



Matsedeln

Måndag	Husman	Spaghetti med köttfärssås
	Vego	Spaghetti med vegetarisk färssås
Tisdag	Husman	Färsrullader med brunsås, kokt potatis
	Vego	Falafel med brunsås, kokt potatis
Onsdag	Husman	Falukorv med makaroner
	Vego	Sojakorv med makaroner
Torsdag	Husman	Sparris- o champinjonsoppa, pannkakor/sylt
	Vego	Sparris- o champinjonsoppa, pannkakor/sylt
Fredag	Husman	Helstekt fläskfilé med champinjonsås
	Vego	Quornfilé med champinjonsås

Citatet

Det finns bara ett slags framgång – att kunna leva sitt liv på sitt eget sätt.
/Christoper Morley

Mindfulness

Mindfulness eller medveten närvaro är en metod att må bättre och som hjälper oss att leva i nuet, man slutar oro sig för sådant man inte kan göra något åt och att leva med alla sinnen medvetet påkopplade. Enkelt, ja, men det finns mycket i vårt sätt att leva som splittrar, gör oss okoncentrerade och som fjärrar oss från varandra. Mindfulness är inget nytt, men har upptäckts igen i vår del av världen och det kommer att påverka oss alla inom de närmsta åren. Det tillför ett sätt att tänka och känna som hjälper oss att bli den vi vill vara.

/Bengt Hjelmqvist

Skolsköterskan denna vecka (v 50)

Skolsköterskan Agneta är här:	tisdag-torsdag	08.30-17:00
	fredag	08:30-12:00

Denna vecka (v 50)

Måndag	8/12	Klass 12 Dramaperiod Adventssånger i foajén Styrelsemöte	V 50 08:30 17:30
Onsdag	10/12	Vernissage Konstmuseet: Videoverk och texter klass 10-12 ställer frågor angående "Friktion och konflikt – kulturellt utbyte o influenser från Öst-Europa"	16:00
Fredag	12/12	Luciafirande på skolan Luciamorgon för Ekans barn och föräldrar – gemensam grötfrukost Klass 12: Premiär pjäsen "De onda"	8:30 7:00 18:00

Nästa vecka (v 51)

Måndag	15/12	Adventssånger i foajén Föräldraråd Stiftelseråd	08:30 18:30 19:30
Torsdag	18/12	Julbord Ekan: julfest under dagen	
Fredag	19/12	Julavslutning i aulan Amanda julfest för föräldrar och barnen	10:15 från 14:00

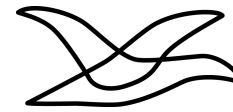
Vecka 2

Onsdag	7/1	Förberedelsedag för lärarna Klass 1, 2-3 föräldramöte Ekan stängt!	18:00
Torsdag	8/1	Vårterminsstart	08:20

Köp skolans kalender

Årets tema: klass 12 på arkitekturresa. Ett fåtal kvar. Finns på kansliet. Pris 120:-

/Cecilia Ferrari



Julbasaren

Ett stort tack till alla elever, föräldrar och lärare för allt engagemang och arbete vid årets julbasar. Vi lyckades tillsammans dra in drygt 37000 kronor.

Basaren blev välbesökt och båda våra lokala dagstidningar var där.

Ett stort tack till er alla och speciellt till alla er som var med och städade efteråt.

/Kerstin Åkesson, ordf Kalmar Waldorfförening

Ledningsgruppens telefontid

Vill du tala med någon i Ledningsgruppen, finns vi tillgängliga mellan 8:00-10:00 varje dag och onsdagar mellan 14:00-16:00 på telefon: 0480-479552

Hälsningar Ledningsgruppen (Cecilia, Irmeli, Christhild)

Klass 12 spelar teater

På fredag kl. 18:00 visar vi pjäsen "De onda" av Niklas Rådström. Det är en modern pjäs med inslag från den antika tragedikonsten med kör och körledare. Skådespelet handlar om barn, våld och onda handlingar. Hur kan vi förhålla oss – vi bär alla ett ansvar? Temat är djupt allvarligt och vi har bestämt att åldersgränsen är klass 9. Yngre barn vill vi inte visa pjäsen för. Därför lämnar vi också plats för samtal efter spelets slut. Pjäsen är inte så lång, så det hinner vi med. Varmt välkomna till en engagerande föreställning.

/Klass 12

Vernissage Konstmuseet

Ett samarbetsprojekt mellan Waldorf-, Lars Kagg-, Jenny Nyström- och Stagneliusskolan.

Vernissage onsdagen den 10/12 kl. 16:00

På Nya Konstmuseet

(i foajén mellan entréplan och restaurang)

Waldorfskolans projekt består av videoverk och texter. Klass 10-12 ställer frågor angående "Friktion och konflikt – kulturellt utbyte och influenser från Öst-Europa"

Utställningen pågår fram till den 20/12

