



Beste ouders van het consultatiebureau Widar,

Hierbij ontvangen jullie de nieuwsbrief van september 2023.

In de natuur is de oogsttijd aangebroken. Een mooi moment om een bosje graan op de seizoenstafel te zetten, een molen te bezoeken of naar de appelplukdagen bij een van de boerderijen in de buurt te gaan.

Er staat een molentje langs de dijk

*Er staat een molentje langs de dijk
en als de wind gaat waaien
beginnen de wieken, allevier,
een vrolijk rondje te draaien.*

*Wind waai, molen draai,
maal het meel voor de bakker.
Wind waai, molen draai,
maal het meel voor de bakker.*

(Zie <https://www.vrijeschoolliederen.nl/lied/er-staat-een-molentje-langs-de-dijk/>)



Afbeelding: 'Mallas' - Tijana Draws

We zijn altijd benieuwd hoe jullie de nieuwsbrief hebben ervaren. Ook vinden we het heel leuk om te horen welke tips jullie zelf graag zouden willen delen met andere ouders. Leuke uitjes in de buurt, mooie boeken, vrijeschoolmarkten, kledingbeurzen... Stuur je tips vooral naar oudergroepwidar@gmail.com, dan delen wij ze in de volgende nieuwsbrief.

Mis je nog zaken, of juist niet, laat het ons gerust weten.

Warme groet,
Namens de oudergroep van het Consultatiebureau Widar

Leonie van der Geest, Marrit Rekers en Raymon Denneman



Beste ouders van het Consultatiebureau Widar,

Hopelijk hebben jullie allen een heerlijke zomer gehad en zijn alle accu's van ouders en kinderen weer opgeladen, om de herfst tegemoet te gaan.

De oudergroep heeft een extra nieuwsbrief uitgegeven in de zomermaand juli. Ontzettend veel dank voor deze inzet. Het ligt in de bedoeling dat meerdere nieuwsbrieven zullen worden uitgegeven.

Personele bezetting: In de nieuwsbrief van mei kondigden we aan, dat we een nieuwe arts en een nieuwe verpleegkundige hadden gevonden. Zij hebben zich ook voorgesteld in die nieuwsbrief. Helaas heeft de arts zich teruggetrokken en is de nieuwe verpleegkundige Sacha door een hernia langdurig ziek. We wensen Sacha een voorspoedig herstel en zelf hoopt zij dat ze in november weer terug zal zijn. Verder zijn we in gesprek met twee nieuwe artsen.

Door deze wisselingen hebben we veel moeten schuiven in de agenda's en een aantal kinderen moeten verplaatsen. Veel dank voor de flexibiliteit van jullie als ouders, na al deze mutaties.

Een ander feit is dat Desiree nu op de donderdag gaat werken, in plaats van de vrijdag. We werken dan niet meer gelijktijdig, met het voordeel, dat we elkaar kunnen vervangen indien nodig.

De baby cursus gaat weer van start in oktober. De data zijn al bekend: 2, 9, 23 oktober en op 30 oktober geef ik de avond over de vier temperamenten: De aankondiging staat verderop in deze nieuwsbrief. Ik heb er weer zin in.

De wachtruimte: Verder hebben we bij de leiding van het gebouw Helicon de wens van betere temperatuurbeheersing neergelegd. De prachtige koepel geeft mooi veel licht maar isoleert onvoldoende. Daar wordt aan gewerkt en hopelijk dat we binnenkort een betere temperatuur zullen hebben in de wachtruimte.

Nog even dit: Aan jonge baby's lenen we regelmatig de inbakerdoeken uit. Mocht je thuis onverhoopt nog een van onze inbakerdoeken hebben, dan zien we die graag weer retour.

Heel graag, tot ziens weer op het cb!

Hartelijke groeten,

Sylvia Stroink- van Moorsel





Babycursus Najaar 2023

Avond 1: Antroposofie en het voor-geboortelijke

Waar komt het kind vandaan, gezien vanuit antroposofisch oogpunt?

Hoe worden de antroposofische inzichten op CB Widar ingezet?

Waarom is warmte zo belangrijk voor het kind in de eerste zeven levensjaren?

Welke uitwendige toepassingen bestaan er om de warmtehuishouding te reguleren?

Avond 2: Belang van warmte en Koorts

Wat is het belang van natuurlijke materialen zoals wol, zijde en katoen?

Wat is de reden van koorts en hoe verloopt koorts bij het zieke kind?

Wat kan je doen als ouder om een kind met koorts goed te begeleiden?

Praktische uitleg van een citroen-kuitwikkel.

Avond 3: Het zieke kind

Kwakkelen, constant verkouden, oorpijn, buikpijn etc.

Wat kan je als ouder thuis doen met natuurlijke middelen als je kind ziek is?

Wat is een voedingsbad?

Praktische uitleg van een uienkompres en een kamille-buikkompres.

Avond 4: De vier temperamenten

Beschrijving van de vier temperamenten binnen de antroposofie, van jezelf als ouder en van je kind.

Welke opvoeding en voeding past bij welk temperament?

Hoe kan je als ouder goed voor jezelf blijven zorgen?

Kosten:

Zonder kosten voor ouders van CB Widar en valt binnen de jaarlijkse ouderbijdrage.

Ouders die willen meedoen, maar niet verbonden zijn aan CB Widar, betalen € 40,00.

Wanneer:

Maandag 2 oktober 2023 van 20.00 uur tot 21.30 uur

Maandag 9 oktober 2023 van 20.00 uur tot 21.30 uur

Maandag 23 oktober 2023 van 20.00 uur tot 21.30 uur

Maandag 30 oktober 2023 van 20.00 uur tot 21.30 uur

Waar:

Lekker thuis voor je eigen beeldscherm

Wil je meedoen? Geef je dan op via sylvia.stroink@widar.nl

Ik stuur op de cursusavonden tussen 19.30 en 19.45 uur een link. Dan kun je je aanmelden want om 20.00 uur starten we.

Hartelijke groeten,

Sylvia Stroink, jeugdverpleegkundige, antroposofisch verpleegkundige en opvoedcoach

Even voorstellen



Lieve ouders van consultatiebureau Widar,

Ben je wel eens benieuwd wat jouw kindje heeft ervaren tijdens zijn of haar geboorte en wat daar de impact van is geweest?

Mijn naam is Jolien Woortman en vanuit mijn praktijk begeleid ik 'passegeboren gezinnen'. De zwangerschap en geboorte geven het kindje een blauwdruk mee aan de start van hun leven. Heel mooi en bijzonder om daarbij stil te staan. Het geeft vaak informatie over het gedrag van je kindje. Aan de hand van het in kaart brengen van de prenatale periode en de geboorte-ervaring wordt duidelijk welke behoeftes een kindje heeft. Door middel van concrete oefeningen en massagetechnieken voor zowel ouder als kind kan er gehoor worden gegeven aan deze behoeftes. Problemen met slapen, spanning in het lijfje, moeite met drinken, overstrekken en veel huilen zijn vaak reacties op ervaringen uit de zwangerschap en de geboorte. Wanneer daar aandacht voor kan zijn, lossen die problemen zich vaak op doordat ouders precies weten wat ze voor hun kindje kunnen doen.

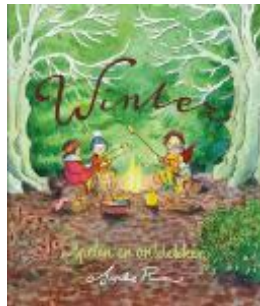
Vind je het leuk om daar eens wat meer over te weten? Kijk eens op mijn website www.praktijklien.nl of via @praktijk.lien.

Wees welkom!

Lieve groet, Jolien (moeder bij consultatiebureau Widar)



Nieuwe boeken tips



Herfst en Winter, spelen en ontdekken, 2 kartonboekjes van Sophie Plum, een feest van herkenning voor kinderen die graag buiten spelen, met prachtige illustraties over wat er in ieder seizoen zoal te ontdekken en te doen is, gewoon in de eigen omgeving. € 9,95

Doornroosje, muziekverhalen, Jessica Courtney-Tickle, € 22,95 (verwacht rond 18-8-23)

Pelle's nieuwe kleren, prentenboek, Elsa Beskow, € 15,95 (herdruk verwacht rond 28-8-23)



Een eiland vol dieren, een zelfleesboek vol avontuur over een schuchter jongetje en zijn liefdevolle opa door Monique van der Zanden. Armin logeert bij zijn opa, die een boerderij heeft op een terp. Doordat de rivier overstroomt, wordt de terp een eiland vol dieren, die naar deze hoge plek vluchten. € 12,50 Leesniveau AVI E3. (verwacht rond 1-9-23)

De drie bruiloftsgaven, verhalen voor de herfsttijd Michael, Sint-Maarten, Sint-Nicolaas, Ineke Verschuren, € 24,50 (herdruk verwacht rond 4-9-23)

Deze en veel meer bijzondere prentenboeken en boeken over opvoeding, antroposofie en nog veel meer kunt u vinden bij:



1^e Hogeweg 10d Zeist. Geopend van do t/m za 11 tot 17uur www.boekerij-de-phoenix.nl

En tot besluit nog 2 aanraders voor opvoeders:

Gaan over het wonder van het leren lopen en de ontwikkeling van het voortbewegen. **Worden** over de ontwikkeling van de persoonlijkheid, waaraan ieder kind in 3 fases bouwt. Verschenen bij Reijngoud en geschreven door Edmond Schoorel € 10,- p. stuk



Deel 3 over Verbeelden verschijnt begin oktober.

Drieluik Menswording voor ouders

Op 3, 10 en 24 oktober verzorgt Edmond Schoorel over deze thema's 3 avonden in Zeist.

Zie voor meer informatie <https://boekerij-de-phoenix.nl/activiteiten-1.html>

Opgave via info@boekerij-de-phoenix.nl

Toegang: € 10,- per avond

*Is elke week zingen te veel?
Wij zingen om de week!*

Widarkoor

Onder leiding van
Janneke Moes

*Stemoefeningen, canons en
meerstemmige liederen uit
o.a. het Vrijeschool repertoire*

Opgeven en/of
informatie via

www.widarkoor.nl

De repetities zijn op
donderdagavond op:
31 augustus 2023,
14 en 28 september,
12 en 26 oktober,
9 en 23 november,
7 en 21 december,
18 januari 2024,
1, 15 en 29 februari,
14 en 28 maart,
11 en 25 april,
16 en 30 mei,
13 en 27 juni,
11 juli.

Inloop vanaf 19.30 uur,
start om 19.45 uur tot
21.45 uur.

Locatie

Gebouw Helicon,
Grote Zaal
Socrateslaan 22A,
Zeist