

## Hoofdstuk 1: De nieuwe start

Sam en Noor lopen samen naar school. De straat is rustig en het is een normale ochtend.

Noor vraagt zacht: "Heb jij ook wel eens dat je je anders voelt?"

Sam kijkt haar aan. "Anders? Hoe bedoel je?"

Noor haalt haar schouders op. "Gewoon... soms blij, soms een beetje onzeker. En soms snap je dingen niet zo goed."

Sam knikt langzaam. "Ja, dat herken ik wel."

Op school vertelt de juf iets nieuws. Ze zegt: "Jullie worden ouder. Dat betekent dat jullie lichaam en gevoelens gaan veranderen."

De klas wordt stil en iedereen luistert.

Na school lopen Sam en Noor samen naar buiten. Sam zegt: "Veranderen... dat klinkt best groot."

Noor denkt even na. "Misschien betekent het gewoon dat je groeit en nieuwe dingen leert."

Sam knikt. "En dat je soms vragen hebt."

Ze gaan op een bankje zitten. Het is even rustig.

"Misschien is het niet eng," zegt Noor. "Maar gewoon iets wat erbij hoort."

Sam glimlacht. "Ja... en we kunnen erover praten."

Noor zegt: "Samen is het makkelijker."

Sam knikt. "Ja."

## Hoofdstuk 2: Samen praten

De volgende dag zitten Sam en Noor weer samen op school. Sam denkt nog steeds aan wat de juf gisteren zei over groeien en veranderen.

Noor kijkt hem aan. "Je bent stil vandaag."

Sam zucht een beetje. "Ik denk steeds aan wat de juf zei. Over dat je lichaam en gevoelens veranderen."

Noor knikt. "Ja... dat vind ik ook soms best lastig om te snappen."

Sam kijkt op. "Maar is dat dan normaal?"

Noor zegt: "Mijn mama zegt dat iedereen dat heeft. Dat je groeit en dat het langzaam gaat."

Sam denkt even na. "Dus niemand snapt alles meteen?"

"Noor schudt haar hoofd. "Nee. Iedereen leert stap voor stap."

Na school lopen ze samen naar buiten. Het schoolplein is druk en vrolijk.

Sam zegt: "Het is wel fijn om te weten dat ik niet de enige ben."

Noor glimlacht. "En je mag altijd vragen stellen."

Sam knikt. "Dan voelt het minder eng."

Noor zegt: "Samen is het makkelijker."

Sam lacht een beetje. "Ja."

## Hoofdstuk 3: Een beetje sterker

De volgende ochtend komen Sam en Noor elkaar weer tegen op weg naar school. Het is fris buiten en ze lopen langzaam naast elkaar, alsof ze nog even rustig willen praten voordat de dag echt begint.

Sam zegt: "Ik heb nagedacht over wat we gisteren zeiden. Over groot worden."

Noor knikt. "Ik ook. Het voelt eigenlijk minder eng dan eerst."

Sam kijkt vooruit. "Maar ik snap nog niet alles."

Noor glimlacht. "Dat hoeft ook niet. Je leert het stap voor stap."

Op school hebben ze een opdracht van de juf. Ze moeten opschrijven wat ze al goed kunnen en wat ze nog willen leren.

Sam denkt goed na. Hij schrijft: "Ik kan goed voetballen en ik kan aardig zijn voor anderen."

Noor schrijft: "Ik kan goed tekenen en ik kan luisteren naar anderen."

Na de les laat de juf de blaadjes zien en zegt: "Iedereen is goed in andere dingen. En iedereen groeit op zijn eigen manier."

De klas knikt.

In de pauze zitten Sam en Noor samen op het bankje.

Sam zegt: "Het is best fijn om te weten dat niemand alles hoeft te kunnen."

Noor knikt. "En dat je elke dag beter wordt in dingen."

Sam glimlacht. "Dan voel ik me een beetje sterker."

Noor lacht. "Ik ook."

Ze rennen samen het plein op om te spelen, terwijl ze zich een beetje zekerder voelen over zichzelf en over groot worden.

## Hoofdstuk 4: Vragen over je lichaam

Sam en Noor zitten na school samen op het bankje. Het is rustig op het plein en ze praten zachtjes met elkaar.

Sam zegt: "Soms heb ik vragen over mijn lichaam. Maar ik weet niet zo goed hoe ik dat moet zeggen."

Noor knikt. "Ik ook. Het voelt een beetje spannend om erover te praten."

Sam kijkt naar de grond. "De juf zei dat je lichaam verandert als je ouder wordt."

Noor zegt: "Ja... dat hoort bij groot worden. Iedereen verandert een beetje."

Een paar minuten is het stil. Dan zegt Noor: "Mijn mama zegt dat het oké is om vragen te hebben over je lichaam. En dat je altijd iets mag vragen als je iets niet snapt."

Sam kijkt op. "Dus het is niet gek?"

"Noor schudt haar hoofd. "Nee. Helemaal niet."

Sam zucht een beetje opgelucht. "Ik vind het wel fijn dat we erover kunnen praten."

Noor glimlacht. "Dat is belangrijk. Je hoeft je niet te schamen voor vragen."

De wind waait zacht en ze kijken even naar de andere kinderen die spelen.

Sam zegt: "Misschien snap ik het later allemaal beter."

Noor knikt. "Dat komt vanzelf. Stap voor stap."

Ze staan op en lopen samen weer het plein op, een beetje rustiger en zekerder dan eerst.

## Hoofdstuk 5: Vragen en groeien

Sam en Noor zitten na school samen op het bankje. De zon zakt langzaam en het plein wordt rustiger.

Sam kijkt een beetje nadenkend. “Noor... soms heb ik vragen over mijn lichaam. Dingen die ik niet goed snap.”

Noor knikt meteen. “Ik ook. Maar ik vind het soms lastig om erover te praten.”

Sam zucht. “De juf zei dat je lichaam verandert als je ouder wordt. Maar wat betekent dat allemaal precies?”

Noor denkt even na. “Mijn mama zegt dat dat puberteit heet. Dat je lichaam stap voor stap volwassen wordt.”

Even is het stil. Dan zegt Sam: “Ik hoor soms dingen van andere kinderen, maar ik weet niet wat echt is.”

Noor zegt rustig: “Daarom is het goed om het aan een volwassene te vragen die je vertrouwt. Dan krijg je echte uitleg.”

Sam knikt. “Dus ik hoef niet alles zelf uit te zoeken?”

“Noor schudt haar hoofd. “Nee. Niemand hoeft dat alleen te doen.”

De wind waait zacht en de avond komt dichterbij.

Sam zegt: “Het is eigenlijk wel fijn dat we kunnen praten.”

Noor glimlacht. “Ja. Dan voelt het minder spannend.”

Sam staat op. “Kom, we gaan spelen.”

Noor knikt. “Samen.”

Ze rennen het plein op, een beetje zekerder en rustiger dan eerst