



Lieve ouders en andere betrokkenen bij de Ouderkamer,

Hier is de eerste Ouderkamer Nieuwsbrief van dit schooljaar. De lessen en activiteiten in de Ouderkamer worden weer goed bezocht. We hebben informatiebijeenkomsten gehad over Stichting Leergeld, vrouwenklachten, het gebiedsperspectief van Tilburg-Noord, mantelzorg en dementie, pesten of plagen, de Kinderboekenweek, VVE en POVO ambassadeurs, financiële opvoeding van kinderen, peuteropvang, zelfredzaamheid, het Nederlands onderwijssysteem, je fit voelen / gezonde leefstijl en opklimmen uit de armoede. Over een paar van deze bijeenkomsten staat een verslagje in deze Nieuwsbrief. Ook hebben we samen gezelschapsspelletjes gespeeld en creatieve workshops gehad.

We krijgen ook regelmatig bezoek in de Ouderkamer. Zo heeft bijvoorbeeld de Raad van toezicht van Stichting Mondiaen interesse getoond in de Ouderkamer. Avans docent Bart van Dalen is met 6 studenten van de opleiding Ruimtelijke Ontwikkeling aangesloten bij een bijeenkomst, daarna gingen ze in gesprek met een groepje ouders. 2 studenten van de opleiding Journalistiek hebben Kim geïnterviewd over het voorlezen in 2 talen, zijn aanwezig geweest bij deze activiteit en hebben hier een podcast over gemaakt. En Joyce (coördinator Ouderkamer V.O. en coördinator van de POVO ambassadeurs) en Kim hebben informatie gegeven over de POVO ambassadeurs aan een groep geïnteresseerden uit de regio Eemland, omdat zij ook POVO ambassadeurs willen gaan opleiden. Het is fijn om op deze manier van en met elkaar te leren.

Ook dit schooljaar zijn er weer busbezoeken gepland voor onze ouders aan middelbare scholen. Het eerste bezoek was op maandag 17 november aan Cobbenhagenmavo, Cobbenhagenlyceum en het Praktijkcollege. Een verslagje hiervan staat in deze Nieuwsbrief. Op donderdag 4 december gingen we op bezoek bij het Reeshofcollege en op dinsdag 13 januari gaan we naar de Rooi Pannen.

Veel groetjes,

Kim Diepstraten
Coördinator Ouderkamers Stokhasselt

In deze Nieuwsbrief

- Voorwoord
- Kinderboekenweek
- In het zonnetje
- Speel-o-Theek de Dirigent – Nieuwe speltasjes
- Financiële opvoeding van kinderen
- Zelfredzaamheid van kinderen
- Nederlands Onderwijssysteem
- Busbezoek scholen Voortgezet Onderwijs
- Je fit voelen - Gezonde leefstijl
- Foto's overige activiteiten



Kinderboekenweek

Van 1 tot en met 12 oktober vond de Kinderboekenweek plaats. Dit is een leesbevorderingscampagne en heeft als doel zoveel mogelijk kinderen enthousiast te maken om veel boeken te lezen. Het thema was dit jaar 'op avontuur'. Linda Holman, de leesconsulent van bs de Regenboog, heeft hierover informatie gegeven in de Ouderkamer.

Ze gaf leestips voor ouders met kinderen in verschillende leeftijden.

We weten nu beter hoe we boeken kunnen zoeken in de bibliotheek en wat de pictogrammen op de boeken betekenen.

Ook liet ze zien welke activiteiten er tijdens de Kinderboekenweek georganiseerd werden in Bibliotheek Wagnerplein.



Het is belangrijk dat kinderen 15 minuten per dag thuis lezen op een ontspannen manier. Leesplezier staat hierbij voorop, dus het is fijn als kinderen boeken lezen die ze leuk vinden. Als kinderen niet zo van lezen houden, lezen ze vaak wel graag stripboeken. Of 'makkelijk lezen boeken', waarbij wat minder tekst op één pagina staat. Ze gaf hierbij de boeken van 'Gamehelden' als tip voor kinderen van 7 tot 10 jaar. Deze hebben we nu een paar gekocht voor in de Speel-o-Theek, zodat gezinnen deze kunnen lenen.





In het zonnetje



In deze Nieuwsbrief zetten we graag juf Mariken in het zonnetje!

Naam: Mariken Willekens

Werkzaam in de Ouderkamer sinds: 5-11-2012



Hoe ben je in de Ouderkamer terecht gekomen?

Ik heb 25 jaar gewerkt op middelbare school Durendael in Oisterwijk, als lerares NT2 en Maatschappijleer. Ik gaf toen ook les aan AMA's (Alleenstaande Minderjarige Asielzoekers) die leerplichtig waren en daarom naar Durendael kwamen. Als vrijwilliger gaf ik Nederlandse lessen aan vrouwen aan huis. Ook gaf ik mannen Nederlandse les op de werkvloer. Dit was bij de leerfabriek in Oisterwijk. Toen de leerfabriek failliet ging stopte dat helaas. Soms kwam het voor dat ik in één gezin de kinderen les gaf op Durendael, de moeder thuis en de vader in de leerfabriek. Ik ben een vriendin en was destijds ook een collega van Mieke van der Loop. Zij is lange tijd coördinator van de Brede School Stokhasselt geweest. Zij heeft mij in contact gebracht met Annie Meens. Zo is het begonnen...

Wat doe je in de Ouderkamer?

Ik geef Alfabetisatieles. In Ouderkamer de Dirigent doe ik dat op maandag en in Ouderkamer de Lichtenbergh op dinsdag.

Dit zegt Mariken over de Ouderkamer:

Ik vind het werken in de Ouderkamers erg leuk en zinvol. De dames leren van mij, maar ik leer ook zeker van hen. Ik leer van hun talen en culturen en vind dat erg interessant. Het verbreedt mijn blik op de wereld. Ik voel me bevoorrecht om deze NT2 lessen te mogen geven.

Ik ben ook heel blij dat ik Annie en Kim heb leren kennen.

Welke herinneringen ga je nooit vergeten?

-Onlangs is een moeder van mijn les bevallen van een vierde kindje. Eén van de andere moeders van de les heeft tijdens de bevalling op de 3 kindjes gepast, zodat papa ook bij de bevalling kon zijn. Dit was hartverwarmend, het laat zien dat we echt voor elkaar klaarstaan in de Ouderkamer.

-Ik geniet altijd ontzettend van de feestelijke afsluiting van het schooljaar bij Wijkcentrum de Ypelaer. Veel ouders van mijn les zijn hierbij aanwezig. We kletsen gezellig samen en wat zijn er altijd heerlijke hapjes!

Lieve Mariken,

Wat is het fijn dat jij voor de Ouderkamer werkt. Met jouw ervaring in het vak breng je de ouders heel veel bij. We zien ze echt een groei doormaken. En je doet dit met veel plezier. We zien je genieten van en met de ouders. Dankjewel voor alles Mariken, we hopen dat je voorlopig nog niet met pensioen gaat.



Speel-o-Theek

In Ouderkamer de Dirigent hebben we een Speel-o-Theek. Hier kunnen gezinnen uit Stokhasselt met kinderen in de leeftijd van 2 tot 12 jaar gratis spelletjes, boeken, speelgoed, puzzels en knutselmaterialen lenen. De Speel-o-Theek is elke maandag open van 13.30u tot 16.00u. De werkgroep Speel-o-Theek helpt graag mee met het zoeken naar geschikt speelgoed voor uw kind. U bent van harte welkom.



Met de werkgroep Speel-o-Theek maken we ook regelmatig speltasjes voor de kinderen in de groepen 2 van bs de Regenboog, bs Aboe el-Chayr, bs de Lichtenbergh en bs de Vlashof. Hierin zit meestal een prentenboek, een gezelschapsspelletje en een doeboek, waarmee de ouders thuis samen met de kinderen kunnen lezen, spelen en werken. Onlangs heeft Speel-o-Theek de Dirigent een nieuw logo gekregen. Daarom hebben we nu ook nieuwe speltasjes laten maken. Zie op de foto links het oude speltasje en rechts het nieuwe speltasje. We zijn er heel blij mee en hopen dat veel gezinnen plezier gaan hebben van de inhoud van deze tasjes.





Financiële opvoeding van kinderen

Carla Massop en Fem Hoevelaken van IMW, hebben in de Ouderkamer informatie gegeven over kinderen en geld. Ze bespraken wat zakgeld is en wat hiervan het doel is; dat kinderen leren omgaan met geld. We weten nu bijvoorbeeld dat kinderen op de basisschool hun zakgeld meestal contant krijgen en kinderen op de middelbare school meestal op de bankrekening. En dat kinderen hun ouders de beste gesprekspartners vinden over geld.

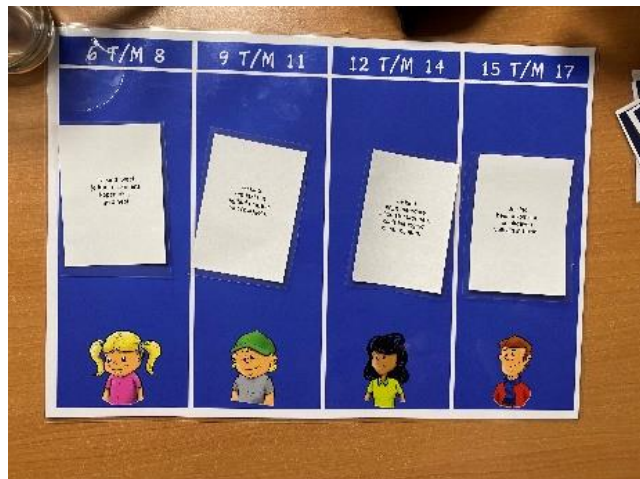


We speelden een spel waarbij de ouders bij 4 onderwerpen (zak- en kleedgeld, keuzes maken, sparen en veiligheid) mochten nadenken over stellingen; bij welke leeftijd hoort de stelling? Hierover gingen we in gesprek met elkaar en we kregen tips.

Bij zakgeld / kleedgeld bijvoorbeeld waren dit de tips:

- Kies een vast bedrag en geef dit op een vast moment in de week of maand.
- Spreek af wat van dit geld wel of niet gekocht moet worden.
- Op = Op.
- Kinderen krijgen het altijd, het staat los van straffen en belonen.

De ouders deden erg enthousiast mee met het spel en voelden zich een winnaar als ze de antwoorden goed hadden. Op <https://nibud.nl> is informatie te vinden over geldzaken. En er is een online cursus voor ouders: <https://www.nibud.nl/iknw-ouders>, waarbij je zelf aan de slag kunt met de financiële opvoeding van je kind.

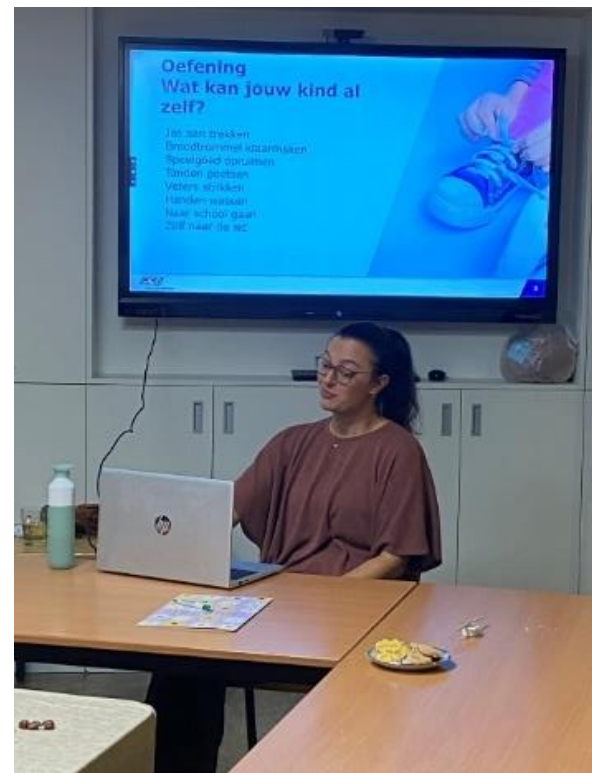




Zelfredzaamheid van kinderen

Zelfredzaamheid betekent dat je leert dingen zelf te doen. Selina Meeng, pedagoog bij de GGD, heeft hierover informatie gegeven in de Ouderkamers. We hebben besproken welke zelfstandigheid bij welke leeftijd van kinderen past: tanden poetsen, jas aantrekken, broodtrommel klaarmaken, veters strikken, klusjes in huis, (helpen met) koken enz.

Kinderen hebben van nature de drang om te willen leren en dingen zelf te willen doen. Het is belangrijk dat wij ouders ze hier tijd voor geven, dat we ze laten oefenen en pas ingrijpen als het niet lukt. Dit vraagt tijd en geduld van ons. Ze gaf de tip om taken in huis te verdelen en kinderen ook kleine klusjes te laten doen. Kinderen leren hier veel van. Helpen met het voorbereiden van het eten zorgt vaak voor meer proefmomenten en betere eters.





Het Nederlands Onderwijssysteem

Niek de Cock, voormalig teamleider van Cobbenhagenmavo, heeft informatie gegeven over het Nederlands Onderwijssysteem.

Hij vertelde welke middelbare scholen er in Tilburg zijn en welke niveaus ze aanbieden.

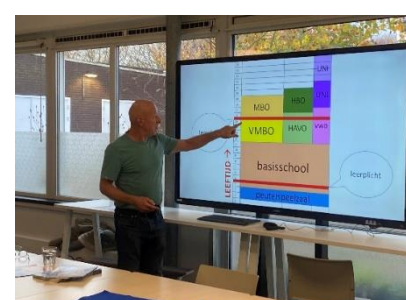
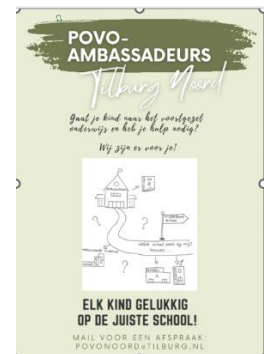
Het schooladvies dat je krijgt op de basisschool hoeft zeker niet je niveau te blijven, er is veel mogelijk. De 'gewone' weg is dat je bijvoorbeeld na de MAVO naar het MBO gaat en na de HAVO naar het HBO. Maar je kunt tussentijds ook omhoog of omlaag veranderen van richting (soms houdt dit in dat je naar een andere school gaat), of doorleren na een opleiding.

Als je kind een 'dubbel' advies krijgt, is in Tilburg de afspraak dat je kind een school kiest waar het laagste niveau hiervan wordt aangeboden. Als je kind bijvoorbeeld een TL – HAVO advies krijgt, dan gaat je kind naar een school waar ook TL wordt aangeboden en kan het niet naar een HAVO-VWO school.

Het is goed om met je kind te praten over wat het later wil worden en als ouder te weten waar jouw kind gelukkig van wordt.

Het bezoeken van open dagen van middelbare scholen is belangrijk. Je kind voelt dan de sfeer. Laat je informeren over wat en hoe op die school geleerd wordt.

Op <https://www.povo-013.nl> staat een overzicht van alle open dagen en informatieavonden in Tilburg. Je kunt dit overzicht ook op papier ophalen bij Kim in de Ouderkamer. En nog een tip: Ga je met kind naar de open dag op de manier waarop het straks ook naar de school zal gaan; met de fiets, met de bus. De afstand tussen huis en school kan ook een rol spelen in de schoolkeuze. Vind je het fijn om hulp te krijgen bij het zoeken naar een geschikte middelbare school voor je kind? De POVO ambassadeurs helpen je graag. De slogan van de POVO ambassadeurs is 'Elk kind gelukkig op de juiste school'. Gesprekken met de POVO ambassadeurs zijn gratis en ze spreken meerdere talen. Je kunt met hen in contact komen via Ouderkamercoördinator Kim, Ouderkamercoördinator V.O. Joyce Broos-Wolfs, of door een mail te sturen naar povonoord@tilburg.nl. Wij wensen alle gezinnen die voor de schoolkeuze staan hier samen met hun kind veel succes mee!





Busbezoek scholen Voortgezet Onderwijs

Op maandag 17 november hebben we met 26 ouders van bs de Regenboog, bs Aboe el-Chayr, bs de Lichtenbergh, bs de Vlashof en SBO Noorderlicht met een bus een bezoek gebracht aan Cobbenhagenmavo, Cobbenhagenlyceum en het Praktijkcollege.

We werden hartelijk ontvangen met koffie, thee en een welkomwoordje. Hierin werd aangegeven dat het vooral belangrijk is dat je kind met plezier naar school gaat. Op wat voor school voelt je kind zich thuis en wat voor onderwijs past bij je kind?

Daarna gingen we in 3 groepen uiteen voor rondleidingen door de scholen en informatie door Ronald Verschuuren (Cobbenhagenlyceum), Joyce Broos-Wolfs (Cobbenhagenmavo), Monique Lelieveld en Claudia, ondersteund door 2^e jaars leerling Mathijs. (Praktijkcollege).

Het was leuk om de scholen in bedrijf te zien, we hebben de sfeer kunnen proeven en veel kunnen zien. Van elke school zal ik een paar highlights noemen:

Bij het Praktijkcollege werken leerlingen veel met hun handen. De leerlingen runnen zelf Restaurant 'Welkom'. Voor €7,50 (exclusief drinken) kunnen mensen daar op donderdag op reservering komen lunchen. De leerlingen bereiden het eten en serveren het.

In het kooklokaal hebben de leerlingen die ochtend pasteitjes en ragout gemaakt. Bij de richting welzijn hebben leerlingen die ochtend een schoonheidsbehandeling gedaan bij elkaar. Leerling Mathijs vertelde trots over zijn school.

Op Cobbenhagenmavo werken leerlingen toe naar een VMBO-T diploma. Met 286 leerlingen is dit de kleinste middelbare school in Tilburg. Iedereen kent elkaar en als iemand iets extra's nodig heeft zijn er korte lijntjes met elkaar. Hun doel is het vormen van mooie mensen; leren voor een gelukkig leven in de maatschappij. En natuurlijk het behalen van een diploma. Op Cobbenhagenmavo wordt theorie en praktijk aangeboden. Er wordt veel gewerkt met boeken, aangevuld met werken op de laptop. Behalve de reguliere vakken wordt er onder andere 'Techniek en Toepassing' aangeboden, waarbij leerlingen een opdracht vanuit een bedrijf echt gaan uitvoeren. 2x per schooljaar is er een activiteitenweek waarin stages en excursies plaatsvinden. Leerlingen kunnen elke dag tussen 8.00u en 9.30u gratis ontbijten op school en in de aula staat gratis groente en fruit.



Op Cobbenhagenlyceum wordt HAVO en VWO aangeboden. Een mentor heet op Cobbenhagenlyceum een coach, deze heeft aandacht voor alle leerlingen.

Leerlingen leren vanuit een persoonlijk leerplan te werken, waarbij ze steeds meer leren zelf belangrijke keuzes te maken. Naast de reguliere vakken wordt 'Technasium' aangeboden waarbij levensecht gewerkt wordt, hierbij werken leerlingen aan een opdracht vanuit een bedrijf. Ook zijn er vrije keuze vakken, excursies, mogelijkheid tot meedoen aan musicals en een schoolband en schoolkoor.

Tweetalig onderwijs (TTO) is ook een mogelijkheid, de leerlingen krijgen dan de helft van de lessen in het Engels aangeboden. Deze leerlingen maken 3x een buitenlandreis; in leerjaar 1, 3 en een keer in de bovenbouw



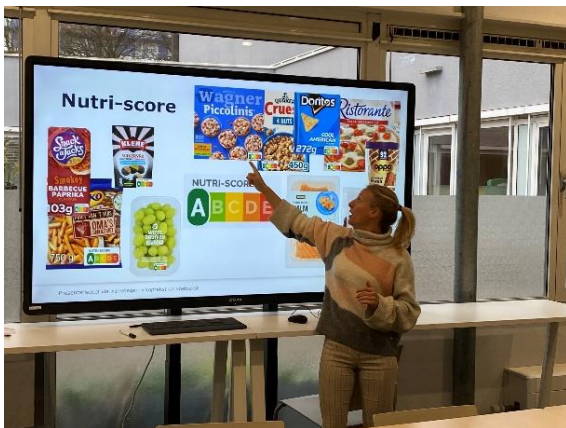


Je fit voelen – Gezonde leefstijl

Noortje Vriens, gezondheidsbevorderaar bij de GGD, heeft informatie gegeven over jezelf fit voelen en een gezonde leefstijl. We bespraken wat we nodig hebben om je fit te voelen. Onder andere gezond eten is hierbij belangrijk. We hebben geleerd dat je van suiker in suikerklontjes, koekjes enz. een korte suikerpiek krijgt. Je raak niet vol, je lichaam werkt heel hard om het weg te krijgen en je krijgt snel weer trek. In gezonde voeding zitten vezels. Als je fruitsuikers eet krijg je een langzame suikerpiek. Je bent door de vezels sneller verzadigd, je lichaam verwerkt het langzamer en je hebt niet snel weer trek. Als je diabetes hebt, is je lichaam moe en kan het de suikers niet meer afbreken.

Gemiddeld zijn de mensen in Nederland 8 kg te zwaar. We hebben een bal van 8 kg opgetild en bedacht hoe het is als je dit extra gewicht de hele dag met je mee te moeten nemen. Je kunt eerder lichamelijke klachten krijgen zoals zere enkels en knieën. We hebben beweegrichtlijnen voor kinderen, jeugd en volwassenen bekeken en ook zelf actief bewogen. Dit vonden we leuk en willen we graag nog eens doen. Als je minder energie gebruikt dan je eet, val je af. Veel mensen die afvallen krijgen meer energie om te bewegen.

We hebben ook geleerd dat als er 'Nutriscore A' op voeding staat, dit niet altijd betekent dat het gezond is. De nutriscore vergelijkt met hetzelfde product. Een pizza waarop nutriscore A staat, is de minst ongezonde keuze als je een pizza wilt eten.





Foto's overige activiteiten

Een creatieve ouder van de Ouderkamer heeft een paar prachtige tafeldecoraties voor ons gemaakt, waaronder dit mooie herfsttafeel. Dankjewel lieve Fatima, we hebben ervan genoten in de Ouderkamer!



Naschoolse Activiteit
Gezelschapspelletjes
spelen



Creatieve les met Shirley



Naschoolse Activiteit
Koud koken



Samen
gezelschapspelletjes
spelen



Creatieve workshop met
Fatima



Voorlezen in 2 talen