



Weekbrief nummer 9

9 november 2022

Agenda

november	vr 12	<ul style="list-style-type: none"> - Leerlingenraad vergadering nr. 2 - School versieren na 14.30 uur
	week 46 en 47	Pepernoten bakken! Yeah!
	di 23	Schoen zetten op school
	do 25	Groep 8 schaatsen
	vr 26	Afsluiting Jeelo project Leren voor later
	ma 29	<ul style="list-style-type: none"> - Schoolschrijver komt op bezoek in de groepen 5 t/m 8 - Start Jeelo project Omgaan met geld
december	wo 1	Sinterklaasviering
	ma 6	School versieren voor kerst
	wo 22	Kerstviering
	vr 24	Start van de kerstvakantie om 12.00 uur

Jarige

12 november Fee, 8 jaar

Van harte gefeliciteerd!

Algemeen

Sinterklaasactiviteiten

School versieren (herhaling)



Gisteren is het sinterklaasjournaal gestart met het jaarlijkse avontuur van Sinterklaas en zijn pieten. Zal het allemaal wel weer goed komen?

Zaterdag komt hij in ons land aan na zijn lange, gevaarlijke reis met de stoomboot.

Vrijdag 12 november willen we de school versieren. Vindt u, net zoals wij, dit een leuke gezellige klus dan kunt u meehelpen na schooltijd om half 3. De kinderen kunnen dan samen op het schoolplein spelen, terwijl binnen in de school het steeds gezelliger wordt. U kunt zich opgeven bij een van de AC leden of bij de leerkracht van uw kind. Als we met velen zijn, is het klusje zo gepiept.

Op maandag 6 december, als de goed heilig man moe van zijn verjaardagsfeestje, weer vertrokken is, wordt de school in kerstsfeer gebracht. Daar hoort u in een volgende weekbrief meer van.

Pepernoten bakken



Tuurlijk!!!

Weer terug van weggeweest: het pepernoten bakken! Helaas door Corona kon het vorig jaar niet doorgaan en mochten er alleen maar verpakte pepernoten uitgedeeld worden, maar nu staat deze activiteit weer vol op de agenda. Alle groepen hebben een dagdeel gekregen om onder leiding van ouders aan de slag te gaan met het leren maken van het pepernotendeeg en het vervaardigen van de pepernoot.

Dit gebeurt in week 46 en 47 op di 16, wo 17, do 18 en op di 23 en do 25!

U als ouder krijgt deze week via de klassenouders een bericht wanneer de groep van uw kind aan de beurt is en hoe u hierbij kunt helpen!

Dit wordt dus een kwelling voor de groepen die niet aan de beurt zijn als die heerlijke speculaasgeur zich door de school verspreidt.

Schoen zetten (herhaling)

Op dinsdag 23 november moeten alle kinderen hun ene schoen op school laten overnachten. Het gerucht gaat namelijk dat Sinterklaas en zijn pieten die nacht op school de schoenen komen vullen...

Sinterklaasviering

Door de drukke agenda van de goedheilig man viert onze school op woensdag 1 december het sinterklaasfeest...

Kerstviering



De AC is niet alleen bezig met de voorbereiding van het sinterklaasfeest ook de voorbereidingsclub voor kerst komt al flink op stoom.

Voor de klassen kerstbomen zijn we op zoek naar kerstboomhouders.

Die groene bakken waar je door het aandraaien van bouten de boom mooi in kunt stellen en die je via het groene bakje ook nog kunt verwennen met een slokje water op zijn tijd....

Heeft u er eentje beschikbaar tot de dag voor kerst? Wilt u ze dan inleveren in de klas van uw kind.

Het schoolontbijt

Op 5 november hebben we met alle kinderen op school ontbeten. Dit gebeurde in het kader van gezond eten en het belang van het hebben van een goed ontbijt als start van de dag! Leren kost veel energie. 1/5 deel van alle ingenomen calorieën is nodig om de hersenen hun werk te laten doen.

En dat het leuk is om samen te ontbijten kunt u hieronder zien:





Luizencontrole

Als variant op “de koning is dood, leve de koning” hebben we:

de Luizencontrolecoördinator Marriet van den Berge, heeft na jarenlange trouwe dienst onze school verlaten. Haar zoon Finn was de laatste van de Vandenbergjes... maar gelukkig wil Cindy Assink de moeder van Vayen (groep 5) en Zoë (groep 7) het stokje overnemen...

Op dit moment is dit in verband met corona in groep 7 nog niet handig. Maar zodra het kan gaan we in de weekbrief een oproep doen voor luizenvaders en -moeders, u kunt zich dan bij Cindy opgeven.

Coronaregels van de GGD

Als extra bijlage bij de weekbrief voegen wij de brief van de GGD toe, waarin precies omschreven wordt wat te doen als... . Het is belangrijk dat u daarnaar handelt.

In het klaslokaal staan de bovenramen open, zodat er zoveel mogelijk geventileerd wordt. De kinderen met alleen een shirt aan klagen steen en been, het zijn nog geen echte volgers van de iceman Wim Hof. Een extra truitje of vestje aan biedt natuurlijk uitkomst

Jeelo

Leren voor later (herhaling)

Mocht u iemand kennen die één van de onderstaande beroepen heeft en het leuk vindt om hierover in de klas te vertellen: ze zijn van harte welkom!

Groep 1-2

coach, filmmaker, aanbieders buitenschoolse activiteiten, ouders, iemand met een bijzonder beroep, grootouders, scheidsrechter, organisator van feesten, iemand uit een heel groot gezin, eigenaar restaurant

Groep 3-4

coach, fietsenmaker, automonteur, eigenaar oldtimer, vervoer museum, elektronicawinkel, telefoonwinkel, expert nieuwe media, product ontwerper en -ontwikkelaar, kunstenaar, botenbouwer, werf, booteigenaar, schipper

Groep 5-6

coach, ouders met beroepen uit diverse sectoren, beroepskeuzeadviseur, vakbond, historisch museum, openluchtmuseum, archeoloog, arbo-deskundige, ontwikkelingsorganisatie, toneelspeler, trainer presenteren

Groep 7-8

coach, historicus, oorlogsmuseum, veteraan, oorlogsslachtoffer, iemand uit een voormalige kolonie, dichter, politicus, rechtbank, vluchtelingenorganisatie, gespreksleider, gemeenteraad, secretaresse, trainer evalueren

Nieuws uit de groepen

Groep 5 t/m 8

Ukelele van Huibert-Jan de Ukelele Man

Op maandag en woensdag komt Huibert-Jan de Ukelele Man tot aan de kerstvakantie de kinderen van de groepen 5 t/m 8 verwennen met Ukeleleles: wie droomt daar nu niet van!

De kinderen vonden het enorm leuk om aan de slag te gaan op dit instrument. Het eerste wat geleerd moest worden was het goed vasthouden van het instrument, want dat kostte nogal wat moeite. Daarna hebben ze twee akkoorden geleerd: de C en de F.

Dat het leuk was, kunt u aan de foto's zien:



Post

Opvoedvraag:

Wat als je als ouder helemaal niet lekker in je vel zit?



(Stuk uit de Volkskrant van Anna van den Breemer, 2 november 2021)

In de roman *Jij mag alles zijn* van Griet Op de Beeck is de moeder van hoofdpersoon Lexi (9) depressief. Lexi doet er alles aan om haar verdrietige en lusteloze mama op te vrolijken. 'Je hoeft als kind nooit voor je ouders te zorgen', zei Op De Beeck hierover terecht in de Volkskrant. Er wordt tegenwoordig vaker openlijk gesproken over psychische problemen, maar voor ouders lijkt het taboe nog groot. Wat doe je als gezin als één van de ouders depressief is?

Dit zeggen de deskundigen

Er zijn in Nederland 400 duizend kinderen die een ouder hebben met een depressie of een bipolaire stoornis. 'Iemand die depressief is, voelt zich somber, vlak en energieloos. De wereld wordt steeds kleiner en dat maakt het voor depressieve ouders zo ingewikkeld; want het gezinsleven draait gewoon door. Je kind heeft altijd zorg en aandacht nodig', zegt GZ-psycholoog Esther Mesman, die onderzoek doet naar kinderen van ouders met psychische problemen aan het Erasmus MC Sophia Kinderziekenhuis. 'Opvoeden vraagt veel, terwijl de batterij juist minder is gevuld.'

Bij depressieve ouders zie je vaak drie dingen: negatief gedrag, zoals kritisch reageren op het kind, er worden minder leuke dingen ondernomen én de ouder trekt zich terug. 'Vooral het negatieve gedrag en het emotioneel niet beschikbaar zijn, hebben impact op het kind waardoor ze zelf klachten kunnen ontwikkelen, zelfs tot op volwassen leeftijd', zegt Bernet Elzinga, psycholoog en hoogleraar aan Universiteit Leiden. Ze doet onderzoek naar stress en depressie en de effecten daarvan op het brein.

Uit onderzoek blijkt dat 38 procent van de kinderen met een depressieve ouder op 20-jarige leeftijd zelf psychische problemen ontwikkelt. 'Uit adoptiestudies blijkt dat dit niet allemaal genetisch is. Dit wijst erop dat omgevingsfactoren van invloed zijn: hoe de ouder naar de wereld kijkt en hoe de interactie met het kind is.'

Voor ouders met een depressie is dit geen opbeurende informatie. 'Je kunt deze kennis toch maar beter hebben. De impact op je kind kan ook een goede reden zijn om hulp in te schakelen', zegt Elzinga. Dat vinden veel gezinnen juist lastig. 'Er komt veel angst en schaamte bij kijken. Terwijl het juist ook erg krachtig is om te laten zien dat je met jezelf aan de slag gaat.'

Hoe pak je het aan?

Kinderen vullen vaak zelf dingen in. Mesman: 'Ze voelen dat er iets aan de hand is, maar weten niet wat. Ze denken: papa is niet blij omdat ik ruzie maakte met mijn broertje. Of: mama vindt mij niet lief, want ze ging niet mee naar zwembles.' Ook zijn er kinderen, zoals Lexi in Jij mag alles zijn, die zorgtaken op zich nemen of hun gedrag aanpassen zodat ze de ouder zo min mogelijk tot last zijn.

Dit voorkom je door eerlijk te vertellen wat er speelt, zegt Mesman. Uit onderzoek blijkt dat ouders gemiddeld openheid geven over de eigen stoornis als het kind 12 jaar oud is. Dat kan volgens Mesman al op jongere leeftijd. 'In boekjes van het Trimbos Instituut worden voorbeelden gegeven om het bijvoorbeeld als een weerbericht te vertellen: papa heeft een donkere wolk in zijn hoofd, die kun jij niet zien, maar hij is er wel. Daarom lacht papa niet zo makkelijk meer om grapjes.' Het is volgens de psycholoog belangrijk om kinderen duidelijk te maken dat er geen aanwijsbare reden is. 'Leg ook uit dat papa soms even alleen wil zijn.'

Schakel hulpverleners in, tipt Elzinga. 'Kijk of grootouders of de ouders van vriendjes het kind soms kunnen opvangen, zodat er ruimte voor ontspanning en plezier blijft.' Voor het kind is het belangrijk dat de depressieve ouder hiervoor toestemming geeft, zegt Mesman. 'Kinderen zijn ongelooflijk loyaal. Als ze weten dat papa het fijn vindt dat ze met vriendjes spelen of met tante naar de dierentuin gaan, dan helpt dat.'