

LIEFDESKRANT

OVER VRIENDSCHAP, VERLIEFDHEID, JEZELF ZIJN, ERBIJ HOREN, GRENZEN AANGEVEN EN GRENZEN RESPECTEREN.

Een uitgave van GGD Gooi en Vechtstreek en GGD Kennemerland - Week van de Lentekriebels, 21-25 maart 2022



Charlie, Zoë, Lilly en Riddhima zitten op de Internationale School. Hun beste vriendinnen wonen in andere landen. Via social media houden ze contact met elkaar.



Lisa en Nisa zijn een 'setje' op basisschool De Pleiaden in IJmuiden. De meeste klasgenoten reageren heel relaxed. Nisa: "Iedereen support ons."



Guus en Jagger zijn vrienden en buurjongens in Laren. Guus is niet bezig met vriendinnetjes, Jagger is al een paar keer verliefd geweest.



Rembrandt, Eefke en Julie uit Heemstede hebben alle drie ervaring met verking. Hoe verwerken jongens en meiden een gebroken hart?



"HET IS NIET GEK OM VERLIEFD TE ZIJN"

Elin (11), Nikki (10), Tess (11), Luca (12) en Lila (11) van de 2e Montessorischool in Huizen kregen maandag 7 maart bezoek van theatergroep KiKiD. Acteurs speelden scènes over verliefdheid, grenzen aangeven en social media. Na elke scène gingen de leerlingen in groepjes over de thema's in gesprek.

Veel kinderen praten vandaag voor het eerst serieus met klasgenoten over verliefdheid, social media en grenzen aangeven. De onderwerpen kwamen wel eerder langs op school, maar toen werd er vooral gegiecheld. "De jongens en de meisjes gingen apart van elkaar praten met de juf. De meisjes gingen toen de jongens afluisteren", lacht Elin.



In een van de scènes die KiKiD speelt, wil een meisje graag zoenen met haar verking. De jongen verzint steeds smoesjes. Hij grijpt naar zijn telefoon, hij roept dat hij weg moet. Het meisje raakt geïrriteerd. Dan zegt hij wat er is: hij wil nog niet zoenen. "Ik wil wel met je kletsen", zegt hij. "Je kunt het beste eerlijk zijn", vinden de kinderen.

In een andere scène vraagt een jongen zijn vriendin een blote foto van zichzelf



te sturen. Ze wil niet, maar laat zich overhalen. De jongen deelt de foto met een vriendin die hij vertrouwt. Al snel is de foto met de hele school gedeeld. "Als iemand iets van je wil dat jij niet wil, dan moet je dat niet geven", zegt Lila. Elin: "En je moet iemand niet onder druk zetten."

"Ik wist er al veel van, maar het was toch leerzaam", zegt Nikki na afloop. "Alles werd op een leuke manier gebracht." Tess is het daarmee eens. "Ik vind het goed dat ze deze onderwerpen bespreken", zegt ze. Elin: "Als je over dingen praat, worden ze minder raar. Het is niet gek om verliefd te zijn."

De lessen van KiKiD passen binnen het thema 'Relaties en seksualiteit' van de Gezonde School. Informatie: kikid.nl.



"Hoi! Ik ben Hennie Hart. Zit jij in groep 5, 6, 7 of 8? Mooi! Dan is deze krant voor jou. Kinderen vertellen hierin over zaken die met LIEFDE te maken hebben. Ik hoop dat hun verhalen jou helpen om ook over verliefdheid, relaties en jezelf zijn te praten. Thuis, met vrienden en op school!"



“IEDEREEN MAG JONGENS- EN MEISJESDINGEN DOEN”

Ruben (9) en Fiene (8) zitten op de Icarus in Heemstede. Ruben is een jongen. Hij houdt van roze en van romantische films. Fiene is een meisje. Ze houdt niet van roze en is dol op actiefilms.

RUBEN

Roze is mijn lievelingskleur.

Kleuren

Ik hou van liefdesfilms.

Films

Ik hou van Harry Potter, vooral van deel 5. Daarin wordt veel gekust.

Harry Potter

Ik wil mijn haar laten groeien tot het op mijn schouders hangt. Ik wil zo'n model als surfjongens hebben.

Haar

Ik speel met jongens en met meisjes. Met jongens ga ik meestal skaten. Met meiden praat ik over shoppen.

Spelen

Ik heb een kist vol prinsessenjurken. Vroeger had ik ze wel eens aan, maar nu pas ik ze niet meer.

Kleding

Ik hou van shoppen. In de vakantie in Italië ging ik een paar keer met mijn moeder shoppen.

Shoppen

Ik hou van glitterknuffels en barbies.

Speelgoed

Bij de modeshow had ik een hoed op, gezellige kleren, een ketting en armbanden.

Modeshow op school

Ik heb met Minecraft een roze huis gemaakt. Heel mooi.

Minecraft

FIENE

Ik vind roze niet leuk. En paars ook niet. Als ik roze in een kledingstuk zie, trek ik het niet aan.

Ik hou van actiefilms en van films waarin gevochten wordt.

Ik hou van Harry Potter. Ik heb alle delen gezien.

Ik wil graag kort haar. Mijn kapper weet precies wat ik wil. Kort, zoals een jongen. Het is nu een beetje te lang.

Ik speel het liefst met jongens. Ik speel ook wel eens met Lotte, zij is een meisje dat ook van voetbal houdt.

Ik draag alleen maar broeken. Als mijn moeder vraagt of ik please een rokje of jurk wil aandoen, zeg ik: 'nee'.

Ik hou helemaal niet van shoppen. Kleren kopen kan ook via internet.

Ik hou niet van poppen. Ik speel liever met nerfs.

Ik ging bij de modeshow verkleed als een alien. Ik had de helm zelf gemaakt van papier-maché.

Ik heb met Minecraft een huis gemaakt dat van onder tot boven van glas is. Heel cool.

Ruben: "Op mijn vorige school werd ik soms gepest. Ze zeiden dat ik leek op een meisje. Op mijn nieuwe school zegt niemand er iets van. Iedereen doet normaal tegen mij. Tegen jongens zoals ik die gepest worden, wil ik zeggen: negeer het. Als het té erg wordt, zeg het dan tegen een vriend(in), je ouders of de school. Dat heb ik ook gedaan."



Fiene: "Jongens mogen meisjesdingen doen, meisjes mogen jongensdingen doen. Dat maakt helemaal niets uit. En pesten is gewoon niet leuk. Punt."



"Je mag zelf weten op wie je verliefd wordt en of je je (meer) jongen, meisje of geen van beiden voelt. Dat gevoel kan soms weer veranderen. Accepteer jezelf zoals je bent en anderen zoals ze zijn!"

PESTEN SLAAT NERGENS OP

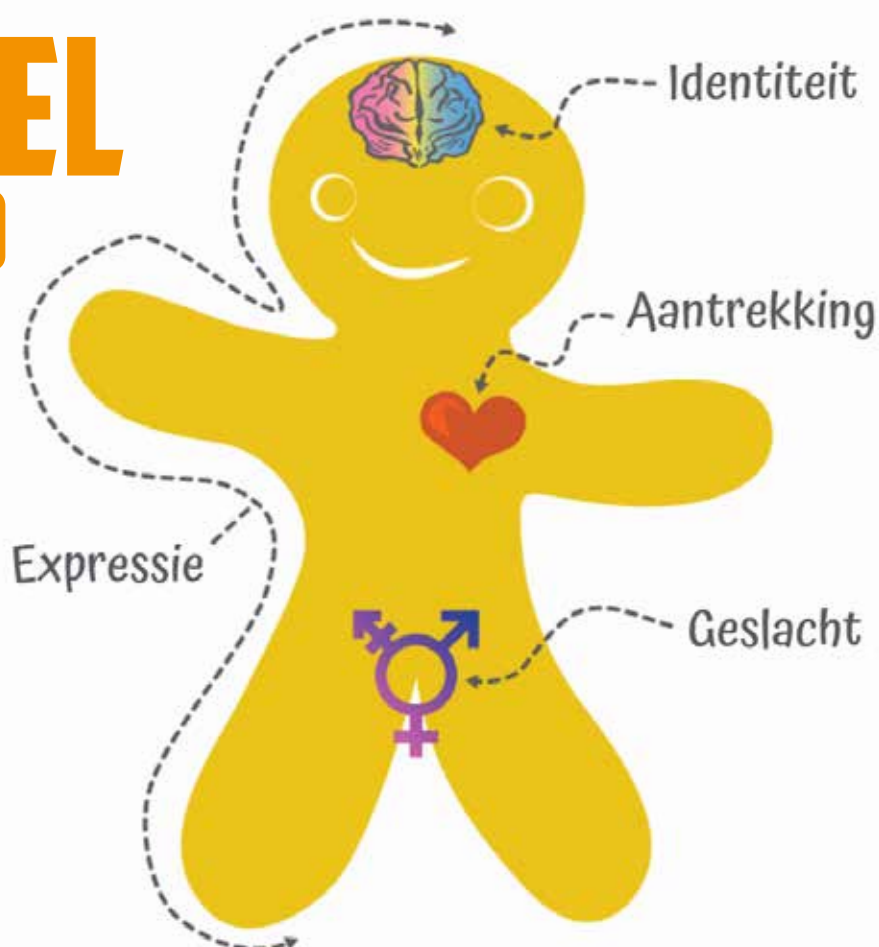
Op wie iemand verliefd wordt, is niet grappig. Het is ook geen reden om iemand te pesten. In een fijne klas worden alle kinderen gewaardeerd en geaccepteerd zoals ze zijn.

Guus (11): "Hetero's zijn net zo goed 'anders' als homo's. Het slaat dus nergens op om mensen te pesten omdat ze homoseksueel zijn. We gaan toch ook niet mensen pesten omdat ze bruin haar hebben? Je haarkleur is ook gewoon een eigenschap."



HOE VOEL JIJ JE?

Hoe je er van buiten uitziet, is niet altijd hoe je je van binnen voelt. Misschien zie je eruit als een jongen, maar voel je je een meisje, of andersom. Of je voelt je geen jongen én geen meisje, of van allebei een beetje. Dat kan allemaal.



Identiteit

Hoe voel je je? Meer jongensachtig, meer meisjesachtig, geen van beide of allebei tegelijk?

Aantrekking

Tot wie voel je je aangetrokken? Meestal tot jongens, meestal tot meisjes, tot niemand, tot iedereen?

Expressie

Welke kleren draag je graag, welk kapsel, wat doe je graag? Meer jongensachtig, meer meisjesachtig, maakt het niet uit?

Geslacht

Ben je geboren als meisje of als jongen?

MEER JONGEN OF MEER MEISJE?



Nisa (12): "Ik weet niet of ik me vooral jongen of vooral meisje voel, ik ben dat nog aan het uitzoeken. Ik zou wel eens naar de jongens-wc willen gaan, maar ik denk dat kinderen me zouden uitlachen."



Jaylinn (11): "Als mensen jou uitlachen Nisa, sla ik ze met mijn hockey-stick."

Ajay (11): "Als je kunt kiezen, zou ik niet naar de jongens-wc gaan. Die is echt vies!"



Op steeds meer plekken komen er 'genderneutrale' wc's. Daar mag iedereen naartoe.

WAT BETEKENEN DIE LETTERS...?

Je leest soms de afkorting LHBTQ+ of LGBTQ+. Weet jij waar de letters voor staan?

L = Lesbisch: een meisje dat verliefd wordt op een meisje;
H of G = Homoseksueel of Gay: een jongen die verliefd wordt op een jongen;
B = Biseksueel: iemand die op jongens en meisjes verliefd wordt;
T = Transgender: iemand die zich niet thuis voelt in het lichaam waarin hij of zij geboren is;
Q = Queer: iemand die de verdeling jongen/meisje of homo/hetero niet boeit;
+ = Ook mensen die zich anders dan LHBTQ voelen, horen erbij. Dat zijn bijvoorbeeld non-binaire mensen. Zij voelen zich geen jongen en geen meisje.

WAT BETEKENEN DIE WOORDEN...?

Fluide is iemand die zich soms meer man voelt, soms meer vrouw en soms geen van beide.
Binair is iemand die zich jongen óf meisje voelt.
De regenboogvlag staat voor diversiteit: alle kleuren mogen er zijn.
Paarse vrijdag is de tweede vrijdag in december. Veel scholen vieren die dag dat iedereen zichzelf mag zijn. Leerlingen dragen bijvoorbeeld paarse kleren.

QUIZ

1. OP WIE WORD JIJ VERLIEFD?

- A. Meestal op jongens
- B. Meestal op meisjes
- C. Op jongens en meisjes
- D. Niet op jongens en niet op meisjes

2. STEL, JE BESTE VRIEND ZEGT DAT HIJ ZICH EEN MEISJE VOELT. OF JE VRIENDIN VOELT ZICH MEER EEN JONGEN. HOE REAGEER JIJ?

- A. Ik vraag of ze er meer over vertellen.
- B. Ik weet niet wat ik moet zeggen.
- C. Ik vraag of ze het zeker weten.
- D. Ik zeg: fijn dat je me vertrouwt.

De quiz gaat verder op de volgende pagina's!

BEST FRIENDS FOREVER (BFF)

Tara (10) en Lana (10): urenlang bellen

Lana: "We wonen dicht bij elkaar. Als ik met Tara wil spelen, hoef ik alleen de heuvel af te lopen." **Tara:** "En ik hoef alleen maar de heuvel op!" **Lana:** "Tara en ik kletsen soms uren aan de telefoon. We maken dan foto's van kleren die we leuk vinden en appen die naar elkaar." **Tara:** "We spelen ook Roblox samen. En we vinden het leuk om te turnen. Omdat onze moeders ook vriendinnen zijn, gaan we soms samen een weekend weg."



Livia (10), Nadia (11) en Natasza (11): veel samen lachen

Livia, Nadia en Natasza zijn sinds groep 4 beste vriendinnen. **Nadia:** "Natasza komt uit Polen, net als ik." **Livia:** "We houden van buitenspelen, surfen, TikTok-filmpjes kijken en tekenen. We hebben soms ruzie om kleine dingetjes, maar een dag later is dat weer goed." **Nadia:** "Ik heb ook andere vriendinnen, maar we spreken het liefst met elkaar af. We kunnen heel veel lachen samen."

Morris (10) en Merijn (10): van surfkamp tot sneeuwballen

Merijn en Morris zitten sinds de kleuters bij elkaar in de klas. Ze wonen in dezelfde straat en lopen meestal samen naar school. **Morris:** "Ik ken Merijn al bijna mijn hele leven. Als ik zin heb om te gamen, kan ik gewoon naar hem toe lopen." **Merijn:** "We vinden het leuk om coole cars te spotten op het circuit. In de zomer gaan we samen op surfkamp. En als er sneeuw ligt, gooien we sneeuwballen. Soms moeten we hard weggrennen!"

VRIENDINNEN VAN OVER DE HELE WERELD

Zoë, Charlie, Lilly en Riddhima zitten op de Optimist, de Internationale School in Hoofddorp. **Lilly (10)** komt uit Mexico, **Riddhima (10)** uit India en de tweeling **Zoë en Charlie (10)** uit Australië.

Hoe werden jullie vriendinnen?

Lilly: "Zoë, Charlie en ik zijn sinds groep 4 vriendinnen. In groep 5 kwam Riddhima in de klas. We werden een hechte groep. Riddhima maakte ons compleet!" De meiden doen graag balspelen samen. **Riddhima:** "We spelen ook Among Us en Roblox. Online, want we wonen niet in dezelfde plaats."

Wie is jullie bff?

Zoë en Charlie: "Onze beste vriendin is Lauren. Ze woont in Singapore. We

houden contact via WhatsApp en we zien haar in de vakanties." **Lilly:** "Mijn beste vriendin woont in Mexico. Ik chat met haar via Snapchat. En als we met vakantie gaan, zoeken we elkaar altijd op."

Wat is het belangrijkste van een vriend(in)?

Zoë: "Dat je elkaar kunt vertrouwen. En dat je elkaar helpt." **Riddhima:** "Je moet een paar overeenkomsten hebben, maar je hoeft niet precies hetzelfde te zijn. Als je vrienden wilt



Charlie, Lilly, Zoë en Riddhima.

worden: bouw de vriendschap rustig op en zorg dat je betrouwbaar bent."

Kunnen vrienden ruzie hebben?

Charlie: "Kleine ruzies horen erbij. Maar als je het vaker oneens dan eens bent, is het niet fijn. Een ruzie kun je oplossen door hem uit te praten. Je vriendschap wordt daar sterker door. Maar als het om iets onbelangrijks gaat, kun je het soms beter gewoon vergeten."

Mag je bff met anderen afspreken?

Zoë: "Ja, al voel ik me dan een beetje buitengesloten. Hoort erbij." **Riddhima:** "Je mag niet verwachten dat je bff alleen met jou omgaat. Jaloezie is een slechte eigenschap." **Charlie:** "Als iemand echt een goede vriendin is, dan komt ze bij me terug. Als een boemerang."

MIJN VERHAAL OVER VRIENDSCHAP

Groep 8 van de Sint Antoniuschool in Kortenhoef schreef verhalen over vriendschap. Meester Jan zocht de mooiste uit.



ESMEE – HAILE EN IK

"Mijn beste vriendin heet Haile. We ontmoetten elkaar bij gym vorig jaar. Tijdens het zwaaien in de touwen gingen we praten. Zo van: 'Hoe heet je? Heb je TikTok? Zullen we een keer afspreken?' Nu zijn we beste vriendinnen. Als ik bij Haile ben, voel ik me vrolijk en gelukkig. We logeren bij elkaar en doen aan 'rope skipping', springtouwen. Ik ben heel trots op Haile. Ze is laatst in de Python gegaan in de Efteling, terwijl ze achtbanen niet leuk vindt!"

MATS - MIJN VRIENDSCHAP MET TOINE

"Toine is een heel aardige jongen die ik al lang ken. Hij zit bij mij in de klas. We hebben al ontelbare keren samen afgesproken. Bij mij spelen we vaak met Kapla en bouwen we grote steden en stadions. Bij hem spelen we vaak met Lego en bouwen we legervoertuigen. Ik ben nog nooit met hem naar het buitenland geweest, maar dat maakt voor onze vriendschap niet uit. Het punt is dat Toine en ik dikke vrienden zijn en blijven, ook op de middelbare school."



FLOOR – IN HET ENGELS

"Ik heb twee heel goede vriendinnen: Elise en Ksenia. Ze zijn vriendinnen omdat ik ze kan vertrouwen; ik kan alles tegen ze zeggen en ze luisteren. Ik ken Elise sinds groep 3. Ksenia kwam een jaar later in onze klas. Dat was eerst een beetje spannend, omdat Ksenia nog geen Nederlands sprak. We spraken Engels. Niet vloeiend, maar we begrepen elkaar. Toen Ksenia Nederlands leerde, wat supersnel ging, begrepen we elkaar beter. Sindsdien doen we alles samen. Ik ben superblij met mijn topvriendinnen!"

NATCHA – EVEN UIT ELKAAR

"Het was de eerste dag in groep 3. Ik kende niemand. In de pauze kwam een meisje naar me toe. Ze vroeg hoe ik heette, hoe oud ik was en meer. Vanaf die dag deden we alles samen. Een keer ging het mis. We maakten ruzie in de klas. Toen we erover wilden praten, werd het nog erger. De zomervakantie brak aan en we hadden elkaar nog steeds niet gesproken. Ik was verdrietig en probeerde aan iets anders te denken. De deurbel ging. Mijn beste vriendin was er. Ze kwam binnen en we gingen overgooien. En onze vriendschap was weer goed. De rest van de schooljaren bleven we beste vriendinnen zonder enkele ruzie."



DURON - MIJN OUDE TEAMGENOOT

"Ik heb een vriend met wie ik bijna mijn hele leven heb gevoetbald. We werden allebei gescout bij onze amateurclub. We zijn toen samen naar Vitesse gegaan. Hij reed vaak met ons mee. Nu speel ik bij FC Utrecht en hij bij Ajax. We houden nog steeds contact via Instagram en WhatsApp en we delen voetbal-filmpjes met elkaar. Onze vriendschap is heel speciaal voor mij, omdat ik met hem mijn voetbalcarrière ben begonnen."

TOINE – MIJN BESTE VRIEND MATS

"Onze vriendschap begon toen ik in groep 1 zat te spelen in de bouwhoek. Mats vroeg of hij mee mocht doen. Ik was een beetje verlegen, maar zei toch 'ja'. We gingen lekker spelen en raakten niet uitgepraat. Sindsdien zijn we beste vrienden. We gaan vaak samen voetballen en maken filmpjes voor YouTube. We filmen onze bouwwerken of een nerfgevecht. We hebben nu 30 abonnees. We vervelen ons nooit. We zijn stil als het nodig is."



RIVA – LIEFDE EN VERTROUWEN

"Ik ken mijn bff al sinds de peuteropvang. Toen we vier werden, gingen we naar een andere school. Toen ik in groep 5 zat, gingen we in de vakantie naar dezelfde bso en werden we weer vrienden. Ik ben zo blij met haar! We houden beiden van films, muziek en Roblox en we zijn creatief. We hebben het vaak over kleding en make-up. We logeren vaak en gaan 's avonds in onze bikini in bad. Het belangrijkste van een bff is dat je van haar houdt en dat je haar vertrouwt."

MYLO – ALTIJD VOOR JEZELF OPKOMEN

"In groep 1, 2 en 3 werd ik gepest. Ik heb toen een soort cursus gedaan waar ik leerde hoe je voor jezelf kunt opkomen. School werd daardoor steeds leuker. Ik kreeg veel vrienden en werd niet meer buitengesloten. Maar toen werd ik gepest op voetbal. Dat was moeilijker. Tien weken lang probeerde ik, gaf niet op, en uiteindelijk lukte het: ik werd vrienden met de pester. Daarna pestte niemand meer. Nu ben ik blij dat ik zulke goede vrienden heb. Ik hoop dat we altijd bevriend blijven. Je moet dus altijd voor jezelf opkomen."



"Het is superfijn om vrienden en vriendinnen te hebben. Met de één kun je lachen, met de ander kun je overal over praten, weer een ander houdt van dezelfde dingen doen als jij. Goede vrienden zijn goud waard, dus wees zuinig op ze!"



QUIZ

3. WAT VIND JIJ DE BELANGRIJKSTE EIGENSCHAP VAN EEN VRIEND(IN)?

- A. Dat hij/zij te vertrouwen is.
- B. Dat we samen kunnen lachen.
- C. Dat we van dezelfde dingen houden.
- D. Dat we elkaar helpen.

4. KUN JE EEN NIEUWE BFF KRIJGEN?

- A. Ja.
- B. Nee.
- C. Weet ik niet.

LISA EN NISA ZIJN EEN SETJE

Lisa (11) en Nisa (12) uit groep 7 van De Pleiaden in IJmuiden hebben sinds een paar weken verkering. De meeste kinderen in de klas reageerden 'normaal' toen ze hoorden van de verkering, vertelt Nisa.

HOE HET KWAM

"Ik vond Lisa al heel lang leuk", vertelt Nisa. "Op een dag was ik op het schoolplein met haar aan het kletsen. Het was eind november. Ik zei tegen haar: 'Ik ben verliefd op iemand.' Heel zachtjes zei ik erachteraan: 'Op jou.' Maar ze hoorde het niet echt."



CHECKEN

Lisa: "Ik wist niet of ik het goed had verstaan. Ik heb aan een meisje uit mijn klas, Kaylee, gevraagd of ze wou checken of Nisa me leuk vond. Toen ik hoorde dat Nisa verkering met me wilde, ging er een

schok door me heen. Ik vond het spannend en leuk tegelijk."

UIT DE KLAS GESTUURD

Niet iedereen reageerde relaxed op het nieuws. Lisa: "Ik had een vriend

Nisa: "Ik vond Lisa al heel lang leuk."

verteld dat ik iets heb met Nisa. Ik vertrouwde hem. Toen ik daarna iets in de klas moest zeggen, zei hij snel: 'Ik ben lesbisch!'. Dat vond ik best erg. Juf heeft hem de klas uitgestuurd."

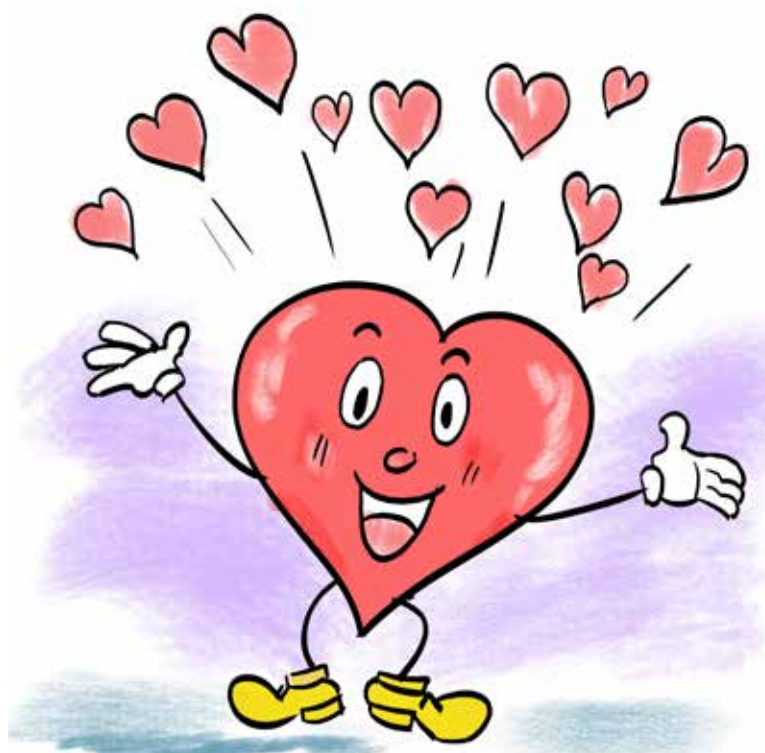
REACTIES UIT DE KLAS

Jaylinn, Kaylee en Lieke zitten bij Lisa en Nisa in de klas. Kaylee: "Toen Nisa en Lisa verkering kregen, gingen een paar jongens lachen. Maar zij lachen om alles." Jaylinn: "Ze lachen ook bij de lessen over veranderingen in je lichaam." Lieke: "Zij lachen zelfs om het woord 'piemel'. Terwijl ze er zelf eentje hebben!"



Kaylee, Lisa, Lieke, Jaylinn, Nisa en Ajay zijn open en sociaal.

"Verliefdheid is een bijzonder gevoel. Zó bijzonder, dat meer dan de helft van alle liedjes, boeken en films erover gaan. Je kunt er kriebels in je buik van krijgen, slappe knieën en zweterige handen. Je hart gaat bonzen en je kunt een beetje onzeker worden. Je wil graag bij de ander zijn, ook al voelt het spannend. En als 'die ander' ook op jou is... dan kun je je supergelukkig voelen."



"VERLIEFD ZIJN IS EEN FIJN GEVOEL"

Loes (8), Olivia (8) en Noortje (9) van de Binckhorst-Sint Janschool in Laren beantwoorden vragen over verliefd zijn.

1. HOE WEET JE OF JE VERLIEFD BENT?

Loes: "Je vindt iemand dan heel leuk. Je krijgt kriebels in je buik. Dat is een fijn gevoel." **Noortje:** "En als je verkering hebt, ga je soms kussen. Sommige mensen zeggen 'schatje' tegen elkaar."

2. ZIJN JULLIE WEL EENS VERLIEFD GEWEEST?

Loes: "Nee, maar er was wel een jongen verliefd op mij." **Noortje:** "Ja, ik ben op een jongen uit mijn klas. Ik heb hem een kaart geschreven. Toen heeft hij het aan iedereen verteld."

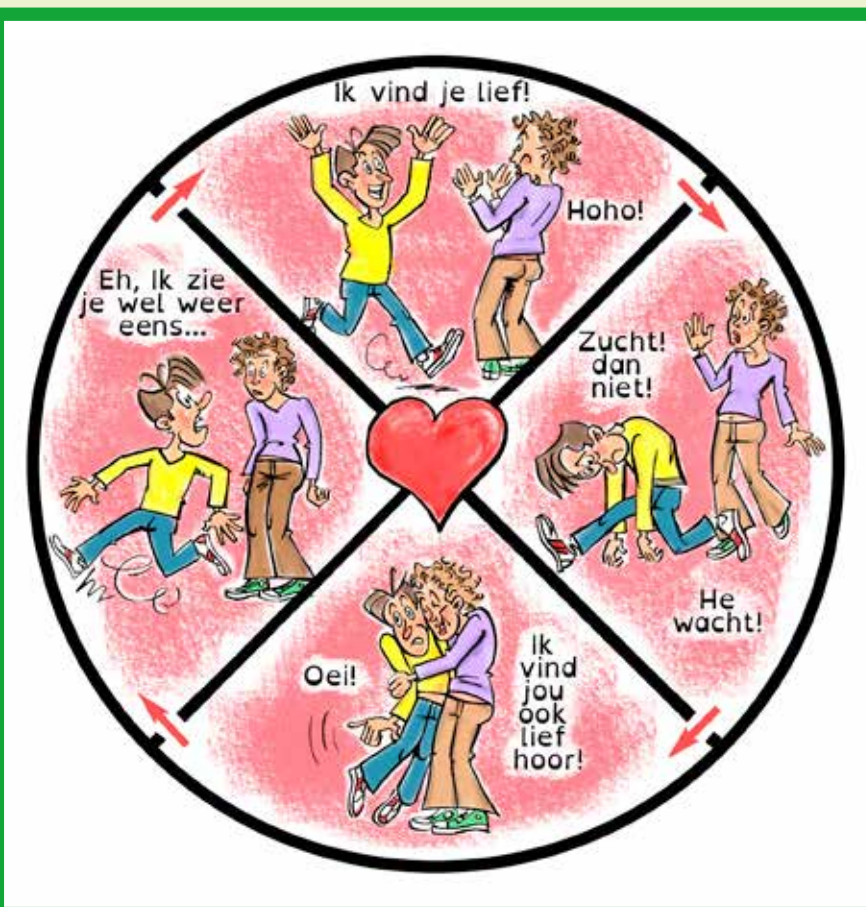
3. OP WIE KUN JE VERLIEFD WORDEN?

Noortje: "Op jongens en op meisjes. Dat maakt niet uit. Je mag jezelf zijn, en je mag trouwen met wie je wil." **Loes:** "Je kunt zelfs verliefd worden op dieren." **Noortje:** "Ja, maar daar kun je niet mee trouwen."

4. MOET JE HET IEMAND VERTELLEN ALS JE VERLIEFD OP HEM OF HAAR BENT?

Noortje: "Het mag, maar het hoeft niet. Je mag het ook voor jezelf houden."

Loes en Noortje met in het midden Olivia.



Loes: "Als je het niet wil vertellen, kun je het op een andere manier laten weten. Met een Valentijnskaart bijvoorbeeld."

5. WAT IS HET VERSCHIL TUSSEN VRIENDSCHAP EN VERLIEFDHEID?

Noortje: "Een vriend of vriendin vind je gewóón leuk. Als je verliefd bent, vind je elkaar zó leuk, dat je wil kussen."

6. HEBBEN JULLIE WEL EENS VERKERING GEHAD?

Loes: "Er was een jongen die verkering met mij wilde, maar ik heb 'nee' gezegd. Ik vond het zielig voor hem, maar ik was niet verliefd." **Noortje:** "Ik heb een jongen om verkering gevraagd. Hij zei 'ja', maar het was op 1 april. Dus ik weet niet of het een grap was."

GUUS EN JAGGER



Guus (11) en Jagger (10) zijn goede vrienden en buurjongens. Ze zitten op de Binckhorst-Sint Jan in Laren. Hoe denken zij over verliefdheid?

Guus: "Jongens en meisjes gaan anders met verliefdheid om. Meisjes gaan vaak giechelen als ze iemand leuk vinden. Jongens gaan eerder opscheppen en gek doen. Ik heb nog nooit verkering gehad. Dat wil ik ook niet. Het is veel werk en ik wil geen dingen doen die ik niet wil."

Jagger: "Ik heb een paar keer verkering gehad. Sommige meisjes worden opeens verlegen als we alleen waren. Ik moet dan hard werken om het gesprek op gang te houden. Als je verliefd bent, heb je echt een klik met iemand. Je bent een soort 'hogere' vrienden."

QUIZ

5. BEN JIJ WEL EENS VERLIEFD GEWEEST?

- A. Ja
- B. Nee
- C. Misschien
- D. Een beetje

6. STELLING: ALS JE VERLIEFD BENT, WIL JE ALTIJD BIJ DE ANDER ZIJN.

- A. Waar
- B. Niet waar
- C. Misschien
- D. Soms



Eefke en Julie hebben verkering met een jongen uit hun klas.



Rembrandt had een vriendin.

ALLES OVER VERKERING

Eefke (11), Julie (12) en Rembrandt (11) zitten in groep 8 van de Icarus in Heemstede. Eefke en Julie hebben verkering met een jongen uit hun klas. Rembrandt had zes jaar lang verkering met een meisje uit Amsterdam, tot ze het in de zomervakantie uitmaakte. De drie experts beantwoorden vragen over verkering.

Moet je verliefd zijn om verkering te krijgen?

Eefke en Julie: "Ja."

Hoe vraag je iemand verkering?

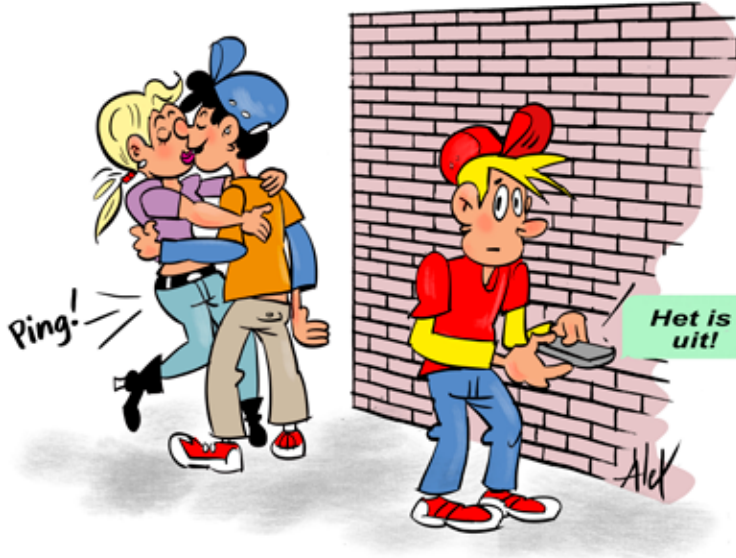
Julie: "Je kunt het via vrienden aanmaken." Eefke: "Ja, want als iemand 'nee' zegt in je gezicht, is het pijnlijk." Rembrandt: "Als vrienden verkering voor je vragen, loop je minder risico. Het is sowieso beter om eerst vrienden met een meisje te worden. Als je zeker weet dat ze je leuk vindt, kun je verkering vragen."

Met wie hebben jullie verkering en waarom?

Julie: "Ik heb sinds groep 6 verkering met James. Hij is lief en zorgzaam. Als ergens ruzie is, of iemand heeft pijn, dan gaat hij er meteen heen." Eefke: "Ik



Hoe maak je het uit? Via WhatsApp?



heb sinds groep 1 verkering met Jason. Het was in groep 3 even uit, maar daarna weer aan. Jason is grappig, lief en zorgzaam. Hij helpt me om goede beslissingen te nemen.

Dan vraagt hij: 'Wat wil je nou écht?'

Weten je ouders dat je verkering hebt?

Julie: "Ja, want ik spreek vaak af met James. Het duurde wel even tot ze wisten dat we verkering hadden." Eefke: "Ik zou het niet geheim kunnen houden voor mijn ouders, want ik zie Jason heel vaak."

Hoe ga je om met problemen?

Rembrandt: "Mijn vriendin en ik hadden een miscommunicatie. Dat was héél erg. Ik vroeg via de app: 'Weet jij nog hoe we verkering kregen?' Toen stuurde ze een spraakbericht: 'Wil je überhaupt nog wel met mij?' Het was heel pijnlijk, het liep helemaal mis."

Kunnen je vrienden het voor je uitmaken?

Alle drie: "Nee!!! Dat is niet oké." Eefke: "Je moet het zelf zeggen." Rembrandt: "Mijn vriendin maakte het uit via de telefoon. Ze zei: 'Ik moet je wat zeggen...'" Eefke: "Ik vind dat niet leuk van haar." Rembrandt: "Het was ook niet leuk. Maar het was beter dan elkaar zien en dan horen: 'Hoi, het is uit.' Dan moet je nog de hele middag samen zijn."

Wat doe je als het uit is?

Rembrandt: "Jongens gaan de hele dag gamen. Dan vergeet je het wel." Julie: "Meisjes eten een bak ijs. Vriendinnen komen langs en brengen een bak ijs. Dat zie ik in films." Eefke: "Ik zou geen hele bak ijs willen. Ik eet liever koekjes."

QUIZ

7. STEL, IEMAND VRAAGT VERKERING VIA EEN APPJE. JE VRAAGT JE AF OF HET EEN PRANK IS. WAT DOE JE?

- A. Ik ga er niet op in. Ik wil dat de ander het vraagt als hij/zij me ziet.
- B. Ik check bij vrienden of zij ervan weten.
- C. Ik bel hem of haar op.
- D. Ik zeg gewoon 'ja'. Ik heb niets te verliezen.

8. WAT DOE JE ALS JE VERKERING HEBT?

- A. Ik zou graag willen kussen.
- B. Ik spreek vaker samen af.
- C. Er verandert niets.
- D. We doen dingen die we allebei leuk vinden.

9. JE WIL VERKERING MAAR DURFT HET NIET TE VRAGEN. WAT DOE JE?

- A. Ik laat het zitten.
- B. Ik vraag een vriend(in) om het voor mij te vragen.
- C. Ik verzamel moed en vraag het toch.
- D. Ik stuur een kaartje of een appje.



Rembrandt, Eefke en Julie.

HOE MOET IK HET VERTELLEN?

Lisa vond het lastig om haar moeder te vertellen dat ze verking had met een meisje. "Mijn moeder was beneden en ik boven. Ik ging drie keer de trap af om het te vertellen, maar telkens durfde ik niet en ging weer naar boven. Die avond heb ik het alsnog verteld. Mijn moeder zei: 'Als het goed voelt voor jou, ben ik blij voor je.' Ik vond dat fijn om te horen." Meer over Lisa op pagina 6.

Kaylee: "Als we ergens mee zitten, kunnen we daarover praten met onze juf. Ze probeert ons dan te helpen."



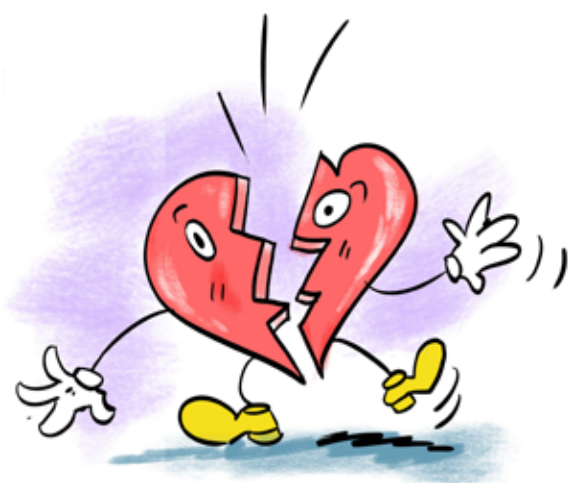
Kaylee.



Lisa.



"Als je niemand weet of liever anoniem wil blijven, bel dan de Kindertelefoon. Daar werken vrijwilligers die niks gek vinden en je graag helpen. Het nummer van de Kindertelefoon is 0800-0432. Je kunt bellen tussen 11 en 21 uur. Chatten kan ook: www.kindertelefoon.nl/chat. De gesprekken zijn gratis en niemand hoeft ervan te weten."



"Zit je ergens mee? Blijf er niet alleen mee rondlopen. Vertel een vriend, vriendin, juf, meester, oom, tante of andere volwassene over je probleem of twijfels. Praten lucht op en anderen hebben soms goede raad. Je ouders of verzorgers hebben ervaring met onderwerpen als vriendschap, verliefdheid en liefde."



WAT IS EEN GOED MOMENT VOOR EEN GESPREKJE?

- Als je samen in de auto zit.
- Als je samen de keuken opruimt.
- Als je samen de hond uitlaat.
- Als papa of mama je een nachtkus komt geven.



INTERVIEW JE OUDERS OVER LIEFDE

Sommige ouders zijn nieuwsgierig. Ze stellen je (te) veel vragen over verliefdheid en verking. Draai het eens om! Stel ze deze vragen en leer ze beter kennen!

Vragen

1. Wanneer was je voor het eerst verliefd?

2. Waar ontmoette je papa/mama?

3. Vond je hem/haar meteen leuk?

4. Wat vind je zijn/haar leukste eigenschap?

5. Wanneer hebben jullie voor het eerst gekust?

QUIZ

10. WIE LUISTERT ER NAAR JOU?

- A. Mijn vrienden
- B. Mijn ouders
- C. Mijn juf of meester
- D. Meerdere mensen

11. HOE GEEF JIJ EEN GRENS AAN?

- A. Ik zeg: "Dit wil ik niet."
- B. Ik word boos.
- C. Ik loop weg.
- D. Ik vertel wat ik wél wil.

ELKAARS GRENZEN RESPECTEREN

Kate (12), Lotte (12), Guusje (11), Annabelle (12) en Iefke (12) zijn klasgenoten. Ze praten over de gebeurtenissen bij het tv-programma **The Voice**. Deelnemers zouden tegen hun zin in aangeraakt zijn door coaches en medewerkers. Mannen maakten ook vervelende, grensoverschrijdende opmerkingen tegen ze. Veel mensen zijn daar erg boos over.

Hoe kon het gebeuren?

Lotte: "Die mannen zijn beroemd en vinden dat ze alles kunnen maken." **Kate:** "De mannen denken dat ze de macht hebben. Ze denken: 'Niemand gaat hier achter komen, want de meiden durven het niet te zeggen.'" **Annabelle:** "Veel meisjes denken dat het hun eigen schuld



Iefke,
Guusje,
Kate,
Lotte en
Annabelle.



Annabelle: "Veel meisjes denken dat het hun eigen schuld is."

is als er iets gebeurt wat ze niet willen. Ze zijn bang dat ze niet geloofd worden als ze naar de politie gaan."



Wat vinden jullie ervan?

Annabelle: "Ik vind het raar dat mannen denken dat ze van alles kunnen doen wat niet oké is." **Guusje:** "Je verwacht zoiets niet. Je verwacht dat je gecoacht wordt. Niet dat iemand aan je zit." **Lotte:** "De mannen zijn nog onschuldig tot het tegendeel bewezen is."

Wat zou jij hebben gedaan, denk je?

Guusje: "Ik had misschien ook niks

Kate: "Ik zou het vertellen aan een vriendin die ik vertrouw."

durven zeggen, maar ik zou weg-gelopen zijn. Als iemand me zou meenemen terwijl ik dat niet wilde, zou ik heel hard gaan roepen." **Annabelle:** "Als een jongen zijn arm om mij heenslaat terwijl ik dat niet wil, zeg ik: 'Doe dat niet.' Als hij zijn arm niet wegdoet, zou ik slaan of boos worden. Ik laat niet aan me zitten als ik dat niet wil."

Aan wie zou je het vertellen?

Kate: "Ik zou het tegen een vriendin zeggen die ik echt vertrouw. Iemand die bewezen heeft dat ze geheimen

kan bewaren." **Guusje:** "Ouders geloven het misschien niet. Of ze vertellen het door. Dat voelt niet lekker."

Kunnen meisjes voorkomen dat ze vervelende opmerkingen krijgen?

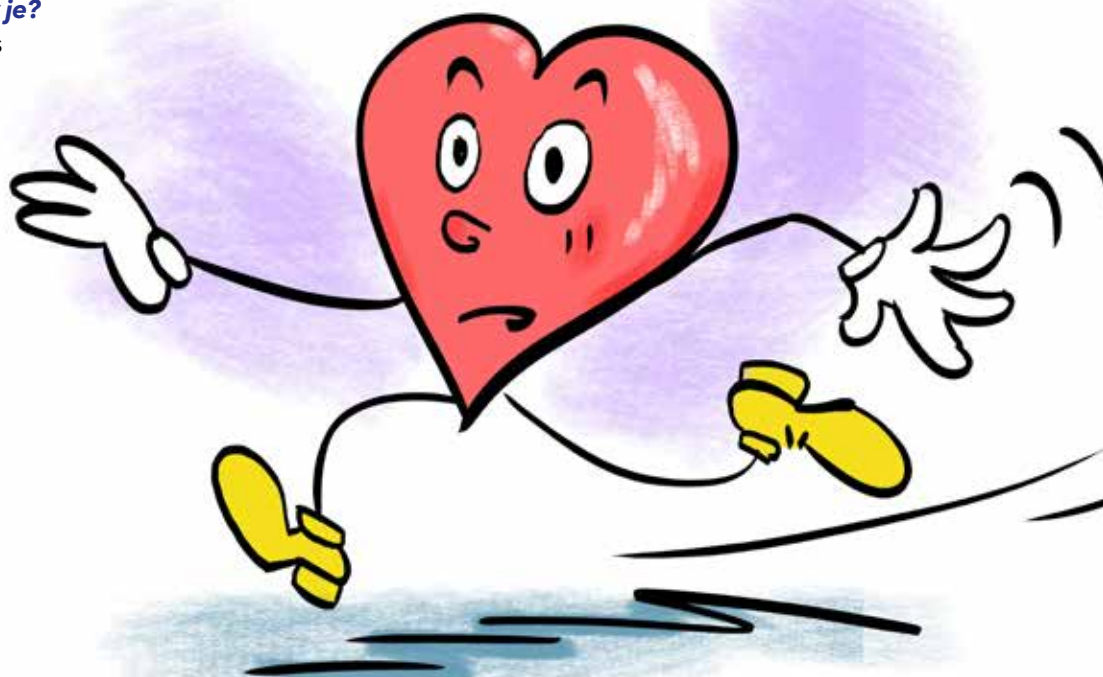
Guusje: "Als mannen opmerkingen maken omdat je een kort broekje aan hebt, kan je een langer broekje aantrekken." **Annabelle:** "Nee, je mag je kleden zoals je wil. Als mannen iets willen roepen, moeten zij dat weten."

Wat kan er gedaan worden tegen grensoverschrijdend gedrag?

Annabelle: "Meisjes moeten meer zelfvertrouwen krijgen, zodat ze durven zeggen: 'Stop, dit gaat te ver.'" **Guusje:** "Ze moeten les krijgen van iemand die ze vertrouwen." **Annabelle:** "Het liefst van een meisje."

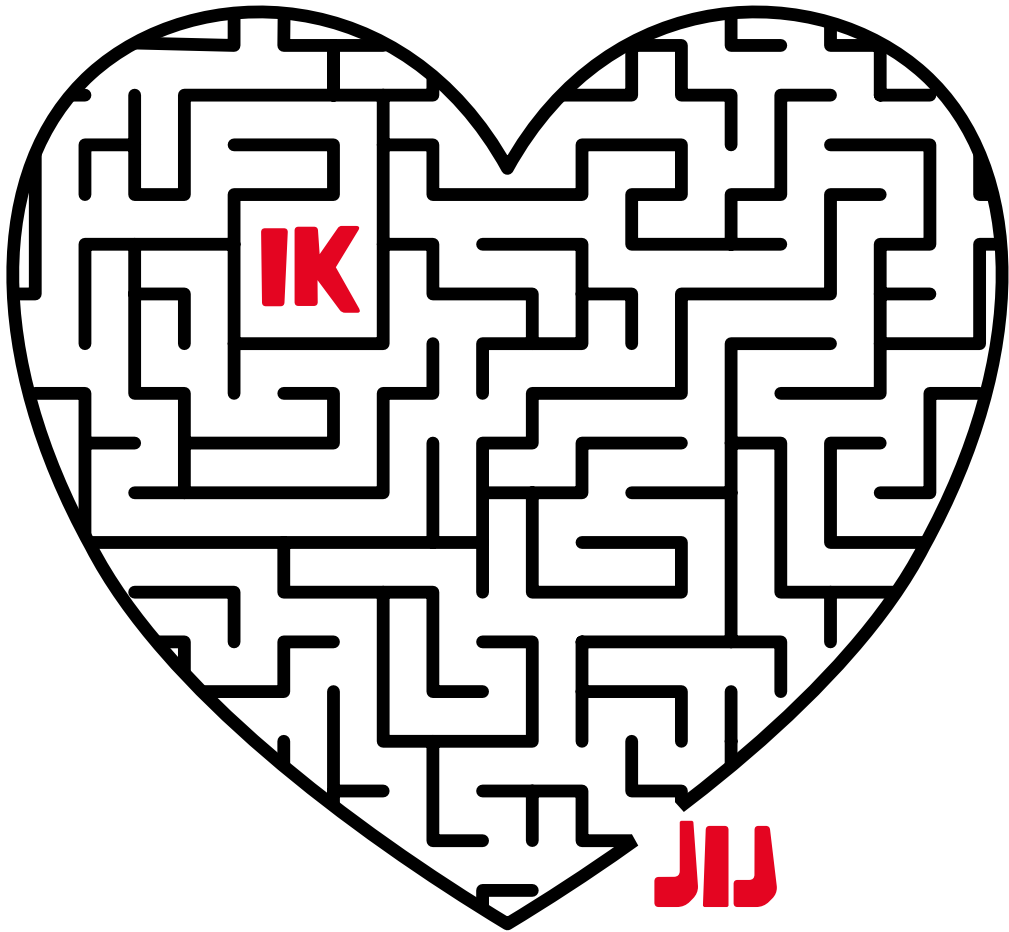
"Respecteer elkaars grenzen. Als iemand 'nee' zegt, ga dan niet smeken, drammen of proberen de ander over te halen. Wil je iemand aanraken, check dan eerst of diegene dat prettig vindt."

"Soms is het makkelijker om te zeggen wat je wél wil, dan wat je niet wil."



DOOLHOF

Vind jij de weg in dit doolhof?



MOPPEN

Hoe noem je een drol in een winkelwagen?

Antwoord: Een grote boodschap.

Er komt een man bij de dokter. “Dokter, ik ben zo vergeetachtig.” Dokter: “Hoe lang heeft u daar al last van?” Antwoordt de man: “Waarvan?”

Zegt de ene oen tegen de andere: “Mijn pincode is 8888, maar ik zeg niet in welke volgorde.”

Twee vrienden zien elkaar op een feest. Zegt de één: “Tien jaar zijn mijn vriendin en ik gelukkig geweest.” Zegt de ander: “O ja? En wat gebeurde er toen?” De eerste jongen zucht diep en zegt: “Toen hebben we elkaar ontmoet.”

WOORDZOEKER

Streep alle woorden van het lijstje door in de puzzel. De woorden staan ook schuin en achterstevoren. Sommige letters gebruik je twee keer. Maak een woord van de letters die je overhoudt.

- Bijtje

Bloei

Bloemen

Barbecue
- Eieren

Groen

Koningsdag

Narcis
- Paashaas

Pasen

Roos

Tuin
- Tulpen

Varen

Zon

Zwemmen

Oplossing:

Uitkomst quiz:

Het is misschien een beetje flauw, maar alle antwoorden zijn goed. Iedereen is anders en reageert anders.

B	P	L	B	I	J	T	J	E	K
A	A	Z	W	E	M	M	E	N	O
R	S	T	U	L	P	E	N	P	N
B	E	E	G	N	N	B	T	A	I
E	N	T	R	A	V	L	E	A	N
Q	Z	U	O	R	A	O	I	S	G
U	O	I	E	C	R	E	E	H	S
E	N	N	N	I	E	I	R	A	D
R	O	O	S	S	N	E	E	A	A
B	L	O	E	M	E	N	N	S	G



Colofon

De Liefdeskrant is gemaakt in opdracht van de GGD Gooi en Vechtstreek en de GGD Kennemerland voor het programma ‘Gezonde School’. Deze uitgave is bestemd voor leerlingen uit groep 5 t/m 8 en wordt bezorgd op alle basisscholen in de regio’s Kennemerland en Gooi en Vechtstreek.
Oplage: 36.200 exemplaren Productie: Moving Words Haarlem
Vormgeving: Kirsten Vermeulen Teksten: Jacqueline Schadee
Foto’s: Floor Godefroy Illustraties: Alex van Koten

NISA (12): “MIJN KLAS, OMDAT DE KINDEREN ME ACCEPTEREN ZOALS IK BEN.”



Charlie - “Mijn hele familie verdient een compliment. Ze geven allemaal om me en ze houden van me. Mijn ouders nog het meest. Zij zijn degenen die me verwennen als ik ziek ben, die me de hele tijd knuffelen en met wie ik over alles kan praten.”



LIEKE (11): “NISA UIT MIJN KLAS. IK VIND HET GOED DAT ZIJ ZO OPEN IS OVER LIEFDE.”



Riddhima - “Ik geef een compliment aan mijn ouders. Sinds ik een klein meisje was, helpen ze me om verder te komen.”



LISA (11): “MIJN MOEDER, OMDAT ZE ME ACCEPTEERT ZOALS IK BEN.”



Jaylinn (11): “Tessa, mijn vriendin. Ze is er altijd voor me en ik kan haar alles vertellen.”



LIVIA (10): “AAN MIJN VRIENDIN NADIA. ZE KAN MOOI TEKENEN.”



Ajay (11): “Sven en Tessa uit onze klas. Ze hebben verkering en gaan leuk met elkaar om.”



Lilly - “Mijn vrienden verdienen een compliment omdat ze superaardig en zorgzaam zijn.”



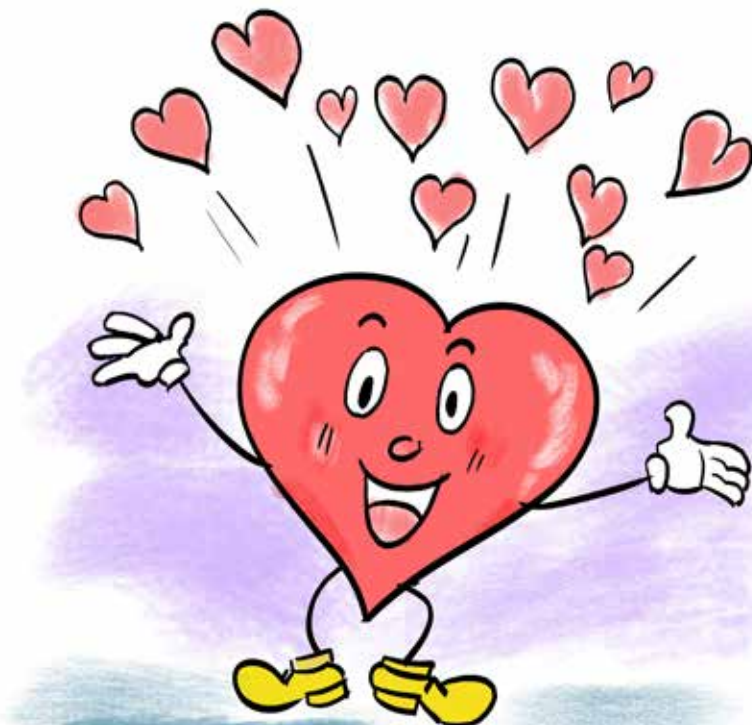
NADIA (11): “AAN MIJN VRIENDIN LIVIA. WE KUNNEN SAMEN ALTIJD WEL ERGENS OM LACHEN.”



Zoë - “Lilly is altijd behulpzaam en aardig. Ze troost mensen die zich down voelen.”



LANG LEVE DE LIEFDE



VUL IN:

Wie wil jij een complimentje geven?
.....
Wat is een fijn compliment dat jij kreeg?
.....
Welk compliment zou jij jezelf geven?
.....

EEN GROOT COMPLIMENT AAN ALLE KINDEREN DIE HEBBEN MEEGEWERKT AAN DEZE KRANT. FIENE, RUBEN, REMBRANDT, EEFKE, JULIE, JAYLINN, KAYLEE, LIEKE, NISA, LISA, AJAY, LIVIA, NADIA, MERIJN, MORRIS, TARA, LANA, ZOË, CHARLIE, RIDDHIMA, LILLY, KATE, LOTTE, GUUSJE, ANNABELLE, IEFKE, JAGGER, GUUS, LOES, NOORTJE, OLIVIA, ELIN, TESS, LUCA, NIKKI, LILA, ESMEE, DURON, MATS, TOINE, FLOOR, RIVA, NATCHA, MYLO. JULLIE ZIJN TOPPERS!

WAAROM DEZE LIEFDESKRANT?

Nienke (42) bedacht het idee voor een regionale Liefdeskrant. Ze is adviseur bij de GGD Kennemerland en de GGD Gooi en Vechtstreek.

Hoe kwam je op het idee voor een Liefdeskrant?

“Veel scholen, ouders én kinderen vinden het lastig om over seks en relaties te praten. Terwijl vriendschap en verliefdheid zo ongelooflijk normaal zijn. Zonder liefde zouden er geen mensen zijn, toch?! Het leek mij daarom leuk om het onderwerp ‘Liefde’ vóór kinderen en dóór kinderen te laten bespreken. En zo is de Liefdeskrant geboren!”

Voor wie is de krant?

“Voor alle kinderen van groep 5 tot en met 8 en daarnaast voor iedereen die met de kinderen meeleest.”

Wat hoop je ermee te bereiken?

“Ik hoop dat de kinderen genieten van elkaars verhalen, zichzelf erin herkennen en er wat van leren. Ze leren hopelijk dat ze, net als de kinderen in de krant, niet bang hoeven te zijn om hun gevoelens te

tonen of uit te spreken. Als kinderen de krant aan hun ouders laten zien, leren ook zij dat dit onderwerp niet eng is. Ouders kunnen heel veel leren van hun kinderen!”

Waarom vind je dat belangrijk?

“Praten met elkaar is superbelangrijk. Het onderwerp ‘seks en relaties’ wordt vaak overgeslagen. Veel mensen vinden het moeilijk en spannend om erover te praten. Best gek toch? Iets spannend en eng vinden, terwijl het zo normaal is...”

Waarom verschijnt hij juist in weghalen deze week?

“Omdat het van 21 tot en met 25 maart de week van de Lentekriebels is! Als de lente begint, dan komen er weer bloemetjes en bijtjes, vogels bouwen nestjes. Alles in de natuur kriebelt en werkt aan een volgende generatie. Veel scholen geven deze week les over weerbaarheid, relaties en seksualiteit. Het is goed om te leren dat je

grenzen en wensen mag aangeven en die van anderen moet respecteren.”

Wat voor werk doe je en waarom?

“Ik help scholen om gezonder te worden én te blijven. Bij de Gezonde School horen thema’s als voeding of bewegen, maar ook relaties & seks. Dat gaat over vriendschap, omgaan met elkaar en ja, ook liefde...Ik

vind mijn werk ongelooflijk leuk en superbelangrijk. Als kinderen lekker in hun vel zitten, zullen ze beter leren op school. En hoe jonger de kinderen zijn, des te makkelijker is het om ze gezond gedrag aan te leren. Daar hebben ze de rest van hun leven profijt van!”