

Deze werkbladen werden ontworpen om ter ondersteuning van het boek

# De zware rugzak van Sarah Surgey

Een kinderboek over rouw

<https://sarahsurgey.com/product/the-heavy-bag/>

Deze werkbladen werden met de toestemming van Sarah ontworpen  
door Debbie Palphreyman van

[www.elsa-support.co.uk](http://www.elsa-support.co.uk)



**Enid wou naar de  
sterren kijken met  
haar opa**

# STERREN

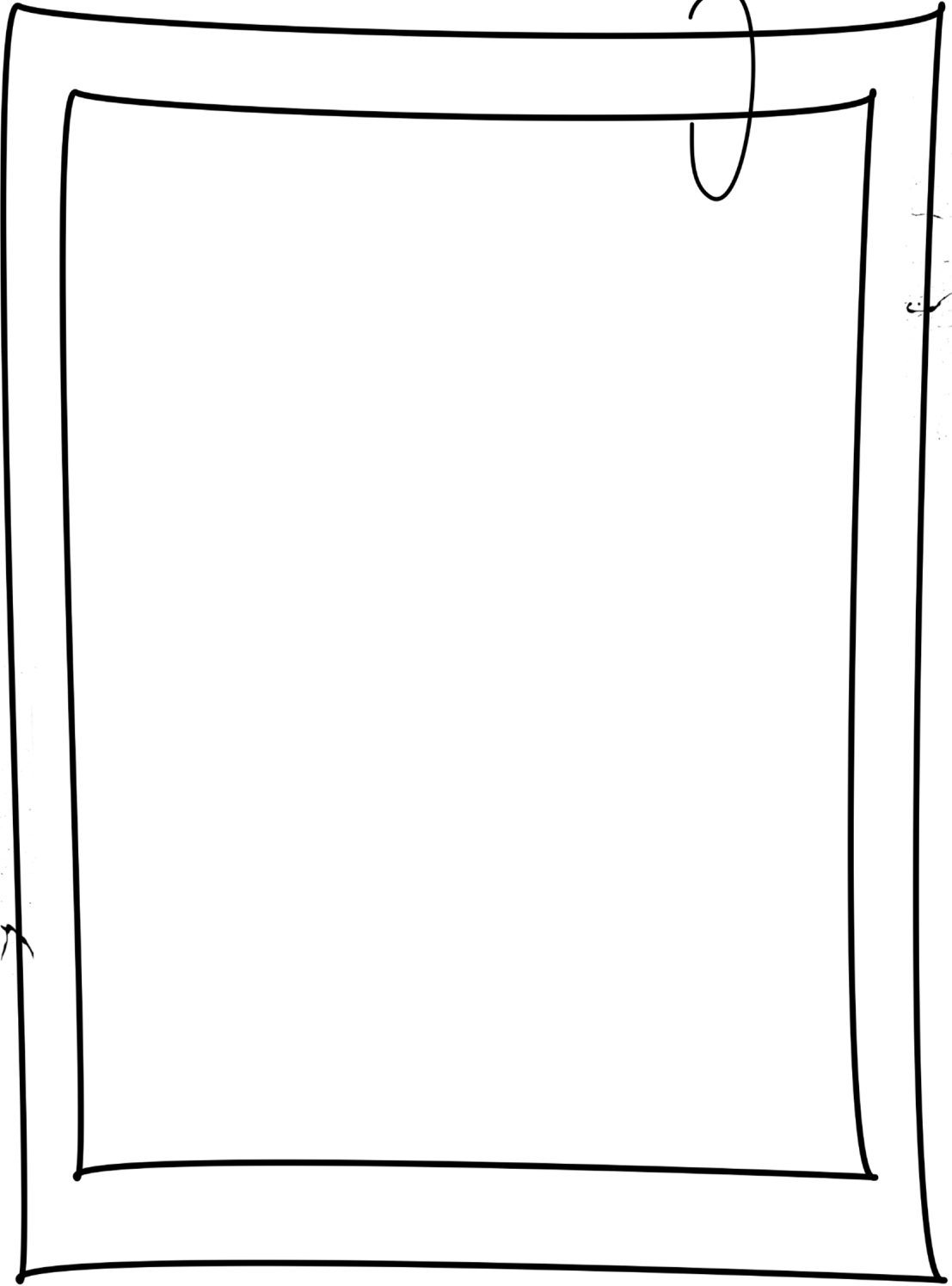
Neem rustig de tijd om alle sterren te kleuren, die Enid waarschijnlijk door de telescoop had kunnen zien.



**'Enid had gevoelens,  
die ze nog nooit eerder  
had gevoeld. Ze  
zoefden rond van haar  
hoofd tot aan haar  
tenen.'**

# GEVOELENS

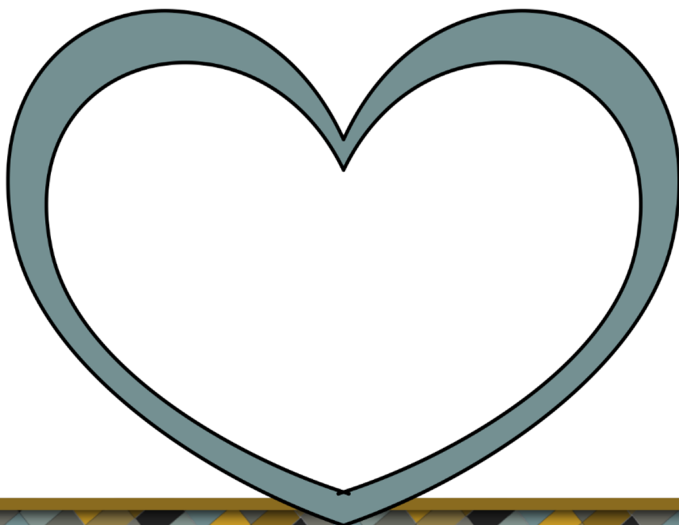
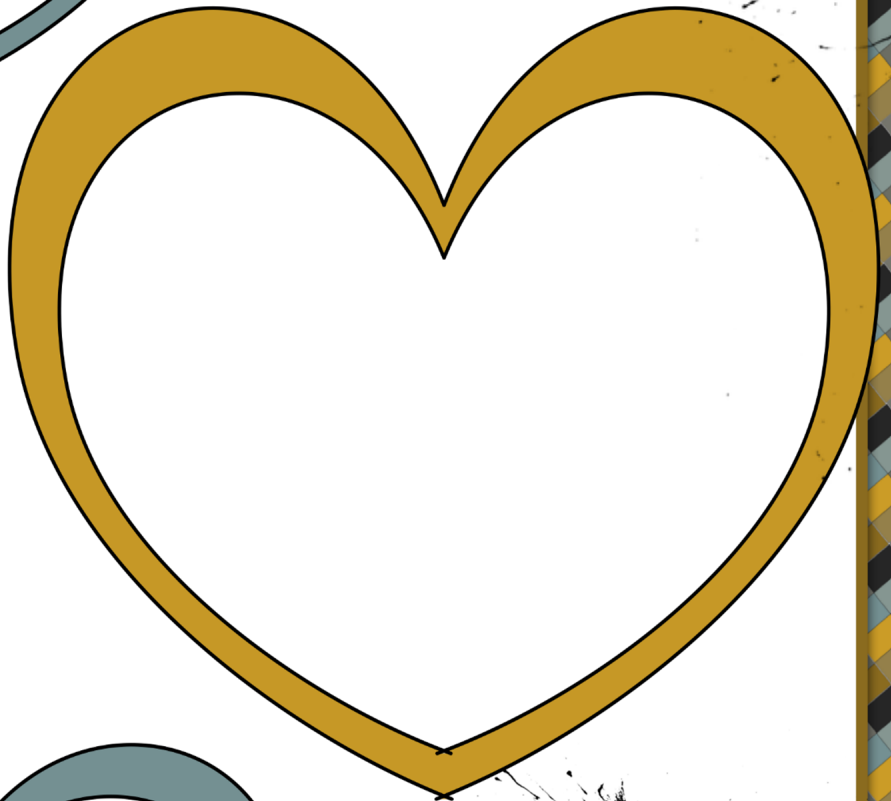
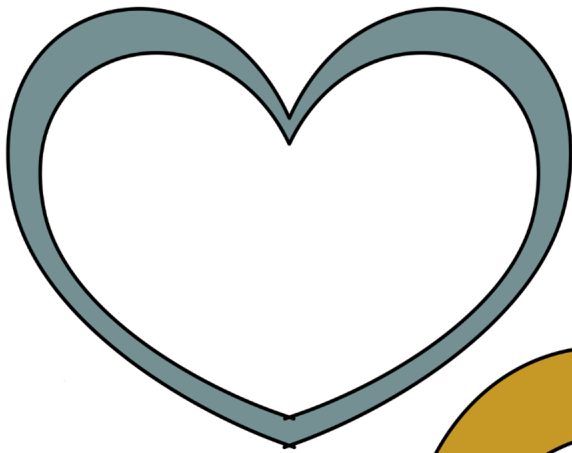
Teken jezelf en je lichaam. Teken ook je gelaatsuitdrukking / gezicht en kleur de lichaamsdelen waar je al die gevoelens voelt.



**Enid probeerde  
dingen te doen die  
haar gelukkig  
maakten**

# GELUKKIG

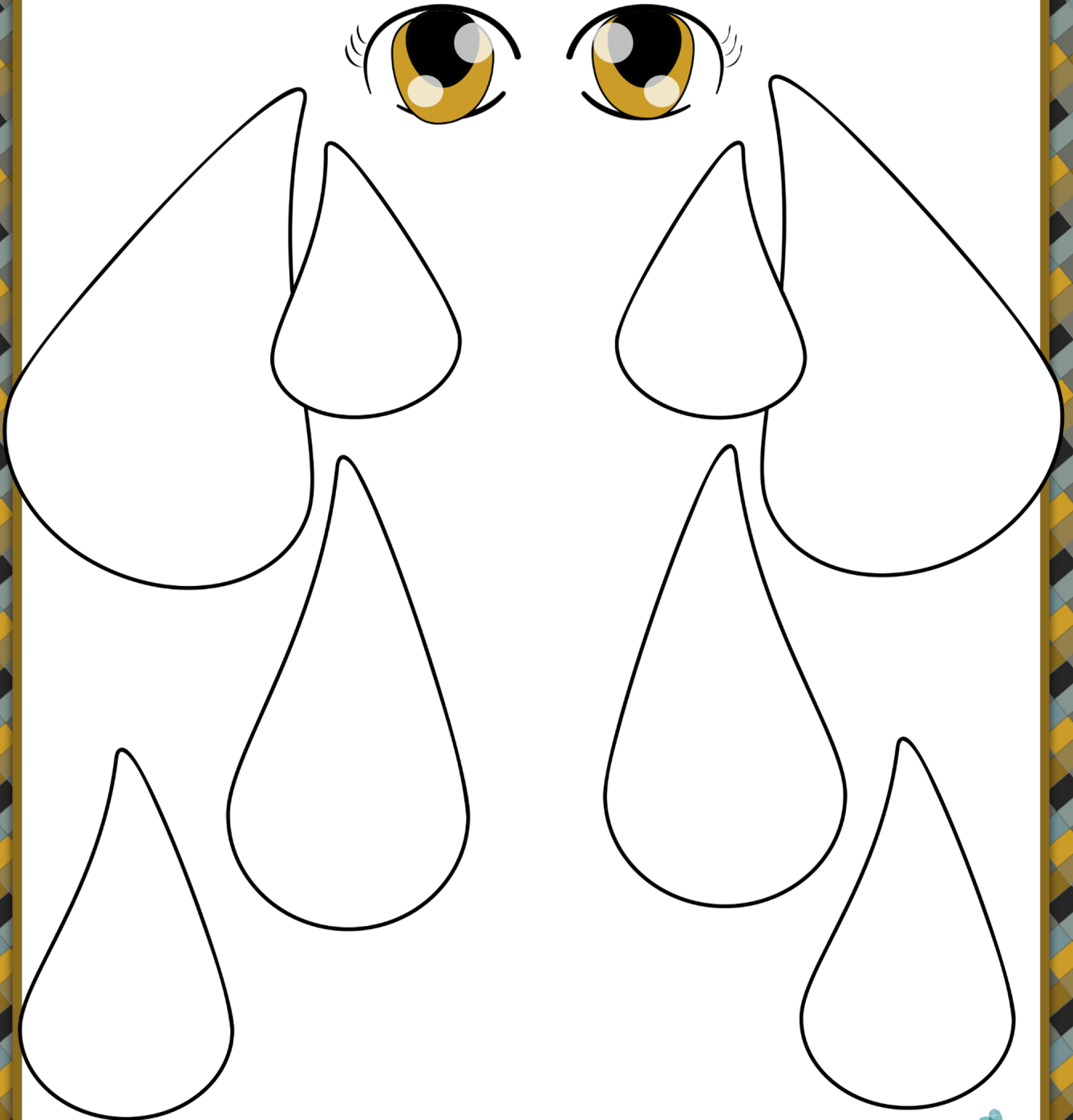
Teken een aantal dingen die je zou kunnen proberen om je gelukkig te voelen. Voor Enid waren dat bomen, vogels, takken en regenbogen



**Grote, dikke tranen  
rolden uit haar ogen.  
Plots voelde ze zich  
ongelooflijk verdrietig**

# VERDRIETIG

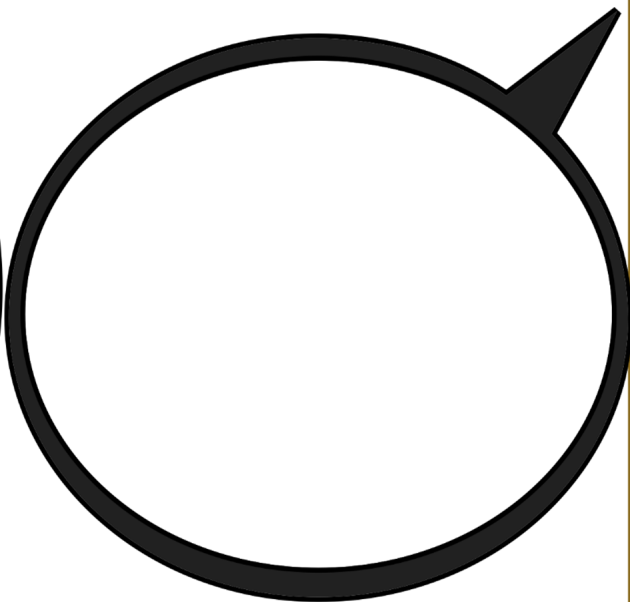
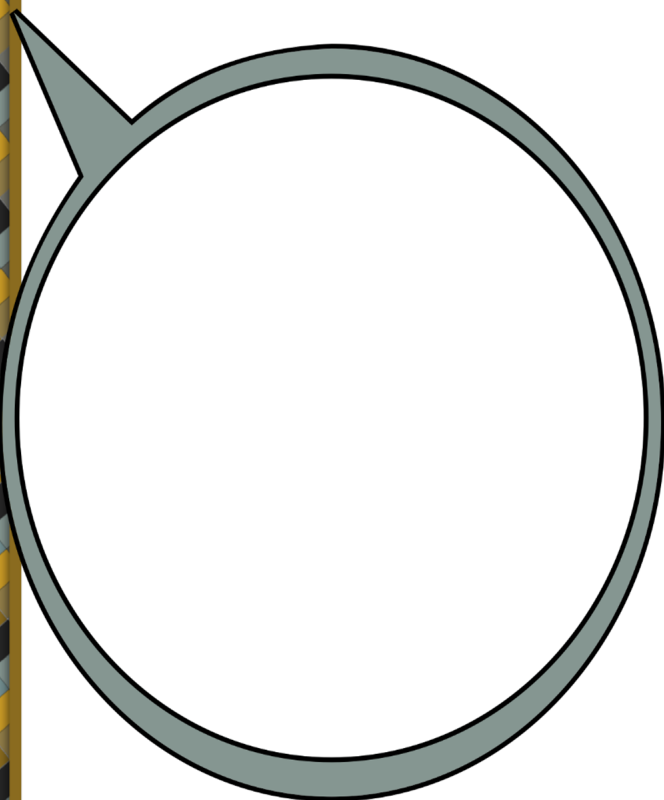
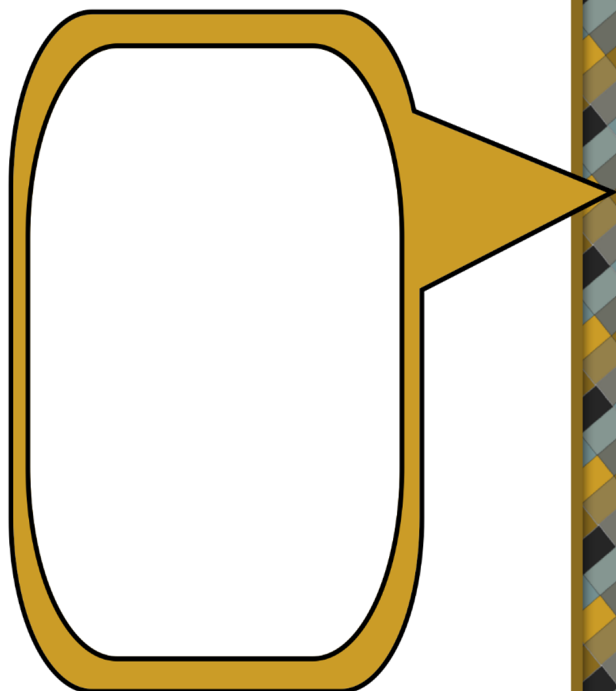
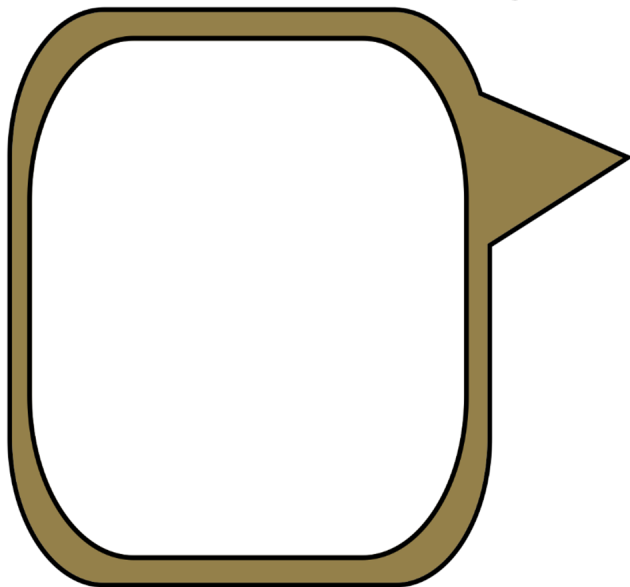
Iedereen voelt zich weleens verdrietig en dat is oké. Het is ook goed om eens te huilen. Dat lucht op. Schrijf of teken dingen die jou verdrietig maken in de tranen.



***'Ik ben blij dat je  
besloten hebt om  
erover te praten.'***

# PRATEN

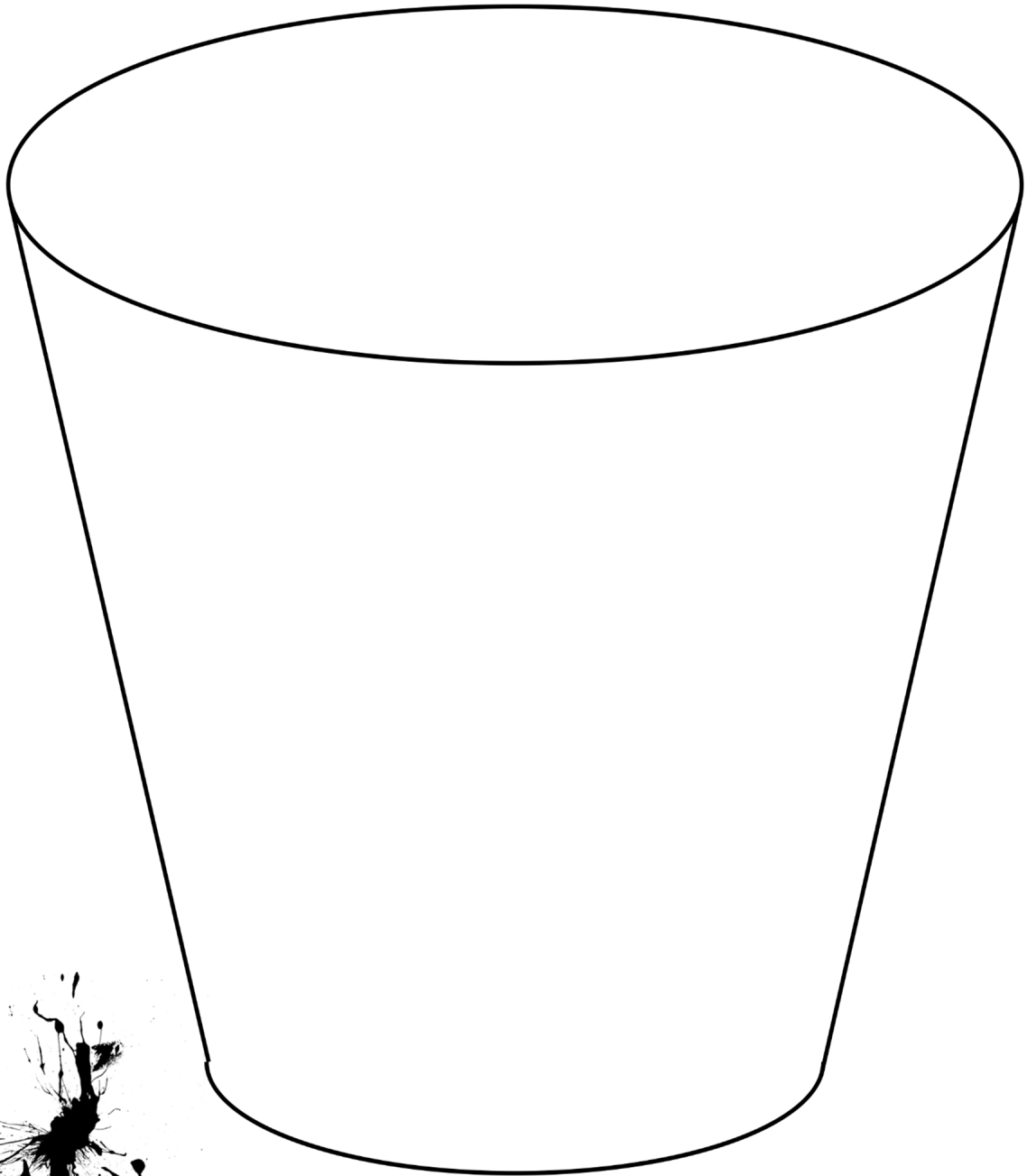
Het is goed om te praten over de  
persoon of je huisdier dat gestorven is.  
Waarover zou jij kunnen praten? Schrijf  
het in de tekstballonnen.



**Wat als ze die ochtend opa had bezocht? Wat als?**

# WAT ALS?

Wat als-vragen helpen je niet echt vooruit. Ze zorgen ervoor dat je je zorgen maakt en je spijt krijgt. De persoon die gestorven is, zou niet willen dat je je zulke vragen stelt. Dus, gooi ze maar weg! Schrijf ze in de prullenbak hieronder



**Enids gevoelens  
wervelden door  
haar hoofd**

# WEVELDEN GEVOELEN

Teken je gezicht en teken of schrijf al je  
gevoelen op die door je hoofd wervelen.

