



# 't Brugske

Iedereen een superheld!

Kleur mij!



*December 2021*  
*Halfjaarlijkse Editie*



## Voorwoord



✓ Vliegen



Masker



Cape

*"Check. Volgens mij klopt de lijst.*

**IK** ben een superheld.

*Vliegen, of hoog springen, zweven of worstelen met een krokodil, ik red de wereld.*

*Het plaatje klopt.*

*Mijn cape geeft me vleugels en extra flair. Mijn masker beschermt mij, ook tegen vieze virussen.*

*Het klopt echt, ik ben een superheld.*

*maar*

*Ben ik de enige, ben ik uniek?*

*Ik bezit bijzondere skills, want vliegen kan zeker niet iedereen.*

*Maar: moedig zijn en doorzetten als het moeilijk gaat...*

*Iemand anders helpen - soms tegen mijn zin,*

*Een mondmasker dragen al zou ik zoveel liever iemands glimlach zien.*

*Een troostend woord, een schouderklopje,*

*delen, met gewassen handen.*

*Helpen waar ik kan met een taak op school, thuis, online.*

*In de bres springen voor onrecht en tegen pesterijen?*

...

*Nee, de enige ben ik niet!*

**Kijk om je heen, overal zie je superhelden. Sommigen duidelijk zichtbaar, anderen bescheiden op de achtergrond. Ook naast, voor en in de klas. Ja...ook jij bent een superheld! Maak er samen een mooie en gezonde eindejaarsperiode van.**

Het team van het Brugske



## De superheldenregels op onze school

Een goede school, is een veilige en fijne school. Met deze gedachte gingen de leerkrachten vorig jaar aan de slag. Het team zocht naar een aantal belangrijke en duidelijke regels. De bedoeling: iedereen houdt zich aan de regels zodat we op een veilige, fijne manier kunnen leren, spelen, werken en omgaan met elkaar.

### Onze 4 superheldenbasisregels:

Wij hebben respect voor materialen.  
Wij ruimen op .  
Wij maken niets kapot.  
Wij dragen zorg voor materialen die we gebruiken.

#### Zorg dragen



#### Luisteren



Wij zijn verantwoordelijk.  
We doen wat de leerkrachten zeggen of vragen.  
Wij houden ons aan de afspraken en volgen opdrachten op.

#### Respect



Wij zorgen voor elkaar.  
Wij gaan op een positieve, fijne manier om met anderen.

#### Voorzichtig



Wij doen geen gevaarlijke dingen.  
Wij doen enkel dingen die veilig zijn voor mezelf en voor de anderen.



## Elke stap telt voor een superheld

Ook onze school doet mee aan het project 10 000 stappen. De bedoeling van het project: zoveel mogelijk mensen aanzetten om meer stappen per dag te doen.

Waarom? Wandelen is de makkelijkste en goedkoopste manier van bewegen. En dat het goed voor ons is, weten ze tot in Japan. De Japanse onderzoeker Dr. Hatano toonde aan dat 10.000 stappen gespreid over een hele dag de gezondheid fundamenteel verbetert. Je kan dus toch voldoende bewegen, ook al ben je nog niet klaar om te sporten. Stappen kan je altijd en overal: thuis, op het werk, tijdens verplaatsingen (verkeer), in je vrije tijd ...

Hoeveel stappen moet je dan zetten voor een gunstig effect op je gezondheid? 10.000 stappen per dag is ideaal voor volwassenen, 8.000 voor 65-plussers. Maar staar je vooral niet blind op een cijfer: elke stap telt! Ook kleine vorderingen maken een verschil.



Ook wij willen de mensen motiveren om te stappen. Hoe kan je dit nu doen op weg naar school? Wel, in de buurt van de school is er de parking van de Kersenpit. In plaats van aan de schoolpoort te parkeren, waar het al vrij druk is, is het gezonder om op de Kersenpitparking te staan. Meteen een paar meter meer op de teller.

Om de mensen te motiveren komen er een paar leuke eyecatchers in de buurt: zo komt er aan onze school een hinkelspel, oriëntatiepijlen met hoeveel stappen de eerstvolgende parking is, ...

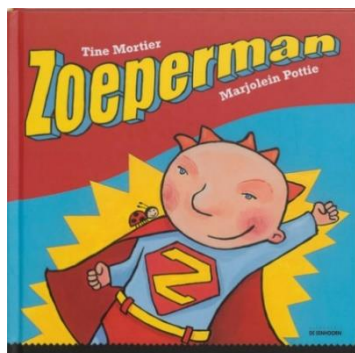
Werk mee aan jouw eigen gezondheid, maar vooral aan die van jullie kind(eren) en parkeer op de Kersenpit.



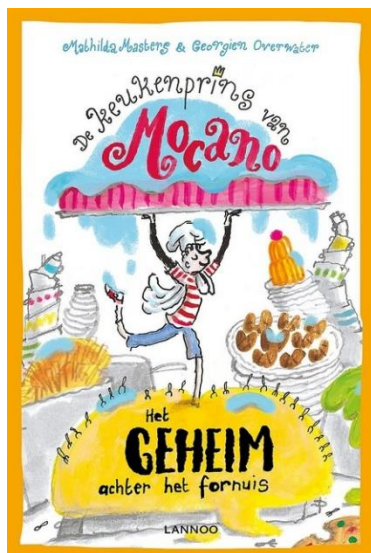


## Superhelden: lees-, kijk- en zoekhonger

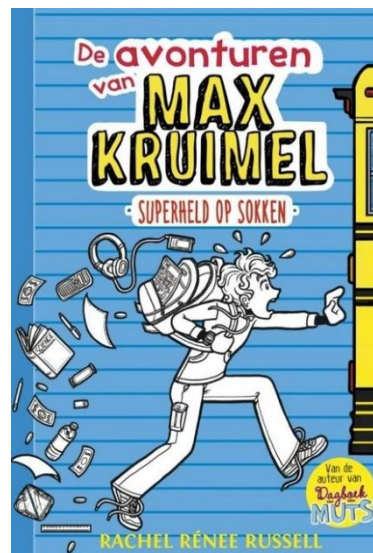
In een hoekje, met een **boekje**?



3-5 jaar



8-10 jaar



9-11 jaar

Leestip: Ga met [Bieblo](#) (bib Asse) zelf op zoek naar een leuk boek, volgens jouw interesse en leeftijd...

Liever een spannende **film**, op een druilerige dag tijdens de kerstvakantie?

Deze films zijn momenteel in de cinema.



In de derde **Nachtwacht**-film staat deze keer de weerwolf centraal. Vlad, Keelin en Wilko komen terecht in het rijk der weerwolven. Hier heeft Wilko's vader, Lupino, de wilde weerwolfclans in vrede verenigd. Samen met Wilko's zus Rhea wil hij de weerwolven de moderne tijd inleiden. Er wordt echter tegen hem samengespannen door enkelen die juist terug willen naar het recht van de sterkste. Tijdens een duister offerritueel creëren zij de Bloedmaan, een eeuwige zonsverduistering die de weerwolven woest en wild maakt. En er ontstaat een krachtig, onverslaanbaar monster. Onverslaanbaar? Ook voor de Nachtwacht?

Voor de allereerste keer in de geschiedenis van de **Spider-Man**-films is onze vriendelijke held ontmaskerd en kan hij zijn normale leven niet langer gescheiden houden van zijn gevaarlijke leven als superheld. Als hij Doctor Strange om hulp vraagt, staat er meer op het spel dan ooit tevoren. Dit dwingt hem onder ogen te zien wat het echt betekent om Spider-Man te zijn.





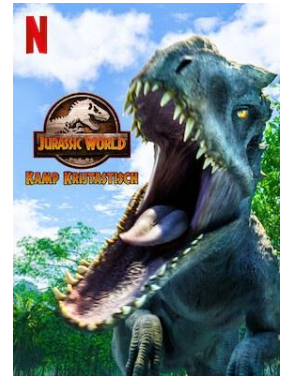
Het 15-jarig meisje Mariana is liefdevol, grappig en feilbaar. Ze is een echte comedian en woont samen met haar gezin waarvan iedereen behalve zij over magische krachten beschikt in een magisch huis. Mariana zelf beschikt echter nog niet over magische krachten, maar dan is het toch aan haar om **Encanto** te redden.

Of liever gewoon thuis, voor de buis?



**Netflix: Playmobil, de film**

Pientere Marla komt in de wereld van Playmobil terecht. Samen met een geheim agent en een vrachtwagenchauffeur probeert zij een mysterie op te lossen.



**Netflix: Jurassic World – Kamp Krijtastisch**

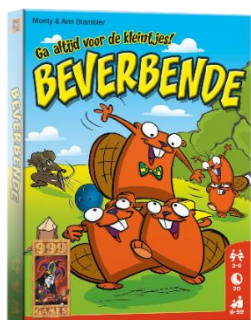
Zes tieners zijn uitgenodigd in een hypermodern avonturenkamp op Isla Nublar. Als de dinosaurïers uitbreken, moeten de kampeerders samenwerken om te overleven.

Of een leuk gezelschapsspel, misschien wel voor onder de kerstboom?

**Heb je snelle reflexen en goede observatieskills?**

**Dooble** is een snel observatiespel voor het hele gezin. Het doel van het spel? Zoek het gelijke symbool op twee verschillende kaarten. Wees de eerste die het gelijke symbool vindt en benoem deze om de kaart te winnen.

Vanaf 6 jaar (kidsversie vanaf 4 jaar)



**Ben je een held in onthouden?**

Beverbende is een spannend tactisch geheugenspel. Scoor de minste strafpunten. Het enige probleem is dat je maar twee van je vier kaarten kent ...

Vanaf 6 jaar



## Superheldenspelletjes

### Een memory voor onze kleinste superhelden

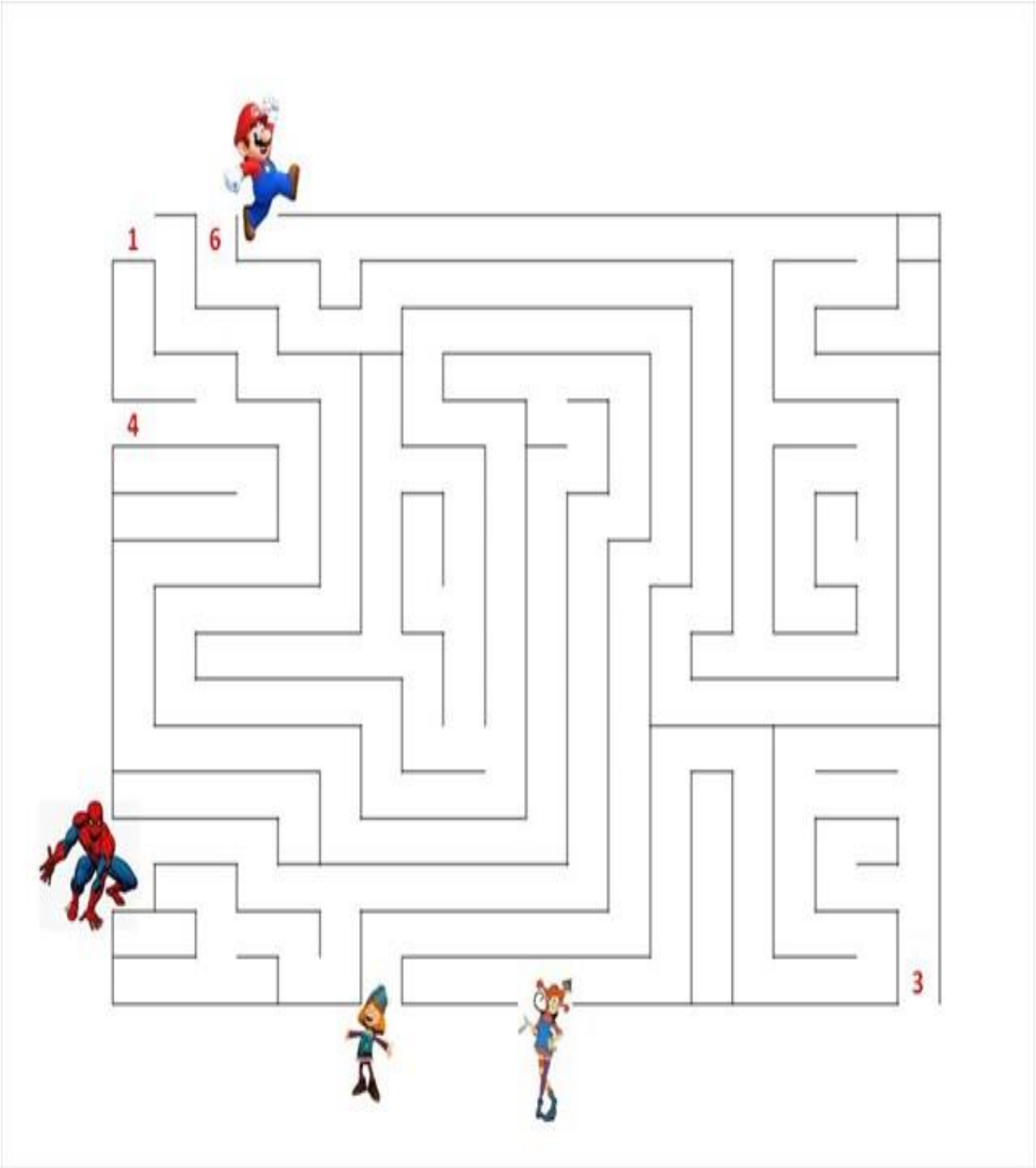
Wie vindt het snelst twee dezelfde superhelden?

Leg alle kaartjes omgekeerd op de tafel. Om de beurt mag je er twee omdraaien. Als je twee dezelfde kaartjes hebt, dan mag je ze houden. Als je twee verschillende kaartjes hebt, dan draai je deze terug om. Wie heeft er op het einde de meeste kaartjes?



**Een doolhof van superhelden.**

Kunnen jullie de weg van een superheld vinden naar een cijfer? Welke superheld leidt naar welk cijfer?





## **Het grote superheldenspel voor de hele familie**

We willen voor eens en voor altijd uitzoeken welke superheld nu de beste is. Daarom laten we de superhelden het in een fantastisch spel tegen elkaar opnemen om zo zelf de strijd uit te vechten! Er zijn verschillende superhelden, elke speler trekt een personage uit de zak met pionnen. Dit spel kan gespeeld worden met minimum 3 spelers.

De 7 superhelden:

1. Mega Mindy
2. Mega Toby
3. Superman
4. Spider-man
5. Batman
6. Catwoman
7. Zorro

Elke superheld vertrekt bij de start en probeert zo snel mogelijk het einde te bereiken. Er zijn 63 vakjes die overbrugd moeten worden. Onder die 63 vakjes zijn er 40 speciale vakjes:

- 15 rode: uitdagingen
- 10 groene: kansbeurten
- 15 blauwe: pestopdrachten

Kleur op het spelbord 40 van de 63 vakjes in met deze kleuren.

Bij de rode uitdagingen is het de bedoeling dat je een andere superheld uitdaagt voor de opdracht die bij het vakje hoort. Als je wint, mag je kiezen of je wisselt met de andere persoon of je liever blijft staan.

De groene kansbeurten zijn spelopdrachten die positief of negatief kunnen zijn.

De blauwe pestopdrachten tenslotte, zijn opdrachten waarmee je iemand anders kan pesten.

### **Uitdagingen:**

1. armworstelen
2. beschuit eten + fluiten
3. schaar-blad-steen tot 3 punten
4. zo lang mogelijk AAA zeggen
5. zin van 10 woorden maken zonder de letter E
6. vier op een rij
7. puzzel zo snel mogelijk maken
8. voorwerp wordt verstopt en moet gezocht worden
9. vliegertje plooiën, degene die het verst vliegt, wint
10. in 3 minuten zoveel mogelijk spreekwoorden opschrijven
11. om ter snelst een glas water leegdrinken
12. zo snel mogelijk 20 woorden met de letter p opschrijven
13. zoveel mogelijk woorden die rijmen op... speel dit in 3 minuten
14. zo lang mogelijk zeg eens eu
15. ik ga op reis en ik neem mee

### Kansbeurten:

1. 1 vakje achteruit
2. opnieuw beginnen
3. wacht tot iemand je voorbij steekt voor je verder mag
4. naar hetzelfde vakje als de eerstvolgende persoon voor je
5. 2 vakjes vooruit
6. ga naar hetzelfde vakje als de persoon die laatst staat
7. 1 vakje vooruit
8. beurt overslagen
9. 2 vakjes achteruit
10. ga naar het vakje van de persoon die achter je staat

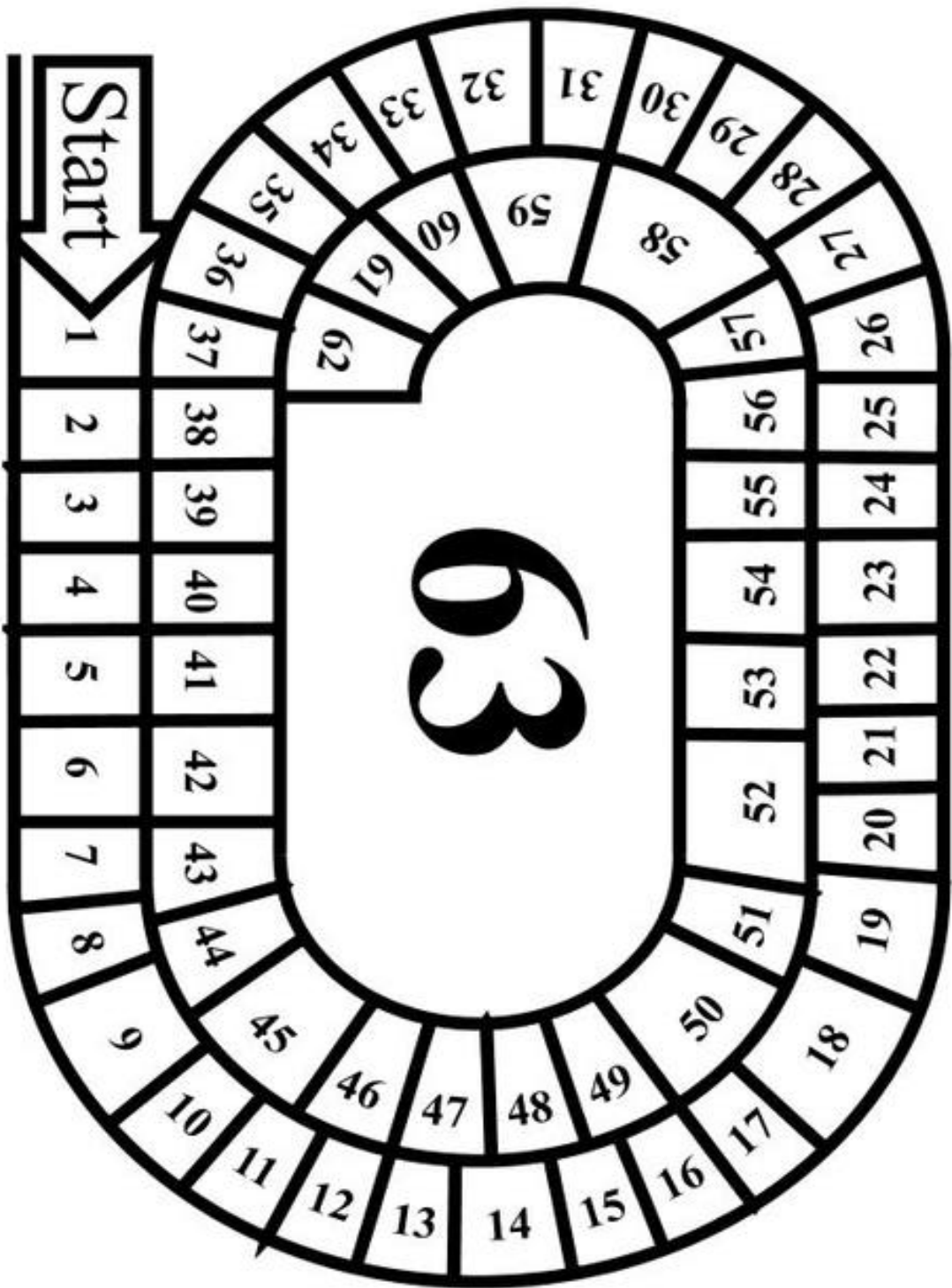
### Pestopdrachten:

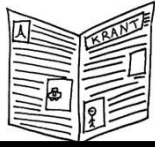
1. wissel twee andere pionnen van plaats
2. zet elke andere pion twee plaatsen achteruit
3. zet 1 iemand vier plaatsen achteruit
4. zet iemands pion bij de dichtstbijzijnde andere pion
5. iedereen moet 1 beurt overslaan (je mag dus zelf twee keer gooien)

### Materiaal:

- spelbord
- pionnen (+ dobbelsteen)
- beschuiten
- veel papier
- balpennen
- zelfgemaakte puzzel
- vier op een rij
- balpennen
- glazen
- voorwerp om te verstoppen







## Superkrachten in je hoofd

**Jong geleerd is oud gedaan: rustmomenten creëren met kinderen**

**Druk. Een hele dag school, verjaardagsfeestjes, een boel hobby's en nog steeds dat vervelende covid.**

**Onze kinderen volgen een uitdagende planning.**

**Daarom is samen rustmomenten creëren een must.**

**We helpen jullie op weg met deze vijf oefeningen.**

### **OEFENING 1: De SUPERMAN**

Een goede houding geeft vertrouwen en vertrouwen brengt rust.

Doe samen de Superman: gebalde vuisten; gestrekte armen; 1 naar voor en 1 naar achter; je voeten uit elkaar en stevig geplant.

Je kind wordt zich zo bewust van de eigen lichaamshouding. Deze poses kunnen daarna helpen om stevig te staan bij een toets of sportprestatie.



### **OEFENING 2: DIEPE ADEMHALING**

Ga samen op de rug liggen met een favoriet knuffeldier op jullie buik.

Moedig je kind aan om naar het knuffeldier te kijken: het gaat omhoog bij inademen en omlaag bij het uitademen.

Het leren concentreren op de ademhaling brengt rust bij stressvolle gebeurtenissen. De knuffel maakt de beweging zichtbaar voor kinderen.

### **OEFENING 3: MINDFUL RUIKEN**

Verzamel een handvol huishoudelijke artikelen voor je kind om aan te ruiken. Bijvoorbeeld: muntblaadjes, een kaars, honing, verse kruiden, pindakaas of wat er voor handen is.

Moedig je kind aan om na te denken over hoe het zich voelt wanneer het de geur inademt. Bijvoorbeeld: De munt geeft me een fris gevoel; de vanille geeft me een ontspannen gevoel; de pindakaas geeft me een gevoel van ... honger!"

### **OEFENING 4: ACTIEF LUISTEREN**

In de tuin, onderweg van school naar huis of tijdens een wandeling, moedig je je kind aan om enkele momenten stil te zijn en te luisteren.

Het lied van de vogels, het zwakke gejammer van een sirene, het gezoem van bijen in de omgeving. Gewoon ontdekken en luisteren, verder niets.

### **OEFENING 5 : Het WEERBERICHT**

Welk weertje is het eigenlijk vanbinnen? Ontspannen en lekker zonnig, of voelt het meer alsof het regent? Is het zwaarbewolkt of stormt het? Laat vanzelf maar het weerbericht opkomen bij je kind zodat het passend is bij hoe het zich nu voelt.

Het weer mag er zijn en het is helemaal prima zoals het is. Je kunt het weer dus precies zo laten zoals het is. Het weer van buiten kunnen we ook niet veranderen. Stemmingen veranderen helemaal vanzelf!

*Tips via [CJG.nl](http://CJG.nl) en [unlp.nl](http://unlp.nl)*





## Train een superheldenlichaam

### **1. Mountain Climbers**

Ga in een pompositie staan en breng afwisselend je linkerknie naar je linkerelleboog en omgekeerd. Probeer samen een leuk ritme aan te houden.

### **2. Bear Crawls**

Handpalmen en voeten plat op de grond en krul je rug tot je zo recht mogelijk staat. Je kind stapt vooraan en jij volgt. Kan je hen bijhouden?



### **3. Star Jumps**

Spring omhoog en strek al je ledematen zodat je er zoals een ster uitziet. Doe dit op een leuk muziekje. Wie kan het hoogste springen?

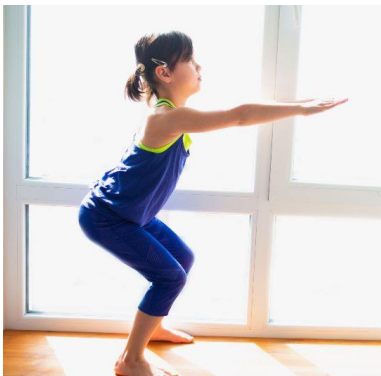


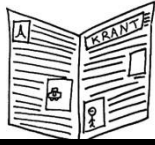
### **4. Sit-Ups**

We gaan die buikspieren laten branden! Vraag aan je kind om je voeten vast te houden terwijl jij op een minuut zoveel mogelijk sit ups doet. Daarna wisselen jullie. Wie doet de meeste?

### **5. Squats**

Kinderen kunnen van nature heel goed squaten. Kijk eens wie van jullie het diepste geraakt, of de meeste squads kan doen in 60 seconden. Zet je voeten op schouderbreedte en buig je knieën. Zorg ervoor dat je knieën niet voorbij je tenen gaan!





## De superhelden van het eerste leerjaar

Daar moesten wij helemaal niet lang over nadenken. Het antwoord was heel eenvoudig. Onze grootste superhelden zijn natuurlijk onze meters en peters van het 6<sup>de</sup> leerjaar.

Dit jaar is het ook een "specialeke", want ieder kindje van het 1<sup>ste</sup> leerjaar heeft dit jaar twee meters of peters. We zagen wel al heel snel dat het helemaal goed zat tussen die meters en peters met hun "kleintjes" van het 1<sup>ste</sup> leerjaar.

We hebben echt al superleuke activiteiten samen gedaan. We sommen ze even voor jullie op: onze meters en peters liepen samen met ons het parcours van de bosloop en we wandelden er ook samen naar toe, we kregen van onze meters en peters de eerste instructies om op Bingel te werken, ze hielpen ons mee "verhuizen" van plaats in ons klasje, ze schminkten ons in de Halloweenworkshop en onlangs kregen we les over "het bos" van onze meters en peters. We hebben die namiddag heel veel geleerd over het bos.

Het is altijd leuk om dingen samen te doen met onze grote superhelden. Soms gooit corona wel roet in het eten. Wij mogen dan weer even geen activiteiten samen doen. We willen hen nu al bedanken voor de voorbije maanden Wij houden van jullie en wij vinden jullie nu al echt de max!

## De superheldendaden

Trek per maand (of per week) een kaartje en doe één van de superheldendaden van onze kinderen.

- Maak zelf eens een cadeautje voor iemand die speciaal is voor jou.
- Organiseer een verwendagje voor je favoriete persoon.
- Ga eens een dagje spontaan opruimen.
- Ga het bed opmaken en leg een lief briefje op het hoofdkussen.
- Vandaag ben jij het keukenhulpje (afwassen, tafel klaarzetten, opruimen,...)
- Zorg voor ontbijt op bed en leg er een leuk wensje bij.
- Stop een briefje in de bus van je beste vriend/vriendin/oma/opa/...
- Ga eens een boekje voorlezen voor je broer/zus.
- Verras iemand door een hele dag lieve dingen te zeggen en te doen.
- Organiseer een mama- en papadagje (maak ook een tekening voor hen).
- Telefoon eens naar je oma en opa om te horen hoe het met hen gaat. Zeg zeker dat je hen graag ziet.
- Bedank iemand die veel voor jou doet op een originele manier.



## Uitstappen voor superhelden

### Klimzaal De Stordeur in Leuven

Ooit al eens hoog aan de rotsen willen hangen, net zoals in de film ... Klimzaal De Stordeur in Leuven heeft 15 ongewone klimwanden. Door te klimmen wordt niet alleen het lichaam getraind, maar ook de hersenen. Klimmen is goed voor de beweeglijkheid, de coördinatie en de kracht.

De klimwanden bij De Stordeur zijn voorzien van automatische zekeringstoestellen en speelse grepen. Verder is er ook een hindernissenparcours met 9 bruggen op 7 meter hoogte.

Op voorhand reserveren is de boodschap.



### Nature Walk – Adventure Valley Durbuy

Langs de Ourthe in Durbuy loopt er een prachtige natuurwandeling voor het ganze gezin met onderweg drie avontuurlijke touwbruggen. De wandeling is 3,5 km en duurt ongeveer 90 minuten. Onderweg kan je QR-codes scannen om extra informatie te ontdekken over de aanwezige fauna en flora. Opgepast deze wandeling is niet toegankelijk voor rolstoelen en kinderwagens.



### Kerstmagie

Ben je een echte speurneus dan is een bezoekje aan 'Kerstmagie' waarschijnlijk een leuke uitstap. Tijdens de maand december zijn er 10 kerstmagiekastelen waar je een spannende ontdekkingstocht voor het hele gezin kan doen. Tijdens 'De Nacht van de Twinkelings' probeer je het mysterie van de Twinkelings op te lossen door onderweg de nodige hints te verzamelen. Een cluedo-achtig spel op het lijf geschreven van kleine en grote speurneushelden..



### **Het verhaal: De Nacht van de Twinkelings**

Het is middernacht. De elfen en de kerstman slapen ... heel zacht. Er staat in het magische kerstboek geschreven dat om middernacht “de dingen” in het kerstkasteel tot leven komen.

De Twinkelings, die 6 zingende elfen, zorgen voor hemelse gezangen onder de gewelven. Maar plots stoppen hun gezangen, ze worden gevangen genomen en zijn tot onze grote spijt hun lieve zangstemmen kwijt.

Wie is de dader? Wat is het motief? Wat staat er nu precies in die geheime brief? Maar geen paniek! Doorheen de kasteelkamers, vol kerstsfeer en mystiek, helpt de sprekende klok je op weg. Zonder te veel pech en het hanteren van de juiste methode vind je vast en zeker de geheimzinnige code ...

Van 4 tot en met 26 december. Meer info op [www.kerstmagie.be](http://www.kerstmagie.be).



### **Het Pixel museum**



Droom je er wel eens van om de superheld te zijn in je eigen computergame? In dat geval is het Pixel museum in Brussel een absolute aanrader! Het museum beschikt over een indrukwekkende collectie van meer dan 250 spelletjes en ongeveer 2000 items rondom de geschiedenis en merchandising van videogames. De liefhebbers kunnen – coronaproof - hun vingervlugheid testen op meer dan 50 consoles en speelautomaten, met oude én nieuwe games. Tickets kan je bestellen via de volgende link <https://pixel-museum.brussels/?lang=nl>.

### **Illusions Brussel**

Als je dan toch al in Brussel bent, vergeet dan ook zeker niet om een bezoekje te brengen aan Illusion Brussel, het eerste museum toegewijd aan optische illusies. Want ook een superheld kan soms enkele tips en tricks gebruiken om zijn krachten wat bij te schaven! Lopen op het plafond of je ouders even verkleinen: het kan allemaal...Of zo lijkt het toch ;-). Neem zeker ook je fototoestel mee want je wil natuurlijk wat bewijsmateriaal om je superkrachten aan je vrienden te tonen! Meer info vind je op <https://illusionbrussels.be/nl>.



# Uit de school geklapt!



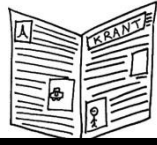












## Wist je dat?

... we iedereen bedanken die bloemetjes gekocht heeft ten voordele van onze sneeuwklassers. Hartelijk dank.

... het oudercomité heel blij was omdat ouders, grootouders, vrienden kwamen eten (of eten kwamen afhalen) op hun spaghettifestijn. Dit geld zal goed gebruikt worden om extra activiteiten voor de kinderen te financieren.

... het oudercomité er weer voor zorgde dat de sint en piet op school kwam en voor ieder kind een pakje bracht. Het sintenfeest verliep coronaproof : we gingen klas per klas bij de sint. Dit jaar werd het sintenfeest gestreamed zodat ook de kinderen in quarantaine konden meegenieten.

... we alle ouders, juffen ,directie, het zorgteam bedanken om in deze moeilijke coronatijden met zijn quarantaines, te blijven doorzetten en positief vooruit te kijken.

... ons eetfestijn doorgaat op 11 en 12 februari.

... ons schoolfeest doorgaat op zaterdag 25 juni.

### Geboortes

Fynn en Otis (3 september 2021)broertjes van Matz Thoen (1<sup>ste</sup> kleuterklas)

Selena Ors (17 september 2021) zusje van Tiana (1<sup>ste</sup> kleuterklas) en Eliana (2<sup>de</sup> leerjaar)

Stella (21 september 2021) zusje van Lowie Verleyzen (4<sup>de</sup> leerjaar)

Feniks (15 december 2021) zusje van Ola Menendez Vermoesen (onthaalklasje)







't Brugske

## Kalender

### VRIJE DAGEN VAN HET TWEDE TRIMESTER:

SCHOOLVRIJE DAG:	VRIJDAG 4 FEBRUARI 2022
KROKUSVAKANTIE:	MAANDAG 28 FEBRUARI TOT EN MET ZONDAG 6 MAART 2022
PEDAGOGISCHE STUDIEDAG:	VRIJDAG 18 MAART 2022
PAASVAKANTIE:	MAANDAG 4 APRIL TOT EN MET MAANDAG 18 APRIL 2022

### VRIJE DAGEN VAN HET DERDE TRIMESTER:

SCHOOLVRIJE DAG:	WOENSDAG 25 MEI 2022
HEMELVAARTSDAG:	DONDERDAG 26 MEI 2022
BRUGDAG:	VRIJDAG 27 MEI 2022
PINKSTERMAANDAG:	MAANDAG 6 JUNI 2022

DE LESSEN EINDIGEN OP DONDERDAG 30 JUNI OM 12.00 UUR.  
DE ZOMERVAKANTIE BEGINT OP VRIJDAG 1 JULI 2022.



### CONTACTGEGEVENS:

052/35 86 65 OF 0477/32 88 81 OF [SCHOOLDROESHOUTMAZENZELE@HOTMAIL.COM](mailto:SCHOOLDROESHOUTMAZENZELE@HOTMAIL.COM)

**EETFESTIJN**

**11 en 12 februari 2022**

**De Knipoogrock  
(schoolfeest)**

**Zaterdag 25 juni 2022**

Kleur mij!

