

MIJN POSITIEVE GEZONDHEID

KIND 8-16 JAAR

- Naar school gaan
- Jezelf kunnen zijn
- Vrije tijd hebben
- Voor jezelf zorgen
- Normaal kunnen zijn
- Beperkingen voelen
- Roken, alcohol en drugs gebruiken*

- Vrienden en vriendinnen
- Erbij horen
- Pesten
- Doen wat je zelf wil*
- Meekomen met anderen*
- Op je eigen manier bijdragen*



DAGELIJKS
LEVEN



MEEDOEN



MIJN LICHAAM

- Je goed voelen
- Energie hebben
- Gezond eten
- Lekker slapen
- Sporten en bewegen
- Lichamelijke klachten
- Pijn
- Uiterlijk



MIJN GEVOELENS
EN GEDACHTEN

- Omgaan met gevoelens
- Jezelf accepteren
- Je aan kunnen passen
- positief in het leven staan*
- Je grenzen kennen*
- Omgaan met tegenslagen



NU EN LATER

- Kijken naar de toekomst
- Cultuur en geloof
- Doelen en dromen hebben
- Keuzes maken*
- Jezelf kennen*
- Voorbeelden hebben*



LEKKER IN JE
VEL ZITTEN

- Genieten
- Gelukkig zijn
- Vrolijk zijn
- Fijne omgeving ervaren*
- Zin hebben om dingen te doen*
- Steun en begrip van anderen krijgen*

