

17 januari 2020



Basisschool de Weerij's
076-5217534
kbsdeweerij's_info@inos.nl
www.deweerij's.nl
ouderbijdrage
NL57RABO0345131916
t.n.v. Inos-kbs de Weerij's
inzake ouderbijdrage de
Weerij's + Naam leerling

Jarig:

21 jan Amer groep 4

21 jan Stefanos groep 5

gefeliciteerd!!!

Hallo allemaal

Heb je de nieuwe voorkant van onze school al gezien?

We hebben zelfs een vlag! Super!

Groetjes juf Els

Stakingsbericht

Beste ouder(s)/verzorger(s),

Donderdag 30-01 en vrijdag 31-01 zijn het weer landelijke stakingsdagen in het onderwijs.

Het team van de Weerij's heeft ook nu besloten de school **open** te houden.

Dit betekent dat de leerlingen wel verwacht worden op school en

dat er een aangepast programma is.

Als team staan wij wel achter de reden van staken.

Wij vinden dat geven van goed onderwijs moeilijk uit te voeren is binnen de beperkte tijd die we hebben en met de beperkte middelen die er zijn.

Ook maken we onze zorgen over het tekort aan leerkrachten en

wat dat in de toekomst betekent voor goed onderwijs.

Los daarvan kiezen wij ervoor om de school open te houden

zodat uw kinderen naar school kunnen gaan.

Want tenslotte doen we het voor de kinderen.

namens het team van de Weerij's

Met vriendelijke groeten,

Desi Arps

Directeur Kbs De Weerij's



Gezond eten

Beste ouder(s)/verzorger(s),

Op de Weerijds vinden we het belangrijk dat onze leerlingen gezond eten zodat ze goed kunnen leren en opgroeien tot gezonde volwassenen. Hieronder een artikel van het voedingscentrum ter informatie.



Nederlandse kinderen eten te weinig gezonde producten en drinken teveel suikerhoudende dranken. Terwijl gezond eten niet moeilijk is.

Van alle Europese kinderen drinken Nederlandse schoolkinderen de meeste suikerhoudende dranken per dag.

Slechts 1% van alle kinderen eet voldoende groente en in grote steden lijdt zelfs 18% van de kinderen aan overgewicht of obesitas.

Er is in de meeste gevallen wel een speciaal bewegingsonderwijsprogramma, maar gezond eten is vrijwel net zo belangrijk om het juiste gewicht te behouden.

Gezonde voeding verlaagt de kans op chronische ziekte, er is minder verzuim op school en kinderen leveren betere schoolprestaties. Dit is enkel te danken aan goede voeding.

Gezond eten op school

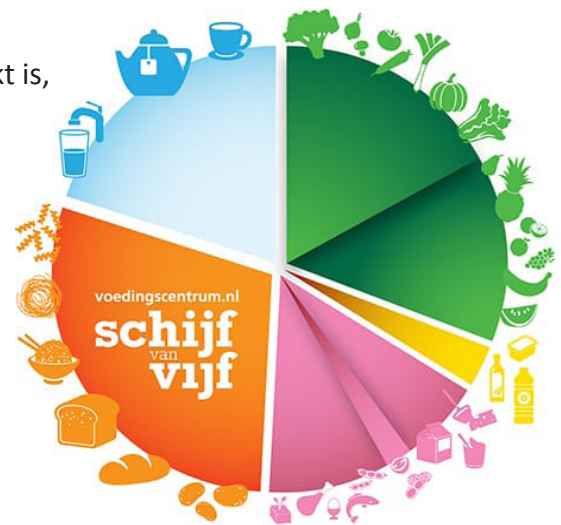
Volgens het voedingscentrum begint het eten van gezonde voeding niet alleen thuis maar ook op school. Daarnaast gaat het om bewustwording naar de ouders toe.

De lunch, tussendoortjes, dranken en traktaties spelen een belangrijke rol.

Maar wat is geschikt om kinderen mee te geven naar school?

We geven enkele voorbeelden per maaltijd:

- o Kleine pauze: groenten, fruit of een volkoren cracker of boterham
- o De lunch: volkoren boterham met bijvoorbeeld kaas, ei, zuivelspread of een notenpasta. (geef kinderen liever geen zoetigheid zoals Schuddebuikjes of hagelslag mee, deze bevatten veel calorieën en weinig voedingsstoffen)
- o Drinken: water of thee of een yoghurtdrink zonder suiker
- o Traktaties: groenten of fruit dat op een leuke manier verpakt is, maak er bijvoorbeeld een leuk diertje van!



Hoeveel suiker zit er in pakjes drinken?



op basis van etiketinformatie juli 2017

Kijk voor meer informatie op www.voedingscentrum.nl/drinkenkind

