



Fredagsposten

Uke 9 – 4. mars 2022

KALENDEREN:

Onsdag 9. mars – Foreldremøte for 5. klasse. For 3.-4. klasse er det utsatt til senere.

Mandag 14. mars – FAU-møte kl 18.30.

Uke 12 – Arbeidsuke for 9. klasse.

Lør/søn 2.-3. april – Qigong/Yoga. Til inntekt for niende klasse. Se siste side.

Vennligst ta med hjem ski og
annet vinterutstyr som ligger
utenfor skolen.

KJØR LENGRE FREM

De som leverer elever ved skolen om morgenen bes stoppe bilen slik at den ikke blokkerer for innkjøring for de som kommer bak. Det oppstår ofte situasjoner der biler, eller busser, blir stående ute i veien uten mulighet for å svinge inn i innkjøringen eller rundkjøringen. Pass også på at det er åpent for kjøring inn og ut av barnehageveien.

KANUNU ER BORTE

Kanunu er en pennal-kaninbamse og tilhører 7. kl. Den ble borte over overnatting den 10. februar. Hvis noen har sett den er den grå og hvit med blå øynene og rosa nese, litt lang og med slappe bein og er sydd inni med grårosa stoff.

Vi vil bli glade hvis vi får tilbake Kanunu. Hilsen fra 7. klasse

UKENS TAVLE – 5. klasse



BARNEHAGEN OG 1. KLASSE

Godt å se alle igjen etter vinterferien, marslyset er her med kalde netter og solrike dager. Se her er har onkel Rimfrost i løpet av natten dekorert inngangen til Blåbær!

Mars måned er tiden for foreldremøtet vårt, sett av tirsdag den 15. til å møtes med de øvrige foreldre i barnehagen. S.U. har en sosial overraskelse til dere! Agenda for møtet ellers kommer i neste uke.

Gullkorn:

Barn: "Hva skal vi spise i dag?"

Voksen: "Grønnsakssuppe."

Barn: "Hvorfor må vi alltid ha grønnsakssuppe?"

Voksen: "Hva skal vi lage suppe av ellers, har du et forslag?"

Barn: "Gresskar."

Voksen: "Men gresskar er også en grønnsak!"

Barn: "Men hvorfor er den oransje da? Da er den jo ingen grønnsak!"



Askeladden

OPPFINNELSE

Ny oppfinnelse i sløyden på tirsdag. Først skulle det bli blyantforlenger, men da vi blåste hardt ned i hullene var det jo en fløyte! Så boret Olivia hull i den andre enden også. To fløyter! Med forskjellig lyd. Hvordan kunne det ha seg? Det ble undring og gjetting. Og litt akustikkundervisning. Olivia tok borvinna på nytt og boret seg likeså godt tvers gjennom. Et rør! Vi kunne se gjennom. Et sugerør? Vi hentet et glass vann og sjekket.

Så mye undring, prøving, nysgjerrighet, forskning, glede!

Hilsen Lars



SALG AV HÅNDLAGDE BOKSER OG ESKER



Vi har to timer i uka som heter arbeidslivsfag. I disse timene har vi laget forskjellige bokser/esker. Salg på marked har vi gått glipp av, derfor forsøker vi oss nå på en annonse i fredagsposten. Vi har et lite opplag, men kan også ta imot bestillinger.

Bokser laget av brusflasker og dekorert med decoupage:

små: 30,- store: 40,-

Esker laget av papir: 25,-

Ta kontakt på mail til:

tone.nyhuus@steinerskolen.no

Hilsen Annine, Tone og Kaja

SÆTRE OG FOLKESTAD SKOLEKORPS

For andre klasse og opp.

Har du lyst til å være med å spille i korps?

- Møt nye venner, lær deg å spille på et instrument, bli med på ulike turer og aktiviteter både her hjemme i og andre steder i landet og utlandet.
- Et liv med musikk og korps er et liv fylt med glede, mestring og latter.
- Sætre og Folkestad skolekorps er et lite korps som søker flere musikanter på alle instrumenter, om du er ny eller erfaren musikanter spiller ingen rolle. Det eneste er at du må gå i 2. klasse eller være eldre.
- DU velger selv ut fra de instrumentene vi har å velge mellom. Hva med tuba, klarinett eller fløyte? Hva med trompet eller kornett, og for ikke å glemme baryton og horn. Valget er ditt.
- Kom innom oss på en øvelse og ta en titt og en prat.
- Vi øver hver torsdag fra klokken 17.30 til 20.00 på Sætre skole. Der vil du møte leder for korpset samt instruktører og dirigent.

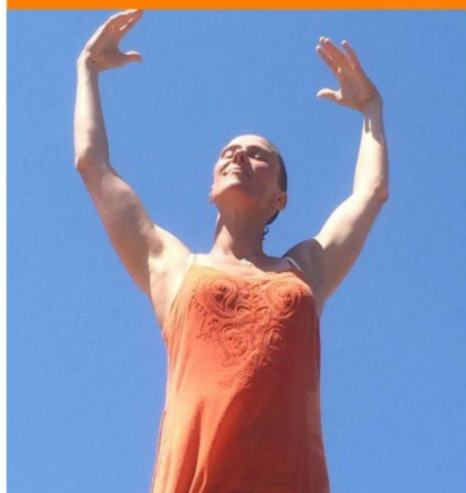
Velkommen til oss



Cecilie Giørtz



En helg med Qi gong og yin yoga.
Til inntekt for 9. klassens 10.kl-tur.



Steinerskolen Holtebrekk

Lørdag 02.04 og

Søndag 03.04.2022

kl 10.00 - 13.30

Kr 800,-

for begge dagene.

Påmelding til

ceciliegiortz1@gmail.com

Vipps 95937697

Jeg inviterer til en helg med ulike metoder for å styrke både kropp og sinn.

En av fordelene med å trene qigong er at man arbeider med så langsomme og myke bevegelser at selv mennesker med fysiske plager kan gjennomføre dem. Kan man ikke gjøre hele bevegelsen, gjør man det som føles behagelig og tenker seg (visualiserer) resten av øvelsen. Det viktige er at man har full konsentrasjon på det man gjør og ikke lar tankene vandre fra nuet. Om tankene tar overhånd, vender man bare tilbake til øvelsen man holder på med.

Aktive idrettsutøvere har funnet at de oppnår et bedre treningsresultat ved å trene qigong. Årsaken er at fysiske og psykiske blokkeringer slipper taket og mer kraft går til områder som er med på å gi en bedre generell prestasjon.

Vi skal også ha meditativ tøying, med yin yoga, og da er det fint å ta med matte, pute/bolster og klosser om du har.

