



NIEUWSBRIEF

obs Apollo

schooljaar 2021-2022
nr. 7–14 maart

Orion 16A, 7904 LG Hoogeveen, 0528-262616, obsapollo@bijeem-hoogeveen.nl

OPEN DAG

Woensdag 23 maart van 9.00–11.00 uur is er open dag op obs Apollo.

Heeft u een kind dat 3 jaar oud is en u wilt komen kijken op onze school, dan bent u van harte welkom! Graag even aanmelden bij juf Astrid, tel. 0528-262616. Tot woensdag!

ANWB streetwise

Op donderdag 31 maart komen medewerkers van de ANWB op onze school om verkeersactiviteiten te doen. In alle groepen komen verschillende zaken aan de orde.

Groep 1 en 2: Toet toet

De kinderen leren verkeersgeluiden te herkennen en oefenen het oversteken.

Groep 3 en 4: Blik en klik

De kinderen leren veilig oversteken tussen auto's. En waarom is het belangrijk om je gordel te dragen als je in een auto zit?

Groep 5 en 6: Hallo auto

De kinderen mogen meerijden in een lesauto en leren alles over de remweg van een auto.

Groep 7 en 8: Trapvaardig

De kinderen oefenen hun praktische fietsvaardigheid op een uitdagend parcours en trainen moeilijke manoeuvres.



Kledingbeurs—hulp gezocht

Binnenkort is er weer de kledingbeurs, zie bijlage.

Behalve de hulp van vrijwilligers op deze twee dagen, zou het fijn zijn als er hulp komt om deze beurs te organiseren. Wilt u wel eens weten, wat de organisatie precies inhoudt, voordat u beslist om te helpen, dan bent u van harte welkom om dit jaar alvast een keertje mee te kijken.

Heeft u interesse, stuur dan een mail naar:

Marleen Wobben, marleen_wobben@hotmail.com.

Wisseling leerkrachten

Juf Sabine geeft sinds de voorjaarsvakantie op maandag en dinsdag les aan groep 8.

In groep 5 hebben we een 'nieuwe' leerkracht: meester Thomas. Hij geeft alle dagen les aan deze groep. Welkom, meester Thomas!

Bijlagen

- kinderkledingbeurs
- JOGG-weetje
- FitInKrakeel
- UNICEFloop
- ouder- en kindgym

Belangrijke data

23 maart	open dag
30 maart	Peuters Bijeen
31 maart	ANWB streetwise

Peuters Bijeen

Op woensdag 30 maart van 9.00 tot 10.00 uur zijn alle 3-jarige peuters van harte welkom om te komen spelen in groep 1/2.

U kunt zich aanmelden bij juf Astrid, tel. 0528-262616.

Studiedagen schooljaar 2021-2022

Dit schooljaar zijn op de volgende data studiedagen gepland. Alle kinderen zijn dan de hele dag vrij.

- donderdag 14 april
- vrijdag 17 juni
- woensdag 29 juni



Kinderkledingbeurs op 8 en 9 april!

De voorjaar-zomerbeurs zal plaats vinden op 9 april in de Magneet!

Op **vrijdag 8 april** is de inbreng. **Zaterdag 9 april** vindt de verkoop plaats in de gymzaal van de Magneet van **9.00 uur tot 12.00 uur**.

Er zijn weer kledinglijsten te verkrijgen!

Hoe werkt de kledingbeurs?

U kunt kinderkleding maar ook babybenodigdheden en speelgoed inbrengen.

U bepaalt wat uw artikelen moeten opbrengen. Dit vult u in de op de inschrijffijst die u bij de organisatie kunt opvragen. Op 1 kledinglijst kunnen 25 artikelen worden ingeschreven.

Van de opbrengst gaat 40% naar de scholen. Hier kopen wij speelgoed of spelletjes voor, waar alle kinderen plezier aan beleven. De overige 60% van de opbrengst is voor u.

Voor speelgoed hebben wij eigen lijsten gemaakt. Op 1 speelgoedlijst kunnen 15 artikelen worden ingeschreven. *(helaas zijn de speelgoedlijsten voor deze beurs al vergeven)*

De lijsten kunt u opvragen bij Dominique de Vries of Marleen Wobben, Of stuur een e-mail naar kledingbeurskrakeel@live.nl

Zonder vrijwilligers kunnen wij geen beurs houden!

Wij zoeken voor de beurs vrijwilligers. Heeft u zin en tijd om één of meerdere dagdelen te komen helpen, dan vernemen wij dat graag! Als dank voor het helpen mogen de vrijwilligers vrijdagavond al kleding kopen. Wilt u zich aanmelden als vrijwilliger dan kunt u een e-mail sturen naar kledingbeurskrakeel@live.nl.

Heeft u niets om in te schrijven, dan zien we u uiteraard graag bij de verkoop op **zaterdag 9 april van 9.00 tot 12.00 in de gymzaal van de Magneet!**

Met vriendelijke groet,

Dominique de Vries en Marleen Wobben





JOGG-weetje maart 2022:

Fris en fruitig

Dit schooljaar delen wij iedere maand tips om je zo fit mogelijk te voelen!

7:00 op maandagochtend: de wekker gaat. Nog even snoozen... nee, wacht het is maandag! De kinderen uit bed, allemaal onder de douche en hup aan de ontbijttafel. Lunch-box voor Luuk en Noah, wat doen we er eens in? Brood met chocopasta, check. Banaan, check. Twee handen in de lucht voor Taksi... vooruit dan maar. 's Middags komt de banaan weer mee terug. Ook al geen succes meer?

Gezond = saai?

U bent niet de enige die zijn of haar kind gezond wil opvoeden en hier niet altijd 100% in slaagt. De oorzaken hiervan zijn vaak bekend: beperkte tijd, verleidingen (in de supermarkt, op straat, op televisie), gemak of smaak. En als je dan je best doet om zo gezond mogelijk te zijn (en dit door te geven aan de volgende generatie), val je soms uit de toon terwijl gezond eten toch echt hipper is dan ooit.

Kindvriendelijke lunch-box

Verandering van spijs doet eten: varieer met wat er in de lunchtrommel gaat. Dat hoeft niet ingewikkeld te zijn. Een lunch-box met verschillende vakken biedt uitkomst.

Kies bijvoorbeeld voor diverse soorten fruit, een paar plakjes komkommer, een stukje volkoren pannenkoek, een blokje kaas, een paar noten, klein volkoren crackertje, een stukje gekookt ei of maak creaties met fruit en groente



(bijvoorbeeld spiesjes). Zie ook de volgende pagina voor meer inspiratie.

Homemade

Ook zelfgemaakte gezonde baksels kunnen prima in de brodtrommel. Denk eens aan eigen gemaakt volkoren bananenbrood, banaan-ei pannenkoekjes, gezonde notenreepjes, ontbijtmuffins. Maak bijvoorbeeld een bananenbrood en vries ze per plakje in. Op een schooldag haalt u ze eenvoudig weer tevoorschijn. Ook handig voor dagjes weg. Niet alleen lekker, maar ook gezond en kostenbesparend.

Lunch op maat

Stem de hoeveelheid af op uw kind. Het geeft niet als er een periode iets minder gegeten wordt. Blijf verschillende dingen aanbieden, het kan tijd (en wel 10-15 keer proeven!) kosten voordat uw kind gewend is aan een nieuwe smaak.



gezonde jeugd
gezonde toekomst



Sportief
Hoogeveen



gemeente
DE WOLDEN
dewoldensport.nl

Inspiratie



FitInKrakeel

Woon je in de wijk Krakeel? En zet jij samen met andere wijkbewoners de stap naar een betere gezondheid?

Meld je dan nu aan voor het project 'FitInKrakeel'.



FitInKrakeel

FitInKrakeel! gaat je helpen naar een gezonde(re) leefstijl. Want, waar begin je? En wat hoort er allemaal bij een gezonde leefstijl. Gewichtsconsulent Natasja de Weerd en Sportfunctionaris Gido Verschuren geven antwoord op deze vragen. Samen werk je stap voor stap aan een gezonde(re) leefstijl die bij jou past. En dat lekker bij jou in de wijk Krakeel samen met andere wijkbewoners.

Wat houdt het in?

- Duur 4 weken;
- Kennismakingsgesprek;
- Elke dinsdag 1 uur wandelen en coachgesprek tijdens het wandelen;
- Wekelijkse opdrachten over gedrag, voeding, bewegen, ontspanning en slaap;
- Elke donderdag 1 uur een sportieve activiteit zoals bootcamp, circuittraining, balsporten et cetera;
- Eindgesprek

Wat levert het op?

- Je stelt samen met de gewichtsconsulent doelen die bij jou passen;
- Je krijgt hulp om tot een gezonde(re) leefstijl te komen en deze te behouden;
- Je bevordert je fysieke fitheid;
- Je maakt kennis met de mogelijkheden in jouw buurt om actief te worden;
- Je krijgt individuele aandacht, maar kunt ook ervaring uitwisselen in de groep;
- Je maakt kennis met andere wijkbewoners.

Meld je aan!

Deelname is gratis en je kunt je aanmelden via www.actiefjonghooegeveen.nl of neem contact op met Gido Verschuren, 06-18527408 of

g.verschuren@dewoldenhoogeveen.nl.

Het project gaat door bij minimaal 6 deelnemers.



Nieuwe datum UNICEF Loop: zondag 12 juni 2022

Beste ouders/verzorgers,

Zoals u wellicht al in de media heeft gelezen, is de Cascaderun dit jaar verplaatst naar zondag 12 juni a.s. Dit betekent dat ook de datum voor de Unicefloop, als onderdeel van de Cascaderun, gewijzigd is.

De Unicefloop wordt dit jaar gehouden op zondag 12 juni!

Wil uw kind meedoen? Inschrijven kan op www.cascaderun.nl. De inschrijving sluit als het maximumaantal deelnemers bereikt is en uiterlijk op donderdag 12 mei. Schrijf uw kind(eren) snel in, want vol is vol. Eind mei krijgen de deelnemende kinderen via school een envelop met een lijst waarmee ze sponsors kunnen zoeken. Eind mei krijgt u ook een mail met meer informatie over het ophalen van de startnummers en de starttijden van de Unicefloop.

Het kan zijn dat u uw kind(eren) al aangemeld had voor de Unicefloop op zondag 10 april maar dat hij/zij zondag 12 juni niet mee kan/kunnen doen.

Wilt u ons dan, om uw kind(eren) weer af te melden, een bericht sturen met vermelding van de naam en geboortedatum van uw kind(eren)?

Wij hopen dat er zondag 12 juni heel veel kinderen mee gaan rennen voor UNICEF en dat we er samen weer een prachtig en geslaagd evenement van kunnen maken!

Met hartelijke groet,
Regionaal Comité Unicef Hoogeveen e.o.
unicefhoogeveen@ziggo.nl



CGV Olympia start OUDER EN KIND GYM in de Magneet!

Wat gaan we doen? Lekker samen met uw kind gymmen! We spelen eerst met de bal, gaan lekker rennen, en daarna rollen, springen, stoeien, balanceren, schommelen, kruipen en klimmen. Aan het einde van de les zingen we ook nog een paar liedjes! De les gaat heel spelenderwijs, en natuurlijk staat plezier hebben voorop!



Wanneer? Vanaf woensdag 2 maart is er op elke woensdagochtend van 10.30 - 11.15 Ouder en Kind Gym in het MFC De Magneet.

Wat kost het? De eerste drie maanden worden de lessen aangeboden tegen een lagere prijs van 5 euro per maand, daarna wordt het 24 euro per kwartaal (is 8 euro per maand). Dat kan omdat we subsidie krijgen vanuit het Hogeveense Sportakkoord.

Hoe? U kunt zich hiervoor aanmelden via www.actiefjonghogeveen.nl

Wij hebben ook het nijntje beweegdiploma certificaat, en werken met deze methode. Zo weet u zeker dat uw kind verantwoord en op de juiste manier les krijgt! Voor meer info, zie onze website: www.olympiahogeveen.nl.

