



Patrijsstraat 2
4043MR Opheusden
Tel: 0488-441451
Email: info@paletopheusden.nl
www.paletopheusden.nl

EETSTIJL

In het kader van de week van de opvoeding van maandag 5 tot en met vrijdag 9 oktober 2015 wordt er een voorlichting Gezond Eetgedrag gegeven door diëtist Wilma Hooft van Diëtistenpraktijk Eetstijl en de jeugdverpleegkundige Femke de Leeuw van de GGD. Het thema van de week van de opvoeding is Geef met de Vijf! De voorlichting wordt gegeven op dinsdag 6 oktober

De leerlingen van groepen 1 tot en met 3 krijgen uitleg over gezonde voeding aan de hand van de keuzetabel volgens het stoplichtmodel – groen, oranje en rood, die ze ook later mee naar huis mogen nemen. De leerlingen volgen de workshop over het indelen van lege verpakkingen in het stoplichtmodel. De leerlingen worden gevraagd van thuis lege verpakkingen mee te nemen van iets dat zij graag eten of drinken. Dit kan iets zijn wat ze eten bij het ontbijt, in de pauze, lunch of warme maaltijd of iets wat ze graag drinken.

De leerlingen van groepen 4 tot en met 8 krijgen uitleg over gezonde voeding en gaan hun voeding zelf indelen aan de hand van de keuzetabel. De tabel nemen zij daarna mee naar huis. Voor deze opdracht is een dag de voeding bijhouden nodig. Hiervoor krijgt uw kind een voedingsdagboek voor 1 dag mee naar huis. Het is belangrijk dat zij 1 dag precies opschrijven wat zij eten en drinken.

Penseelstreekje

Informatiebulletin van o.b.s. Het Palet
Opheusden,
Nummer 3 25 september schooljaar 2015 / 2016

voedingsdagboeken moeten bij de leerkracht worden ingeleverd. Alle leerlingen volgen de quiz gezond eetgedrag en de suikerklontjes opdracht.

Het wordt een leerzame dag en een uitdagende week. Wij hebben er veel zin in! Alvast hartelijk dank voor uw medewerking.

VOORTGEZET ONDERWIJS

Aan de ouders van groep 7 en 8, Op dinsdag 4 november (19.00-20.30 uur.) zijn de volgende 3 scholen uit het voortgezet onderwijs bereid om ons informatie te geven over het voortgezet onderwijs.

- Helicon te Kesteren
- Pantarijn te Kesteren
- HPC te Zetten

Zij geven een uitleg over de mogelijkheden op de desbetreffende school. Heel erg prettig is dat de bijeenkomst bij ons op het Palet is. Geen massale drukte, persoonlijke aandacht en alle ruimte en tijd om informatie te krijgen en vragen te stellen. In verband met de organisatie gaan wij ervan uit dat alle ouders en leerlingen van groep 7 en 8 aanwezig zullen zijn.

GRATIS SCHOOLFRUIT

Dit schooljaar zijn wij wederom ingeloot om deel te nemen aan de actie:

gratis schoolfruit.

EU-Schoolfruit stimuleert kinderen samen fruit en groente te eten in de klas. Wij ontvangen 21 weken gratis schoolfruit voor alle leerlingen.

De schoolfruitleveringen starten in de week van 2 november 2015 en lopen t/m 22 april 2016. De woensdag en donderdag zijn de fruitdagen op school.

WEEK VAN DE PAUZEHAP



In het begin van elk schooljaar, van 28 september t/m 2 oktober, is er voor groep 5 tot en met 8 Week van de Pauzehap. Bij Week van de Pauzehap krijgen de leerlingen van groep 5,6,7 en 8 verantwoorde tussendoortjes. Leerlingen van groep 5 t/m 8 doen opdrachten en leren en ervaren hoe leuk het is om lekker gezonde pauzehappen te eten.

THEMA VAN KLEUTERPLEIN

Aankomende weken zal er in de kleutergroep gewerkt worden aan het thema "POST". De leerlingen krijgen een ouderbrief mee naar huis waar allerlei leuke opdrachten staan en suggesties zodat u met uw kind ook thuis bezig kunt zijn met dit thema. Ook zit er een thuisopdracht bij die u samen met uw kind kunt maken en deze kan uw kind dan weer mee naar school nemen waar er dan 's morgens in de kring over gesproken wordt. Ook wordt er weer een thema-tafel gemaakt waarop spulletjes komen te liggen die te maken hebben met het thema. De letter die gedurende het thema centraal zal staan is dit keer de letter K. Het is de bedoeling dat de kinderen zowel spulletjes meebrengen voor de thema-tafel als voor de letterplank.

PODIUMOCHTEND GROEP 7 EN 8

Woensdag 15 oktober worden de ouders van de leerlingen uit groep 7 en 8 uitgenodigd voor het bijwonen van de podiumochtend. De zaal is open om 11.30 uur.

SCHOOLKORFBALTOERNOOI

Afgelopen woensdag heeft een team van leerlingen uit groep 7 en 8 deelgenomen aan het jaarlijkse schoolkorfbaltoernooi in Zetten. Ondanks de dreigende voorspellingen was er een heerlijk zonnetje en liep iedereen te zweten.

Helaas duurde het toernooi te kort: elke wedstrijd werd beter gespeeld en werden de kansen groter.

Met als leuk eindresultaat in de laatste wedstrijd: gewonnen met 3-1. Helaas was dit niet genoeg om nog voor een finaleplaats te mogen strijden, maar we kijken terug op een geslaagde middag.

Anke Groeneveld, bedankt voor het coachen! De andere ouders bedankt voor de support en het vervoer! Fijn dat jullie er bij waren!

BUITENSPELEN Onder leiding van meester Daan hebben de leerlingen vorig schooljaar activiteiten/spelletjes geleerd, om op het schoolplein met elkaar te spelen. Ook hebben wij nieuwe materialen voor op het plein: tennisrackets, stelten, kleine goals linten, ballen, hockeysticks en springtouwen.

Memuna uit groep 5 heeft met touwtje springen maar liefst **69** keer, achter elkaar gesprongen .

*Waar kom jij zo laat vandaan?
Heb je met je vriendje om de hoek gestaan?
Hoeveel zoentjes heb je hem gegeven:
(springend;) 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 etc etc!*

Een topprestatie! Gefeliciteerd Memuna.



Onze Jarigen...

Gefeliciteerd!!

SEPTEMBER

26-09 Thomas Liethof

26-09 Jesarela Tentua

29-09 Iris Vonk

OKTOBER

1-10 Nesan Ali

5-10 Veerle Leeuw

7-10 Julia Henricus

10-10 Melissa Wevers

Agenda

28-09 Week van de Pauzehap

28-09 Mediatoren les 4

01-10 Sportclinic Gauswheer gr 7/8

05-10 Mediatoren les 5

06-10 Eetstijl

09-10 Penseelstreekje nr 4

Verandering op kalender

***Atletiekdag van 19 mei 2016
verschoven naar 2 juni 2016***