

INHOUDSOPGAVE

I



KINDERTIJD

6

II



PUBERJAREN

28

III



VOLWASSEN JAREN

56

IV



RELATIE & OUDERSCHAP

98

V



MIDDELBARE LEEFTIJD

140

VI



WIJSHEDEN

166



OMA

Ik ben zo blij dat je dit dagboek hebt opgepakt. Je hebt veel meegemaakt in je leven. Van je favoriete vakantie in je jeugd, tot de geboorte van je eerste kind. Al deze ervaringen hebben de loop van jouw geschiedenis gevormd. Van sommige gebeurtenissen wist je dat ze je leven zouden veranderen, terwijl je van andere de impact pas jaren later ontdekte. Het is mooi om al die herinneringen te delen.

Vaak zijn de jongere generaties niet erg geïnteresseerd in de ervaringen van hun oudere familieleden, totdat het te laat is om ernaar te vragen. Anderen hebben wel de verhalen gehoord, maar zijn de details vergeten. Nu kun je voor jouw kinderen en kleinkinderen jouw geschiedenis vastleggen, op een manier en in een vorm die van generatie op generatie kan worden doorgegeven.

Jouw woorden, jouw ervaringen, jouw verhalen. Voor altijd herinnerd.

In dit boek vind je zes hoofdstukken, die elk een andere periode uit jouw leven weerspiegelen: kindertijd, puberjaren, volwassenheid en werk, ouderschap en huwelijk, lege nesten en grootouderschap. Binnen elk hoofdstuk zijn er creatieve vragen en opdrachten om je te helpen met het terugdenken aan gebeurtenissen, dingen die je leerde, adviezen die je zou willen geven aan ons, jouw familie. De vragen zijn nu eens luchtig, dan weer serieuzer van aard. Zo kun je herinneringen ophalen aan de uitdagingen, de triomfen, de vrolijke en de verdrietige dingen, die allemaal bij elkaar een kijk op jouw leven geven.

Er is geen goede of foute manier van het dagboek gebruiken. Als je een vraag te lastig vindt, sla hem over en kies een volgende. Soms zul je veel weten te schrijven, soms heel weinig. Alles is goed. Schrijf op wat je weet en wat je wilt delen over jouw herinneringen: wie was erbij, hoe verliep het, hoe heb je gereageerd? Dat vormt jouw geschiedenis.

OMA, VERTEL ME JOUW VERHAAL!



KINDERTIJD

In je kindertijd worden de zaadjes
geplant, zonder dat we doorhebben
hoezeer dit ons zal beïnvloeden.

Beschrijf, met behulp van je vijf zintuigen, je favoriete dag met je beste vriend van vroeger.

‘HET BEGIN IS HET VOORNAAMSTE ONDERDEEL VAN EEN KLUS.’

– Plato

Aan welk moment moet je meteen terugdenken, als je aan je schooltijd denkt?

Welke ervaring had je als kind graag willen beleven?

Wat is het belangrijkste dat je hebt geleerd in je kindertijd? En van wie leerde je dat?

Omschrijf jouw favoriete tijdbesteding als kind in de zomervakantie.

Wat is het mooiste cadeau of de beste herinnering aan jouw kinderverjaardagen?

Beschrijf, met behulp van je vijf zintuigen, jouw favoriete kamer in je ouderlijk huis.

Wat herinner je het meeste per gezinslid tijdens je kindertijd?

'HET LEVEN IS EEN BALANS VAN VASTHOUDEN EN LOSLATEN.'

– Rumi

Beschrijf een moment waarbij je eigenlijk straf verdiende, maar daaraan wist te ontkomen.

Welke spelletjes vond je leuk om te spelen, en met wie?

Wat is je vroegste herinnering aan jouw ouders en eventuele broers of zussen?

‘EEN POSITIEF ‘IETS’ IS BETER DAN EEN NEGATIEF ‘NIETS’.

– Elbert Hubbard

Gebruik alle vijf zintuigen en omschrijf de stad of het dorp waar je opgroeide.

Noem een ding dat je op school hebt geleerd en dat je altijd hebt onthouden.

Was er iets dat jij mocht van je ouders, maar andere kinderen niet?

‘HET GEHEIM VAN VOORTGANG IS BEGINNEN.’

– Mark Twain

Als er iets zou zijn vanuit je ouderlijk huis dat je kon namaken, wat zou dat dan zijn?

Wat was je lievelingseten? En at je dat bij bijzondere gelegenheden?

Was er vroeger een activiteit die je graag had willen doen, maar waar je te jong voor was?

Als je bang of verdrietig was, was er dan iemand die jou goed kon troosten? Hoe?

‘DE WAARDE VAN EEN IDEE LIGT IN HET GEBRUIK ERVAN.’

– Thomas A. Edison

PLAK HIER FOTO'S, PLAATJES EN ANDERE HERINNERINGEN

