



Nieuwsbrief 16

maandag 25 juni 2012

Tijdelijke wijziging Aspot wordt definitief

Jullie vernamen dat Veronique, onze verantwoordelijke van Peuterpaleisje 3 Aspot Kalfort, enkele heelkundige ingrepen heeft ondergaan.

Haar afwezigheid voor revalidatie verliep langer dan verwacht waarbij de toekomstperspectieven enigszins fysiek beperkt worden. Véronique blijft nog 2 dagen per week actief bij de baby's in het Peuterpaleisje aan de Spoorwegkaai.

In de toekomst zal Véronique zich verder bijscholen over pedagogie teneinde voor het PP voorbereid te zijn op de decretale wijziging in het opvangdecreet van de Vlaamse Overheid.

Samen met Phyllis zal Ellen Caremans de plaats innemen van Veronique als verantwoordelijke.

Verder zullen Tess en Desirée het KDV in goede banen leiden en jullie peutertjes op en top blijven verzorgen.

Eventuele vragen met betrekking tot de opvang van jullie peuter kan u stellen aan Ellen of Phyllis.

Onze nieuwe medewerkster



Desirée Wijsmantel wordt onze nieuwe medewerkster. Ze is woonachtig in Niel en zag 25 jaar geleden het levenslicht te Reet op 3 maart 1987.

Als tiener vatte ze de studies van regentaat lager onderwijs aan maar merkte al snel dat ze meer creatief wou zijn als schoonheidsspecialiste.

De lokroep van de peutertjes bleek voor haar te groot, dus volgde zij een opleiding kindverzorging die succesvol tot een goed einde werd gebracht.

Vanaf medio augustus zal Desirée deel uitmaken van ons peuter team.

Barbecue time

Onze jaarlijkse BBQ heeft plaats op 25 augustus 2012.

Place to be is de plaatselijke feestzaal in Breendonk.

Iedereen ontving ondertussen een eerste aankondiging en alle mama's, papa's, opa's en oma's zijn van harte welkom.



Kinderdagverblijf Het Peuterpaleisje

Aspot 33A - Puurs

Spoorwegkaai 57/2 - Puurs

Ons programma van de dag

15:30 - 16:30 **Peuter TD**



Alvorens lekker te BBQ'n laten we de peuters eens lekker genieten van een peuter TD. Uiteraard kunnen de mama's, papa's, oma's en opa's mee helpen om dit swingpaleis een uurtje vol te maken en de pret mee te verzorgen.

16:30 - 19:00 **BBQ + Animatie**

BBQ door professionals bereid met alle nodige ingrediënten.
Prijs per pp = 15 euro
Kinderen tot 12 j : 10 euro
Peuterjes van het PP = gratis

Inschrijvingen bij Phyllis, Marjan en Ellen.

DITJES EN DATJES

Kindjes die naar school gaan:

Matse Annaert: zoontje van Els en Davy
Lennert Van Looy: zoontje van Anne en Marco
Jesse Pauwels: zoontje van Els en Gert
Renske Van Steenlandt: dochtertje van Els en Jens
Mila Bevers: dochtertje van Esther en Andy
Milla Leung: dochtertje van Annelies en Fai
Arend Brouwers: zoontje van Annelies en Beiron
Julie Van Breedam: dochtertje van Sofie en Ivo
Tuur Goovaert: zoontje van Nathalie en Joachim
Anouk Haelewaters: dochtertje van Margot
Tuur van laeken: zoontje van Fran en Tim
Stan Van Dam: zoontje van Katrin
Jorunn Van Reeth: dochtertje van Inez en Bart
Charlotte Vaerewijck: dochtertje van Ann en Bram
Ona Van der vliet: dochtertje van Ilse en Steve
Gloria Valcke: dochtertje van Silvia en Wim
Ella Spiessens: dochtertje van Kim en Jelle
Xavier Demarteau: zoontje van Danniella en
Isolde Jonckheere: dochtertje van Jocelijn en Pieter
Nina Ivens: dochtertje van Cindy en Sven
Jolien Van Herreweghen: dochtertje van Jos en Anita
Noah Desavoye: zoontje van Kathy en Olivier



Kindjes die we mochten verwelkomen in de peuterfamilie:

Thibau Van Raes: zoontje van Anja en Kristof
Marie Molkens: dochtertje van Tinny en Luc, zusje van Janne Molkens
Janneke Goovaert: dochtertje van Nathalie en Joachim
Ella Verthongen: dochtertje van Leen en Kristof
Lucas Bettens: zoontje van Sofie en Jo



PEUTERTIP VAN DE MAAND



Waar blijft de zon?

Een kind heeft zon nodig om vitamine D aan te maken. Vitamine D zorgt voor kalkopname, nodig voor de opbouw van stevige beenderen. De huid van een kind is wel heel gevoelig voor zonnestrallen. Kinderen hebben dan ook extra bescherming nodig tegen de zon.

Tips
Zonneproducten
Het gevaar van zonnen
Extra drinken!

Tips

- Laat altijd het hemdje of T-shirt van een kind aan en hou het in de schaduw.
- Blijf op het heetst van de dag (tussen 11 en 16 u.) binnen.
- Laat de huid van een kind heel geleidelijk wennen aan de zon. Doe het kind lichte, katoenen kleding aan en bescherm zijn hoofdje met een hoedje of petje.
- Bepaalde zonnebrillen bieden ook een goede bescherming.
- Zorg dat de slaapruimte van het kind fris is, maar pas op voor tocht.
- Wrijf een kind in met een zonnebrandproduct factor 30 of meer. Breng het aan 20 min. vóór het kind in de zon gaat. Herhaal dit regelmatig, ook als het kind in de schaduw zit en vooral wanneer het in het water speelt.
- Is een kind blond of roodharig, zorg dan voor een extra bescherming, want dit huidtype is nog gevoeliger.
- Zonneproducten kunnen nooit een totale bescherming bieden. Ieder product laat een deel van de uv-straling door. Dit geldt ook voor producten die als 'sunblock' of als 'volledige bescherming' worden aangeprezen.

Zonneproducten

Op het product moet vermeld staan of het al dan niet beschermt tegen uvA-straling. UvB-straling verbrandt de huid, terwijl uvA-straling een snellere veroudering van de huid veroorzaakt. Beide vormen van straling dragen bij aan de vorming van huidkanker.

Wat de uvB-beschermingsfactor betreft (de zogenaamde SPF of Sun Protection Factor), worden 4 klassen erkend. Deze beschermingsklassen worden naast de traditionele SPF-index vermeld:

Lage bescherming: SPF 6-10
Gemiddelde bescherming: SPF 15-20-25
Hoge bescherming: 30-50
Zeer hoge bescherming: 50+

Het gevaar van zonnen

Een beetje zon is goed voor iedereen. Ultraviolette(uv)-stralen zorgen voor de aanmaak van vitamine D. Pas wel op voor te veel zon en dus te veel uv-stralen. Dit is schadelijk en kan zonnebrand veroorzaken.

Bij kinderen onder de 10 jaar is de huid heel kwetsbaar. De schadelijke uv-stralen dringen er makkelijk door. Het lichaam van een kind herstelt minder vlot dan dat van een volwassene. De schade stapelt zich op. Dit vergroot de kans op huidkanker (melanoom) op latere leeftijd.

Extra drinken!

Tot 6 maanden

De baby heeft alleen zijn melkvoeding nodig. Drinkt hij daarnaast andere dranken, dan vermindert zijn eetlust en neemt hij bij de andere maaltijden niet genoeg melkvoeding in. Dit principe geldt ook bij warm weer:

- Bij borstvoeding de baby extra aanleggen om in zijn vochtbehoefte te voorzien (zelfs om het uur als dat nodig is). Hierbij is het belangrijk dat de moeder voldoende extra drinkt om het verhoogde vochtverlies via verhoogde transpiratie en via verhoogde melkproductie aan te vullen.

Bij flesvoeding is het nodig om een extra fles te geven.

Opgelet!

Geef voeding op vraag van de baby. In de praktijk zal de baby vroeger dorst aangeven of meer per fles willen drinken.

- Wees alert voor de signalen die kunnen duiden op uitdrogingsverschijnselen. Normaal gezien heeft een baby min. 6 plasluiers per dag en de urine is lichtgeel gekleurd. Contacteer voor verder advies zeker de behandelend arts.
- Braakt een baby of heeft hij diarree dan is advies van de arts zeker noodzakelijk. Dit om na te gaan of het kind voldoende vocht kan inhouden en of er geen uitdrogingsverschijnselen zijn.

Ouder dan 6 maanden

De baby drinkt per dag nog min. 1/2 l melkvoeding. Naast de vaste voeding die vocht bevat, heeft de baby ook nood aan extra vocht, zeker bij warm weer.

Als extra vocht krijgt plat, mineraalarm water de absolute voorkeur.

Als 2de keuze kan babythee zonder toevoeging van suiker of honing.

Vers, ongezoet fruitsap of kant en klaar babyfruitsap, vers groentesap of bouillon is goed als afwisseling.

Vermijd gezoete dranken. Suiker is slecht voor de tanden. Deze dranken remmen ook de eetlust van de baby af.

Vis en spinazie?

Tijdens de uitzending van Inspecteur Decaluwé op Radio 2 gaven Kind en Gezin, Leen Du Bois, en Annemie Van De Sompel, diëtiste aan de UZA, adviezen over de combinatie van vis en spinazie in babyvoeding.

Het panel adviseerde om vis, behalve zalm en makreel, niet te combineren met nitraatrijke groenten, zoals spinazie en sla.

Nitraatrijke groenten

Nitraat is op zich onschadelijk voor de gezondheid. Het is een stof die in de meeste groenten voorkomt. Tijdens het bewaren en bereiden van groenten kan nitraat omgezet worden in nitriet. Nitriet is wel schadelijk. We raken het nauwelijks kwijt bij het plassen. Nitriet kan voor zuurstoftekort in het bloed zorgen en voor ademhalingsproblemen. Vooral bij baby's kan dit gevaarlijk zijn.

Nitraatrijke groenten:

Slasoorten, postelein, rode biet, kervel, radijs, bleekselder, andijvie, spinazie, spitskool, koolrabi, tuinkers/waterkers, venkel, Chinese kool en snijbiet (warmoes)



Bereiding

Verbruik ze zo vers en snel mogelijk. Bewaar ze niet langer dan 2 dagen in de koelkast.

Verwijder de verlepte bladeren, nerven en stelen.

Kook nitraatrijke groenten in veel water. Giet het kookvocht weg. Stoom ze niet.

Serveer ze onmiddellijk na de bereiding.

Opgelet!

Het opwarmen van nitraatrijke groenten leidt niet tot meer nitrietvorming als de groente snel is afgekoeld en gekoeld bewaard werd, maar omwille van mogelijk vitamineverlies is het niet raadzaam.

Hou rekening met de seizoenen. In de zomer bevatten ze minder nitraat dan in de winter.

Koop geen bereide diepvriesspinazie en bereide spinazie in bokalen.

Zorg voor veel afwisseling tussen nitraatrijke en nitraatarme groenten.

Gebruik niet meer dan 2 x per week nitraatrijke groenten.

Vermijd de combinatie met vis (uitgezonderd zalm en makreel).

ENERGIETIP



ONDERHOUD

Een regelmatige controle van uw cv-ketel is een wettelijke verplichting waar u zelf alle baat bij hebt. Niet alleen bespaart u op uw energiefactuur, u zorgt er ook voor dat uw huis steeds comfortabel warm blijft, zonder risico's voor uw veiligheid of gezondheid. Daarnaast draagt u bij aan een beter leefmilieu (minder uitstoot verontreinigende stoffen).

Sinds 1 juni 2007 gelden in Vlaanderen nieuwe regels voor het onderhoud en nazicht van centrale verwarmingstoestellen.

Een regelmatig onderhoud is verplicht voor verwarmingstoestellen met een vermogen vanaf 20 kW. Het vermogen van uw ketel kunt u gemakkelijk aflezen op de kenplaat van het toestel. Ongeveer 95% van de verwarmingsketels in Vlaanderen heeft een vermogen van minstens 20 kW en moet dus regelmatig onderhouden worden.

Na het onderhoud ontvangt u een reinigingsattest (reiniging ketel / branderinstallatie) en een verbrandingsattest (met de gemeten parameters van de rookgassen) samen met het eindresultaat van het onderzoek. Hieruit zal blijken dat uw toestel al dan niet aan de regelgeving voldoet.

Bij installaties op vloeibare brandstof is een jaarlijkse onderhoudsbeurt verplicht uit te voeren door een erkende technicus vloeibare brandstof.

Bij installaties op gasvormige brandstof is een tweejaarlijkse onderhoudsbeurt verplicht uit te voeren door een erkende technicus gasvormige brandstof.

EENMALIGE VERWARMINGSAUDIT (toestellen met vermogen van 20 tot 100 kW)

Als een centraal stooktoestel ouder is dan 15 jaar en een vermogen heeft van 20 kW tot 100 kW, dan dient hierop een verwarmingsaudit te worden uitgevoerd. Tijdens de verwarmingsaudit bepaalt en beoordeelt een erkende technicus het jaarrendement van uw cv-ketel. Hij geeft advies over een mogelijke vervanging van de ketel of over andere wijzigingen van het verwarmingssysteem.

Opti + biedt "en plus" oplossingen die een belangrijke energiebesparing kunnen realiseren.

Voor informatie kan u contact nemen met

Opti +, Spoorwegkaai 57/13 2870 Puurs

Tel: 0474 30 92 75

E – mail : optiplus@hotmail.com

Hebt u in de familie- of vriendenkring ook mama's, papa's, oma's , opa's ... die onze nieuwsbrief wensen te ontvangen - stuur een berichtje naar info@peuterpaleisje.be. Met vermelding van het e-mail adres.