

Inhoudsopgave

Introductie	4
Ontmoet Toermalijn	6
Het verhaal van Kruimel	8
Kernboodschap	29
Ademhalingsoefening van Kruimel	30
Een konijnenhol maken	31
Uit Veerkracht: Kruimel het konijn	32
Het avontuur van Kruimel	33
Samen praten over bang zijn (verdiepingsvragen)	34
Over de auteurs en de illustrator	36

Over de serie Veerkracht

Dit boek maakt deel uit van de serie *Veerkracht*, een reeks die effectieve ondersteuning biedt bij het reguleren van emoties en het bieden van houvast in stressvolle situaties. Dit deel richt zich op internaliserend gedrag.

