



Wilhelminajournaal



februari 2012

Een boom voor de Meeander...



De Nkutshini School in KwaNibela, Zuid Afrika, was erg blij met de opbrengst van de kerstcollecte €450, 34. Van dit geld is o.a. het volgende gekocht:

- nieuwe schoolboeken;
- groot aantal potloden, gummetjes, puntenslijpers en pennen;
- posters van de tafels van 1 t/m 12;
- poster van de voedselketen;
- 300 schrijfblokken;

Deze spullen zijn alvast aangeschaft omdat het schooljaar op 11 januari begonnen is. Van de rest van het geld worden boeken gekocht.

Als dank voor deze bijdrage heeft de Nkutshini School in KwaNibela onze nieuwe school; De Meeander een adoptieboom geschonken. Door deze adoptieboom wordt een duurzame bijdrage geleverd aan het herstel van de biodiversiteit, het creëren van werkgelegenheid en het verhogen van de levensomstandigheden van de lokale bevolking in KwaNibela (www.groenevoetenboom.nl).

De Meeander heeft een adoptiecertificaat met hierop de naam van de ontvanger, de naam van de boom en GPS-coördinaten. Ook zit er informatie bij over het soort boom en verzorger. De Meeander heeft de volgende boom 'geadopteerd': Schotia brachypetala (Huilboerboom, zie foto boven), met de bijbehorende gps-coördinaten: S 27 56.245 E 32 26.724 (deze locatie kunt u zelf op Google Earth opzoeken). De verzorgster van De Meeander-boom in KwaNibela is Regina Gumede (zie foto).

Data om te onthouden:

07t/m 09-02 Cito toets groep 8
13t/m 17-02 10 min. gesprekken
18-02 Oud papier
20t/m 24-02 Voorjaarsvakantie
27-02 Start projectweek
01-03 Tentoonstelling project
14-03 Luizencontrole
17-03 Oud papier
(met buitengebied)



Ouders bedankt!!!!

Begin januari is er weer een schoonmaakavond georganiseerd in samenwerking met de ouderraad. Vele ouders zijn komen helpen, daar zijn wij en de kinderen erg blij mee. Fijn zo'n frisse school!! Alle ouders die hebben geholpen; bedankt!!!



Lunchen.....,je kunt er weer tegenaan!

Gezonde voeding en bewegen zijn belangrijk voor een gezond lichaam. En een gezond lichaam op jonge leeftijd geeft minder snel problemen op oudere leeftijd. De energie die kinderen via hun eten binnenkrijgen moet in balans zijn met de energie die zij verbruiken. Goede voeding is de brandstof voor het lichaam. Het zorgt ervoor dat een kind de hele dag kan spelen, leren en bewegen.

Als eten en bewegen in evenwicht zijn, houden kinderen een gezond gewicht. Een kind dat veel beweegt, buiten speelt of sport, heeft meer nodig dan een minder beweeglijk kind. Bewegen is leuk en met een gezonde lunch kun je er weer tegenaan! Daarom vragen de overblijfmoeders u om een gezonde lunch mee te geven en dus geen snoep! Maar wat is een gezonde lunch? Hoeveel sneetjes brood kan je kind het beste mee naar school nemen?

Brood is een goede basis voor de lunch. Geef bij voorkeur bruinbrood, roggebrood, volkorenbrood of volkoren crackers. In volkoren producten zijn de meeste vitaminen, mineralen en vezels bewaard gebleven, in tegenstelling tot witbrood. Voor kinderen op de basisschool geldt een richtlijn van drie tot vijf sneetjes brood per dag, verdeeld over twee maaltijden. Een broodje telt voor twee sneetjes. Hoeveel trek een kind heeft, hangt af van de groei en wat tussendoor gegeten wordt. Ook beweging speelt een rol. Een actief kind heeft meer nodig dan een kind dat minder aan beweging doet. Besmeer het brood dun met halvarine. Variatie is erg belangrijk, wissel hartig met zoet af. En wees niet te royaal met beleg. Groente en fruit kunnen gebruikt worden als beleg op brood, maar ook als aanvulling op de lunch. Denkaan: wortel, paprika, tomaat, appel, kiwi, mandarijn, banaan of een stukje komkommer. Een kind heeft ongeveer een halve liter melk(producten) per dag nodig. Als het veel meer melk(producten) eet of drinkt, is de kans groot dat hij/zij te weinig eet bij de maaltijd. Eet een kind wel goed, dan kan een teveel aan melk(producten) een dikmaker zijn. Thee (zonder suiker) en sinaasappelsap zijn ook prima bij de lunch. Dit gezond lunchen doen we nu met elkaar in groep 1/2, gezellig met z'n allen!!!

(deze informatie over een gezonde lunch is verkregen via de GGD)



Roodvonk

In de kleutergroep van de Maranathaschool is in de afgelopen week tot tweemaal toe melding gemaakt van roodvonk. Wij hebben contact opgenomen met de GGD. Wanneer zich veel meer gevallen voordoen willen zij daar graag van op de hoogte worden gesteld. Op dit moment is het enige advies: goede hygiënische maatregelen treffen, dus met hoesten en niesen hand voor de mond en handen wassen.