



# DE NIEUWSBRIEF 5

januari 2021

**Beste ouders,**

Hierbij ontvangen jullie de nieuwsbrief veel leesplezier.

- **Boekjes Naschoolse activiteiten**

Deze week hebben de kinderen de boekjes mee gekregen van de Naschoolse activiteiten. U kunt online uw kind(eren) aanmelden voor de activiteiten bij

[www.talentenprogrammaitilburgwest.nl](http://www.talentenprogrammaitilburgwest.nl)

De activiteiten starten 14 maart 2022, aanmelden kan tot vrijdag 18 februari 2022!

- **Rust in de klas; voorstellen**

Graag stel ik me even aan u voor. Mijn naam is Margo Heijkant, ontwikkelaar van de methode Rust in de Klas, (voormalig ) leerkracht, kindercoach en kinderyoga & mindfulness docent. Van januari tot en met april kom ik in de stamgroep van uw kind. Een kwartiertje per week.

Al 25 jaar werk ik met veel plezier met kinderen en jongeren. De afgelopen jaren viel me in toenemende mate iets op wat mij zorgen baarde.. Ik ontmoette steeds meer kinderen die aangaven last te hebben van stress- of spanningsklachten en overprikkeling. Dit uitte zich onder meer in fysieke klachten, (over)emotionaliteit en/of moeite met slapen.

Ik merk dat de behoefte bij kinderen aan rust en ontspanning steeds groter wordt in deze maatschappij vol uitdagingen, prikkels en verwachtingen. En dat het voor veel kinderen steeds lastiger wordt die rust te vinden.

Hoog tijd, vond ik, om daar wat aan te doen! Via de methode Rust in de Klas, leer ik kinderen en leerkrachten op een hele eenvoudige en praktische manier hoe ze binnen een paar minuten rust en ontspanning kunnen ervaren, zowel fysiek als mentaal. Dit leren ze onder meer via 'rustoefeningen': aandachts- en concentratieoefeningen, maar ook mindfulness en stilte oefeningen.

Ze leren daarbij hun aandacht naar **binnen** te richten en op die manier prikkels van buitenaf los te laten. Door dit dagelijks een aantal minuten per dag in de klas te 'trainen,' leert het kind steeds beter spanning of onrust bij zichzelf te herkennen en daarmee om te gaan. Concentratie en focus verbeteren en na zo'n 'reset' oefening kunnen kinderen weer met hernieuwde energie en aandacht aan het werk. Een kind in balans zit lekkerder in zijn/haar vel en kan zich op een gezondere manier verbinden met anderen. Rust als zelfzorgmoment: dat gun ik ieder kind!

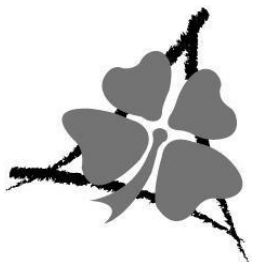
Meer weten? Kijk op:

[www.methoderustindeklas.nl](http://www.methoderustindeklas.nl)

**Deze maand in de Nieuwsbrief:**

- NSA boekjes en intekenen
- Rust in de klas; voorstellen
- Meet & Play Meet & Play
- Maat regelen Corona
- Voorstellen nieuwe medewerkers
- Human Kind; Beweegapp
- Bericht van de ouderkamer
- Vaste rubrieken zoals verjaardagen en agenda





## **Mededelingen vanuit de directie**

- **Meet & play weer op school vanaf 7-2-2022**

In de afgelopen periode heeft Meet & Play in afgeslankte vorm bij Wij West plaatsgevonden omdat er geen volwassenen in de school mochten.

Vanaf maandag 7 februari starten we weer met Meet & Play op school. We doen dat Coronaproof;

\*wie klachten heeft blijft thuis

\*we houden 1 ½ meter afstand van elkaar

\*we gaan zitten als we in het speellokaal zijn

\*we hebben een mondkapje op als we door de gangen lopen

\*ouders komen via de deur bij de peuteropvang binnen en gaan direct naar de speelzaal zij nemen ook weer de kortste weg naar buiten.

Fijn dat we ouders enukkies weer kunnen ontvangen!

- **Maatregelen Corona; groepsdoorbrekend werken, thuisonderwijs bij quarantaine**

Groepen hoeven niet meer in quarantaine. Kinderen met klachten blijven thuis en laten zich testen.

We kunnen weer wat versoepelen en terug naar onze oorspronkelijke manier van werken

- **Nieuwe medewerkers**

Vanaf januari zijn twee nieuwe medewerkers gestart op school. Antonie Bors, leerkracht ondersteuner in groep 7/8 en Mirte van Beusekom ter vervanging van Gwen Sengers in Kunst Atelier.

Hallo allemaal,

Mijn naam is Mirte, ik ben 29 jaar en docent Beeldend. Ik woon in Breda samen met mijn vriend Thomas. Op donderdag kom ik met de trein naar Tilburg. Je kunt mij dan vinden in het atelier bij Jeanne d'Arc. Ik maak in het atelier graag ruimte voor de eigen ideeën van de kinderen, het experiment en onverwachte ontdekkingen. Daarbij vind ik het belangrijk dat kinderen plezier beleven tijdens het beeldend werken en hoop ik ze mee te geven dat 'mislukken' net zo goed bij creëren hoort en ook heel waardevol is. Naast mijn werk bij Jeanne d'Arc werk ik in opdracht en geef ik onder andere het Peuter en Kleuteratelier bij de Nieuwe Veste in Breda.

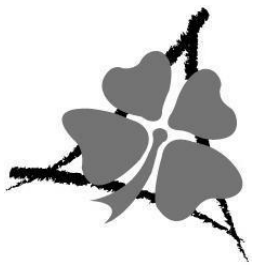
In mijn vrije tijd ga ik, het liefst met goed weer, samen met mijn vriend naar onze moestuin. Echt groene vingers heb ik alleen nog niet. Ook ben ik graag zelf beeldend bezig en leer ik om glas-in-lood ramen te maken. Tot slot vind ik het leuk om gezellig samen te zijn met familie en vrienden en ga ik er graag op uit om nieuwe steden en landen te ontdekken. Maar ik vind het ook fijn om thuis met een kop thee op de bank te zitten.

Tot ziens bij Jeanne d'Arc!

Mirte

Dag allemaal,

Mijn naam is Antonie. Afgelopen september startte ik mijn stage op de Jeanne d'Arc (bij de Akela's) en sinds januari is daar de rol als leerkrachtondersteuner bijgekomen. Ik ben 45 jaar oud en woon met mijn vriend en 2 dochters in



Tilburg. Ik heb eerst in de journalistiek/communicatie gewerkt en ben me nu aan het omscholen tot leerkracht. Een lang gekoesterde droom die uitkomt. Ik heb erg veel zin om, samen met Gaby, de tweede helft van dit schooljaar op een mooie/betekenisvolle manier in te vullen. Hopelijk zien we elkaar binnenkort weer *live*. Hartelijke groet, Antonie

• **Bericht van POV de Arc Humankind**

Bij deze wil ik jullie wijzen op onze app die gratis is te downloaden.

Hij is gemaakt door onze Bso kinderen voor kinderen en past nu prima in deze tijd denk ik samen afspreken, buiten!

Deel hem gerust binnen jullie scholen en verder zodat we alle kinderen weer aan het buitenspelen krijgen



[Beweeg-app Ziejezo! | Humankind](#)

## Hiep Hiep Hoera WE FELICITEREN.....

**Januari**

1 Arwa  
 1 Fadwa  
 2 Julia  
 8 Cengizhan  
 12 Ahmad  
 16 Akrem  
 19 Niyat  
 23 Li Yi  
 23 Justin  
 30 Enes

**Groep**

Groep 3/4 De Pandas  
 Groep 3/4 De Pandas  
 Groep 7/8 De Akela's  
 Groep 5/6 De Leeuwen  
 Groep 7/8 De Akela's  
 Groep 1/2 De Panters  
 Groep 1/2 De Panters  
 Groep 7/8 De Akela's  
 Groep 7/8 De Akela's  
 Groep 7/8 De Akela's

**Agenda**

28 februari t/m 4 maart	Voorjaarsvakantie

