

IKC Remigius

Jaargang 34 - Kikkernieuws 11

28 februari 2025



ALAAF !

Wat was het gezellig deze ochtend! Wat een feest om deze Carnavalsdag samen met alle leerlingen te kunnen openen. Wij genieten nog even na en wensen jullie een heel fijne voorjaarsvakantie!



VERKEERSSITUATIE

Langs deze weg willen we u erop attenderen dat er regelmatig hard gereden wordt op de parkeerplaats na het brengen / ophalen van de kinderen. In het belang van de veiligheid van alle kinderen verzoeken wij u met klem om stapvoets te rijden met uw auto op de parkeerplaats voor ons IKC.



GROENE VINGERS GEZOCHT



Een van de speerpunten voor de nieuwbouw is het zelf kunnen kweken van groenten, fruit en kruiden. Zo kunnen we de leerlingen van dichtbij laten meemaken hoe hun groenten en fruit groeit, wat hier zoal bij komt kijken en dat het leuk en lekker is om op den duur uit je eigen tuintje wat de kunnen snoepen en proeven!

Dit schooljaar nog beginnen we met de opstartfase van onze moestuintjes. U kunt dan denken aan kweekbakken in de klassen, waarin de kinderen hun eigen zaigoed kunnen zien groeien. Ook zullen diverse klassen al worden voorzien van grotere moestuinbakken, onder andere op de balkons. Voor het slagen van dit moestuinproject is een groep enthousiaste vrijwilligers onmisbaar!

Lijkt het u leuk om dit schooljaar nog te helpen met de opstart, daarbij kunt u denken aan bakken inrichten en vullen, kinderen helpen met het oogsten, tussendoor de bakken in de gaten houden etc. geef u dan op bij juf Claudia: c.hageman@innerwaard.nl

Ook opa's en oma's met groene vingers en/of moestuinervaring zijn van harte welkom zich op te geven.



BROODTROMMEL(S)

Als IKC voelen wij de verantwoordelijkheid om te informeren / adviseren. Vanuit deze rol staat vandaag de lunch centraal. **Wat kun je in de broodtrommel van je kind stoppen?**



Zorg voor een goede mix van volkoren granen, (plantaardige) eiwitten en groenten en fruit. Dit kunnen volkoren boterhammen of wraps zijn met 30+ kaas, magere kipfilet, 100% notenpasta of (zelfgemaakte) hummus. Om ervoor te zorgen dat je kind voldoende groenten binnenkrijgt, kun je wat komkommer, wortel of rauwe paprika meegeven. Laat hem of haar zelf meebeslissen welke groenten erin gaan. Om het nog wat aantrekkelijker te maken, kun je groentespiesjes rijgen, bijvoorbeeld gemixt met mozzarella. Van fruit maak je makkelijk een fruitsalade; dat wordt beter gegeten dan een hele appel of peer.

Hoe vul je een broodtrommel?

Je kunt boterhammen (of wraps, of gezonde pannenkoeken) eventueel de avond van tevoren al smeren en 's nachts invriezen. Tegen lunchtijd zijn ze dan ontdooid. Vooral slim bij beleg als kaas, zodat het niet 'zweterig' wordt. Een broodtrommel met vakjes is handig omdat je dan naast de koolhydraten ook gemakkelijk iets als groenten, balletjes falafel of een eitje kunt meegeven zonder dat die geplet worden. Geef geen bederfelijk beleg mee, zoals rosbief of filet americain.



Hoe maak je een broodtrommel zo leuk mogelijk?

Variatie is het belangrijkste bij het vullen van broodtrommels. Dat vergroot niet alleen de kans dat je kind alles opeet, maar is ook in de basis erg gezond. Kies dus voor verschillende soorten volkoren koolhydraten, varieer met beleg en zorg ervoor dat alles er aantrekkelijk uitziet. Maak bijvoorbeeld eens spiesjes van pannenkoeken of bak hartige, gezonde muffins. Leuk voor het tien-uurtje: in het weekend samen een healthy bananenbrood bakken, of mueslirepen. Die kun je dan gedurende de hele week meegeven!

VAKANTIE ACTIVITEITEN LIEMERS KUNSTWERK

ma
03
mrt

PEUTERVOORLEZEN 2+

| Van 10.30 tot 11.00 uur | Bibliotheek Zevenaar

Laat je peuter door ons voorlezen! Luister naar een verhaaltje, zing samen liedjes en maak muziek. Het is elke keer weer een klein feestje!

do
06
mrt

KLOOIEN IN LAB12

Van 15.00 - 16.30 | Elke donderdag | Lab12

Elke donderdag zijn de deuren van Lab 12 open voor een Klooilab.

**kunst
werk!**

vr
07
mrt

PEUTERVOORLEZEN

Van 10:30 tot 11:00 | Elke vrijdag | Bibliotheek Zevenaar

Laat je peuter door ons voorlezen! Luister naar een verhaaltje, zing samen liedjes en maak muziek. Het is elke keer weer een klein feestje!

wo
05
mrt

VOORLEESMIDDAG

Van 15:00 tot 16:00 | Elke woensdag | Bibliotheek Duiven, Westervoort, Pannerden, Lobith en Zevenaar

Kom met je kleine eens naar een voorleesuur. Goed voor de taalontwikkeling van het kind! Elke woensdag staan voorlezers klaar om een leuk, spannend of leerzaam verhaal te vertellen.

Klik op KUNSTWERK ! voor volledige agenda

vr
07
mrt

VOORLEESHOND WESTERVOORT

Van 15.00 uur tot 16.00 | Donderdag | Kunstwerk! de Bibliotheek Westervoort

Voorlezen kan erg spannend zijn, maar speciaal daarvoor hebben we bezoek van een speciale hond. Voorleeshond Serah geeft jou zelfvertrouwen!

BELANGRIJKE DATA



Nog hulpouders gezocht:
voor bij de **kooklessen:**
(9.30-10.30 uur)

Gr6A, dinsdag 18-03-2025

Gr 8B, dinsdag 25-03-2025

Opgeven kan via:

info@bringingforth.nl

28 februari - kikkernieuws nummer 11

3 t/m 7 maart - voorjaarsvakantie

10 t/m 14 maart - inloopweek

10 t/m 14 maart - vriendschapsweek

14 maart - 15.30 - 17.30 uur inloopmiddag IKC gebouw

21 maart - koffie en thee moment (ouders welkom om binnen te lopen)

28 maart - kikkernieuws nummer 12

12 april - reünie IKC - Remigius

14 t/m 17 april - jubileumweek (143 jarig bestaan, nadere informatie volgt)

17 april - Koningsspelen / sportdag

18 april t/m 5 mei - Meivakantie

Socials: volgt u ons al? Voor de schoolaccounts klikt u hieronder:

Voor het ouderraad account (OR) klikt u hieronder:



Gezonde broodtrommels

Volkoren- en bruinbrood zijn gezonde keuzes. Besmeer brood met margarine of halvarine uit een kuipje en kies beleg uit de Schijf van Vijf. Lekker met kraanwater of halfvolle melk.

- Brood met 100% pindakaas en plakjes banaan
- Turks brood met light zuivelspread
- Knäckebröd met 30+ kaas
- Plakjes komkommer



- Lunchsalade met volkoren couscous, tomaat, ei, sla en komkommer



- Brood met 20+ smeerkaas en plakjes komkommer
- Snoeptomaatjes en druiven



- Brood met 30+ kaas
- Brood met geitenkaas en reepjes paprika
- Wrap met hummus en veldsla



Meer informatie en voorbeelden vind je op www.voedingscentrum.nl/etenopschool

Ook zo benieuwd naar ons nieuwe gebouw?

Inloopmiddag
IKC Remigius
vrijdag 14 maart 2025
15:30 uur – 17:30 uur
Liemersplein 1, 6921 HN Duiven

SAVE THE DATE:
ZATERDAG 12 APRIL
REMIGIUS REÛNIE!
MEER INFO VOLGT...



REÜNIE

IKC Remigius

ter ere van ons 140-jarig bestaan!

zaterdag 12 april | 15:00 uur tot 18:00 uur

van Rijksweg...



...naar Droopad...



...naar het Liemersplein!



**Liemersplein 1,
6921 HN Duiven**

**Scan de QR code en
meld je aan!!**

