



Am Samstag mit Kaffee  
und Kuchen Verkauf !!

Transport  
der Hilfsgüter  
sofort am Samstag  
direkt in die  
Ukraine!



**GRENZENLOSE**  
KINDERHILFE

der Stiftung  
für die Waisenhäuser in Nagydobrony und Munkacs

**Freitag, 18.03.2022 11:00 bis 15:00 Uhr**  
**Samstag, 19.03.2022 10:00 - 14:00 Uhr**

Dringend benötigt werden folgende Lebensmittel, gerne in großen Gebinden:

**Grundnahrungsmittel:**  
Mehl, Haferflocken, Linsen, Porridge  
Nudeln mit sehr kurzer Kochzeit  
Tomatenmark, Tomatensaucen  
Salz, Zucker, Gewürze  
Brühwürfel/Suppenbrühe  
Pumpernickel, Knäckebrot, Zwieback  
Hartwurst, Salami, Geräuchertes  
(vakuumiert), Salami-Snacks

**Schnelle Lebensmittel:**  
Müsliriegel/Energieriegel  
Trockenobst  
Nüsse  
Müslis, Cerealien  
Honig, Schokocreme  
Kekse (salzig/süß)  
Abgepackte Croissants, Muffins,  
Kuchen...

**Frische Lebensmittel:**  
Kartoffeln, Paprika, Gurken  
Krautköpfe, Kohl, Zwiebeln  
Äpfel

Eintopf-Konserven  
**Getränke:**  
Säfte (in Tetrapacks u. Flaschen)  
Teebeutel  
Kakaopulver  
Milchpulver

Vitamin-Brausetabletten

**Bitte unterstützen Sie uns nur mit dem, was auf der Liste steht.  
Keine abgelaufenen Hilfsgüter!**

Geldspenden bar vor Ort (ohne Quittung) oder über das Konto der evangelischen  
Kirche Tegernsee [www.tegernsee-evangelisch.de](http://www.tegernsee-evangelisch.de)

IBAN: DE79 7115 2570 0620 0780 48 KSK Miesbach Tegernsee  
BIC: BYLADEM1MIB Verwendungszweck: Flüchtlingshilfe

Annahme in der Montessori Schule Penzberg  
Seeshaupter Straße 32

## UKRAINE-HILFE

Liebe Eltern,  
zur Organisation unserer  
Spendenaktion für die Ukra-  
ine benötigen wir noch Un-  
terstützung – wer möchte,  
auf Elternstundenbasis.  
Wir brauchen:

- Stabile mittelgroße und  
große **Kartons**. Diese bitte  
bis spätestens Freitag 10:00  
Uhr zur Schule bringen und  
in der Aula abstellen.

- Der Elternbeirat unter-  
stützt die Sammelaktion mit  
einem Kaffee-und-Kuchen-  
Verkauf am Samstag wäh-  
rend der Spendenannahme.  
Hierfür brauchen wir  
**Kuchenspenden.**

Bitte meldet euch direkt bei  
Melanie.

Vielen Dank für eure Unter-  
stützung!

Melanie Tischner, Vorstand

[melanie.tischner@  
montessori-penzberg.de](mailto:melanie.tischner@montessori-penzberg.de)

## AUS DEM SCHULLEBEN

### AUS DER KLASSE KASSIOPEIA (4.-6. JGST.)

#### EIN LEIDENSCHAFTLICHER TANZ? – FLAMENCO!

Es ist ein grauer Nachmittag, draußen regnet es. Von trüber Stimmung ist in unserem „Tanzstudio“ aber nichts zu merken. Jeden Donnerstag verwandelt sich die Mensa unserer Schule in ein spanisches Flamencostudio.

Marie und Larissa aus der SONNE, Lea, Elena, Helena und Amelie aus der KASSIOPEIA und Lisanne, Trinity, Tabea, Emmy und Amelie aus der NEPTUN lernen seit Anfang diesen Jahres Flamenco.

#### Klack Klack Klack!!!

Einige tragen einen Rock zum Tanzen oder bereits Flamenco-Schuhe: „Die Absätze braucht man, damit das beim Tanzen lauter klingt“, erklärt Lisanne, „denn das, was lauter klingen soll, ist der Rhythmus, den die Füße machen!“



#### Plötzlich schwer wie ein Elefant!

Das Aufwärmen beginnt aber erst einmal mit einer wenig gefühlvollen Übung. Die Tänzerinnen sollen sich vorstellen, sie seien superschwer – etwa wie ein gewaltiger Elefant –, und sollen sich mit dieser Vorstellung und diesem Gefühl zur Musik bewegen.





„GOLPE, GOLPE, TACON, TACON, PLANTA-TACON, PLANTA-TACON“!



### Selbstbewusst, bitte!

Im Tanzstudio wird in oben genannter Reihenfolge mit den Füßen geklackert und gestampft und es wird immer lauter: Die Gruppe steht in Reihe und klackert im Rhythmus der Musik. Die Musik wird immer schneller und die Tänzerinnen schlagen immer schneller die Absätze. Dabei halten sie Kopf und Rücken gerade, schauen stolz und selbstbewusst nach vorne und bewegen gleichzeitig die Arme dazu. Wow! Probiere es doch selbst mal aus!

Auch der Fächer ist ein beliebtes Tanzutensil. Während des Tanzes wird er geöffnet, geschlossen, gedreht, gefächert oder auf Körperteile geklopft.



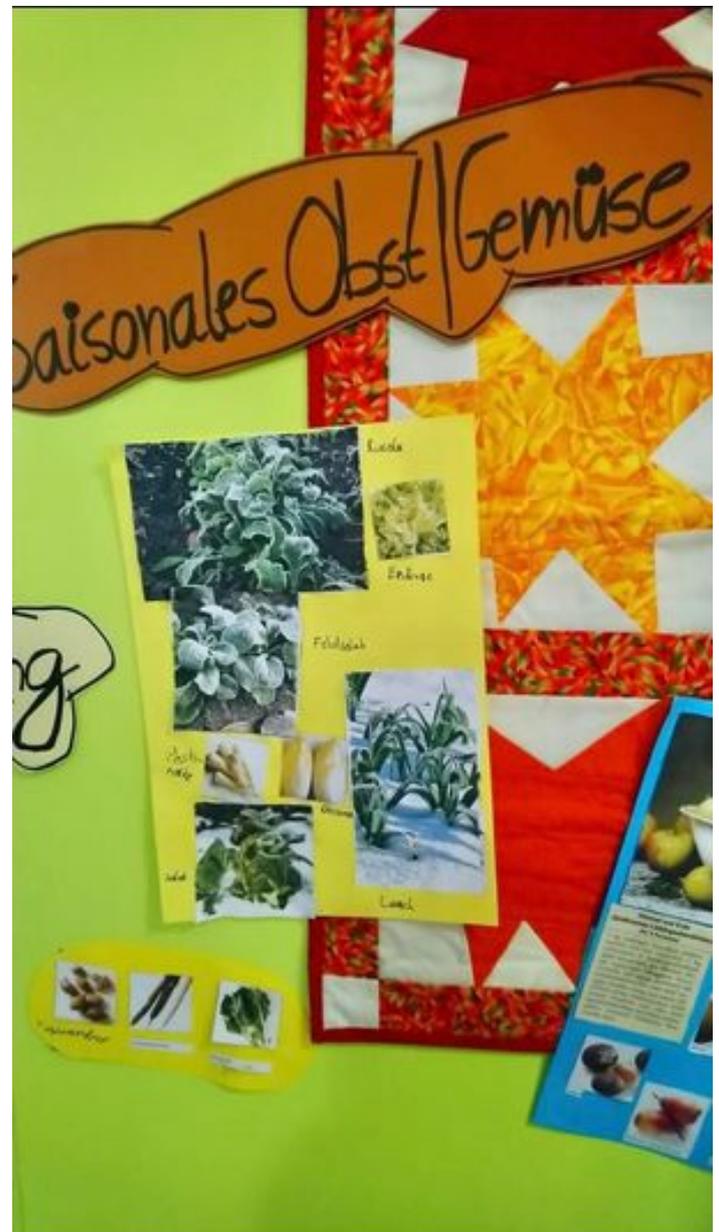
Kannst du erraten, wer sich hinter den Fächern verbirgt? „Wir haben uns auch schon eine eigene Choreos überlegt, bei der wir auch die Fächer benutzen!“, verrät Amelie.



„So schwer ist das Tanzen gar nicht, man muss nur auf den Rhythmus hören“, meint Tabea.

Und alle sind sich einig, dass sie viel Spaß zusammen haben!

„Und für den Anfang sind wir ziemlich gut!“, lacht Amelie B.



## MONATS-NEWS

12 Monate ergeben zusammen ein Jahr. Das Wort MONAT kommt ursprünglich von MOND. Der Mond umkreist die Erde in knapp 30 Tagen – also innerhalb eines Monats.

Zu Beginn eines neuen Monats beschäftigen wir uns mit diesem. Wir überlegen uns, was den Monat auszeichnet, was in der Natur geschieht, was wir unbedingt in diesem Monat machen sollten/wollen, welches Obst und Gemüse es saisonal und regional zu kaufen gibt, recherchieren, woher der Monat seinen Namen hat, und überlegen uns passende Rezepte, Gedichte, Rätsel, Spiele usw.

Die Monats-News der Klasse KASSIOPEIA finden sich an unserer Klassentür.

**Neugierig geworden? Schaut doch mal vorbei!**



Und ganz nebenbei lernen hier Seraphin und Michi das Februar-Gedicht auswendig und wie man sieht, geht's auf dem Tisch oder darunter gleich viel besser!

Weißt du den Unterschied zwischen Schneeglöckchen und Märzenbecher?

Wenn du dir unsicher bist, dann findest du die Antwort bei unseren MONATS-NEWS für März (die wir am letzten Freitag neu erstellt haben).

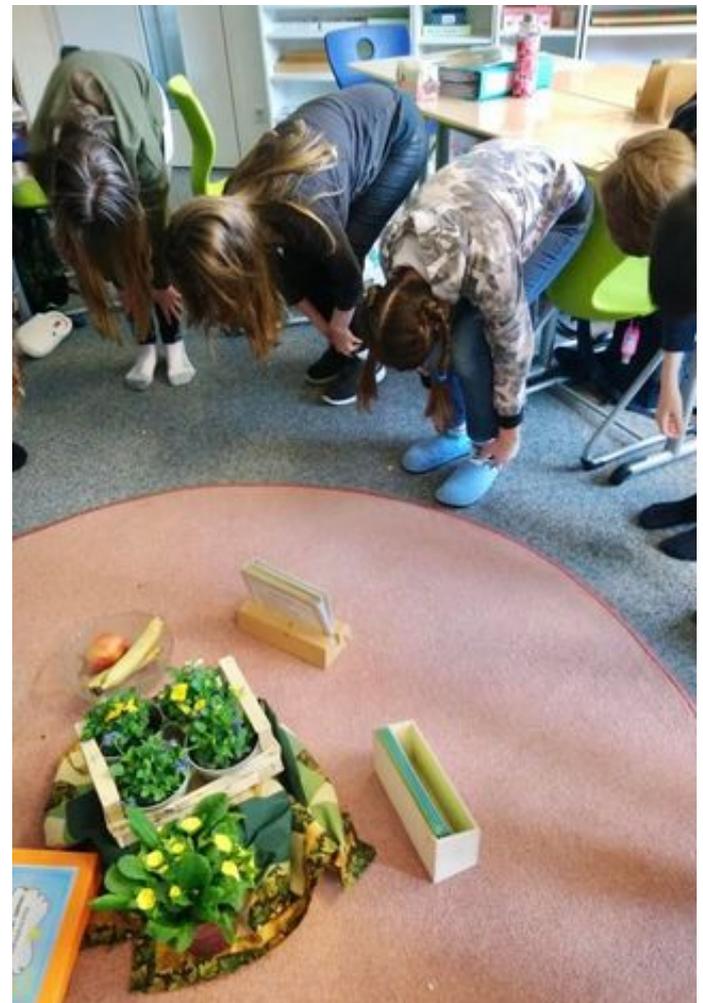


# PENZWEEK

11/2022

## BEWEGTE SCHULE!

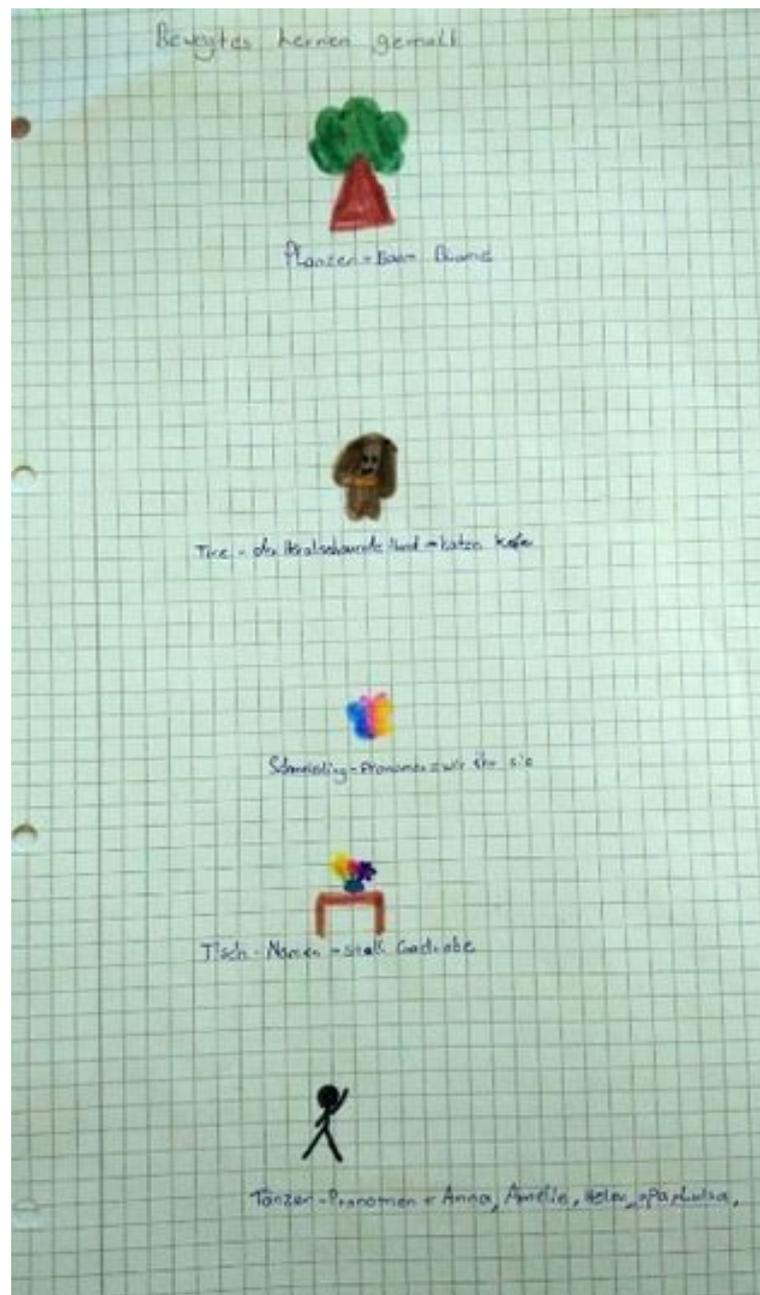
Bewegung, Entspannung, Konzentration, Motivation und Spaß haben im Unterricht – das ist BEWEGTE SCHULE!



8.3.2022 Bewegtes Lernen

Jeden Dienstag fünfte sechste Stunde üben wir mit Anette auf eine tolle art die Nomen. Die Nomen werden in sechs Gruppen geteilt. Pflanzen, Tiere, Pronomen, Abstrakte-Nomen, Personen und Dinge. Dazu gibt es passende Yogaübungen  
Pflanzen = der Baum, Tiere = herabschauender Hund, Pronomen = Schmetterling,  
Abstrakte Nomen = die Vorbeuge, Personen = Tänzer\*in, Dinge = Tisch.  
Das ist eine tolle art die Nomen zu lernen.

Luisa



Bewegtes Lernen 8.3.2022  
Bewegtes Lernen bedeutet nicht nur  
stille am Platz zu sitzen, sondern  
sich mit dem Körper mitzuteilen und  
durch Yoga zu lernen, b.zw Yogaübungen  
wie der Baum, der herabschauende Hund  
und die Tänzerin. Man lernt innere  
Stabilität und Ruhe zu finden.  
Es hat mir sehr viel Spaß gemacht!  
Angelina

„Die Übungen haben sehr viel Spaß gemacht und mit dem Lernen ging's so auch viel einfacher!“, erklärt Ferdinand.



Und auch Elena fand es prima, mit dem Körper spielerisch zu arbeiten!



„Wir fanden es auch ganz toll und hoffen, dass wir das noch mal machen“, schwärmen Ruben und Seraphin.



Die Klasse Kassiopeia wünscht euch allen einen schönen Frühlingsanfang!



Text: Annette Jansen / Bilder: Daphne Hector

AUS DER  
ELTERN SCHAFT

NEUES ZUHAUSE  
GESUCHT



manchmal kommt es anders als geplant... wegen einer Trennung suchen wir ein neues zu Hause. Noch leben wir in Iffeldorf in unserem eigenen Haus. Hier haben wir Freunde und Pferd und würden gerne in der Nähe bleiben. Für einen Tip zu einem neuen schönen zu Hause sind wir sehr dankbar!!! Monte Mama mit Tochter.

0163/6432222

# PENZWEEK

BITTE DRAN DENKEN:  
BESTELLSCHLUSS =  
Donnerstag der Vorwoche,  
24:00 Uhr!

## Speiseplan

12. Woche vom 21.03.2022 bis zum 25.03.2022 für Montessori-Schule Penzberg

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Suppe			
		Gemüse Laksa (Cocossuppe, mit Nudeln (Gluten), Wurzelgemüse, Chili, Lauchzwiebeln, Ei (auf Wunsch))	
Essen 1			
Penne Arrabiata (Nudeln (Gluten/Glutenfrei auf Anfrage, Tomaten, Gemüsebrühe (Sellerie), Paprika, Parmesan, Chili, Knoblauch)	Kartoffelspalten mit selbstgemachten Dips (Kräuterquark, BBQ Soße, Ketchup, etc.)	Fleischpflanzerl mit Kartoffelsalat (Gemischtes Hackfleisch, altbackene Semmeln, Kräuter, Senf, Ei, Kartoffeln, Rinderbrühe, Zwiebeln)	Paella Huhn und Garnelen (Reis, Hühnerschenkel, Garnelen (Krustentiere), Paprika, Wurzelgemüse, Safran, Gewürze, Kräuter)
fleischlos,	fleischlos,	Schwein-/Rindfleisch,	Geflügelfleisch,
Essen 2			
Gemüse Dal mit Reis (Linsen, Reis, Tomaten, Wurzelgemüse (Sellerie), Gewürze (Chili, Kreuzkümmel, Koriander)	Gemüserisotto (Arborio Reis, Wurzelgemüse (Sellerie), Brokkoli, Paprika, Kirschtomaten, Parmesan)		Penne Quattro Formaggi (Nudeln (Gluten/Glutenfrei auf Anfrage, Sahne (Lactose), Zwiebeln, Gemüsebrühe, verschiedene Käse)
fleischlos,	fleischlos,		fleischlos,
Essen 3			
Essen 4			
Nachtisch 1			
Vanillepudding (Milch (Lactose), Zucker, Vanilleschoten, Stärke)	Ananas Apfel Smoothie (Ananas, Apfel, Apfelsaft)	Obstsalat (Orangen, Apfel, Ananas, Mango)	Waldbeeryoghurt (Waldbeeren (Erdbeeren, Brombeeren, Johannisbeeren, Blaubeeren, Joghurt (Lactose), Zucker)
Nachtisch 2			
Nachtisch 3 (Bio-Obst, Bio-Rohkost, Bio-Nachtisch)			
Salatteller			
Großer Rohkostsalat	Großer Rohkostsalat	Großer Rohkostsalat	Großer Rohkostsalat
Beilagensalat			
kleiner Rohkost Beilagensalat	kleiner Rohkost Beilagensalat	kleiner Rohkost Beilagensalat	kleiner Rohkost Beilagensalat
<b>Anderungen vorbehalten!</b>			

## Speiseplan

13. Woche vom 28.03.2022 bis zum 01.04.2022 für Montessori-Schule Penzberg

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Suppe			
	Kürbissuppe mit Brot (Kürbis, Wurzelgemüse (Sellerie), Cocosmilch, Dinkelmehl (Gluten), Hefe, Sauerteig)		Nudelsuppe (Gemüsebrühe (Sellerie), Nudeln (Gluten))
Essen 1			
Spaghetti Napoli (Nudeln (Gluten/Glutenfrei auf Nachfrage!), Tomaten, Wurzelgemüse (Sellerie), Kapern, Kräuter, Oliven, Parmesan)	Rahmspinat mit Kartoffeln und Spiegelei (Kartoffeln, Spinat, Ei, Sahne (Lactose), Knoblauch, Gewürze)	Gebackener Seelachs mit Kartoffel Gurken Salat (Seelachs, Ei, Semmelbrösel (Gluten/Dinkel), Kartoffeln, Gemüsebrühe, Gurken)	Ofengemüse mit Dip (Kartoffeln, Rote Rüben, Kürbis, Zucchini, Paprika, Wurzelgemüse, Quark (Lactose), Ketchup (Tomatenmark, Honig, Essig))
fleischlos,	fleischlos,	Fisch,	Schweinefleisch,
Essen 2			
Ofenkartoffeln mit Kräuterquark oder Quacamole (Kartoffeln, Quark (Lactose), Avocado, Kräuter, Sahne, Knoblauch)		Cocos Curry mit Basmatireis (Basmati Reis, Wurzelgemüse (Sellerie), Currypaste, Cocosmilch, Paprika, Brokkoli)	
fleischlos,		fleischlos,	
Essen 3			
Essen 4			
Nachtisch 1			
Schokoladenpudding (Milch (Lactose), Schokolade, Stärke, Zucker)	Bananenmilch (Bananen, Milch (Lactose), Honig)	Obstsalat (Orangen, Apfel, Bananen, Mango)	Waldbeer Orangen Smoothie (Erdbeeren, Johannisbeeren, Brombeeren, Blaubeeren, Orangensaft)
Nachtisch 2			
Nachtisch 3 (Bio-Obst, Bio-Rohkost, Bio-Nachtisch)			
Salatteller			
Großer Rohkostsalat	Großer Rohkostsalat	Großer Rohkostsalat	Großer Rohkostsalat
Beilagensalat			
kleiner Rohkost Beilagensalat	kleiner Rohkost Beilagensalat	kleiner Rohkost Beilagensalat	kleiner Rohkost Beilagensalat
<b>Anderungen vorbehalten!</b>			