



Ouderblad "De Heksenketel" van Nutsbasisschool Burgst. Locaties: Groene Hil 20 en Moeraszegge 73

Mailadressen: MR: mrburgst@gmail.com Heksenketel: p.duijvelaar@nbsburgst.nl

OCgr.hil: oudercommissie.gh@nbsburgst.nl OCKroeten: oudercommissie.kr@nbsburgst.nl

Jaargang 26

nummer 09

31 maart 2016

OPEN OCHTEND en OPEN LES

Op **zaterdag 9 april** hebben we op beide locaties de jaarlijkse Open Ochtend van 10 – 12 uur.

Deze ochtend is bedoeld voor ouders die op zoek zijn naar een basisschool voor hun kind.

Kent u ouders die een school zoeken? Dan hopen we dat u hen wil attenderen op deze Open Ochtend en Open Les!

Op **dinsdag 12 april** hebben we vervolgens onze Open Les van 14.15 – 15.15 uur. Nieuwe ouders die het leuk vinden om de school "in bedrijf" te zien zijn dan welkom om in een groep een stukje van een les bij te wonen. Gedurende de open les volgen de leerkrachten het normale lesprogramma.

Om **bekendheid** te geven vragen we de oudste kinderen van elk gezin om thuis een **poster** op te hangen met een aankondiging. Doet u ook mee?

WORKSHOP-AVOND OUDERS

Wij organiseren op **dinsdag 10 mei** a.s. weer een workshop-avond voor onze ouders. In de twee afgelopen jaren deden we dit ook en dit was steeds een groot succes! We nodigen u daarom graag weer uit en vragen u om deze datum alvast te reserveren.

Het programma voor dit jaar is als volgt. Er komt nog een folder met meer uitgebreide informatie. Bij deze Heksenketel voegen we al een aanmeldingsformulier wat u op school kunt inleveren.

Workshop Social media, verzorgd door GGD en CJG.

De exacte inhoud is nog niet bekend maar in deze workshop over de digitale wereld van uw kind komen thema's aan bod rondom social media en internet en hoe je daar als ouder mee om kunt gaan. Wat doen onze kinderen online? Hoe Mediawijs bent u als ouder? Wat zijn de kansen/ de schaduwzijden en waar moet u als ouder op letten? (Meer info in de komende folder!)

Workshop Puberteit, verzorgd door de GGD.

Vanaf een jaar of tien verandert er veel voor een jongen en een meisje. Ze gaan ineens uit het kinderlijk groeien, krijgen haartjes op nieuwe plekken en gaan veel meer zweten. Bij meisjes beginnen de borsten te groeien en sommigen worden ongesteld. Maar er verandert nog meer. U krijgt een pubertje in huis en pubers moeten puberen, daar is geen ontkomen aan. Hun hersens zijn enorm aan het veranderen en het gedrag dat daarbij hoort, kan plotseling anders zijn dan u gewend bent. Praten over puberteit en alles wat daarbij komt kijken blijkt niet eenvoudig. De meeste ouders en verzorgers willen wel, maar zitten met twijfels en vragen. "Wat vertel ik eigenlijk over al die lichamelijke veranderingen? Hoe praat ik over lichaamsverzorging? Hoe gaan we om met dat plotseling dwarse kind in huis? Heeft u een kind in de bovenbouw, dan nodigen wij u uit als ouder van een beginnende puber. Tijdens de workshop krijgt u uitleg over de veranderingen in de puberteit. U krijgt praktische tips. Er is aandacht voor de meest gestelde vragen van ouders en opvoeders.

Workshop “In vorm”

Siegrid van der Vorm, moeder van Bas en Jules van der Vorm (uit groep 5 en 3) heeft een praktijk op de Hambroeklaan in de Haagse Beemden; ‘Mama in Vorm’.

Met een realistische knipoog (het logo) en expertise op het vlak van stressmanagement en vitaliteit maar ook die herkenkende rol als medemama biedt Siegrid op een laagdrempelige manier de mogelijkheid je te verrijken met meer ontspanning en energie. Mama in Vorm biedt ontspannende massages, zwangerschapsmassages, personal coaching, workshops en zakelijke events. (www.mamainvorm.nl)



Workshop “Weet wat je kind eet”, verzorgd door Linsy van Anholt.

We weten allemaal wel wat gezond eten is, voldoende groente, fruit, wat brood, aardappelen, rijst, melkproducten enz. Niks nieuws onder de zon dus....Maar wat weten we van verpakte producten en bewerkte producten. Zoals bewerkt vlees, koekjes, drankjes, vla, yoghurt met een smaakje, sausjes (uit fles, pot of zakje), maaltijd pakken, broodbeleg en ga zo nog maar door. Wist je dat 80 % van de voedingsmiddelen in de supermarkt is bewerkt of voorverpakt. Daarnaast is de keuze binnen 1 product groep enorm. Kijk maar eens naar het aantal toetjes in het koelschap. Welke is de meest verantwoorde optie? Hoe maak je een keus als je wil letten of de hoeveelheid vet, suiker enz.

In deze workshop besteden we daarom vooral aandacht aan **VET** en **SUIKER**. Ook hiervan weten we allemaal al dat te veel nadelig is voor het gewicht van je kind. Maar vaak wordt het effect van suiker op b.v. leerprestaties of algehele gezondheid en welbevinden onderschat.

Leer de verpakking lezen en oordeel voortaan zelf welk product het meest verantwoord is!

Linsy van Anholt is voedingsconsulente bij Don't WEIGHT en moeder van Daan (groep 5) en Max (groep 2).

Voor meer informatie kijk op www.dontweight.nl

Workshop “Meerbegaafdheid”, verzorgd door Delsey Beesems.

Als kinderen méér- of hoogbegaafd zijn dan lijkt dat op het eerste gezicht prima, kijkend naar je mogelijkheden. Maar er zitten ook schaduwkanten aan waardoor deze kinderen tegen allerlei problemen aan kunnen lopen. Deze workshop zal daar verder op in gaan. Méér informatie in de komende folder!

AANMELDEN BROERTJES / ZUSJES

Heeft u nog één of meerdere kinderen van 0 tot 3 jaar thuis en heeft u hen nog niet opgegeven op school? Dan nodigen wij u graag uit om dat te doen. Op beide locaties kunt u een Aanmeldformulier ophalen. Voor de groepsindeling en plaatsing van leerlingen is het voor ons van belang dat we een zo compleet mogelijk overzicht hebben van de kinderen die de komende jaren naar Burgst komen.

ZIEK ? dan niet naar school

Met de lente in het vooruitzicht zien we dat veel virussen gelukkig het veld ruimen.

Maar in de afgelopen periode zagen we ook dat zieke kinderen tóch naar school kwamen. Natuurlijk is het goed om niet te snel te verzuimen maar zieke kinderen zullen toch thuis moeten blijven. Natuurlijk begrijpen we dat het voor werkende ouders ineens een dilemma is als een kind 's morgens ziek is maar een kind dat koorts heeft en/of steeds moet overgeven kan écht niet naar school. Zo'n situatie is voor de leerkracht niet hanteerbaar en daarnaast steken zieke kinderen ook anderen weer aan. Advies is om een kind dat koorts heeft thuis te houden en pas ná een dag koortsvrij te zijn naar school te sturen.

DRAMALESSEN BUITEN SCHOOLTijd

In eerdere jaren organiseerden wij in samenwerking met “De Stilte” dramalessen buiten schooltijd. Deze werden destijds gegeven door dramadocent Jeroen Scholten. Jeroen heeft momenteel theaterwerkzaamheden en vorig jaar heeft een andere docente zijn lessen overgenomen. Deze docente heeft echter geen gelegenheid om de lessen buiten schooltijd te komen verzorgen. “De Stilte” is nog op zoek naar iemand die dat zou kunnen overnemen. Op dit moment kunnen we helaas nog niet aangeven of de lessen (na de meivakantie?) nog door kunnen gaan of niet. We houden u graag op de hoogte!

DOE – OCHTEND

Op **woensdag 6 april** is het weer Doe-ochtend! Alle kinderen werken dan aan verschillende creatieve thema's. Kinderen of groepen worden daarvoor gemengd zodat er ook met kinderen uit een andere klas wordt gewerkt. Als een leerkracht graag hulp van ouders wil dan vraagt deze daar zelf om via een apart mailbericht.



VERKEERSEXAMEN

Op **vrijdag 8 april** doen onze groepen 7 weer mee aan het Verkeersexamen. Er is een schriftelijk deel en er wordt een route gefietst in de wijk. De ouders van de betreffende kinderen krijgen daar apart bericht over. We wensen iedereen heel veel succes!



INLOOP OUDERS

Op **dinsdag 5 april** is het weer Ouderinloop! U bent dan om 15.15 uur hartelijk welkom om in de klas van uw kind(eren) te komen kijken.

AVONDVIERDAAGSE GAAT NIET DOOR



We moeten helaas melden dat met het verdwijnen van OS HB de Avondvierdaagse niet door gaat. In eerste instantie wilde OS HB proberen om met alle medewerkers dit evenement toch nog te laten plaats vinden maar vorige week is besloten om daar van af te zien. Er is niemand in beeld die dit kan overnemen zodat dit wandelfestijn voor dit jaar in ieder geval geannuleerd is. Heel jammer! Hopelijk komen er in de naaste toekomst nieuwe mogelijkheden.

KONINGSSPELEN

Vrijdag 22 april doen wij weer mee aan de **Koningsspelen**. We starten die ochtend met het Koningsontbijt op school. Daarna volgt er een ochtend met allerlei leuke spelletjes op het plein. De schooltijden zijn onveranderd, om 12.25 uur begint dan de meivakantie. U ontvangt nog nadere informatie hierover. We zijn in elk geval heel blij dat de studenten via OS HB bereid zijn om de organisatie van de Koningsspelen alsnog te verzorgen!



LENTEFEEST

Op beide locaties wordt de lente verwelkomd door op vrijdag 1 april het lentefeest te vieren!

Op de Groene Hil zijn er allerlei activiteiten zoals een vlinderkast, een milieuspel en het opruimen van afval rondom de school.

Op Kroeten worden er o.a. heerlijke pannenkoeken gebakken en smoothies gemaakt die daarna natuurlijk allemaal opgesmikkeld worden! Veel plezier allemaal en dank aan alle ouders die weer komen helpen!



===== ingezonden =====



Hoe doe je dat: seksuele opvoeding? Wat zeg je wel, en wat niet? Hoe reageer je op de vraag waar baby's vandaan komen? Of als je tiener vertelt dat hij soms porno kijkt?

Seksuele opvoeding is breder dan er alleen praten: wat jij belangrijk vindt zit vaak 'verstopt' in allerlei alledaagse momenten. Je dochter ziet bijvoorbeeld dat je partner en jij elkaar in bed goedemorgen zoenen en wil zelf ook een kus. Of je zoon ziet jou bloot als je samen in de badkamer bent. Je geeft hen zo allemaal expliciete en impliciete boodschappen over seksualiteit.



Van 14 t/m 18 maart was het de week van de lentekriebels, waarbij de rol van ouders in de seksuele opvoeding centraal staat. Daarom speciaal in deze Heksenketel:

5 tips voor de seksuele opvoeding

1. Je bent een voorbeeld voor je kind: denk eens na over je eigen seksuele opvoeding. Waar heb je veel aan gehad? Wat wil je hetzelfde doen- of juist anders?
2. Seksualiteit wordt makkelijker bespreekbaar in je gezin, als je er ook met je partner of met iemand die je vertrouwt, over kunt praten.
3. Maak het simpel: gebruik de alledaagse momenten om iets uit te leggen over seks. Wacht dus niet tot dat ene serieuze, spannende gesprek aan de keukentafel! Vindt je zoon de 'pil' in de badkamer? Leg uit wat het is: als papa en mama willen vrijen en niet zwanger willen worden, kunnen we dat gebruiken.
4. Voor kinderen is de vraag waar baby's vandaan komen net zo normaal als elke andere vraag: zij gaan gewoon weer door met spelen! Je kunt dus ook met jonge kinderen al in gesprek gaan over seksualiteit.

Opvoeden
& opgroeien
praat erover!

5. In elk gezin worden andere woorden voor de geslachtsdelen gebruikt, zoals piemel, plasser, slurfje of spleetje. Gebruik de woorden waar je je prettig bij voelt. Maar leg ook uit dat het een vagina of penis heet.

Meer tips ontvangen? Je kunt ons [Inspiratieboekje Best Spannend!](#) bestellen: boordevol tips voor en door ouders! [Zie de website www.familyfactory.nu](http://www.familyfactory.nu)



Je kind nieuwe vaardigheden aanleren

Om op te groeien tot een zelfstandige volwassene, moeten kinderen veel leren. Niet alleen op school, ook in het dagelijks leven moeten ze nieuwe vaardigheden aanleren: aankleden, tanden poetsen en opruimen bijvoorbeeld. Als ouder ben je misschien soms geneigd om ze te helpen op momenten dat je haast hebt. Tijdens de ochtendspits bijvoorbeeld. Maar als je je kind leert om dingen zelf te doen, scheelt je dat uiteindelijk veel tijd. Bovendien groeit het zelfvertrouwen van je kind als het nieuwe vaardigheden leert.

Je leert je kind nieuwe vaardigheden door zelf het goede voorbeeld te geven. Als jij je rommel achter je laat slingeren of je jas niet meteen na binnenkomst aan de kapstok hangt, dan zal je kind dit ook niet snel doen. Je kind doet jouw gedrag bewust en onbewust na. Houd dus rekening met je eigen voorbeeldfunctie.

Dat geldt ook voor de manier waarop jij reageert op gedrag van je kind. Word je snel boos of ga je (te) hard praten als je kind niet luistert? Dan kun je erop rekenen dat je kind ook zo op jou zal reageren. Ook de manier waarop jij en je partner met elkaar omgaan is een voorbeeld voor je kind.

Leg uit wat je doet

Een andere manier van 'het goede voorbeeld geven' is aan je kind voordoen hoe iets moet. Dit doe je door de handeling die je van hem verwacht echt voor te doen, eventueel opgedeeld in kleine stapjes. Leg je kind uit wat je gaat doen en hoe je het doet. Laat je kind het daarna nadoen. Help hem als dat nodig is en moedig hem aan om het nog een keer zonder hulp te proberen. Geef je kind een complimentje als hij het goed doet en heb geduld met je kind. Leren doe je met vallen en opstaan.

Spontane leermomenten

Kinderen willen graag nieuwe dingen leren. Als je kind naar je toekomt voor hulp of het antwoord op een vraag, dan wil hij op dat moment graag iets leren. Grijp dat moment aan om je kind iets nieuws te leren. Geef niet meteen het antwoord maar laat je kind zelf nadenken of ontdekken wat het antwoord zou kunnen zijn. Geef hints of stel vragen om hem op weg te helpen. Bijvoorbeeld: 'Hoe zou jij dit doen?'

Tip: Hou het leuk voor je kind, dus dring niet teveel aan als het niet meteen lukt. Het leermoment moet spontaan blijven.

CJG Breda

Voor meer informatie en advies over opvoeden en opgroeien kun je ook terecht bij de School-CJG-er van CJG Breda. Op jouw school is dit: Moniek Boin, e-mail: moniek.boin@cjgbreda.nl

De School-CJG-er is er niet alleen voor vragen van ouders, jongeren en kinderen, maar ook van leerkrachten, docenten, medewerkers kinderopvang, sporttrainers en andere professionals en vrijwilligers die met kinderen en jongeren werken.

CJG Breda is telefonisch bereikbaar op 0800 – 444 0003 en per mail naar info@cjgbreda.nl





n u t s b a s i s s c h o o l

Groene Hil 20 Moeraszegge 73
4822 RS Breda 4823 MH Breda
Tel. (076) 543 90 08 (076) 549 60 65
Website: www.nbsburgst.nl

OUDERAVOND 10 mei 2016

Op dinsdag 10 mei a.s. organiseert Burgst voor alle ouders een ouderavond met verschillende onderwerpen op de locatie Groene Hil. **U kunt 2 workshops kiezen.** Iedere workshop duurt 45 minuten. De onderwerpen vindt u hieronder. Er komt nog een folder met alle informatie, via dit formulier kunt u zich alvast opgeven. Volgende week ontvangt u deze brief ook nog op papier. Voor de eerste informatie over de inhoud van de workshops verwijzen we u naar deze Heksenketel pagina 1 en 2. De workshops zijn:

- **Workshop Social media**, verzorgd door GGD en CJG.
- **Workshop Puberteit**, verzorgd door de GGD.
- **Workshop "In vorm"**
- **Workshop "Weet wat je kind eet"**, verzorgd door Linsy van Anholt.
- **Workshop "Meerbegaafdheid"**, verzorgd door Delsey Beesems.

PROGRAMMA

19.15 uur	inloop
19.30 uur	gezamenlijke start in de hal
19.45 uur	<u>workshop ronde 1</u>
20.30 uur	<i>pauze met koffie en thee</i>
20.45 uur	<u>workshop ronde 2</u> (afhankelijk van het aantal aanmeldingen).
21.30 uur	einde workshop en mogelijkheid tot napraten in de hal
22.00 uur	einde ouderavond

Aanmelden

U kunt zich aanmelden door onderstaande strook ingevuld in te leveren bij de leerkracht van uw kind.

Aanmelding ouderavond 10 mei 2016 op NBS Burgst

Naam:

Ouder/verzorger van: uit groep:

Keuze workshop:

Reserve keus *) is:

*) het doorgaan en/of een tweede ronde van een workshop is afhankelijk van het aantal deelnemers, vandaar dat wij een reservekeuze vragen.