



KINDNESS STARTS WITH ONE®

Stichting Random Acts of Kindness • Vriendelijkheid in de klas® Handleiding voor trainers

Vriendelijkheid in de klas®

# Veerkracht cultiveren Door vriendelijkheid

Veerkrachtige mensen hebben een groter vermogen tot vriendelijkheid en kunnen sterkere, meer betekenisvolle relaties creëren. Deelnemers aan deze sessie zullen deelnemen aan activiteiten die dankbaarheid en vriendelijkheid verbinden met veerkracht, terwijl ze leren hoe ze leerlingen kunnen inspireren en in staat stellen om vriendelijkheid te delen via het programma Vriendelijkheid in de klas. Het implementeren van vriendelijkheid in de klas zal een blijvend effect creëren in uw school waar **vriendelijkheid wordt de norm en niet de uitzondering.**

Deze trainingshandleiding is geschreven voor scholen die zich voorbereiden op het implementeren van vriendelijkheid in de klas als een Tier I universele tussenkomst. Echter, secties van deze training kunnen worden verwijderd of gewijzigd om aan de behoeften van uw school en/of personeel te voldoen.

Stuur gerust een e-mail [info@randomactsofkindness.org](mailto:info@randomactsofkindness.org) met eventuele vragen.

## Doelstellingen

Deelnemers zullen:

- Zijn **geïnspireerd** om een vriendelijkheidscultuur te creëren.

- Zijngemachtigd om de vriendelijkheid in het klascurriculum te implementeren.
- Creëer eenactie van plan om Vriendelijkheid in de klas tools en middelen te gebruikenS in je klas.

## Materialen & opstelling

### Materialen checklist

Zorg ervoor dat u de volgende items voorbereidt en inpakt voor uw training!

#### mappen van deelnemers

Alles wat hieronder staat is beschikbaar [op onze website](#) met uitzondering van het blanco briefpapier.

- ☐ Deelnemende agenda
- ☐ Notitiesvanger
- ☐ Vriendelijkheid bingokaart
- ☐ 5 manieren om vriendelijk te zijn Hand-out
- ☐ Leeg stationHet isry (2 stuks) en enveloppen (2)
- ☐ Overzicht van het vriendelijkheidskader
- ☐ Modellesplan: de rimpeling van vriendelijkheid;  
Graad 2, unit 1-respect, les 1
- ☐ Vriendelijkheid Implementatie Documenten:
  - K-5 of 6-8 Hoe KIC te onderwijzen
  - Overzicht K-5 of 6-8 eenheden
  - Leraar verbinding
  - Voorbeeld implementatiekalender
- ☐ Evaluatie formulier

#### Trainerkits

- ☐ PowerPoint-presentatie (inclusief video's)
- ☐ Foldermateriaal voor deelnemers (RAK-website)
- ☐ Trainer handleiding
- ☐ Tafelborden op niveau
- ☐ Ballen om Gratitude Ping Pong te spelen (genoeg voor de helft van de klas)
- ☐ Grote kom waar water in kan
- ☐ Een kleine steen per deelnemer
- ☐ Each Kindness Book (of toegang krijgen tot een lezing van het boek Each Kindness-video op YouTube)
- ☐ Vriendelijkheid in de expo-pakketten van de klas
  - Een kopie van de volledige eenheid 1-Respect voor elk leerjaar moet worden gedownload en afgedrukt vanaf de RAK-website en op elke leerjaartabel worden geplaatst. Elke eenheid omvat:
    - ☐ Eenheid introductie
    - ☐ 4 lessen
    - ☐ Projecten
    - ☐ Normen kaart
    - ☐ Brief naar huis
  - **Alternatieve Activiteit:** Als je ervoor kiest om technologie te gebruiken om de Respect-eenheid te verkennen, zorg er dan voor dat er genoeg laptops en/of tablets zijn voor de hele groep

- ☐ Checklist voor de tafelman

## **Grafieken**

- ☐ Groepsafspraken schema (lijst groepsafspraken uit PowerPoint)
- ☐ Parkeerplaats (blanco met de kop 'Parkeerplaats')
- ☐ 3-2-1 kaarten (blanco papier; één voor elk leerjaar)
- ☐ Grafieken met verkenings- en planningsvragen (blanco papier; één voor elk leerjaar)

## Materialen checklist

### Materialen

- ☐ Teken op blad
- ☐ 1 pen per bord op blad
- ☐ Naamlabels (één voor elke deelnemer)
- ☐ 2 scherpe punten
- ☐ 1 blanco Post-it Chart-papierblok
- ☐ 1 schildersezel
- ☐ Set markeringen
- ☐ Klokkenspel / lawaaimaker
- ☐ Mand om evaluatieformulieren te verzamelen
- ☐ Manden met lekkers (optioneel)

### EN IN

- ☐ Laptop
- ☐ Projector
- ☐ Passende adapters, indien nodig
- ☐ Scherm
- ☐ Luidsprekers (om video's en muziek af te spelen)
- ☐ Afspeellijst/muziek
- ☐ Aanwijzer/dia-verplaatser
- ☐ Verlengsnoer, indien nodig

### Opstelling van de kamer

- ☐ 1 tafel per leerjaar niveau; 4-6 deelnemers per tafel
- ☐ Trainermateriaaltafel (bij de voorkant van de kamer/scherm)
- ☐ Teken-in tabel (nabij invoer)



# Training Taken

## Een week voor de training:

- ☐ Dubbelcheck kamerreservering en opstelling
- ☐ Bevestig Wi-Fik toegang en wachtwoord
- ☐ Bereid deelnemerspakketten voor
- ☐ Verzamel materialen op checklist
- ☐ Voer presentatorinformatie in op de laatste dia

## Dag van de opleiding:

- ☐ Stel PowerPoint-presentatie in
- ☐ Afspeellijst en speakers instellen; speel muziek als deelnemers de trainingsruimte binnenkomen
- ☐ Test dia-voortgang, video's en luidsprekers
- ☐ Teken opzetten in tafel met bord in blad, naamkaartjes, pennen, scherpe punten en evaluatiemand
- ☐ Opgezette trainerstafel met trainershandleiding, klokkenspel/lawaaimaker, stiften
- ☐ Stel een schildersezels en blanco kaartpapier in
- ☐ Hang Group Agreements-schema op (plaats op de schildersezels of aan de muur aan de voorkant van de trainingsruimte)
- ☐ Hang parkeerplaats (aan zijkant of achterkant van trainingsruimte)
- ☐ Plaats manden in het midden van de tafels
- ☐ Plaats lespakketten op KiC-niveau op tafels (onder manden of aan de voorkant van de tafel)
- ☐ Plaats deelnemersmappen en varkens op tafels (één bij elke stoel)
- ☐ Plaats cijfer niveauborden op tafels
- ☐ Hang 3-2-1 kaart (blanco kaartpapier) aan de muur in de buurt van deelnemerstafels
- ☐ Hang kaarten met verkenings- en planningsvragen (blanco kaartpapier) aan de muur in de buurt van deelnemerstafels

## Na het trainen:

- ☐ Als u een aanmeldingsformulier verzamelt, overweeg dan shet beëindigen van een bedankmail aan deelnemers. Pas deze e-mail aan met antwoorden op vragen over het parkeerterrein die niet zijn beantwoord of bronnen die tijdens de training zijn aangevraagd.
- ☐ Verzamel of fotografeer kaarten met 3-2-1- en verkenings- en planningsvragen. Deel bevindingen met beheerders en uw Random Acts of Kindness-contactpersoon.
- ☐ Scan en e-mail evaluatieformulieren naar de contactpersoon van Random Acts of Kindness.
- ☐ Vul het reflectie- en verbindingsformulier in. Scan en e-mail het formulier naar de contactpersoon van Random Acts of Kindness.

## Sneakers' Agenda Bij AOogopslag

| Duur              | Sectie | Onderwerp  | Activiteit en discussie  |
|-------------------|--------|--|--|
| 30 minuten<br>.   | 1      | Welkom en introducties                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inleiding tot willekeurige daden van vriendelijkheid en vriendelijkheid in de klas</li> <li>• Groepsovereenkomsten</li> <li>• Huishouden</li> <li>• Doelstellingen</li> <li>• Agenda</li> <li>• Persoonlijk leerdoel</li> </ul> |
| 15 minuten<br>.   | 2      | Op warm activiteit   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Paar delen</li> </ul>   |
| 10 minuten<br>.   | 3      | grondgedachte  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grondgedachte Mini-Teach</li> </ul>   |
| 10 minuten<br>.   | 4      | Weerstand  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• elleboog partners</li> </ul>  |
| 15 minuten<br>.   | 5      | Vriendelijkheid<br>Wetenschap van vriendelijkheid            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vriendelijkheid Bingo</li> <li>• Wetenschap van vriendelijkheid Mini-Teach</li> </ul>   |
| 15 minuten<br>.   | 6      | Dankbaarheid<br>Wetenschap van dankbaarheid                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dankbaarheid Ping Pong</li> <li>• Wetenschap van Dankbaarheid Mini-Teach</li> </ul>   |
| 15 minuten. Pauze |        |  |  |
| 15 minuten<br>.   | 7      | Vriendelijkheidsstrategieën voor het opbouwen van veerkracht | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Strategieën voor het opbouwen van veerkracht Mini-Teach</li> <li>• 5 manieren om aardig te zijn Activiteit</li> <li>• Verwerking in Notes Catcher</li> </ul>  |
| 40 min.           | 8      | Je hebt mail!  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dankbaarheidsbrieven schrijven</li> </ul>   |
| 20 minuten<br>.   | 9      | Waarom vriendelijkheid in de klas?                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vriendelijkheid in de klas Voordelen</li> </ul>   |

|                    |    |                                       |  |
|--------------------|----|---------------------------------------|--|
| 30<br>minuten<br>. | 10 | Vriendelijkheid in de<br>klasmodelles | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Modelles van The Ripple of Kindness (Graad 2, Unit 1-Respect, Les 1)</li> </ul> |
| 30 minuten. Lunch  |    |                                       |  |

Ga verder op de volgende pagina...

| Duur               | Sectie | Onderwerp                                      | Activiteit en discussie   |
|--------------------|--------|--|---|
| 10<br>minuten<br>. | 11     | Video  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Video</li> </ul>   |
| 60 min.            | 12     | Vriendelijkheid in de klas<br>Unit Exploration | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vriendelijkheid in de klas Unit Exploration (Respect Unit)</li> <li>• 3-2-1 Grafieken</li> </ul>   |
| 15 minuten. Pauze  |        |  |   |
| 60 min.            | 13     | Implementatie en planning                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Materiaalverkenning</li> <li>• Verkennings- en planningsvragen</li> </ul>  |
| 30<br>minuten<br>. | 14     | Sluitend                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vragen en antwoorden</li> <li>• Beoordeling parkeerplaats</li> <li>• Doelstellingen beoordeling</li> <li>• Sluitingsactiviteit</li> <li>• Evaluatie Formulieren</li> <li>• Bedankt!</li> </ul> |

# Invoering

## Sectie 1

---

Onderdelen van deze sectie:

- Welkom en bedankt!
- Inleiding tot de Stichting Random Acts of Kindness en Vriendelijkheid in de klas
- Groepsovereenkomsten
- Huishouden
- Doelstellingen
- Agenda
- Persoonlijk leerdoel

materialen:

- ☐ Overzicht groepsovereenkomsten
- ☐ Parkeerplaats
- ☐ Deelnemer pakket



### **Tips voor begeleiders**

Zorg dat de trainingsruimte gereed is voor deelnemers 30 minutenS voor aanvang van je opleiding. Als deelnemers binnenkomen, laat u vrolijke, levendige muziek spelen. Begroet mensen als ze binnenkomen en help hen naar hun ranglijst te verwijzen.

Probeer dit deel van de dag niet te haasten. Dit is het moment waarop deelnemers wennen, elkaar leren kennen en klaarmaken voor de training. Dit is het moment voor jou om de toon te creëren die je de rest van de dag wilt behouden.



Hallo!

**Opmerking**

Deze dia wordt getoond als deelnemers de kamer binnenkomen.



## Welkom en bedankt

### Opmerking

In je inleiding heb je de mogelijkheid om geloofwaardigheid te winnen bij de deelnemers door je connectie met of enthousiasme over Vriendelijkheid in de klas uit te leggen. Neem de tijd om uit te leggen waarom het belangrijk voor je is.



### Facilitator-tip

Als je mensen hebt die observeren in plaats van deelnemen, zorg er dan voor dat je ze introduceert zodat de gRoup weet wie ze zijn en waarom ze daar zijn.

### Script

*Welkom! Ik wil de dag beginnen met u te bedanken voor uw dienst aan onze kinderen! Je verdient het om dit elke dag te horen!*

*Mijn naam is \_\_\_\_\_ en ik ben... (zie OPMERKINGEN hierboven voor volledige introductie.)*

*We gaan de dag besteden aan het cultiveren van veerkracht door vriendelijkheid voor zowel u als uw studenten. Alle trainingen en materialen die we vandaag zullen gebruiken, worden u gratis aangeboden door The Random Acts of Kindness Foundation, of kortweg RAK. Alle bronnen die we gebruiken, zijn te vinden in het curriculum van Vriendelijkheid in de klas of op de docentenpagina van de website [www.randomactsofkindness.org](http://www.randomactsofkindness.org)*

*Laten we een paar minuten de tijd nemen om jezelf voor te stellen.*

- Naam,
- School,
- iets waar je de afgelopen week om moest lachen.

### Routebeschrijving

Geef de deelnemers een paar minuten om zichzelf voor te stellen aan hun tafel (of aan de hele groep als het een kleinere groep is).

### Script



*Ik heb zin om de dag met je door te brengen! Ik hoop dat je energiek en klaar bent om het schooljaar te beginnen met een aantal nieuwe hulpmiddelen en ideeën om niet alleen je leerlingen te helpen, maar ook jezelf en elkaar.*

## Imagine a world...

where you can succeed by being nice,  
where we all pay it forward,  
where people look out for each other,  
where kindness is the philosophy of life.



## Random Acts of Kindness Inleiding

### Script

*Voordat we beginnen, wil ik je uitnodigen om je ogen te sluiten of je blik op de grond te richten.*

*Stel je een wereld voor waarin je kunt slagen door aardig te zijn, waar we allemaal vooruitbetalen, waar mensen voor elkaar zorgen, en waar vriendelijkheid de levensfilosofie is.*

*Visualiseer voor jezelf hoe deze wereld eruit zou zien.  
(pauze)*

*Denk na over de wereld die je in je geest hebt gecreëerd. Bedenk nu hoe deze wereld eruit zou zien op jouw school.*

*Open je ogen. De Random Acts of Kindness Foundation werkt samen met geweldige mensen zoals jij om scholen te creëren waar dit een realiteit is.*





## De Random Acts of Kindness-missie

### Script

*De missie van Random Acts of Kindness is om van vriendelijkheid de norm te maken!*

*Ze zijn van plan deze missie te vervullen door gratis online bronnen aan te bieden aan SCHOLEN, de WERKPLEK en aan GEZINNEN en GEMEENSCHAPPEN.*

*Bekijk hun website op [www.randomactsofkindness.org](http://www.randomactsofkindness.org) meer leren.*



## Het Random Acts of Kindness-raamwerk

### Script

*Dit is de kader RAK gebruikt als basis voor het curriculum Vriendelijkheid in de klas.*

*Elke unit biedt de mogelijkheid om:*

- **inspireren** het publiek, of het nu studenten of volwassenen zijn,
- **machtigen** door hen vaardigheden of kennis te geven,
- geef ze de kans **handeling**,
- aanbod ze een kans om **weerspiegelen** op hun lereng/acties, en
- geef tijd **aandeel** hun gedachten

*Je zult dit raamwerk vandaag ook de hele dag gemodelleerd zien.*

# Group Agreements

- 1 **Be Present:** Work to stay engaged
- 2 **Be Brave:** Step up and step back
- 3 **Be Kind:** Maintain a safe space for meaningful conversation
- 4 **Be Aware:** Take care of yourself, take care of others



## Tips voor begeleiders

Zorg ervoor dat u exacte woorden of zinsdelen opneemt. Parafraseer ze niet. Eer hun woorden. Als je niet hoort of begint te vergeten wat de deelnemer heeft gezegd, vraag dan om opheldering of om herhaling.

Terwijl je ze opneemt, wissel je kleuren aftussen twee verschillende kleuren. (Vermijd gele markeringen, deze zijn moeilijk te zien.) Probeer vetgedrukte markeringen te gebruiken zodat alle groepsafspraken vanuit alle locaties in de kamer zichtbaar zijn.

Elimineer groepsafspraken waar niet iedereen het over eens is.

## Groepsovereenkomsten

### Script

*Het is belangrijk om enkele groepsovereenkomsten te ontwikkelen. Groepsovereenkomsten zetten de toon en geven inzicht in hoe de groep vandaag zal samenwerken. Ik heb een lijst met overeenkomsten voor ons gemaakt en zal u de mogelijkheid geven om eventuele overeenkomsten toe te voegen. Laten we onze lijst bekijken:*

- Wees aanwezig: werk om betrokken te blijven.
- Wees dapper: stap op en stap terug.
- Wees aardig: zorg voor een veilige ruimte voor een zinvol gesprek.
- Let op: zorg goed voor jezelf En anderen.

*Zijn er nog andere afspraken die u wilt toevoegen?*

### Routebeschrijving

Pauzeer en geef deelnemers de tijd om te antwoorden.

### Script

*Iedereen is verantwoordelijk voor het naleven van de groepsafspraken en het "roepen" van een groepsafpraak als deze wordt aangevochten. Je kunt het me laten weten als een overeenkomst wordt betwist, of je kunt het zelf onder de aandacht van de groep brengen - afhankelijk van wat je prettiger vindt.*

*Laten we nog een laatste keer naar onze lijst kijken en me een duim omhoog geven als we het eens zijn over onze groepsovereenkomsten!*

### Routebeschrijving

Weergave kaart die de groep de hele dag kan zien.



## Housekeeping

### Huishouden

#### **Routebeschrijving**

Laat deelnemers weten:

- waar de toiletten zich bevinden En
- waar ze water en/of snacks kunnen vinden.

Voeg andere belangrijke informatie voor de deelnemers toe aan deze lijst.



## Learning Objectives

- 1 Be **inspired** to create a culture of kindness
- 2 Be **empowered** to implement the Kindness in the Classroom curriculum
- 3 Create an **action** plan to utilize Kindness in the Classroom tools and resource in your classroom



## leerdoelen

### Script

*Laten we onze mappen tevoorschijn halen en uw agenda zoeken. Zoals je kunt zien, hebben we drie doelen voor vandaag. Aan het eind van de dag heb je:*

- *Laat je inspireren om een cultuur van vriendelijkheid te creëren,*
- *Gemachtigd zijn om het vriendelijkheid in het klascurriculum te implementeren, en*
- *Maak een actieplan om Kindness in the Classroom-tools en -bronnen in uw klas te gebruiken.*

## Agenda & Materials

### Agenda & materialen

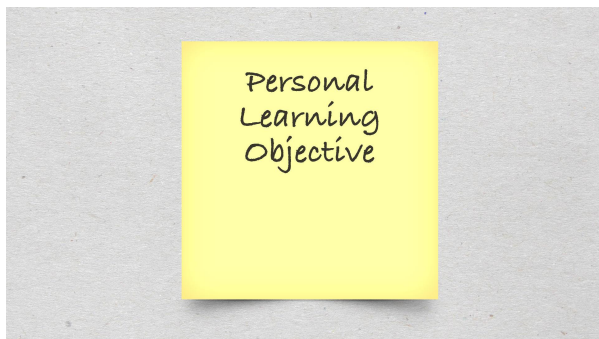
#### Script

*Als we naar onze agenda van vandaag kijken, zijn we begonnen om \_\_\_\_\_.*

*We pauzeren voor de lunch om \_\_\_\_\_ en zeggen dan "Vaarwel!" door \_\_\_\_\_. Gedurende de dag zijn er pauzes. Dus, zorg er volgens onze groepsovereenkomsten voor dat je voor jezelf zorgt wanneer dat nodig is.*

*Er zijn verschillende hand-outs die we gedurende de dag zullen gebruiken en ik zal je laten weten wanneer je een hand-out nodig hebt voor onze activiteiten gedurende de dag. Achterin je map hebben we een evaluatieformulier dat we je vragen in te vullen voordat je vertrekt. Als u eerder moet vertrekken, vul dan het evaluatieformulier in en laat het achter in het mandje op het bord in tafel.*

*Misschien heb je de manden op je tafels opgemerkt. Er zijn materialen en goodies, zoals tissues, pennen en post-its. Voel je vrij om deze items te gebruiken als dat nodig is.*



## Persoonlijk leerdoel

### Script

*We hebben zojuist de tijd genomen om te bekijken wat we vandaag als groep op de planning hebben staan. Nu nodig ik je uit om een persoonlijk leerdoel voor de dag vast te stellen. Schrijf op je Notes Catcher een of twee dingen op die je graag zou willen doen tegen de tijd dat we vandaag vertrekken. Gebruik dit doel als leidraad voor uw leerproces.*

### Routebeschrijving

Geef deelnemers een paar minuten de tijd om hun persoonlijke leerdoel vast te leggen op hun Notes Catcher.

### Script

*Zijn er vrijwilligers die hun persoonlijke leerdoel willen delen met de groep?*

### Routebeschrijving

Pauzeer om deelnemers vrijwilligerswerk te laten doen. Neem antwoorden van een paar vrijwilligers.

### Script

*Bedankt voor het delen! Dat zijn mooie doelstellingen. Plaats uw doelstelling waar u deze de hele dag kunt zien als herinnering aan waar u tijdens deze training naartoe werkt.*

Geschatte tijd: 15 minuten

# Opwarmen

## Sectie 2

---

Onderdelen van deze sectie:

- Koppelen en delen

materialen:

- ☐ Klokkenspel / Lawaaimaker

Activiteit:

- Paar delen

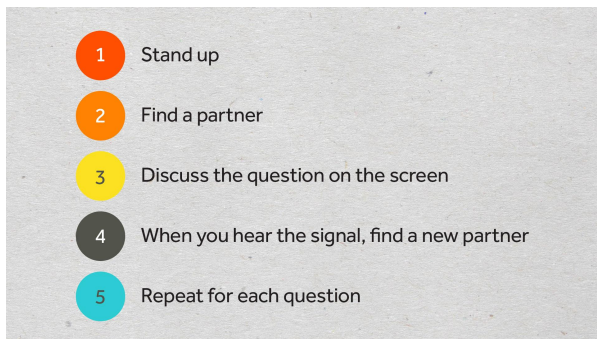
## Warm Up Activity



### Op warm activiteit

#### **Script**

*Om ons alvast enthousiast te maken voor de dag,  
hebben we een snelle opwarmactiviteit voor jullie! We  
gaan paren en delen.*



### Tips voor begeleiders

Gedurende deze tijd en tijdens de training verwerken trainers een activiteit door een discussie te faciliteren. Hier zijn een paar tips om een discussie succesvol te faciliteren:

- Pauzeer zeker even nadat je een vraag hebt gesteld. Hoewel het voor jou misschien als een ongemakkelijke stilte voelt, geeft deze pauze deelnemers de gelegenheid om na te denken over hun antwoord op de vraag. Een strategie om de lengte van je pauze te helpen bepalen, is door langzaam in je hoofd tot 10 te tellen.
- Vermijd dingen als: "Laat me niet iemand kiezen om hun antwoord te delen", omdat dit een onveilige leeromgeving creëert.
- Als de deelnemers als hele groep niet vrijwillig antwoorden, laat het hen dan weten zullen later op de dag andere gelegenheden zijn voor discussie en delen.
- Moedig discussie aan en bekrachtig deze door dingen te zeggen als: "Dat is een geweldig perspectief!" U kunt uw perspectief of ervaring met de deelnemers delen wanneer dit relevant is voor de discussie (maar let erop dat u de discussie niet domineert).
- Bedank de deelnemers aan het einde van de discussie voor het delen en deelnemen.

## Koppel activiteit delen

### Script


*Als ik 'Go!' zeg, staat iedereen op en zoekt een partner.*

*Als je geen partner kunt vinden, maak dan een groep van drie. Ik laat een vraag op het scherm zien en geef je een paar minuten om de vragen te bespreken. Als je het signaal hoort (klokkenspel/lawaaimaker), zoek dan een nieuwe partner en ik zal je een nieuwe vraag stellen. Mag ik een van deze instructies verduidelijken?*

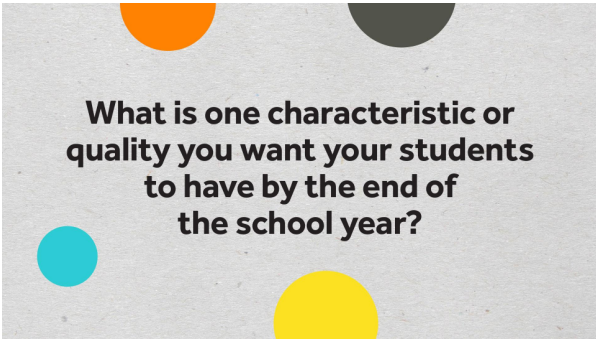
### Routebeschrijving

Nadat de vragen zijn beantwoord of als er geen vragen zijn, zegt u "Go!"

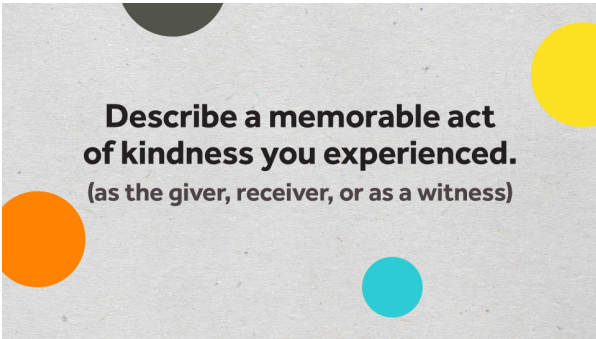




**Why did you  
choose a career  
in education?**



**What is one characteristic or  
quality you want your students  
to have by the end of  
the school year?**



**Describe a memorable act  
of kindness you experienced.**  
(as the giver, receiver, or as a witness)

## Vragen

### Script

*Hier zijn uw vragen:*

*Waarom heb je voor een loopbaan in het onderwijs  
gekozen?*

*Wat is een eigenschap of eigenschap die u wilt dat uw  
leerlingen hebben aan het einde van het schooljaar?*

*Beschrijf een gedenkwaardige daad van vriendelijkheid  
die je hebt ervaren als gever, ontvanger of getuige. Ik  
geef je een paar minuten om met je partner te  
bespreken.*

### Routebeschrijving

Geef de deelnemers ongeveer twee minuten om elke vraag te bespreken en te beantwoorden. Bel tussen elke vraag de gong/lawaaimaker en vraag de deelnemers om een nieuwe partner te zoeken. Als er nieuwe koppelingen zijn gemaakt, moeten ze de volgende vraag beantwoorden. Herhaal dit voor alle drie de vragen.

### Script

*Ik zou graag willen weten waar je het over hebt gehad.  
(Stel en bespreek elke vraag een voor een.)*

*Waarom heb je voor een loopbaan in het onderwijs  
gekozen?*

*Wat is een eigenschap of eigenschap die u wilt dat uw  
leerlingen hebben aan het einde van het schooljaar?*

*Beschrijf een gedenkwaardige daad van vriendelijkheid  
die je hebt ervaren als gever, ontvanger of getuige.*

Geschatte tijd: 10 minuten

# grondgedachte

## Sectie 3

---

Onderdelen van deze sectie:

- Grondgedachte Mini-teach

materialen:

- ☐ (voor dit gedeelte zijn geen materialen vereist)

## Why are we here today?

### Waarom zijn we hier vandaag?

#### Script

*Dus, waarom zijn we hier vandaag? We hebben de leerdoelen al doorgenomen, maar er zijn nog een paar dingen die we willen benadrukken:*

*De missie van RAK is Maak van vriendelijkheid de norm! Een manier die ze hebben gevonden om dit te doen, is door middel van een Tier 1 evidence-based leerplan voor sociaal emotioneel leren genaamd Vriendelijkheid in de klas.*

*RAK heeft onlangs hun door CASEL goedgekeurde curriculum bijgewerkt met een sterkere focus op rechtvaardigheid en zelfzorg voor docenten. Ze zijn erg enthousiast om dit nieuwe en meer boeiende, herkenbare en inclusieve curriculum vandaag met u te delen.*

*Zoals je zult zien, is het leerplan ontworpen om leraren in de klas het te laten onderwijzen!*

- *Onderzoek vertelt ons dat de meest effectieve sociaal-emotionele leerlessen worden gegeven door de klasleraar.*
- *Dit model geeft studenten de mogelijkheid om gedurende de dag vaardigheden te generaliseren en te oefenen.*
- *Deze aanpak helpt leraren ook om positieve relaties met studenten op te bouwen en een warme en inclusieve klasomgeving te creëren.*

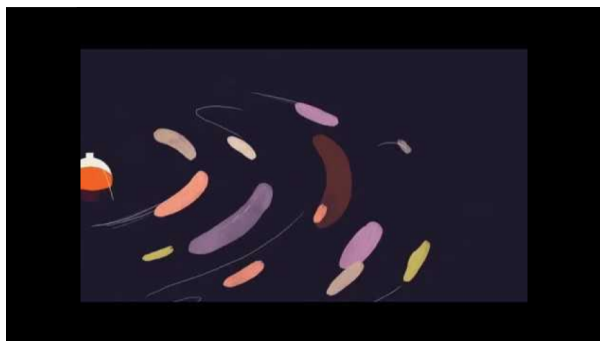
#### Opmerking

Verwijs deelnemers die geïnteresseerd zijn in meer informatie over het onderzoek naar de website Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. ([casel.org](https://casel.org))

#### Script

*RAK gelooft in het ondersteunen van het emotionele welzijn van iedereen. Het is absoluut noodzakelijk dat*

*het werk bij JOU begint! Speciaal voor jou hebben we een leuke ochtend met activiteiten gepland.*



Vriendelijkheid kan de norm zijn (1 min 14 sec)

### **Script**

*Last but not least zijn we hier om de kracht van vriendelijkheid met u te delen. RAK heeft deze video gemaakt om te illustreren hoe gemakkelijk het is om vriendelijkheid de norm te maken in plaats van de uitzondering.*

*Hopelijk zal het bekijken van deze video je in staat stellen om het rimpeleffect te zien dat een willekeurige daad van vriendelijkheid kan hebben!*

Geschatte tijd: 10 minuten

# Weerstand

## Sectie 4

---

Onderdelen van deze sectie:

- Elleboog partners

materialen:

- ☐ (voor dit gedeelte zijn geen materialen vereist)

## RESILIENCE

The capacity to recover from adversity and pursue your goals despite challenges.

It can help us survive our worst days and thrive on others.

Vriendelijkheid kan de norm zijn

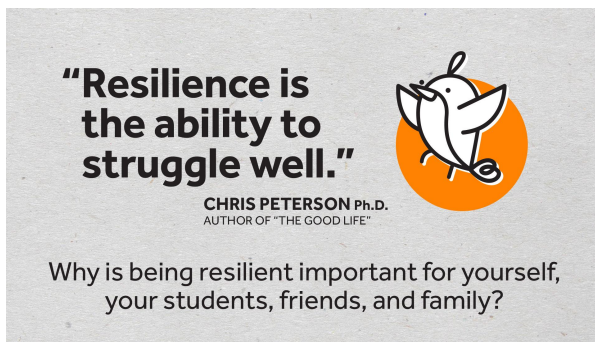
### Script

*We willen stoppen en even de tijd nemen om over veerkracht te praten en ervoor te zorgen dat we een gedeeld begrip hebben van de definitie die we vandaag gebruiken.*

*Als we praten over weerstand We bedoelen:*

*Het vermogen om te herstellen van tegenspoed en doelen na te streven ondanks uitdagingen.*





## Vermogen om goed te worstelen

### Script

*Een andere manier om naar veerkracht te kijken, is het vermogen om goed te worstelen. Waarom is veerkrachtig zijn belangrijk voor jezelf, je leerlingen en je vrienden en familie? Ik geef je een paar minuten om deze vraag met een elleboogpartner te bespreken.*

### Routebeschrijving

Geef de deelnemers een paar minuten om de vraag te bespreken.

Loop door de kamer en luister naar gesprekken om te bepalen wanneer deelnemers hun discussie hebben beëindigd. Als ze over andere onderwerpen praten, het is een signaal om de groep weer bij elkaar te brengen.

### Script

*Ik heb veel interessante gesprekken gehoord! Wie wil delen wat je hebt besproken?*

### Routebeschrijving

Laat een paar mensen hun antwoord delen en faciliteer de discussie waar nodig.

### Script

*Bedankt voor je deelname en leuke discussie! Nu gaan we een aantal vriendelijkheids- en dankbaarheidsactiviteiten doornemen die je kunt gebruiken met je studenten, tijdens personeelsvergaderingen en thuis - letterlijk bijna overal - en ze zullen allemaal helpen om veerkracht te cultiveren!*

Geschatte tijd: 15 minuten

# Vriendelijkheid

## Sectie 5

---

Onderdelen van deze sectie:

- Vriendelijkheid Bingo
- Wetenschap van vriendelijkheid Mini-teach
- Verwerking in Notes Catcher

materialen:

- ☐ Vriendelijkheid Bingokaart (in deelnemersmappen)
- ☐ Klokkenspel / lawaaimaker
- ☐ Notitiesvanger

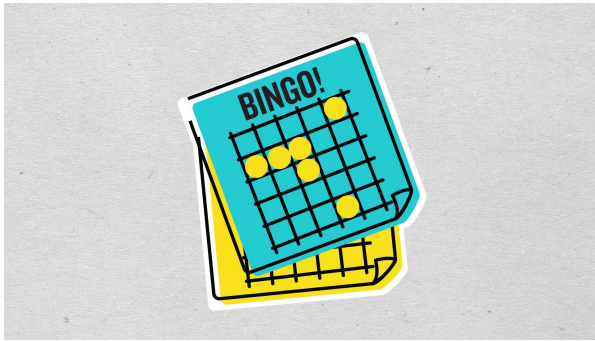
Activiteit:

- Vriendelijkheid Bingo



### **Notitiesvanger**

Let op het bovenstaande pictogram voor wanneer de groep moet zijnS gebruik hun Notes Catcher.



## Vriendelijkheid Bingo

### Script

*We beginnen onze ochtend met vriendelijkheidsbingo! In je map vind je een bingoblad.*

*Hier is hoe dit spel zal werken:*

1. Pak een pen.
2. Loop door de kamer, stel jezelf voor aan andere deelnemers en vraag of ze een van de vriendelijke daden hebben gedaan die op je kaart staan vermeld.
3. Zodra je een match hebt, zet je de initialen van die persoon op de daad van vriendelijkheid. **HERHALEN!**
4. Zodra je genoeg mensen hebt gematcht met specifieke daden van vriendelijkheid op je kaart in **WELKE** bingostijl (omhoog, omlaag of diagonaal), **SCHREEUW BINGO!**
5. Zodra ik **BINGO** hoor, laat ik het klokkenspel luiden om aan te geven dat het spel voorbij is.
6. Klaar voor de start, af!

### Routebeschrijving

Loop rond om te luisteren naar wat er gedeeld wordt.

Laat de winnaar naar de voorkant van de kamer komen om de "winnende" daden van vriendelijkheid van hun bingokaart te delen met de rest van de kamer.

Klap voor de winnaar terwijl ze plaatsnemen! (Creëer opwinding.)

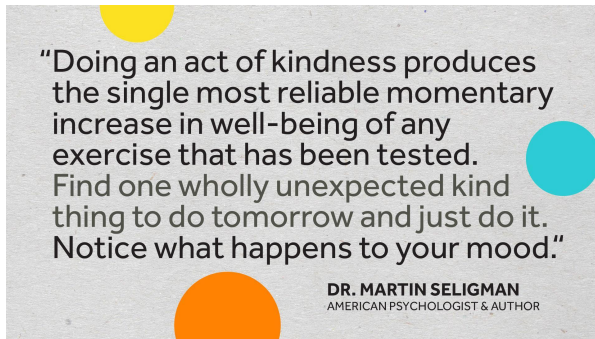
### Script

*Hoe voelde je je tijdens die activiteit? Ik merkte het gelach, het volume en de energieverhuizing op tijdens die activiteit.*

*Wie wil een nieuwe RAK delen die ze hebben geleerd? Is het iets dat je in het leven kunt integreren?*

*Je kunt deze activiteit doen met je studenten, personeel of familie en je kunt zowel de volwassen als de*

studentenversie van de bingokaarten vinden op de Random Acts of Kindness-website.



## Seligman citaat

### Script

*Martin Seligman, grondlegger van de positieve psychologie, ook wel bekend als de studie van geluk, zegt, "Het doen van een vriendelijke daad produceert de meest betrouwbare tijdelijke toename van het welzijn van elke oefening die is getest. Zoek iets heel onverwachts om morgen te doen en doe het gewoon. Let op wat er met je humeur gebeurt."*



## Wetenschap van vriendelijkheid

### Script

*Wat de wetenschap ons over vriendelijkheid vertelt, is dat wanneer we het regelmatig beoefenen (zelfs maar één daad van vriendelijkheid per dag), het:*

- *stress verminderen,*
- *geluk vergroten,*
- *lagere bloeddruk, en*
- *inspireren tot meer vriendelijkheid.*

*Wat we super enthousiast met je willen delen, is dat vriendelijkheid zo ongeveer het enige is dat verdrievoudigt als je het deelt! Niet alleen de gever en de ontvanger die deelnemen aan een daad van vriendelijkheid ervaren deze voordelen, maar elke getuige van de daad ervaart exact dezelfde voordelen!*

Geschatte tijd: 15 minuten

# Dankbaarheid

## Sectie 6

---

Onderdelen van deze sectie:

- Dankbaarheid Ping Pong
- Wetenschap van Dankbaarheid Mini-teach

materialen:

- ☐ Stress speelgoed voor varkens

Activiteit:

- Dankbaarheid Ping Pong

## Time to feel good!



- Choose a partner, stand up and face each other.
- For 3 minutes, pass the ball back and forth, each time sharing something for which you are grateful.
- Don't go slowly! This should happen at a fast pace.

## Dankbaarheid Ping Pong Activiteit

### Script

*Nu gaan we Gratitude Ping Pong spelen. Je ziet een roze varken waarop 'emotionele bank' staat op de tafel. Terwijl we alle activiteiten van vandaag afwerken, vullen we onze emotionele spaarpot! Voordat we beginnen, ga ik modelleren hoe leuk en gemakkelijk dit zal zijn. Ik heb een vrijwilliger nodig om met mij samen te werken.*

### Routebeschrijving

Modelleer hoe dit eruit zal zien. Say dingen zoals, "Ik ben dankbaar voor de blauwe luchten vandaag," of, "Ik ben dankbaar voor mijn familie". Als je alleen faciliteert, vraag dan een vrijwilliger om je te helpen modelleren.

### Script

*Nu is het jou beurt!*

*Kies een partner. Sopstaan en tegenover elkaar staan.*

*Geef gedurende 3 minuten een van je varkens heen en weer, waarbij je elke keer iets deelt waarvoor je dankbaar bent.*

*Ga niet langzaam! Thij zou in een hoog tempo moeten gebeuren.*

*Ik stel mijn timer nu in op 3 minuten en zal het klokkenspel laten rinkelen als de tijd om is. GAAN!*

### Routebeschrijving

Loop rond om te luisteren naar wat er gedeeld wordt. Denk terug aan voorbeelden van wat je hoort als je de groep weer bij elkaar brengt.

Ga verder op de volgende pagina...

**Script**

*Ik heb echt geweldige dingen gehoord! Wie wil graag delen waar hij of zij dankbaar voor is met de grotere groep?*

*Wat is je opgevallen tijdens deze activiteit?*

*Hoe voelde je je tijdens deze activiteit?*

*Waar kun je deze activiteit nog meer gebruiken?*

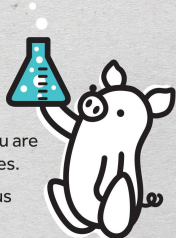
*Vergeet niet dat je geen varkens hoeft te hebben om deze activiteit te doen. Deze activiteit kan gemakkelijk een leuk ritueel worden met je leerlingen, je collega's of je familie.*



## What does the science tell us?

### Gratitude:

- reduces stress and plays a major role in overcoming trauma.
- fosters resilience by recognizing all that you are grateful for—even during the worst of times.
- has the power to heal, the power to bring us hope, and can help us cope.

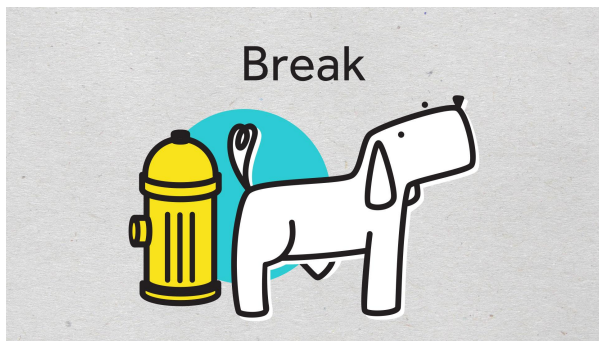


## Wetenschap van dankbaarheid

### Script

*Wat vertelt de wetenschap ons over dankbaarheid?*

- *Dankbaarheid vermindert stress en speelt een grote rol bij het overwinnen van trauma's.*
- *Dankbaarheid bevordert veerkracht door alles te erkennen waar je dankbaar voor bent - zelfs in de slechtste tijden.*
- *Dankbaarheid heeft de kracht om te genezen, de kracht om ons hoop te geven, ende kracht om help ons het hoofd te bieden in de moeilijkste tijden.*



## Pauze

### **Routebeschrijving**

Geef de deelnemers een pauze van 15 minuten. Vertel de deelnemers hoe laat de training na de pauze begint.

Geschatte tijd: 15 minuten

# Vriendelijkheidsstrategieën voor het opbouwen van veerkracht

Sectie 7

---

Onderdelen van deze sectie:

- Strategieën voor het opbouwen van veerkracht Mini-teach
- 5 manieren om aardig te zijn Activiteit
- Notitiesvanger

materialen:

- ☐ Notities vangers



## Strategieën om veerkracht op te bouwen

### Script

*Welkom terug! Hier zijn enkele andere strategieën die we kunnen gebruiken om veerkracht op te bouwen.*

*Onze eerste strategie is het bijhouden van een dankbaarheidsdagboek.*

*Een dagboek bijhouden:*

- *bevestigt goedheid in ons leven, En*
- *draagt bij aan onze emotionele spaarpot.*
- *Rnadenken over waar we dankbaar voor zijn, leidt ertoe dat we meer dingen opmerken waarvoor we dankbaar zijn, net als onze ervaring met pingpong.*

*Onthoud vervolgens het slechte.*

- *Moeilijke momenten in ons leven kunnen dankbaarheid juist verfijnen en verdiepen. Ze herinneren ons eraan om dingen niet als vanzelfsprekend te beschouwen.*

*Toon ten slotte vriendelijkheid.*

- *Druk je dankbaarheid uit door actie te ondernemen.  
Doe iets voor degenen in je leven voor wie je dankbaar bent.*

## Time to feel good!



- Wake up 1
- Eat breakfast 2
- Talk to someone 3
- Go outside 4
- Go to bed 5

- Wake up 1 Send a positive text message
- Eat breakfast 2 Make it healthy
- Talk to someone 3 Compliment them
- Go outside 4 Pick up litter
- Go to bed 5 Write a gratitude list

### 5 manieren om vriendelijk te zijn: introductie/activiteit

#### Script

*In je map vind je de hand-out '5 manieren om vriendelijk te zijn'. We gaan een paar minuten de tijd nemen om te brainstormen over manieren waarop we vriendelijkheid in ons dagelijks leven kunnen integreren.*

*Een gemakkelijke manier om vriendelijkheid in ons dagelijks leven te oefenen, is door het in te bouwen in routinematige dingen die we elke dag doen.*

*RAK kwam met enkele ideeën op basis van wat de meeste mensen dagelijks doen.*

#### Routebeschrijving

Doorloop dia met dagelijkse activiteiten vermeld.

Doorloop eenvoudige RAK's die kunnen worden gekoppeld aan die dagelijkse activiteit. Wijs erop dat sommige RAK's gericht zijn op zelfzorg (gezond ontbijten) en zorg voor het milieu (zwerfvuil opruimen).

#### Script

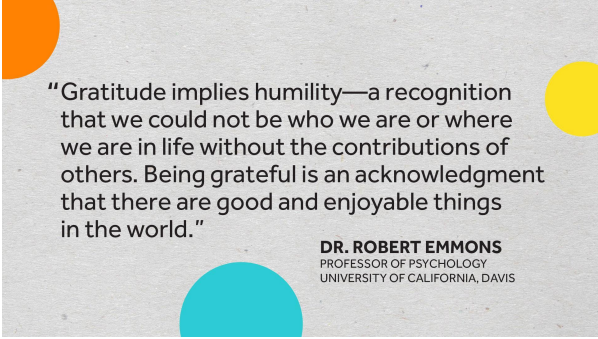
*Nu is het jou beurt!*

*Bedenk 5 dingen die je elke dag op rolletjes doet. Het kan van alles zijn, van tandenpoetsen tot autorijden. Zet die 5 dingen op de lijstlinks kant van de cijfers.*

*Op derechts kant, noem 5 manieren waarop je vriendelijkheid aan die activiteiten kunt toevoegen.*

#### Routebeschrijving

Geef deelnemers 5 minuten om hun lijst te schrijven. Vraag een paar vrijwilligers om een dagelijkse activiteit te delen en de manier waarop ze vriendelijkheid aan de activiteit zouden toevoegen.



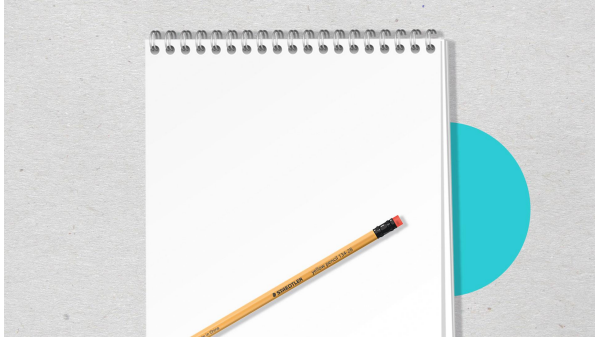
"Gratitude implies humility—a recognition that we could not be who we are or where we are in life without the contributions of others. Being grateful is an acknowledgment that there are good and enjoyable things in the world."

**DR. ROBERT EMMONS**  
PROFESSOR OF PSYCHOLOGY  
UNIVERSITY OF CALIFORNIA, DAVIS

## Dankbaarheid impliceert nederigheid

### Script

*Dr. Robert Emmons zei: "Dankbaarheid houdt nederigheid in - een erkenning dat we niet zouden kunnen zijn wie we zijn of waar we zijn in het leven zonder de bijdragen van anderen. Dankbaar zijn is een erkenning dat er goede en leuke dingen in de wereld zijn."*



## Notitiesvanger

### Script



***Ik wil je uitnodigen om je Notes Catcher in je map te zoeken. Je zult dit de hele dag gebruiken om je gedachten vast te leggen en je tijd te geven om na te denken over je leerproces.***

*Leg op basis van wat je tot nu toe hebt geleerd enkele manieren vast waarop je zou willen beginnen met het opbouwen van je veerkracht in je Notes Catcher.*



### Facilitator-tip

Net als bij het gebruik van een pauze om deelnemers een vraag te laten beantwoorden, voelt wat voor de trainer als een lange tijd voelt, als een korte tijd voor de deelnemer. Zorg ervoor dat u de deelnemers de tijd geeft om in hun Notes Catcher te schrijven. Als je ze een exacte tijd geeft, zoals "Laten we er 3 minuten over doen...", geef ze dan zeker 3 minuten. Gebruik een timer of klok. Als je zegt: "laten we een paar minuten de tijd nemen ...", geef ze dan wat tijd en observeer vervolgens de ruimte om te bepalen wanneer ze verder moeten gaan (deelnemers zullen aan het kletsen zijn, van hun stoel opstaan, enz.)

Geschatte tijd: 40 minuten

# Je hebt mail!

## Sectie 8

---

Onderdelen van deze sectie:

- Dankbaarheidsbrieven schrijven

materialen:

- ☐ Wit papier
- ☐ enveloppen
- ☐ Pennen

Activiteit:

- ☐ Dankbaarheidsbrieven schrijven



## Time to feel good!



### You've Got Mail!

1. Write a letter of gratitude to someone who has changed your life for the better.
2. Write a letter to yourself filled with positive affirmations and appreciation for the person you are!



TIP

#### Facilitator-tip

Overweeg om zachte muziek te spelen tijdens deze activiteit.

Je hebt mail!

#### Script

Een van de laatste activiteiten voor de lunch vereist dat je dieper graaft. We gaan een paar dankbrieven schrijven! Als docenten weet u hoe belangrijk het is om gedachten en kennis op papier over te brengen. Met deze oefening kunnen we precies dat doen. Eerder vandaag we had het over positieve psychologie, dat is de studie van geluk. Dr. Martin Seligman, de grondlegger van de positieve psychologie, creëerde deze dankbaarheidsbriefoefening. Het vereist dat je nadenkt en attent bent. Je hebt ongeveer 30 minuten om twee letters te voltooien. In je map zitten wat blanco papier en enveloppen. In uw Notes Catcher is er een pagina met enkele aanwijzingen om u te helpen bij het opstellen van uw brieven.

Dit is een activiteit in twee delen.

**Voor deel 1,** Ik ga je uitnodigen om een brief te schrijven aan iemand die je leven ten goede heeft veranderd. Denk aan een collega, een mentor op school of zelfs een familielid.

**Voor deel 2,** je schrijft een brief aan jezelf het vieren en beschrijven van uw sterke punten, vaardigheden, waarden, gedragingen en acties die anderen op een positieve manier hebben en zullen blijven beïnvloeden.

***Ik wil hier even pauzeren om te zien of er nog vragen zijn? Je hebt in totaal 30 minuten om beide brieven te schrijven.***

Laten we het hebben over de dankbrief die u gaat schrijven aan iemand die uw leven ten goede heeft veranderd. We gaan je aanmoedigen om te denken aan iemand die nog leeft. Waarom? Omdat we u uiteindelijk aanmoedigen om deze brief naar hen te sturen of, beter nog, hem persoonlijk voor te lezen. Dit klinkt misschien raar, maar het kan heel krachtig zijn!

Ga verder op de volgende pagina...

### Script

*Nadat je je brief aan iemand anders hebt geschreven, schrijf je een brief aan jezelf. Dit kan voor sommige mensen moeilijk zijn, omdat we niet vaak de tijd nemen om alle geschenken die we anderen brengen te herkennen. Zoals eerder vermeld, is er een prompt in uw notitievanger om u te helpen nadenken over hoe anderen u zouden omschrijven. Gebruik die woorden als uitgangspunt wanneer je de brief aan jezelf schrijft.*

**Nu wil ik je uitnodigen om je ogen te sluiten** of laat je blik naar de grond zakken. Visualiseer het gezicht van iemand die iets deed of zei dat je leven ten goede veranderde. Denk na over wat deze persoon heeft gedaan, waarom je dankbaar bent voor deze persoon en hoe het gedrag van deze persoon jouw leven heeft beïnvloed.

### Routebeschrijving

Geef de deelnemers een paar minuten de tijd en nodig ze dan uit om hun ogen te openen.

### Script



*Denk aan de persoon die in je opkwam en schrijf de naam van deze persoon in je notities vanger. Volg daarna de aanwijzingen om over ideeën te brainstormen voordat u uw brief schrijft. Je voltooide brief moet uitleggen wat ze voor je hebben gedaan en waarom je dankbaar bent.*

*We laten deze dia omhoog terwijl u aan het schrijven bent. Houd er rekening mee dat dit voor sommige mensen een emotionele oefening kan zijn. We vragen je om ieders tijd en ruimte te respecteren voor de duur van deze oefening.*

**Richting** Geef een waarschuwing van 5 minuten.

### **Script**

*We hebben nog ongeveer 5 minuten. Pdenk na over het afronden van uw gedachten.*

### **Richting**

Gebruik de klokkenspel/lawaaimaker om de oefening voorzichtig te beëindigen en de groep weer bij elkaar te brengen wanneer het tijd is.

### **Script**

*De tijd nemen om na te denken over wat er goed is gegaan in ons leven, geeft ons het geschenk van dankbaarheid. De wereld zal ons altijd zowel goed als slecht laten zien, maar vandaag hebben we tijd besteed aan dankbaar zijn voor wat we hebben. Zo vullen we onze emotionele spaarpot en cultiveren we onze eigen veerkracht.*

*Maak je geen zorgen als je nog niet klaar bent. Tijdens de lunch heb je tijd om je brieven af te ronden. We moedigen u aan om uw brief aan uzelf op een veilige plaats te bewaren die u zich zult herinneren en vervolgens een aantekening op uw persoonlijke gegevens te maken kalender over drie maanden vanaf nu, om je brief te lezen.*

*Er zijn een paar opties voor uw andere dankbrief:*

- 1. Verzegel, stempel en verzend de brief.*
- 2. Bel ze en lees de brief hardop voor.*
- 3. Of, ik Als je echt een krachtige ervaring wilt hebben, ontmoet ze dan persoonlijk en lees het hardop voor.*



## Emotionele spaarpot

### Script

*We hebben tot nu toe veel gedaan vandaag! We hebben de ochtend doorgebracht om je de tools te geven om je emotionele te vullen spaarvarken.*

*We speelden vriendelijkheidsbingo, die gemakkelijk kan worden gebruikt in de klas, bij een naschools programma of om een personeelsvergadering te starten.*

*We speelden dankbaarheidspingpong, dat met zo ongeveer alles en overal kan worden gespeeld.*

*We bespraken de wetenschap en het gemak van vriendelijke daden en we eindigden met het schrijven van dankbrieven.*

*Bewaar alstublieft uw emotionele spaarvarken om u eraan te herinneren altijd storting te doen.*

Geschatte tijd: 20 minuten

# Waarom vriendelijkheid in het klaslokaal?

Sectie 9

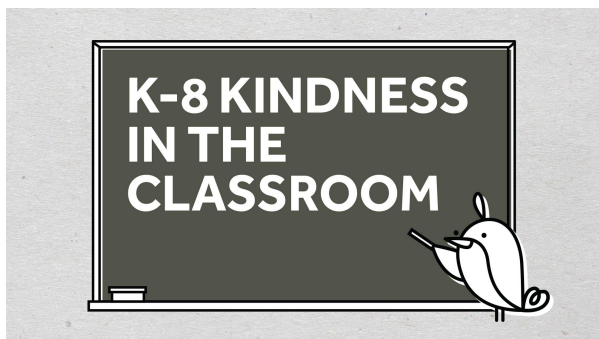
---

Onderdelen van deze sectie:

- Vriendelijkheid in de klas voordelen

materialen:

- ☐ (voor dit gedeelte zijn geen materialen vereist)



Waarom vriendelijkheid gebruiken in de klas?

### **Script**

*Zoals u waarschijnlijk weet, zijn er VEEL andere sociaal-emotionele leerprogramma's op de markt, maar RAK wil benadrukken wat Vriendelijkheid in de klas uniek maakt.*



# 100% FREE!

Vrij

## Script

Het is gratis!

*Er zijn geen kosten verbonden aan het curriculum, de bronnen of de training van Vriendelijkheid in de klas die op de RAK-website wordt geplaatst.*

*Er zijn echter materialen vermeld op de introductie van elke eenheid die u zeker wilt bekijken! Sommige items kunnen direct beschikbaar zijn in uw klas of school. Anderen moeten mogelijk worden gekocht.*



Op bewijzen gebaseerd en goedgekeurd door CASEL!

*Het leerplan Vriendelijkheid in de klas werkt! De Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL) heeft Vriendelijkheid in de klas vermeld als een SELECT-programma. Beoordeel het als een op bewijzen gebaseerd leerplan voor sociaal emotioneel leren van hoge kwaliteit.*

*Het onderzoek heeft een toename laten zien in:*

- *positieve school- en klascultuur en -klimaat,*
- *sterke student/leraar relaties,*
- *groepsacceptatie,*
- *empathie/sympathie,*
- *zelfbewustzijn, en*
- *vertrouwen onder het personeel.*

*Het onderzoek laat ook een afname zien van:*

- *discipline verwijzingen,*
- *conflict in leerling/leraar-relaties, en*
- *agressief gedrag.*

*En het goede nieuws is dat er een direct verband bestaat tussen sociaal-emotionele programma's en academisch succes!*

*Nogmaals, al het onderzoek kan worden gedownload van de Random Acts of Kindness-website als u meer wilt weten.*



## Aligned with Standards



- Common Core
- CASEL
- National Health Education Standards
- Grades 6-8 maps to ISTE standards

## Afgestemd op standaarden

### Script

*De lessen Vriendelijkheid in de klas zijn allemaal toegewezen aan:*

- *gemeenschappelijke kern,*
- *De Collaboratief voor academisch, sociaal en emotioneel leren (CASEL)*
  - *Een betrouwbare bron voor kennis over hoogwaardig, evidence-based sociaal en emotioneel leren (SEL)*
- *Thij National Health Education Standards*

*En het 6-8 curriculum is toegewezen aan de International Society for Technology in Education (ISTE) Standards*

*U vindt een link naar de normenkaart in de linkerbenedenhoek van elke les.*

*Het rapport over het in kaart brengen van de normen voor vriendelijkheid in de klas is te vinden op de RAK-website.*

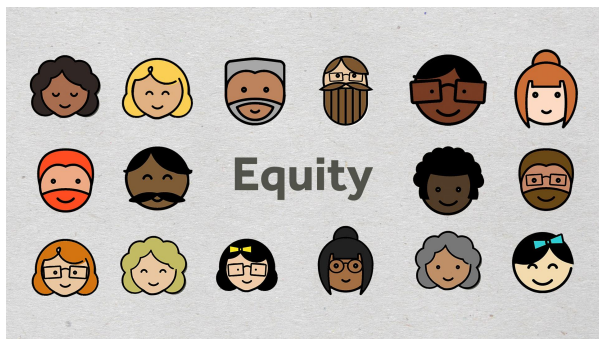
## Self-Care



## Docent Zelfzorg

### Script

*Zoals eerder vandaag vermeld, gelooft RAK in het ondersteunen van het emotionele welzijn van iedereen. Omdat RAK van mening is dat het absoluut noodzakelijk is dat het werk bij jou begint, hebben ze in elke les aandacht besteed aan de zelfzorg van de leraar!*



## Een sterke aandelenlens

### Script

*RAK was zeer opzettelijk in het creëren van een curriculum met een sterke rechtvaardigheidslens. Het curriculum is ontwikkeld met de steun van The Equity Project om aandacht te besteden aan diversiteit, inclusie, gelijkheid en rechtvaardigheid.*

*Het rapport *Kindness in the Classroom* equity is te vinden op de RAK-website.*



## Vriendelijkheid is de basis

### Script

*Het echt unieke aan het curriculum Vriendelijkheid in de klas is dat het geworteld is in vriendelijkheid.*

*Het curriculum is ontworpen om verder te gaan dan het verwerven van vaardigheden door studenten de kans te geven zich te laten inspireren, zich gesterkt te voelen, te handelen naar wat ze hebben geleerd, vervolgens na te denken en hun ervaringen te delen.*



Kind Kids Club-video (4 min 17 sec)

### **Script**

*We willen je de Kind Kids Club-video laten zien, zodat je kunt zien hoe een school vriendelijkheid naar een hoger niveau heeft getild.*

## Kindness Concepts



## K-8 Vriendelijkheid in de klas Leerplanstructuur

### Script

*Nu willen we ingaan op de kern van vriendelijkheid in de klas.*

*Het is een leerplan van een jaar dat zes vriendelijkheidsconcepten op elk leerjaar omvat:*

- Zorgzaam
- Moed
- Respect
- Verantwoordelijkheid
- Integriteit
- Inclusiviteit

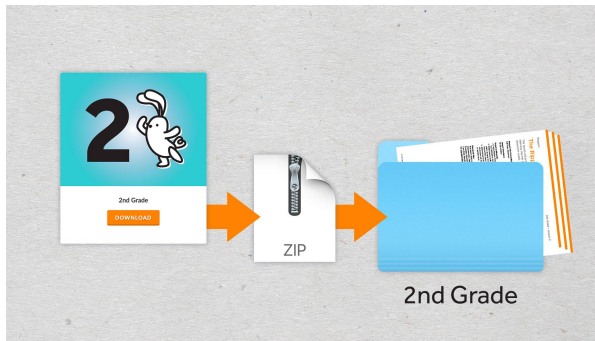
*In ons K-5-curriculum wordt elk concept verkend in een blok van zes weken, met 4 weken gewijd aan lessen en 2 weken gewijd aan projecten. Elke les kan tussen de 25 en 45 minuten duren.*

*In ons 6-8 curriculum wordt elk concept ook verkend in een blok van zes weken, met 4 weken gewijd aan lessen en 2 weken gewijd aan projecten. Bovendien bevat het 6-8-curriculum minilessen van 10-15 minuten die je gedurende de week kunt opnemen om elk concept te versterken.*

*Haal het vriendelijkheidskaderdocument uit uw map.*

*Elke les leert vriendelijkheidsvaardigheden door middel van een stapsgewijs raamwerk van Share, Inspire, Empower, Act en Reflect. Elke les begint met de stap 'delen' om het leren van eerdere lessen te versterken. Het stuk 'act' is verweven in de lessen, maar vindt echt plaats in de projecten.*

*Het curriculum is ontworpen om door de hele school te worden geïmplementeerd. De lessen bouwen op elkaar voort, zodat alle leerjaren zich tegelijkertijd op hetzelfde concept concentreren; het creëren van een universele focus op vriendelijkheid voor de hele school.*



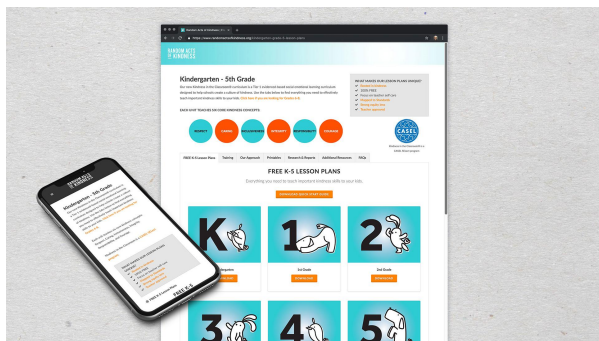
## De website

### Script

*De RAK-website is zo ontworpen dat elk leerjaar alle lessen en projecten in één keer kan downloaden. Dit zip-bestand bevat ook een snelstartgids, een overzichtsdocument op leerjaarniveau en een document met docentenverbindingen.*

*Elke eenheid bevat een eenheidsoverzicht, een kaart met normen en een eenheidsspecifieke ouderbrief.*

*Maak je geen zorgen! Iets later in de middag krijgt u de gelegenheid om al deze documenten te bekijken.*



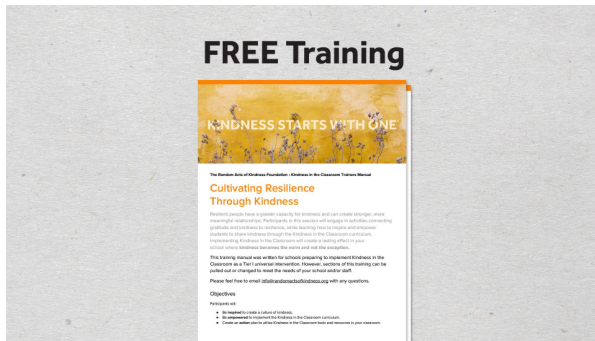
## Website

### Script

Zo ziet de bijgewerkte docentenpagina op de RAK-website eruit. U vindt deze pagina door naar [www.randomactsofkindness.org](http://www.randomactsofkindness.org) en klik op het tabblad "voor docenten" in de rechterbovenhoek.

Elke docent wordt gevraagd om een profiel aan te maken en in te loggen. Zodra het profiel is aangemaakt en je bent ingelogd, heb je toegang tot alles op de docentenpagina.





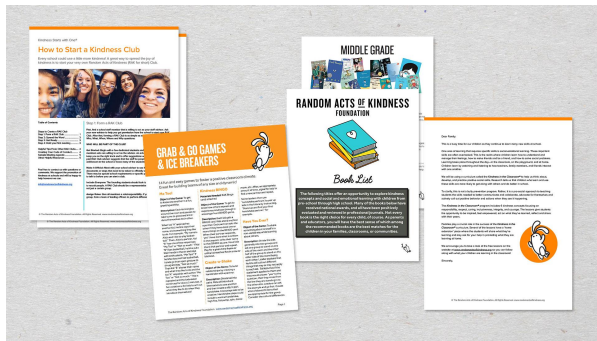
## Gratis oefening

### Script

*RAK is verheugd te kunnen delen dat alles wat je nodig hebt op de website staat, inclusief:*

- *Trainingshandleiding*
- *Power Point*
- *Alle materialen in je map*

*Deze zijn allemaal te vinden op de docentenpagina van de website.*



## Aanvullende bronnen

### Script

*RAK heeft ook een aantal aanvullende bronnen verstrekt die van pas kunnen komen voor scholen die Vriendelijkheid in de klas implementeren.*

- **RAK Club-document**
  - *Is een handige gids met tips voor het starten van een vriendelijkheidsclub op jouw school*
- **Vriendelijkheid boekenlijst**
  - *Is een zorgvuldig uitgekozen verzameling boeken met een vriendelijkheidsthema, gesorteerd op rang*
- **Grab & Go-spellen**
  - *Heeft snelle en gemakkelijke spelideeën voor vriendelijkheid voor alle leeftijden*
- **KiC introductiebrief**
  - *Introduceer het leerplan Vriendelijkheid in de klas bij ouders en verzorgers thuis*

Geschatte tijd: 30 minuten

# Vriendelijkheid in de klas: Model les

Sectie 10

---

Onderdelen van deze sectie:

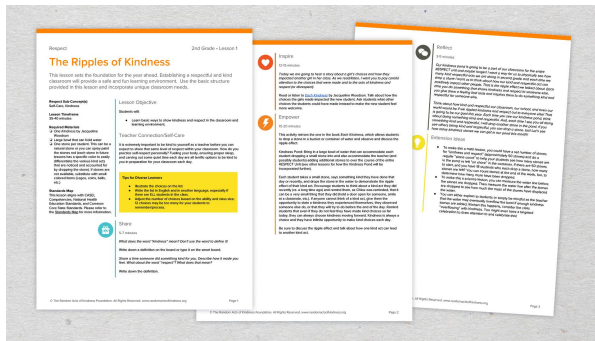
- Modelles van The Ripples of Kindness (graad 2, unit 1-respect, les 1)

materialen:

- ☐ *Elke vriendelijkheid* door Jacqueline Woodson (of toegang tot internet en de YouTube-link voor les)
- ☐ Grote kom waar water in kan
- ☐ Een steen per leerling

Activiteit:

- ☐ Modelles van de rimpeling van vriendelijkheid (graad 2, unit 1-respect, les 1)



## Vriendelijkheid in de klas

### Script

*We gaan onze ochtend eindigen met een rollenspel, waarbij we jullie vragen om de rol van je leerlingen te spelen terwijl ik een les uit de tweede klas modelleer met de titel "The Ripples of Kindness". De volledige les vind je in je map. Laten we er snel samen naar kijken.*

### Routebeschrijving

Geef de deelnemers even de tijd om de les in hun map terug te vinden.

## De rimpelingen van vriendelijkheid

### Script

*Haal de 2e klas Respect Unit "The Ripples of Kindness" -les uit je map. Bovenaan de pagina zie je de uitleg en titel van de les. Net daaronder aan de linkerkant vindt u de subconcepten van de lessen, het tijdschema, de vereiste materialen en een link naar de normenkaart op dezelfde plaats op alle KiC-lessen.*

*Rechts daarvan vind je het lesdoel, het gedeelte Docentenverbinding/zelfzorg en enkele tips voor diverse leerlingen.*

*Het doel van de les van vandaag is: De leerlingen leren basismanieren om vriendelijkheid en respect te tonen in de klas en in de leeromgeving.*

*Onderaan de pagina zie je dat de les begint met vragen aan leerlingendeel. Dit is een opzettelijke manier om de toon te zetten om vriendelijkheid te leren. U zult ook merken dat elke sectie een voorgestelde tijd geeft om u op het goede spoor te houden.*

*In deze les zullen we zijn **inspirerend** studenten door middel van een boek/video en **bekrachtigen** ze door middel van de vriendelijkheidsvrijveractiviteit.*

### **Script**

*Last but not least eindigt deze les door de leerlingen een paar minuten de tijd te geven **weerspiegelen** over wat ze vandaag hebben geleerd.*

*Ik weet zeker dat je tijdens deze les vragen zult hebben. Schrijf ze alstublieft in uw Notes Catcher en we zullen tijd hebben om ze te beantwoorden zodra we terug zijn van de lunch.*

*Laten we beginnen met onze les!*

*Nu gaan we het rollenspel spelen, ik zal jullie leraren zijn en jullie zullen allemaal de leerlingen zijn.*

### **DEEL**(5-7 minuten)

### **Script**

*Vandaag krijgen we een les over het rimpeleffect van vriendelijkheid. Wat betekent het woord vriendelijkheid voor jou?*

### **Routebeschrijving**

Laat enkele deelnemers hun ideeën met de groep delen en een definitie op het bord schrijven.

### **Script**

*Deel een keer dat iemand iets aardigs voor je deed. Beschrijf hoe je je daarbij voelde. Hoe zit het met het woord "respect"? Wat betekent dat?*

Laat enkele deelnemers hun ideeën met de groep delen en een definitie op het bord schrijven.

Ga verder op de volgende pagina...

### **INSPIREREN** (12-15 minuten)



### Script

*Vandaag gaan we een verhaal horen over de keuzes van een meisje en hoe deze van invloed waren op een ander meisje in haar klas. Terwijl we lezen/luisteren, wil ik dat u goed let op de gemaakte keuzes en op de daden van vriendelijkheid en respect (of gebrek aan respect).*

### Routebeschrijving

Lees of luister naar [Elke vriendelijkheid](#) door Jacqueline Woodson.

Praat over hoe de keuzes die de meisjes maakten van invloed waren op de nieuwe leerling. Vraag de leerlingen welke andere keuzes de leerlingen hadden kunnen maken om de nieuwe leerling zich meer welkom te laten voelen.

### MACHTIGEN (15 minuten)

### Routebeschrijving

Deze activiteit weerspiegelt die in het boek *Elke vriendelijkheid*, waarmee leerlingen een steen in een emmer of bak met water kunnen laten vallen en het rimpeleffect kunnen observeren en bespreken.

Vriendelijkheidsvijver: Breng een grote kom met water binnen waar elke leerling een kleine steen in kan laten vallen en ook de leraar (en mogelijk leerlingen) kan er tijdens de hele RESPECT-eenheid extra stenen in doen.

Elke leerling neemt een kleine steen, zegt iets vriendelijks dat ze die dag of onlangs hebben gedaan en laat de steen in het water vallen om het rimpeleffect van hun vriendelijke daad te demonstreren. Moedig de cursisten aan om na te denken over een vriendelijke daad die ze onlangs hebben gedaan (versus lang geleden) en herinner ze eraan, zoals Chloe werd herinnerd, dat het iets heel kleins kan zijn dat ze deden (een deur openhouden voor iemand, glimlachen naar een klasgenoot, enz.). Als iemand geen vriendelijke daad kan bedenken, geef hem dan de gelegenheid om een vriendelijkheid te uiten die hij zelf heeft ervaren, die hij iemand anders heeft zien doen of die hij voor het einde van de dag zal proberen te doen. Herinner de cursisten eraan dat zelfs als ze het gevoel hebben dat ze tot nu toe geen vriendelijke keuzes hebben gemaakt, ze in de toekomst altijd voor vriendelijkheid kunnen kiezen. Vriendelijkheid is altijd een keuze en ze hebben oneindig veel mogelijkheden om elke dag vriendelijke keuzes te maken.

### Script

Voor in de kamer heb ik een kom gevuld met water en een stapel stenen. Ik zou graag willen dat ieder van jullie naar boven komt, je steen in het water laat vallen terwijl je iets vriendelijks zegt dat je vandaag of onlangs hebt gedaan.

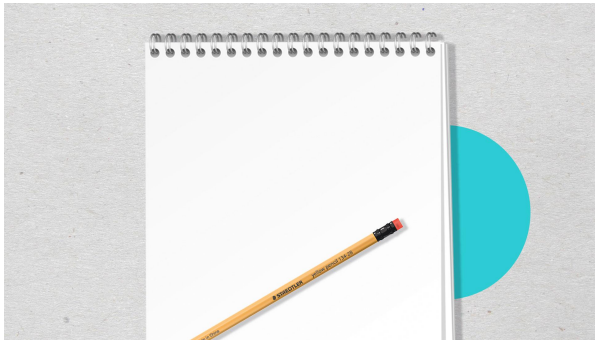
Zorg ervoor dat u het rimpeleffect bespreekt en bespreek hoe een vriendelijke daad kan leiden tot een andere vriendelijke daad.

**Reflecteer:** (3-5 minuten)

### Script

*Onze vriendelijkheidsvijver zal deel uitmaken van ons klaslokaal voor de hele RESPECT-eenheid en misschien langer! Ik wil een manier voor ons om fysiek te zien hoeveel vriendelijke respectvolle handelingen we in de tweede klas doen en elke keer dat we een steen laten vallen, wil ik dat we nadenken over hoe onze vriendelijke en respectvolle daad andere mensen positief kan beïnvloeden. Dat is het rimpeleffect waar we het over hadden. Elke keer dat je iets doet dat blijkt geeft van vriendelijkheid en respect voor iemand anders, geef je hen een blijvend gevoel en inspireert hen om iets aardigs en respectvols voor iemand anders te doen.*

*Bedenk eens hoe aardig en respectvol ons klaslokaal, onze school en zelfs onze wereld zou zijn als we vriendelijkheid en respect zouden uitstralen naar alle anderen! Dat wordt ons doel dit jaar. Elke keer dat je onze vriendelijkheidsvijver ziet, denk er dan eens aan om iets aardigs en respectvols te doen. En elke keer als ik jullie allemaal iets aardigs en respectvol zie doen, laat ik weer een steen in de vijver vallen. Als je ziet dat anderen aardig en respectvol zijn, kun jij ook een steen laten vallen! Eens kijken hoeveel vriendelijkheidsstenen we deze maand in onze vijver kunnen krijgen!*

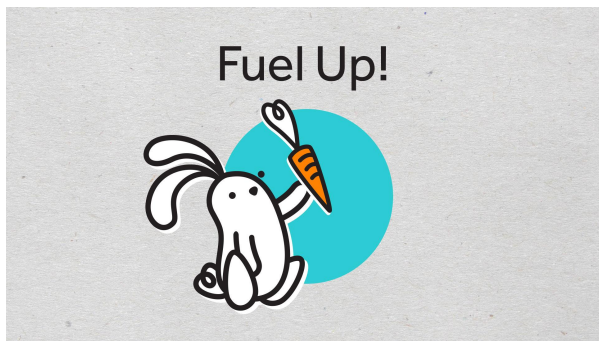


### Script



*En dat is onze modelles! Op jeNotitiesvanger, noteer alle "ah-ha"-momenten of heldere ideeën die je over de les had. Leg eventuele vragen over de lessen vast, zodat we ze 's middags zeker kunnen beantwoorden wanneer we dieper in de lessen duiken.*





Brandstof op!

#### **Routebeschrijving**

Vertel de deelnemers dat ze nu een lunchpauze van 30 minuten hebben (de tijd kan variëren afhankelijk van het schema) en hoe laat de training na de lunch begint. Geef alle informatie of aanwijzingen met betrekking tot de lunch (vooral als de lunch wordt geserveerd).

Geschatte tijd: 10 minuten

# Video

## Sectie 11

---

Onderdelen van deze sectie:

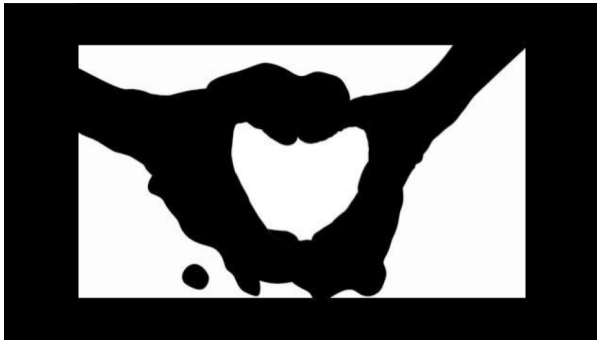
- Het opleiden van de hartvideo

materialen:

- ☐ (voor dit gedeelte zijn geen materialen vereist)

Activiteit:

- ☐ Het opleiden van de hartvideo



## Het hart opvoeden

### **Script**

*We willen je verwelkomen na de lunch door je een video te laten zien die we hebben geleend van het Dalai Lama Center for Peace and Education. Het vertelt op een prachtige manier het verhaal waarom RAK ervoor heeft gekozen om vriendelijkheid te verspreiden via een leerplan voor sociaal emotioneel leren op scholen.*

*Enige gedachten of reflecties na het bekijken van die video?*

Geschatte tijd: 60 minuten

# Verkenning van de KiC-eenheid

Sectie 12

Onderdelen van deze sectie:

- Vriendelijkheid in de klas Unit Exploration
- 3-2-1 Grafieken

materialen:

- ☐ Cijfer niveauborden (op tafels, indien nodig)
- ☐ Cijfer niveaupakketten op overeenkomstige rang niveau tafels
  - Vriendelijkheid in de klaspakketten (één exemplaar van Unit 1-Respect voor elk leerjaar)
    - Eenheid introductie
    - 4 lessen
    - Projecten
    - Normen kaart
    - Brief naar huis
- ☐ 3-2-1 kaarten (blanco kaartpapier, één voor elke klas niveau tafel)
- ☐ **Alternatieve Activiteit:** *Als je ervoor kiest om technologie te gebruiken voor deze activiteit, zorg er dan voor dat er genoeg laptops en/of tablets zijn voor de hele groep*

Activiteit:

- ☐ Kindness in the Classroom Unit Exploration (60 minuten)

## Vriendelijkheid in de klas Unit Exploration



### Script

*We gaan nu dieper in op een van de onderdelen Vriendelijkheid in de klas, zodat je kunt zien hoe ze zijn gestructureerd en hoe de lessen en projecten op elkaar aansluiten. We gaan alleen tijd besteden aan het bekijken van één eenheid omdat alle eenheden hetzelfde zijn gestructureerd.*

*Op je tafel ligt een pakket met de Respect-eenheid van het leerplan Vriendelijkheid in de klas voor jouw leerjaar. Als je dat nog niet hebt gedaan, beweeg dan zodat je op je niveau zit. Als je meer dan één leerjaar lesgeeft, kies dan gewoon een leerjaar om dit deel van de dag mee te werken.*

**Alternatieve Activiteit:** *Als de technologie beschikbaar is voor de hele groep, overweeg dan om elk leerjaar de Respect-eenheid op een laptop of tablet te laten herzien in plaats van de eenheid af te drukken.*

*Zoals je zult zien, begint de unit met een unitoverzicht, inclusief een lijst met alle materialen die je nodig hebt; 4 lessen, projecten, de normenkaart voor de eenheid en een brief die we u uitnodigen om naar huis te sturen naar de ouders.*

*We geven je ongeveer 20 minuten om het apparaat aan je tafel te bekijken. We raden u ten eerste aan om de tijd te nemen om elk onderdeel door te nemen voordat u het gaat onderwijzen, zodat u alle verbanden tussen de lessen en projecten kunt zien. Ik zal het klokkenspel luiden om je terug te brengen.*

## 3-2-1 CHART

- 3 Three things you liked about the unit
- 2 Two questions you still have, and
- 1 One thing that excites you about the Kindness in the Classroom curriculum



### Script

*Nu heb je 15 minuten om een 3-2-1-schema in te vullen als klasgroep voor het tweede deel van deze activiteit. Elke tafel heeft een blanco stuk kaartpapier. Selecteer een recorder en verslaggever; iemand om de antwoorden van de groep op te schrijven en iemand om ze met de hele groep te delen. Breng als groep 3 dingen in kaart die je leuk vond aan het blok, 2 vragen die je nog hebt en 1 ding dat je opwindt aan het leerplan Vriendelijkheid in de klas.*

### Routebeschrijving

Zodra de groepen hun 3-2-1-kaart hebben voltooid, brengt u de hele groep weer bij elkaar en vraagt u de verslaggevers om een overzicht te geven van de kaart van de groep.

### Script

*Laten we als hele groep bij elkaar komen om uw 3-2-1-diagrammen te bespreken. Verslaggevers, geef een korte samenvatting van de grafiek van uw groep. Zijn er vrijwilligers om ons op weg te helpen?*

### Routebeschrijving

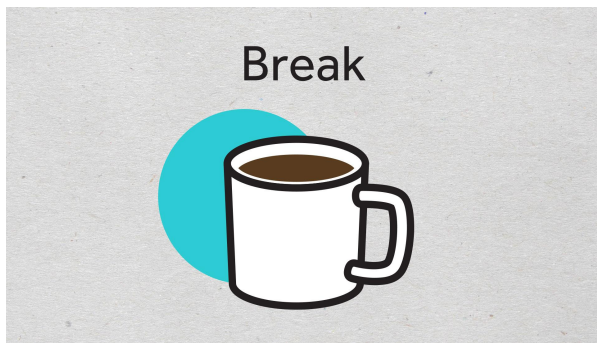
Laat verslaggevers hun grafieken samenvatten. Faciliteer elke discussie die zich voordoet. Zorg ervoor dat je elke groep bedankt voor hun werk.



*Voor de lunch, toen we de les *The Ripples of Kindness* modelleerden, had je de gelegenheid om wat vragen op te schrijven in je *Notes Catcher*. Laten we die nu behandelen. Welke vragen kwamen er bij je op?*

### **Routebeschrijving**

Beantwoord eventuele vragen. Als u geen vragen kunt beantwoorden, vertel de deelnemers dan dat het antwoord in een vervolgmil naar hen zal worden verzonden. Overweeg om de vraag aan de parkeerplaats toe te voegen als herinnering.



## Pauze

### **Routebeschrijving**

Geef de deelnemers een pauze van 15 minuten. Vertel de deelnemers hoe laat de training na de pauze begint.



Geschatte tijd: 60 minuten

# Implementatie en plannen

Artikel 13

---

Onderdelen van deze sectie:

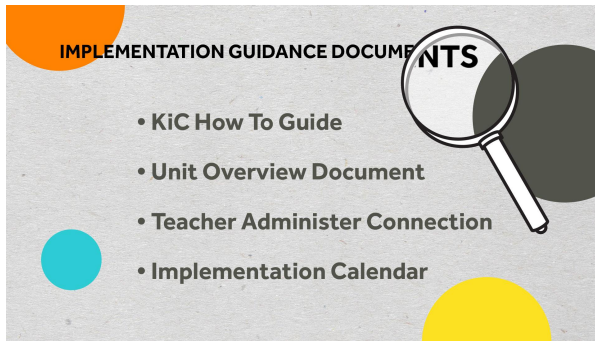
- Materiaalverkenning
- Verkennings- en planningsvragen

materialen:

- ☐ Vriendelijkheid in het Classroom-implementatiemateriaal
  - Hoe KIC te onderwijzen
  - Eenheid overzichtsdokument
  - Leraar verbinding
  - Voorbeeld implementatiekalender

Activiteit:

- ☐ Materiaalonderzoek en -planning



## Uitvoeringsrichtlijnen

### Script

*Laten we nu even de tijd nemen om wat dieper te graven en de implementatie van Vriendelijkheid in de klas te bespreken en hoe het er voor jou uit zou kunnen zien. Met je cijfer niveaugroep, krijgt u ongeveer 25 minuten om de implementatiebegeleidingsdocumenten in uw map te verkennen. Denk na over hoe ze verbinding maken met de eenheid die u zojuist aan uw tafel heeft beoordeeld?*

*Als je klaar bent met je verkenning, selecteer je een recorder en verslaggever. Breng je antwoorden op de volgende vragen in kaart:*

- *Wat moet je doen om bereid te zijn om Vriendelijkheid in de klas schoolbreed te implementeren?*
- *Welke ondersteuning heb je nodig van beheerders om het curriculum met getrouwheid succesvol te implementeren?*
- *Welke uitdagingen verwacht u? Wat zijn de mogelijke oplossingen?*

*We zullen uw antwoorden delen met de gebouwbeheerders, zodat zij kunnen helpen bij de implementatie van Vriendelijkheid in de klas.*

*Kan ik iets verduidelijken voordat we beginnen?*

### Routebeschrijving

Na 25 minuten luidt het klokkenspel en vraagt u de deelnemers om verder te gaan met het in kaart brengen van de antwoorden op de vragen.



Breng uw antwoorden in kaart

#### **Script**

Neem ongeveer 15 minuten de tijd om de antwoorden op de vragen op de dia in kaart te brengen.

#### **Routebeschrijving**

Loop na 15 minuten rond om er zeker van te zijn dat iedereen alle drie de vragen heeft beantwoord (geef wat meer tijd als dat nodig is), luid het klokkenspel om de groep weer bij elkaar te brengen.

#### **Script**

*Laten we nog een laatste keer als groep bij elkaar komen. Verslaggevers, vat de antwoorden van uw groep samen. Deel alleen nieuwe gedachten en herhaal niet wat anderen al hebben gezegd. Eventuele vrijwilligers gaanEerst?*

#### **Routebeschrijving**

Laat verslaggevers hun grafieken samenvatten. Faciliteer elke discussie die zich voordoet. Zorg ervoor dat je elke groep bedankt voor hun werk.

Verzamel of maak na de training foto's van grafieken en deel ze met gebouwbeheerders.

Geschatte tijd: 30 minuten

# Sluitend

Artikel 14

---

Onderdelen van deze sectie:

- Vragen en antwoorden
- Doelstellingen beoordeling
- Sluitingsactiviteit
- Evaluatie Formulieren
- Bedankt!

materialen:

- ☐ Notitiesvanger
- ☐ Evaluatie formulier
- ☐ Mand voor evaluatieformulieren

## Questions and Answers



## Vragen en antwoorden

### Script

*Onze training loopt ten einde en ik wil er zeker van zijn dat we de laatste vragen beantwoorden. Welke vragen zitten er nog bij jeR geesten?*

### Routebeschrijving

Geef de deelnemers de gelegenheid om eventuele laatste vragen te stellen. Als u een van deze vragen niet kunt beantwoorden, vertel de deelnemers dan dat het antwoord in een vervolmail naar hen zal worden verzonden.

### Routebeschrijving

Als u een van deze vragen niet kunt beantwoorden, vertel de deelnemers dan dat het antwoord in een vervolmail naar hen zal worden verzonden.

### Script

*Als je na onze training ergens aan denkt, zal ik mijn e-mail verstrekken voordat ik afscheid neem. Neem dan gerust contact met mij op.*

# Learning Objectives

- 1 Be **inspired** to create a culture of kindness
- 2 Be **empowered** to implement the Kindness in the Classroom curriculum
- 3 Create an **action** plan to utilize Kindness in the Classroom tools and resource in your classroom

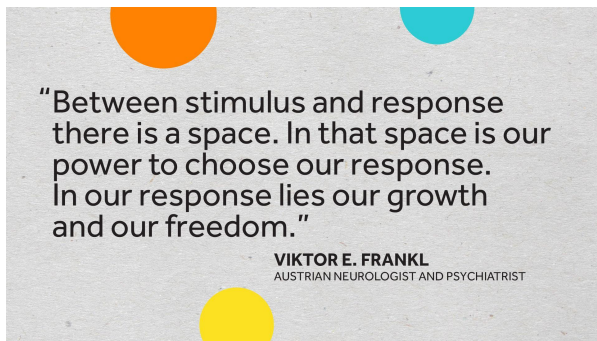


## leerdoelen

### Script

*We hadden drie doelen voor vandaag. Ze waren:*

- *Laat je inspireren om een cultuur van vriendelijkheid te creëren,*
- *Gemachtigd zijn om het vriendelijkheid in het klascurriculum te implementeren, en*
- *Maak een actieplan om Kindness in the Classroom-tools en -bronnen in uw klas te gebruiken.*



## Onze reactie kiezen

### Script

*We hebben ons vandaag gericht op veerkracht, vriendelijkheid en dankbaarheid. Viktor Frankl zei:*

*"Tussen stimulus en respons zit ruimte. In die ruimte ligt onze kracht om onze reactie te kiezen. In onze reactie ligt onze groei en onze vrijheid."*



*Schrijf dit citaat in het vak Afsluitende activiteit op uw Notitiesvanger.*

### Routebeschrijving

Geef de deelnemers een paar minuten om de quote op te schrijven.

### Script

*Denk nu na of denk na over veerkracht, vriendelijkheid en dankbaarheid en hoe u deze praktijken kunt gebruiken om te beïnvloeden hoe u op moeilijke situaties reageert. Hoe ga je deze oefeningen gebruiken als je naar huis gaat of terug naar je klas of werkruimte?*

### Routebeschrijving

Geef de deelnemers een paar minuten om hun antwoord op te schrijven. Als de meeste deelnemers klaar zijn, vraag je een paar vrijwilligers om hun antwoorden te delen. Bedank de deelnemers voor het delen.



## evaluatie

### Script

*Neem een paar minuten de tijd om het evaluatieformulier in uw map in te vullen. Als je weggaat, kun je het in het mandje op de inlogtafel achterlaten.*





**Presenter Name**

email@address.com

## Contactgegevens presentator

### Script

*Als je vragen hebt over de sessie van vandaag, stuur me/ons dan gerust een e-mail op \_\_\_\_\_.*



Bedankt!

**Script**

*Bedankt voor je tijd, aandacht en energie vandaag.  
Ik hoop dat je net zoveel plezier hebt gehad als ik!*