

Julie Bellinkx
Melanie Louwerens

Dit boek is een uitgave van
Stichting AMBER Alert Europe

BUIKGEVOEL

**Een prentenboek over het volgen
van je intuïtie en jezelf veilig houden**

Colofon

Copyright © 2023 Stichting AMBER Alert Europe

www.amberalert.eu/nl

Auteur: Julie Bellinkx

Illustratie en vormgeving: Melanie Louwerens

Met dank aan: Drs. Evelien Speel-Flierman (Kinder- en jeugdpsycholoog NIP, GSZ psycholoog BIG), Kirsten van den Berg (Gedragswetenschapper), Mariska Custers (Psycholoog), Nele Geerts (Illustrator), Carlo Schippers (Voormalig expert vermiste personen Politie Nederland), Dr. Arine Vlieger (Kinderarts en onderzoeker, MD, Phd.)

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, geluidsband, elektronisch of op welke wijze dan ook, zonder schriftelijke toestemming van de uitgever.

BUIKGEVOEL



Het is een prachtige dag in Haasheide.
De zon schijnt fel aan de strakblauwe hemel.
Haas en zijn vriendinnetje Egel spelen buiten.
Ze huppelen en hollen door het gras.
De grassprietjes kietelen hun buikjes.



Plots stopt Haas, hij zucht.

Hij speelt altijd in hetzelfde groene grasveld,
met dezelfde kriebelende grassprietjes.

‘Wat scheelt er, Haas?’ vraagt Egel bezorgd.

‘Ik zou wel eens ergens anders willen spelen’, zegt Haas.

‘Ergens waar ik nog nooit ben geweest.’

Egel denkt na. ‘Ik weet iets spannends, laten we het bos in gaan!’



Haas twijfelt.

Mama en papa hebben hem gewaarschuwd voor het bos.

Verder dan de grote, oude eik mag hij niet.

Alleen als mama en papa erbij zijn.

Plotseling hoort Haas een vreemd geluid.

'Rrr-rrr-rrr'

'Hé, waar komt dat geluid vandaan?'

Hij kijkt om zich heen.

Weer klinkt het geluid: 'Rrr-rrr-rrr'

Haas krabt aan zijn oor, wat gek!

RRR

RRRR

RRR



‘Zeg Egel, hoor jij dat vreemde geluid ook?’, zegt Haas.

Egel spitst haar oren en luistert goed.

‘Welk geluid? Ik hoor helemaal niets!’, zegt ze.

Haas schudt zijn hoofd. Misschien heeft hij het zich wel ingebeeld.


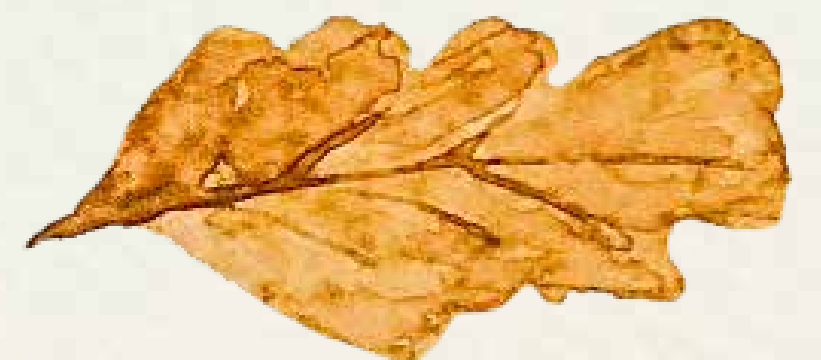


Voor het bos staan ze stil.

‘Kom je?’, vraagt Egel.


‘Ik weet het niet’, stamelt Haas.

‘Ik mag het bos niet in zonder mama en papa.’



BOS

A wooden signpost made of a single piece of wood, pointing to the right. The word "BOS" is written on it in large, bold, black capital letters. The signpost is set against a background of green foliage and two red mushrooms.

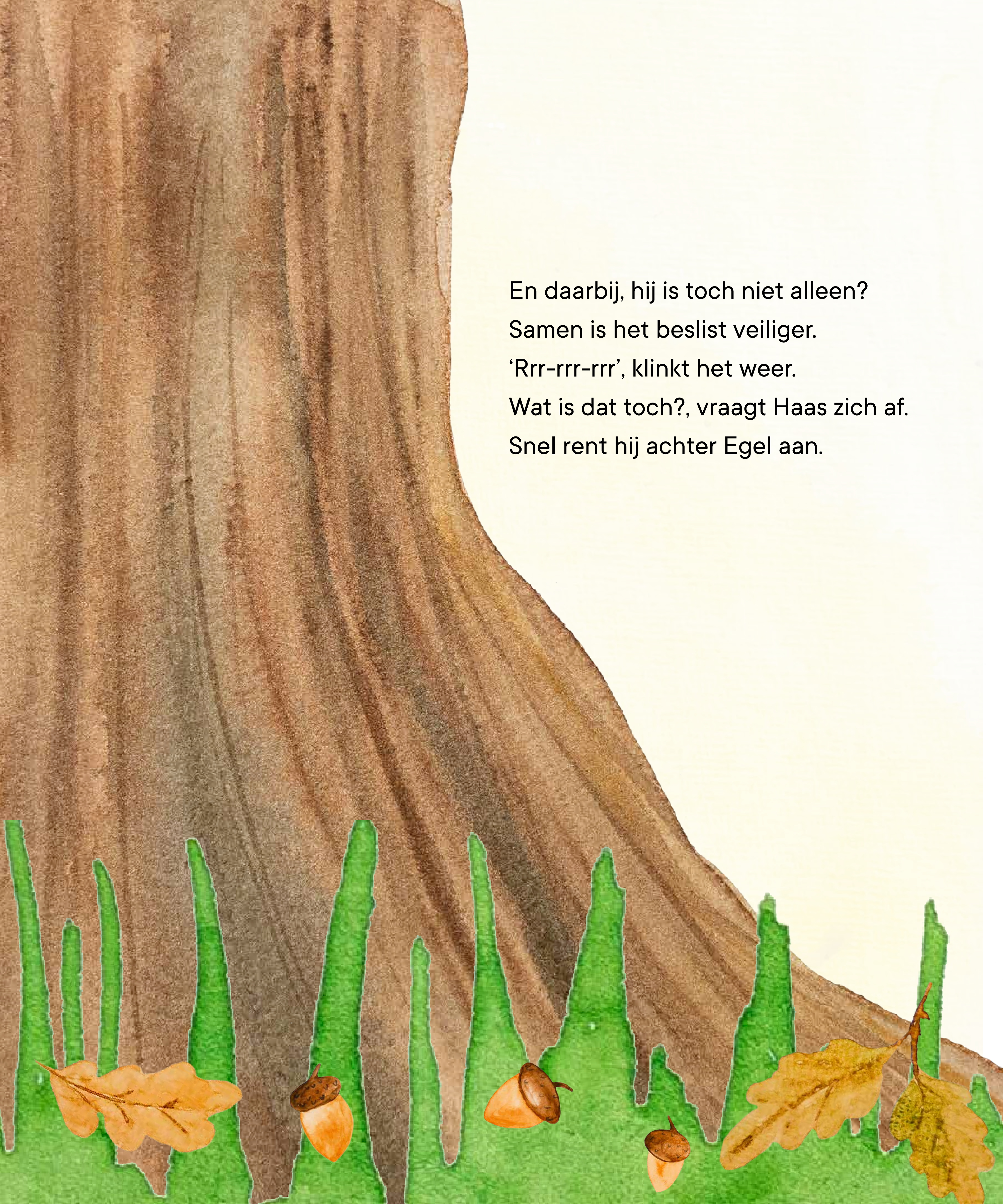
A watercolor illustration of a hedgehog standing in a forest. The hedgehog is light-colored with a large pinkish-red patch on its belly and brown spines. It has small blue eyes and a black nose. The background features a large tree trunk on the right, green grass at the bottom, and several brown and orange autumn leaves scattered around. The text is positioned in the upper left quadrant of the page.

‘Doe niet zo flauw’, zegt Egel.

‘Ik heb sterke stekels. Er kan ons niets overkomen.’

Haas zucht. Stiekem is hij wel nieuwsgierig.

Hij heeft al zoveel verhalen gehoord over het bos.



En daarbij, hij is toch niet alleen?
Samen is het beslist veiliger.
'Rrr-rrr-rrr', klinkt het weer.
Wat is dat toch?, vraagt Haas zich af.
Snel rent hij achter Egel aan.

Haas en Egel lopen dieper en dieper het bos in.
Ze lopen langs beekjes en bospaden, langs groene bomen en rode bloemen.
Even vergeten Haas en Egel waar ze zijn.



Plots horen ze wat in de struiken ritselen.

De vriendjes schrikken.

Zou het vreemde geluid hier vandaan komen?, denkt Haas.

Er komt een rode, pluizige staart uit het struikgewas.

‘Hallo, wie is daar?’, vraagt Egel.

‘Ik ben een Haas’, zegt het dier in het struikgewas.



Er piepen twee pluizige, rode oren uit de struik.
‘Dat zijn helemaal geen hazenoren!’, roept Haas.
‘Toch wel’, zegt het dier.
‘Kom maar wat dichterbij, dan kun je ze beter zien.’



Dit klopt niet, denkt Haas. Een rode, pluizige staart en oren,
dat kan maar één ding zijn: een vos!

Weer hoort hij het geluid: 'Rrr-rrr-rrr'.
Nu nog luider dan eerst.

RRR RRR RRR

'We moeten snel maken dat we wegkomen, Egel!'
'Anders zijn we straks een lekker maaltje!'
Ze rennen en hollen, hun hartjes bonken snel.



De vriendjes stoppen bij een open plek in het bos.

Nu zijn ze wel erg ver van Haasheide.

‘Waar zijn we?’, zegt Haas ongerust.

Ook Egel maakt zich zorgen.

‘Rrr-rrr-rrr’



RRR RRR RRR

‘Daar is het weer!’, roept Haas. Egel hoort nog steeds niets.

Haas kijkt naar links en rechts, vervolgens naar boven en beneden.

Maar hij kan niet zien waar het vreemde geluid nu precies vandaan komt.



‘Daar!’, roept hij, ‘De grote, oude eik.’

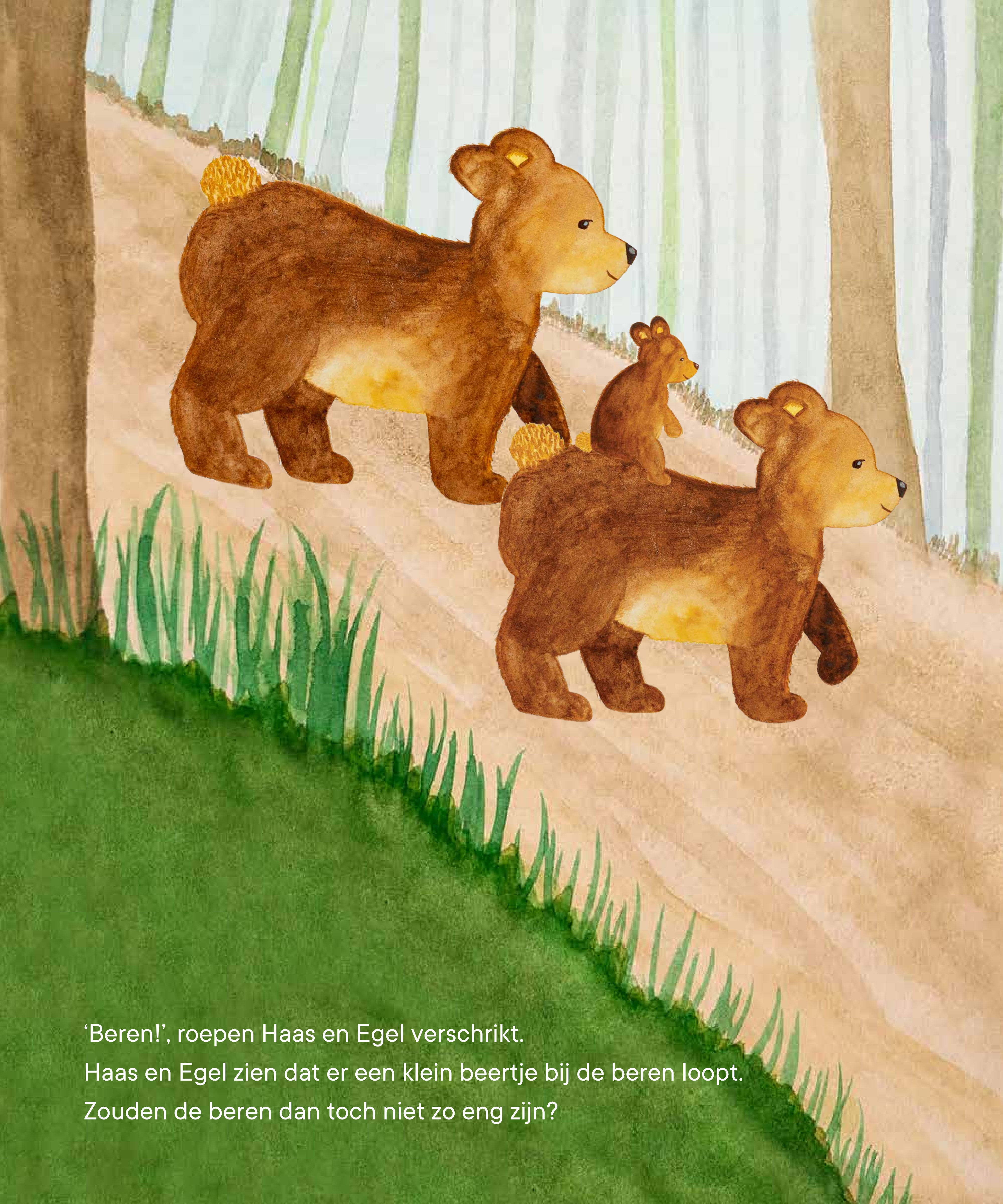
De eik torent boven het bos uit.

‘Als we naar de eik toe lopen, komen we vast weer in Haasheide.’



Ze lopen en lopen, maar het lijkt alsof ze geen stap verder komen.
Dan begint de grond ineens te trillen.
Grote voetstappen komen dichterbij.
Snel verstoppen de vriendjes zich achter een struik.





‘Beren!’, roepen Haas en Egel verschrikt.
Haas en Egel zien dat er een klein beertje bij de beren loopt.
Zouden de beren dan toch niet zo eng zijn?

‘Zullen we ze om hulp vragen?’

‘Anders komen we nooit meer thuis’, jammert Egel.

‘Rrr-rrr-rrr!’

Het geluid klinkt nu luider dan ooit.

‘Kom’, zegt Haas. ‘We gaan naar de beren toe.’

RRR

RRR

RRR

‘Ha..ha..hallo’, zegt Haas verlegen tegen de berenfamilie.
‘Wij zijn verdwaald. Kunnen jullie ons misschien
de weg naar Haasheide wijzen?’



‘Natuurlijk’, zegt één van de beren.
‘Zie je die mooie, rode bloemen daar?’
‘Blijf ze volgen tot je aan de grote plas komt.’
‘Bij de grote plas ga je naar links.’
‘Iets verderop zie je dan de grote, oude eik.’
‘Wanneer je die ziet, ben je er bijna.’



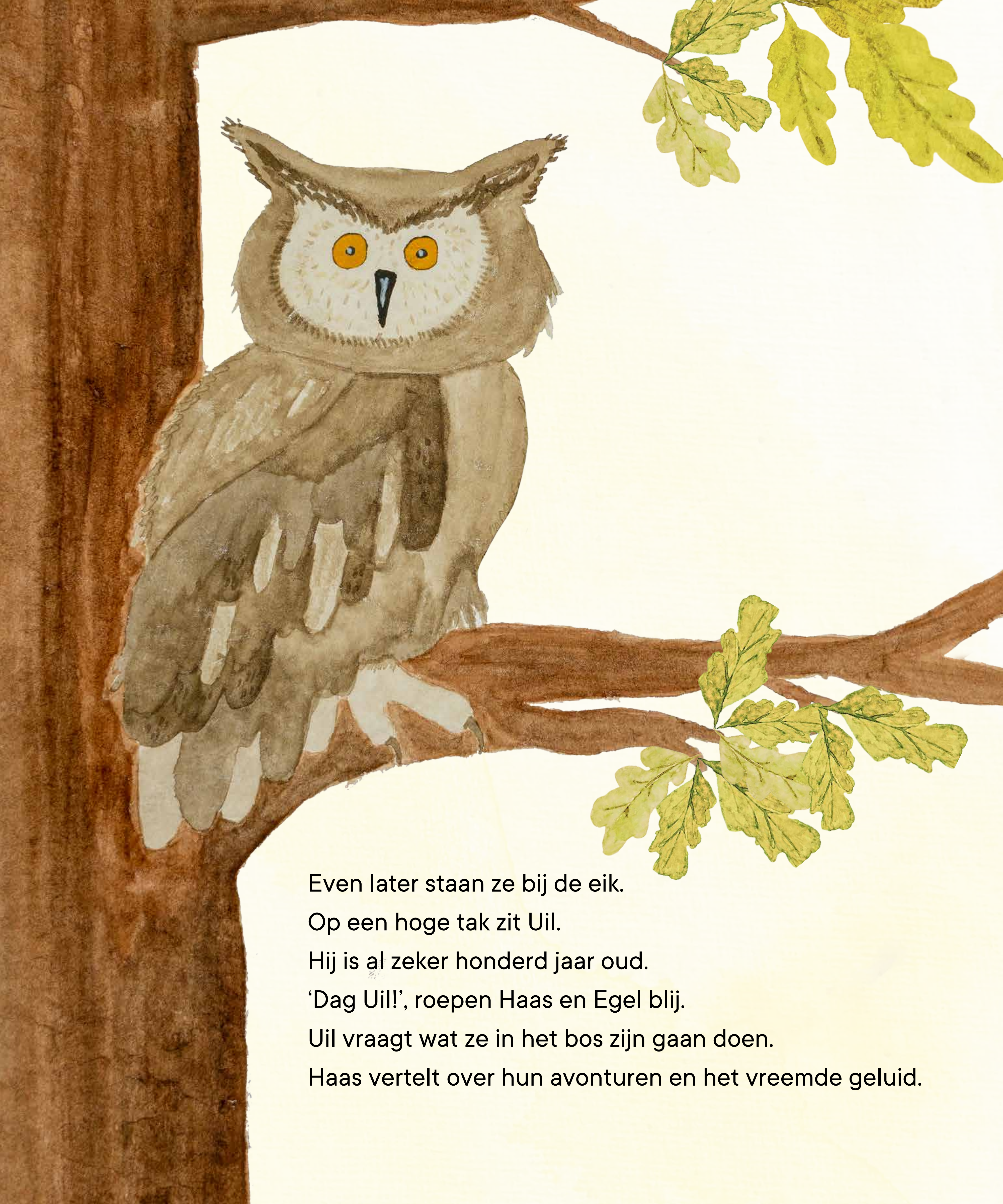
De vriendjes bedanken de berenfamilie en gaan op pad.
Ze lopen langs de mooie, rode bloemen.
Het bloemenpad lijkt wel eindeloos.





‘Kijk daar!’, roept Egel. ‘De grote plas!’
Net zoals de beren hen hadden verteld.
De vriendjes snellen er naartoe.
In de verte zien ze de top van de grote, oude eik.
‘Bijna thuis!’, juichen ze verheugd.





Even later staan ze bij de eik.
Op een hoge tak zit Uil.
Hij is al zeker honderd jaar oud.
'Dag Uil!', roepen Haas en Egel blij.
Uil vraagt wat ze in het bos zijn gaan doen.
Haas vertelt over hun avonturen en het vreemde geluid.



‘Weet jij misschien wat het vreemde geluid is?’, vraagt Haas aan Uil.

‘Dat weet ik wel’, zegt Uil.

‘Luister goed, dan zul je het horen.’

Haas luistert aandachtig.

Het is muisstil.



The illustration shows a close-up of a bear's belly, which is a light yellowish-tan color with a fine, textured pattern of small, dark brown spots. The bear's legs, which are a darker brown color, are visible on the left and right sides, framing the belly. In the center of the belly, the sound 'RRR' is written twice in a bold, brown, sans-serif font. The first 'RRR' is positioned above the second 'RRR'.

RRR
RRR RRR

Plots hoort hij zijn eigen buik knorren.

‘Rrr-rrr-rrr’

‘Het geluid komt uit mij!’ zegt Haas verbaasd.

Hij voelt aan zijn buik.

‘Inderdaad’, zegt Uil.

‘Dat is je buikgevoel, een soort stemmetje diep vanbinnen.’

‘Het stemmetje vertelt je wanneer iets wel of niet goed voelt.’

‘Als je leert om er op te vertrouwen, kan je buikgevoel je helpen om een beslissing te maken.’



Haas knikt.

Hij denk na over het avontuur in het bos.

Zijn buikgevoel heeft hem vandaag ook proberen te helpen.

Voortaan luister ik altijd naar dat knorrende buikje van me, denkt Haas.



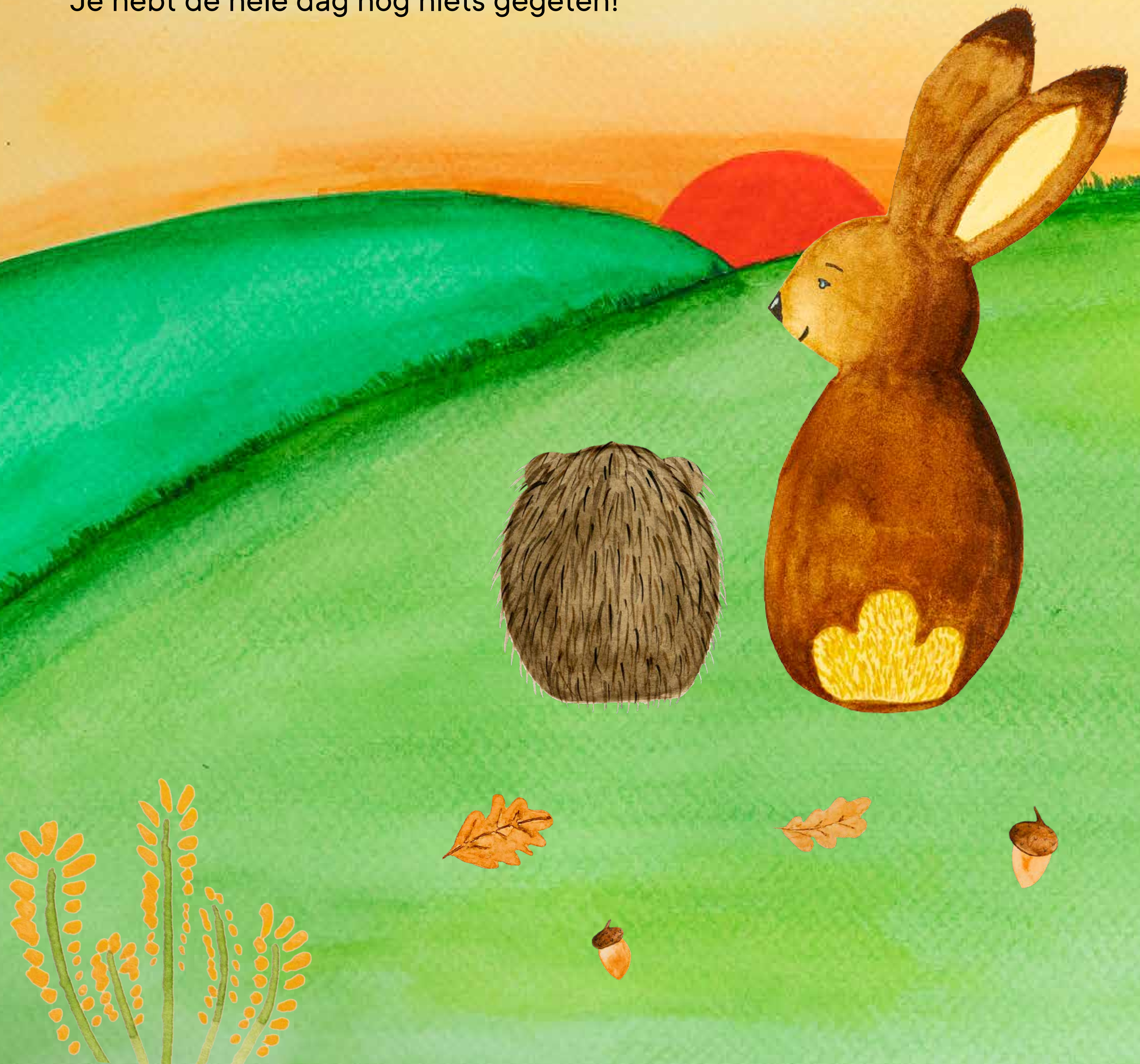
Haas zit samen met Egel op een groene heuvel bij de grote oude, eik.
Het is stil. Ze kijken naar de zon die ondergaat in Haasheide.

Dan knort Egels buik luid.

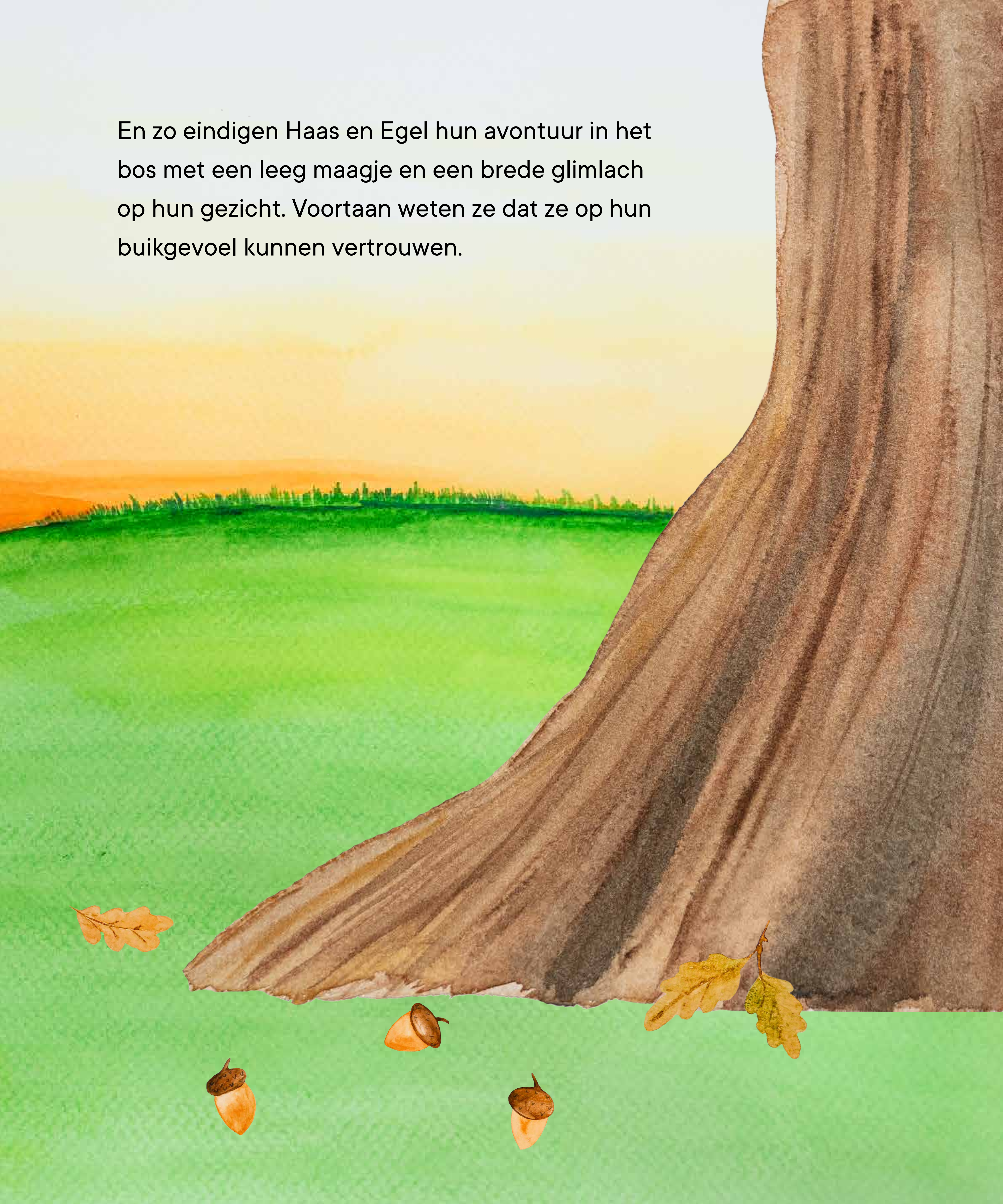
‘Is dat mijn buikgevoel?’, vraagt Egel verwonderd.

Haas lacht. ‘Dat geluid kan ik ook horen. Ik denk dat je honger hebt.

Je hebt de hele dag nog niets gegeten!’



En zo eindigen Haas en Egel hun avontuur in het bos met een leeg maagje en een brede glimlach op hun gezicht. Voortaan weten ze dat ze op hun buikgevoel kunnen vertrouwen.



Aan de voorlezers

Buikgevoel is ontstaan vanuit de wens om kinderen te leren hoe ze zichzelf kunnen beschermen tegen een vermissing.

Jaarlijks raken er in Nederland 17.000 kinderen vermist. Dat zijn er maar liefst 47 per dag. Om dit enorme aantal terug te dringen, is het belangrijk om kinderen op jonge leeftijd de vaardigheden en kennis aan te leren die ze nodig hebben om veilig te blijven.

Met *Buikgevoel* krijgen kinderen belangrijke handvaten op een speelse en positieve manier aangereikt. Deze handvaten zijn gebaseerd op vijf tips van experts op het gebied van vermiste kinderen:

- 🌰 Vertrouw altijd op je eigen gevoel. Als het niet goed voelt, doe het dan niet.
- 🌰 Ga nooit alleen ergens naar toe. Samen is het veiliger.
- 🌰 Ga niet mee met iemand die je niet kent of verwacht.
- 🌰 Vraag andere ouders om hulp als je verdwaald bent.
- 🌰 Leer om herkenningspunten in je op te nemen. Zo vind je de weg makkelijker terug.

Kortom, *Buikgevoel* is niet alleen een spannend en mooi prentenboek, maar ook een waardevolle aanvulling op de opvoeding van je kind.



Stichting AMBER Alert Europe

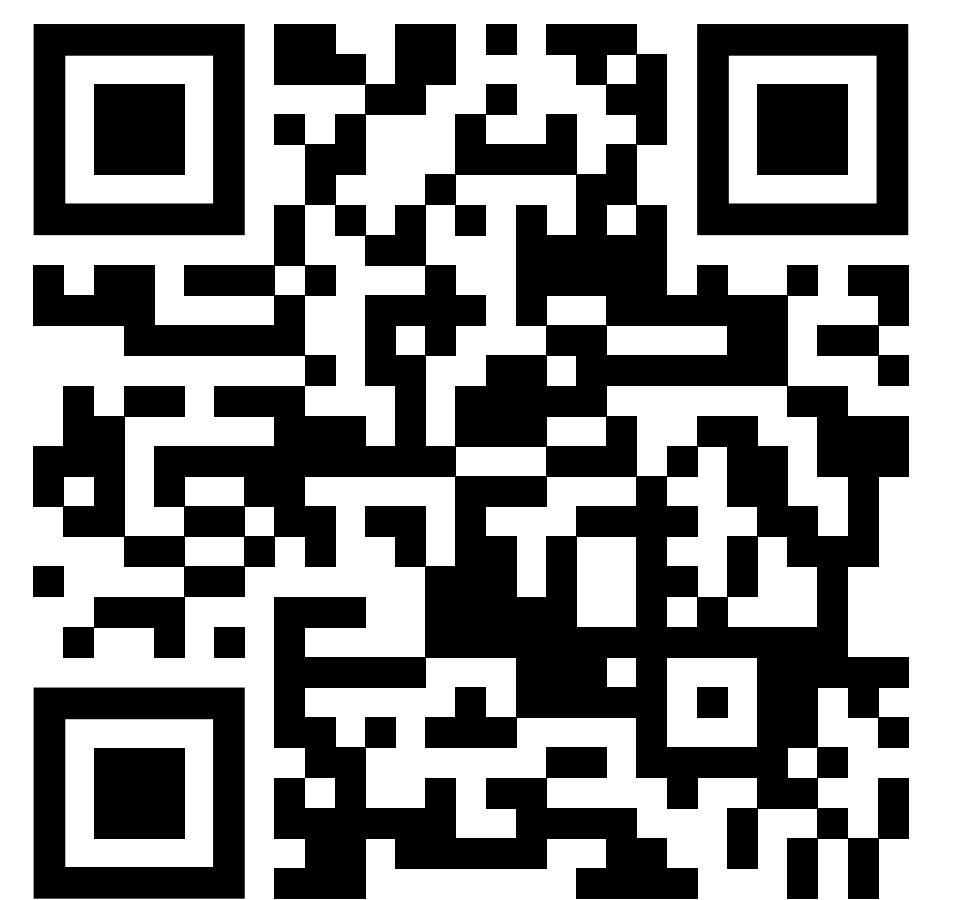
Elk vermist kind is er één te veel. Daarom zet Stichting AMBER Alert Europe zich in heel Europa in om vermiste of ontvoerde kinderen weer veilig terug thuis te brengen. En dragen we bij aan de bescherming van kinderen tegen een vermissing, zowel online als offline. Want elk kind verdient het om veilig op te groeien. Om een veiligere omgeving te creëren voor kinderen werken wij samen met 44 verschillende organisaties in 28 landen.

Steun ons

Een vermist kind is de grootste angst van elke ouder. Het idee dat je je kind kwijtraakt en niet weet waar het is, is hartverscheurend. Wij willen deze nachtmerrie voorkomen.

Maar we kunnen dit niet alleen. Met jouw donatie, hoe klein of groot ook, kunnen we nog meer kinderen en ouders bereiken en helpen. Jouw steun maakt het verschil.

scan de qr code en doneer



BUIKGEVOEL

In *Buikgevoel* gaat Haas samen met zijn vriendin Egel op avontuur in het bos, op zoek naar een mysterieus geluid dat alleen Haas kan horen. Onderweg komen ze nieuwe vrienden tegen en belanden ze in spannende situaties. Zullen Haas en Egel erin slagen om het geheim van het geluid te ontrafelen? Een prentenboek over vriendschap, moed en het volgen van je intuïtie.

AMBER
AL·)RT .eu

ISBN 9789083331508

