

Nieuwsbrief

28 maart 2019

Open Dag

Zondag 24 maart jl. hadden wij onze jaarlijkse Open Dag. Vele ouders, met jonge kinderen zijn op deze dag meer te weten gekomen over het onderwijs op onze school. Het was een gezellige drukte en we kijken terug op een geslaagde Open Dag. Inmiddels hebben we al meerdere aanmeldingen mogen ontvangen.

Kent u ouders met kinderen die nog geen 4 jaar zijn, tip hen s.v.p. om hun kind zo spoedig mogelijk aan te melden, zodat we tijdig een goede planning voor het nieuwe schooljaar kunnen maken.

Leerlingenraad

Extra buiten speelplek

In december informeerden we u over het stukje braakliggend terrein naast onze school. Samen met de gemeente hadden we een goed gesprek over de mogelijkheden voor onze school. We wisten reeds dat het terrein ooit bebouwd zou worden en dat het onzeker was hoeveel we dan zouden mogen behouden. Helaas kregen we onlangs een bericht van de gemeente. De aannemer is bezig met planvorming en dat betekent dat onze plannen niet door kunnen gaan. Er is echter een kleine hoop. De gemeente zal de aannemer vragen om rekening te houden met de wens een trapveldje te creëren. We duimen!!!



Open dag puzzel

Tijdens de open dag waren ook enkele leerlingen van de leerlingenraad aanwezig. Voorafgaand aan de open dag heeft de leerlingenraad een puzzelspeurtocht gemaakt. Ook tijdens de open dag waren leerlingen uit de leerlingenraad aanwezig om deze speurtocht te begeleiden

EU- schoolfruit programma

Vrijdag 19 april is de laatste keer dat de leerlingen groente of fruit aangeboden krijgen vanuit het EU-Schoolfruitprogramma. Twintig weken hebben alle leerlingen 3 dagen per week gratis groente of fruit gekregen. Leerlingen maakten zo nu en dan kennis met groente of fruit dat ze nog niet eerder genuttigd hadden. Na dit schoolfruitprogramma gaan we **op dinsdag, woensdag en donderdag** de groente/fruit pauzehap continueren. Enkel op maandag en vrijdag kunnen de leerlingen een boterham of koek nuttigen.

10 Tips voor de kleine pauzehap

1. Neem de tijd voor het ontbijt

Een goed ontbijt geeft een kickstart voor de dag. Na een nacht slapen, zonder eten, is het lichaam wel weer toe aan eten. Kinderen die ontbijten, krijgen minder snel zin in snoep en snacks en kunnen zich beter concentreren op school. Ontbijt gezellig samen aan tafel.



2. Kleine pauzehap, zo klaar!

Een banaan, mandarijn, kleine appel, een stuk komkommer, wat cherrytomaatjes of een wortel doet u 's ochtends zo in de tas. Wanneer u er iets meer werk van wilt maken, kunt u stukjes kiwi snijden en mengen met wat druiven.

3. Gebruik een goed bewaardoosje

In speelgoedwinkels en winkels voor huishoudelijke artikelen zijn steeds meer leuke, kleine bewaardoosjes voor schoolfruit te koop. Een gewoon afsluitbaar bakje werkt ook prima. Zo kunt u uw kind ook kwetsbaar fruit meegeven of bijvoorbeeld een kleine fruitsalade van stukjes appel en banaan.

4. Fruit en Koek: geen concurrenten

Soms zeggen ouders dingen als: "Eet eerst je banaan op, dat is gezond. Daarna mag je lekker een koekje." Dan benadruk je dat de gezonde keuze een kwestie van doorbijten is. Het is prettig als een kind meekrijgt dat het lekker en normaal is om vaak fruit en groente te eten. Als gezond de standaard is, dan is af en toe een koekje of een snoepje geen probleem. Bijvoorbeeld na school of in het weekend.

5. Geef water mee

Een aantal soorten vruchtensap leveren een deel van de gezonde stoffen die ook in fruit zitten, maar er zitten ook veel calorieën in. Daarom is de slimste keuze voor de kleine pauzehap: een echt stuk fruit en water.

6. Fruit en groente bij elk eetmoment

Als u fruit en groente meegeeft voor het tienuurtje, kunt u direct ook iets extra's in de broodtrommel doen. Zo krijgt uw kind voldoende groente en fruit binnen. 150 gram groenten in één keer (bijvoorbeeld 3 opscheplepels boontjes) is voor een kind ook best veel. Gelukkig zijn er de hele dag kansen om wat extra fruit en groente te eten. Rauwkost, zoals stukjes wortel, komkommer, paprika en tomaatjes zijn ook lekker gezond voor tussendoor. Een portie voor het tienuurtje is al snel 50 gram. Dat is al 1/3 van wat een kind dagelijks minimaal nodig heeft aan groente.

7. Variatie is goed

Het is niet alleen lekker om veel verschillende soorten fruit en groente te eten, maar ook goed voor de smaakontwikkeling van uw kind. Bovendien zitten in elke soort weer net andere gezonde stoffen.

8. Geef het goede voorbeeld!

Uit onderzoek blijkt dat kinderen meer groente en fruit eten wanneer ouders het goede voorbeeld geven. Daarnaast eten kinderen ook meer groenten wanneer de ouders stimuleren om allerlei groenten en fruit te proeven.

Zorg dat er altijd vers fruit in het zicht ligt en pluk daar ook zelf de vruchten van. Kook gevarieerd, met veel groente. Samen aan tafel eten is gezellig en draagt bij aan een [gezond eetpatroon](#).

Kinderen die meedoen met schoolfruit, blijken ook thuis vaker fruit en groente te kiezen. Het is slim om ook thuis de fruitschaal in het zicht te zetten. Zo krijgt al snel het hele gezin meer vezels, vitamines en mineralen binnen.

9. Doe samen boodschappen

Neem uw kind een keer mee naar de supermarkt en kijk welke soorten hij of zij het liefst zou willen. Vraag uw kind om te helpen bij de boodschappenlijst of bij het koken. Op www.voedingscentrum.nl staan veel gemakkelijke, gezonde gerechten.

10. Kies voor groen

Wanneer u voor duurzaam wilt kiezen, zoek dan naar fruit/groente van het seizoen, uit de buurt, uit de volle grond.

Wandelen voor water

Vorige week hebben de leerlingen van groep 7 en 8 hun beste beentje voor gezet. Op woensdag 20 maart hebben zij meegedaan aan “wandelen voor water”.

Vooraf hebben de kinderen middels een gastles al kennis gemaakt met dit project.

Alle leerlingen zijn met 6 liter water in een rugzak, 6 km gaan wandelen. Ze ervaren zo wat hun leeftijdsgenoten in ontwikkelingslanden vaak meemaken.

Vooraf zijn de kinderen op zoek geweest naar sponsors en hebben zij maar liefst een bedrag van ruim 1110,60 euro bij elkaar weten te krijgen. Dit geld zal gebruikt worden om waterputten in ontwikkelingslanden aan te leggen. Iedereen heeft overal ter wereld recht op schoon drinkwater! Wij zijn trots op de leerlingen van groep 7 en 8!



MR verkiezingen

Met ingang van het nieuwe schooljaar zijn we op zoek naar twee nieuwe leden voor de medezeggenschapsraad. Om goed in het proces van de MR mee te gaan, willen we onze toekomstige leden al vragen om dit schooljaar mee te participeren in onze huidige medezeggenschapsraad.

Via de medezeggenschapsraad zijn ouders en personeel betrokken bij het schoolbeleid. Over verschillende onderwerpen praat de medezeggenschapsraad mee. Voor een aantal onderwerpen moet de school advies of instemming vragen aan de medezeggenschapsraad voordat een besluit genomen wordt. Daarmee is de medezeggenschapsraad een belangrijke manier om mee te praten over het beleid op school.

Wilt u graag zitting nemen in de medezeggenschapsraad van basisschool De Violier?

Neem dan persoonlijk contact op met Jorn Vranken, Truus Lebens of Lianne Greijn. Zij nemen namens het personeel zitting in de medezeggenschapsraad. Twijfelt u? Het is ook mogelijk om een vergadering bij te wonen als toehoorder.

De eerstvolgende vergadering staat gepland op maandag 15 april om 19.00 en de laatste vergadering van dit schooljaar staat gepland op maandag 3 juni om 19.00.

Geef dit wel even vooraf bij één van de leden van het personeel aan, omdat er ook besloten gedeelten zijn.



Agenda komende periode

Voor de agenda van de volgende periode verwijzen we u naar onze website: www.bsdeviolier.nl

VOLGENDE NIEUWSBRIEF:

De volgende nieuwsbrief komt uit op donderdag 18 april 2019

Sociale Vaardigheden

Training voor kinderen in de basisschoolleeftijd over het omgaan met anderen

Inleiding

Goede sociale vaardigheden spelen een belangrijke rol in het leven. Kinderen die moeite hebben met sociale vaardigheden worden vaak afgewezen door leeftijdgenoten en hebben veelal ook aanpassingsproblemen. Deze kinderen kunnen in een vicieuze cirkel belanden. Doordat ze moeite hebben met het leggen van sociaal contact worden ze sneller buiten gesloten, kunnen ze geen ervaring op doen in sociale vaardigheden en raken ze mogelijk nog meer achterop.

Voor wie is deze training bedoeld?

Deze training is bedoeld voor kinderen in de leeftijd van 7 tot 12 jaar, die o.a.:

- Voor zichzelf op willen leren komen;
- Willen leren omgaan met het uiten van diverse gevoelens;
- Gevoelens van anderen willen begrijpen;
- Ondersteuning nodig hebben in het aangaan van contacten;
- Om willen leren gaan met groepsdruk.

Wat is het doel van de training?

Doel van deze training is om de kinderen handvatten aan te reiken om straks met meer zelfvertrouwen (nieuwe) contacten op te doen, op anderen te reageren en eigen grenzen te bewaken.

Welke thema's komen aan bod tijdens de training en op welke manier?

Tijdens de training oefenen de kinderen met diverse vaardigheden gericht op het omgaan met anderen, zoals een praatje maken, luisteren, opkomen voor je mening, uiten van boosheid, reageren op boosheid, uiten van waardering, gevoelens van zichzelf uiten, gevoelens van anderen herkennen, anderen helpen en omgaan met groepsdruk. Dit wordt allemaal met de kinderen geoefend middels het tonen van gedrag en vaardigheden, het zelf oefenen van deze gedragingen en bekrachtiging. Dit alles dient zodanig te worden toegepast dat de kinderen het nieuw aangeleerde gedrag ook blijvend kunnen gaan toepassen in hun dagelijks leven.

En de ouders?

Mogelijk vindt er eerst een kennismakingsgesprek met ouders / verzorgers en kind plaats. Voorafgaand aan de training is er een ouder-informatieavond. Op deze avond kunnen de ouders kennis maken met de trainers en geven we informatie over de inhoud van de training. Tevens is er de gelegenheid tot het stellen van vragen. Ook zal er na de training een evaluatie met ouders / verzorgers en kind plaatsvinden.

Van ouders / verzorgers wordt verwacht dat zij de aangeleerde vaardigheden thuis met hun kind oefenen, zodat het geleerde ook makkelijker beklijft.

Wanneer, waar en kosten

De trainingen zullen plaatsvinden in omgeving Roermond en omgeving Weert. Zodra uw kind aangemeld is, zullen we u verder informeren over de trainingsdagen en locaties. Er zijn aan deze trainingen geen kosten verbonden.

Informatie en aanmelding

Deelnemers kunnen worden aangemeld door ouders, via uw basisschool en via de jeugd-en gezinswerkers van het Centrum voor Jeugd en Gezin. Aanmelden kan via het volgende e-mailadres: groepswerk@cjgml.nl.