**Dagboek in het Coronatijdperk**

**Deze tijd is een bijzondere tijd die we niet snel zullen vergeten. Ons leven wordt door een virus totaal anders. We kunnen niet meer naar onze familie, geen sporten meer, geen school, geen wedstrijden, geen feestjes en ga zo maar door.**

**In het jaar van 75 jaar vrijheid worden we beperkt in onze vrijheden door het virus en dat is vreemd, voelt vreemd.**

*We gaan een dagboek bijhouden . Jullie krijgen allemaal een schrift waarin we elke dag iets gaan opschrijven.*

**Hoe ga je dat doen?**

\*Je begint door op elke bladzijde bovenaan de pagina de dag en datum te noteren.

\* Je mag je mooiste momenten van die dag beschrijven, je mag beschrijven wanneer je gelachen hebt en om wat je moest lachen,je mag beschrijven wat je die dag gedaan hebt, je mag je angsten beschrijven, je mag je verdrietige momenten erin op schrijven,je ruzie’s enzovoort

\* Alles mag je erin beschrijven. Je MOET elke dag er iets in opschrijven. Misschien vind je het ook leuk om er een tekening bij te maken, ook dat mag.

\* Elke dag komt op een nieuwe bladzijde, zo is elke dag een nieuw begin.

\* Dit dagboek kan je nu helpen omdat je door iets op te schrijven, je het beter kunt verwerken. Maar ook voor later wanneer er betere tijden zijn, is het fijn om terug te lezen hoe je deze fase in je jonge leven hebt beleefd.

\* Maak er vooral JOUW dagboek van en vertrouw het je verhalen, gedachten en gevoelens toe.

\* Misschien willen je ouders er ook wel iets over jou in schrijven. Dit mag maar hoeft niet. Jij schrijft er wel dagelijks in.

\* Wie weet…misschien wordt jouw dagboek wel net zo beroemd als dat van Anne Frank…….