

NIEUWSBRIEF

VBS DE PAREL

van maandag 17 maart tot en met vrijdag 21 maart 2025

Inhoud

Instapklas K1A (gele klas): juf Ilse W.	2
3-jarige kleuters K1B (oranje klas): juf Fien wordt vervangen door juf Nikita	2
3-jarige kleuters K1C (rode klas): juf Jolien	2
4- en 5-jarige kleuters K2-3A (paarse klas): juf Valerie	3
4- en 5-jarige kleuters K2-3B (groene klas): juf Anke	3
4- en 5-jarige kleuters K2-3C (blauwe klas): juf Lieslore	4
4- en 5-jarige kleuters K2-3D (witte klas): juf Tine	4
Algemeen kleuterschool.....	5
Algemeen kleuter- en lagere school.....	5
Nieuws van de ouderraad.....	5
Kalender	5
1ste leerjaar A: juf Caroline, 1ste leerjaar B: juf Els en 1ste leerjaar C (voormiddag): juf Liesl	6
2de leerjaar A: juf Sofie en juf Laura en 2de leerjaar B: juf Inge en juf Laura.....	6
3de leerjaar A: juf Stien en 3de leerjaar B: juf Vanessa.....	7
4de leerjaar A: juf Karolien en 4de leerjaar B: meester Bert	7
5de leerjaar A: juf Bieke en juf Jill en 5de leerjaar B: juf Lindsey	8
6de leerjaar A: meester Geert en 6de leerjaar B: juf Danny.....	8
Algemeen lagere school	9
Reclame	10

Instapklas K1A (gele klas): juf Ilse W.

Thema: 'Op weg naar Pasen: Dotties eieren'.

- Godsdienst: we voelen ons verbonden met en zijn dankbaar voor de natuur
- Taal: we luisteren naar het verhaal 'Dotties eieren' en leren een versje over een lief kuikentje.
- WO: via het verhaal van 'Dotties eieren' ontdekken we hoe levende organismen groeien en zich voortplanten.
- Muzo: met echte eierschalen bootsen we de geboorte van een kuikentje na.
- Wiskunde: in de ontdekbak vinden we verschillende soorten eieren. We sorteren ze naar grootte. Hierbij oefenen we de begrippen: groot, klein, groter, kleiner.

Uitstappen:

- Dinsdag: enkele kleuters gaan naar de bib om boeken te kiezen voor onze klas.
- Woensdag: toneelvoorstelling 'Kijk eens naar het vogeltje' in OC te Lichtaart.
- Donderdag: Rulheyde (zie bij algemeen kleuterschool voor meer info).

Meebrengen:

- Eierschalen.
- Boekjes i.v.m. het thema: eieren, kuikens, Pasen (getekend met naam a.u.b.).
- Kippen knuffels (getekend met naam a.u.b.).

[Terug naar inhoudsopgave](#)

3-jarige kleuters K1B (oranje klas): juf Fien wordt vervangen door juf Nikita

Thema: 'In de diertuin'.

- Onze kleuters hebben vorige week met de juf nagedacht waarover ze nog graag willen leren. Er kwamen vele ideeën maar de meeste kleuters willen graag over de dieren in de diertuin leren.
- Taal: we starten het thema met een praatplaat over de diertuin. De kleuters worden gestimuleerd om te vertellen wat ze zien op de praatplaat. Hun woordenschat wordt hierdoor ook uitgebreid.
- We bouwen een eigen diertuin voor onze dieren in de bouwhoek, waarbij elke diersoort een eigen hok krijgt.
- We leren nieuwe liedjes aan over verschillende dieren.
- Er wordt een sensorische bak voorzien voor de kleuters met allerlei dieren, nep gras, stro, blokken om een hok te maken, ...
- Muzo en wiskunde: We maken een slang volgens een patroon.
- We spelen een slangenspel om onze kleurenkennis te oefenen. Wie maakt de langste slang?
- De huishoek wordt omgetoverd tot een plek voor al onze dieren van de diertuin, waar de kleuters ze kunnen eten geven en verzorgen, ...
- We spelen een dierenstaartenspel waarbij de kleuters moeten raden welk hoofd bij welke staart past. Hiermee spelen we nadien een memory.
- Op dinsdag gaan de kleuters naar de bib om boeken te zoeken voor ons thema.

Uitstappen:

- Woensdag: Toneel 'Kijk eens naar het vogeltje' in het OC te Lichtaart.
- Donderdag: Rulheyde Kasterlee (meer info bij algemeen kleuterschool).

Meebrengen mag:

- Knuffeldieren (dieren die leven in de diertuin).
- Nepgroenten en nepfruit om onze knuffeldieren eten te kunnen geven.
- Kinderoverall om in de rol te kruipen van een echte dierenverzorger.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

3-jarige kleuters K1C (rode klas): juf Jolien

Thema: 'Veel vormen'.

- Nadat we vorige week de verschillende kleuren nog eens oefenden ontdekken we deze week verschillende (basis)vormen. We leren over cirkels, vierkanten en driehoeken en hebben ook oog voor andere vormen.
- We gaan op zoek naar allerlei vormen en sorteren deze, zowel in onze klas als buiten. We ervaren het uitzicht van verschillende vormen en beschrijven het.

- We voelen verschillende vormen aan door ze na te maken met een touw, te tekenen, te maken met ons eigen lichaam, ...
- We oefenen deze week wiskundige taal bij het benoemen en vergelijken van vormen: cirkel, vierkant, driehoek, hoeken, zijde, groot, klein, ...

Uitstappen:

- Dinsdag mogen enkele kleuters met juf Ria en juf Cella naar de bib om boekjes te kiezen.
- Woensdag kijken we in het OC te Lichtaart naar het poppentheater 'Kijk eens naar het vogeltje'.
- Donderdag gaan we een hele dag spelen en ravotten bij de Rulheyde. Kijk zeker bij algemeen kleuterschool voor alle info.

Meebrengen:

- Boekjes en/of spelletjes over vormen (naamteken a.u.b.).

[Terug naar inhoudsopgave](#)

4- en 5-jarige kleuters K2-3A (paarse klas): juf Valerie

Thema: 'Allemaal huisdieren' vervolg.

- Deze week leren we de slaappleaats van elk huisdier kennen bv. hond in een hok, poes in een mand, schildpad in een terrarium, ...
- We oefenen de hele week extra op klanken herkennen en koppelen aan het letterbeeld. We koppelen de voorwerpen aan het juiste klankenhuisje bv. muis bij UI, geit bij EI, ...
- Met de klank 'UI' die in de kijker staat, zoeken we nieuwe woorden en we verwisselen en vervangen klanken zodat we tot nieuwe woorden komen.
- In de wiskundehoek worden we uitgedaagd om hoeveelheden te splitsen, zo ontdekken we dat we ze op verschillende manieren kunnen verdelen bv. 2 kan ik splitsen in 2 en 0 of in 1 en 1, ...

Uitstappen:

- Woensdag toneel 'Kijk eens naar het vogeltje' in het OC te Lichtaart voor de 4-jarigen.
- Donderdag trekken we naar 'domein de Rulheyde' in Kasterlee om te spelen in de natuur (zie algemeen kleuterschool). Is vervoer een probleem, proberen we te carpoolen of geef een seintje aan de juf.

Meebrengen: /

[Terug naar inhoudsopgave](#)

4- en 5-jarige kleuters K2-3B (groene klas): juf Anke

Thema: 'Huisdieren' vervolg.

- Deze week focussen we ons op letters: we ontleden woorden in verschillende delen en stellen ze opnieuw samen. We herkennen en onderscheiden letters en zoeken naar de juiste begin- en eindklanken.
- We verkennen en herkennen verschillende getalbeelden.
- We gebruiken QR-codes om huisdieren te vouwen met origami.
- We volgen stappenplannen om het juiste hok te bouwen voor onze huisdieren. Hierbij houden we rekening met een criterialijst en gebruiken we ontkenningen (bijvoorbeeld: geen ramen, geen hoge muren, geen rond hok).
- Tijdens 'Ik pen' verwerken we de kronkel op A3-formaat.
- Op donderdag gaan we op uitstap naar de Rulheyde. Zie de algemeen kleuterschool voor meer details.

Uitstappen:

- Woensdag toneel 'Kijk eens naar het vogeltje' in het OC te Lichtaart voor de 4-jarigen.

Meebrengen: /

[Terug naar inhoudsopgave](#)

4- en 5-jarige kleuters K2-3C (blauwe klas): juf Lieselore

Thema: ‘Mijn huisdieren’ vervolg.

- We hebben al kennisgemaakt met verschillende huisdieren. Deze week focussen we ons op letters: we ontleden woorden in verschillende delen en stellen ze opnieuw samen, we herkennen en onderscheiden letters en zoeken naar de juiste begin- en eindklanken.
- We verkennen en herkennen verschillende getalbeelden doormiddel van verschillende spelletjes in de klas.
- Deze week vinden we ook verschillende stappenplannen terug in de klas. De kleuters leren deze lezen. Zo leren ze dieren tekenen a.d.h.v. een stappenplan en komen ze uit bij een creatieve kat.
- We gebruiken QR-codes om huisdieren te vouwen met origami.
- Tijdens ‘Ik pen’ verwerken we de kronkel op A3-formaat.
- Op dinsdag is het fietsparcours.

Uitstappen:

- Op woensdagochtend gaan onze 4-jarigen om 9.30 uur naar het poppentheater ‘Kijk eens naar het vogeltje’. De 5-jarige kleuters blijven op school.
- Op donderdag gaan we op uitstap naar de Rulheyde. Zie bij algemeen voor meer details.

Meebrengen:

- Snoepjes/koekjes en/of brokjes van de huisdieren.
- Speelgoed i.v.m. het thema zoals knuffelhuisdieren, dierenmandjes, borstels, speelgoed voor de huisdieren, prentenboeken, informatieve boeken, Playmobil, ...
- Dinsdag: fiets en helm. Indien nodig sjaal, muts en handschoenen voor het fietsparcours.

Oproep:

- Ouders en huisdieren die graag op bezoek komen, mogen een seintje geven aan de juf. Dan spreken we samen een gepast moment af.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

4- en 5-jarige kleuters K2-3D (witte klas): juf Tine

Thema: ‘Superhelden’.

- Onze kleuters leren beter en beter hun talenten herkennen en verwoorden. Dit willen we extra in de verf zetten tijdens dit thema. Ze zijn volop bezig om hun krachten naar voor te brengen en één voor één hun ‘held’ te laten zien. We waarderen ook elkaars talenten (niet iedereen kan alles, we kunnen allemaal iets!).
- De letterdief is langs geweest... wij gaan op zoek naar letters en klanken, in prenten, boeken, op de computer, ...
- We diepen ook de klanken ‘O’ en ‘OO’ uit... in welke woorden kunnen we deze horen?
- In onze winkel kunnen de helden ‘opkikkers’ kopen en we betalen dit met 1 of 2 euromunten. We oefenen volop het tellen.
- Tijdens ‘Ik pen’ oefenen we het schrijven van ‘de put’. Onze rupsjes in het groot en onze vlinders oefenen dit schrijfpatroon in hun schrijfboekje.
- Met onze tablet scannen we QR-codes en kunnen we kijken en luisteren naar verhalen over superhelden.
- We werken ook verder aan onze ‘helden-outfit: een cape, masker en armband! Gaan jullie ons nog herkennen?

Uitstappen:

- Op woensdag gaan we met onze rupsjes naar de voorstelling ‘Kijk eens naar het vogeltje’ in het OC te Lichtaart. Onze vlinders blijven op school in een andere klas.
- Op donderdag gaan we ravotten in de Rulheyde (zie algemeen kleuterschool). We maken met onze helden een korte ‘heldenwandeling’.

Meebrengen:

- Invulbriefje om te komen voorlezen in de klas.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Algemeen kleuterschool

DANK JE WEL...

om bij het afhaken van de kleuters in rij te wachten aan de klaskleur. We merken dat het een beter overzicht geeft voor de klasleerkrachten.

DONDERDAG 20 MAART: DOMEIN DE RULHEYDE in Ossengoor te Kasterlee

Graag je kind die dag rechtstreeks naar de 'Rulheyde' brengen tussen 8.15 u. en 8.45 u. Je mag je kleuter aan het 'Welkombord' afzetten. Enkele juffen wachten de kleuters daar op. Tussen 15.15 u. en 15.30 u. mag je je kleuter terug ophalen. Spreek eventueel af om te fiets- of carpoolen.

MEEBRENGEN: een rugzakje met fruit, drinkbus, boterhammen, koek en eventueel reservekledij. We doen sportieve kledij aan, aangepast aan het weer. Kijk nadien je kind na op teken, want we vertoeven in een bosrijke omgeving.

P.S.: Bij twijfelachtig regenweer: kijk 's morgens op de WhatsApp groep van je klas. Hier zullen we jullie dan informeren of deze uitstap doorgaat.

Geef een seintje aan de leerkracht indien je kleuter die dag naar de **buitenschoolse kinderopvang** moet.

DATA FIETSPARCOURS

DINSDAG 18/3: BLAUWE KLAS

dinsdag 25/3: paarse klas

dinsdag 1/4 : groene klas

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Algemeen kleuter- en lagere school

OPROEP: opendeurdag zondag 27 april tussen 10 u. en 12 u.

Tijdens de opendeurdag willen we graag (rustige) livemuziek brengen op de speelplaats. Ook zoeken we een fotograaf die leuke sfeerbeelden wil maken.

Zijn er ouders/sympathisanten die dit wel zien zitten, neem dan contact op met juf Petra of via directie@vbs-deparel.be.

Dank voor jullie hulp.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Nieuws van de ouderraad

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Kalender

[Klik hier om onze jaarkalender te bekijken!](#)

- ♦ **MAART = jeugdboekenmaand**
- ♦ Vrijdag 14/03: 5^{de} leerjaar naar Gekko theater
- ♦ Woensdag 19/03: 4-jarigen naar theatervoorstelling in OC Lichtaart

- ♦ Donderdag 20/03: alle kleuters naar de Rulheyde Kasterlee
- ♦ Vrijdag 21/03: auteursbezoeken voor het 1^{ste} en 2^{de} leerjaar
- ♦ Maandag 24/03: auteursbezoeken voor het 3^{de} en 4^{de} leerjaar
- ♦ Vrijdag 28/03: auteursbezoeken voor het 5^{de} leerjaar
- ♦ Donderdag 3/04: 3^{de} leerjaar naar Saraland
- ♦ Vrijdag 4/04: 1^{ste} leerjaar naar Tarzan en Jane
- ♦ **Maandag 7/04 t.e.m. maandag 21/04: paasvakantie**
- ♦ Dinsdag 22/04: 4^{de} leerjaar naar Mooov
- ♦ **Zondag 27 april: OPENDEURDAG van 10.00 uur tot 12.00 uur**
- ♦ Maandag 28/04: auteursbezoeken voor het 6de leerjaar
- ♦ **Woensdag 30/04: pedagogische studiedag = VRIJAF voor alle kinderen**
- ♦ **Donderdag 1/05: Dag van de Arbeid = geen school**
- ♦ **Vrijdag 2/05: VRIJAF**

[Terug naar inhoudsopgave](#)

1ste leerjaar A: juf Caroline, 1ste leerjaar B: juf Els en 1ste leerjaar C (voormiddag): juf Liesl

Lesinhoud:

- Godsdienst: Op weg naar Pasen, de veertigdagentijd.
- Nederlands:
 - Leestoets kern 8.
 - Samenstellingen met MM-cluster: broekriem, hijskraan, ...
 - MMMKM-wooden: strik, sproet, ...
 - MKMMM-woorden: markt, fietst, ...
- Wiskunde:
 - Herhalingles.
 - Optellen tot 20 met brug over 10.
- Schrijven/spelling: Veilig gespeld: we schrijven woorden.
- W.O.:
 - Mijn huis, mijn thuis.
 - Contract: We werken zelfstandig aan 'moetjes' en 'magjes'.
- LO: Vanaf deze week turnen we terug op maandag en woensdag.

Uitstappen:

- Vrijdag gaan we luisteren naar Frank Daenen, hij is een illustrator van prentenboeken.

Meebrengen:

- We gaan naar de bib. Breng zeker je boek mee, dan kan je een ander boek kiezen. 1A en 1B gaan op woensdag, 1C gaat op donderdag.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

2de leerjaar A: juf Sofie en juf Laura en 2de leerjaar B: juf Inge en juf Laura

Lesinhoud:

- Godsdienst: thema: 'Vasten'. 40-dagentijd, voorbereiding op Pasen. Hoe vasten andere volkeren? Zondag 16 maart naamopgaveviering voor de eerste communicanten. De viering start om 9.30 uur. We hopen dat er zoveel mogelijk kinderen mee komen vieren. **Vergeet je hartje niet mee te brengen. Het hartje hou je bij je tot je het naar voor mag brengen.**
- Wiskunde: Getallen:
 - De maal- en deeltafel van 6.
 - Vraagstukken over lengtes en codes.
 - Optellen/afrekken tot 100 met brug: $75 + 8$ en $91 - 4$.

- Tafels inoefenen.
- Herhalingsoefeningen.
- Spelling: Au/ou woorden, we oefenen op het schrijven van zinnen (we denken aan de hoofdletters en leestekens), moeilijkheden door elkaar.
- Nederlands: Tegenstellingen (hard/zacht) en synoniemen (zoen/kus), begrijpend lezen, lidwoorden, zelfstandige naamwoorden, meervoud, verkleinwoorden, 2 delen van een zin, activiteiten rond de jeugdboekenmaand.
- B.O.: schrift: herhaling + hoofdletter N.
- Turnen op maandag en donderdag.

Uitstappen:

- Vrijdag: auteurslezing in het OC. Frank Daenen.

Meebrengen:

- Foto van het gezicht van papa tegen maandag. Afmeting: 2 cm op 3 cm.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

3de leerjaar A: juf Stien en 3de leerjaar B: juf Vanessa

Lesinhoud:

- Wiskunde: eigenschappen van meetkundige figuren gebruiken om vraagstukken op te lossen, aftrekkend cijferen tot 1000, cijferend vermenigvuldigen, klok (kwart voor, kwart over, uur, half uur, tijdsduur), driehoeken en hun eigenschappen.
- Taal: een deel van een zin vervangen, samen met een andere leerling een poppenkastverhaal schrijven.
- Spelling: spellingsweg (verenkelen en verdubbelen), woorden eindigend op 'n'.
- W.O.: toetsen thema: 'Dieren' (woensdag, donderdag en vrijdag). Nieuw thema: 'oorlog'.
- Godsdienst: herhalen thema: 'Jozef', dinsdag toets Jozef.
- Andere: ontdekking van de week, jeugdboekenmaand, auteursbox, kangoeroewedstrijd, leesplezier enquête.

Uitstappen:

- Vrijdag: zwemmen!

Meebrengen:

- Vanaf vrijdag 21 maart gaat het 3^{de} en 4^{de} weer zwemmen in Kempenrust tot het einde van het schooljaar. **We fietsen naar het zwembad.** Zet je fiets 's morgens op het voetbalveld in de juiste rij. De leerkrachten vertellen nog waar dit is. **Meebrengen:**
 - Zwemzak met plastic zak.
 - Rekje voor lange haren.
 - Fiets die **volledig in orde** is.
 - Helm en fluo.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

4de leerjaar A: juf Karolien en 4de leerjaar B: meester Bert

Lesinhoud:

- Wiskunde: blok 5: we herhalen de geziene leerstof. Dinsdag staat de toets getallenkennis en bewerkingen gepland, woensdag de toetsen van meetkunde en metend rekenen. Blok 6: cirkels. Tabellen lezen en interpreteren.
- Nederlands: We werken verder aan onze spreekbeurt en proberen hierbij een eenvoudige presentatie (PowerPoint) te maken.
- W.O.: thema: 'Op stap in de lente'. Van zaadje tot bloempje: windbestuiving, bestuiving door insecten. De delen van een bloem.

Uitstappen: /

Meebrengen:

- Vanaf vrijdag 21 maart gaat het 3^{de} en 4^{de} weer zwemmen in Kempenrust tot het einde van het schooljaar. We fietsen naar het zwembad. Zet je fiets 's morgens op het voetbalveld in de juiste rij. De leerkrachten vertellen nog waar dit is. **Meebrengen:**
 - Zwemzak met plastic zak.
 - Rekje voor lange haren.
 - Fiets die volledig in orde is.
 - Helm en fluo.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

5de leerjaar A: juf Bieke en juf Jill en 5de leerjaar B: juf Lindsey

Lesinhoud:

- Frans:
 - Unité 14: 'Qu'est-ce que tu aimes porter?'. Maak je klaar voor de modeshow!
 - Unité 15: 'Il a les cheveux noirs!'.
- Godsdienst: De Bijbel.
- Nederlands:
 - Kijker 6: voorspellen waarover een tekst gaat, fragment in eigen woorden samenvatten, boek voorlezen en bespreken, mening geven, verhaal afwerken en verzorgen, betekenis van woorden opzoeken, tegenstellingen geven, onderliggende en bovenliggende begrippen geven.
 - Jeugdboekenmaand!
 - Spelling: apostrof.
- Typlessen: _ -.
- W.O.: 'De tijden'.
- Wiskunde: Ongelijke verdeling, kommagetallen delen door kommagetallen, ontwikkelingen of ontvouwing, Kangoeroewedstrijd.
- HUISWERK EN TOETSEN:
 - Vrijdag: Frans toets unité 14.
 - Vrijdag: HWC afgewerkt.

Uitstappen:

- Op maandag 17 maart is het sportdag voor de derde graad in Tielenhei. We spelen netbalwedstrijden tegen de scholen van Kasterlee, Lichtaart en Tielen. Het 5^{de} leerjaar sport in de namiddag en vertrekt rond 11.45 uur. Iedereen eet die dag op school. We zijn op tijd terug. **Meebrengen:**
 - Sportzak met: water, koek/fruit en binnensportschoenen/turnpantoffels.
 - Fiets.
 - Helm en fluo.

Meebrengen:

- Dinsdag: 2 à 3 van je favoriete boeken, waaronder minstens één fictieboek.
- Dinsdag: kleding voor de modeshow in de Franse les.
- Woensdag: boeken bib. Wij zullen voortaan op woensdag naar de bib gaan.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

6de leerjaar A: meester Geert en 6de leerjaar B: juf Danny

Lesinhoud:

- Wiskunde: ongelijke verdeling met som en verschil, oppervlakte en volume, ongelijke verdeling met som en verhouding, herhaling delen en plannen, kaarten, afstand, schaal, bouwsels.
- Godsdienst: kan je verschillende vormen van engagement in je eigen leefwereld en in de 'grote' wereld herkennen? Er bestaat ook zoiets als 'christelijk' engagement. Wat houdt dit in?
- Frans: unité 31: 'Vous savez où c'est?'. Kan je je weg vragen in het Frans? Na deze week zeker en vast!
- W.O.: 'Ik van binnen'. Iedereen heeft een skelet, organen en zenuwen. Deze week bekijken we de zenuwen van naderbij. Misschien is er deze week misschien al tijd om ons verder te verdiepen in de basis van EHBO?

Uitstappen:

- Op maandag 17 maart is het sportdag voor de derde graad in Tielenhei. We spelen netbalwedstrijden tegen de scholen van Kasterlee, Lichtaart en Tielen. Het 6^{de} leerjaar sport in de voormiddag en is rond 12.20 uur terug op school. Iedereen eet die dag op school. **Meebrengen:**

- Sportzak met: water, koek/fruit en binnensportschoenen/turnpantoffels.
- Fiets.
- Helm en fluo.

Meebrengen:

- Nederlands: bib. Breng al je boeken mee naar school!

Niet vergeten:

- Oudercontacten i.v.m. studiekeuze op woensdag!

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Algemeen lagere school

OUDERCONTACTEN

Weldra organiseren we een oudercontact voor de ouders van de kinderen van het tweede tot en met het zesde leerjaar. Je krijgt hiervoor een invulformulier mee naar huis. Gelieve dit zo snel mogelijk, ingevuld, mee terug naar de school te geven.

THEMASPEELTIJD

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Reclame

Ferm Lichtaart ism Gezinsbond

Volg ons op



Gezonde lunchbox voor (klein) kinderen

(en iedereen die interesse heeft in gezonde voeding)

Donderdag 27 maart 2025

Ontmoetingscentrum
Schoolstraat 31 2460 Lichtaart

19u30 - 21u30



Niet te missen: een lezing over gezonde voeding voor je (klein) kinderen.
Weet jij welke voedingsstoffen opgroeiende kinderen nodig hebben?
Hoe vul je de brooddoos van je kind met gevarieerde en gezonde voeding?
Wat zet je op tafel als je kleinkind blijft eten?
Niet zo simpel allemaal met de overvloed die we in de winkel voorgeschoteld krijgen.
In deze lezing leer je alles over hoe volwaardige, voedzame en kindvriendelijke maaltijden te maken.
Het wordt een boeiende avond met veel praktische tips over gezonde lunchboxen, tussendoortjes en drankjes. En niet te vergeten; lekkere proevertjes.
Je gaat zeker naar huis met veel inspiratie én een receptenbundel.



Leden Ferm en Gezinsbond betalen 7€, niet-leden = 10€

Inschrijven via overschrijving op het rekeningnummer van
Ferm Lichtaart BE92 7333 2200 0523 met mededeling
"gezonde lunchbox" + uw naam, ten laatste op 15 maart aub

Iedereen is van harte welkom. Graag meer info? Contacteer ons via: fermlichtaart@gmail.com

KASTELSE KAYAK KLUB START 2 KAYAK

vanaf 9 april



10 lessen

50€

Elke woensdag om 14u of 19u
Adres: Breevensedijk 2 - 2460 Kasterlee
Info@kastelsekayakklub.be