



NR 94 OKTOOBER 2014.a.

### KULDSEID LEHTI TOOB OKTOOBER

L. Tungal

Kuldseid lehti toob oktoober...  
Maa on nagu kullatoober!  
Käsi kullas, kõnnib kass,  
rikas nagu purikas!

Kassi pea läks sassi kullast-  
massilisest kassikullast  
suurte vahtrapuude all  
puudub ülevaade tal

Aga siilile kaks kaske  
pähe pillub siilivaske.  
Hea, et siili kaitseb okas-  
muidu pleks uni mokas!



### ÕNNITLEME!

2. okt. – RITA

12. okt. – ANNIKA

### ÕNNITLEME MEIE LASTEAIA AASTAÕPETAJAJD 2014:



AASTA ÕPETAJA 2014- RAHEL RIST

AASTA NOORÕPETAJA 2014- ANNIKA PÄEV

AASTA ÕPETAJA ABI 2014- HIIS VILLMANN

1.oktoobril tähistasime lasteaia õpetajate päeva. Meile tuli esinema Tähetäpsi rühma vilistlane **Mariette- Ly**. Samuti oli **Jaanika** kokku pannud laheda luuletuse kõikidest meie töötajatest. Kuulutati välja ka lasteaia Aasta õpetajad.

### LASTE TOREDAID TEGEMISI

5. okt. Lemmikloomapäeva raames töid Ülle ja Marga lasteaeda lastele tutvustamiseks oma vahvad koerad.



6. okt. Käisid Tähetäpsid õppekäigul Leiburis.

7. okt. Käisid Mesimummid Sinilinnu Lasteaias üle - Mustamäelisel üritusel „Loodusõpperada kutsub külla.“

16. okt. Käis leivameister Annely Tähetäpsi ja Mesimummi rühma lastele tutvustamas leivategu.

21. okt. Toimus mängupidu Krõlli, Naerulinnu, Pardikeste, Rohutirtsude ja Naksitrallide lastele. Mängisime vahva ulaka karupojaga ja panime ta talveunne.



22. okt. Sügispidu Sütiste metsas Pokude ja Konnakeste lastele.



29. okt. Käisid Tähetäpsi lapsed Tähetornis õppekäigul.

## Õpetajate tähtsaid ja toremaid tegemisi

**2. okt.** Tutvustas **Jelizaveta** oma vastvalminud raamatut „Lapse päev täis rahvajutte“ konverentsil „Lapsest lähtuva kasvatusseminar“. Raamat ilmus kauplustesse müügile oktoobrikuus.

**02.okt.** Mustamäe linnaosavalitsuse õpetajate päeva vastuvõtt Kajas. Osalesid **aasta õpetajad ja Jaanika**

**03. okt.** Tallinna linna ja haridusameti Õpetajate päeva Gala Nordea kontserdimajas: osalesid **aasta õpetajad ja Jaanika**

**08.okt.** **Majandusjuhataja ja direktori** kohtumine Tallinna Haridusameti Haldusosakonna uue spetsialisti Priit Pitsiga.

**15.okt.** Jaanika Õpetajate majas Alushariduse juhtide nõupidamisel

**20.okt.** külaskäik Nurmenuku lasteaias

**26. okt.** Terviseiimi eestvedamisel toimus matk Aegviidu loodusrajal

**28. okt.** oli **Marika** Õpetajate Majas a/ü seminaril

## KOOLITUS

**8. okt.** Sisekoolitus Exeli tabeli kasutusvõimalustest

**16. okt.** **Evelyn ja Liina** koolitusel Rajaleidja keskuses „Kuidas abistada erivajadusega last“

**27.okt.** osales **Jaanika** koolitusel „Muutuste juhtimine“

**29. okt.** Toimus lastevanematele loeng „Rõõmuga kooli!“, lektoriks TSG õpetaja- metoodik **Küllil Arand**.

**12.okt.-09.nov.** osalesid **Jaanika ja Jelizaveta** HITSA veebikoolitusel „Tutvumine programmiga MSW Logo 12

## KOOSOLEK

15. okt. Majatiimi koosolek

20. okt. Arendustiimi koosolek

23. okt. Raamatukogutiimi koosolek

28. okt. Juhtkonna infotund

28. okt. Õpetajate abide infotund

29. okt. Ped. Nõupidamine

## TEATER

**14. okt.** Teater lastele- Barokketendus „Küllil kuningale



## LAPSESUU

- **5 aastane tüdruk seisab peegli ees ja kammib juukseid: „Mul on minu emme nägu ees, aga tegelikult meeldiks mulle**

**Maarja- Liisi või Hanna- Liina nägu kal!“**

- **3 aastane tüdruk paneb kapi ees riidesse: „Mul on tuusid ja mul ei ole puutsi.“**
- **3 aastane tüdruk paneb kapi ees jopet selga: „Emme pani mind täna roosaks.“**

## TERVISENURK

POMELO- SELLE TALVE SUPERTOIT!

- Hapukas pomelo on suurepärase abivahend kõhukinnisuse korral, kirjutab naistemaailm.ee.
- Sisaldades ohtralt pektiini vähendab pomelo veres ringleva kolesterooli hulka, neutraliseerib organismi sattunud raskmetalle ning seedekanalise moodustavaid kahjulikke ühendeid.
- Kaalulangetajatele on pomelo kui jumala kingitus, sest täidab kiiresti kõhtu, andes samal ajal minimaalselt kaloreid.
- 100 g pomelot annab 38 kcal energiat.
- Vitamiinide, mineraalide ja hapete sisalduse poolest sarnaneb greibiga. 100 g pomelos on keskmiselt 100 mg C-vitamiini, mis katab täiskasvanud inimese ööpäevase C-vitamiini vajaduse liiaga, annab teada aialeht.
- Lisaks sisaldab ta ohtralt beetakaroteeni ning B-grupi vitamiine.
- Pomelos on ka foolhapet, mis toetab lapse arengut emaülas, ning kaaliumit, mida on vaja meie südamele.
- Nagu teisedki tsitruselised takistab pomelo vährakkude levikut kehas.
- Viljalihast 89% moodustab vesi; kuivainest 92% moodustavad suhkrud, 7% valgud ja 1% rasvad.
- Vilju müüakse tükikaubana. Tarbimisküpsust näitab see, kui vilja koor sõrmega vajutades kergelt muljuda annab.
- Pomelot koorides tuleb lisaks koorele eemaldada ka valge "vahune" kiht ja viljaliha ümbritsev valge kile - need on kibedad ega kõlba söögiks. Pomelost süüakse ainult kollast viljaliha.
- Kuna pomelo ei ole nii hapu ega mõrkjas kui teised tsitruselised, maitseb see hästi ka pere pisematele!

## ILM

**Ilus sügis jätkus ka oktoobris. Iilm oli suhteliselt soe. Mõned ööd olid ka külmakraadidega, aga päevased temperatuurid jäid valdavalt ikka pluss poolele ja ulatusid kuni 12 kraadini.**

**Ööl vastu 26. Oktoobrit läksime üle talveajale. Algab pikk pime aeg ja ärge siis laske sellel kaamosel enda üle võimust võtta.**