

Vores nye læringsareal - gangen, har brug for jeres hænder

- også selvom I kun kan et par timer!

Nu varer det ikke længe, inden skolens gangareal fremstår nyt og lækkert.

Men for at vi kan lykkes med det, har vi brug for hjælp. Masser af hjælp! Vi beder om hjælp i hele uge 7.

Der skal males, slibes og pudses. Klaus pedel er koordinator. Det kommer både til at foregå i dag- og aftentimer. Kontakt Klaus Sørensen på: 3070 6854 senest søndag d. 5. februar.

3.-4. klasse skal til Henne Kirke

På tirsdag den 7. februar skal vi igen en tur til Henne Kirke. Denne gang er temaet 'ritualer'. Vi kører fra skolen lige efter morgensang og er hjemme igen til madpakker. Vi skal altså IKKE have idræt og natur/teknik på tirsdag.

Forældremøde 5. – 9. klasse

Torsdag d. 9. februar fra 18.30 – 20.30. Vi skal bl.a. høre om lejrskole og de ældste om prøver.

Generalforsamling

Generalforsamling, med valg til friskolens og børnehavens bestyrelse, finder sted onsdag d. 19. april kl. 19.00.

VAKS-programmet for vinterferien

Læs [her](#).

Diagnose eller opdragelse?

Dette er titlen på foredraget, som hjerneforsker og foredragsholder Ann Elisabeth Knudsen kommer og holder torsdag d. 9. marts på Blåbjerg Friskole.

"Det er nødvendigt for både forældre, pædagoger og lærere at kunne skelne børns adfærd. Hvad er hvad? Hvornår skal der stilles en diagnose og hvornår skal der opdrages – og hvad gør vi ved det?"

Kom og vær med til en hyggelig, inspirerende og lærerrig aften.

Billetter kan forudbestilles på tilmeld@bfri.dk

Kl. 18.30: Platte og billet: 200 kr. (deadline for bestilling af mad senest søndag d. 5. marts)

Kl. 19.30: Billet til foredrag: 100 kr.

...

Sørg for at børnene får den nødvendige søvn – både store og små

Vi hører somme tider både store og små børn fortælle om hvor lidt søvn de får. Søvnmangel er årsag til mange trivsels- og læringsproblemer. Det vil vi gerne orientere om. Nedenstående viden har sundhedsplejerske Hanne Abildgaard delt med os. Sidst er et link til en artikel der handler om sammenhængen mellem overvægt og søvnmangel. ***Denne artikel bringer også en oversigt over, hvor meget børn i forskellige aldre bør sove.***

DET GØR SØVNEN VED KROPPEN.

Søvn sørger for at holde os sunde og raske.

For at få det optimale ud af søvnen skal man sove på nogenlunde samme tidspunkt hver nat og sove i et mørkt og køligt rum. Unge mennesker har behov for ca. otte til ni timers sammenhængende søvn hver nat. Voksne kan klare sig med lidt mindre.

Under søvnen genopbygges kroppens væv.

Når vi er vågne kører organerne på højtryk. De bliver slidte og det nedbryder dem. Men søvnen hjælper os og medvirker til hjernens og kroppens genopbygning.

Søvnen er også helt afgørende for opbygningen af hjernen.

Hvis man sover meget lidt bliver indlæringen klart forringet. Man kan godt løse opgaver, som man er rutineret i, men man kan ikke indlære nye ting.

Søvn og humør hænger uløseligt sammen.

For lidt søvn giver kortere lunte og man bliver betydeligt mere nærtagende.

[Artikel](#)

Med venlig hilsen
Personalet ved Blåbjerg Friskole og Børnehave

...

Kalender

9. februar	Forældremøde 5. - 9. klasse 18.30 - 20.30
11. - 19. februar	Vinterferie
20. - 24. februar	Gymnastik- og sundhedsuge
24. februar	Gymnastikopvisning fra 18.30 - 21.15
6. - 8. marts	Fagfornyelse for 5. - 9. klasse
13. - 17. marts	Fællesuge
25. marts	Træf kl. 8.30 - 12.00
27. - 31. marts	Brobygning 8. klasse
3. - 7. april	Lejrskole 8. - 9. klasse
8. - 17. april	Påskeferie
19. april	Generalforsamling kl. 19.00

...