

Wersuggesties voor zondag 1 februari

Weekbrief nr. 4 Ga dan verder met liefde

Bruikbare themabladen

Het themablad 'Bewogen beweging' waarin het geloofsverhaal in kindertaal staat.

Themablad 'vriend zijn' met de aspecten 'verbondenheid en Ubuntu'

Wersuggestie 1 Weekbrief in eenvoudige taal



De weekbrief voor deze zondag is geschreven door zr Nanda Ziere. We hebben geprobeerd de weekbrief in eenvoudige taal te vertalen. Lees deze weekbrief met de kinderen door, zodat de kinderen begrijpen wat er in de weekbrief staat.

Geliefd mens,

Er bestaat een liefde die altijd blijft.

Die liefde wil niets terug voor zichzelf.

Ze komt uit het leven zelf en laat zien hoe mooi het leven kan zijn.

Soms zie je die liefde in de ogen van een mens.

Bij iemand die begrijpt dat liefde je groter maakt dan alleen maar "ik".

Die weet: als je liefhebt, groeit er steeds weer nieuwe liefde.

(vertaling van lied 33 'Eeuwige liefde')

Waar zie ik die liefde in mijn eigen leven? Kan ik liefhebben zonder dat ik er zelf iets voor terug wil? En kunnen andere mensen aan mij merken dat ik liefdevol ben?

Mijn leven is van mij alleen. Niemand anders kan het voor mij leven. Maar soms zit ik mezelf in de weg. Dan zit mijn hoofd zo vol met gedachten dat mijn hart weinig ruimte krijgt. Ik denk dat ik gelijk heb en dat ik het goed bedoel, maar toch voelt het niet fijn en straalt er weinig liefde uit mij.

Daarom probeer ik af en toe even stil te worden. Ik haal diep adem en maak ruimte in mezelf. Ik neem de tijd om na te denken: Wat wil ik? En wat zou de liefde doen?

Als ik merk dat ik boos, verdrietig of dwars word, probeer ik te ontdekken waarom dat zo is. Soms lukt dat, soms ook niet. Dan denk ik terug aan momenten waarop ik meer kon dan ik dacht. Momenten waarop ik iets liefs deed zonder moeite, en waarop alles even goed voelde. Ik zoek mensen bij wie ik mezelf mag zijn, woorden die mij helpen, muziek die me rustig maakt en momenten van stilte. Die dingen helpen mij om weer een lief mens te zijn. Ik geloof dat er iets goeds in mij zit dat steeds opnieuw wakker kan worden. Toch voel ik me soms ook onzeker of alleen, want zelf kiezen hoe je leeft is niet altijd makkelijk.

Dan is het fijn om een plek te hebben waar je even mag stoppen. Een plek waar je kunt zitten, luisteren of praten, precies zoals je bent. Waar je samen aan tafel zit en niet zegt: "Zo is het nu eenmaal." Zo'n plek kan een gemeenschap zijn. Een plek waar je samen zoekt naar wat goed is, naar God, naar jezelf en naar elkaar.

In zo'n groep leer je door samen te leven. Je bent er met mensen die je niet zelf hebt uitgekozen, maar die er gewoon zijn. We oefenen om elkaar te zien als een geschenk en om respectvol met elkaar om te gaan, ook als we elkaar niet altijd begrijpen of leuk vinden. We helpen elkaar herinneren dat we het samen moeten doen. En zo leren we, stap voor stap, hoe liefde kan groeien en echt kan leven.

*Met een hartelijke groet,
Zuster Nanda Ziere*

Werksuggestie 2 In gesprek met de kinderen



Ga met de kinderen in gesprek over de weekbrief. Onderstaande vragen kunnen helpen:

- Wat denk jij dat liefde is?
- Kun je liefde soms zien aan iemand? Waaraan dan?
- Kun je een moment noemen waarop je iets liefs deed voor iemand anders?
- Wanneer voel jij je boos, verdrietig of dwars?
- Wat helpt jou als je hoofd heel vol zit? Was dat makkelijk of moeilijk?
- Hoe voelt het als je iets goeds doet zonder dat je er iets voor terugkrijgt?
- Denk je dat liefde groter wordt als je haar deelt? Waarom wel of niet?
- Wat betekent "even stil worden" voor jou?
- Heb jij een plek waar je rustig wordt?
- Wat helpt jou om weer rustig of lief te worden?
- Met wie voel jij je veilig om jezelf te zijn?
- Wat vind jij fijn aan samen zijn met andere mensen?
- Is het soms moeilijk om met anderen samen te leven? Waarom?
- Hoe kun je toch lief blijven als je iemand niet zo leuk vindt?
- Wat is één klein lief ding dat jij vandaag zou kunnen doen?
- Wat heb jij nodig om een lief mens te kunnen zijn?

Werksuggestie 3 Stilte & aandacht – ruimte maken in jezelf



Doel: ervaren wat stilte en aandacht met je doen

Ga samen in een kring zitten. Sluit (of ontspan) even de ogen. Adem samen 3 keer diep in en uit. Zeg rustig: "Voel je voeten op de grond. Voel je adem. Je hoeft even niets te doen." Laat de kinderen een paar minuutjes in alle rust zitten.

Na deze stilte vraag je of de kinderen hun ogen weer open willen doen. Laat daarna ieder één woord zeggen: Hoe voel je je nu?

Werksuggestie 3 Kinderkoorlied nr. 36 Een klein duwtje



Lees of zing met elkaar kinderkoorlied nr. 36 'Een klein duwtje'. Vraag de kinderen wat ze bij dit lied voelen. Stel hen bijvoorbeeld de volgende vragen:

- Wat betekent het om een ander met liefde en respect te behandelen?
- Hoe denk je dat dieren zich voelen als we ze met liefde en respect behandelen?
- Wat denk je dat er zou gebeuren als iedereen elkaar met liefde en respect behandelt?
- Heb je ooit ervaren hoe het voelt om liefde en respect te ontvangen van anderen? Hoe was dat?
- Denk je dat het moeilijk is om anderen met liefde en respect te behandelen? Waarom wel of niet?
- Hoe denk je dat de wereld eruit zou zien als iedereen elkaar met liefde en respect zou behandelen?
- Welke kleine stappen kunnen we vandaag zetten om bij te dragen aan een wereld waarin liefde en respect de norm zijn?

Rollenspel:

Verdeel de kinderen in groepen van drie of vier. Geef elke groep een opdracht waarin ze situaties moeten uitbeelden waarin liefde en respect worden getoond. Bijvoorbeeld:

- Een kind dat een gewond dier vindt en het met zorg behandelt.
- Twee kinderen die ruzie hebben en besluiten om elkaar met liefde en respect te benaderen om het probleem op te lossen.
- Een groep kinderen die samenwerkt om een nieuwe vriend te verwelkomen op school, door hem met vriendelijkheid en respect te behandelen.



Geef de groepen wat tijd om hun toneelstukje te bespreken en voor te bereiden. Laat elke groep het toneelstukje uitvoeren voor de rest van de groep. Vraag de kinderen naar hun observaties en gevoelens tijdens het rollenspel. Stel vragen zoals:

- Hoe voelde het om deel te nemen aan het rollenspel?
- Wat waren voorbeelden van liefde en respect die je hebt gezien in de stukjes?
- Hoe denk je dat de personages zich voelden wanneer ze met liefde en respect werden behandeld?
- Heb je ooit een vergelijkbare situatie meegemaakt in het echte leven? Hoe heb je gereageerd?
- Wat zijn enkele manieren waarop we elkaar elke dag met liefde en respect kunnen behandelen?

Werksuggestie 4 Het delen van liefde



Doel: Kinderen bewust maken van kleine liefdevolle daden en hoe deze bijdragen aan een liefdevolle omgeving.

Materialen:

- Kleine notitiekaartjes of papieren hartje
- Kleurpotloden, stiften, pennen
- Een theelepeltje (symbolisch)
- Een grote glazen pot of doos
- Stickers of andere versiermaterialen

Geef elk kind enkele notitiekaartjes of papieren hartjes. Vraag de kinderen om op elk kaartje/hartje een kleine daad van liefde te schrijven of te tekenen die ze zouden kunnen doen. Dit kan iets zijn als "een knuffel geven", "iemand helpen met huiswerk", of "een lief briefje schrijven". Laat de kinderen hun kaartjes/hartjes versieren met kleurpotloden, stiften, stickers en andere materialen. Moedig ze aan om kleurrijke en vrolijke creaties te maken die liefde uitstralen.

Verzamel alle kaartjes/hartjes in de glazen pot of doos. Bespreek hoe deze pot vol kleine liefdevolle daden staat voor het idee om elke dag een beetje liefde te geven. Plaats de pot op een centrale plek, waar kinderen hun kaartjes/hartjes kunnen toevoegen of eruit kunnen nemen om een liefdevolle daad uit te voeren. Laat de kinderen wekelijks of maandelijks een paar kaartjes uit de pot kiezen en de daden uitvoeren.

Plan een moment om samen te komen en te delen welke liefdevolle daden ze hebben uitgevoerd en hoe dat voelde. Bespreek met de kinderen hoe ze zich voelen na het uitvoeren van de liefdevolle daden. Moedig hen aan om te blijven nadenken over hoe ze elke dag een beetje liefde kunnen geven.

Liedsuggesties



Hieronder staan een aantal liedsuggesties die voorgelezen of gezongen kunnen worden. Bij de liederen staan verschillende vragen ter verdieping

- Kinderkoorlied nr. 1 Wat liefde doet
 - Wat kan liefde allemaal doen?
 - Heb jij weleens gemerkt dat je de sfeer veranderd door jouw aanwezigheid? Wat gebeurde er toen?
 - Wie zou jij een bloem willen geven? En waarom?
- Kinderkoorlied nr. 3 Het verschil
 - Welk verschil kun jij maken?
 - Wat is het effect als je iets aardigs zegt tegen een ander?
 - Hoe kun je een lichtpuntje voor iemand zijn?

- Jeugdkoorlied nr. 1 Stilte
 - Wat doet stilte met jou?
 - In welke dingen zoek/vind jij stilte?
 - Hoe zorg je ervoor dat je zelf tot rust komt?
 - Bij welke mensen kom jij tot rust?
- Jeugdkoorlied nr. 29 Een beetje betere wereld
 - Dit lied gaat over ons ideaal. Wat is ons ideaal / onze droom?
 - Wat is er nodig om beter samen te leven?
 - Wat is er volgens jou goed voor het geheel?
 - Wat ga jij vanaf nu anders doen voor een betere wereld?

Suggesties voor Jongste Jeugd thuis

Uit het werkboek Jongste jeugd staan deze week twee suggesties centraal. Deze suggesties kunt u als ouder thuis uitvoeren met uw kind(eren).

Winter 2 - week 5 Wat kun jij, wat ik niet kan

Doel

Leren waarderen dat een ander iets kan, wat jij niet kunt.

Verhaal

Uit Piep en Ollie: 'Jij & ik' bladzijde 34.

Spel

Piep kan vliegen, Ollie kan trompetteren.

Kun jij laten zien dat: een kikker goed kan ... , een haas goed kan ..., een poes goed kan..

Wat kun jij heel goed, kun je dat ook laten zien?

Winter 2 - week 6 Bewegen als een dier

Doel

Ontdekken dat bewegen op muziek plezierig is.

Gesprek

Kennen jullie Kikker? Zou je ook eens kunnen laten zien hoe een kikker springt?

De meeste dieren lopen en, bewegen anders dan jij. Luister maar eens naar de muziek.

Hoor je welk dier dit zou kunnen zijn?

Muziek

Fragmenten uit Het Carnaval der dieren van Saint-Saëns.

Luister naar een fragment en bedenk welk dier dit zou kunnen zijn.

Zou je ook zo kunnen bewegen als deze dieren?

- | | |
|-------------------|----------|
| - Kippen en hanen | - Vogels |
| - Olifant | - Leeuw |
| - Kangoeroe | |

Bij peuters kan eventueel ook gebruik gemaakt worden van lied: Samen lekker swingen
Uit: liedboek voor de jongste jeugd.