

Tereňáčik radi:

Alergia na peľ

Alergia na peľ je často chybne označovaná ako senná nádcha. Nádcha, svrbenie očí aj nosa, často ťažkosti s dýchaním, ktoré pri opakovaných ťažkostiach môžu začať prerastať do astmy. Alergia môže vzniknúť v priebehu života. Najčastejšie sa prejaví do tridsiateho roku života. Niekedy už v rannom detstve. Peľ sa nachádza v ovzduší a počas sezóny je neľahké zbaviť sa ho. V miestnostiach sa dá znížiť jeho koncentrácia vetraním s využitím čističky vzduchu, alebo peľovou sieťkou na okná. Večer a v noci počas peľovej sezóny vyvetrajte, alebo používajte peľové siete na okná. Alergik sa musí vyhýbať počas sezóny pobytu v prírode. Ak už alergik musí ísť von, mal by nosiť čiapku. Peľ sa často zachytí vo vlasoch a z nich sa uvoľňuje aj v prostredí, v ktorom by inak alergik problémy nemal. Preto sa odporúča pre alergika voliť čo najkratší účes „na ježka“. Bohaté vlasy sú veľkým rezervoárom alergénov.



Komunitné centrum navštívila Phdr.
Ol'ga Jorčíková z CPPPP.
Beseda na tému školská zrelosť.

PRE DETI



TEREŇÁČIK

apríl/ 2011



Janka Zubáková, Raš'o Vojtko, Ivana
Pruknerová, Maja Demová

**Či je slnko a či dážď,
v novom šate sme tu pre Vás
zas.**



POĎAKOVANIE

Radi by sme sa Vám poďakovali za to, že ste nás prijali - terénnych sociálnych pracovníkov a asistentov počas našich návštev u Vás, ako aj za spoluprácu.

Veríme, že sme boli dostatočne nápomocní pri riešení Vašich problémov.

Dúfame, že naďalej budete navštevovať Komunitné centrum – Plamienok, kde Vás radi privítajú naše kolegyne – Ľubka a Jarka

Mestský úrad, oddelenie sociálnych vecí
číslo dverí 5
Zavolaj mi - Vičín mange :048/ 630 6242

Aj v mesiaci apríl sa tešíme na Vás v komunitnom centre Plamienok.

- počítače s **Jarkou**
- orientálne tance s **Ivkou**
- tvorivé dielne s **Jankou** a **Majkou**
- prvá pomoc s **Ľubkou**
- pohybové hry s **Rast'om**
- predškolská príprava s **Jarkou**

Tvorivé dielne s Majou a Jankou



V mesiaci marec sa uskutočnilo jarné upratovanie.

Bujakovo



Vrbová



