

BIJLAGE TIERELIER INGEZONDEN

Tekst en inhoud valt onder verantwoordelijkheid van de inzender



Gelderland-Zuid

Wat geef ik mijn kind te drinken?

Bijdrage van Iris Weerden-Claessen, GGD Gelderland-Zuid



Voldoende drinken is belangrijk voor je kind. Kinderen vanaf 4 jaar hebben ruim een liter vocht nodig. Vanaf een jaar of 9 kan dat ongeveer 1,5 liter zijn. Dat is net iets minder dan bij volwassenen.

Water is de beste dorstlesser. Sap, diksap, limonade en frisdrank kun je beter niet vaker dan 1 keer per week geven. Wist je dat in een pakje appelsap wel 5 suikerklontjes zitten? En dat bijvoorbeeld een pakje Fristi 4 suikerklontjes bevat?

Leer je kind dus al vroeg water drinken en drink zelf ook water. Zo geef je het gezonde voorbeeld. Om het aantrekkelijker te maken kun je in het water wat schijfjes sinaasappel of citroen doen.

Meer lezen over dit onderwerp? Kijk op Voedingscentrum.nl.

Groei!

In onze nieuwsbrief Groei! vind je betrouwbare informatie over de ontwikkeling, gezondheid en opvoeding van kinderen: onderwerpen die



aansluiten op de leeftijd van je kind. Benieuwd? Meld je aan via onze website: www.gdgelderlandzuid.nl/jeugdopvoeden/opgroeien-en-opvoeden/nieuwsbrief-groei/.

Misschien heb je meer vragen over bovenstaand onderwerp? Kom gerust bij mij langs op de nieuwe locatie van het consultatiebureau. Ik ben er voor allerlei vragen over de groei, ontwikkeling en gezondheid van je kind. Bijvoorbeeld over bedplassen, gezonde voeding of advies over de sociaal-emotionele ontwikkeling van je kind. Bellen of mailen voor een afspraak kan ook.

Telefoonnummer: 088-1447111 (ma t/m vr 08.30-14.00)

Mailadres: iweerden@gdgelderlandzuid.nl

www.gdgelderlandzuid.nl

 [JeugdgezondheidszorgGGDGelderlandZuid](#)

Berichten uit de parochie:

Advent en Kerstmis in Molenhoek

Zondagen voor Kerstmis

Tijdens de vieringen in de kerk mogen de kinderen een aantal dingen doen: een beeld naar de kerststal brengen, een kaars van de Adventskrans aansteken, een stukje voorlezen, een waxinelichtje op het altaar zetten.

Bij binnenkomst verzamelen bij de kapel naast ingang van de kerk. Dan lopen we samen naar voren. Daarna mogen de kinderen naar de

sacristie gaan voor de kinderwoorddienst met een Bijbelverhaal, een liedje en een verwerking in de vorm van een knutselwerkje of een spel. Tijdens de collecte komen ze terug in de kerk.

Dagen en tijd: Zondag **10 december** en **17 december** om 11.00 uur

Zaterdag **23 december** om 19.00 uur

I.v.m. de organisatie graag opgeven bij Elena Jongen (tel. 06 14 54 31 01; e-mail: eljongen@xs4all.nl). Maar ook wie zich niet heeft opgegeven is van harte welkom!



Kerstmis in Molenhoek

Op Kerstavond, zondag 24 december, is er in de kerk, **om 18.30 uur**, voor de kinderen en hun ouders/grootouders een woord- en gebedsdienst met het thema: "Een licht voor iedereen".

Het Kerstverhaal wordt verteld en uitgebeeld. Tijdens de viering zal kinderkoor St. Frans de liedjes verzorgen. Ook zullen er enkele gebedjes gebeden worden. Diaken Gerrits zal in deze viering voorgaan.

Kinderen die het leuk vinden om mee te spelen in het kerstspel (je hoeft alleen maar uit te beelden wat er verteld wordt) kunnen zich opgeven bij Tiny Theunissen; (e-mail: tiny.pijls@hccnet.nl, tel: 024-3584589)



Kindjewiegen

Kinderen en (groot)ouders zijn van harte welkom op **dinsdag 26 december om 14.00 uur** in de kerk in Molenhoek. Pastoor Martinus Rijs zal dan het Kerstverhaal vertellen en het kinderkoor St. Frans o.l.v. Marianne en Chris Albers zal Kerstliedjes zingen.





Altijd al een mooi schilderij van je kind willen hebben?
Dat kan!



Ik begeleid je zoon of dochter individueel, in het maken van een mooi, persoonlijk kunstwerk, waarin ik stimuleer om de eigen creativiteit te ontdekken. Dit doe ik door het aanbieden van allerlei technieken en spelen met materialen.

Wanneer: donderdag- of vrijdagmiddag (tijd is op afspraak)
Tijdsduur: een paar bijeenkomsten (3-5) van ongeveer een uur
Kosten: 55 euro, exclusief materiaal (e.e.a. hangt af van de grootte van het gewenste schilderij)
Opgeven: kunstcreatief@outlook.com of 06-31 00 35 13

Mocht je nog vragen hebben, stel ze gerust!

Met creatieve groet,

Petra Roovers



Schaaklessen direct na schooltijd: iets voor uw kind?

De laatste jaren heeft op De Grote Lier steeds de mogelijkheid bestaan om kinderen uit de Plusklas of uit de klas van Joy (waar schaken tot zijn werklessen behoorde) verder wegwijs te maken in het schaakspel. Op de dinsdag- en woensdagmiddag bood ik ze dan een uurtje schaakles aan direct na schooltijd, dus van 14:15 tot 15:00/15:15. De deelnemers konden op die manier een half of heel jaar langer schaakles krijgen in groepjes van max. 8 leerlingen.

Nu Joy gestopt is heb ik in overleg met Willeke Leenen besloten via de Tierelier dezelfde lessen aan te bieden, vandaar dit artikeltje. Dat betekent tegelijk wel dat het aanbod niet meer beperkt blijft tot de Plusklas of de klas van Joy. Zo nodig is een 3^e groepje op vrijdagmiddag daarom nog mogelijk. Wat is dan eigenlijk de meerwaarde van het leren schaken? Mijn antwoord is: dat het een creatieve vorm van leren leren is. Het schaakspel daagt een speler ertoe uit te plannen, vooruit te denken, logisch te denken en ordenen ook. Je zou het enigszins kunnen vergelijken met het hedendaagse programmeerwerk van een IT'er, maar dan in spelvorm. Daarbij is het schaakspel niet pas van de laatste decennia maar van zo goed als alle tijden: zo'n 2500 jaar geleden ontstaan in Noord-India, eeuwenlang doorontwikkeld in (Klein-)Azië en in de middeleeuwen overgewaaid naar Europa. De laatste regelwijzigingen liggen al minstens 5 eeuwen vast voor dit strategische bordspel, dat anders dan veel andere bordspellen geen dobbelsteen kent: het gaat erom de logische consequenties van elke zet te overzien, terwijl het tegelijk van groot belang is daarbij telkens weer door de ogen van je tegenstander te kijken –het sociale aspect is in het schaken van groot belang. Men strijdt met elkaar, maar naast de wil om te winnen is het respectvol benaderen van elkaar (zowel op het bord als daarbuiten) onmisbaar. Op zoek naar een met deze denksport vergelijkbare fysieke sport dringt de judosport zich op (maar dat kan eraan liggen dat ik beide sporten in mijn jeugd beoefende).

Ik heb inmiddels een aantal jaren ervaring in het geven van schaaklessen, verspreid over verschillende scholen in de regio, en het bevalt me nog steeds goed. Daarom wil ik u vragen eens te bezien of de aangeboden lessen



iets voor uw kind zouden zijn. Ik stel er de navolgende 'formele' voorwaarden bij.

- Het is een pre als uw kind al eens (min of meer) geschaakt heeft en het leuk vond, omdat dan duidelijk is dat het schaken hem/haar waarschijnlijk wel iets te bieden heeft. Noodzakelijk is voorkennis echter niet, de basisregels zijn in een paar lessen aangeleerd c.q. geoefend.
- Iedereen kan leren schaken, maar dat betekent nog niet dat het voor elk kind een geschikt vervolg op het continuooster van de school is. Na een maand (4 lessen) wil ik daarom in overleg met de ouders bepalen wie de definitieve groepjes gaan vormen die 1x per week nog de rest van het schooljaar schaakles gaan krijgen. Ik zal niet snel iemand de toegang ontzeggen, maar het laatste woord ligt hierin wel bij mij.
- Het is bovendien niet de bedoeling dat deelnemende leerlingen op hun eenmaal bepaalde lesdag (dinsdag/woensdag, evt. vrijdag) verschijnen of niet verschijnen naargelang hun pet staat. Deelname is weliswaar niet verplichtend zoals de leerplicht, maar evenmin vrijblijvend, al was het maar omdat ik mijn voortschrijdende uitleg van het spel niet onnodig vaak wil herhalen. Maar het kan natuurlijk wel eens voorkomen dat er een belangrijkere zaak voorgaat, afmelding door een van de ouders wordt dan gewaardeerd.
- De naar denkniveau meest geschikte leerlingen zijn meestal te vinden in de bovenbouw, maar ik heb inmiddels ook wel leerlingen uit de groepen 3 (2^e helft) en 4 getraind; bij voldoende belangstelling kan er voor hen een aparte lessenreeks (=lesdag) opgezet worden.
- De lessenreeksen worden steeds per half jaar gegeven en kunnen enkele keren verlengd worden. Op dit moment begeleid ik nog een groepje leerlingen uit groep 8 die met Kerstmis moeten stoppen, puur omdat ik na 2 jaar schaakles geven aan hen vind dat ze zich beter op de middelbare school kunnen gaan richten ;-)



Verder gelden nog enkele praktische zaken:

- de schaaklessen worden gegeven in een schoollokaal waar voldoende schaakmateriaal aanwezig is (vooralsnog op de 1^e verdieping), en ze zijn geheel gratis;
- voor vakanties, studiedagen en stakingen geldt: geen school = geen schaakles;
- de schaaklessen beginnen meestal met per les een beetje 'theorie' voor iedereen, na een kwartiertje kunnen de leerlingen in tweetallen de praktijk beoefenen en loop ik rond om te begeleiden;
- en mijn naam is Mark Theeuwen, Molenhoeker sinds 30 jaar, geboren in 1960 en vader van 2 volwassen dochters (die nooit echt van het spel zijn gaan houden, al is mijn ervaring telkens weer dat het een fabeltje is dat meisjes niet of minder goed aan het schaakbord zouden passen).

Als u denkt dat het (verder) leren schaken iets voor uw kind is, dan kunt u hem/haar aanmelden op mtheeuwen@antenna.nl. Doet u dat dan liefst vóór Oudjaar, zodat ik nog een week de tijd heb om de startgroepjes samen te stellen, bijbehorende informatie te verzamelen e.d. Vergeet u niet de naam en klas van uw kind te vermelden, evenals de lesdagen die voor uw kind geschikt zijn, indien gewenst met volgorde van voorkeur. Begin 2018 zal ik u dan per mail (zonder tegenbericht ga ik er van uit dat u er geen probleem mee heeft elkaars mailadressen te zien) inlichten over de gemaakte samenstelling van de groepjes die direct na de kerstvakantie starten.

Voor meer informatie kunt u mij mailen of bellen op 024-3584682, ik zie hoe dan ook uw reactie met plezier tegemoet.

Schaakmeester Mark

