



# De dobbelsteen van de vrede

## Werken aan vrede

Een kans voor iedereen!

Waar kun je beter beginnen met het opvoeden tot vrede dan met kinderen? In heel de wereld zijn scholen, gezinnen, wijken en clubs hier al mee bezig. Het resultaat is een project met vele activiteiten voor de vrede. Het is begonnen met het dagelijks gooien van een speciale dobbelsteen. De dobbelsteen van de vrede.



## Doen en durven

Ga jij deze uitdaging aan?

Op elke zijde van de dobbelsteen staat een zin, die in praktijk gebracht wordt. Het maakt niet uit waar je begint. Geleidelijk aan ontwikkel je op een natuurlijke manier gedrag dat is gericht op vrede en harmonie. Je ervaart een positieve verandering in de omgang met elkaar.

Klinkt dit ongelofelijk? Begin dan gewoon en zie wat er gebeurt.

## Aan de slag

Het 5-stappenplan

1. Gooi de dobbelsteen.
2. Lees de zin en beloof je best te doen.
3. Breng de zin gedurende een dag of een week in praktijk.
4. Doe er concrete ervaringen mee op en onthoud deze.
5. Deel je ervaringen met elkaar aan het einde van de dag of de week.

Stap 5 is cruciaal. Het verbindt mensen binnen de groep of thuis. Het bemoedigt elkaar, stimuleert persoonlijke groei, voedt positieve waarden en vormt een gemeenschap van vrede.

## De vrede leven

Enkele voorbeelden

Ik maak de ander blij:

- Ik geef een complimentje.
- Ik kijk wat de ander nodig heeft (meespelen/rust/...).

Ik wil vrede met iedereen:

- Iedereen hoort erbij.
- Contact maken met iemand die je nog niet kent.

Ik deel met de ander:

- Ik deel mijn speelgoed/tijd/eten/snoep/....

Ik luister:

- Ik kijk iemand aan die mij iets zegt.
- Ik stop waar ik mee bezig ben als iemand mij iets vraagt of zegt.

Ik vergeef:

- Een "high five" geven als je het weer goed gemaakt hebt.

We helpen elkaar:

- iets opruimen wat je niet zelf hebt laten liggen.
- iemand om hulp vragen en "Dank je wel" zeggen als je hulp krijgt.

