



Mesto Brezno

Odbor starostlivosti o obyvateľa



# Pohod'áčik

*Občasník (nie len) pre rodinu*



*Je tu pre Vás Pohod'áčik,  
na oblohe ani mráčik,  
sprijemní Vám vaše chvíle  
veď hlavne preto to robíme  
prečítajte si naše články  
v každom je kúsok pravdy  
naše rôzne hľavolamy  
potrápia aj múdre hlavy*

*Ahojte ... Prihovárame sa Vám našim ďalším číslom.  
Dúfame, že aj v tomto čísle sa nájdú články, ktoré Vám  
poradia v každodennom živote, pobavia Vás a hlavne sa  
dozviete novinky o našej činnosti.*

***Prajeme Vám príjemné chvíle s Pohod'áčikom !***

## **Stretnutie „Námestíčko pod bránou“**

Mesto Brezno sa minulý rok zapojilo do projektu Nadácie Tesco Námestíčko pod bránou a vďaka občanom bolo úspešné. Získané finančné prostriedky mesto použilo na opravu priestorov v areáli Mestského úradu v Brezne na Námestí gen. M.R. Štefánika 2, kde sa v minulosti organizovali aktivity najmä pre rodiny s deťmi (divadielka, výstavy ,koncerty). Máme záujem tieto aktivity znova obnoviť, aby Námestíčko pod bránou opäť ožilo. Týmto Vás srdečne pozývame na prvé stretnutie v tomto roku na príjemné hudobné popoludnie so živou hudbou.



**„Námestíčko pod bránou“**

**Námestí gen.M.R.Štefánika 2**

**26.apríla 2018 o 14,30 hodine**

**Tešíme sa na Vás!**

## **Zápis do prvého ročníka základnej školy sa blíži**

Zápis do prvých ročníkov prebehne na základných školách už o chvíľu. Rodičia by sa mali preto pripraviť na dôsledný výber školy, kam svoje dieťa zapísať a zároveň zistiť všetky povinnosti, ktoré im ako zákonným zástupcom detí zo zákona vyplývajú.

### **Povinnosti rodičov**

Každý rodič, resp. zákonný zástupca s trvalým pobytom na území SR **je povinný prihlásiť dieťa, ktoré dovŕši do 31.8.2018 šiesty rok života do prvej triedy základnej školy.** Táto povinnosť sa viaže na zápis do školy, v lokalite, kde má dieťa trvalý pobyt alebo do inej školy vybranej zákonným zástupcom. Nie je preto rozhodujúce, či máte záujem o súkromnú školu alebo s nejakou špecializáciou v inom obvode a tam dieťa prihlásite i následne umiestnite. **Dôležité je, dostaviť sa v stanovenom dátume k riadnemu zápisu na vami vybranú základnú školu.**

**Od povinnej školskej dochádzky nemožno nikoho oslobodiť.** Na zápis treba prihlásiť aj deti so zdravotným znevýhodnením a zároveň priniesť aj úradný doklad o druhu postihnutia. Neprihlásenie dieťaťa sa považuje za priestupok, za ktorý možno uložiť pokutu do výšky 331,94 €.

### **Termíny zápisu do školy**

Zákon ukladá, že **zápisy na základných školách prebiehajú v období od 1. a 30. apríla 2018**, ktorý predchádza začiatku školského roka, v ktorom má dieťa začať plniť povinnú školskú dochádzku. Všetky ostatné skutočnosti ako presný termín, miesto a pod. určí každý riaditeľ školy individuálne. Začnite si preto kontrolovať webové stránky škôl, o ktoré sa zaujímate, už začiatkom januára, aby ste termín nepremeškali.

### **Priebeh zápisu**

**Na zápis je potrebné dostaviť sa spolu s dieťaťom a doniesť si občiansky preukaz a rodný list dieťaťa.**

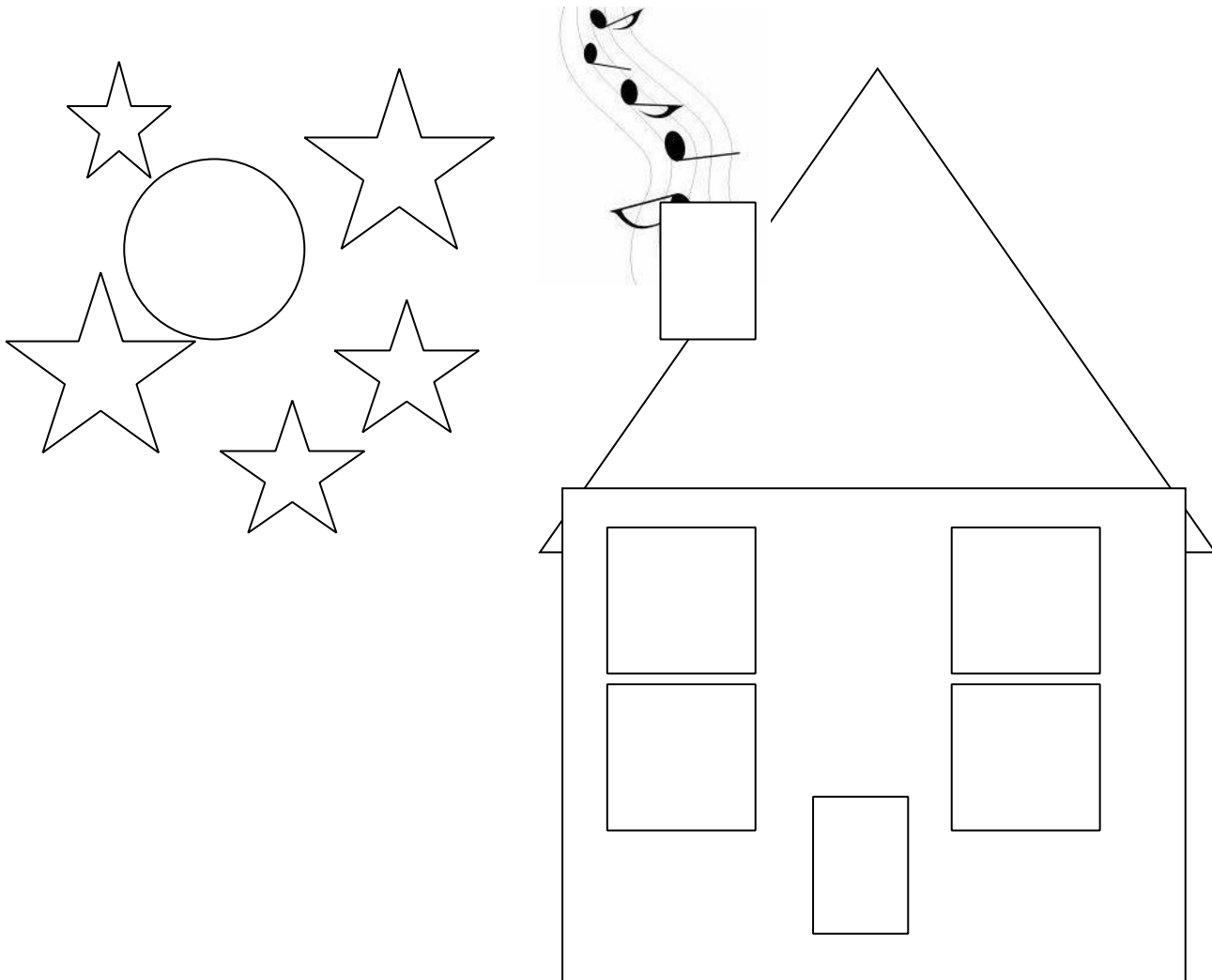
Základná škola pri zápise dieťaťa na plnenie povinnej školskej dochádzky vyžaduje údaje o dieťati:

- meno a priezvisko
- dátum narodenia
- rodné číslo
- trvalé bydlisko dieťaťa
- v prípade žiadosti o odklad povinnej školskej dochádzky aj údaje o zdravotnom stave dieťaťa
- štátne občianstvo
- miesto narodenia
- národnosť
- štátne občianstvo

**Každý rodič má právo zapísať svoje dieťa do 1. ročníka základnej školy, ktorú si sám vyberie.**

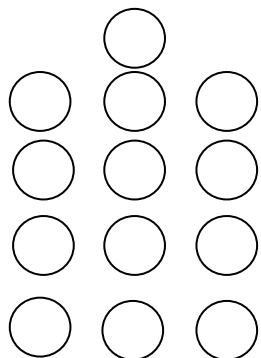
## Orientačný test školskej zrelosti

1. Ako sa voláš, kde bývaš, ako sa volajú tvoji rodičia, súrodenci, koľko máš rokov?
2. Povedz krátku básničku/pesničku.
3. Ukáž na obrázku trojuholník, štvorec, kruh, obdĺžnik, hviezdičku.
4. Je na obrázku niečo nesprávne? Čo? obrázok .
5. Ktorú ruku máš pravú, ľavú? Chyť si pravou rukou ľavé oko. Ľavou rukou pravé uško.
6. Ktoré okná na domčeku sú hore? Ktoré sú dole? Ktoré okno je vľavo dole? Ktoré je vpravo hore?



7. Vymaľuj okná v domčeku červenou, dvere modrou, hviezdy žltou a kruh zelenou farbou.

8. Prekresli tieto krúžky. Spočítaj ich.



9. Prepíš znaky.

mery oli

10. Nakresli postavu človeka /postava má obsahovať všetky časti ľudského tela - hlavu, krk, trup, horné aj dolné končatiny, oči, uši, vlasy, palce na rukách, .../.

## Prevenia proti chrípke a ako s ňou bojovať

Chrípka je infekčné ochorenie, vyvolané vírusom, ktoré sa šíri vzduchom. Často začína zimnicou, bolesťou hlavy a vysokou teplotou. Nakazený má bolesti svalov, kĺbov, suchý kašeľ, nádchu a škriabanie v hrdle

### Bojovníci proti chrípke :

**Zázvor** – najlepšie je v podobe čaju, má výraznú chuť

**Cesnak a cibuľa** – majú antibakteriálny účinok, vitamín C a dostatočne vedľa bojovať s vírusmi. Skúste si urobiť silnú cesnakovú alebo cibuľovú polievku

**Zemiak proti nádche**-Nepříjemnú bolesť hlavy zo zastavenej nádchy vyženie pomocou uvareného zemiaka. Ten ešte horúci popušte v látkovom obrúsku a takýto horúci priložte na čelo.

### Keď už Vás choroba skolila skúste toto :

**Tekutiny** – vyskúšajte čaj z plodov fenikla, bazový, lipový či šípkový

**Jedzte veľa ovocia** – najmä citrusových plodov

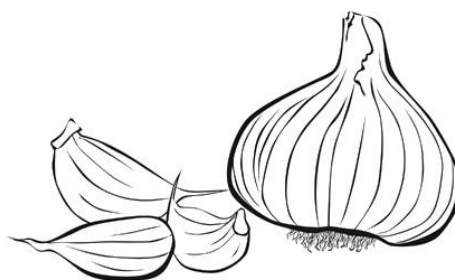
**Keď vás škriabe hrdlo** – kloktajte šalviový čaj či slanú vodu so štipkou octu

**Zelenina** – nezabúdajte na koreňovú zeleninu a kyslú kapustu

**Dráždivý kašeľ** – skúste cibuľový čaj, alebo zavarenú cibuľu s cukrom

**Vypotiť sa**-ak máte teplotu kratšie než 24 hodín, nedávajte si hneď lieky proti teplote. Telo potrebuje istý čas, počas ktorého sa s chorobou vysporiada a zabojuje vlastným úsilím. A to, že máte aktuálne zvýšenú teplotu znamená, že sa takýmto spôsobom pustilo do boja proti bacilom. Namiesto liekov si radšej ľahnite do postele, uvarite si horúci čaj a dobre sa vypotíte. Keby vám teplota neklesla ani na druhý deň, až vtedy si dajte lieky proti teplote alebo zájdite k lekárovi.

**Zábaly proti teplote**- Teploty sa môžete zbaviť studenými zábalmi alebo aj striedaním ľadovej sprchy a ležaním vo vyhriatych perinách. Keď sú teploty veľmi vysoké, pridajte do vody aj mlieko, namočte do toho plachtu a do tej sa zatočte.



# Rady do domácnosti

## Zápach

**Zápach cigaretového dymu** v miestnosti odstránime, ak v izbe umiestnime misku s octom.

**Zápach z dosky na krájanie potravín** odstránime tak, že ju vydrhneme polovicou citróna a následne umyjeme vodou.

**Zápach potu z oblečenia** – pred praním namočíme do vody z octom (1 lyžica na 1 liter vody). Podobne postupujeme u textilu z čínskych obchodov, ktorý zapácha sám o sebe.

**Zápach alebo zlý vzduch** v miestnosti odstránime zapálením jedného či dvoch bobkových listov v popolníku.

**Potuchnutý vzduch v skrini** odstránime zrnkami kávy, alebo kúskom pomaranča s napichanými klinčekmi.

**Zápach v chladničke** – zabránime mu, ak do nej umiestnime otvorenú nádobku s mletou kávou.

## Ťľaky, škvrny, nečistoty

**Zrkadlo** – najlepšie očistíme horúcou octovou vodou, prípadne pretrieme surovým zemiakom, opláchneme čistou vodou a vyleštíme novinovým papierom.

**Záclony zožltnuté od cigaretového dymu** budú opäť biele, ak ich ponoríme do slanej vody. Ak ich chcete mať, ako nové, pridajte do prania jeden prášok do pečiva.

**Vodný kameň z pohárov a hrncov**, či drezu sa dá najlepšie odstrániť octom, či citrónovou šťavou.

**Vaňa** – bude krásne lesklá, ak ju pretrieme zmesou soli, octu a acidofilného mlieka.

**Škvrny od pera vyčistíme**, ak na ne ihneď použijeme kolínsku vodu, prípadne textil zastriekame lakom na vlasy, lak necháme chvíľu pôsobiť a vyperieme.

**Škvrny od hrdze** vyčistíme citrónovou šťavou.

**Škvrny od červeného vína** – polejeme bielym vínom a vyperieme. Môžeme tiež zasypať soľou, alebo škvrny na koberci vyčistíme minerálkou.

**Biele ťľaky od soli na čizmách** z brúsenej kože odstránime pomocou octu.

**Šmuhy na oknách** – v teplej vode rozpustíme puding, namočíme handru a umyjeme sklo, ktoré potom suchou handrou vyleštíme. Okná naviac krásne voňajú (odporúča sa vanilkový puding).

**Škvrny od atramentu na textile**. Vytlačíme na ne citrón, po pár minútach namočíme do horúceho mlieka (cca 5 minút) a vyperieme v práčke.

## Vtipkáreň

Učiteľka vraví žiakom:

- Hovorili sme o dobe kamennej, železnej a atómovej. Čo myslíte, aká príde potom?

Móricko sa prihlási:

- Prosím, doba dôchodková.

- Ako si na to prišiel?

- Lebo dedko stále vraví babke: „To je ale doba, kým príde dôchodok!“



- Prečo ryby mlčia? - pýta sa učiteľka žiakov.

- Aby ich nechytily rybári, - odvetí Jožko.

Učiteľka napísala žiakovi do žiackej knižky poznámku:

„Váš syn nič nevie.“

Otec dopísal:

„Práve preto ho posielam do školy.“



Otec sa pýta syna:

- Čo ste robili dnes na vyučovaní?

- Na hodine chémie sme sa zaoberali výbušnými látkami.

- A čo máte na programe zajtra v škole?

- V akej škole?

Jožko bol prvý deň v škole.

- Tak čo, synček, - spýtala sa ho po príchode matka, - čo ste sa tam naučili?

- Nič mamka, - vzdychol si malý Jožko, - kázali nám prísť aj zajtra.

- Jožko, keď poviem: ja obdarujem, ty obdaruješ, on obdaruje... aký je to čas?

- Vianočný, pani učiteľka.



## Lacné, rýchle varenie



### Noky s vajíčkom

Cesto na noky: 300g pol. Múka, 1ks vajce, 200ml mlieka, soľ  
ešte sa použijú : údená slanina, 4ks vajec, olej

**Postup:** 1. Z múky, vajca, soli a mlieka vypracujeme polotuhé cesto. Do vriacej osolenej vody cez cedník alebo strúhadlo s otvormi hádzeme noky (ako halušky). Povaríme asi 8 min. a scedíme. 2. Nadrobno nakrájanú slaninu opražíme, pridáme olej ak treba, opražíme do ružova. Na panvicu si rozbijeme vajíčka, osolíme a pridáme uvarené noky. 3. Spolu zamiešame a upražíme pokiaľ vajíčka nezhustnú. Už len pridať ružovú upraženú slaninku, uhorku. Pre zmenu môže byť upražená cibuľa a cvikla.

### Droždiová nátierka

Ingrediencie: 2 ks čerstvé droždie, 3ks vajce, 1ks cibule, 1dl mlieko, olej, soľ, petržlenová vňať

**Postup:** 1. Na oleji ošmahneme na panvici nadrobno nakrájanú cibuľu, pridáme rozmrvané čerstvé droždie. Necháme ho rozpustiť, prebublať. Pridáme mlieko, premiešame, necháme zovrieť. Rozšľahané vajíčka osolíme a pridáme na panvicu, miešame a necháme zmes stuhnúť. 2. Nakoniec pridáme trochu petržlenovej vňate. Podávame s čerstvým chlebíkom a kyslými uhorkami.

### Domáci langoš

**Suroviny:** 800g hladká múka, 200ml kyslá smotana, 3dcl mlieko, 1 kocka droždia, soľ, kryštálový cukor

**Postup:** Do vlažného mlieka s cukrom si rozdrobíme droždie a odložíme napučať. Medzitým si preosejeme múku, pridáme soľ. Následne kyslú smotanu a kvások. Vymiesime si jemné cesto a necháme dobre nakysnúť. Pri miesení dopĺňame múku podľa potreby. Dáme si olej a masť v polovičnom pomere na sporák a pečieme vytvarované langoše. Poddávame s kečupom a syrom.



**Prajeme dobrú chuť.**

## Križovky

V osemsmerovke je ukryté jedno z pravidiel bezpečného používania internetu

P	O	Č	Í	T	A	Č	N	E	P	L	A	G	Á	T	P
O	S	D	R	E	P	O	I	F	I	U	R	Á	Ž	K	A
O	N	L	I	N	E	K	B	O	L	K	O	L	E	N	O
V	O	K	O	E	L	O	E	T	O	V	Á	R	E	Ň	A
A	B	Y	B	O	K	L	H	K	T	D	I	E	Ť	A	J
Ň	I	B	O	S	K	Á	V	A	V	K	R	O	K	O	J
A	C	E	J	E	F	D	O	K	T	O	R	O	K	N	O
O	Y	R	Ž	T	K	A	R	O	K	M	O	Y	P	O	K
N	K	Š	I	K	A	N	A	I	N	I	D	T	E	R	O
A	E	I	V	R	I	Z	O	T	O	X	I	N	E	T	E
D	L	K	E	Č	U	P	R	U	K	A	Č	A	D	I	Č
Á	N	A	L	M	I	K	I	N	A	M	O	H	L	I	B
V	O	N	N	Y	R	I	Z	I	K	O	A	U	T	O	I
K	H	A	Í	C	O	L	E	A	N	D	E	R	H	Z	N
Y	A	E	K	U	H	K	L	Á	V	E	S	N	I	C	A
S	O	C	I	Á	L	N	A	S	I	E	Ť	Ž	I	Ť	I

- |                |            |
|----------------|------------|
| KYBERŠIKANA    | VAŇA       |
| POČÍTAČ        | NADÁVKY    |
| ČOKOLÁDA       | URÁŽKA     |
| PLAGÁT         | BEH        |
| PILOT          | KOLENO     |
| KÁVA           | ONLINE     |
| FOTKA          | DREP       |
| TOVÁREŇ        | BOK        |
| DOKTOR         | KROK       |
| KOMIX          | BICYKEL    |
| RODIČIA        | NOHA       |
| SOCIÁLNA SIETĚ | RIZOTO     |
| AUTO           | KLÁVESNICA |
| ČADIČ          | OKNO       |
| KOV            | OKO        |
| OBOJŽIVELÍK    | RUKA       |
| KEČUP          |            |
| ŠIKANA         |            |
| RIZIKO         |            |
| ROH            |            |
| OLEANDER       |            |

V osemsmerovke je jedno z najčastejších negatívnych javov na internete.

E	S	O	F	T	W	A	R	E	K	E
P	L	Y	S	K	L	Ú	Č	T	Y	I
O	H	E	D	W	Č	A	S	Y	C	N
Č	E	B	K	Ó	O	O	E	B	H	A
Í	S	M	R	T	K	D	Š	A	A	V
T	L	A	I	Č	R	K	N	G	T	O
A	O	T	E	A	N	I	O	I	V	N
Č	A	D	I	S	K	N	N	G	W	A
I	É	E	R	E	V	D	R	A	H	K
C	O	K	Č	E	D	E	V	É	D	I
E	I	N	A	R	E	I	D	Y	V	Š

- |             |            |
|-------------|------------|
| SOFTWARE    | KLÚČ       |
| ELEKTRINA   | ČAS        |
| POČÍTAČ     | CHAT       |
| GIGABYTE    | MAT        |
| WINDOWS     | DISK       |
| CÉDEČKO     | HESLO      |
| DÉVEDEČKO   | GYDIERANIE |
| KÓDY        |            |
| HARDVER     |            |
| ŠIKANOVANIE |            |

## Okienko pre deti

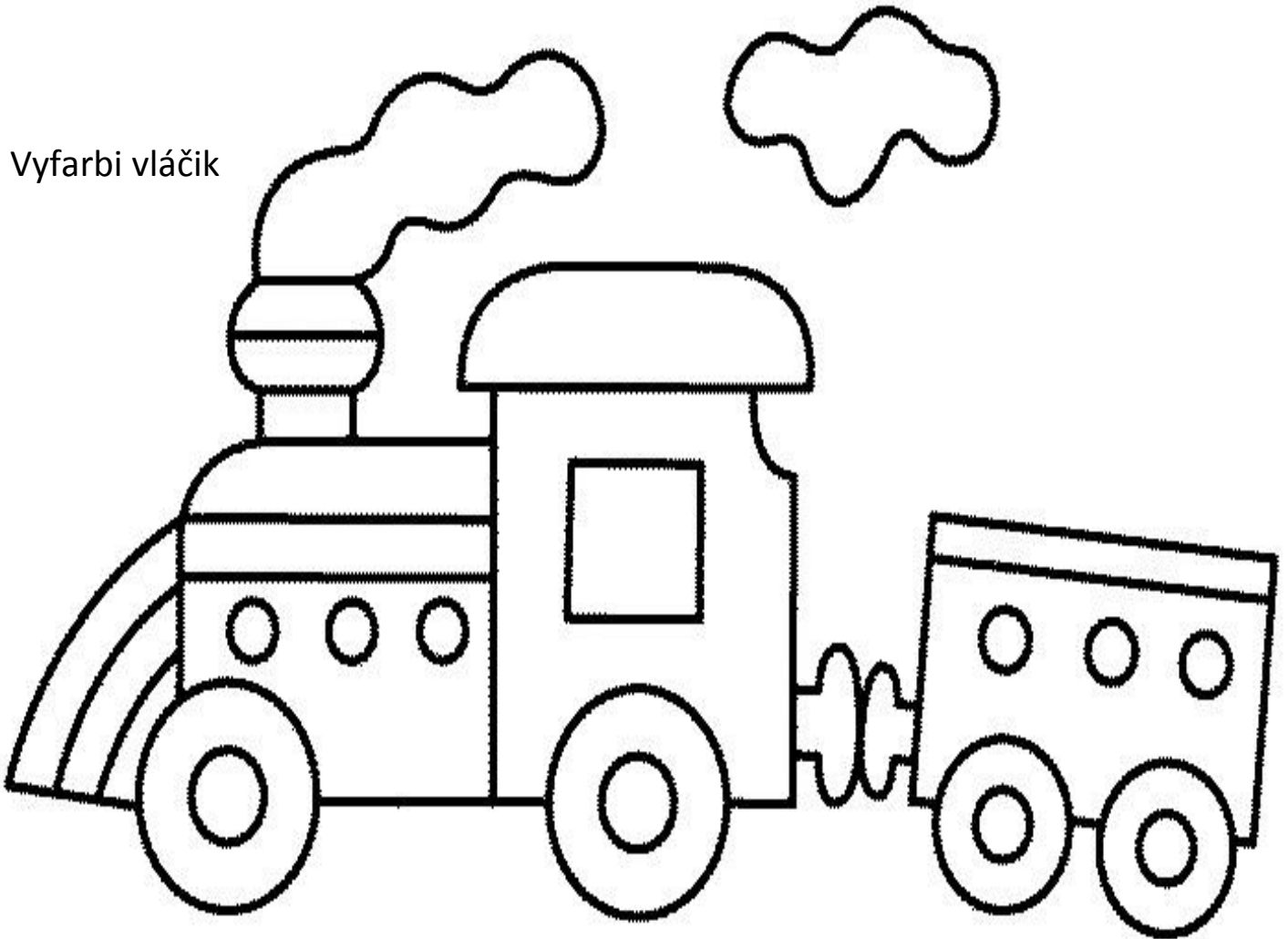
Vo vlaku cestuje spolu 37 cestujúcich. V prvom vagóne sa vezie 9 cestujúcich. Koľko cestujúcich sa vezie v druhom vagóne?

---

---

---

Vyfarbi vláčik



Vlak Turčan išiel z Martina cez Žilinu do Považskej Bystrice. V Martine nastúpilo do vlaku 15 cestujúcich a Žiline pristúpilo ďalších 8 cestujúcich. Koľko cestujúcich prišlo do Považskej Bystrice?

---

---

---

*.....zaujal Vás náš Pohodáčik?*



*Sme radi, že ste naši čitatelia. Už teraz sa môžete tešiť na ďalšie vydanie časopisu .*

