WARIES GESPREKSKAARTEN



Mijn levensverhaal

Gesprekskaarten om herinneringen op te halen

VOOR (GROOT)OUDERS, SENIOREN EN WIE NAAR HEN LUISTERT

UITGEVERIJ WARIES

In dit boek

Kinderjaren	32 vragen	5
School en jeugd	32 vragen	11
Werkzame jaren	32 vragen	17
Liefde en dierbaren	32 vragen	23
Tijden veranderen	32 vragen	29
Wijsheid en wensen	40 vragen	35
Eigen vragen en notities		43

Mijn levensverhaal
Gesprekskaarten om herinneringen op te halen

Een uitgave in de reeks Waries Gesprekskaarten.

Uitgeverij Waries B.V.
Dit boek is met behulp van kunstmatige intelligentie tot stand gekomen.

© 2026 Uitgeverij Waries B.V. Alle rechten voorbehouden. Je mag de kaarten uit dit boek knippen en gebruiken voor eigen, niet-commercieel gebruik.

Zo gebruik je deze kaarten

Iedereen heeft een levensverhaal, vol gewone dagen en bijzondere momenten. Maar wie vraagt ernaar? Met deze kaarten haal je herinneringen op aan je kinderjaren, school, werk, liefde en alles wat er in een leven verandert.

Er staan 200 vragen in zes thema's. Ze zijn gesteld aan de verteller: een (groot)ouder, een oudere buur of jijzelf. Lees een vraag voor en luister. Doorvragen mag, invullen niet.

Er is geen goede volgorde. Begin waar de verteller zin in heeft.



Knippen of voorlezen

Knip eerst het hele blad los, zo dicht mogelijk langs de rug. De kaarten beginnen op 18 mm van de rand, dus je knipt nooit door een vraag.

Knip daarna langs de grijze lijnen op de voorkant. Elk blad is voor en achter bedrukt: de kaarten op de achterkant horen precies bij die van de voorkant.

Elke kaart heeft dus twee vragen uit hetzelfde thema. Lees de ene kant voor, en draai de kaart om voor een tweede vraag. Is een achterkant leeg, schrijf er dan je eigen vraag op.

Kopieer de bladen op stevig papier of plak ze op karton: dan gaan de kaarten langer mee. Bewaar ze in een envelop of doosje.

Liever het boek heel laten? Sla het open op een willekeurige kaartpagina en lees een vraag voor.

Speelvormen

1. **Elke week een hoofdstuk**

   Kies elke week één thema en neem er een paar kaarten uit. Zo ontstaat stap voor stap het hele levensverhaal. Volg gerust de volgorde van het boek, van kinderjaren tot wijsheid.

2. **Opnemen of opschrijven**

   Leg een telefoon op tafel en neem het gesprek op, of schrijf de mooiste antwoorden op de notitiepagina. Voor de familie is dat later goud waard.

3. **Met foto's erbij**

   Pak een fotoalbum of een doos met foto's en laat de verteller een foto kiezen. Zoek daarna een kaart die erbij past. Een foto maakt vaak meer los dan een vraag alleen.

4. **Eén kaart bij de koffie**

   Neem bij een bezoek één of twee kaarten mee. Meer is niet nodig: één goede vraag kan een hele middag vullen.

5. **Verhalen in een groep**

   In een woongroep, op de dagbesteding of op een familiedag: lees een kaart voor en laat iedereen die wil iets vertellen. Het ene verhaal roept vaak het volgende op.

Afspraken voor een goed gesprek

- Je mag altijd passen, zonder uitleg.
- Neem de tijd: stiltes horen erbij.
- Niets hoeft precies te kloppen. Het is jouw verhaal.
- Wie luistert, onderbreekt niet en vraagt pas daarna door.

THEMA 1 VAN 6

01

Kinderjaren

Het huis, de straat, de mensen van het begin.



32 KAARTEN

Kinderjaren 1

In welke plaats en welke straat ben je geboren, en hoe zag het er daar uit?

Kinderjaren 2

Hoe begon een gewone ochtend in het huis waar je opgroeide?

Kinderjaren 3

Welk beeld komt boven als je zo ver mogelijk terugdenkt?

Kinderjaren 4

Met hoeveel mensen woonde je in huis, en hoe waren de kamers verdeeld?

Kinderjaren 5

Welk speelgoed had je, en wie had het gemaakt of gekocht?

Kinderjaren 6

Welke spelletjes speelde je op straat met de buurkinderen?

Kinderjaren 7

Wat stond er op een gewone doordeweekse dag op tafel, en wat op zondag?

Kinderjaren 8

Wie kookte er, en welk gerecht kon die het best?

THEMA 2 VAN 6

02

School en jeugd

Banken, schoolpleinen en de eerste vrijheid.



32 KAARTEN

School en jeugd 33

Hoe zag je eerste school eruit, en hoe kwam je er elke dag?

School en jeugd 34

Welke juf of meester kun je je nog precies voor de geest halen, en waarom?

School en jeugd 35

Welk vak lag je goed, en welk helemaal niet?

School en jeugd 36

Hoe groot was je klas, en hoe zaten de leerlingen in de banken?

School en jeugd 37

Welke straffen en beloningen waren er op school in jouw tijd?

School en jeugd 38

Wat nam je mee als lunch of als pauzehap?

School en jeugd 39

Naast wie zat je in de klas, en wat is er van die persoon geworden?

School en jeugd 40

Welk schoolreisje of welk schoolfeest herinner je je nog?

THEMA 3 VAN 6

03

Werkzame jaren

Wat je deed, en wat je daar leerde.



32 KAARTEN

Werkzame jaren 65

Wat was je allereerste baan, en hoe kwam je eraan?

Werkzame jaren 66

Wat deed je met je eerste verdiende loon?

Werkzame jaren 67

Hoe zag een dag eruit in je eerste baan?

Werkzame jaren 68

Welk werk heb je het langst gedaan, en wat vond je er mooi aan?

Werkzame jaren 69

Welke collega of baas is je altijd bijgebleven, en waarom?

Werkzame jaren 70

Welk gereedschap of welke machine hoorde bij je vak?

Werkzame jaren 71

Op welk stuk werk ben je nog altijd trots?

Werkzame jaren 72

Welke handigheid uit je werkende leven heb je nog steeds?