

Newsletter 4.0

PROIET DL SORVISC AI JOGN VAL BADIA
EN COLABORAZIUN CUN L'INTENDENZA Y CULTURA LADINA

Contignü

Hausaufgaben machen – ohne Stress! (Teil 2)

Referat Formaziun interculturala

I vá bun, sciöche i sun!

Educadësses soziales dles scores ladines

Esercizi di stretching

Continuiamo a movimentare la didattica a distanza

Referat promoziun y educaziun ala sanité y ala mobilité

Referat sport scolastich

Gnanca da crëie... ocio ales "fake news"!

10 regoles d'or por i geniturs

Referat materiai didatics y media nüs

Ci bel pacl!

Gesunde Ernährung

Sorvisc ai Jogn Val Badia

Referat online: "Curé mituns cun omeopatia"

Sorvisc ai Jogn Val Badia

Consëis y contac de aiüt



Hausaufgaben machen – ohne Stress! (Teil 2)

Tipp 6: Positives Feedback geben, Fehler erlauben

Mit einem Lob für zügiges und konzentriertes Arbeiten fördern Sie die Motivation Ihres Kindes. Vermeiden sollten Sie hingegen, die Hausaufgaben als Druckmittel zu benutzen. Akzeptieren Sie auch, wenn Ihr Kind nicht alles auf Anhieb richtig macht.

Tipp 7: Neugier wecken – Wenn ich das kann, dann ...

Zeigen Sie Ihrem Kind Beispiele, in welchen Situationen des täglichen Lebens es den erlernten Stoff aus der Schule einsetzen kann.

Tipp 8: Pausen einlegen – stressfrei lernen mit wachem Kopf

Für optimale Lernerfolge müssen auch Pausen gemacht werden. Jedes Kind kann sich nur eine begrenzte Zeit am Stück konzentrieren. Frische Luft, Bewegung und ein Getränk machen den Kopf wieder frei. Nach der Pause lernt es sich dann wieder umso besser.

Tipp 9: Im zeitlichen Rahmen bleiben

Wie lang Ihr Kind an den Hausaufgaben sitzen sollte, ist abhängig von Klassenstufe und Schulform. Beim Lernerfolg kommt es nicht auf die Zeit an, die Ihr Kind mit seinen Hausaufgaben verbringt, sondern darauf, wie motiviert es an die Arbeit geht.

Quelle: <https://www-de.scoyo.com/eltern/lernen/lerntipps-lernmotivation/hausaufgaben-ohne-stress>

Por chestiuns che reverda la didatica a destanza, pón contaté la responsabla:
Magdalena Lerchegger: Magdalena.Lerchegger@provincia.bz.it



I vá bun, sciöche i sun!

Na storia por pici y gragn



La storia dla "Stëra, che orô
ester val'de particolar" ó nes
insigné val'de important:
Degügn ne é perfec, i jun bun
avisa sciöche i sun!

Chiló podëise odëi y aldí la storia.

Buna vijiun!

„Anche a te
Dio ha regalato
qualcosa di speciale:
il cuore!
E tutti lo possono usare
per fare del bene alle altre persone.
Quando si aiuta qualcuno o si condivide qualcosa,
quando si consola qualcuno che é triste,
quando si dice a qualcuno: „Ti voglio bene! "-
in quei casi si usa il regalo speciale di Dio
e quindi sei anche tu qualcosa di speciale!"

Sara Clara: Sara.Clara@schule.suedtirol.it

Alexandra Mussner: Alexandra.Mussner@schule.suedtirol.it



Esercizi di stretching

Continuiamo a movimentare la didattica a distanza

- 20" – 30" per lato
- Assumere lentamente le posizioni
- Ispirare ed espirare

- riduce lo stress muscolare e migliora il recupero
- aiuta la coordinazione
- sostiene la propriocezione
- migliora l'escursione articolare
- rilassamento



Scuola elementare

16.00 – 16.40 – ogni mercoledì fino al 16/12/2020



ID riunione: 997 1986 7649
passcode: sport

Scuola media

17.00 – 17.40 – ogni mercoledì fino al 16/12/2020



ID riunione: 939 8962 7131
passcode: sport

Scuola superiore e insegnanti

17.00 – 17.40 – ogni giovedì fino al 17/12/2020



ID riunione: 998 2353 9672
passcode: sport

I video delle scorse settimane sono disponibili sul canale YouTube del Sorvisc ai Jogn.

Emanuel Gravino: Emanuel.Gravino@provincia.bz.it
Lorenz Clara: Lorenz.Clara@provinz.bz.it



Gnanca da crëie... ocio ales "fake news"!

10 regoles d'or por i geniturs

Normalmënter cherdunse a ci che i liun ti foliec, aldiun tl radio o odun tla televijiun. Dantadöt sön internet y sön i social media rodel n gromun de informaziuns che ne stimenëia nia, inventades o esagerades, che se porta a crëie cosses zënza fundamënta. Ara se trata de Fake News, informaziuns falzes.

Porchël valutëia tres les notizies
cun n edl critich y no crëie a döt
ci che te lies y vëighes sön internet!

**FAKE
NEWS**

Chiló n video cört por scolars dla scora elementara:

Cosa sono le fake news? Consigli per riconoscerle - Fake news per bambini

... y un por jogn y jones:

Fake News im Netz erkennen

Chiló n valgügn tools por se devertí y ciafé fora les "fake news":

- SWR FakefinderHandysektor.de

- Fake News QuizNLM

- Fake News Check App



L'iniziativa **Eltern-medienfit/Genitori-connessi** á metü adöm 10 prinzijs, ponsá propi por geniturs che vëgn confrontá vigni de indô cun le monn digital de sü mituns.

Mostra interes por l'adoranza che to môt fej di media digitai, fissëia n limit de tëmp por l'utilisaziun di media, dá le bun ejëmpl - chisc é madër n valgügn consëis por stimolé n anuzamënt sann di media digitai da pert de dōta la familia.

Chiló pón descíarié i 10 consëis dër ütli!



Ci bel pacl!

Sëgn dan Nadé él le **Pice Bambin** che á n gran laur da fá ia dotes les scincundes.
En chësc ann podessel se ponsé fora val'manira particolare por les fá ia.

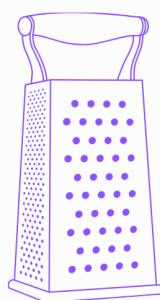


Al podess tó na scatora dai cialzá y la fá ia cun papier da cujiné. Sciöche decoraziun ti pita le bosch de vigni sort de materiali (coches, rames ...), da vedli foliec podessel taié fora lëgns, stëres o cogores. Invalgó á le bambin dessigü ince val' bel fi da corú o n botun o l'ater por fá le pacl ciamó plü bel.

Gesunde Ernährung

GESUNDE ERNÄHRUNG IN DER FAMILIE

GETREIDE UND KARTOFFELN: ENERGIESPENDER NUMMER EINS



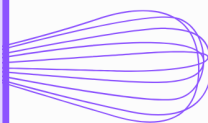
Bei Brot, Brötchen, Nudeln, Haferflocken und Reis öfter mal zur **Vollkornvariante** greifen. Sie enthält besonders viele Vitamine und Mineralstoffe wie beispielsweise B-Vitamine und Eisen sowie sättigende Ballaststoffe.



Kartoffeln liefern vor allem in Kombination mit Ei oder Kräuterquark hochwertiges Eiweiß.

Als Salz-, Pell- oder Backofenkartoffel sind sie nahezu fettfrei, und auch die heiß geliebten Pommes verlieren an Schwergewicht, wenn man sie im Backofen statt in der Friteuse zubereitet.

Quelle: www.familienhandbuch.de



Les educadësses resta a disposiziun por i jogn y les jones.

Romina SAJ: romina@jogn.org / 345-3717729

Barbara SAJ: barbara@jogn.org / 342-8410721



Referat online: “Curé mituns cun omeopatia”

Le referat vëgn tigní le mertesc, ai 15 de dezëmbër dales 19.30.

Tres deplü geniturs crëi te metodes naturales sciöche infasc, tês y omeopatia, sce ara nen vá dla sanité de sü mituns. Cun chisc mesi se lascia curé tröpes maraties te na manira morjela y zënza faziuns colaterales. Cun l'omeopatia pón curé pro i mituns tröpes maraties ala pel, infeziuns che vëgn tres indô, mo dantadöt pón mioré têmes y disturbs de comportamënt. Tla vita da vigni de te familia pón odëi les faziuns di globuli omeopatics pro inzidënc, ferides y sangonades.

“Do düc chisc agn che i trati tröc paziënc cun medejines omeopatiches, me feji tres indô demorvëia, ci che de te' piceres cogores é bones da arjunje.”- Dr. Delago.



Dr. Elisabeth Delago

La doturia Elisabeth Delago á rové tl ann 1990 sü stüdi de medejina a Desproch y s'á spo spezialisé pro la „Dr. von Haunerschen Kinderklinik“ tla université da Minca. Dedô ara studié 3 agn omeopatia a Minca y ciamó 4 agn tla „International school for classic Homeopathy“.

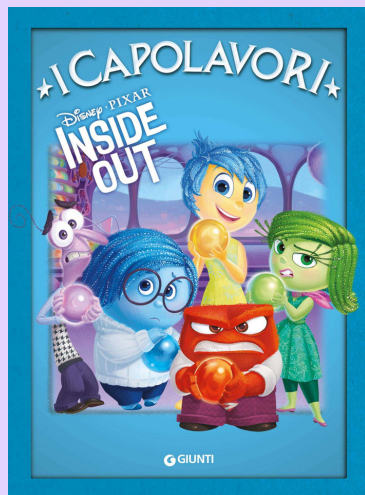
Ara á ince tut pert a deplü cursc de perfezionamënt cun tröc doturs conesciüs da vigne pert dl monn por aprofondí so savëi. Dal 1999 incá fejera pert dl cërtil dl'Omeopatia de Südtirol y laora atualmënter te sü ambulatori privac te Gherdëna y a Balsan.

Le referat é debann y al n'ó ester degöna prenotaziun.

Chiló ciafeste le link por te coleghé tres la plataforma Zoom.



Consëis y contac de aiüt



Valgügn/valgönes de os á bele magari n iade lit le liber "Inside out" o odü le film. Al é na storia che cunta dles emeziuns. Na storia che é sides por mituns y mitans dla scora elementara, co ince por maius.

Clichëia chiló por ti ciaré al trailer dl film.
I libri é da ciafé tles biblioteches.

Consulënza

Sara Clara

(por scolares y scholars)

Sara.Clara@schule.suedtirol.it

371-4955343

Barbara Tolpeit

(por jogh, jones y geniturs)

barbara@jogn.org

342-8410721

Sabine Hofer

(por geniturs:
scolines y scores
elementares)

0471-773346

Irene Costa

(por geniturs:
scores mesanes y
scores altes)

0471-417023

Raiun sozial Val Badia

0474-524552

Sorvisc psicologich 24h Bornech

0474-581111

