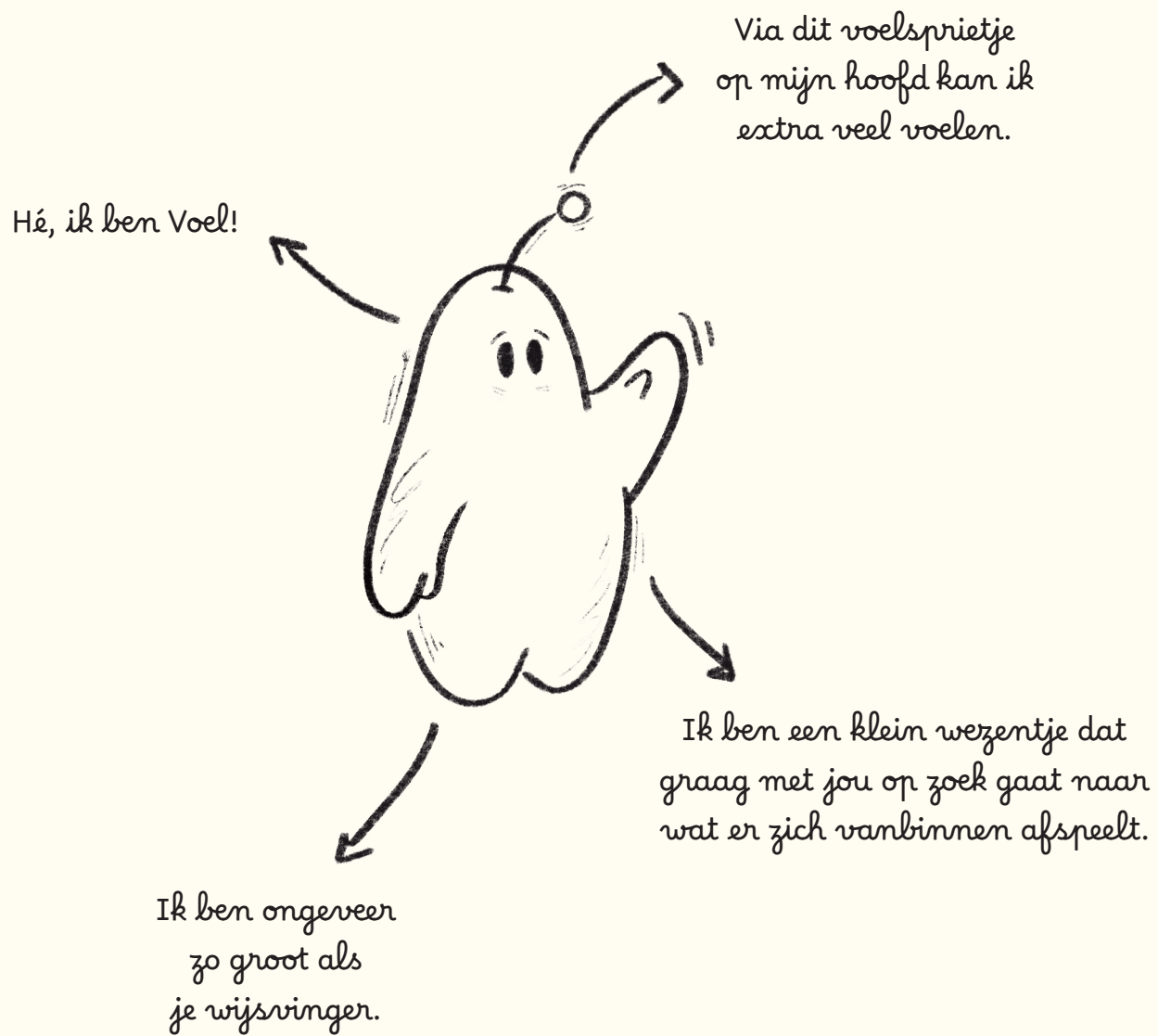


Louise Marie Leuwers
Steven Gielis



HET
GROTE
BOEK
VAN
ALLE
EMOTIES

Lannoo



Welkom in

HET GROTE BOEK VAN ALLE EMOTIES



Dit boek is speciaal gemaakt om je te helpen over **gevoelens** te praten.

Gevoelens kunnen soms verwarrend zijn, maar door ze beter te begrijpen wordt het gemakkelijker om erover te praten. Dit boek helpt je op een speelse manier verschillende emoties te verkennen. Elke pagina biedt activiteiten en vragen die je samen kunt doen.

Je kunt het boek op verschillende manieren gebruiken: blader er samen doorheen om in één keer over allerlei gevoelens te lezen, of zoek specifiek naar een emotie waar je op dat moment zin in (of nood aan) hebt.

Bij elke emotie vind je een basistekening die het gevoel uitbeeldt, en daarnaast vind je oefeningen waarmee jullie nog dieper op dat gevoel kunnen ingaan. Die oefeningen helpen het gevoel beter te begrijpen en te leren hoe je ermee om kunt gaan.

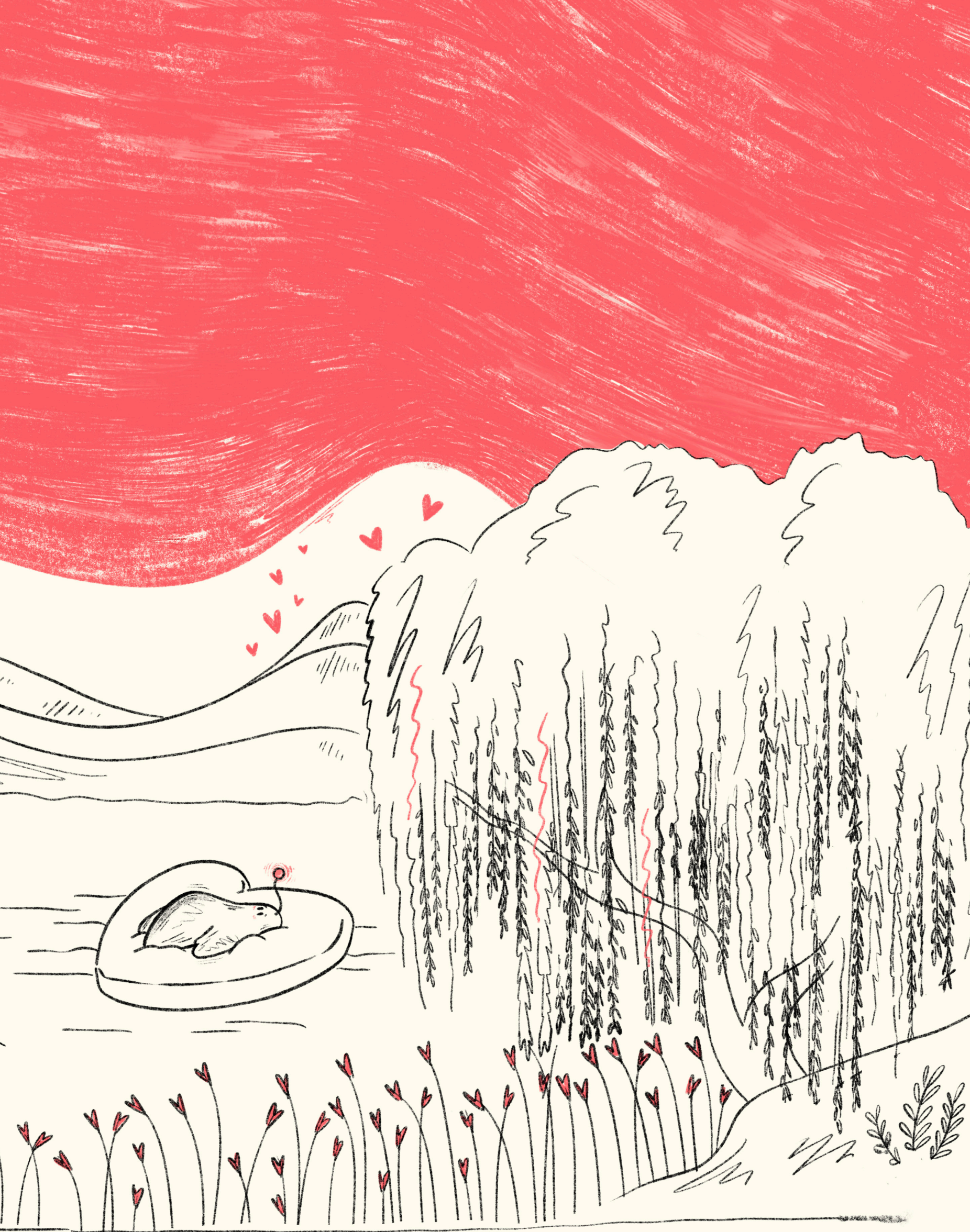
Dus of je nu wilt ontdekken wat je raakt of blij maakt, of juist even wilt oefenen in het omgaan met boosheid of verdriet, dit boek is er om jullie te ondersteunen. Sla de pagina's om, ga op ontdekkingsreis, en leer samen over de prachtige en diverse wereld van emoties.

Veel kijk- en leesplezier,

Lou & Steven



♥
Heb je het slakje al gevonden?
Hoever veel vlinders tel je?



Wat doet drijvende Voel?
Wat zouden de knuffelende Voeltjes op het wolkje denken?

♥♥ LIEFDE



WAT IS LIEFDE?

Liefde is een warm gevoel dat je krijgt als je iemand heel erg leuk vindt of van iemand houdt. Het kan voelen alsof er een zonnetje in je hart schijnt en het maakt je blij. Je kunt liefde voelen voor je familie, vrienden, huisdieren, of zelfs voor dingen die je leuk vindt om te doen.

Liefde zorgt ervoor dat je graag tijd met iemand doorbrengt, dat je aardig en zorgzaam wilt zijn, en dat je elkaar helpt. Je kunt op veel verschillende manieren liefde tonen. Denk maar aan lief zijn voor iemand, samen praten of lekker knuffelen.

Soms wil je graag bij iemand zijn, maar gaat dat niet. Dan heb je misschien wel te maken met liefdesverdriet. Welke mensen zijn speciaal voor jou? Waarom?

♥ OP WELKE MANIER TOON JIJ HET LIEFST DAT JE IEMAND GRAAG ZIET?

Kies uit de lijst of verzin zelf nog iets anders.

- knuffelen
- samen lachen
- een kus geven
- een lief briefje schrijven
- hand in hand lopen
- samen spelen
- iemand helpen
- een bloem plukken en geven
- een vuistje geven
- iets lekkers maken of delen
- een compliment geven
- luisteren naar iemand
- een tekening maken
- een liedje zingen
- 'ik hou van jou' zeggen





♥ ADEMHALINGSOEFENING

Hartademhaling

Ga rustig zitten, leg je hand op je hart en adem diep in door je neus, en uit door je mond. Stel je voor dat je liefde in- en uitademt.



♥ GA EENS TERUG NAAR DE TEKENING KIJKEN...

- Wat voelt Voel die op het kussen in het water drijft, denk je?
- De Voeltjes op het wolkje knuffelen elkaar.
Hoe kun je iemand nog laten zien dat je hem lief vindt?
- Wat is Voel op het wolkje aan het doen?

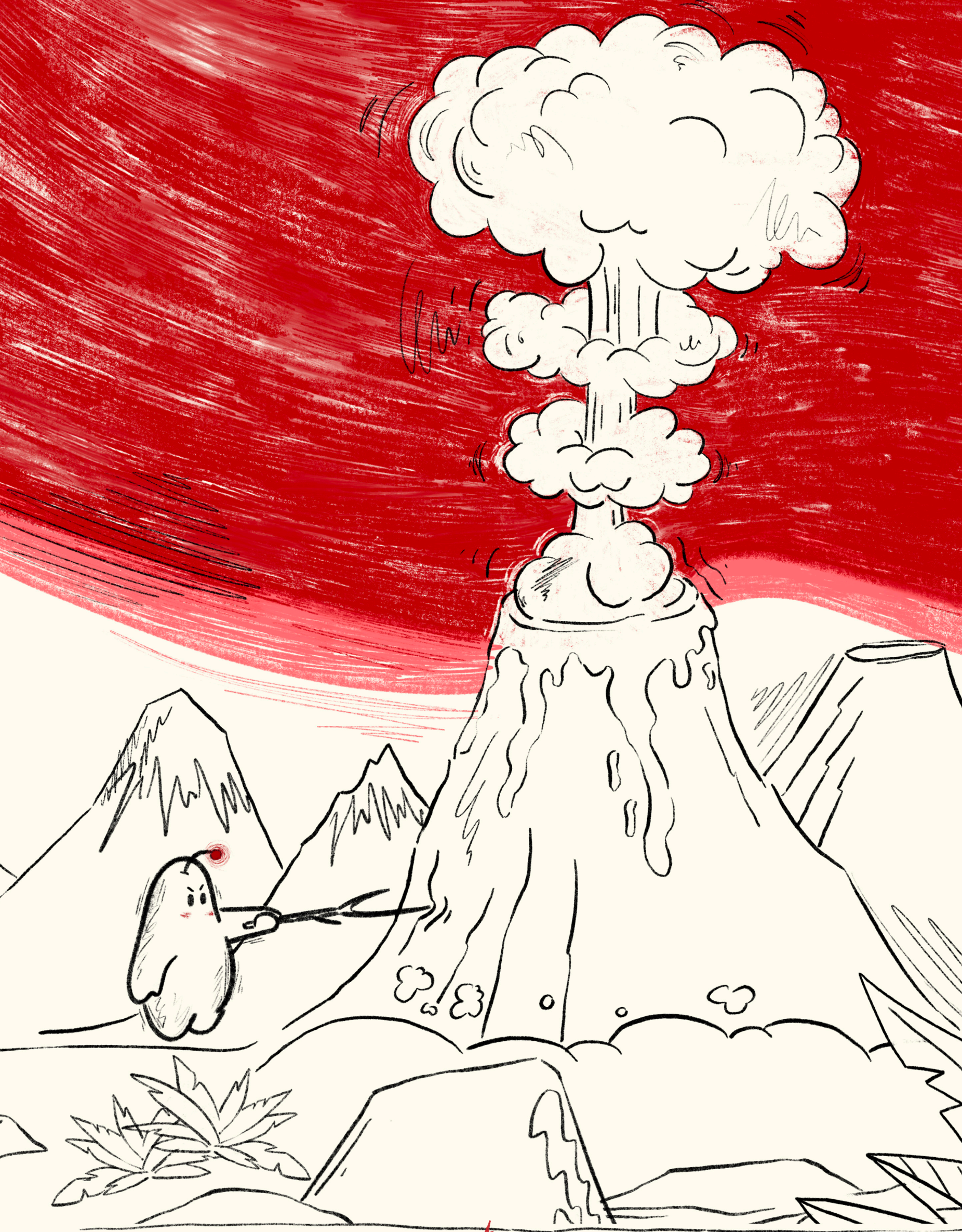


♥ BEWEGEN MAAR!

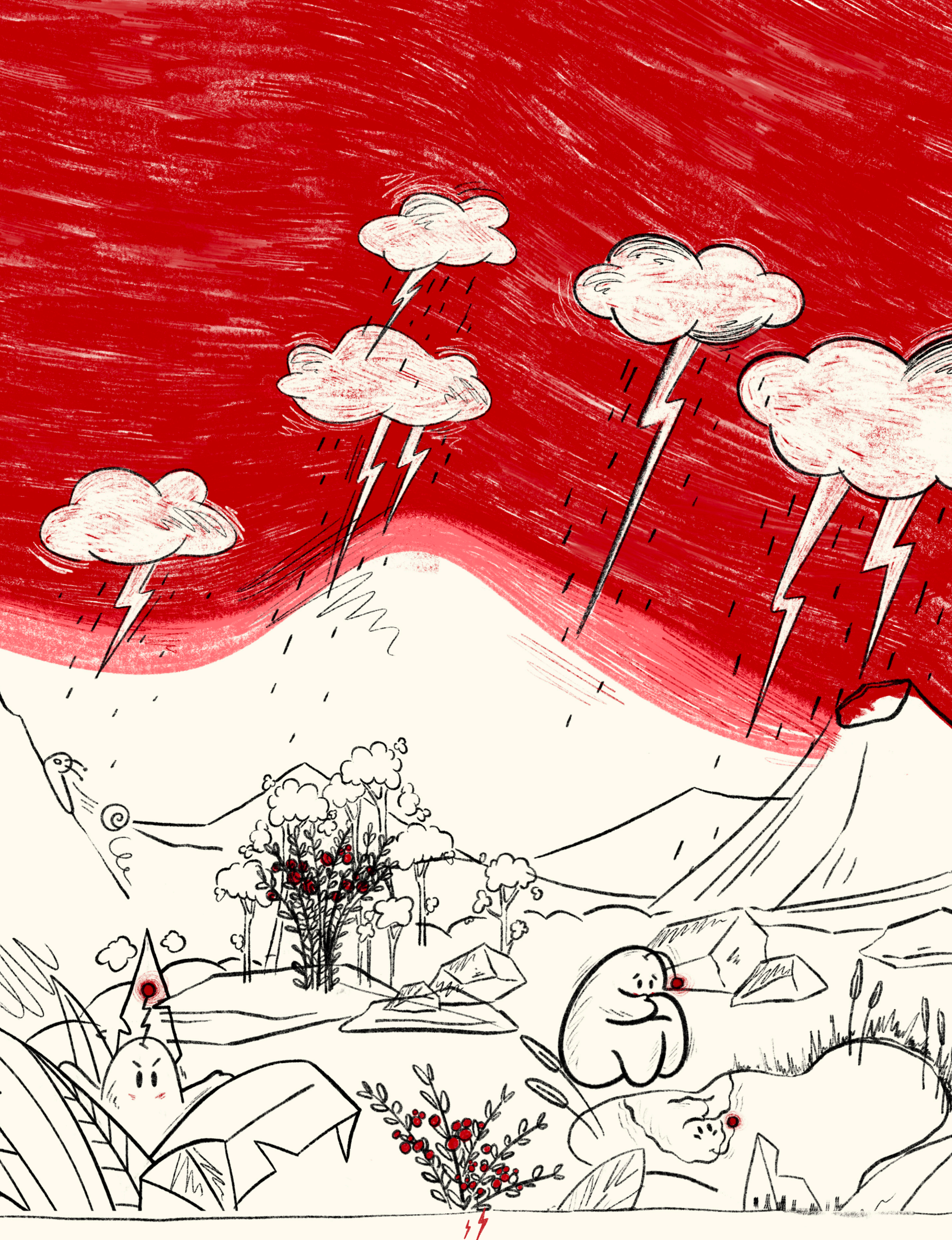
Hartjesdans

Dans met iemand en maak ondertussen hartjes met je handen.





Heb je het slakje al gevonden?
Tel alle bliksemschichten.



Wat doet Voel bij de vulkaan?
Wat zou Voel denken als hij naar zijn spiegelbeeld in het water kijkt?

www.lannoo.com

Registreer u op onze website en we sturen u regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

Tekst: Steven Gielis

Illustraties: Louise Marie Leuwers / Piekermeisje

Vormgeving/Opmaak: StudioLannoo

Als u opmerkingen of vragen hebt, dan kunt u contact opnemen met onze redactie:
mama.baas@lannoo.com of info@mamabaas.com.

© Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2024

D/2024/45/512 - NUR 854

ISBN: 978 90 209 0087 3

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.