

Themabrief Ouders

Ziek en Gezond

In ieder gezin is er wel eens iemand ziek. Meestal duurt dat maar kort en gaat het leven van alledag daarna weer gezond en wel verder. Ook kinderen zijn weleens ziek. Vooral jonge kinderen lopen bijvoorbeeld nogal eens een verkoudheid op omdat ze daartegen nog niet genoeg weerstand hebben opgebouwd. Dan zijn ze hongerig en koortsig, ze hoesten en ze slapen slecht. Voor ouders is dat een periode van extra zorg en aandacht.



Ziek zijn is dus een ervaring waar jonge kinderen vertrouwd mee raken. Allereerst als ze zelf ziek zijn, maar ook als mama of papa ziek is, een broertje of zusje, opa of oma, een vriendje of vriendinnetje. Ze gaan naar de huisarts, misschien ook weleens naar het ziekenhuis en bijna allemaal kennen ze het consultatiebureau. Daar worden ze onderzocht en krijgen ze hun inentingen. De meeste kinderen zijn zo gezond als een vis. Maar soms gebeuren er toch kleine ongelukjes. Kinderen vallen bij het klauteren, ze struikelen over drempels en over hun eigen voetjes, ze botsen met hun hoofd tegen een deurstijl, ze lopen schrammen op, kapotte knietjes en zere vingertjes. Dat moet allemaal verholpen worden met koude natte doeken, pleisters, verband, pincet en vooral met veel troost.

Het consultatiebureau is een bron voor rijke doen-alsof-activiteiten, net zoals een bezoek aan de huisarts en de tandarts. Het project gaat niet alleen over ziek zijn. Er zijn ook allerlei activiteiten die te maken hebben met gezondheid: over gezond eten, bewegen, vrolijk dansen en zingen, buiten zijn en over hoe je kunt zorgen dat je gezond blijft.

Met peuters komen we in de sfeer van het project door een spel met een zieke knuffel die verzorgd moet worden. Daar horen versjes bij over hoe het is om ziek te zijn en weer beter. De kinderen spelen dat de knuffels naar de dokter moeten en daarbij gebruiken ze de speelgoedinstrumenten in een dokterskoffertje. Ze leren over handen wassen, tandenpoetsen en neuzen snuiten.

Centrale themaboek: Beer is ziek

