



## NIEUWSBRIEF 4

SCHOOLJAAR 2023-2024

### INHOUD

- Sinterklaas, actie pepernoot en lootjes
- Even voorstellen: Lisette, onze orthopedagoog
- Oproep: meedenken over de rijke schooldag, Abby D.
- Vapen
- Leuke uitjes! Rapunzel
- Leuke uitjes! Het Rijksmuseum

### BELANGRIJKE DATA

Dinsdag 21 november 2023	Lootjes trekken groepen 5-8
22 november tot 1 december	Codes actie pepernoot en surprisegeld ophalen
Week 27 november tot 1 december	Surprises op school inleveren
Vrijdag 1 december 2023	Klassenshow groep 8B
Dinsdag 5 december 2023	Sinterklaasfeest tot 12.30 uur
Donderdag 21 december 2023	School tot 12.30 uur
	Kerstviering 's avonds, 17.45 – 19.00 uur

### SINTERKLAAS – ACTIE PEPERNOOT EN LOOTJES

Goed nieuws, de Toonladder doet dit jaar weer mee met Actie Pepernoot!

Nationaal Fonds Kinderhulp stelt voor iedere leerling een cadeaucode beschikbaar. Met deze code kan iets uitgezocht worden voor een bedrag van €25,- op de website van Wehkamp.

Daarnaast krijgen de leerlingen van groep 5 t/m 8 dit jaar €5,00 van school voor het kopen van een cadeautje voor het getrokken lootje.

Vanaf woensdag 22 november kunnen deze codes en de €5,00 in een gesloten envelop, door ouders, opgehaald worden bij juf Aafke en/of juf Monique. ✉

Maandag, dinsdag, donderdag:  
van 8.15-8.45 en van 14.30 en 15.00

Woensdag en vrijdag  
van 8.15-8.45 en van 12.15-12.45

De enveloppen worden NIET meegegeven aan de leerlingen.

We wensen iedereen veel plezier met het uitzoeken van mooie cadeaus 🎁📦





### EVEN VOORSTELLEN: LISETTE, ONZE ORTHOPEDAGOOG

Beste ouders,

Misschien heeft u mij al eens op school zien lopen, ik ben Lisette van Benthem en werk dit jaar als orthopedagoog op De Toonladder. Dat betekent dat ik de school ondersteun wanneer er vragen zijn over de ontwikkeling van leerlingen, groepen of de zorg op school. Samen met de intern begeleider, schoolmaatschappelijk werk en de GGD maak ik onderdeel uit van het ondersteuningsteam van de school. Daarnaast kijk ik wel eens mee in de klas, voer ik gesprekken met kinderen en ouders en soms doe ik onderzoek. Op deze manier hoop ik mee te werken aan goed onderwijs en een fijne schooltijd voor de leerlingen van De Toonladder.

Wie weet tot ziens! Groet, Lisette van Benthem

### OPROEP: MEEDENKEN OVER DE RIJKE SCHOOLDAG, ABBY D.

De Rijke Schooldag, Abby D. is het project waarbij onze leerlingen mee kunnen doen aan verschillende naschoolse activiteiten in de wijk en op school. Momenteel zijn we bezig met de implementatie. Hier wordt ook onderzoek naar gedaan. Hiervoor wil men graag ook ouders interviewen. De gewenste dag voor interviews is op dinsdag.



Wie zou hiervoor geïnterviewd willen worden? Meld je aan bij juf Aafke of mail naar Aafke via [a.straat@ooz.nl](mailto:a.straat@ooz.nl)

Alvast bedankt!



### VAPEN

Ook op school merken wij helaas dat vaperen steeds vaker voorkomt. We merken dat ook ouders met veel vragen zitten: wat is vaperen? Hoe gevaarlijk is dit? Hoe ga je met je kind in gesprek over vaperen? In dit artikel lees je hier alles over.

#### Wat is vaperen?

Een vape is een elektronische sigaret met een batterij, ook wel 'e-sigaret' genoemd. De vape bevat geen tabak, maar wel een vloeistof (e-liquid). De vloeistof bevat vaak nicotine. De vape verwarmt de vloeistof, waardoor de vloeistof verdampt. De damp adem je in via het mondstuk van de vape. Het gebruik van een vape wordt 'vaperen' genoemd.



Er zijn veel verschillende soorten vapes. Sommige vapes kan je bijvullen met een vloeistof en opladen aan het stopcontact. Andere vapes kan je na gebruik weggooien, dit zijn 'wegwerp vapes'. Ondanks het verkoopverbod aan minderjarigen komen kinderen makkelijk aan vapes. Ze bestellen vapes via webshops en sociale media zonder dat hun leeftijd gecheckt wordt. Verkoop via webshops en sociale media is vanaf 1 juli 2023 verboden.

#### Waarom is het zo populair onder jongeren?

De tabaksindustrie richt de marketing van vapes bewust op kinderen en jongeren. Vapes lijken vaak op een markeerstift of USB-stick. Vapes zijn er in allerlei kleuren en smaakjes zoals chocola, kokosnoot of bubblegum. 'Smaakstoffen zoals watermeloen klinken misschien gezond, maar het zijn gewoon chemische goedjes,' vertelt Esther Croes, arts-epidemioloog bij het Trimbos-instituut. Vanaf 1 januari 2024 mogen er geen vapes met smaakjes meer verkocht worden. De smaak 'tabak' blijft wel toegestaan. Het verbod moet de e-sigaretten minder aantrekkelijk maken voor jongeren.

#### Hoe schadelijk is vaperen?

Met al die kleurtjes en smaakjes lijken vapes onschuldig speeltjes. Maar in de meeste vapes zit nicotine. Nicotine is een zeer verslavende stof en kan leiden tot hartkloppingen, duizeligheid, misselijkheid, hoge bloeddruk en zelfs epileptische aanvallen. Nicotine kan bij jonge kinderen de ontwikkeling van de hersenen verstoren. Hoe jonger een kind begint met het gebruik van nicotine,

hoe sneller er een verslaving optreedt. Op basisschoolleeftijd zijn een paar trekjes al genoeg om een nicotineverslaving te ontwikkelen. Er bestaan ook vapes zonder nicotine, maar de damp van elke vape kan kankerverwekkende stoffen bevatten en leiden tot irritatie en schade aan de longen.

#### Zet vaperen jongeren aan tot roken?

Vapes, toen nog 'e-sigaretten', zijn twintig jaar geleden ontworpen als hulpmiddel bij het stoppen met roken. De tabaksindustrie richt zich met de nieuwe generatie vapes niet op rokers die willen stoppen, maar op jongeren die nog nooit gerookt hebben. Voor hen is vaperen vaak een opstapje naar het roken van tabakssigaretten. Voor de tabaksindustrie maakt het niet uit of kinderen roken of vaperen. Zolang mensen maar verslaafd raken aan hun product.

#### Praat met je kind over vaperen

Ga in gesprek met je kind over vaperen. Onder middelbare scholieren is vaperen behoorlijk populair, dus de kans dat je kind er al eens over heeft gehoord is best groot. Vraag wat je kind al weet over vaperen, of er kinderen op school zijn die het doen en wat je kind daarvan vindt. Leg uit waarom je niet wilt dat je kind gaat vaperen. Laat weten dat je wilt dat je kind gezond is en niet verslaafd raakt aan nicotine. Laat je kind ook nadenken over hoe zij zouden reageren als ze een keer een vape aangeboden krijgen. Leg uit dat 'nee' zeggen een optie is en dat je kan weigeren mee te doen. Echte vrienden accepteren en respecteren dat.

#### Wat kun je als ouder doen als je kind vaped?

Probeer als ouder consequent te zijn en maak duidelijk dat je het vape-gedrag afkeurt. Uitspraken als 'daar krijg je later kanker van' helpen vaak niet. Wat wel werkt is het bespreken van de kortetermijneffecten van nicotine. Kinderen voelen zich vaak helemaal niet lekkerdoor de nicotine. Bovendien speelt geld vaak een rol bij jongeren. Benadruk dat het zonde is als hun zakgeld opgaat aan vaperen. Daarnaast is uit onderzoek bekend dat vaperen een opstapje is naar roken, wat weer gevolgen heeft op langere termijn.



### LEUKE UITJES: RAPUNZEL

Op maandag 6 november zijn de groepen 5 met de bus naar Scheveningen geweest om daar te genieten van de musical Rapunzel. Vooraf aan dit uitje hebben de kinderen twee lessen gekregen, er werd geknutseld en gezongen.

Dit uitje hebben wij kregen van de ABN-AMRO Foundation. We hadden hele mooie plekken vooraan en de kinderen hebben genoten!

### LEUKE UITJES: HET RIJKSMUSEUM

Verslag van het bezoek aan het Rijksmuseum door Sabrina, Stella en Rayan (groep 8)

#### Museum

Leuke dag weer! School kleren aandoen, opstaan, eten en naar school gaan, maar vandaag is het een speciale dag, we gaan naar het museum!

Review: 4 sterren.

Heel erg leuk! Schilderijen waren fantastisch (en ook mooi)! Het beste was dat we een kroontjespen mochten gebruiken om een kaart te maken voor een eiland, het duurde ongeveer 1 uur en 45 minuten om naar de museum te rijden, maar het was wel echt leuk! We maakten ook zelf inkt, en we hebben De Nachtwacht in het echt gezien. Het is wel groter dan je denkt. Groetjes, Stella 😊



#### Een dag in het museum

We begonnen vroeg en stapten in de bus. We moesten 1 uur en 45 minuten rijden. Toen we waren aangekomen bekeken we toffe zwaarden! We leerden dat enorme zwaarden gebruikt werden voor de sier! Daarna bekeken we schepen en de VOC. Vervolgens gingen we naar de NACHTWACHT we gingen toen zelf een Landkaart maken! Daarna gingen we 2 uur in de bus zitten. En kwamen we aan op school. We kregen toen 20 minuutjes voor ons zelf. En gingen toen naar huis.

Groetjes Sabrina 😊

#### Een dag in het museum

Hallo mijn naam is Rayan. Ik ben vandaag naar het Rijksmuseum gegaan. Het was daar heel leuk we gingen eerst de schepen en de wapens bekijken die hun hadden gebruikt en toen moesten we wapens tekenen en daarna gingen we langs het schilderij de Nachtwacht. Nadat we klaar waren gingen we iets tekenen. We moesten zelf inkt maken met een inktsteen. Toen we de inkt hebben gemaakt moesten we er een eiland in tekenen met huizen enzo.

Dat was mijn dag. Groetjes Rayan