



SMC
st. michaël college



Kerstproject 2019



Zorg
voor
nepal





19 DECEMBER IS HET ZOVER!

Het kerstproject gaat van start! Er wordt al een tijdje hard gewerkt aan het kerstproject door Stef Heine (H4) en Nienke van Eig (H4). We hebben er erg veel zin in! Dit jaar is de stichting waar wij geld voor ophalen: Zorg voor Nepal.

Sinds vorig jaar is Stichting zorg voor Nepal -voor 3 jaar- het goede doel van o.a. de kerstmarkt op het St. Michael college. Zij zijn een kleine stichting die zorg mogelijk maakt in het bergdorpje Dhadagaun in Nepal. Zij steunen hier (met geld, materialen en advies) een gezondheidscentrum waar mensen uit de omgeving heen komen als zij een ongeluk hebben gehad of ziek zijn. Daarnaast organiseert het centrum ook activiteiten om te voorkomen dat mensen ziek worden.

Sinds drie jaar is Stichting zorg voor Nepal het goede doel van o.a. de kerstmarkt op het St. Michaël College. Zij zijn een kleine stichting die zorg mogelijk maakt in het bergdorpje Dhadagaun in Nepal. Zij steunen hier (met geld, materialen en advies) een gezondheidscentrum waar mensen uit de omgeving heen komen als zij een ongeluk hebben gehad of ziek zijn. Daarnaast organiseert het centrum ook activiteiten om te voorkomen dat mensen ziek worden.

Nepal is een prachtig, maar zeer arm land, gelegen tussen China en India. Het dorp Dhadagaun bestaat uit 184 huishoudens met een geschat aantal van 1012 inwoners. Het ligt op 1450 meter hoogte, ten oosten van de hoofdstad Kathmandu. Doordat Dhadagaun in de bergen ligt, is het niet makkelijk om er te komen. Om er te komen, moet je langs steile zanderige en soms modderige bergweggetjes. Ziek zijn in de bergen is daarom erg gevaarlijk. De kans om als klein kind te overlijden is in Nepal bijvoorbeeld 10x groter dan in Nederland. Dat komt doordat gezondheidszorg in Nederland vanzelfsprekend is. In Nederland ga je bijvoorbeeld makkelijk even langs de huisarts. In Nepal is dat zeker niet het geval. Ook hebben veel kinderen een lage weerstand omdat ze ondervoed zijn. Als die kinderen ziek worden, is het nog maar de vraag of ze goede hulp kunnen krijgen. Zo krijgt slechts 7% van de jonge kinderen een antibioticakuur als ze een gevaarlijke longontsteking hebben. Het gezondheidscentrum wil daarom zorgen dat mensen in Nepal toegang hebben tot gezondheidszorg.



Deze vrouwen en mannen willen dolgraag een kans krijgen om een eigen bestaan op te bouwen in hun eigen land. De stichting 'Zorg voor Nepal' wil hen daar graag in ondersteunen. **Willen jullie hen daarbij helpen?**

Vorig jaar was de kerstmarkt fantastisch. Wat een geweldige inzet, feest en wat een geweldige opbrengst van de kerstmarkt. 4000,- Euro!! Dit fantastische bedrag zorgt ervoor dat Kopila Tamang nu wordt opgeleid tot verloskundige voor het centrum.

Naast deze hoge opbrengst, hebben wij het bedrag kunnen verhogen door opbrengsten van andere acties in de school, zoals de pannenkoekenactie en de brownieactie. De oud-rector Elly van Eerden heeft tijdens haar afscheidsreceptie van externe relaties een gift gevraagd voor Zorg voor Nepal. Alles bij elkaar opgeteld hebben we totaal € 9000,- kunnen overmaken.

Stichting Zorg voor Nepal aan het woord!

Voorkomen dat je ziek wordt, maar als je toch ziek wordt of een ongeluk krijgt ook goede zorg krijgen. Dat is in een afgelegen bergdorpje in Nepal niet vanzelfsprekend. Zeker niet als je arm bent. Om dit te bereiken zijn de hulpverleners in het bergdorpje Dhadagaun elke dag en soms 's nachts bezig. Maar, dit lukt ze niet alleen. Geld, materialen, specialistische trainingen en adviezen blijven nodig om goede zorg te leveren. Deze biedt Stichting Zorg voor Nepal vanuit Nederland.

Wat doet Stichting Zorg voor Nepal? De Stichting ondersteunt plaatselijke hulpverleners bij het beschikbaar stellen van basisgezondheidszorg voor iedereen.

De belangrijkste activiteiten zijn:

- het mogelijk maken van basisgezondheidszorg (bijvoorbeeld eerste hulp, behandelen wonden/huidproblemen, behandelen infectieziektes);
- het mogelijk maken van gezondheidsvoorlichting;
- het mogelijk maken van specialistische hulp door gezondheidskampen te organiseren;
- het inzamelen van hulpmiddelen;
- het geven van specialistische trainingen.

Het Community Health Centre Dhadagaun en de oprichting van de stichting: Het Community Health Centre staat in het dorp Dhadagaun. Het ligt op ongeveer 1450 meter hoogte, oostelijk van de hoofdstad Kathmandu. Vanwege de hoogte, de steile en zanderige wegen, is het niet makkelijk om er te komen. In het dorp wonen ongeveer 184 huishoudens met een geschat aantal van 1012 inwoners. Tot veertien jaar geleden was de toegang tot gezondheidszorg moeizaam. Er was geen huisarts, de reis naar een ziekenhuis kostte uren en de behandeling veel geld. Hierdoor kon een 'simpele' longontsteking al dodelijk zijn.

In 2009 kwamen Melanie Aveloo en Konstantin Prekpalaj als vrijwilligers voor het eerst in aanraking met het Community Health Centre van Dhadagaun. Zij werkten daar een half jaar lang intensief samen met de vier personeelsleden. Na dit half jaar zijn Melanie en Konstantin altijd betrokken gebleven bij het gezondheidscentrum. Echter in de jaren die volgden ging het gezondheidscentrum organisatorisch sterk achteruit door gebrek aan management en financiële ondersteuning. Omdat Melanie en Konstantin ervan overtuigd waren dat het Community Health Centre onmisbaar is voor de inwoners van Dhadagaun en omliggende dorpen, besloten zij in 2014 het gezondheidscentrum, onder strikte voorwaarden, financieel en organisatorisch te ondersteunen. Dit gebeurde aanvankelijk met eigen middelen. Na een proefperiode van een jaar, functioneerde de gezondheidspost aanmerkelijk beter en werd het tijd voor een duurzaam vervolg, door middel van een stichting. Hierop werd een bestuur samengesteld van enthousiaste mensen met verschillende achtergronden op geneeskundig en organisatorisch gebied. In 2015 werd Nepal, en daarmee ook het dorp Dhadagaun, zwaar getroffen door twee aardbevingen. Het gezondheidscentrum en alle huizen in het dorp werden volledig verwoest. In deze periode werd ook met spoed Stichting Zorg voor Nepal verder opgericht met als eerste prioriteit: Noodhulp verlenen. Sinds februari 2017 staat er met hulp van donateurs weer een prachtig nieuw Community Health Centre. Hier komen niet alleen de bewoners van Dhadagaun, maar ook van andere omliggende dorpen. Inmiddels zijn er meer dan 30.000 patiënten geholpen door de jaren heen en werden er meer dan zestig kampen met medisch specialisten gehouden.

Het Team in Nepal:

Het team bestaat uit vier mensen die allemaal uit Dhadagaun komen of uit de nabije omgeving:

- Prem Bahadur Tamang is Community Medical Assistant (CMA). Hij onderzoekt en behandelt patiënten en onderhoudt intensief contact met de bestuursleden van Stichting Zorg voor Nepal.
- Mohan Tamang, maakt schoon en ondersteunt Prem waar mogelijk met de patiëntenzorg. Tevens is hij een uitstekende kok en kookt hij tijdens de gezondheidskampen voor de medewerkers en vrijwilligers.
- Sanu Maya Tamang is Village Health Worker (VHW) en geeft gezondheidsvoorlichting in wekelijkse bijeenkomsten voor vrouwen uit het dorp. Dit past zij aan op de gezondheidsvraagstukken die er op dat moment zijn. Na de aardbeving bijvoorbeeld gaf zij veel voorlichting over het voorkomen van een uitbraak van infectieziekten (diarree e.d.) door les te geven over bepaalde hygiënische maatregelen die iedereen kon nemen.
- Bindu Maya Tamang is onderwijzeres en geeft gezondheidsvoorlichting aan kinderen op de plaatselijke basisschool.

Kerstmarkt 2017 en 2018: In december 2017 en 2018 werd er door het St. Michaël College o.a. een kerstmarkt gehouden waarvan de opbrengsten naar Stichting Zorg voor Nepal gingen. De geweldige opbrengst heeft ervoor gezorgd dat we Kopila Tamang's opleiding tot Auxiliary Nurse and Midwife kunnen betalen. Dit is een opleiding van anderhalf jaar tot verloskundige. Naast puur de verloskundige zorg leer je ook patiënten behandelen in een gezondheidscentrum. Wij denken dat zij in de toekomst een zeer waardevolle aanwinst zal zijn voor het Community Health Centre in Dhadagaun en dat we met haar de moeder- en kindzorg naar een hoger plan kunnen tillen.

Daarnaast hebben we het afgelopen jaar materialen aangeschaft ten behoeve van spoedeisende hulp (zoals spalken en uitzuigapparatuur) en trainingsmaterialen (reanimatiepoppen kind en volwassenen) waarmee we een mooie 'emergency training' hebben kunnen geven waarbij personeel van het Community Health Centre maar ook andere omliggende gezondheidsposten hebben leren reanimeren met AED, omgaan met grote ongevallen met meerdere slachtoffers maar ook bijvoorbeeld met slangenbeten en ernstige allergische reacties. De komende jaren willen we de acute zorg in de regio nog verder verbeteren. Een ambulanceservice zou hier een mooi aandeel in zijn. Momenteel kijken we met de lokale overheid en de medewerkers of hier mogelijkheden voor zijn



Voor bovenstaande activiteiten zijn we afhankelijk van donaties. Wij doen onze uiterste best om te zorgen dat uw/jouw donatie zo effectief mogelijk wordt ingezet. We werken niet met betaalde tussenpersonen en besteden geen gedoneerd geld aan fondsenwerving. Wij hopen op uw/jouw bijdrage. Mocht u/je op de hoogte gehouden willen worden van onze activiteiten, kijk dan op onze website en facebookpagina of meld u/je aan voor onze nieuwsbrief door een mail te sturen naar: info@zorgvoornepal.nl



Namaste en dank voor jouw interesse en steun

Namens het Bestuur van Stichting Zorg voor Nepal: Konstantin, Melanie, Simone en Martine

Website: www.zorgvoornepal.nl

Facebook pagina: Zorg voor Nepal

Rekeningnummer: NL52RABO0304961493 t.n.v.: Stichting Zorg voor Nepal

Stichting Zorg voor Nepal kijkt dit jaar weer graag uit naar de Kerstmarkt van 2019!!!

Alvast bedankt voor al jullie geweldige inspanningen!

Konstantin Prekpalaj, Melanie Aveloo,

Simone Kleijn en Martien Brendel (bestuur Stichting Zorg voor Nepal)

De toekomst: 'acute zorg, op weg naar beter!'

Als je een ernstig ongeluk krijgt in een afgelegen bergachtig gebied heb je een groot probleem. Het duurt lang voordat je in het ziekenhuis bent en daardoor heb je een grotere kans om blijvende schade op te lopen of zelfs te overlijden. Daarnaast is het transport naar het ziekenhuis zelf riskant. Gebroken botten kunnen verschuiven waardoor je bijvoorbeeld blijvend verlamd kan raken.

De komende jaren willen we de noodhulp verder gaan verbeteren. Niet alleen bij ongevallen maar ook bijvoorbeeld bij een bevalling die misgaat of een kind met een ernstige longontsteking of hersenvliesontsteking. Hiervoor is een betere samenwerking met de overheid en omliggende ziekenhuizen, veel extra training en materieel nodig.

OP DONDERDAG 19 DECEMBER 2019 GAAN WE MET...

- De eerste, tweede, derde, vierde en 5-vwo klassen aan het werk in veel verschillende workshops;
- De derde klassen gaan in principe schaatsen, mocht je dit echt niet willen, mag je ook op de dag zelf workshops volgen;
- De leerlingen van havo-5 en vwo-6 zijn vrij om o.a. thuis te werken aan hun profielwerkstuk en om zich voor te bereiden op de s.e.-week in januari 2018. Natuurlijk zijn ook zij allemaal 's avonds van harte uitgenodigd op het kerstgala!



ALLE LEERLINGEN van klas 1, 2, 3, 4 en 5-vwo...

Worden om 09.00 uur verwacht in het mentorlokaal (waar je moet zijn, komt op Senses te staan). Vanaf 09.30 uur beginnen de workshoprondes en duren tot 13.00 uur. Houd Senses in de gaten om te zien voor welke workshop je bent ingedeeld. Check goed wat je voor een workshop moet meenemen!! Tijdens de pauze tussen de workshops, worden er allerlei lekkere dingen verkocht. Vergeet je zakgeld dus niet mee te nemen als je onze beroemde oliebollen niet wilt missen!

SPONSORFORMULIER



We willen natuurlijk heel graag dat al onze leerlingen zich meer bewust worden van hoe anders het leven er aan toegaat in een land ver hier vandaan. Bedenk je maar eens dat je op je 15^e al ernstig ziek bent. Onvoorstelbaar voor kinderen in Nederland. Daarom willen we extra aandacht vragen voor het sponsorformulier. Stel je eens voor dat IEDERE leerling op het SMC het formulier inlevert met als minimale opbrengst €10,-. Dat zou toch mooi zijn. Een klein bedrag kan al een enorme impact hebben, laat staan het bedrag dat de hele school kan opbrengen! Het antibioticum om een kind met een longontsteking te redden kost 70 cent. Dus we vragen jullie, ongeacht de workshop die je kiest, om met het sponsorformulier naar je ouders, de burens, de melkboer etc. etc. te gaan en vraag om hun hulp. Zijn je ouders/verzorgers niet meer van het contante geld? Het is ten slotte wel 2018!

Dan kunnen ze ook gewoon doneren d.m.v. een overboeking naar het IBAN-nummer van het goede doel!
Rekeningnummer: NL52RABO0304961493

Leerlingen uit de bovenbouw zullen niet zo snel met zo'n formulier gaan vragen om een bijdrage. Maar dat is nou het leuke eraan; zij hebben vast al een bijbaantje en willen misschien gewoon zelf een tientje inleveren bij de mentor.

Kom op jongens en meiden; maak je sterk, zet je in voor de mensen uit Nepal. Ook zij hebben recht op een goed en gezond leven!

WAT GEBEURT ER 'S AVONDS?

's Avonds zal er zoals ieder jaar weer een kerstmarkt zijn. Hier worden spullen verkocht die jullie tijdens de workshops hebben gemaakt, maar ook zullen er verschillende activiteiten plaatsvinden zoals laser gamen. De avond wordt afgesloten met het jaarlijkse **KERSTGALA**. Bij een gala hoort natuurlijk sjieke kleding. Het zou dan ook heel leuk zijn als jullie in gepaste kleding komen.

Het gala is overigens alléén voor SMC- leerlingen. Je moet je collegekaart meenemen! Introductés en oud-leerlingen worden niet toegelaten (ook niet de leerlingen die vorig jaar nog op school zaten).

Nodig gerust je ouders/verzorger, familie, burens etc. uit om de gezellige kerstmarkt te bezoeken op 19 december van 18.30 tot 20.30 uur

**Entree kerstmarkt € 2,-
(in de voorverkoop) €2,50 (bij verkoop aan de deur)**

TAARTEN BAKKEN VOOR HET GOEDE DOEL!



Dit jaar doen wij nog een inzamelactie! Kan jij heel goed taarten bakken en wil jij het goede doel helpen? Dat kan! Als jij je taart op **19 december in de ochtend doneert aan de school**, verkopen wij jouw taart voor het goede doel! Dan kan jij iedereen laten zien hoe goed jij kan bakken en help je het goede doel!

Graag aanleveren op de dag van het kerstproject in aluminiumfolie of vershoudfolie, dus niet in een vershoudbakje die je nog terug wilt hebben!

Alvast bedankt namens Zorg voor Nepal!

KERSTGALA

Na de kerstmarkt is er van 21.15 tot 23.30 uur voor alle leerlingen een **KERSTGALA**. Entree € 3,-. In de voorverkoop betaal je € 2,50. **Introducés en oud-leerlingen worden niet toegelaten.** In je mooiste kerstoutfit kun je de "sterren van de aulahemel" dansen.

Om 20.30 uur moeten we in korte tijd, zo snel mogelijk de kerstmarkt opruimen en de aula omtoveren tot dansvloer.

Als je op de kerstmarkt bent geweest en je wilt daarna naar het **KERSTGALA** kun je in **de beneden gang (bij de kluisjes)** wachten en hoef je niet opnieuw entree te betalen. Ook kun je gewoon een handje helpen met het opruimen van de kerstmarkt want vele handen maken licht en snel werk!

ALLES OP EEN RIJTJE

Alle leerlingen uit klas 1,2,3,4 en vwo-5 verzamelen om
Workshopronde 1
Workshopronde 2
Kerstmarkt
Kerstgala

09.00 – 09.20 uur in het mentorlokaal
09.30 – 11.00 uur
11.30 – 13.00 uur
18.30 – 20.30 uur
21.15 – 23.30 uur

INSCHRIJVING WORKSHOPS

De inschrijving voor de workshops gaat via Senses.

De link staat open van 9 december t/m 11 december.

www.smcsenses.nl/kerstproject

Iedere leerling geeft duidelijk aan welke workshops hij/zij kiest. Naast je eerste keus, geef je ook een 2e, 3e, 4e en 5e keuze aan. Klik ook aan wat je **NIET** wilt.

Als je helemaal niets invult, zullen wij je indelen bij een workshop waar nog voldoende ruimte is. Op de volgende bladzijden lees je welke workshops er zijn. Er is genoeg keus voor iedereen!

Veel plezier allemaal!





Lees dit eerst allemaal even goed door!

Hoe werkt het sponsorformulier?

Op de laatste pagina van dit boekje vind je het **SPONSORFORMULIER**. We vragen aan alle leerlingen of zij hun vaders, moeders, tantes, opa's etc. enthousiast willen maken om geld te doneren aan het goede doel: **Zorg voor Nepal**. Dit kan je doen door het sponsorformulier in te vullen. Ook als je een workshop kiest waar **niets** gemaakt wordt dat 's avonds verkocht kan worden op de markt, willen we je vragen het sponsorformulier in te vullen.

Het ingezamelde geld geef je 's morgens om **09.00 uur op donderdag 19 december** (de dag van het kerstproject) af aan je mentor (of zijn/haar vervanger), samen met je volledig ingevulde sponsorformulier. Alvast heel erg bedankt voor je inzet, namens de Stichting Zorg voor Nepal en de kinderen in Nepal die door jullie binnenkort weer gezond kunnen leven!



st. michael college

SPONSORFORMULIER KERSTPROJECT 2018

Ja, ik geef graag een bijdrage aan Zorg voor Nepal!

Naam leerling:		Klas:	
Naam donateur	Bedrag	Workshop	Workshop ronde
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
Totaal	€		

Dit formulier en het geld levert de leerling in op
20 december, om 9.00 uur bij de mentor.

BEDANKT VOOR UW BIJDRAGE!



De workshops van 2019



Schaatsen voor het Goede Doel!!

(*in principe* voor leerlingen van klas 3 en *vrijwillig* voor leerlingen uit alle andere jaarlagen)

Beste leerling. Ben je geen knutselaar of kunstenaar maar redt je jezelf wel een beetje op het ijs? Haal dan je (combi)noren, hockey- of kunstschaatsen uit de kast en schrijf je in voor de workshop **Schaatsen voor het Goede Doel!!** Heb je geen eigen schaatsen? Dan kun je deze op de schaatsbaan huren op kosten van school (svp van te voren aangeven).

Om geld op te halen, zoek jij je eigen **sponsoren**, te denken aan ouders, oma's en opa's, ooms en tantes, vrienden, burens of de kassière van de supermarkt bij jouw in de buurt... Vraag ze het beste allemaal. Vraag hen of ze het goede doel (leg even uit wat het doel is) willen sponsoren en zamel het bedrag van te voren in. Gebruik hiervoor het sponsorformulier. Lever je sponsorgelden in een envelop voorzien van je naam, klas en het totale bedrag in bij je mentor (uiterlijk tijdens het laatste mentoruur voor de kerstvakantie!). Als bewijs van al je geschaatste rondjes maak je na afloop een selfie met je stempelkaart (verkrijgbaar op 20-12). Wie de meeste rondjes schaatst, verdient een prijs.



We verzamelen op donderdag 19-12-2019 om 9.15 uur op het parkeerterrein van de Zaanse Schans (svp niet eerder). Let wel: Fietsen dienen in de fietsenstalling van school gestald te worden! Terug op school zullen we rond 13.15 uur zijn.

Meenemen:

- eigen schaatsen (of huren)
- schoolpasje
- lunchpakket
- handschoenen, muts, sjaal...
- goede conditie voor zo veel mogelijk rondjes :o)))

Voor vragen kun je terecht bij je mentor en de heer Lindner (alindner@stmichaelcollege.nl).



Workshops voor echte bakkers

Vegan kerstkoekjes bakken

Hou jij ook zo van de geur van zelfgebakken koekjes met Kerst? Kom dan koekjes bakken in onze keuken. We maken ze veganstyle, dus helemaal zonder dierenleed. Je leert hoe je met een paar simpele ingrediënten en technieken heerlijke koekjes kunt bakken. En voor daarna: do try this at home, zodat het bij jou thuis ook naar lekkere koekjes ruikt! De koekjes die we bakken op school worden op de Kerstmarkt verkocht ten bate van de kinderen in Nepal.

Wat neem je mee?

Een schort. Kun je lekker klieveren.



Sushi maken

Houd jij net zoals wij super veel van sushi en vind je het ook nog eens leuk om het zelf te maken? Doe dan gezellig mee met de workshop 'Sushi maken'! Je hebt de keuze uit verschillende ingrediënten, dus van vele lekkere combinaties geen gebrek. Ben je ook een echte sushi liefhebber? Schrijf je dan nu in voor deze workshop!

Wat neem je mee?

Een schort.

Bonbons maken

Chocolade, het woord alleen al doet ons watertanden. Eén van de meest in het oog springende vorm van chocolaterie is de bonbon. De vorm en decoratie maken de lekkernij aantrekkelijk. Van de smaak van het chocolade omhulsel kan je je een voorstelling maken maar het geheim van de bonbon is natuurlijk de kern. Wanneer we er een gaan proeven, vraag je je toch altijd af wat er in zit. Is de bonbon zoet, bitter, romig, zacht of nootachtig? Is je interesse gewekt en vind je het leuk om lekkere, mooie en spannende bonbons te maken? Geef je dan snel op!



Wat neem je mee?

Een schort.

Oliebollen maken



Traditiegetrouw worden er tijdens het kerstproject olieballen gebakken en verkocht. Eerst gezellig met elkaar olieballen bakken en deze vervolgens verkopen. Als je meedoet heb je het vooral druk in de pauzes, wanneer de olieballen het meest verkocht worden. De hele school is je werkterrein. Inschrijven voor deze workshop is niet mogelijk. De groep zit als vol.



Workshops voor echte sportievelingen

Santa run

Zit jij ook altijd vol energie? En heb jij een goede conditie of wil je daar aan werken? Schrijf je dan in voor deze workshop! Bij deze workshop ga je namelijk meedoen aan een marathon als kerstman! Goed voor je conditie en je blijft toch in de kerstsfeer. Schrijf je snel in voor de leukste en sportiefste workshop van het kerstproject!



Wat neem je mee?

Sportkleding, hardloopschoenen, een kerstoutfit (muts, pak of trui etc.) en het sponsorformulier



Krav maga

Krav Maga, altijd willen weten wat het nu is? Kom erachter en leer een aantal basisprincipes.

Wat neem je mee?

Lekker zittende sportkleding

Jiu Jitsu

Bij deze sport leer je hoe je een aanval (bv. een trap of een vuistslag) effectief kunt blokkeren en hoe je direct daarna de controle overneemt. Dat doe je onder andere door de gewrichten van je tegenstander op een slimme manier te verdraaien. Dat doet zo zeer dat die al snel uitgeschakeld is. Het zal je verbazen hoe effectief dat is! Ervaar hoe deze sport, voor zowel jongens als meisjes, je zelfvertrouwen vergroot en je conditioneel en fysiek sterker maakt. Pak deze unieke kans om met Jiu Jitsu kennis te maken! Je krijgt voor deze workshop een judo pak te leen. Schrijf je nu snel in!



Wat neem je mee?

Voor de zekerheid: trek makkelijke kleding aan



Hip-Hop

Bij deze workshop ga je anderhalf uur een dansje instuderen met een groepje. Moet je al goed kunnen dansen? Nee, dat is niet nodig, we zorgen dat iedereen het bij ons kan leren. Hou je van dansen? Schrijf je dan in voor de workshop 'Hip-Hop'!

Wat neem je mee?

Lekker zittende kleding en zaalschoenen



Workshops om lekker te ontspannen

Yoga



Oorspronkelijk is Yoga afkomstig uit India en bestaat al vele jaren. Yoga betekent verbinden en verenigen. Een Yogales bestaat uit een aantal vaste elementen: middels Surya Namaskar (zonnegroet) en krachtige asana's (yogahoudingen), in combinatie met pranayama's (ademhalings-technieken). Door meditatie en mindfulness kunnen we rust en ontspanning vinden in ons lichaam en geest. Al deze facetten zorgen voor uitdaging en kan het je inzichten geven in je gedachte- en gevoelswereld, om positief, krachtig en met (zelf)vertrouwen in het leven te staan. Wil je dit ook? Schrijf je dan voor deze workshop in!

Wat neem je mee?

Makkelijk zittende kleding, flesje water en handdoek; indien je een eigen yogamatje hebt, breng deze dan mee en vergeet je sponsorformulier niet!

Leesuurtje

Wat is er heerlijker dan even in een andere wereld te wanen? weg van de hectiek van alledag, een kijkje nemen in het leven van een ander, met die ander meeleven, meevoelen, meedenken en hopen dat alles weer goed komt-of juist niet... In een ontspannende omgeving gaan wij dan ook niet anders doen dan "chillen met een boek"!



Wat neem je mee?

Ben je al bezig in een goed boek, neem die dan mee. En anders hebben wij een boek voor je.



Fotografie

Tijdens het kerstproject zijn er veel verschillende activiteiten in de school. Het is natuurlijk leuk om hier zoveel mogelijk van vast te leggen en dit te kunnen delen met andere belangstellende. Door de huidige nieuwe wetgeving kunnen en mogen we (omdat niet nog iedereen zijn/haar toestemming heeft gegeven) niet zomaar van iedereen foto's maken. Daarom gaan we bij deze workshop geen herkenbare personen, maar details van de dag vastleggen om zo toch een beeld te schetsen van wat er allemaal gebeurt. Hierbij maken worden er foto's met een fototoestel gemaakt. Je krijgt eerst een instructie met theorie over

fotografie, daarna ga je in de school foto's maken. Lijkt jou dit heel leuk? Schrijf je dan nu snel in voor de workshop 'Fotografie'!

Wat neem je mee?

Een eigen fotocamera.



Film Scrooge kijken

Zie je al die drukke workshops niet helemaal zitten? Dan is dit de perfecte workshop voor jou! Bij deze workshop kan je lekker rustig een film kijken voor het goede doel. Schrijf je snel in!

Wat neem je mee?

€2,-

Bord- en kaartspelletjes

Lijkt het je leuk om gezellig met een klein groepje leerlingen lekker bord en kaart spelletjes te spelen? Schrijf je dan in voor de workshop kaartspelletjes. Heb je zelf thuis ook nog een leuk spelletje liggen neem deze dan mee!

Wat neem je mee?

Een leuk bord- en/of kaartspel



Ziek in Nepal

Hebben mensen in Nepal andere ziektes dan wij in het “rijke” westen. Wie helpt de mensen in de afgelegen gebieden waar een dokter moeilijk bereikbaar is.

De mensen van de stichting Zorg voor Nepal vertellen je over hoe er wordt omgegaan met het behandelen van ziektes. Omdat er veel medische zorg niet voor handen is, is creatief omgaan met de situatie heel belangrijk.

Nieuwsgierig? Schrijf je maar in en je hoort er alles over.

Wat neem je mee?

Niks



Workshops als je van winnen houdt

Leren schaken



Kun je nog niet schaken, maar wil je het leren? Dan is deze workshop perfect voor jou. Je gaat de regels leren en meteen in de praktijk brengen. Als je wel kunt schaken ben je natuurlijk ook welkom. Je krijgt dan les over strategie en speel je een aantal partijen. Heb je zin in een gezellig middagje schaken? Schrijf je dan in voor de workshop 'Leren schaken'!

Wat neem je mee? Niks

Voetbalquiz

Ben jij ook zo gek van voetbal en denk jij alle feitjes te weten over de geschiedenis van het Nederlandse voetbal? Dan dagen wij jou uit om je kennis ten toon te spreiden en zo Koning Voetbal van het St. Michael college te worden. Wat weet je van Ajax, Feyenoord, PSV en AZ? Grote sterren komen langs in deze fantastische quiz; Marco van Basten, Ruud Gullit, Frank Rijkaard en niet te vergeten Johan Cruyff. Aarzel niet en schrijf je in! Tot ziens bij de grote eredivisie voetbalquiz.



Wat neem je mee?

Niks

Pubquiz

Ben je competitief ingesteld? Heb je veel kennis waarmee je in de les nooit uit de voeten kunt? Kom dan meedoen met de pubquiz. In verschillende themarondes wordt jouw algemene kennis getest.

Wat neem je mee?

Niks



Darten

Altijd al de nieuwe Michael van Gerwen willen zijn? Dat kan nu! Schrijf je in voor de workshop 'Darten' en wellicht vinden we een nieuwe wereldkampioen.

Wat neem je mee? Niks



Workshops voor de creatieve hoogvliegers

Doldwaze Drama improvisatie

Heb jij altijd al willen weten hoe acteurs/actrices zijn begonnen en welke oefeningen zij gebruiken om zich voor te bereiden op hun werk voor film/televisie/toneel? Meld je dan bij de workshop 'Doldwaze Drama improvisatie', wat gegarandeerd een super-vette en dolkomische workshop is. Oh ja, ervaring is niet vereist. Heb jij zin in een gezellig en doldwaze dag? Schrijf je dan nu in voor de workshop 'Doldwaze Drama improvisatie'!

Wat neem je mee?

Niks



Tasjes versieren

Versier je eigen tas tijdens de workshop 'Tasjes versieren'. Tijdens de workshop gaan we blanco canvastasjes versieren. We gaan aan de slag met verschillende materialen; verf, kralen, stof, veren, teksten, tekens of sjablonen, je kan het zo gek niet bedenken. Je kan natuurlijk ook zelf materiaal meenemen van thuis. Heb jij zin in een gezellige en creatieve dag? Schrijf je dan nu in voor de workshop 'Tasjes versieren'!

Wat neem je mee?

Niet verplicht, maar wel extra leuk: versiermateriaal

Kerstballen vlechten

Met wat handigheid en een beetje wiskunde kunnen we de mooiste kerstballen in elkaar vlechten. Lijkt jou dit ook zo leuk? Schrijf je dan snel in voor de workshop 'Kerstballen vlechten'!

Wat neem je mee?

Niks



Windlichten versieren

Verzamel lege glazen potjes en tover ze tijdens deze workshop om tot mooie waxinelichthouders. Potjes van alle maten zijn welkom zolang er een waxinelichtje in past. Ben jij creatief en heb je gevoel voor interieur styling? Kom ons dan helpen! Ben je iets minder creatief, wees gerust we hebben voorbeelden die je na kan maken. Schrijf je snel in voor de workshop!

Wat neem je mee?

Verzamel lege glazen potjes

Kerstkaarten maken

Bij deze workshop ga je mooie kerstkaarten maken. Je mag het zo gek niet bedenken, als het maar in de kerststijl blijft natuurlijk. Heb jij zin om kerstkaarten te maken voor het goed doel? Schrijf je dan snel in voor deze workshop.

Wat neem je mee?

Schaar, lijm en evt. eigen versier materialen



Bekers versieren

Bij de kerst kan een heerlijke kop warme chocolademelk of kop warme thee niet ontbreken. Bij deze workshop ga je dan ook mokken versieren in kerstfeer. Ben jij een echt creatieveling? Schrijf je dan nu in voor deze workshop!



Wat neem je mee?

Evt. eigen stifters die watervast zijn

Kerstballen en sterren maken



Leuke kerstballen nodig voor in de boom? Dan is dit dé workshop voor jou! We gaan samen

versieringen voor in de boom maken. Deze kerstballen worden op de kerstmarkt voor het goede doel verkocht!

Wat neem je mee?

Niks

Knutselen met de gymjuffen

Volledig in de kerstmodus...niet nadenken en gewoon lekker knutselen! Muziekje aan, kerstkransje erbij en we maken er wat moois van.



Wat neem je mee?

Niks

Creëer je originele pop-up kaart



Vind je het leuk om creatief bezig te zijn en wil je een klein verhaaltje verbeelden in 3D? Dan is dit wat voor jou! Met collagemateriaal ga je een verrassende pop-up kaart maken.

Wat neem je mee?

Tijdschriften

Scrunchies maken

Op een feestelijke manier je haar in de straat met de kerst? Een mooie Scrunchie komt daarbij goed van pas! Je kan zelf ook stofjes of versiering meenemen om de Scrunchies mee te maken.



Als je thuis een naaimachine hebt die we op die dag zouden kunnen gebruiken, laat het mevrouw Vente dan even weten. ivente@stmichaelcollege.nl

Wat neem je mee?

Stofjes en versieringen



Vogelhuisjes als kerstboom schilderen

Altijd al je eigen hippe kerstdecoratie willen maken voor in de kerstboom? Pak nu je kans! We gaan kant en klare mini vogelhuisjes beschilderen.

Wat neem je mee?

Je tekendoos, penselen / kwasten (hoe kleiner hoe beter), glitterlijm e.d.

Sneeuwballen maken

Houd jij van een gezellige workshop waarbij je knutselt voor het goede doel? Doe dan mee met de workshop sneeuwballen maken! In deze workshop gaan we met lege jampotten, glitters en nepsneeuw aan de gang en kun je je eigen winter wonderwereld creëren. Je moet wel voorzichtig te werk gaan, want anders kun je het schudden!



Wat neem je mee?

Als je wil kun je zelf leuke kerstspulletjes meenemen voor in je sneeuwbol.



Oorbellen maken

Leuke oorbellen nodig? Bij deze workshop ben je dan op de goede plek! We gaan allemaal mooie oorbellen maken die verkocht kunnen worden op de kerstmarkt voor het goed doel.

Wat neem je mee?

Niks

**Zijn al die workshops niks voor jou
en
wil je toch de handen uit de mouwen steken?**

DAT KAN!

KIJK SNEL OP DE VOLGENDE PAGINA



Kerstprojectcontrolecommissie

Met deze workshop ga je door de hele school heen om te peilen hoe het er overal aan toe gaat. Ga naar binnen bij verschillende workshops en vraag of iedereen het naar zijn zin heeft. Spreek mensen aan in de gang en vraag naar tips en tops. Kortom een workshop waarin je veel communiceert met andere personen.

Party commissie

Zit jij bij de party commissie en wil je ons ook helpen tijdens het kerstproject? Meld je dan hier aan!

Algemene commissie

Zit je bij de algemene commissie en wil je ons ook helpen tijdens het kerstproject? Meld je dan hier aan!

Sociale commissie

Zit jij bij de sociale commissie en wil je ons ook helpen tijdens het kerstproject? Meld je dan hier aan!

Drank commissie

Zit jij bij de drank commissie en wil je ons ook helpen tijdens het kerstproject? Meld je dan hier aan!

SMC Extra

Zit jij bij SMC Extra en wil je ons ook helpen tijdens het kerstproject? Meld je dan hier aan!

Snack commissie

Zit jij bij de snack commissie en wil je ons ook helpen tijdens het kerstproject? Meld je dan hier aan!

Lounge commissie

Zit jij bij de lounge commissie en wil je ons ook helpen tijdens het kerstproject? Meld je dan hier aan!

Disco commissie

Zit jij bij de disco commissie en wil je ons ook helpen tijdens het kerstproject? Meld je dan hier aan!

Licht commissie

Zit jij bij de licht commissie en wil je ons ook helpen tijdens het kerstproject? Meld je dan hier aan!

De onmisbare schakel - de dagorganisatie!

Zit je al een paar jaar op school dan weet je hoe sfeervol de kerstmarkt er uit ziet. Er wordt veel werk verzet op vele verschillende terreinen. Deze hele kerstmarkt kan alleen maar slagen als er veel hulp is. Ben je een doener, een denker of een doorzetter?

Zoek niet verder en kies voor de dagorganisatie. Je kunt uit twee verschillende momenten kiezen:

- Van 08.00 uur tot 15.00 uur (overdag) Dagorganisatie 1

Als je jezelf inschrijft voor deze workshop, help je ons mee met het in gareel houden van het kerstproject van 7:30 u tot 14:00. Onder gareel houden verstaan wij: ervoor zorgen dat het in de gangen rustig blijft, eventueel hulp bieden bij workshops, spullen verplaatsen en als belangrijkste de glimlach tonen.

- Van 15.00 uur tot 21.00 uur ('s avonds) Dagorganisatie 2

Je bent vooral bezig met het verkopen van de kerstspullen op de markt. Je krijgt een spoedcursus "verkooptrucjes". En als laatste help je natuurlijk mee met het opruimen zodat ook jij snel naar het KERSTGALA kan.

EN VERGEET VOORAL JE
SPONSORFORMULIER
NIET!



DAGINDELING

Kerstproject

DONDERDAG

19 DECEMBER 2019

Van		Tot	Klas 1, H2, H3, V3, H4, V4, V5	Wie begeleidt ?
07.30	-	02.30	Dagorganisatie	Anke, Noa, Laura, Selina, Mayhling, Patrick, Nella, Nico
09.00	-	09.20	Verzamelen in je lokaal	Mentor/docent: Absentie noteren via Magister Sponsorformulieren met inhoud verzamelen en inleveren bij de mentor
09.30	-	11.00	Workshop ronde 1	Personeel en leerlingen
11.00	-	11.30	PAUZE	
11.30	-	13.00	Workshop ronde 2	Personeel en leerlingen
13.00	-	13.30	Opruimen lokalen	Personeel en leerlingen
13.30	-	14.00	PAUZE	PAUZE

ORGANISATIE KERSTMARKT EN KERSTGALA desbetreffende leerlingen en personeel

		14.00	Instructie - organisatie / opbouw kerstmarkt <i>in de aula</i>
14.00	-	17.00	Kerstmarkt opbouwen
17.00	-	17.45	Eten in lokaal 016/017 (via inschrijving op Senses)
17.45	-	18.30	Puntjes op de i
	-	18.15	Iedereen staat op z'n plek
18.30	-	20.30	KERSTMARKT
20.30	-	21.15	Als de bliksem opruimen
21.15	-	23.30	KERSTGALA
23.30	-	01.30	Tot de laatste kruimel opruimen

SPONSORFORMULIER KERSTPROJECT 2019

Ja, ik geef graag een bijdrage aan Zorg voor Nepal!

Naam leerling:		Klas:	
Naam donateur	Bedrag	Workshop	Workshop ronde
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
Totaal	€		

**Dit formulier en het geld levert de leerling in op
19 december, om 9.00 uur bij de mentor.**

BEDANKT VOOR UW BIJDRAGE!

