

# Nieuwsbrief

Jaargang 57 nummer 9  
Volgende nieuwsbrief

Donderdag 19 mei 2022  
Woensdag 15 juni 2022

## Algemeen

### Insmeren

Op zomerse dagen willen we u vragen om, voordat de BSO/school begint, uw kind in te smeren met zonnebrandcrème.

## Opvang

### Unit 0

#### **Thema: Zonnetjesweek (30 mei t/m 3 juni):**

De Zonnetjesweek is een themaweek die plaats vindt bij kinderopvangorganisaties. Tijdens deze themaweek leren kinderen in de leeftijd van 0-4 jaar op een speelse en positieve manier over de zon en bescherming tegen de UV- stralingen.

### Insmeren met zonnebrand

Aan het einde van de week krijgen de kinderen een smeerdiploma. Hoe langer de zonnebrandcrème is ingetrokken, hoe beter deze bescherming biedt tegen de zon. U kunt ook eventueel een petje/hoedje meegeven. Mocht uw kind een eigen zonnebrandcrème hebben, wilt u deze dan meegeven? De kinderen worden gedurende dag regelmatig ingesmeerd. Dermatoloog Rick Hoekzema beantwoordt zeven vragen over de zon en de huid.

## Zonnebrand

### 1. Kun je je kind te vaak insmeren met zonnebrand?

'Zonnebrandcrème met factor 15 zorgt ervoor dat de aanmaak van vitamine D in de huid bijna volledig geremd wordt. Lange tijd werd daarom gedacht dat door veel smeren bij kinderen een ernstig tekort aan vitamine D zou kunnen ontstaan. Uit recent onderzoek blijkt echter dat dit onzin is. Een kind met blanke huidskleur maakt via zonlicht al binnen enkele minuten per dag de maximale hoeveelheid vitamine D aan. Even buiten spelen of naar school lopen of fietsen is al genoeg. Het gebruik van zonnebrandcrèmes tijdens een vakantie en in het weekend heeft hier geen invloed op. Bij kinderen met een donkere huidskleur is de aanmaak van vitamine D in de huid veel lager. Zij zijn voor voldoende vitamine D vooral afhankelijk van wat ze eten.'

### 2. Hoe ontstaat een vitamine D-tekort?

'Kinderen zitten op school en spelen vaak binnen. 's Winters schijnt de zon ook minder. Dan is het voor kinderen van belang om via het eten voldoende vitamine D binnen te krijgen. Helaas eten ze niet veel vis en daarom is het verstandig een vitaminesupplement te geven, zodat de aanbevolen dagelijkse dosis vitamine D in elk geval wordt gehaald.'

### 3. Wat is het risico van te weinig smeren?

'Een onbeschermd blanke huid verbrandt in de felle zon binnen twintig minuten. Dat komt vooral door UVB-stralen. UVB-filters zijn belangrijke bestanddelen van zonnebrandcrèmes. Dankzij deze filters kun je veel langer in de zon blijven zonder te verbranden. Het gevolg hiervan is echter ook dat je huid langer wordt blootgesteld aan UVA-stralen. Te veel UVA leidt niet alleen tot vroegtijdige huidveroudering maar blijkt ook bij te dragen aan het ontstaan van huidkanker.'

### 4. Hoe vaak moet je je kind insmeren?

Zeer regelmatig. Het gebruik van zonnebrandcrème bij kinderen is van groot belang. Wetenschappelijk is bewezen dat mensen die als kind regelmatig verbrandden door de zon, op latere leeftijd een groter risico op huidkanker hebben.

Kinderen van 4 tot 16 jaar moeten elke twee uur met 10 tot 30 ml per keer worden ingesmeerd, afhankelijk van de leeftijd en de grootte van het kind. Als je dus twee kinderen zo'n vijf keer per dag insmeert met 15 ml (een volle eetlepel), dan moet een volle fles zonnebrandcrème van 200 ml aan het eind van de dag voor driekwart leeg zijn. Dit gebeurt nooit, want er wordt (veel) te zuinig gesmeerd. In een wetenschappelijke studie bleek een zonnebrandcrème met factor 16 in het dagelijks gebruik hooguit factor 2 te halen.'

### 5. Is factor 15 niet meer dan genoeg?

'Nee, echt niet. Als je kind een erg licht huidtype heeft, moet altijd een product met een hoge factor worden gebruikt in combinatie met UV-werende badkleding. En zelfs bij kinderen met een donker huidtype kan het beste worden begonnen met een factor 30, waarna je later overstapt op factor 15.

De juiste manier om zonnebrandcrème aan te brengen, is 2 mg per vierkante centimeter smeren. De crème moet vijftien minuten tot een half uur intrekken. Op deze manier werkt een zonnebrandcrème met factor 30 twee keer zo beschermend als factor 15.'

### 6. Waar moet je op letten als je zonnebrand koopt?

'Het is belangrijk om een zonnebrandcrème te kiezen waar een UVB- en een UVA-filter in zitten en waarbij vermeld wordt dat de crème waterresistent of waterproof is. Uit een test van de Consumentenbond in 2009 bleek dat merk en prijs van de zonnebrandcrème niet veel uitmaken.'

### 7. Kan zonnebrand ook schadelijk zijn?

'De bekende A-merken die in Nederland verkocht worden zijn betrouwbaar en niet schadelijk.

Een allergische reactie op een van de bestanddelen (zoals parfum of conserveermiddel) komt een enkele keer voor, maar is nooit levensbedreigend. Er ontstaat dan binnen enkele dagen na gebruik een jeukende eczeemreactie met roodheid en kleine blaasjes. Uiteraard moet je dan overstappen op een ander product, bij voorkeur van een ander merk. Als je op vakantie bent in het buitenland, is het af te raden zonnebrandcrème aan te schaffen van een merk dat je niet kent.'

## Tips voor slim zonnen

1. Laat je kind niet van de ene op de andere dag in de volle zon. Bouw het geleidelijk op, dan krijgt de huid de kans om zich te verdikken.
2. Zorg voor een pet en bedekkende kleding, liefst wit katoen. Natte kleren laten meer zonlicht door dan droge kleding. Er bestaat zelfs UV-werende badkleding die er ook nog leuk uitziet.
3. Houd je kind tussen twaalf en drie uur uit de volle zon. Dan is de straling het hoogst.
4. Smeer je kind op zonnige dagen ook in als hij gewoon gaat buitenspelen. Vergeet z'n nek niet!
5. Welke huidtype heeft je kind?

### Huidtype 1

- Lichtblond of rood haar
- Groene of blauwe ogen
- Sproeten
- Een heel lichte huid die snel rood wordt als je die niet insmeert

### Huidtype 2

- Blond haar
- Lichte ogen
- Een lichte huid die rood wordt in de zon
- Huid wordt langzaam bruin

### Huidtype 3

- Donkerblond/bruin haar
- Donkere ogen
- Een blanke huid die rood wordt als je 'm niet insmeert
- Wordt in de zon bruin

### Huidtype 4

- Bruin of zwart haar
- Donkere ogen
- Een lichtbruine huid die bijna nooit verbrandt
- Wordt gemakkelijk bruin

### Huidtype 5

- Donkerbruin/zwart haar
- Donkere ogen
- Bruine huid die niet verbrandt
- Wordt gemakkelijk bruin

### Huidtype 6

- Donkerbruin/zwart haar
- Donkere ogen
- Donkerbruine huid die niet verbrandt
- Wordt gemakkelijk bruin

## Aanmelden voor school

Als uw kind overstapt van de babygroep naar de peutergroep, is dat alweer een volgende stap in de ontwikkeling die uw kind doormaakt, de stap richting het basisonderwijs. Binnen IKC Stella Nova is het mogelijk om makkelijk over te stappen van de kinderopvang naar het onderwijs op IKC Stella Nova. Voor ouders die gebruik maken van onze kinderopvang wordt automatisch een plekje gereserveerd op onze school. Dit plekje wordt gereserveerd totdat uw kind 2,5 jaar is. Als uw kind 2,5 jaar oud is en u heeft uw kind nog niet aangemeld bij onze school, dan kan het voorkomen dat er bij aanmelding van uw kind geen plekje meer beschikbaar is.

## Wat moet u doen om uw gereserveerde plekje definitief te maken?

1. Neem contact op met de directie van onze school om een kennismakingsgesprek aan te vragen. Tijdens dit kennismakingsgesprek krijgt u informatie over het onderwijs op IKC Stella Nova en wordt u rondgeleid door onze school. U krijgt de kans om al uw vragen te stellen. U kunt contact opnemen door te mailen naar [directie@ikcstellanova.unicoz.nl](mailto:directie@ikcstellanova.unicoz.nl) of te bellen naar 079-3169184.
2. Aan het eind van het kennismakingsgesprek, krijgt u een map met formulieren mee naar huis. Om uw plek definitief te maken, moet u het aanmeldingsformulier ingevuld op school inleveren. Dit moet u doen voordat uw kind 2,5 jaar is. Op dat moment wordt uw kind automatisch geplaatst op onze school. Als u het ingevulde aanmeldingsformulier inlevert nadat uw kind 2,5 jaar geworden is, dan wordt uw kind niet automatisch geplaatst en krijgt u na een aantal weken te horen of uw kind alsnog geplaatst kan worden.

We begrijpen dat het best moeilijk kan zijn om vrij vroeg al een keuze voor een basisschool te moeten maken. Het is echter zo dat veel ouders hun kind op onze school willen aanmelden. Omdat u al gebruik maakt van onze kinderopvang, vinden we het niet meer dan logisch om u voorrang te geven boven andere ouders die geen gebruik maken van onze kinderopvang. Echter is het voor onze planning en organisatie van belang tijdig te horen of u wel of niet gebruik wil maken van uw gereserveerde plekje op onze school.

Mocht u vragen hebben, neem dan contact op met Angelique (manager kinderopvang), Eelco of Heleen (directie onderwijs) of met één van de pedagogisch medewerkers van de peutergroepen.

## BSO

### Welkom!

We verwelkomen Vince, Mayon en David als gele sterren. Daarnaast zijn Evan, Riley, Parisa, Danique, Kyra en Lianne gepromoveerd tot blauwe sterren. Welkom allemaal!

### Meivakantie

Wat hebben we een gezellige meivakantie gehad! We hebben uitstapjes gemaakt naar de bioscoop en Bevrijdingsdag gevierd! Daarnaast scheen de zon ook heerlijk, dus hebben we daar ook nog eens van mogen genieten. We kijken terug op een geslaagde meivakantie.

### Reservekleding en warme weer

We merken dat het zomerse weer er weer aan komt en dat betekent dat wij wel eens wateractiviteiten uitvoeren. Hiervoor is het handig dat de kinderen standaardreserve kleding bij zich hebben, zodat de kinderen zich kunnen omkleden als dit nodig is. Wij zullen de kinderen bij mooi weer goed insmeren, wilt u dit dan ochtends doen? Zo zorgen we voor een optimale zonbescherming!

### **Afmelden / aanvragen**

Mocht(en) uw kind(eren) niet komen op een bepaalde BSO middag dan vragen wij u ervoor te zorgen dat ze zijn afgemeld in ons systeem. Zo komen er weer plekjes vrij op een middag. Daarnaast worden er verschillende aanvragen gedaan voor bepaalde dagen, wij doen ons best om deze zo snel mogelijk te behandelen. De aanvraag kan altijd op het laatste moment worden goed- of afgekeurd i.v.m. ruimte op de groep.

### **Laatste mededelingen:**

Wij herinneringen u graag aan de huidige maatregelen die (ook dit schooljaar nog) bij ons gelden:

- Kinderen worden nog steeds gebracht en gehaald aan de achterzijde van het gebouw.
- Voor de actuele regels omtrent klachten etc. verwijzen wij u door naar het RIVM:

<https://www.rivm.nl/coronavirus-covid-19/kinderen>

### **Reservekleding**

Een aantal maanden geleden deden wij een oproep voor reservekleding. Nu hebben wij echter zoveel reservekleding ontvangen, dat we volledig vol zitten! We willen jullie daarom bedanken en direct vragen om geen overgebleven kleding meer te geven. U kunt kleding die niet gedragen wordt natuurlijk wel altijd doneren in de kledingbak voor ons gebouw!

### **Laarzen en kleding voor het buiten spelen**

Door ons avontuurlijke plein wil het nog wel eens voorkomen dat uw kind een beetje vies wordt van de modder. Om vieze kleding in het vervolg te voorkomen willen we u vragen om extra laarzen en/of kleding mee te geven zodat de kinderen deze kunnen aantrekken bij het buiten spelen!

### **Ophaal- en brengmoment BSO**

Tijdens ons wekelijkse overleg hebben wij een belangrijk punt besproken; het ophaal- en brengmoment op de BSO. Ondanks dat de coronamaatregelen versoepeld zijn, hebben wij toch besloten en ophaal- en brengmoment zo te houden als we het nu doen. Dat houdt in;

- Kinderen worden opgehaald en gebracht aan de achterzijde van het gebouw, dit geldt ook voor de ouders die ook kinderen hebben op het KDV.
- Ouders ontvangen een overdracht en de medewerkers zorgen dat de kinderen worden klaargemaakt.
- Mocht het slecht weer zijn, kunt u altijd even bellen met de vraag of wij uw kind alvast willen klaarmaken, zodat u direct door kan.

## Onderwijs

### Studiedagen en vrije dagen

Dinsdag 7 juni – alle leerlingen vrij

Vrijdag 8 juni - alle leerlingen vrij (in geval van calamiteiten wordt dit een gewone lesdag)

Donderdag 26 mei en vrijdag 27 mei – Hemelvaart

Maandag 6 juni – Pinksteren

### Inschrijven broertjes en zusjes

We willen u vragen om de jongere broertjes en zusjes van onze leerlingen zo snel mogelijk in te schrijven. Er zijn op dit moment meer inschrijvingen dan we kunnen plaatsen en we willen broertjes en zusjes graag verwelkomen.

### Schoolbezoeken

Op 19 mei komt de Raad van Toezicht (RvT) van de Unicoz kijken op IKC Stella Nova. De RvT houdt toezicht op het schoolbestuur. Zij zijn uiteraard geïnteresseerd hoe het op alle Unicoz-scholen gaat. Wij laten ze dan ook graag onze school zien!

Op vrijdag 20 mei komt er ontwikkelteam uit Hoofddorp op bezoek. Zij zijn een nieuwe school aan het oprichten en zijn op zoek naar inspiratie.

### Meester- en juffendag

Op woensdag 25 mei vieren we de meester- en juffendag. Alle medewerkers van IKC Stella Nova vieren op deze dag hun verjaardag!

### Schoolreisje

Op woensdag 22 juni gaan we op schoolreisje!

De kinderen van groep 1-2 gaan naar de westerpret speeltuin in het Westerpark.

De kinderen van groep 3-8 gaan naar Duinrell.

U wordt hierover via een aparte brief verder geïnformeerd.

## Schooltandarts

Beste ouders / verzorgers,

Onze Dental Car komt op 09-06-2022 en 16-06-2022 langs voor de halfjaarlijkse controle van de kinderen die bij ons patiënt zijn.

- Wij halen de kinderen uit de klas en geven een kaartje mee waarop onze tandarts de bijzonderheden neerzet.
- Kinderen uit groep 1 en 2 worden altijd met ouder in de Dental Car verwacht (afspraak plannen wij vooraf in), deze ouder neemt zelf zijn/haar kind mee naar de Dental Car.
- Ouders die hebben aangegeven altijd bij de controle aanwezig te willen zijn, krijgen ook vooraf een ingeplande tijd en nemen zelf hun kind mee naar de Dental Car.

Als er een behandeling nodig is, geven wij direct een afspraakdatum mee. Wij zullen deze afspraakdatum ook per mail aan u bevestigen. Komt de afspraak niet uit, dan kunt u deze verzetten door te bellen met 079-34 22 877. LET OP: behandeling vindt plaats op onze locatie Denemarkenlaan 2. In verband met Covid halen wij geen kinderen voor behandeling op ons behandelcentrum, u wordt dan dus met uw kind verwacht op ons behandelcentrum.

TIP: Vraag het tandartskaartje aan uw kind op de dag dat uw kind bij de Dental Car is geweest.

Bij wijziging van uw emailadres of telefoonnummer graag zo spoedig mogelijk doorgeven via [info@jtv-zoetermeer.nl](mailto:info@jtv-zoetermeer.nl)

Met vriendelijke groet,

Diana Boersma en Jolanda de Ruiter  
Tandarts-assistentes & Planning Dental Car  
[dentalcar@jtv-zoetermeer.nl](mailto:dentalcar@jtv-zoetermeer.nl)



Denemarkenlaan 2  
2711 EL Zoetermeer  
079 – 34 22 877 op werkdagen telefonisch bereikbaar van 9.00 – 12.00 en van 13.00 – 15.00 uur  
[www.jtv-zoetermeer.nl](http://www.jtv-zoetermeer.nl)

## Nieuws uit Unit 1

### *Nieuwe leerlingen*

Deze maand verwelkomen we Liyana en Emilia in de instroomgroep. We wensen hen een fijne tijd op onze school.

### *Thema:*

De komende weken werken we over het thema de dierentuin. De kinderen zijn enthousiast begonnen met het maken van verschillende dieren bij het knutselen en het schrijfdansen. Ook hebben we al veel mooie prentenboeken over dit thema. Mocht u thuis nog een mooi dierenboek hebben dan mag uw kind het mee naar school nemen zodat de juf het kan voorlezen.

### *Schaduwdoek*

Afgelopen dinsdag is er een schaduwdoek boven de zandbak geplaatst. Voor de meivakantie heeft meester Gerard ook 2 platanen op het plein geplant. Door deze aanpassingen op het plein hopen we meer schaduwplekken te creëren.

## Nieuws uit Unit 2

### *Thema*

Tot aan de zomervakantie gaan we werken over het thema 'Kunst'. De kinderen maken bij de creatieve lessen in dit thema kennis met verschillende kunstenaars en kunststromingen.

In de wereldoriëntatie lessen maken de kinderen een spel, zoals memory, domino of kwartet. Het is namelijk een hele kunst om een goed spel te maken dat er goed uit ziet, speelbaar is en hergebruikt kan worden.

### *Hulp*

Afgelopen periode zijn wij tijdens het thema 'Dieren' goed geholpen door meerdere ouders. Deze ouders kwamen ons helpen met de wereldoriëntatie lessen en/of creatieve lessen. Deze hulp vragen wij via Parro. Mocht u het ook leuk vinden om een keer te helpen, houd dat Parro in de gaten.

## Nieuws uit Unit 3

### *Praktisch verkeersexamen*

De leerlingen van groep 7 hebben op donderdag 2 juni hun Praktische verkeersexamen. Daarover is informatie via de mail gestuurd door meester Filemon. Lees dit a.u.b. goed!

### *Groep 8 einde schooljaar*

Voor groep 8 breekt een bijzondere tijd aan... De laatste loodjes van de basisschool! Naast de lessen, zijn wij ook begonnen met het instuderen van de musical. Elke week zullen we een aantal scènes op school oefenen en is het aan de kinderen om hun tekst, de liedjes en wellicht zelfs dansjes eigen te maken. Ze zijn heel enthousiast gestart en we gaan er samen iets gaafs van maken! Op 1 juli zullen we de generale musical tijdens schooltijd oefenen, maar voor de gezinnen van de leerlingen uit groep 8; houd 4 juli vanaf 19.00 uur alvast bezet in jullie agenda! De uitnodiging volgt! Op 5 juli zijn de leerlingen van groep 8 in de ochtend vrij. In de middag verwachten wij hen op school om alles van de musical op te ruimen en hun eigen spullen te verzamelen. Daarna nemen wij met de hele school afscheid om 14.30 uur. Wees welkom op het plein voor school.



## Agenda voor de komende weken:

Datum	Activiteit
Maandag 16 mei	OR + MR-vergadering
Dinsdag 17 mei	Juf Manouk 's middags afwezig. Meester Eelco en juf Heleen vervangen.
Woensdag 18 mei	Meester Eelco en juf Heleen afwezig
Donderdag 19 mei	Schoolbezoek Raad van Toezicht
Vrijdag 20 mei	Schoolbezoek Buitenplaats Nassaupark
Dinsdag 24 mei	Juf Manouk afwezig, meester Eelco vervangt.
Woensdag 25 mei	Meesters-en juffendag
Donderdag 26 mei en vrijdag 27 mei	Hemelvaart -alle leerlingen vrij
Maandag 30 mei	Juf Marieke afwezig
Maandag 6 juni	2 <sup>e</sup> Pinksterdag – alle leerlingen vrij
Dinsdag 7 juni	Studiedag – alle leerlingen vrij
Woensdag 22 juni	Culturele dag – schoolreis
Donderdag 2 juni	Praktisch verkeersexamen groep 7
Dinsdag 5 juni	Overglijden groep 3 en 5, wennen in de nieuwe basisgroepen. Laatste schooldag groep 8.
Woensdag 6 juni	Groep 8 vrij
Donderdag 7 juni	Groep 8 vrij
Vrijdag 8 juli	Calimiteitendag – alle leerlingen vrij

# Scheidingspunt Zoetermeer

## ScheidingsATLAS

### Kortdurend groepsprogramma over ouderschap na scheiding



Ben je een gescheiden vader of moeder en wil je jouw ervaringen delen met andere ouders of tips krijgen over ouderschap na scheiding?  
Dan is de training ScheidingsATLAS iets voor jou!

#### Wat is ScheidingsATLAS?

- Kortdurende training
- Speciaal ontwikkeld met en voor gescheiden ouders ter ondersteuning van ouderschap na scheiding
- Begeleiding in groepen
- Twee bijeenkomsten van 3 uur
- De groep bestaat uit 6-15 deelnemers
- De bijeenkomsten worden gegeven door 2 trainers

**Wanneer:** Maandag 9 mei en maandag 30 mei 2022

**Tijd:** 19.00-22.00 uur

**Locatie:** Dorpsstraat 200, Zoetermeer

**Kosten:** Gratis

**Doel van de training:** Deze training heeft als doel gescheiden ouders te informeren en in hun kracht te zetten. Ook biedt het duidelijke handvatten gericht op ondersteuning van kinderen en communicatie met de andere ouder.

#### Aanmelden en contact:

De groep wordt aangeboden door Scheidingspunt Zoetermeer, in samenwerking met het Kenniscentrum Kind en Scheiding.

Voor aanmelden en/of meer informatie kun je contact opnemen met:  
Margo Zandbergen  
[m.zandbergen@kwadraad.nl](mailto:m.zandbergen@kwadraad.nl) , 06-46627773 (ma en di)

Contact met het Scheidingspunt Zoetermeer via het:

Meerpunt Infooppunt  
Stadhuisplein 1  
2711 EC Zoetermeer

079- 331 0325  
06- 25 70 77 31 (WhatsApp)  
[meerpunt@zoetermeer.nl](mailto:meerpunt@zoetermeer.nl)



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



Nieuwsbrief schoolmaatschappelijk werk mei '22. Thema klimaatverandering

Beste ouders/verzorgers,

Volgens veel wetenschappers heeft klimaatverandering grote gevolgen voor de toekomst. De meeste landen van de wereld zien de ernst in van de klimaatverandering en nemen daarom maatregelen om de opwarming van de aarde zoveel mogelijk te beperken. Dat geldt ook voor Nederland. Kinderen leven dan ook in een tijd waarin er veel gaat veranderen: het klimaat, de manier waarop Nederland is ingericht en draait, en de manier van leven.

#### **Hoe praat ik met mijn kinderen over klimaatverandering?**

Er zijn geen algemene richtlijnen voor wat je op welke leeftijd wel of niet bespreekt. Elk kind is anders, maar elk kind heeft gedachten en gevoelens over de dingen die om hem of haar heen gebeuren. Er zijn een aantal dingen waar je op kunt letten als je met je kind gaat praten over een onderwerp dat sterk speelt.

- Praat eerlijk over de situatie: Voelt je kind zich angstig na het zien van beelden van overstromingen, bosbranden of smeltende ijskappen? Zeg dan niet: 'Je hoeft niet bang te zijn'. Daarmee ga je voorbij aan de gevoelens van je kind. Laat juist weten dat het normaal is om je zo te voelen na het zien van deze beelden op het Jeugdjournaal en dat het normaal is dat je je zorgen maakt over het klimaat, en je je angstig of juist boos voelt.  
Tip: <https://jeugdjournaal.nl/artikel/2276555-wat-te-doen-met-vervelend-nieuws.html?ext=html>
- Blijf kalm: Blijf zelf ook kalm en houd het simpel. Geef eerlijk antwoord op de vragen die je kind stelt, op een manier die past bij de leeftijd en belevingswereld. Geef ook hoop: 'Ja, het is een probleem, maar heel veel belangrijke mensen werken aan een oplossing'.
- Stel open vragen: Wat weet jouw kind van klimaatverandering? Wat heeft hij of zij gehoord over de link met overstromingen, bosbranden, hittegolven? Luister niet alleen naar wat het kind zegt, kijk ook wat je ziet: Soms zegt het kind dat het zich geen zorgen maakt, maar zie je in de lichaamstaal iets anders gebeuren. Dit mag je benoemen.
- Vertel hoe jij zelf met angstige gevoelens omgaat: zoek afleiding, maar geef ook handvatten hoe je als kind iets kunt bijdragen. Sommige kinderen willen graag iets kunnen doen, al is het maar om iets positiefs tegenover de zorgen te stellen.
- Ontspan: Je zorgen maken is niet erg. Het is normaal en het kan ook verstandig zijn, maar dat houd je alleen vol als je je ook ontspant. Vraag dus ook naar de leuke dingen die je kind kan doen. Het is ook gezond om even een tijdje geen nieuws te zien.

Klimaatverandering kan kinderen bezorgd of angstig maken. Sommige kinderen worden hierdoor tegendraads, anderen trekken zich juist terug of slapen slecht, weer anderen laten een mix van dit soort dingen zien. De tips die hierboven staan nemen de zorgen of de angst wellicht niet helemaal weg. Die gevoelens horen nu eenmaal voor veel kinderen bij dit onderwerp maar de tips maken het

hopelijk wel gemakkelijker om ermee om te gaan. Loop je hier als ouder toch tegenaan, of heb je na het lezen van deze nieuwsbrief nog vragen, schroom dan niet om contact met SMW te zoeken.

Meer informatie over dit onderwerp: <https://www.nji.nl/klimaatverandering>

Vriendelijke groeten,

Stephanie Vingerling (school maatschappelijk werker)

Werkdagen: maandag t/m vrijdag

[s.vingerling@schoolformaat.nl](mailto:s.vingerling@schoolformaat.nl)

0629648516



# het Zomerkamp

nicolaas parochie zoetermeer



Beste ouders/verzorgers,

Van **zaterdag 9 juli t/m zaterdag 16 juli 2022** gaat Het Zomerkamp van de Nicolaasparochie op zomerkamp! Onze bestemming is Het Woldhuis in Apeldoorn en uw kind kan met ons mee!

## Wie zijn wij?

Het Zomerkamp Nicolaasparochie is in 1997 opgericht en sinds die tijd gaan we met 50 kinderen en 12 enthousiaste vrijwilligers de eerste week van de zomervakantie, met veel plezier, op zomerkamp. Onze organisatie is een zelfstandige vrijwilligersorganisatie verbonden aan de Nicolaasparochie te Zoetermeer. Wij gaan elk jaar naar een andere locatie en bedenken ook elk jaar een ander spelprogramma dat gebaseerd is op een thema (bijv. Robin Hood, Circus, Olympische Spelen etc.). Wij reizen per bus naar een gezellige kampeerboerderij, die van alle gemakken is voorzien. Voor een indruk van de kampeerboerderij, waar wij dit jaar naar toe gaan, zie [www. ivn.nl](http://www.ivn.nl).

## Voor wie?

De leeftijd van de deelnemers is 7 t/m 15 jaar. De groep is opgedeeld in een A-kamp, de kinderen, in de leeftijd, van 7 t/m 11 jaar (groep 3 t/m 7) en een B-kamp, de kinderen, in de leeftijd, van 12 (groep 8) t/m 15 jaar. De kinderen van het A-kamp hebben een ander spelprogramma dan de kinderen van het B-kamp, maar er zijn ook momenten dat we gezamenlijk een spel spelen.

Beide kampen worden in kleinere vaste groepjes ingedeeld en elk groepje heeft voor de hele week een vaste groepsleider.

#### **Wat gaan wij doen tijdens de kampweek?**

Wij spelen leuke, sportieve en spannende spellen in het bos en op het veld bij de kampeerboerderij, gaan lekker zwemmen, er wordt geknutseld, we bouwen een gezellig kampvuur en natuurlijk een knalfeest op de bonte avond. De kookstaf zorgt iedere dag voor een heerlijke maaltijd. Vanwege onze katholieke achtergrond schenken we ook aandacht aan het geloof tijdens ons kamp, o.a. in een zelfgemaakte kampviering op zondag.

#### **Corona**

Voor hoe wij omgaan met eventuele coronamaatregelen in de periode dat wij op kamp gaan, verwijzen wij naar onze website.

#### **Inschrijving**

Wij vinden het superleuk als uw kind(eren) met ons meegaat. Op onze website [hetzomerkamp.nl](http://hetzomerkamp.nl) vindt u uitgebreide informatie over het zomerkamp met o.a. het inschrijfformulier en onder het kopje 'leidingteam' stellen we ons graag aan u voor, zodat u een idee krijgt van wie wij zijn. Bovendien organiseren wij een paar weken voor vertrek een kampspreekuur waarin u en uw kind(eren) kennis kunnen maken met het leidingteam.

De kampprijs bedraagt € 139,50 per deelnemer.

Als u nog vragen heeft, neem dan contact op met [info@hetzomerkamp.nl](mailto:info@hetzomerkamp.nl).

Heel graag tot ziens!  
Het Leidingteam.

