

NIEUWSBRIEF NOVEMBER 2024



**praktijkschool
westfriesland**

STICHTING TRIGOON

LOCATIE STEDE BROEC

foto: Keano 3C

VAN DE DIRECTIE

Beste ouder(s), verzorger(s)

De herfstvakantie ligt alweer achter ons! We hopen dat iedereen heeft genoten van een ontspannen vakantie. Helaas zijn de herfst- en wintermaanden vaak ook de maanden waarin verkoudheid en griep de kop opsteken. Dit brengt voor onze organisatie altijd wat extra uitdagingen met zich mee. We doen ons uiterste best om eventuele lesuitval zoveel mogelijk te beperken en de continuïteit in de lessen te waarborgen.

Eind november beginnen bij ons op school de IOP-
weken (Individueel Ontwikkelp^lan). Tijdens deze weken evalueren we de ontwikkeling samen met uw kind, stellen we nieuwe doelen, en kijken we samen naar wat het komende periode nodig is om verder te groeien. U krijgt hierover binnenkort meer informatie van de mentor van uw kind. Wij moedigen u ook van harte aan om uw vragen en opmerkingen samen met uw kind te bespreken en te delen tijdens deze gesprekken, zodat we samen het beste uit de begeleiding kunnen halen. Wij doen het tenslotte samen!

Met de dagen die korter worden en de bladeren die van de bomen vallen, hopen we dat november ons nog vele mooie, zonnige herfstweken zal brengen. We gaan door met boeiende activiteiten en projecten, zowel binnen als buiten de klas, die bijdragen aan de persoonlijke ontwikkeling van onze leerlingen.

Wij kijken uit naar een fijne en leerzame periode samen met uw kind en wensen u een mooie novembermaand toe!

Met vriendelijke groet,

Wieneke Roossien & Jochem Pennekamp



Donderdag 21 november



Op donderdag 21 november van 13.00 tot 20.00 uur vindt de eerste Fancy Vintage Fair plaats op basisschool De Tweemaster, georganiseerd door Praktijkschool WestFriesland en De Tweemaster. Deze bijzondere samenwerking is niet alleen een festijn voor ouders met kinderen van 0-12 jaar, maar ook een betekenisvolle stap richting maatschappelijke betrokkenheid. In een tijd waarin de feestdagen om de hoek staan en de kosten voor cadeautjes en kleding snel oplopen, willen we gezinnen met een klein budget de kans geven om op een duurzame manier in hun behoeften te voorzien.

De fair biedt een breed scala aan tweedehands kleding en speelgoed, allemaal zorgvuldig geselecteerd en klaargemaakt door de leerlingen van beide scholen. Deze leerlingen krijgen niet alleen de kans om praktische vaardigheden te ontwikkelen, maar ze dragen ook bij aan een waardevol gemeenschapsproject. Daarnaast zijn er steeds meer ouders die ervoor kiezen om tweedehands te kopen vanuit een milieu- en budgetbewust perspectief. Het is echter vaak een uitdaging om deze items te vinden zonder eindeloos online te moeten zoeken. Met de Fancy Vintage Fair brengen we de mogelijkheid dichtbij en creëren we een sfeervolle markt waar ouders kunnen genieten van de zoektocht naar unieke spullen.



HET
VERGETEN
Kind



De samenwerking tussen Praktijkschool WestFriesland en De Tweemaster onderstreept de gedeelde visie dat elk kind een plek verdient om te leren en zich te ontwikkelen. Praktijkonderwijs is meer dan alleen regulier voortgezet onderwijs; het bereidt leerlingen voor op de maatschappij, en dat doen we samen. Op De Tweemaster wordt deze visie verder versterkt door ook aandacht te besteden aan de sociale en emotionele ontwikkeling van kinderen.

Tijdens de fair is er niet alleen ruimte voor het kopen van mooie items. Stichting Iedereen telt mee zal aanwezig zijn om informatie te verstrekken over ondersteuningsmogelijkheden binnen de gemeente Enkhuizen. Daarnaast kunnen bezoekers gratis menstruatieproducten ophalen, waarmee we ook een bijdrage leveren aan de toegankelijkheid van essentiële benodigdheden voor iedereen.

De opbrengst van de Fancy Vintage Fair gaat naar Stichting Het Vergeten Kind, die zich inzet voor kinderen die opgroeien in onveilige of onzekere situaties. Op deze manier combineren we het plezier van winkelen met een kans om iets terug te geven aan de samenleving.

Tweedekans kleding en speelgoed kan ingeleverd worden bij kledingwinkel Enjoy van De Praktijkschool in Grootebroek of OBS De Tweemaster in Enkhuizen.

We nodigen iedereen uit om op 21 november langs te komen, samen te snuffelen tussen de vintage schatten, en een bijdrage te leveren aan een mooiere, duurzame toekomst voor onze kinderen. Laten we samen zorgen voor een feestelijke sfeer waarin we elkaar ondersteunen en een verschil maken.

Gezond eten voor pubers



Gezond eten is belangrijk. Daardoor blijven jongeren gezond. Gezonde jongeren kunnen beter leren op school. Een paar feiten op een rij:

- Gezond eten geeft jongeren de energie om te groeien, leren en te bewegen.
- Door een gezond ontbijt en een gezonde lunch kunnen jongeren zich beter concentreren op school.
- Een leefstijl met veel ongezond eten, leidt sneller tot problemen als psychische klachten, pesten en lichamelijke problemen als overgewicht en diabetes.
- Voor jongeren is het heel verleidelijk om (samen) ongezonde dingen te kopen als chips, snoep of saucijzenbroodjes. Het goede voorbeeld thuis en op school werkt.

Wat is nou een gezonde broodtrommel?

Een gezonde broodtrommel bestaat uit:

- Bruine (liefst volkoren) boterhammen, besmeerd met halvarine of margarine
- Gezond broodbeleg
- Wat groente of fruit
- Halfvolle melk, karnemelk of sojamelk. Water of thee zonder suiker kan ook.

Wat is gezond broodbeleg:

- Zuivelproducten: 20+ en 30+ kaas, hüttenkäse, zuivelspread, verse geitenkaas
- Ei
- Pindakaas of notenpasta van 100% pinda's of noten, zonder zout of suiker
- Hummus
- Vis zoals zalm, makreel, forel, tonijn of haring
- Groente en fruit, zoals tomaat, komkommer, paprika, radijs, rucola, avocado, banaan, appel, peer, vijgen en aardbei.

Natuurlijk is een boterham met iets zoets of vleeswaren ook lekker. Uit deze belegsoorten kun je ook kiezen, maar wel minder vaak (advies is 1x keer per dag):

- Kipfilet, ham, boterhamworst, kalkoenfilet, knakworstje
- Salades op brood zoals komkommersalade, eiersalade
- (Halva)jam, vruchtenhagel, appelstroop, honing, hagelslag, vlokken

Hoeveel boterhammen moet je nu meegeven?

Niet elke jongere eet evenveel. Hoeveel eten pubers nodig hebben hangt af van lengte en gewicht, groeispuurt, sporten en bewegen. Voor een advies op maat, kan altijd contact gezocht worden met de jeugdverpleegkundige op school.

- Voor meiden vanaf 14 jaar geldt: 3-5 boterhammen per dag
- Voor jongens vanaf 14 jaar geldt: 6-8 boterhammen per dag.

Meer informatie, tips, opvoedtips of een advies op maat?

Kijk op: <https://www.voedingscentrum.nl/nl/zwanger-en-kind/pubers/gezond-eten-en-gewicht.aspx> Of stuur een mail naar lsijkerman@ggdhn.nl jeugdverpleegkundige op de Praktijkschool.





Rijke Schoolomgeving West-Friesland



Hard gewerkt

25 ! stapeltjes
van 7 vlaggetjes



We zijn met de interne stage (PPP) hard bezig voor de kerst productie voor winkel "Puur & Gifts" van de Baanbreker in Enkhuizen. Katie is druk bezig om een mooie vlaggenlijn in elkaar te knutselen] en Marilene maakt hele mooie knuffels.

Schoolmaatschappelijk werk



Nieuwsbrief, november 2024

BESTE OUDERS/ VERZORGERS

Mijn naam is Laura Jacobs, 38 jaar en voer de functie schoolmaatschappelijk werker uit op De Praktijkschool West- Friesland. Mijn werkdagen op de school zijn maandag en vrijdag.

Naast mijn werkzaamheden als school maatschappelijk werker, werk ik voor Ons Stede Broec als maatschappelijk dienstverlener jeugd en gezin en ben ik Voorschools maatschappelijk werker (hulp en ondersteuning in de doelgroep 0-4). Tevens geef ik Rots en Water trainingen.

Wat doet een schoolmaatschappelijk werker?

Zowel leerlingen als ouders kunnen bij mij terecht met vragen over gedrag, thuissituatie, of zaken die schoolprestaties beïnvloeden.

Leerlingen kunnen praten over vriendschappen, relaties en gevoelens, of gewoon even hun hoofd leeg willen maken.

Het kan zijn dat er ondersteuning nodig is voor de leerling. Voor het werken aan doelen is ouderlijke toestemming vereist, wat de mentor of ik bespreek met de ouders. Bij een hulpvraag kan een kort traject (circa 5 sessies) worden gestart, tijdens of na schooltijd.

Denk aan; Het vergroten van weerbaarheid en omgaan met emoties. In de pauzes ben ik tussen de leerlingen.

Hulp en ondersteuning

Daarماast kan het zijn dat er meer hulp of ondersteuning nodig is dan er vanuit schoolmaatschappelijk werk geboden kan worden..

Het kan zijn dat u als ouder/ verzorger de behoefte heeft aan intensieve opvoedondersteuning of het zou voor uw kind goed zijn om specialistische hulp te krijgen vanuit een andere organisatie. Dan kan ik samen met jullie de verwijzing in orde maken.

U kunt als ouder/ verzorgende ook zelf contact opnemen met de maatschappelijk dienstverleners vanuit uw gemeente.

Contactgegevens gemeenten

Gemeente Enkhuizen: Het stadsteam kunt u alleen met verwijzer bereiken. (Denk aan huisarts, GGD, schoolmaatschappelijk werk).

Gemeente Stede Broec:

Het wijkteam Ons Stede Broec is bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 9:00 tot 17:00. 0228 - 511 528 keuze nummer 2.

Gemeente Drechterland:

De jeugdconsulenten zijn bereikbaar van maandag t/m vrijdag. 0228 – 352 352. Op werkdagen tussen 10.00 uur en 12.00 uur of u kunt een e-mail sturen; gemeente@drechterland.nl

Gemeente Medemblik:

Sociaal Loket: Maandag t/m vrijdag van 8:30 tot 17:00. 0229 – 865 000 (optie 1) of mail naar

medewerkerzorg@medemblik.nl

Mocht u vragen hebben hierover, neem dan contact met mij op. Samen kunnen we kijken welke hulp/ondersteuning gewenst is en of dit ook mogelijk is.

EVEN VOORSTELLEN: Laura Jacobs



Telefoonnummer

0653110445

Emailadres

Laura.jacobs@praktijkschoolwf.nl

Ons Stede Broec
Stationslaan 2 | 1611 KZ Bovenkarspel
T 0228 511528 | info@onsstedebroec.nl



MAANDMENU DECEMBER

Toscaanse tomatensoep met stokbrood en kruidenboter

Getrancheerde gebakken varkenshaas met stroganoffsaus, gebakken carré aardappelen, diverse groenten en gemengde sla

Vanille bavaroise met chocoladesaus en slagroom

Rondom vol is een begrip in én rond onze school. Het is ons eigen schoolrestaurant. Er eten échte, betalende gasten. Het is daarom een heel goede, levensechte leersituatie op school. Het restaurant is iedere maandagavond vanaf 17.30 uur geopend.

Je kunt daar een driegangenmenu eten voor de prijs van € 17,50. Het maandmenu is iedere keer anders van samenstelling. Dit zorgt ervoor dat leerlingen verschillende bereidingen leren die ook terugkomen op stages of werkplekken.



Als u wilt reserveren,
dan kunt u bellen
met school: 0228-510350



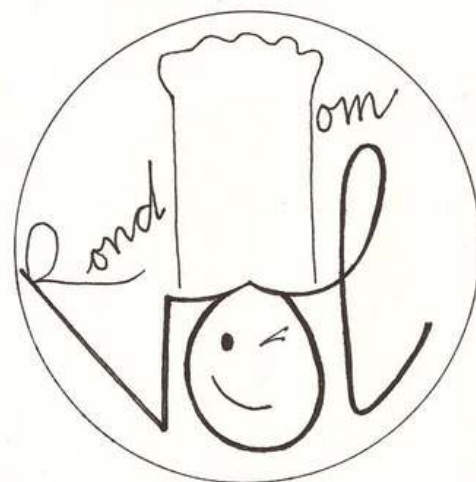
Vakantierooster:

herfstvakantie	ma. 28-10-2024 t/m vrij. 01-11-2024
kerstvakantie	ma. 23-12-2024 t/m vrij. 03-01-2025
voorjaarsvakantie	ma. 17-02-2025 t/m vrij. 21-02-2025
goede vrijdag	vrij. 18-04-2025
voorjaarsvakantie	ma. 21-04-2025 t/m vrij. 02-05-2025
bevrijdingsdag	ma. 05-05-2025
hemelvaart	do. 29-05-2025 en vrij. 30-05-2025
pinksteren	ma. 09-06-2025
zomervakantie	ma. 14-07-2025 t/m vrij. 22-08-2025



bijzondere dagen

21 november	Fancy vintage Fair op de Tweemaster in Enkhuizen.
25 november	START IOP periode
5 december	Sinterklaas viering
20 december	Kerstviering





NOVEMBER

2 + 1 GRATIS

HET GOEDKOOPESTE ARTIKEL GRATIS

Online bijeenkomst 19 november

Ontdek alles wat je wilt weten over vaperen!

Steeds meer kinderen en jongeren zijn aan het vaperen. Wat doet vaperen voor de gezondheid van jouw kind?

Kinderlongarts Sophie Cohen (Wilhelmina Kinderziekenhuis Utrecht) en preventiedeskundige Ester Teunen (Brijder Jeugd) nemen je mee in de gevolgen voor de gezondheid en wat zij zien in de dagelijkse praktijk als gevolg van vaperen.

Tijdens deze **online bijeenkomst** krijg je als ouder en medeopvoeder handige tips en nuttige informatie over:

- wat vaperen precies is en waarom het ongezond is;
- waarom de vape zo populair is onder kinderen en jongeren;
- het puberbrein verandert en wat dat betekent voor experimenteren met vaperen;
- hoe je het gesprek aangaat met je kind en grenzen stelt;
- hoe je jouw kind weerbaar maakt tegen de verleiding van de vape.



#artsenslaanalarm

Inschrijven:

Scan met je telefoon de QR-code of
ga naar www.ggdhn.nl/cursussen.



Kom je ook?

Wanneer: Dinsdag 19 november 2024
Hoe laat: 20:00-21.15 uur
Locatie: Online
Kosten: Gratis