

### Belangrijke data

Dinsdag 13 oktober 2020	Nieuwsbrief 4
12 t/m 16 oktober 2020	Verkeerslessen
Donderdag 15 oktober 2020	Theater gr. 1/2B GEANNULEERD i.v.m. corona maatregelen
Vrijdag 16 oktober 2020	Alle leerlingen om 12.00 uur uit
19 t/m 23 oktober 2020	Herfstvakantie
Dinsdag 3 november 2020	Nieuwsbrief 5

### Beste ouders/verzorgers,

We zijn alweer in de week voor de herfstvakantie aanbeland. Wat is deze eerste periode toch snel gegaan. Vorige week heeft in het teken gestaan van de kinderboekenweek. Uit iedere klas heeft een leerling de gouden griffel gewonnen voor het maken van de mooiste boekenkast. De jury heeft een moeilijke taak hierin gehad, want wat waren er een prachtige kافتen gemaakt! Afgelopen donderdag heeft de bovenbouw voorgelezen aan leerlingen van de onderbouw. Ontzettend gezellig, leerzaam en leuk!



Volgende week kunnen we allemaal heerlijk gaan genieten van de herfstvakantie. De tijd van regen, vallende bladeren, prachtige paddenstoelen en normaal gesproken, de start van de griepgolf. Nu met aanwezigheid van Corona zal dit niet anders zijn, eerder extremer. Afgelopen weken hebben wij hier op school al te maken gehad met een tekort aan leerkrachten door griepklachten, Corona of echtgenoten met Corona, zodat men in quarantaine moet. Als school hebben wij toegang tot het versneld testen. In de praktijk merken we dat het niet altijd de gewenste snelheid oplevert. Weet dat we op school alles op alles zetten om de kinderen zoveel mogelijk op school te laten zijn, maar zo nu en dan staan wij echt in een spagaat en lukt het ons met geen mogelijkheid. Groep 6 heeft daarom deze week een aantal dagen thuisonderwijs gekregen d.m.v. Chromebooks waar de leerkracht en de kinderen op inloggen. Gelukkig zijn we hier goed in voorzien op school. Vanavond is er een nieuwe

persconferentie waarin de maatregelen wederom verscherpt gaan worden. Wanneer hieruit zaken naar voren komen die betrekking op de basisscholen hebben zal ik u hierover uiteraard informeren. Laten we goed op elkaar letten en hopen dat iedereen zo gezond mogelijk door deze periode heen komt.

Rest mij u allen een hele fijne herfstvakantie te wensen en hopelijk zien we iedereen weer op 26 oktober terug!



### **Tussendoortjes/lunch**

Lieve drukke ouders,

In de vorige nieuwsbrief is het onderwerp 'een gezond 10 uurtje' aangesneden. Dat gaf mij het idee om jullie ouders/ verzorgers te helpen om gezonde keuzes te maken voor onze kids.

Als afgestudeerd voedingsdeskundige, enkele jaren als ondernemer voedingsadvies te hebben gegeven en een verleden van een gevecht met overgewicht weet ik als geen ander wat gezonde voeding voor je lichamelijke en geestelijke gezondheid kan doen en hoe ongezonde voeding je echt kan verpesten.

Wat zijn gezonde keuzes en waarom is dit zo van belang?

Gezonde keuzes zijn maaltijden die bestaan uit voedingsmiddelen die VOEDEN door de vitamines, mineralen en vezels erin. Gezonde keuzes bevatten weinig of geen verzadigde vetten, suikers en zout.

Het belang hiervan is simpel. Verkeerde keuzes belasten onze organen onnodig, brengen de suikerspiegel uit balans (maken ons futloos, chagrijnig of slecht presterend) en zijn de oorzaak van overgewicht.

Ik denk dat de meeste van jullie dit al lang weten en er ook naar leven. Of naar willen leven maar het schiet er vaak bij in door drukte. Daarom wil ik de komende nieuwsbrieven gebruiken om jullie te helpen gezonde en bewuste keuzes te maken die niet veel tijd in beslag nemen en wellicht helpen herinneren aan het belang van gezonde keuzes maken. En je hoeft echt niet 100% gezond te kiezen dag in dag uit, dat houdt niemand vol. Het moet wel leuk blijven. Meer 80/20, 80% van de maaltijden gezond 20% minder gezond.

Ik heb er veel zin in en hoop dat ik van toegevoegde waarde kan zijn voor jullie! Natuurlijk is er een mogelijkheid om mij vragen te stellen, die kan ik of persoonlijk of via de nieuwsbrief beantwoorden.

Liefs,

Esther van Ruiten Jansen

(moeder van Emily, groep 1/2B)

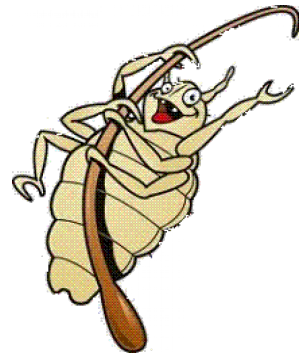
### **Hoofdluisnieuws vanuit de GGD**

De scholen zijn weer begonnen. Normaal gesproken worden de kinderen eens in de paar weken of na iedere vakantie gecontroleerd op hoofdluizen door een groep ouders van de school.

Omdat het streven is zo weinig mogelijk volwassenen in de school toe te laten, is het de komende tijd minder mogelijk om op school te controleren. De hoofdluisouders zijn er slechts ter ondersteuning, het is de verantwoordelijkheid van ouders om regelmatig op hoofdluis te controleren.

Daarom willen wij u vragen om 1 keer per week de haren van uw kind goed te controleren op de aanwezigheid van luizen of neten. Dit kunt u het beste doen op een vaste dag in de week met behulp van een luizenkam. Hoe u de hoofdluizen of neten kunt herkennen kunt u terug vinden op: [www.rivm.nl/hoofdluis.nl](http://www.rivm.nl/hoofdluis.nl) Mocht u hoofdluizen of neten aantreffen in de haren van uw kind, start dan meteen met kammen met een luizenkam en blijf dit 14 dagen lang doen. Geef dit ook door aan school, zodat andere ouders extra alert kunnen zijn. Als u uw kind goed heeft gekamd mag uw kind gewoon naar school.

Alvast bedankt voor uw medewerking. De ketting is zo sterk als de zwakste schakel.



### **Kinderfeest XXL**

Beste kinderen,

Ieder jaar organiseert Open Hof voor kinderen van groep 1-8 een kindermiddag in de herfstvakantie: Kinderfeest XXL. Nu kan het dit jaar helaas niet plaatsvinden ons gebouw, maar dat is geen enkele reden om Kinderfeest XXL niet door te laten gaan! We gaan er gewoon voor zorgen dat je thuis je eigen XXL-feestje kunt maken. En maak je geen zorgen over wat je ervoor nodig hebt, dat hebben we allemaal al geregeld!

Voor XXL Online heb je twee dingen nodig: een tasje met spullen en de website van Open Hof ([www.openhof.com](http://www.openhof.com)). Je kan dat tasje ophalen bij Open Hof (Raadhuisstraat 3 in Hillegom). Met dat tasje en de website van Open Hof kan jij thuis aan de slag met bakken, coole proefjes en gave knutsels. En lukt het jou om die challenge te doen en de prijs te winnen?

Het gratis tasje kan je op zaterdag 17 oktober tussen 13.00 en 15.00 ophalen bij Open Hof. Let op: op = op, dus wees er snel bij. Lukt het ophalen niet, maar wil je wel heel graag meedoen, dan kan misschien iemand anders het voor je ophalen. Of neem een tasje voor een vriend mee en ga samen aan de slag met XXL Online. Doen hoor, het wordt echt hartstikke leuk!

## JGT

Marieke Bowring van het Jeugd en Gezinsteam (JGT) kwam voorheen om de week op maandagmiddag bij ons op school om haar spreekuur te houden. Wegens Corona is dit een tijd stil komen te liggen. We hebben met elkaar afgesproken dat de komende periode zij op afspraak aanwezig is bij ons op school.



Binnen het JGT Hillegom werken specialisten op het gebied van: jeugdhulpverlening, kinder- en jeugdpsychiatrie, kinderen (of ouders) met een verstandelijke beperking en maatschappelijk werk. Als het nodig is kunnen zij advies vragen en/of verwijzen naar gespecialiseerde instanties. Ze bieden begeleiding en ondersteuning aan mensen met moeilijkheden in opvoeden en/of opgroeien door middel van: coaching van kinderen en jongeren, gezinsbegeleiding, (school)maatschappelijk werk, diagnostiek (psycholoog), persoonsgebonden budget, casemanagement en diverse trainingen (als 'de Coole Kikker', Triple P, sociale vaardigheid en weerbaarheid).

Mocht u een afspraak willen maken met het JGT op school, dan kunt u contact opnemen met Monique Romijn (ib'er) [ib@daltonschoolhillegom.nl](mailto:ib@daltonschoolhillegom.nl).