

RODINA

JANUÁR 2012

...pravidelný mesačník určený najmä rodinám....



Vážení čitatelia...

Aj v roku 2012 sa budete každý mesiac stretávať s časopisom „Rodina“, v ktorom Vám prinesieme zaujímavé informácie, rady, ktoré sa týkajú zdravia, starostlivosti o deti, vybavovania úradných záležitostí, či riešenia najrôznejších problémov. Nájdete tu zaujímavé čítanie v pravidelných rubrikách, ale aj ďalšie zaujímavosti. Prajeme Vám úspešný rok 2012. Váš redakčný tím.

V každú hodinu sme tu pre našu rodinu:



Mgr. Anna Vraniaková,
sociálny pracovník



Mgr. Peter Štefančík,
sociálny pracovník



Eva Fedakova
asistent SP



Leo Stremeň
asistent SP

Nájdete nás ...

- priamo v teréne
 - na mobilných tel.čísloch: 0910 996017, 0910 996018
 - na Mestskom úrade v Brezne, Nám. gen. M. R. Štefánika č. 2, odbor sociálnych vecí kancelária č. 3
 - tel. kontakt do kancelárie: 048/6306240
 - mailové kontakty:
anna.vraniakova@brezno.sk, peter.stefancik@brezno.sk
-

v Komunitnom centre „Plamienok



“ Zadné Hálky č. 11

Aby ste nezabudli....



Mária Dologová
Pedagóg

Mária Dologová, pedagóg – venuje sa predškolskej príprave
v Komunitnom centre „Plamienok“ pravidelne v utorok a štvrtok od
11.00 – 12.00 h



Mgr. Marcela Škultétová
psychológ

Mgr. Marcela Škultétová, psychológ – poskytuje pomoc a poradenstvo v prípad rodinných problémov, problémov v partnerských vzťahoch, či výchovných problémov s deťmi. Nájdete ju každú stredu v Komunitnom centre „Plamienok“ od 10.00-12.00 h.

Čakáte prírastok?

Ak vo Vašej rodine čakáte prírastok, ponúkame Vám informácie o vybavení príspevkov, ktoré s touto udalosťou súvisia:

Rodičovský príspevok

Rodičovský príspevok je štátna sociálna dávka, ktorou štát prispieva rodičovi na zabezpečovanie riadnej starostlivosti o dieťa do troch rokov veku dieťaťa.

Ak má dieťa dlhodobu nepriaznivý zdravotný stav alebo je zverené do náhradnej starostlivosti, poskytuje sa táto dávka do šiestich rokov veku dieťaťa.

Ak prerušíte čerpanie rodičovskej dovolenky môžete sa so zamestnávateľom dohodnúť, že si rodičovskú dovolenku dočerpáte najneskôr do dňa, kedy dieťa dosiahne 5 rokov veku (v prípade nepriaznivého zdravotného stavu dieťaťa až do veku 8 rokov dieťaťa). Výška príspevku je 190,10,-eur, rodičovský príspevok pre ďalšie dieťa je 47,50,-eur

Ak sa narodia súčasne dve a viac detí, patrí rodičovi príspevok na druhé a ďalšie dieťa vo výške 25 %, t.j. pri zabezpečovaní riadnej

starostlivosti dvojčikám potom patrí príspevok vo výške 237,60,- eur (190,10 eur za jedno a 47,50 eur za druhé dieťa).

Od 1.1.2011 môže rodič vykonávať zárobkovú činnosť a taktiež zabezpečovať dieťaťu riadnu starostlivosť umiestnením napr. v materskej škôlke.

Krátenie rodičovského príspevku

Ak má rodič v starostlivosti aj školopovinné dieťa, ktoré tri mesiace po sebe vymešká viac ako 15 neospravedlnených hodín, zníži sa rodičovi príspevok na dieťa o polovicu - na 95,05,- eur. Takto znížený rodičovský príspevok sa poskytuje nasledujúce tri mesiace.

Ako si uplatniť nárok na rodičovský príspevok?

Svoj nárok si uplatníte na úrade práce, sociálnych vecí a rodiny príslušnom podľa vášho trvalého pobytu. Nárok si uplatníte odovzdanou žiadosťou, ku ktorej priložíte rodný list dieťaťa, rozhodnutie súdu o zverení dieťaťa do starostlivosti nahrádzajúcej starostlivosť rodičov, nárok na materské a ďalšie doklady, ktorých zoznam je uvedený na konci žiadosti o rodičovský príspevok.

Tlačivo žiadosti je k dispozícii na úradoch práce, sociálnych vecí a rodiny

Rodičovský príspevok na jedno dieťa si môže uplatniť len jeden s rodičov, a to ten, ktorého si určia po vzájomnej dohode.

Príspevok pri narodení dieťaťa

Príspevok pri narodení dieťaťa je štátna sociálna dávka, ktorou štát prispieva na pokrytie výdavkov spojených so zabezpečením nevyhnutných potrieb novorodenca.

Výšku príspevku od 1.1.2011 je 151,37,-€

Ak sa súčasne narodili dve deti alebo viac detí, nárok na príspevok na každé dieťa sa zvyšuje o polovicu, teda o 75,69,- eur. Teda pri narodení dvojčiek, patrí príspevok vo výške 227,06,- eur (151,37 + 75,69 eur)

Ako si uplatniť nárok na príspevok pri narodení dieťaťa?

Svoj nárok si uplatníte na úrade práce, sociálnych vecí a rodiny príslušnom podľa vášho trvalého pobytu. Nárok si uplatníte odovzdanou a potvrdenou žiadosťou.

Tlačivo žiadosti je k dispozícii na úradoch práce, sociálnych vecí a rodiny:

Kedy vzniká nárok na tento príspevok?

Nárok na príspevok pri narodení dieťaťa má predovšetkým matka. V prípade, že matka zomrie pri pôrode, tak otec dieťaťa, či iné osoby, ak sa matka zriekne dieťaťa, či ho opustí. (Zákon č. 238/1998 Z.z.).

Aby si matka mohla uplatniť tento príspevok, musí:

sa dieťa narodiť

mať trvalý pobyt na Slovensku.

V budúcom čísle Vás budeme informovať o prídavku na dieťa a o príplatkoch k prídavku na dieťa.

Sprievodca tehotenstvom

Narodeniu dieťaťa predchádza dlhých 9 mesiacov, počas ktorých sa dieťaťko vyvíja v tele mamičky. Aby ste vedeli čo sa s Vami deje a načo si treba dávať pozor, ponúkame Vám sprievodcu tehotenstvom mesiac po mesiaci:

1. lunárny mesiac (0. - 4. týždeň)



Ak hovoríme o prvom mesiaci tehotenstva, treba upozorniť, že tehotenstvo trvá 9 kalendárnych, ale 10 lunárnych mesiacov (teda v 10 mesiacoch po 28 dňoch).

Bohužiaľ, tento spôsob počítania je pravidlom a dĺžka tehotenstva podľa PM sa uvádza ako prvý údaj v každom tehotenskom preukaze. Pokiaľ sa reálna dĺžka tehotenstva výraznejšie líši, udáva sa väčšinou hneď aj podľa jedného z prvých ultrazvukových vyšetrení.

V súhrne treba zdôrazniť, že prvý lunárny mesiac predstavuje nultý až štvrtý týždeň gravidity, teda obdobie oplodnenia vajíčka, jeho brázdovanie, putovanie vajíčkovodom do maternice, jeho uhniesdenie v maternicovej výstelke a obdobie embryogenézy. Na konci menštruačného cyklu si urobte tehotenský test (spoľahlivosť je takmer 100 %).

Rastúci plod

Oploďnenie nastáva obyčajne v polovici menštruačného cyklu v okamžiku, keď sa vajíčko na ceste z vaječníka do maternice stretne vo vajíčkovode so spermiami putujúcimi opačným smerom; týmto okamžikom vzniká nový život.

Zárodok sa zahniezdi v maternici do maternicovej výstelky a vytvára sa placenta. Desať dní po oploďnení sa zhľuk buniek začne premieňať na embryo. Zárodok sa zužuje do špičky a pripomína slzu.

Cez látkovú výmenu embryo pociťuje všetko, čo zažíva matka – radosť, vzrušenie, strach, starosť.

Na konci 1. mesiaca meria zárodok len niekoľko milimetrov, ale už je zjavný základ hlavičky a končatín.

Praktické rady

Obmedzte príjem alkoholu, nefajčite, neužívajte drogy.

Buďte v relatívnom pokoji, prvé týždne sú dôležité pre dobrý vývoj vášho dieťaťa.

Viete že...

6. január je sviatkom troch kráľov?

Troja kráľi, mágovia alebo mudrci, o ktorých hovorí evanjelium sa vydali na cestu hľadania Mesiáša. Pochádzali z oblasti Perzie, ktorej územie sa nachádzalo v oblasti dnešného Afganistanu, Iraku a Iránu.

Evanjelium ďalej hovorí, že keď našli Ježiša padli na zem a klaňali sa mu. „Klaňanie je základný postoj človeka, ktorý uznáva, že je tvorom pred svojím Stvoriteľom. Velebí Veľkosť Pána, ktorý nás stvoril a Všemohúcnosť Spasiteľa, ktorý nás oslobodzuje od zlého. Takáto poklona patrí len Bohu. I z darov, ktoré priniesli, môžeme usúdiť, za koho pokladali Ježiša: Dali mu zlato ako kráľovi, kadidlo ako Bohu a myrhu v predvídaní jeho utrpenia.





Okienko pre gazdinku...

Každý mesiac Vám prinesieme tip na rýchlu a lacnú večeru:

Hrianky, ako ich nepoznáte

Potrebujete:

3 krajce chleba

100 g mäkkej salámy

50 g tvrdého syra

1 vajce

2 kávové lyžičky solamylu

cibuľu

cesnak

korenie podľa chuti

petržlenová vňať

Salámu a syr nastrúhame na tenké rezance, pridáme ostatné suroviny a riadne premiešame. Hotovou zmesou natrieme jednu stranu chleba (približne 0,5 cm vrstvou), pritlačíme na chleba a opečieme na vyhriatej a vymastenej panvici. Zmes sa pekne prilepí na chlieb. Zopakujeme i s druhou stranou. Nakoniec potrieme strúčikom cesnaku.

A ešte čosi:

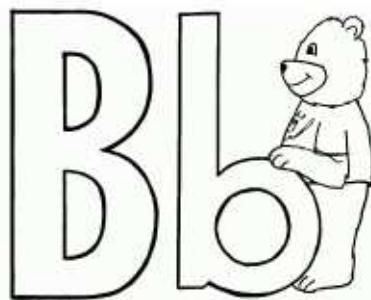
Škrvny od čaju na hrnčekoch a kanvici odstránime tak, že do nich nalejeme horúcu vodu, v ktorej sa varili zemiaky.

Okienko pre deti:

Milé deti každý mesiac Vám prinesieme omaľovánku s jedným či dvoma písmenkami abecedy. Mladší si vymaľujú obrázok no a tí starší si zopakujú abecedu. A aby ste si to ľahšie zapamätali, pridáme aj krátku básničku..



Anča kráča, auto fičí,
zastav auto Anča kričí.
Ale šofér zježil fúz,
tam Ti ide autobus



Bľačia ovce zarána,
Bača peče barana
Babke tečú slinky
Na kus baraninky

Vymaľuj a prines do Komunitného centra !



Názov prijímateľa: MESTO BREZNO
Názov projektu: SLUŽBY
STAROSTLIVOSTI PRE DIEŤA A
RODINU,
kód žiadosti: NFP27120130763
Názov operačného programu: Zamestnanosť
a sociálna inklúzia
Kód výzvy: OP ZaSI – FSR – 2009/2.1/07
Miesto realizácie projektu: Mesto Brezno,
Nám. gen. M. R. Štefánika č. 1, 977 01 Brezno
Okres: Brezno
Web: www.brezno.sk

„PRIESTOR PRE VAŠU
PRÍLEŽITOSŤ“

„Tento projekt sa realizuje vďaka podpore
z Európskeho fondu v rámci operačného programu

Zamestnanosť a sociálna inklúzia“

www.esf.gov.sk www.fsr.gov.sk

