



Bürozeiten

Schulleitung / Schulsekretariat

Montag	08.00-11.30 Uhr
Mittwoch	08.00-11.30 Uhr
Freitag	08.00-11.30 Uhr

Oktober 2024

ELTERNBULLETIN

ERZÄHLNACHT „TRAUMWELTEN“

Wichtig:
Bitte melden Sie Absenzen vor
Unterrichtsbeginn direkt der
Lehrperson oder im
entsprechenden Schulhaus.
(Auch via Klapp möglich)

**Schulstrasse 4
8856 Tuggen**

www.schuletuggen.ch

Büro Schulsekretariat
055 465 12 81
Schulhaus Eneda
055 445 16 74
Schulhaus Dorfhalde
055 445 12 37
Kindergarten Eneda
055 445 16 39
Kindergarten Riedland
055 445 19 66

Am Freitag, 8. November, findet die Schweizer Erzähl-
nacht statt. Dieses Jahr lädt das Motto
„Traumwelten“ zum gemeinsamen Träumen ein. Unter
dem Patronat des Treffs junger Frauen (TJF) wird
dieser Anlass auch in diesem Jahr wieder durchgeführt.
Unsere Schulkinder sind immer sehr gespannt, was sie
an diesem Abend erwartet. Wir freuen uns auf den
Anlass und danken allen Helferinnen und Helfern für den
grandiosen Einsatz zugunsten des Leseförderungs-
projektes!



ELTERN TAXIS

Bitte verzichten Sie bewusst auf Taxifahrten. Sie ermöglichen Ihrem Kind auf dem Schulweg wertvolle Erfahrungen im Umgang mit den Gefahren und geben ihm die Gelegenheit, viele Entdeckungen und Eindrücke auf dem Schulweg zu sammeln. Über den QR-Code finden Sie ein paar spannende Anregungen zum Thema Schulweg. Falls Sie trotzdem einen Grund haben, Ihr Kind zu fahren, dann benutzen Sie bitte den Parkplatz der Riedlandhalle oder den grossen Parkplatz unterhalb des Schulhauses Dorfhalde und laden Ihre Kinder dort aus.

→ **Parkverbot:** Feuerwehr-Depot, Trottoir,
Lehrerparkplätze, Schulbushaltestelle






AGENDA (Ferien und schulfreie Tage bitte im Schulblatt oder auf der Homepage nachsehen)

Do 31. Oktober 2024	Pausenmilch um 9.30 Uhr von Tuggner Bäuerinnen ausgeschenkt
Fr 08. November 2024	Erzählnacht
Do 14. November 2024	Zukunftstag (5./6. Klasse)
Mo 02. Dezember 2024	18.00 Uhr Adventsfenster mit anschliessendem Apéro
Do 23. Januar 2025	19.00 Uhr Elternabend „Eintritt in den Kindergarten“ (Kindergarten)
Do 20. Februar 2025	Schulhausfasnacht (am Nachmittag)


TIPPS FÜR EINEN AUSGEWOGENEN ZNÜNI UND ZVIERI

Essen und Trinken sind genussvolle Sinneserlebnisse. Regelmässige und fantasievoll zubereitete Hauptmahlzeiten und angepasste kleine Pausenmahlzeiten machen Kinder satt und leistungsfähig. Das Znüniblatt zeigt auf, wie ausgewogene Pausenmahlzeiten zusammengestellt werden können..



Ein ausgewogenes Znüni und Zvieri

- ✓ enthält Wasser oder ungesüssten Kräuter- oder Früchtetee.
- ✓ besteht aus Obst und/oder Gemüse.
- ✓ ist bunt und fantasievoll zusammengestellt.
- ✓ ist zuckerfrei.
- ✓ kann je nach körperlicher Anstrengung und Hungergefühl durch ein Getreide- und/oder Milchprodukt sowie Nüsse ergänzt werden.




Nicht regelmässig – aber ab und zu

- ✓ Fleisch und Fleischprodukte wie Wurstwaren, Schinken, Trockenfleisch – bevorzugen Sie fettarme Varianten.

Nach diesen Lebensmitteln den Mund mit Wasser spülen:

- ✓ Trockenfrüchte
- ✓ Fruchtsaft (ohne Zuckerzusatz)
- ✓ exotische Früchte wie Bananen, Mango, Ananas, Papaya – prüfen und bevorzugen Sie beim Kauf von exotischen Früchten möglichst das Bio- und Fairtrade-Angebot.



Nicht empfehlenswert sind

- ✗ Schokoladen-, Milch- und Getreideriegel.
- ✗ gezuckerte Frühstückscerealien.
- ✗ Biskuits/Guetzli.
- ✗ Süssgetränke wie Eistee, Sirup, Cola, Energydrinks.
- ✗ künstlich gesüsste Getränke (light/zero).
- ✗ gesüsste, aromatisierte Milchgetränke.
- ✗ fettige oder stark gesalzene Produkte wie Salzstangen, Chips, gesalzene Nüsse.

Ein sinnvolles Znüni und Zvieri

- ✓ stillt den kleinen Hunger zwischendurch.
- ✓ gibt wieder neue Energie, vor allem bei viel Bewegung in der Pause und in der Freizeit.
- ✓ unterstützt die Konzentrationsfähigkeit.
- ✓ besteht idealerweise aus regionalen und saisonalen Produkten.
- ✓ wird am besten in eine praktische Znünibox verpackt: sie hält Znüni und Zvieri frisch und spart Verpackungsmaterial.

Grösse einer Portion

1 Portion Gemüse und Früchte = so viel wie Ihr Kind in der Hand fassen kann.

