

# Lees Mij !

**Beste ouders/verzorgers,**

Voor u ligt de laatste Lees Mij van dit jaar. Hierin staat informatie over de Inloopavond met aansluitend de kerstbingo voor het goede doel, het thema 'Ben je in vorm' en Kinderen en slaapproblemen. In de bijlage staat nieuws over het Kind Expertise Centrum.

Veel leesplezier!

Frans Toll



- **Inloopavond en kerstbingo voor het goede doel**

Donderdag 20-12-2018 is de inloopavond en aansluitend de kerstbingo.

De inloopavond begint om 18.00 uur. Na het bezoek aan de klas van uw kind, bent u vanaf 18.30 uur welkom in de koffiekamer om aan de bingo deel te nemen.

Bij binnenkomst ontvangt u bingokaarten en voor ieder een consumptiebon.

Bij de entree treft u, bij de kerstboom, 2 dozen aan waarin u een vrijwillige bijdrage kunt geven voor de Clini Clowns en/of Jantje Beton.

De vraag naar bingoprijzen heeft een overweldigende hoeveelheid prijzen opgeleverd. Hartelijk dank daar voor!!

Wij rekenen op een gezellige avond!

- **Thema 'Ben je in vorm'**

De afgelopen periode hebben de klassen van de Midden- en bovenbouw gewerkt aan het thema 'Ben je in vorm'. Een aantal klassen hebben een bezoek gebracht aan 2 echte sportscholen. Dit waren **Lifestyle Healthcenter Gennep** en **Fitland Gennep**. De kinderen hebben hier kennis gemaakt met krachttraining en cardio. Er zaten zeker sterke kanjers tussen! Bij Fitland in Gennep hebben de kinderen de conditie getest door te spinnen op muziek. Bij deze willen we de 2 sportscholen bedanken voor hun gastvrijheid.

- **Kinderen en slaapproblemen**

Iedereen heeft wel eens een nacht niet goed geslapen. Dat is bij kinderen niet anders. Maar kinderen vormen wel de grootste groep van alle slapelozen. Bij wel 30% van de kinderen tussen de 0-18 jaar komen slaapproblemen voor. Dat is best veel.

Een kind dat slecht slaapt, kan veel verschillende klachten krijgen: Slechte slaapgewoontes (bijv. telkens uit bed komen, in de nacht bij ouders gaan liggen, enz.), humeurig zijn, snel verdrietig, angstig, depressief, overgewicht, diabetes, concentratieproblemen, verminderde leerprestaties, gedragsproblemen en/of een verstoord bioritme.

Een goede nachtrust is dus belangrijk voor kinderen. **Slaap-oefentherapie** kan het kind met slaapproblemen helpen om weer een normaal slaappatroon te krijgen en zich weer energiek voelen. De aanpak voor Slaap-oefentherapie is gericht op het kind, maar ook ouders worden actief betrokken tijdens de behandeling.

Ouders krijgen een scholing over kinderslaap, slaapedrag en slaapgewoontes en ze worden begeleid om samen met het kind ontspanningsoefeningen te doen. Zij brengen uiteindelijk het kind naar bed en kunnen het kind structuur geven aan de dag en de nacht.

Het kind leert hoe die zich beter kan ontspannen (zowel in de nacht als op de dag) en hoe die zijn hoofd stil kan krijgen, waardoor hij/zij weer de rust voelt om in te kunnen slapen.

Rozemarijn van Amstel, de kinderoefentherapeut op De Piramide, is ook Slaap-oefentherapeut.

Zijn er vragen over slaap dan kunt u altijd contact opnemen met haar via [info@mensendieckgennep.nl](mailto:info@mensendieckgennep.nl) of 0485-517140.



Gennepe, 18 december 2018

### Nieuws over Kind Expertise Centrum: Tijdelijke huisvesting tijdens bouw KEC Picardie

Beste teamleden en ouders / verzorgers,

Nu bekend is waar het Kind Expertise Centrum (KEC) gaat komen en wat de omvang wordt van het nieuwe gebouw kunnen we afspraken maken over de tijdelijke huisvesting. Een deel van de leerlingen zal namelijk in de periode dat gesloopt en gebouwd wordt tijdelijk verhuizen naar een andere locatie. Daar blijven ze totdat de nieuwbouw klaar is.

Het uitgangspunt is de tijdelijke huisvesting te organiseren in bestaande gebouwen, waar nu al onderwijs of opvang wordt geboden.

#### Hoe gaan we het doen

De directeuren, hun schoolbesturen, Spring Kinderopvang en de gemeente hebben gekozen voor de volgende aanpak:

- ✓ Spring Peuterspeelzaal verhuist naar Spring de Paddenstoel (Kleermakersgroes);
- ✓ Spring BSO blijft in de Maria Gorettischool (verhuist intern);
- ✓ SO Mikado betreft drie lokalen in de Maria Gorettischool;
- ✓ Elckerlyc verhuist in zijn geheel naar het voormalige gebouw van SO Mikado (Stiemensweg);
- ✓ De Piramide en de Maria Gorettischool blijven op hun huidige locatie.

#### Wanneer

In enkele gebouwen zijn bouwkundige aanpassingen nodig. De scholen maken daarvoor zelf een programma van eisen en bespreken dit met de gemeente. Als de betrokken partijen het eens zijn over de werkzaamheden, kan gestart worden met de uitvoering.

Zoals het er nu naar uitziet, vindt de verhuizing naar de tijdelijke locaties plaats in de zomervakantie van 2019.

