

WARME TRUIEN DAG

Het was Warme Truien Dag op school.

Emmy sprong haar bed uit en rende naar haar kast. "Vandaag mag ik mijn allermooiste trui aan!" riep ze blij. Ze pakte een prachtige trui: rood met gele sterretjes en zachte wolken erop.

Mama had hem voor haar gebreid. Maar toen Emmy de trui aantrok, voelde ze het meteen...

Kriebiebel... kriebel... krabbel...



"Oh nee," zei Emmy. "Hij prikt!" Ze probeerde stil te zitten in de kring, maar haar schouders wiebelden, haar nek schuurde en haar armen wilden alleen maar krabben.

"Waarom kriebelt deze trui zo?" fluisterde Emmy. Waarom krijgt Emmy kriebeltjes?

De juf legde het rustig uit:

“Sommige truien zijn gemaakt van wol.

Wol bestaat uit kleine haartjes. Bij sommige mensen voelen die haartjes prikkelend op de huid.”

Emmy luisterde goed.

“En jouw huid is heel gevoelig,” zei de juf.

“Dan voelt zo’n trui al snel kriebelig, ook al is hij mooi en warm.” Emmy knikte. Dat klopte wel. Wat kan Emmy helpen?

De juf had goede ideeën:

Een zacht shirt onder de trui

Dan raakt de wol de huid niet direct.

De trui wassen met een mild wasmiddel

Dan wordt hij vaak zachter.

Even pauze nemen

De trui mag ook even uit als het te veel is.

Zeggen hoe het voelt, dan kunnen anderen helpen.

Emmy trok een dun,

zacht shirt aan onder haar trui.



En wat denk je?

Geen kriebel meer! Een warme les

Emmy straalde de hele dag.

Ze voelde zich warm van haar trui én van binnen. Want ze had geleerd:

Je mag iets mooi vinden én zeggen als het niet fijn voelt. Voor elk probleem is er een oplossing. En zo werd Warme Truien Dag voor Emmy toch een hele fijne dag .



Wat kun jij het beste doen als je iets niet fijn vindt (bijvoorbeeld een trui die kriebelt)?

- A. Ik word boos en ga hard roepen of huilen.
- B. Ik zeg niks en blijf er de hele dag last van houden.
- C. Ik zeg rustig tegen de juf of een volwassene dat het niet fijn voelt.
- D. Ik ga aan mijn trui trekken en krabben, zodat anderen het wel zien.



Welke dingen die je op deze pagina's vind kriebelen bij jou?

Kun je nog meer opnoemen?

