Smetana (*boos*)
 - 'Revolution' uit *Dr. Zhivago* van Maurice Jarre (*bang*)
 - *Het zwanenmeer* van Tsjajkovski, *De zwaan* van Saint-Saëns (*verdrietig*)
3. Vraag aan de leerlingen welke gevoelens ze ervaren bij het horen van de verschillende liedjes of muziekstukken. Herkennen zij die gevoelens bij personen in hun omgeving? Welk liedje vinden zij goed passen bij een bepaalde persoon in hun omgeving? Als de leerlingen er niet in slagen om de liedjes te koppelen aan een bepaalde persoon, kun je verwijzen naar het verhaal. Benadruk ook dat verschillende personen verschillende gevoelens kunnen hebben en dat dus alle antwoorden correct zijn.
4. Vertel de leerlingen dat het soms oplucht om die gevoelens te delen met andere personen.
5. Maak groepen van vier leerlingen en laat hen in hun groepje een aantal geluiden maken bij gevoelens. Wie kan er een boos geluid maken (bv. stampen met de voeten)? Wie kan er een bang geluid maken? ... Geef duidelijk aan dat foute antwoorden niet mogelijk zijn, want iedereen ervaart gevoelens op een andere manier.

OPTIONEEL: WERKVORM – SPEL 'BALGEVOELEN' 50'

Leerlingen leren over de gevoelens die gepaard kunnen gaan met ziek zijn. Ze oefenen met het herkennen en uiten van deze gevoelens, eerst zonder woorden en daarna, tijdens de afsluiter, met woorden.

MATERIAAL

- een zachte bal (bijvoorbeeld een bal van mousse of een zachte speelbal) per groepje
- bijlage 1.3 – Gevoelens

WERKWIJZE

INTRODUCTIE

1. Lees en bespreek eerst de gevoelens die worden uitgebeeld in [bijlage 1.3](#). Laat de leerlingen vertellen wanneer ze zich zo voelden. Laat hen dit ook zo formuleren, bv. Ik voelde me boos TOEN ... en OMDAT ...



2. Leg de leerlingen kort uit dat ze gaan spelen met de bal en tijdens het spel verschillende gevoelens zullen uitbeelden die je onder andere kunt ervaren als je ziek bent. Vraag eerst even welke dat kunnen zijn.
3. Geef aan dat ze de bal op zo'n manier moeten rollen of vangen dat ze een gevoel laten zien. Ze kiezen welk gevoel. Bijvoorbeeld: ze kiezen 'blij'. Ze rollen de bal op een blij manier. Wanneer ze 'boos' kiezen, rollen ze eerder kordaat. Ze hoeven niet te praten, alleen de bewegingen (en mimiek erbij) spreken voor zich.

SPELUITLEG

1. Verdeel de leerlingen in groepen van twee tot vier.
2. De leerlingen rollen de bal op een bepaalde manier naar iemand, die de bal op dezelfde manier doorrolt, en zo verder tot iedereen de bal op die manier heeft kunnen doorspelen.
3. Vervolgens wordt een andere emotie gekozen en opnieuw gerold. Geef eventueel een voorbeeld van hoe je zou kunnen rollen. Zeg tegen de leerlingen dat alles goed is, dat ze het vanuit zichzelf moeten laten komen (en niet hoeven na te doen).

- **Verdrietig**
Rol de bal langzaam en met een neerhangend lichaam.
- **Boos**
Rol de bal krachtig en snel.
- **Bang**
Rol de bal voorzichtig, aarzelend en probeer een beetje weg te trekken.
- **Blij**
Rol de bal met veel energie en vrolijkheid.

4. Pauzeer het spel na een aantal rondes waarin de leerlingen de bal hebben gegooid en de gevoelens uitgebeeld. Voer een kort gesprek met de leerlingen over de verschillende emoties.

- **Verdrietig**
Vraag: 'Waarom voel je je verdrietig als je ziek bent?'
(mogelijk antwoord: 'Als je ziek bent, kun je misschien niet naar school gaan of spelen met vrienden, en dat kan je verdrietig maken. Het kan ook frustrerend zijn om niet beter te worden.')
- **Boos**
Vraag: 'Waarom voel je je boos als je ziek bent?'
(mogelijk antwoord: 'Je kunt boos zijn omdat je ziek bent en het niet eerlijk vindt dat je niet kunt doen wat je normaal doet. Het kan je frustreren als je niet snel beter wordt.')
- **Bang**
Vraag: 'Waarom voel je je soms bang als je ziek bent?'
(mogelijk antwoord: 'Soms kan ziek zijn je bang maken. Zeker als je niet weet hoelang het zal duren of wanneer je veel pijn hebt. Dan kun je je bang voelen voor wat er nog komt.')
- **Blij**
Vraag: 'Waarom voel je je gelukkig als je weer beter bent?'
(mogelijk antwoord: 'Als je beter bent, voel je je weer sterk. Dan kun je (misschien wel stilaan) doen wat je leuk vindt. Je bent blij dat je weer kunt spelen, leren en plezier maken – al kan dat misschien wel een tijdje duren.')



Ook tijdens je ziekte kun je nog gelukkige momenten beleven. Laat de leerlingen hierover nadenken wanneer dat zou kunnen zijn. Wat kan je gelukkig maken wanneer je ziek bent? (wanneer je extra aandacht krijgt van mama, de hond komt bij je liggen, je mag de hele dag tekenfilms kijken, je moet niet naar school ...)

Vul aan dat het normaal is om allerlei gevoelens te hebben wanneer je ziek bent en dat het belangrijk is om te praten over deze gevoelens, zelfs als je je beter voelt.

5. Sluit af door het gedicht nogmaals op te zeggen.

Soms ben ik boos en soms ben ik blij
Al die gevoelens, die wonen in mij
Soms ben ik droef en soms lach ik luid
Al die gevoelens, die komen eruit
Soms ben ik alles in één keer
Of soms weet ik het gewoon niet meer!
Blij of boos of verdrietig of bang
Gelukkig duurt dat nooit erg lang ...

4. Woordenschat 'ziek zijn'

In dit onderdeel wordt de woordenschat rond 'ziek zijn' vastgezet en ingeoeft.

WERKVORM – BINNEN- EN BUITENKRING 25'

MATERIAAL

- bijlage 1.4 – Woordenschat

WERKWIJZE

1. Geef elke leerling een dubbelzijdig kaartje. Op de ene kant staat de afbeelding en op de andere kant staat het woord/deel van een zin dat bij het kaartje hoort ([bijlage 1.4](#)).
2. Plaats alle leerlingen in een binnen- en een buitenkring, zodat ze duo's vormen.
3. De leerlingen in de buitenkring tonen hun kaartje aan de leerling in de binnenkring. De leerling in de binnenkring raadt wat het woord of deel van de zin is dat bij die afbeelding hoort. De leerling in de buitenkring stuurt het antwoord van de leerling in de binnenkring bij.
4. Daarna wisselen ze van beurt.
5. Wanneer beide leerlingen aan de beurt geweest zijn, wisselen ze hun kaartjes en de buiten-kringleerlingen schuiven een plaats op met de klok mee en herhalen de opdracht.

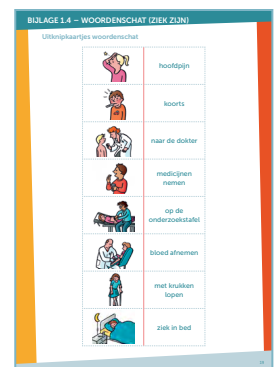
WERKVORM – UITBEELDEN IN DUO'S 25'

MATERIAAL

- bijlage 1.4 – Woordenschat (tekeningen en woorden apart uitknippen)

WERKWIJZE

1. Projecteer eerst de tekeningen op het bord en overloop de woorden samen met de leerlingen. Laat hen een woordje uitleg geven of voorzie zelf wat toelichting.
2. Laat de leerlingen per twee zitten.
3. Deel vervolgens de tekeningen uit aan de duo's.
4. Een van de twee leerlingen trekt een woord uit de stapel met woordenschatwoorden (uitgeknipt) en beeldt het dan uit (zonder geluid). De andere leerling probeert het woord dat uitgebeeld wordt te raden.



AFSLUITER 10'

Ontspannen doet goed!

In de afsluiter laten we de leerlingen zich ontspannen en ervaren hoe rust en ademhaling helpen om je goed te voelen. Zo kun je je toch weer rustig en gelukkig voelen, ondanks alles.

Deze oefeningen kunnen voor de patiënt zelf deugd doen, maar ook voor de mensen rondom de patiënt die zich soms zorgen maken.

Laat hen deze bange, verdrietige, boze gedachten even 'rusten'.

WERKVORM – ADEMHALINGSOEFENING 10'

MATERIAAL

- een rustige plek in de klas waar iedereen kan zitten of liggen
- optioneel: een zachte bel of klankschaal

WERKWIJZE

1. Leg uit dat jullie de les afsluiten met een rustige oefening om even stil te staan bij jullie ademhaling en hoe dat je lichaam helpt tot rust te komen.
2. Zeg dat ze zich, samen met MegaMona, even zullen ontspannen en nergens over hoeven na te denken. MegaMona legt haar cape over zich heen als een dekentje. Jullie kunnen ook een dekentje nemen of het inbeelden.
3. Vraag de leerlingen rustig te gaan zitten of liggen, met hun handen op hun buik.
4. Laat ze inademen door hun neus en voelen hoe hun buik omhooggaat, en uitademen door hun mond terwijl hun buik weer zakt. Terwijl ze inademen, denken ze 'MegaMo ...' (3 tellen). Ze houden dit even vast. Daarna ademen ze zachtjes uit en denken: 'Naaaa...' (5 tellen).
5. Vraag de leerlingen zich voor te stellen dat ze bij elke inademing frisse, gezonde lucht inademen die hen sterker maakt, als een superheld. Bij elke uitademing blazen ze spanning, verdriet of moeheid uit, alsof ze een wolkje wegblazen.
6. Sluit af met een zachte bel, klankschaal of gewoon een rustige stem. Zeg aan de leerlingen dat ze deze oefening thuis kunnen doen, als ze zich ziek, verdrietig, of moe voelen.





BIJLAGE 1.2 – STELLINGENSPEL (ZIEK ZIJN)

Stellingen over kanker

WAAR OF NIET WAAR?

Iedereen kan ziek worden.	Als je ziek bent, moet je naar het ziekenhuis.
Eigenlijk heb je geen huisdokter nodig.	Wanneer je ziek bent, voel je je altijd slecht.
Wanneer je ziek blijft, kun je het best naar het ziekenhuis gaan voor een onderzoek.	In het ziekenhuis zijn er speciale apparaten die een speciaal onderzoek kunnen doen, bv. een foto nemen om te kijken of je been gebroken is.
Als je ziek bent, kun je dat altijd zien aan iemand.	Ziek zijn is fijn, want dan moet je niet naar school.
Als iemand ziek is, is de kans zeer groot dat die zal sterven.	Langdurig ziek zijn, is wanneer iemand langer dan een maand ziek is.



BANG



BLIJ



BOOS



VERDRIETIG

Uitknipkaartjes woordenschat



braken



flauwvallen



oorpijn



een spuitje
krijgen



in het gips



een
ziekenwagen

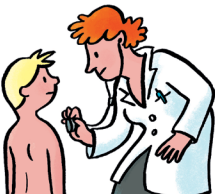


operatie



in een rolstoel

Uitknipkaartjes woordenschat

	hoofdpijn
	koorts
	naar de dokter
	medicijnen nemen
	op de onderzoekstafel
	bloed afnemen
	met krukken lopen
	ziek in bed

WAT IS KANKER?

3 À 4 LESTIJDEN



DEEL 2

LESDOELEN

VAARDIGHEIDS- EN ATTITUDEDOELEN

- De leerlingen benoemen hun gevoelens.
- De leerlingen leven zich in in situaties waarin iemand bang, boos, blij of verdrietig was.

KENNISDOELEN

- De leerlingen kunnen termen en begrippen die met kanker te maken hebben in hun eigen woorden toelichten (bv. kanker, tumor, cellen ...).
- De leerlingen kunnen begrijpen dat bij de diagnose van kanker mensen verschillende emoties beleven.
- De leerlingen kunnen begrijpen dat bij de diagnose van kanker mensen die een nauwe band hebben met de zieke persoon, ook verschillende emoties beleven.

INLEIDING

In dit deel wordt de ziekte 'kanker' besproken en uitgelegd. Wat is kanker? Wat is een tumor? Wat doet het met ons wanneer we te horen krijgen dat iemand in onze omgeving aan kanker lijdt? Hoe gaan we hiermee om?

ORIËNTATIE 25'

De leerlingen hebben het tweede deel van het verhaal beluisterd en werden geconfronteerd met MegaMona's emoties.

WERKVORM – VERTELLING 25'

MATERIAAL

- fragment uit audioverhaal
- bijlage 2.1 – Illustratie deel 2
- bijlage 2.2 – De gevoelensmeter (1 per leerling)
- wasknijpers (minstens 1 wasknijper per leerling)

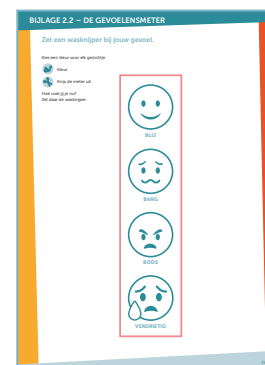


WERKWIJZE

1. Bespreek kort de inhoud van het tweede deel van het verhaal met behulp van de illustratie ([bijlage 2.1](#)).
2. Geef alle leerlingen een gevoelensmeter ([bijlage 2.2](#)) en een wasknijper.

TIP

De leerlingen kunnen deze meter inkleuren tijdens een les muzische vorming of als huistaak. Wanneer het als huistaak wordt meegegeven, kunnen ze de gevoelensmeter thuis ook toelichten.



3. Lees het onderstaande fragment uit het audioverhaal voor.

'Stel je maar eens voor.
Je komt thuis van school en je
hoort dat je papa in het ziekenhuis
ligt. Dat is schrikken, natuurlijk.
Zelfs voor een stoere bijna-superheld als MegaMona.
Ze vindt het vooral ook ...'

(Het Geluidshuis)

4. Bespreek vervolgens het fragment met de leerlingen.

'Ze vindt het vooral ook ...'. Wat zou ze vinden?

- Hoe denk je dat MegaMona zich voelt?
De leerlingen zetten de wasknijper op de plaats die volgens hen het beste past bij het gevoel van MegaMona. Eventueel mogen ze ook meer dan één wasknijper plaatsen.
- En jullie? Wat zouden jullie vinden?

TIP

Dit ritueel kun je met de leerlingen op een later tijdstip herhalen, bv. aan het begin of het einde van de dag. De leerlingen kunnen de gevoelensmeter ook meenemen naar huis.



KERN 50'-75'

1. Praten over kanker

MegaPa heeft kanker. Praat hier samen over met de leerlingen.

WERKVORM – DENKEN – DELEN – UITWISSELEN 25'- 50'

Dit is een handige werkvorm om voorkennis te activeren.

WERKWIJZE

1. Laat de leerlingen nadenken over het volgende: MegaPa heeft kanker. Wat weet je al over 'kanker'?
2. Geef de leerlingen enkele minuten de tijd om over een antwoord na te denken.

TIP

Je zou de leerlingen ook kunnen laten tekenen waaraan ze denken. Dat geeft hun een houvast wanneer ze erover spreken.



3. Laat de leerlingen per vier overleggen.

4. Laat hen vervolgens de antwoorden klassikaal uitwisselen. Vul aan waar nodig of stuur bij wanneer er misvattingen aan bod komen.
5. Laat de leerlingen die vragen hebben, die ook stellen. Komen er geen vragen, overloop dan eventueel de onderstaande vragen.

MOGELIJKE VRAGEN:

- Doet kanker pijn?

Hier is geen pasklaar antwoord op. Sommige mensen die kanker hebben, voelen zich niet goed. Sommige patiënten hebben na een tijd ook echt pijn. Weer andere mensen voelen niet dat er iets mis is met hun lichaam. De zware medicijnen en behandelingen kunnen er ook voor zorgen dat mensen zich niet zo goed voelen (misselijk zijn, pijn hebben, zich moe voelen ...).

- Is kanker besmettelijk?

Kanker is niet besmettelijk. Knuffelen en kusjes geven mag, tenzij het niet mag van de dokters, omdat de patiënt door de behandelingen sneller ziek kan worden of te zwak is (verminderde immuniteit).

- Kun je kanker genezen met een pil?

Er zijn verschillende manieren om mensen met kanker te proberen beter te maken en te genezen. Zo krijgen mensen bepaalde 'therapieën' of behandelingen.

Er zijn verschillende soorten behandelingen: sommige behandelingen gebeuren door het toedienen van pillen of via een infuus (chemotherapie), een andere behandeling gebeurt door middel van bestraling (radiotherapie). Soms is er ook een operatie nodig.

Er bestaat echter niet één pil die kanker opeens kan genezen, helaas.

De behandeling kan een hele tijd duren.

- Ga je dood aan kanker?

Heel veel mensen worden weer beter en genezen van kanker. Helaas sterven sommigen aan kanker of aan de bijwerkingen ervan (bij de operaties, de behandelingen ...). De dokters en verpleegkundigen doen er echter alles aan om personen met kanker beter te laten worden. Wanneer je genezen bent van kanker (kankervrij bent), moet je wel nog regelmatig op controle bij de dokter om te kijken of de kanker wegblijft.

- Kunnen kinderen ook kanker krijgen?

Kinderen kunnen ook kanker krijgen, maar het komt veel minder vaak voor.

Ze hebben ook veel meer kans om te overleven en herstellen meestal makkelijker van de behandelingen.

2. Wat is kanker? Wat is een tumor?

WERKVORM – ONDERWIJSLEERGESPREK 25' + DOE-OPDRACHT 'EEN ZIEK HUIS'

In de volgende opdrachten ontdekken de leerlingen, aan de hand van het audioverhaal en een doe-opdracht, wat kanker precies is.

MATERIAAL

- groene kaartjes = gezonde stenen (80% van je groep leerlingen + 5 extra kaartjes)
- rode kaartjes = zieke stenen (20% van je groep leerlingen + 10 extra kaartjes)
- blauwe kaartjes = dokters en verpleegkundigen (2 à 3 kaartjes)
- 1 groot vel/blad papier met daarop een huis (muren, dak, ramen en deur) getekend, waarin de gekleurde kaartjes gekleefd kunnen worden (of voorzie een whiteboard)
- kleefband

WERKWIJZE – ONDERWIJSLEERGESPREK

MegaMona weet niet wat kanker is en ze vraagt aan Metallo om het uit te leggen.

Lees het stukje luidop voor uit het audioverhaal:

'Jullie mensenlichaam is als een huis. Een huis gebouwd met miljarden en miljarden kleine steentjes. Die steentjes noemen we cellen. Met deze cellen bouwt je lichaam je neus of je ogen of je haar. Of je teennagels. Soms, heel soms, wordt zo'n kleine cel ziek. En af en toe gebeurt het dat er steeds meer zieke cellen bij komen. Dat noemen we kanker. Als je gezonde cellen hun werk niet meer kunnen doen omdat ze te veel worden lastiggevallen door de zieke cellen, dan voel je je niet (meer) goed.'

WERKWIJZE – DOE-OPDRACHT 'EEN ZIEK HUIS'

'Steentjes zijn cellen en cellen zijn steentjes?' MegaMona begrijpt het nog steeds niet zo goed. Laten we het haar even uitleggen.

1. Hang het grote vel papier aan het bord (of teken een huis op het whiteboard).
2. Geef elke leerling een groen, rood of blauw kaartje en zeg hun: 'Jullie zijn de stenen van een huis. De groene stenen zijn gezond, de rode stenen zijn helaas wat ziek en de blauwe stenen zijn de dokters en verpleegkundigen die gaan helpen.'
3. Elk kind met een groen kaartje komt beurtelings naar voren en benoemt de functie van hun steen: 'Deze steen zorgt ervoor dat ik kan stappen, deze steen zorgt ervoor dat ik kan horen ...'
4. Elk kind hangt zijn steen met plakband op een plek in het huis.

Vertel de leerlingen dat cellen zichzelf voortdurend delen om nieuwe cellen te maken, maar soms gaat het fout. Dan ontstaat er een zieke cel. De zieke cel gaat zich opnieuw delen in nieuwe cellen die ook ziek zijn. Wanneer je veel zieke cellen samen hebt, krijg je een gezwel of een tumor. Deze zieke cellen nemen steeds meer plaats in het lichaam en duwen de gezonde cellen weg, waardoor die niet goed meer kunnen werken. Mensen kunnen dan bijvoorbeeld pijn krijgen of heel moe worden. Het is wel niet zo dat, wanneer je pijn hebt of moe bent, je sowieso kanker hebt. Ook is niet elk gezwel of elke tumor kanker.

5. De leerlingen met een rood kaartje mogen naar voren komen. De rode kaarten mogen een op een over de groene kaarten geplakt worden. Er komen steeds meer rode stenen bij, die uiteindelijk de groene stenen overheersen.

6. Stel de vraag: 'Wat zal er met het huis gebeuren?' (Antwoord: De groene stenen kunnen hun werk niet meer goed doen. Het huis wordt zieker en zwakker en het zou kunnen instorten.)
7. Nu zijn de leerlingen met de blauwe kaartjes (= de dokters en de verpleegkundigen) aan de beurt. Zij mogen naar voren komen, geven hun blauwe kaartje af aan de leerkracht en krijgen een groen kaartje in ruil. Dat mogen zij op een rood kaartje kleven.
8. Stel de vraag: 'Wat gebeurt er nu met het huis?' (Antwoord: het huis wordt weer steviger en dus gezonder/beter.)
9. Om dit alles nog beter te begrijpen: kijk samen met de leerlingen naar het volgende filmpje (van 00:00 tot 01:55)
10. Gebruik de gevoelensmeter na het bekijken van dit filmpje. Hoe voelen de leerlingen zich nu?



AANDACHTSPUNT



Probeer veeleer te spreken over 'beter worden' dan over 'genezen'. Leg de leerlingen uit dat men vaak niet met 100 procent zekerheid kan voorspellen of iemand zal genezen.

De dokters doen wat ze kunnen om de kanker weg te krijgen. Maar het kan lang duren, en ook al is iemand beter, dan moet hij/zij soms zelfs nog een paar jaar af en toe op controle naar het ziekenhuis voor men zegt dat iemand helemaal genezen is.

AFSLUITER 25'

Wat weet je nog over kanker?

WERKVORM – STELLINGENSPEL 'REN JE ROT' 25'

Op het einde van dit hoofdstuk check je wat de leerlingen geleerd en onthouden hebben over dit onderdeel.

MATERIAAL

- een lokaal met voldoende ruimte waar de leerlingen kunnen lopen, bv. de speelplaats of de turnzaal of een polyvalente ruimte

WERKWIJZE

De leerlingen beginnen in het midden van de ruimte. Ze rennen naar de linkerkant van de ruimte wanneer de zin volgens hen WAAR is en naar de rechterkant wanneer de zin NIET WAAR is. De leerlingen die het antwoord niet weten, blijven in het midden staan.

Bespreek de zinnen waar verwarring over heerst.

- Als je kanker hebt, kun je beter worden. (waar)
- Als je beter bent, dan moet je toch nog op controle gaan. (waar)
- Een tumor is besmettelijk. Anderen kunnen het ook krijgen. (niet waar)
- Ons lichaam bestaat uit bouwstenen. Die heten cellen. (waar)
- Cellen kunnen ziek worden. Zo worden wij ook ziek. Ons huisje staat dan wankel. (waar)
- Als je kanker hebt, kun je nooit meer lachen. Je bent de hele tijd verdrietig. (niet waar)
- Van kanker ga je altijd dood. (niet waar)
- Van kanker ben je snel genezen. (niet waar)
- Leerlingen krijgen minder vaak kanker dan volwassenen. (waar)



Zet een wasknijper bij jouw gevoel.

Kies een kleur voor elk gezichtje.



Kleur.



Knip de meter uit.

Hoe voel jij je nu?

Zet daar de wasknijper.



BLIJ



BANG



BOOS



VERDRIETIG



LESDOELEN

VAARDIGHEIDS- EN ATTITUDEDOELEN

- De leerlingen hebben aandacht voor hun gevoelens en gedachten.
- De leerlingen erkennen gevoelens en gedachten bij zichzelf en tonen empathie voor die van de anderen.
- De leerlingen leren gevoelens en gedachten gewoon te laten 'zijn'.

KENNISDOELEN

- De leerlingen kunnen in eigen woorden uitleggen waarom een verpleegkundige/dokter een superheld is (voor hen) en waarin ze zo goed zijn.
- De leerlingen kunnen de verschillen tussen een kinderziekenhuis en een ziekenhuis voor volwassenen benoemen.
- De leerlingen kennen de behandelingen: operatie (chirurgie), chemotherapie en radiotherapie (bestraling) en kunnen de verschillen benoemen.

INLEIDING

In dit deel gaan we dieper in op het thema 'ziekenhuis' en de superhelden in de zorg. Daarnaast worden drie kankerbehandelingen onder de loep genomen en besteden we de nodige aandacht aan emoties die je voelt wanneer iemand in je nabije omgeving kanker krijgt/heeft.

ORIËNTATIE 15'

Jouw leerlingen hebben net zoals MegaMona net vernomen dat MegaPa kanker heeft en in het ziekenhuis ligt om behandeld te worden.

WERKVORM – ONDERWIJSLEERGESPREK 15'

MATERIAAL

- bijlage 3.1 – Illustratie deel 3

WERKWIJZE

1. Bespreek kort de inhoud van het derde deel van het verhaal aan de hand van de illustratie ([bijlage 3.1](#)).
2. MegaMona is erg ongerust over de gezondheid van MegaPa. Ze wil alles doen om hem te helpen. Maar zij kan MegaPa niet beter maken. Ze kan hem wel troosten en steunen. Stel de volgende oriënterende vragen:
 - Wat helpt jou wanneer je verdrietig bent? (mogelijk antwoord: een warm badje nemen, gaan sporten, eens goed huilen, een knuffel vragen aan iemand, een leuk liedje opzetten ...)



- Heb je al eens iemand getroost? Wanneer was dat dan? Wat deden ze dan precies? (mogelijk antwoord: toen iemand verdrietig was, toen iemand zich pijn gedaan had – ze zeiden dankjewel of ze lachten of gaven een knipoog)

MegaMona wil MegaPa graag troosten, maar in de eerste plaats kan ze ook 'gewoon' een luisterend oor zijn. Dat is al heel wat!

TIP

Op deze website kun je met de leerlingen bekijken hoe ook zij een luisterend oor (of Warme William) kunnen zijn voor mensen die ziek zijn, maar evenzeer voor leerlingen in de klas die het met iets anders moeilijk hebben.



[Wat is een Warme William? | Gezond Leven](#)

KERN 115'

1. Superhelden: dokters en verpleegkundigen

Lees het onderstaande fragment uit het audioverhaal voor en bespreek.

'Kanker kan iedereen overkomen. Van de slechtste slechteriken tot de strafste superhelden. En dan moeten we elkaar gewoon helpen. Er zijn hier trouwens nog meer superhelden om MegaPa te helpen. Daar komt er net één binnen.'

- Over welke superhelden heeft Slechter het hier? (de dokters en verpleegkundigen in het ziekenhuis)
- Laat de leerlingen bedenken welke superkrachten de dokters en verpleegkundigen dan precies zouden hebben. (mogelijk antwoord: superspeurneuzen om op te sporen welke ziekte iemand heeft, megahersenen om te bedenken welke behandeling iemand nodig heeft, magische handen om iemand mee te opereren of verzorgen ...)
- Waar werken dokters en verpleegkundigen? (in een dokterspraktijk of in het ziekenhuis)

WERKVORM – DE WOORDENWOLK – HET ZIEKENHUIS 25'

Met behulp van de onderstaande opdracht activeren de leerlingen hun voorkennis over de woordenschat over 'het ziekenhuis'.

MATERIAAL

- bijlage 3.2 – De woordenwolk (1 woordenwolk met afbeelding ziekenhuis per groepje)
- 1 woordenwolk getekend op het bord

WERKWIJZE

1. Laat de leerlingen in groepen van drie à vier een woordenwolk (bijlage 3.2) maken met als kernbegrip 'het ziekenhuis'. De leerlingen krijgen per groep een werkblad met een woordenwolk. Aan welke woorden denken ze bij 'het ziekenhuis'? Indien de woordenschat nog te moeilijk is om te schrijven, kun je ervoor kiezen de leerlingen de woorden te laten tekenen in de woordenwolk.



TIP

In het tweede leerjaar kun je de woordenwolk ook digitaal doen, bijvoorbeeld met Mentimeter. De groepen hebben elk een tablet.



2. Lees vervolgens het stukje tekst nog eens voor waarin MegaMona in het ziekenhuis aankomt.

MEGAMONA

Slechtor gaat naar het ziekenhuis!

Het ziekenhuis waar MegaPa ligt!

Oh nee! Dan zit er zeker een bom in dat pakje. Sneller!

VERTELLER

Maar nog voor MegaMona Slechter kan bereiken, is die al door de grote deuren het ziekenhuis binnengewandeld.

MEGAMONA

Snel! Erachteraan! Door de deuren van het ziekenhuis.

VERTELLER

Maar wat is het druk in het ziekenhuis. Overal waar MegaMona kijkt, ziet ze dokters in witte jassen, mensen in rolstoelen, bezoekers met bloemen ... maar geen Slechter.

(Het Geluidshuis)

3. Wat ziet ze allemaal? Laat de leerlingen vertellen.
4. Kijk nadien of wat ze opnoemen uit de tekst ook in de woordenwolk staat. Indien niet, kan de woordenwolk nog aangevuld worden.

2. In het ziekenhuis

Bij MegaMona is het druk in het ziekenhuis, ze heeft vele indrukken wanneer ze er binnenkomt. Ze wil toch bij MegaPa op bezoek gaan en kijken of hij oké is. Je kunt op bezoek gaan, wanneer het bezoekuur is. Het is fijn om bezoek te krijgen, maar soms is het voor de patiënt ook vermoeiend.

Zelfs Slechter gaat op bezoek bij MegaPa, want zelfs je ergste vijand wens je geen kanker toe.

WERKVORM – ONDERWIJSLEERGESPREK – ZIEKENHUISBEZOEK 10'

Laat de leerlingen vertellen over hun ervaringen bij een ziekenhuisbezoek. Stel de volgende vragen:

- Ben je al eens op bezoek geweest bij iemand die in het ziekenhuis lag? (Dit kan op ziekenbezoek zijn, maar bv. ook wanneer er een baby geboren is.)
- Wat weten ze nog van het bezoek? (Focus op al je zintuigen.)
- Hingen er daar posters of tekeningen op?
- Waren er kaartjes? Wat stond daar dan op (denk je)?
- Waren er bloemen of planten om de kamer op te fleuren? ...

3. In het kinderziekenhuis

WERKVORM – VIDEO – DE POSITIVO'S 20'

MATERIAAL

- filmpje over [Arno \(De Positivo's\)](#) – tussen 3:30 en 8:10

WERKWIJZE

1. Laat de leerlingen het filmpje over Arno zien. Arno is een van De Positivo's. Vraag hun of iemand dit programma op Ketnet gezien heeft.
2. Leg uit dat het leerlingen zijn die allemaal kanker hebben en meedoen aan een televisieprogramma. Maar ze zijn positief. Daarop is de naam van het programma ook gebaseerd: De Positivo's.
Kennen de leerlingen dit woord? Leg uit. ('Positief' wil zeggen dat je niet meteen het ergste denkt, maar ook kijkt naar wat er goed gaat en hoe het goed zou kunnen verlopen.)
3. Vertel over Arno: 'Arno heeft botkanker en de tumor zit in zijn grote teen. Hij krijgt te horen dat die geamputeerd (van zijn voet gehaald) moet worden. Het lijkt hard nieuws, maar Arno is er eigenlijk heel erg blij mee.'
Vraag: waarom zou Arno hier zo blij mee zijn? (Omdat de tumor eindelijk uit zijn lichaam gehaald wordt. Hij is al lang ziek, en zo kan hij eindelijk beter worden. Wanneer zijn teen eraf wordt gehaald, heeft hij meer kans om de kanker te overwinnen. Dat is het belangrijkste voor Arno).

AANDACHTSPUNT



Het is wel een uitzonderlijke situatie wanneer een teen helemaal geamputeerd moet worden; men zoekt altijd eerst een andere oplossing om de kanker te genezen. Ook is het belangrijk om te weten dat je niet sowieso kanker hebt wanneer je pijn hebt aan je teen. Daar kunnen ook andere redenen voor zijn.

4. Maak de vergelijking met MegaPa, die ook een tumor moest laten weghalen.

WERKVORM – EEN BLIK OP HET (KINDER)ZIEKENHUIS



MATERIAAL

- bijlage 3.3 – De ziekenhuiskamer

WERKWIJZE

1. Vertel de leerlingen dat leerlingen vaak naar het kinderziekenhuis of de kinderafdeling in een ziekenhuis gaan, wanneer ze in het ziekenhuis moeten blijven.
2. Stel de leerlingen de volgende vragen.
 - Zijn jullie al eens in een kinderziekenhuis geweest?
 - Wat is er anders dan in een ziekenhuis voor volwassenen, denk je? ... (Er is meer kleur, de kamers zijn mooier ingekleed, in het ziekenhuis zijn ruimtes om te spelen, de dokters dragen soms vrolijke kleren in de operatiezaal ...)
3. Presenteer de foto's (bijlage 3.3) en vergelijk de antwoorden van de leerlingen op vraag 2 met wat ze effectief zien op de foto's.

4. Kankerbehandelingen

Herhaal nog even wat kanker is en hoe dokters en verpleegkundigen mensen helpen – hoe zij helden zijn. Deze helden werken in een ziekenhuis, dat hebben ze net verkend. De leerlingen worden ook even superhelden, want zij gaan drie behandelingen uitvoeren om mensen met kanker te proberen beter te maken. Kanker is immers ook een ziekte. Er zijn meerdere behandelingen tegen kanker.



MATERIAAL

- **hoek 1 'chirurgie/operatie'**: een operatieschort, 2 doktersschorten, 2 mond-maskertjes, pleisters, een bot, plastic mesje, een laken of handdoek met een gat/gaatje erin, een sok met daarin een pingpongballetje (is de tumor die ze moeten verwijderen), een bekertje
- **hoek 2 'radiotherapie/bestraling'**: gekleurd krijt, een niet-geklede pop, een schaar en plakband, een zaklamp, voor elke groep een rolletje (bv. wc-rolletje) en een lege schoendoos
- **hoek 3 'chemotherapie'**: Legomannetjes (een 10-tal – dit zijn de superhelden), een bakje, een dobbelsteen, een speelmat, kleine voorwerpen (de 'slechte cellen'), zoals knikkers, kleine blokjes of speelstukjes
- bijlage 3.4 – De operatie
- bijlage 3.5 – De radiotherapie
- bijlage 3.6 – De chemotherapie

WERKWIJZE INTRODUCTIE

1. Stel de volgende vragen als inleiding op het hoekenwerk:
Wat weten jullie nog uit het verhaal? Wat deden de dokters bij MegaPa?
Waarom had hij een grote windel om zijn hoofd?
2. Vertel vervolgens dat bij elke kankerpatiënt wordt gekeken welke behandeling noodzakelijk en passend is. Niet iedere kankerpatiënt ondergaat elke behandeling die er bestaat. Sommige patiënten krijgen verschillende behandelingen na elkaar.

TIP

Wees niet bang om de moeilijke benamingen van de therapieën te gebruiken, zodat de leerlingen er vertrouwd mee raken.



3. Vraag aan de leerlingen welke behandelingen ze al kennen. Is er in de klas al iemand geopereerd? Hoe ging dat dan? Wat weet je er nog van?
4. Leg uit dat er drie veelgebruikte behandelingen zijn en dat ze in kleinere groepen kennis zullen maken met die behandelingen door middel van hoekenwerk.

HOEKENWERK

1. Vertel de leerlingen dat elke behandeling wordt besproken in een aparte hoek van het hoekenwerk.
2. Verdeel de klas vervolgens in vier (of zes) groepen.
3. Na ongeveer 10 minuten werken in een hoek schuiven de leerlingen door naar een volgende hoek.

HOEK 1 • CHIRURGIE/OPERATIE (bijlage 3.4)

De leerlingen zullen aan de hand van een rollenspel naspelen wat een operatie inhoudt. Schuif twee banken tegen elkaar, zodat die een 'operatietafel' vormen. Tijdens de gespeelde operatie zullen de leerlingen het pingpongballetje (= de tumor) uit de sok moeten halen. Bv. er is een tumor op het been, dan wordt het gat in de operatiedoek ter hoogte van de sok met het balletje gelegd. Is de sok leeg, dan is de tumor eruit.



WIST JE DIT?

De dokter haalt de hele tumor of het grootste deel van de tumor weg. De patiënt wordt in slaap gebracht door een andere dokter, de anesthesist. Die slaap heet narcose. Voor en tijdens de operatie bekijkt de chirurg wat hij moet weghalen: een deel van de tumor, de hele tumor of misschien zelfs nog meer om het risico op uitzaaïng te verkleinen. 'Uitzaaiing' betekent dat er plots elders in het lichaam ook slechte cellen opduiken, doordat slechte cellen beginnen te 'reizen' zijn door het lichaam en zich op die manier verspreid hebben. Wanneer iemand geopereerd is, moet die persoon vaak nog een tijdje in het ziekenhuis blijven om te herstellen.

TIP

Wanneer je 'anesthesie' uitlegt, kun je ook een anesthesist als rol bijvoegen. Misschien zijn er leerlingen die al eens geopereerd zijn? Die kunnen op dit moment vertellen over dit 'in slaap doen'. Scan de QR-code voor een interessant [filmpje](#) dat wat meer uitlegt geeft over een operatie.



HOEK 2 • RADIOTHERAPIE/BESTRALINGEN (bijlage 3.5)

De leerlingen zullen op een heel concrete manier te weten komen wat radiotherapie is, door een bestralingsapparaat na te maken met behulp van een stappenplan.

WIST JE DIT?

Met een speciale machine gaat de dokter sterke stralen zetten op het stukje van het lichaam waar de kanker zit. Op die manier probeert men de kankercellen kapot te maken en te laten verdwijnen.



HOEK 3 • CHEMOTHERAPIE (bijlage 3.6)

Hier spelen de leerlingen een spel. De leerlingen zullen het lichaam (= de speelmat) helpen genezen door de slechte cellen (= kleine voorwerpen) op te ruimen. De slechte cellen worden verzameld in het bakje en zo wordt het lichaam weer beter.

WIST JE DIT?

Chemo zijn medicijnen die de kankercellen stukmaken. Jammer genoeg maken ze ook goede cellen stuk. Dan kan je haar uitvallen of kun je heel misselijk zijn.



AFSLUITER 50'

1. Bedankjes op de stoep

Dokters, verpleegkundigen en andere mensen in de zorg zijn superhelden, omdat ze al het mogelijke doen om zieke mensen weer beter te maken. Maar ook mensen in onze onmiddellijke omgeving kunnen veel steun bieden. Daarom is het ook belangrijk om af en toe onze dankbaarheid te uiten, zodat die mensen een gevoel van erkenning krijgen.

WERKVORM – CREATIEF MET STOEPKRIJT 40'

MATERIAAL

- [filmpje](#)
- stoepkrijt in verschillende kleuren (voldoende voor alle leerlingen)
- speelplaats (optioneel: lokaal ziekenhuis)

WERKWIJZE

1. Laat het **filmpje** als inleiding op deze opdracht zien.
2. Bespreek het filmpje met de leerlingen.
 - Wat zagen jullie in het filmpje? (De leerlingen in het filmpje maken de mensen in de straat blij door lieve boodschappen te schrijven op straat.)
 - Hoe voelden jullie je hierbij? (eigen antwoord)
3. Vraag de leerlingen wat zij zouden schrijven aan de dokters en verpleegkundigen in het ziekenhuis. Wat zouden ze tekenen wanneer ze aan het ziekenhuis met stoepkrijt zouden schrijven? Waarom? ...
4. Ga met de leerlingen naar de speelplaats en laat hen de boodschappen op de speelplaats tekenen en schrijven.
5. Neem er een foto van en verstuur die via mail naar een dokter/verpleegkundige uit een ziekenhuis in de buurt. Misschien werkt er wel een mama, papa, oma, opa, plusouder, nonkel, tante ... in een ziekenhuis en komt de foto zo terecht?



TIP

En ... waarom nodig je deze persoon eens niet uit in de klas?!



OPTIONEEL: Indien het in overleg met het lokale ziekenhuis mag, kan deze opdracht ook echt uitgevoerd worden, bijvoorbeeld op de stoep voor het ziekenhuis.

2. Gevoelige gevoelens

WERKVORM – RELAX IN DE KLAS 10'

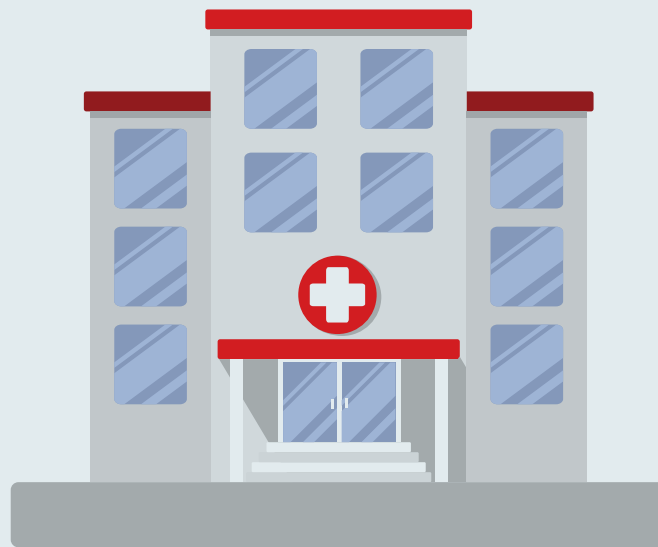
Ziek zijn, in het ziekenhuis verblijven, iemand moeten missen ... Het maakt heel wat gevoelens bij ons los. We weten al dat we bang, boos, verdrietig en soms ook wel blij kunnen zijn. Maar soms is het best wel moeilijk en dat mag ook. Het is soms een wirwar in ons hoofd. Dat is heel normaal.

Probeer op die momenten te ontspannen.

Met deze oefening kun je het ook in jouw klas relax maken:

[Relax in de klas | Gezond Leven.](#)









STAPPENPLAN

STAP 1: Doe een schort om.

STAP 2: Bedek de pop met het laken of de handdoek. Leg het gat van het doek ter hoogte van de tumor (= pingpongbal en sok, zodat die zichtbaar zijn).

STAP 3: Breng de pop in slaap met het slaapmasker (= bekertje).

STAP 4: Haal de tumor weg (= trek de pingpongbal heel voorzichtig uit de sok).

STAP 5: Haal het masker van de pop. De pop wordt weer wakker. De tumor is weg.



STAPPENPLAN

STAP 1



STAP 2



STAP 3



Hoe speel je het spel?

VOORBEREIDING

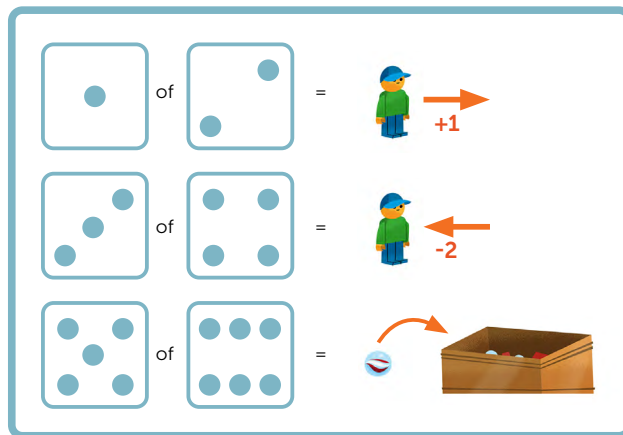
1. Zet de slechte cellen (de kleine voorwerpen, bv. een speelgoedauto, een blokje, een pennenzak ...) verspreid over de speelmat, met wat ruimte ertussen. Plaats het bakje aan de rand van de mat.
2. Elke leerling neemt een held (bv. een Lego- of Playmobilmannetje) en plaatst dit willekeurig op de speelmat.
3. Bepaal de startspeler. Elke leerling gooit met de dobbelsteen. Wie het hoogste aantal ogen gooit, wordt startspeler.

SPELUITLEG

Om de beurt gooit een leerling met de dobbelsteen en verplaatst zijn superheld volgens het aantal ogen op de dobbelsteen om dicht bij de voorwerpen te kunnen komen. Wanneer ze een voorwerp met hun mannetje kunnen aantikken of dicht genoeg bij een voorwerp staan (binnen 1 stap), mag het voorwerp in het bakje gelegd worden en is de slechte cel dus vernietigd.

- 1 of 2: 1 stap vooruit
- 3 of 4: 2 stappen achteruit
- 5 of 6: Ze mogen een slechte cel duwen of uitschakelen.

Wanneer de helden zich verplaatsen, telt een hand (met gesloten vingers) als één stap. Wanneer er geen mat beschikbaar is en de speeloppervlakte kleiner is, kan de maateenheid ook bv. één vinger worden.



De helden kunnen obstakels verplaatsen, roverheen klimmen of samenwerken om ze opzij te schuiven.

EINDE VAN HET SPEL

Wanneer alle slechte cellen zijn weggeduwd of gevangen, is het lichaam beter en hebben de helden gewonnen.





LESDOELEN

VAARDIGHEIDS- EN ATTITUDEDOELEN

- De leerlingen voelen mee met mensen die steun nodig hebben.
- De leerlingen stellen zich empathisch op in situaties waarin mensen hulp nodig hebben, en bedenken acties om hen te helpen.

KENNISDOELEN

- De leerlingen kunnen in hun eigen woorden vertellen dat een genezingsproces na kanker wel een tijd kan duren.
- De leerlingen ontdekken wat ze zelf kunnen doen voor mensen met kanker of naasten van mensen met kanker (bv. hen troosten, een kaartje maken, hen helpen, een geluksbrenger maken ...)
- De leerlingen leren al doende het evenwicht bewaken tussen energiegevers en -nemers: een belangrijke vaardigheid om te bouwen aan hun geluk!
- De leerlingen kunnen vertellen over hun kleine gelukjes ...

INLEIDING

In dit deel wordt er gekeken op welke manier we steun kunnen bieden aan mensen met kanker. Indien het nog nodig zou zijn om rond emoties te werken, kun je nog enkele werkvormen terugvinden onder 'Afsluiter'.

ORIËNTATIE 25'

De leerlingen hebben net vernomen dat MegaPa naar huis mag komen, maar dat hij nog erg verzwakt is en alle steun kan gebruiken.

Een lang genezingsproces

WERKVORM – EEN STEENTJE IN HET WATER 25'

MATERIAAL

- bijlage 4.1 – Illustratie deel 4
- bijlage 4.2 – De steen in het water

WERKWIJZE

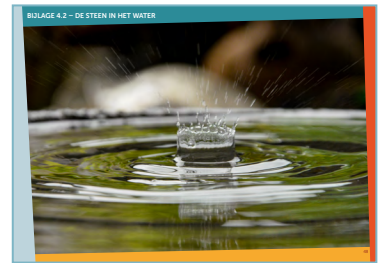
1. Bespreek met de leerlingen waarover het laatste deel van het verhaal gaat. Gebruik hiervoor de illustratie **(bijlage 4.1)**. (MegaPa mag naar huis, maar hij is nog verzwakt en heeft hulp/steun nodig van zijn omgeving.)
2. Licht toe dat een herstel wel even kan duren en je je niet meteen weer beter voelt.



3. Toon de leerlingen de foto van de kringen in het water ([bijlage 4.2](#)) en vertel het volgende:

Stel, je gooit een steentje in een vijver. Het steentje zinkt naar de bodem. Dit kun je vergelijken met een operatie of behandeling. Het moeilijke deel is voorbij, het steentje ligt nu stil op de bodem. Bij iemand die kanker heeft gehad, betekent dit dat de grote behandelingen (zoals chemo of bestraling) achter de rug zijn. Maar het verhaal is nog niet helemaal klaar.

Rond het steentje ontstaan kringen in het water, zoals jullie zien op de foto. Deze kringen worden steeds groter en verdwijnen uiteindelijk. Die kringen zijn zoals wat de ziekte en de behandeling doen met een mens (maar dat zie je niet altijd, in het water zie je dat wel). Een kind dat geneest, kan zich nog moe voelen, misschien soms pijn hebben of minder energie hebben om te spelen. Deze 'kringen' verdwijnen niet meteen. Het kan weken of zelfs maanden duren voordat het water weer stil is, en dan nog kan er weer een nieuw steentje in het water belanden.



4. Leg daarbij uit dat het bij kanker vaak nodig is om een nieuw (kleiner) steentje in het water te gooien en dat dit mogelijk gedurende lange tijd moet herhaald worden. Dit betekent dat iemand opnieuw naar het ziekenhuis moet voor een extra behandeling of controle. Dit is normaal en hoort bij het proces van beter worden.
5. Vertel dat kinderen en volwassenen om het steentje heen kunnen helpen het water rustig te maken. Dit kan door te steunen, samen te spelen of begrip te tonen als iemand niet meteen alles kan doen wat hij of zij vroeger deed. Goede zorg, rust en liefde maken het water sneller glad.
6. Leg uit dat ons lichaam hard heeft gewerkt om de zieke cellen weg te halen. Nu heeft het tijd nodig om te herstellen, net zoals een wondje op je knie tijd nodig heeft om te genezen.
7. Tijdens een genezingsproces mag je jezelf wel nog steeds verwennen. Voor mensen in de omgeving is het vaak ook vermoeiend of moeilijk. Ook zij kunnen weleens wat steun gebruiken. Zij mogen daarom ook weleens in de watten gelegd worden. Bekijk met de klas hoe zo'n 'zelf-verwen-momentje' er kan uitzien. Ga hiervoor naar de website van HappySnacks: [101 verwenmomenten | Gezond Leven](#).

KERN 50'

MegaSteun

MegaMona wil MegaPa steunen. Maar wat is dat eigenlijk, iemand steunen? Ga dieper in op 'iemand steunen' en stel extra vragen.

- Wat betekent 'iemand steunen'?
- Hoe kun je iemand troosten?
- Zijn de leerlingen al eens getroost? Wanneer was dat? Hoe voelde dat?
- Hebben zijzelf al eens iemand gesteund of getroost? Wanneer was dat? Hoe voelde dat?

WERKVORM – KLASKNUFFELBOEK 50'

Zeg aan de leerlingen dat ze samen voor het (lokale) ziekenhuis een klasknuffelboek zullen maken. Dit kunnen ze afgeven aan de hoofdverpleegster/-verpleger, die het boek dan bezorgt aan mensen die in het ziekenhuis liggen en niet veel bezoek krijgen. Zo kunnen de leerlingen hen steunen. Er zijn namelijk wel wat mensen die geen man of vrouw hebben, die geen kinderen hebben ... Zij krijgen dus geen bezoeken. De leerlingen stellen zich empathisch op.

MATERIAAL

- witte (dikkere) bladen papier
- schrijfmateriaal
- stiften, kleurpotloden, wasco's, verf ...
- één groot boek om de papieren in te verzamelen.

WERKWIJZE

1. Geef alle leerlingen een blad papier.
2. Laat de leerlingen tekeningen maken of lieve tekstjes verzamelen voor iemand die ziek is.
3. Maak zelf een tekenboek met deze tekeningen en bundel ze tot een boek.
4. Sluit af door te zeggen dat ook zij een verschil kunnen maken, door er te zijn voor anderen. Ook zij zijn superhelden. Sluit af met de woorden uit het verhaal:

De wereld zit vol superhelden.

ANDERE IDEETJES OM IEMAND TE STEUNEN:

1. IETS KNUTSELEN VOOR IEMAND.

- **een kaartje:** De leerlingen maken zelf een kaart voor iemand die ziek is. Gebruik daarvoor stevig A4-papier (al dan niet gekleurd). De leerlingen vouwen dat in tweeën en versieren de kaart naar hartenlust.
- **een geluksbrenger:** Mensen die ziek zijn, kunnen vaak wel wat geluk gebruiken. Een geluksbrenger is dan een heel leuke attentie. Er zijn talloze geluksbrengers die de leerlingen kunnen maken (origami, sleutelhangers, poppetjes in klei, macramébandjes ...). Laat hen enkele voorstellen formuleren en kies een leuk idee uit.

2. IETS BETEKENEN VOOR IEMAND DOOR TE HELPEN/STEUNEN.

Laat de leerlingen zelf nog bedenken wat ze kunnen doen om iemand te helpen, bv. koekjes bakken of een knuffel geven, rust geven, troosten, iets leuks doen ...

3. EEN GOED DOEL STEUNEN DAT KANKER DE WERELD UIT WIL HELPEN.

Kom op tegen Kanker zorgt voor wetenschappelijk onderzoek naar betere behandelingen tegen kanker, en betere zorg voor mensen die worden getroffen door kanker (patiënten en mensen uit hun omgeving). Ook jij kunt je steentje bijdragen door mee geld in te zamelen voor kankeronderzoek, of door een actie te steunen waarin je solidariteit toont voor mensen met kanker. Meer info op komoptegenkanker.be.

TIP

Hieronder vind je een opsomming van interessante websites en boeken die als bron van inspiratie dienden, maar die ook heel zinvol zijn als je meer wilt weten over kanker en de aanpak in de klas.



BOEKEN

- Grote woorden bij kanker (Uitgeverij Acco)
- Op www.allesoverkanker.be/inspiratie vind je een lijst van geschikte boeken.

WEBSITES



- www.komoptegenkanker.be
- www.depoptegenkanker.be
- www.allesoverkanker.be
- www.kankerspoken.nl
- www.talismanneke.be/project/grote-boom-is-ziek
- www.hetklokhuis.nl/onderwerp/kanker
- www.komoptegenkanker.be/wat-we-doen/zorg/vakantiekamp-voor-leerlingen-met-kanker
- www.allesoverkanker.be/als-u-als-ouder-ziek-wordt-met-leerlingen-praten-over-kanker

EXTRA MATERIAAL

'Een wereld vol troost' van Cego Publishers is een materialenset die leerlingen 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.

AFSLUITER 75'

Emoties delen

WERKVORM – DE GEVOELENSTHERMOMETER 15'

MATERIAAL

- de gevoelensthermometer (bijlage 2.2 – Deel 2)
- gedicht 'Ozo heppie' van Joke van Leeuwen

WERKWIJZE

1. Vertel dat MegaMona een leuk gedicht heeft gevonden. Ze is zo blij dat ze ook een superheld is.

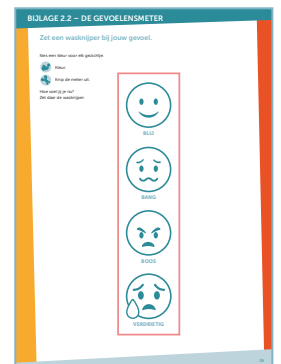
Ozo heppie

Ik voel me ozo heppie
zo heppie deze dag
en als je vraagt: wat heppie
als ik eens vragen mag,
dan zeg ik: hoe wat heppie,
wat heppik aan die vraag,
heppie nooit dat heppieje
dat ik hep vandaag?

(van Leeuwen, J. (2017). *Ozo heppie*. Amsterdam: Querido.)

2. Bespreek het gedicht met de leerlingen. Ze mogen de gevoelensthermometer (bijlage 2.2) erbij nemen.

- Wanneer waren zij laatst heel blij? Hoe kwam dat dan?
- Is iemand altijd blij? Waarom wel of waarom niet? (Het is oké om eens niet oké te zijn.)



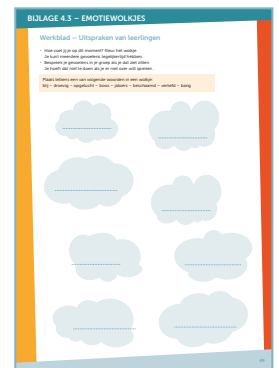
WERKVORM – EMOTIEWOLKJES 15'

MATERIAAL

- bijlage 4.3 – Emotiewolkjes (1 per leerling)
- kleurpotloodjes

WERKWIJZE

1. Vertel dat MegaMona nooit gedacht had dat MegaPa ziek zou worden. Ze is heel dankbaar dat de dokters hem kunnen helpen. Dat hebben we niet zelf in de hand. MegaMona heeft veel gevoelens gehad; bang, boos, verdrietig, maar ook blij.
 - Wanneer was ze blij, denk je? (Wanneer MegaPa weer naar huis mocht, wanneer zij zelf sterker bleek te zijn dan ze dacht, wanneer Slechter een cadeautje bij zich had ...)
2. Geef elke leerling het blad met de emotiewolkjes (bijlage 4.3). Bespreek met de leerlingen hoe zij zich nu voelen en welke emoties in bepaalde situaties van toepassing zijn. Deze emoties gaan verder dan de vier basisemoties die in vorige delen besproken werden. Check eerst bij de leerlingen of ze alle emoties begrijpen.
3. Sluit af door te zeggen dat het normaal is om niet altijd 'blij' te zijn. Het is helemaal oké om eens niet oké te zijn.



WERKVORM – HET GELUKSPOTJE 20'

Wanneer je uit een slecht gevoel wilt raken, kunnen mooie herinneringen je helpen. Daarbij kan een gelukspotje helpen. Dit gelukspotje kan altijd aangevuld worden met nieuwe herinneringen of je kunt een herinnering uit het potje oprakelen wanneer je je iets minder goed in je vel voelt.

MATERIAAL

- een leeg glazen potje (bv. confituurpotje) per leerling
- stroken (crêpe)papier in vrolijke kleuren
- stiften, kleurpotloden, of wasco's
- stickers, lintjes, knopen, glitters, plakletters of ander decoratiemateriaal
- lijm en/of plakband
- eventueel: kleine steentjes, schelpen, of droogbloemen

WERKWIJZE

1. Geef elk kind een glazen potje.
2. Laat ze het potje versieren met stickers, verf, lintjes of glitters.
3. Schrijf of plak de tekst 'Gelukspotje' op het potje.
4. Laat de leerlingen nadenken over momenten, mensen of dingen die hen gelukkig maken en laat hen elk idee op een strookje papier schrijven of tekenen.
5. Vouw de strookjes en stop ze in het potje.

TIP

Vul het potje verder op met decoratieve elementen, zoals steentjes of droogbloemen.



6. Leg uit dat het potje bedoeld is om nieuwe geluksmomenten toe te voegen, en dat ze er ook een strookje uit kunnen nemen om even te lezen (en weer terug te stoppen) wanneer ze zich minder blij voelen.

Zeg aan de leerlingen dat het soms ook helpt om positief te blijven en niet te denken dat alles altijd misgaat: dat de operatie mislukt, dat de behandeling niet lukt ... Ook als het moeilijker gaat, mag je niet altijd denken dat het ergste zal gebeuren.

WERKVORM – POSITIEF PETJE 25'

Het kan ook helpen om steeds naar de positieve kanten en de mogelijkheden in moeilijke situaties te kijken.

MATERIAAL

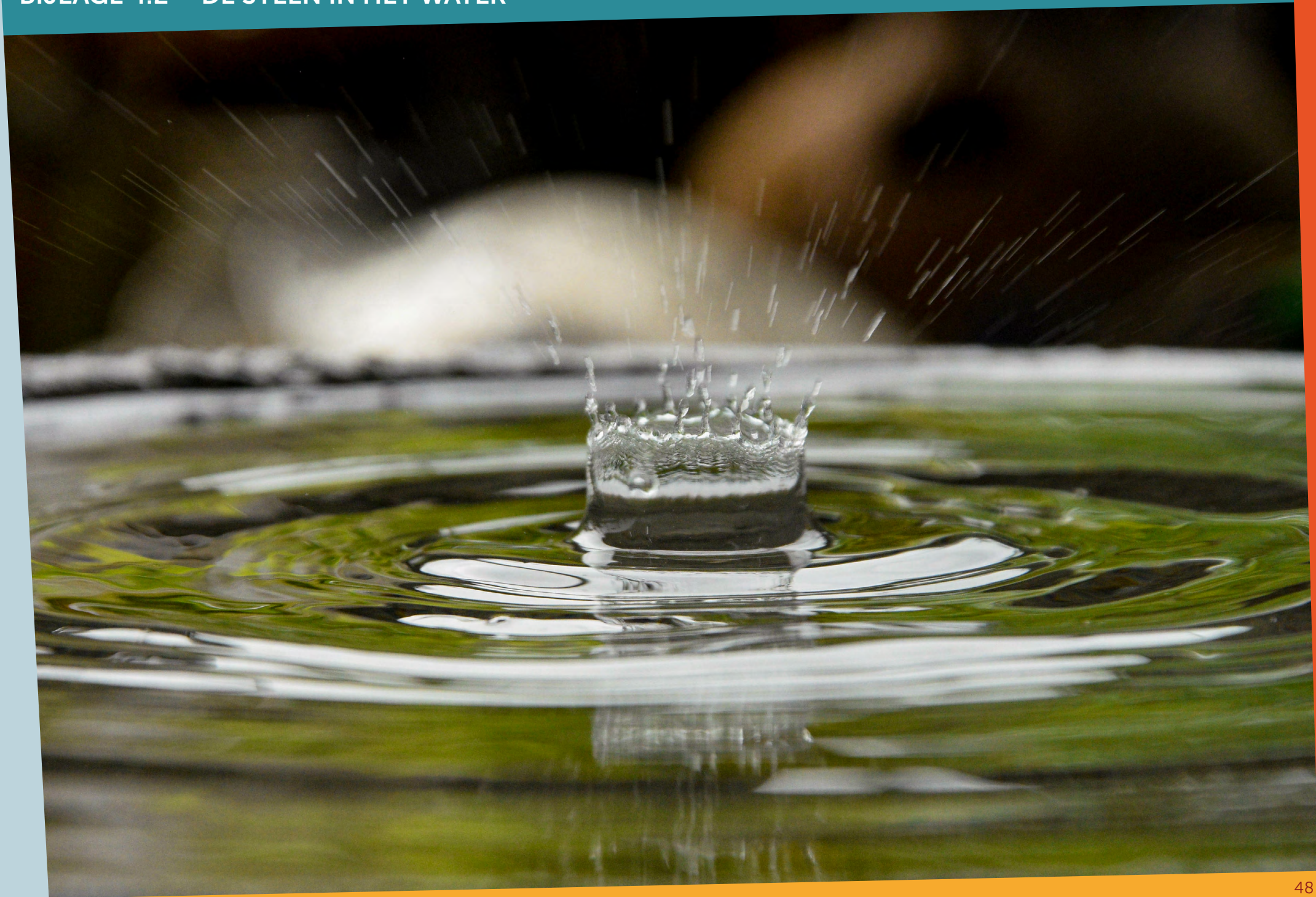
- [Happy Snack – Positief petje](#)

WERKWIJZE

1. Zeg: 'Zet jullie positieve petje op en kijk naar wat er wél goed gaat, ook als iets moeilijk is.'
2. Leg de bovenstaande zin uit aan de leerlingen: 'Denk na over wat mogelijk is in plaats van wat niet kan. Blijf positief en bedenk samen oplossingen. Zo leren jullie om stap voor stap gelukkiger te worden!' Om dit samen met de leerlingen in te oefenen, kun je naar deze website gaan. Zoek al maar een positief petje en zet het op!

[Positief petje | Gezond Leven](#)



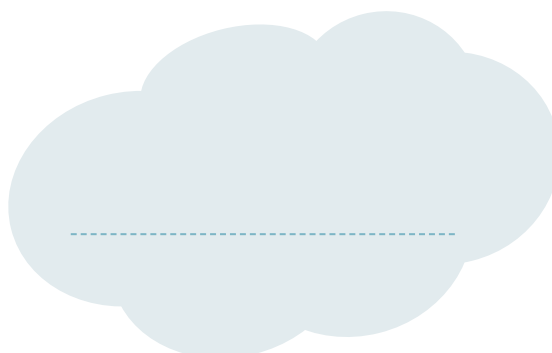
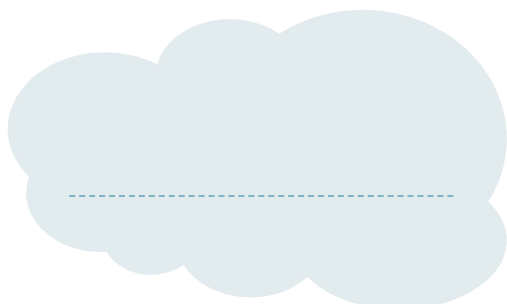
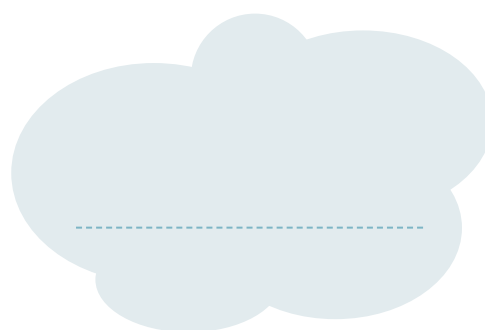
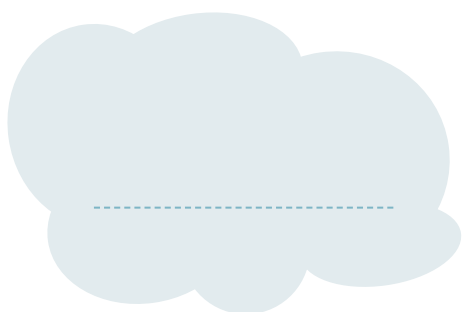
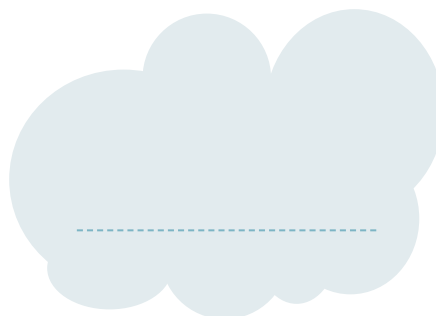
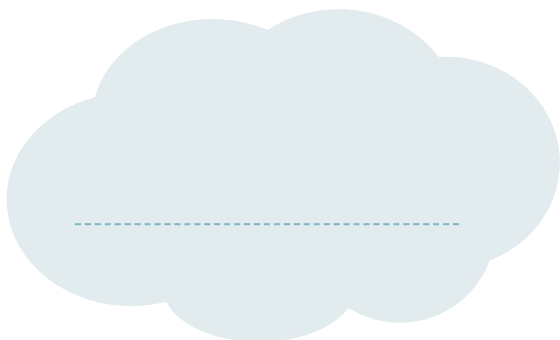
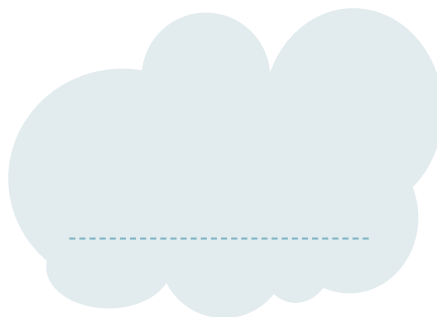
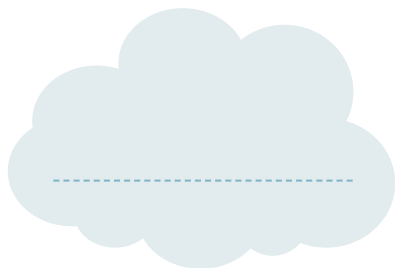


Werkblad – Uitspraken van leerlingen

- Hoe voel jij je op dit moment? Kleur het wolkje.
Je kunt meerdere gevoelens tegelijkertijd hebben.
- Bespreek je gevoelens in je groep als je dat ziet zitten.
Je hoeft dat niet te doen als je er niet over wilt spreken.

Plaats telkens een van volgende woorden in een wolkje:

blij – droevig – opgelucht – boos – jaloers – beschaamd – verliefd – bang



BIJLAGE 4.3 – EMOTIEWOLKJES

- Luister naar de juf of meester die de uitspraken voorleest.
- Verbind elke uitspraak met het gevoel dat ontbreekt.
- Kleur het bolletje bij de uitspraak die de juf of meester aan jullie groep geeft.

Mijn papa heeft te horen gekregen dat hij aan de beterhand is. De behandeling slaat aan. Ik ben ontzettend ...! We waren zo onzeker!

• bang

Ze hebben bij mijn oma kanker ontdekt. Dat betekent dat we nu niet samen op vakantie kunnen. Ik voel me erg ... en wil het liefst even alleen zijn.

• blij

Toen ik hoorde dat papa kanker had, heb ik een boek door de kamer gegooid, omdat ik zo ... was!

• boos

Hoera! Vandaag mag mijn vriendin naar huis. Ik ben zo ... dat ze weer thuis is!

• opgelucht

Ik vind het ... om mijn tante die kanker heeft in het ziekenhuis te bezoeken. Daar hangt een vreemde geur, er zijn veel dokters met lange witte jassen en ernstige gezichten. De plaats boezemt mij een beetje angst in.

• verdrietig