



# PETRUSPOST



[Mail ons](#)



[Website](#)



[Laatste Nieuws](#)



[Social Schools](#)

Datum: donderdag 7 november 2019

## Sint Maarten

Vanavond gaan wij weer door de wijk met een lampion. De afgelopen week zijn er weer prachtige lampionnen gemaakt. Ouderraad bedankt voor de organisatie! Op de laatste bladzijde van deze PetrusPost de uitleg van Sint Maarten, Allerheiligen en Allerzielen, wat afgelopen zaterdag was.

## Personeel

### Staking

Wij willen u bedanken voor de steun die wij hebben ontvangen voor onze staking van afgelopen woensdag. Fijn dat u wat heeft kunnen regelen voor de opvang van uw kinderen afgelopen woensdag. Op internet hebben wij een video gedeeld: [Klik hier!](#)

## Ouders

### Verlofaanvragen via Social Schools per 1 november 2019

Vanaf vrijdag 1 november 2019 jl., kunt u verlofaanvragen uitsluitend doen via Social Schools.

### Uitleg:

<https://socialschools.zendesk.com/hc/nl/articles/360020655812-Een-verlofaanvraag-doen-voor-je-kind-eren->

Wilt u weten wanneer u verlof kunt aanvragen?

<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/leerplicht/vraag-en-antwoord/mag-ik-mijn-kind-buiten-de-schoolvakanties-mee-op-vakantie-nemen>

Mocht u hierover vragen hebben, dan kunt u altijd bij mij langskomen.

### Ziek/afmelden leerling

Ziek/afmelden van uw kind(eren) verloopt sinds dit schooljaar via Social Schools. Komt u er niet helemaal uit, loop gerust even bij mij langs dan help ik u graag.

## AGENDA

14-11	15.30 uur
Inloop Petrus Verbetersteam	
22-11	
Petruspost	
26-11	15.30 uur
Inloop Petrus Verbetersteam	
28-11	15.30-16.30 uur
Inloopmiddag ouders leerlingen	
05-12	8.20-14.00 uur
Sinterklaasfeest	
06 + 09-12	
Studiedagen, leerlingen vrij	
13-12	15.30 uur
Inloop Petrus Verbetersteam	
19-12	
Kerstviering, leerlingen 12.00 uur vrij	
Kerstdiner 17.00-18.30 uur	
Petruspost	

**Regel van de week: Ik ben vriendelijk en beleefd voor iedereen.**

**Op de Petruschool vinden we het belangrijk dat iedereen met plezier naar school komt. Wij denken dit te bereiken door de kinderen te leren vriendelijk en beleefd te zijn voor iedereen: groot en klein. Wij als volwassenen hebben hierin een voorbeeldfunctie.**



# PETRUSPOST



[Mail ons](#)



[Website](#)



[Laatste Nieuws](#)



[Social Schools](#)

Datum: donderdag 7 november 2019

## Onderwijs

### Nationaal Schoolontbijt

Wat hebben wij genoten afgelopen dinsdag, met de hele school ontbijten, wat een feest!

De dag starten met een gezond ontbijt: waarom is dat eigenlijk zo belangrijk? Beginnen met een ontbijt geeft je vijf voordelen. Dit zijn de vijf eenvoudige vuistregels om ze te onthouden:



#### ONTBIJTEN GEEFT JE ENERGIE

Een auto rijdt niet zonder benzine en een telefoon werkt niet met een lege batterij. Dat vinden we heel gewoon. Maar zelf haasten we ons soms zonder ontbijt de deur uit. Terwijl je lichaam echt een ontbijtje nodig heeft om met energie aan de dag te beginnen. Zeker omdat je lijf het 's nachts zonder eten heeft moeten doen. Jouw ontbijt geeft je in de ochtend meteen de energie die je nodig hebt om te leren, te werken, te sporten en te spelen!

#### ONTBIJTEN LEVERT VOEDINGSSTOFFEN

Ontbijten geeft je ook belangrijke voedingsstoffen. Een ontbijtje levert de vezels, vitamines en mineralen waar je lijf om vraagt. Als je daar de dag niet mee begint, haal je die achterstand maar moeilijk in. Onderzoekers hebben ontbijters en niet-ontbijters met elkaar vergeleken: mensen die niet ontbijten krijgen over de hele dag minder voedingsstoffen binnen dan ontbijters. Doe je lijf dus een plezier met een ontbijt!

#### ONTBIJTEN HELPT JE STOELGANG

Het ontbijt is de eerste maaltijd na een lange nacht slapen, waarin je natuurlijk niets eet of drinkt. Dan is het nodig je darmen aan de gang te krijgen. Jouw ontbijt zet 's ochtends meteen je darmen aan het werk en dat helpt een goede stoelgang. Dat betekent dat je makkelijk kunt poepen en minder snel last krijgt van buikpijn. Vooral een ontbijt met veel vezels is goed voor je darmen. Die haal je uit volkorenbrood, muesli, groente en fruit.

#### ONTBIJTEN HOUDT JE GEZOND

Als je de dag niet begint met een ontbijt, krijg je al snel de verleiding om naar tussendoortjes te grijpen. Meestal zijn dat minder gezonde tussendoortjes waar veel suiker, ongezond vet of energie in zit. Dat is niet goed voor je lijf. Met een gezond ontbijt heb je vaak langer een vol gevoel en minder zin om van die ongezonde tussendoortjes te eten. Het is dus slim om de dag met een gezond ontbijt te beginnen. Het liefst een ontbijt vol vezels, dus kies lekker voor volkoren, groente en fruit.

#### ONTBIJTEN IS LEKKER EN GEZELLIG

Dat ontbijten gezond is, is nu wel duidelijk. Maar we zouden het belangrijkste bijna vergeten: ontbijten is superlekker en heel gezellig! Wat is een betere start van de dag dan samen aan tafel genieten van vers brood, beleg, yoghurt, groente, fruit, thee...? Met je ouders, broertjes of zusjes heerlijk smullen en ondertussen samen mooie plannen voor weer een nieuwe dag bespreken. Begin de dag dus voortaan goed met een gezond ontbijt!

**Regel van de week: Ik ben vriendelijk en beleefd voor iedereen.**

**Op de Petruschool vinden we het belangrijk dat iedereen met plezier naar school komt. Wij denken dit te bereiken door de kinderen te leren vriendelijk en beleefd te zijn voor iedereen: groot en klein. Wij als volwassenen hebben hierin een voorbeeldfunctie.**



# PETRUSPOST



[Mail ons](#)



[Website](#)



[Laatste Nieuws](#)



[Social Schools](#)

**Datum: donderdag 7 november 2019**

## Nationaal Schoolontbijt – eten dat over was...

De moeder van Evie (groep 1/2b) heeft het eten gebracht bij Limor, waar zij werkt.

Limor biedt hulp aan mensen met Multi problematiek.

Zij hebben in Den Haag en Zoetermeer verschillende doorstroomvoorzieningen, hier wonen mensen die eerder dakloos waren.

De situationele begeleiding van Limor is gericht op iemands zelfredzaamheid en de uitzichtloze complexiteit van de problemen.

Vanuit hernieuwd zelfvertrouwen in een stabiele situatie zijn cliënten weer in staat voorzichtig hun plek te pakken in de maatschappij waarvan zij deel uitmaken.

Zij (Evie en moeder) hebben op de deuren geklopt en de mensen gevraagd om naar de keuken te komen.

De bewoners waren heel blij met de voedingsmiddelen. Op de foto drie bewoners met Evie.



**Regel van de week: Ik ben vriendelijk en beleefd voor iedereen.**

**Op de Petruschool vinden we het belangrijk dat iedereen met plezier naar school komt. Wij denken dit te bereiken door de kinderen te leren vriendelijk en beleefd te zijn voor iedereen: groot en klein. Wij als volwassenen hebben hierin een voorbeeldfunctie.**



# PETRUSPOST



[Mail ons](#)



[Website](#)



[Laatste Nieuws](#)



[Social Schools](#)

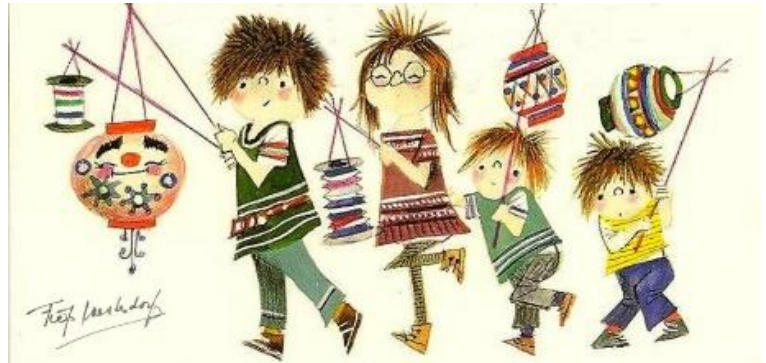
Datum: donderdag 7 november 2019

## Uitleg – Katholieke identiteit

### Sint Maarten

Sint Maarten is de viering van de doopdag van de heilige Sint Maarten. Op 8 november gaan wij met lampionnen langs de deuren, waarbij ze liedjes zingen in ruil voor snoep. (Oorspronkelijke datum is 11 november) De heilige Martinus van Tours was de bisschop van de stad Tours en een belangrijke grondlegger van het katholicisme in Gallië. Hij stierf op 8 november 397 en werd op 11 november begraven. 11 november was tevens de doopdag van de heilige.

Martinus stond bekend om zijn liefdadigheid en zijn vrijgevigheid. Om hem te eren, werden er op 11 november kleinigheidjes aan kinderen gegeven. Op een gegeven moment gingen kinderen op 11 november met zelfgemaakte lantaarns of uitgeholde knollen of pompoenen met een kaarsje langs de deuren. Tot ongeveer de jaren 20 was het Sint Maartenfeest meer iets voor arme kinderen. Hierna begon men het feest te zien als traditie en mocht iedereen meelopen. Tegenwoordig maken veel kinderen op school een Sint Maartenlantaarn. Sint Maarten wordt overigens niet door het hele land gevierd, maar voornamelijk in Groningen, Friesland, Drenthe, Noord-Holland en Limburg.



### Allerheiligen

Allerheiligen is een christelijke feestdag - jaarlijks op 1 november - waarop alle heiligen (ruim honderdduizend) van de rooms-katholieke kerk gezamenlijk worden vereerd en herdacht. Een heilige is een titel die in het christendom wordt toegekend aan overleden personen die bijzonder rechtschapen en gelovig hebben geleefd. Het feest wordt sinds de achtste eeuw gevierd.

### Allerzielen

Vorige week vrijdag was het allerzielen.

Allerzielen is een gedenkdag uit de westerse rooms-katholieke traditie.[1] Het wordt gevierd op 2 november, de dag na Allerheiligen, waarmee deze dag nauw verbonden is. Met Allerzielen worden de overledenen herdacht en wordt een requiemmis opgedragen. De nabestaanden plaatsen bloemen op het graf. In veel parochies is het gebruikelijk dat als er een parochiaan uit de kerk wordt begraven er een kruisje wordt opgehangen met daarop de naam van de overledene. Op de eerstvolgende Allerzielen komt de familie van de overledene naar de mis om het kruisje in ontvangst te nemen. Allerzielen is een dag om speciaal te bidden voor alle zielen die nog niet in de hemel zijn, maar in het vagevuur.

Allerzielen stamt uit de benedictijner kloostertraditie van Cluny, waar Odilo van Cluny het in 998 voor het eerst liet vieren. In de 13e eeuw kreeg het de naam Allerzielen.

**Regel van de week: Ik ben vriendelijk en beleefd voor iedereen.**

**Op de Petruschool vinden we het belangrijk dat iedereen met plezier naar school komt. Wij denken dit te bereiken door de kinderen te leren vriendelijk en beleefd te zijn voor iedereen: groot en klein. Wij als volwassenen hebben hierin een voorbeeldfunctie.**