

RODINA

Február 2012

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



Vážení čitatelia,

...máme tu február a pre Vás zaujímavé čítanie, rady a nápady...

Váš redakčný tím

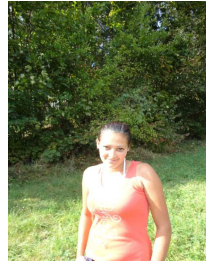
V každú hodinu sme tu pre našu rodinu:



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

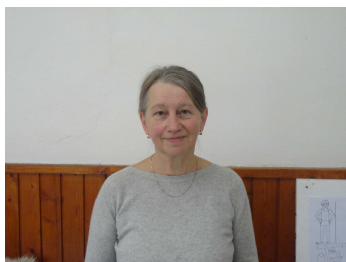
v Komunitnom centre „Plamienok 🍷“ Zadné Háľny č. 11

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 Škultétyová
psychológ

Mgr. Marcela Škultétyová, psychológ – poskytuje pomoc a poradenstvo v prípade 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. V tomto čísle sa venujeme **prídavku na dieťa a príplatku k prídavku na dieťa.**

Čo je prídavok na dieťa?

Prídavok je štátna sociálna dávka, ktorou štát prispieva oprávnenej osobe na výchovu a výživu nezaopatreného dieťaťa. Jeho výška je 22,54 eur. Poskytuje sa mesačne.

Kto je oprávnená osoba?

- rodič nezaopatreného dieťaťa
- osoba, ktorej je nezaopatrené dieťa zverené do starostlivosti nahrádzajúcej starostlivosť rodičov na základe právoplatného rozhodnutia súdu
- plnoleté nezaopatrené dieťa,

Čo ak je viac oprávnených osôb?

Ak je viac oprávnených osôb, ktoré spĺňajú podmienky nároku na prídavok, prídavok na to isté dieťa patrí len jednej z nich.

Ktoré dieťa sa považuje za nezaopatrené?

Každé dieťa do skončenia povinnej školskej dochádzky. Po skončení povinnej školskej dochádzky, najdlhšie do dovŕšenia 25 rokov veku, sa dieťa považuje za nezaopatrené, ak

- sa sústavne pripravuje na povolanie štúdiom alebo
- sa nemôže sústavne pripravovať na povolanie štúdiom, alebo vykonávať zárobkovú činnosť pre chorobu alebo úraz,

za nezaopatrené sa považuje aj dieťa, ktoré

- je neschopné sa sústavne pripravovať na povolanie alebo vykonávať zárobkovú činnosť pre dlhodobu nepriaznivý zdravotný stav, najdlhšie do dovŕšenia plnoletosti
- sa po skončení povinnej školskej dochádzky zúčastňuje dennou formou kurzu na získanie základného vzdelania, okrem kurzu organizovaného podľa osobitného predpisu, najdlhšie do skončenia školského roku, v ktorom dieťa dovŕšilo 18 rokov veku.

Čo znamená sústavná príprava na povolanie?

Sústavná príprava na povolanie je štúdium na strednej škole okrem štúdia popri zamestnaní, štúdium na vysokej škole okrem externého štúdia.

Aké sú podmienky nároku na prídavok?

starostlivosť oprávnenej osoby o nezaopatrené dieťa, trvalý pobyt alebo prechodný pobyt oprávnenej osoby na území Slovenskej republiky, trvalý pobyt alebo prechodný pobyt nezaopatreného dieťaťa na území Slovenskej republiky.

Oprávnená osoba je povinná použiť prídavok na výchovu a výživu nezaopatreného dieťaťa.

Nárok na prídavok nevzniká,

ak sa nezaopatrenému dieťaťu poskytuje starostlivosť v zariadení a dôvodom takejto starostlivosti je vykonávanie rozhodnutia súdu o nariadení ústavnej starostlivosti, predbežného opatrenia alebo rozhodnutia o uložení ochrannej výchovy alebo výchovného opatrenia.

Aká je výška prídavku?

Prídavok sa poskytuje vo výške 22,54 eur mesačne. Táto suma sa upravuje od 1.januára kalendárneho roka , v roku 2011 bola suma prídavku vo výške 22,01 eur (prídavok sa zvýšil k 1.1.2012 o 53 centov).

Kto vypláca prídavok?

Prídavok vypláca Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny (ďalej len ÚPSVR) podľa miesta trvalého pobytu alebo prechodného pobytu oprávnenej osoby.

Oprávnená osoba si musí uplatniť nárok na prídavok podaním písomnej žiadosti. Žiadosť obsahuje meno, priezvisko, dátum narodenia, rodné číslo, adresu trvalého pobytu alebo prechodného pobytu oprávnenej osoby a nezaopatreného dieťaťa.

Ak oprávnená osoba nespĺňa podmienky nároku alebo ak nepreukáže rozhodujúce skutočnosti na posúdenie nároku, platiteľ vydá rozhodnutie o zamietnutí žiadosti.

Pozor!!! Úrad práce sociálnych vecí a rodiny môže rozhodnúť o zastavení výplaty prídavku

- ak si oprávnená osoba nespĺnila svoje povinnosti. Povinnosťou oprávnenej osoby je preukázať rozhodujúce skutočnosti, ktoré majú vplyv na vznik nároku na prídavok a na jeho výplatu, do ôsmich dní písomne oznámiť zmeny v rozhodujúcich skutočnostiach, ktoré majú vplyv na nárok na prídavok a na jeho výplatu.
- ak z vlastného podnetu, z podnetu inej právnickej osoby, alebo z podnetu fyzickej osoby vznikol dôvod na prešetrenie, či oprávnená osoba naďalej spĺňa podmienky nároku na prídavok a na jeho výplatu.

ÚPSVR obnoví výplatu prídavku od kalendárneho mesiaca nasledujúceho po kalendárnom mesiaci, v ktorom oprávnená osoba preukázala, že zanikli dôvody, pre ktoré bola výplata zastavená. O obnovení výplaty prídavku je vydané rozhodnutie a doplatený prídavok za obdobie zastavenia jeho výplaty, ak podmienky nároku na prídavok sa počas tohto obdobia splnili.

Ak je dieťa záškolákom:

Ak z písomnej informácie o školskej dochádzke poskytovanej školou vyplynie, že dieťa zanedbáva riadne plnenie povinnej školskej dochádzky (15 neospravedlnených hodín) ÚPSVR vydá rozhodnutie o určení osobitného príjemcu prídavku. Osobitný príjemca je obec, v ktorej má oprávnená osoba trvalý pobyt alebo prechodný pobyt, alebo ak je to odôvodnené, iná právnická osoba alebo fyzická osoba. Ak **pominuli dôvody na určenie osobitného príjemcu – ak dieťa riadne chodí do školy**, ÚPSVR uvoľní osobitného príjemcu spravidla najskôr po uplynutí troch po sebe nasledujúcich kalendárnych mesiacoch od určenia osobitného príjemcu.

Odňatie prídavku

Ak oprávnená osoba už nesplňa podmienky nároku na prídavok alebo ak platiteľ vyplácal prídavok oprávnenej osobe neprávom, ÚPSVR rozhodne o odňatí prídavku.

Vrátenie prídavku

Ak oprávnená osoba svojím konaním spôsobila, že jej prídavok bol vyplatený neprávom, je povinná vrátiť prídavok. Nárok na vrátenie prídavku vyplateného neprávom zaniká uplynutím jedného roka odo dňa, keď bola zistená táto skutočnosť, najneskôr uplynutím troch rokov odo dňa poslednej neoprávnenej výplaty prídavku.

Príplatok k prídavku na dieťa

Kto má nárok na príplatok na prídavok na dieťa?

Nárok na prídavok na dieťa má predovšetkým rodič, ktorý sa o stará o nezaopatrené dieťa. Výška príjmu rodiča nie je dôležitá. V prípade, ak sa o dieťa nestará rodič, zákon presne stanoví, kto má naň nárok.

Prvou podmienkou však je, že rodič či iná osoba sa musí o dieťa starať. Rodič aj dieťa musia mať na Slovensku trvalý alebo aspoň prechodný pobyt.

Nezaopatrené dieťa sa rozumie dieťa do skončenia povinnej školskej dochádzky, najdlhšie do dovŕšenia 25 rokov veku, ak sa sústavne pripravuje na povolanie štúdiom.

Na to, aby ste si mohli žiadať ešte o príplatok musíte navyše **spĺňať nasledujúce podmienky**:

- musíte byť poberateľom starobného dôchodku, predčasného starobného dôchodku, invalidného dôchodku z dôvodu poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť o viac ako 70%, výsluhového dôchodku, či iného dôchodku uvádzaného v zákone.
- nemôžete vykonávať zárobkovú činnosť, a ani iná fyzická osoba, ktorá by si na to dieťa mohla uplatniť daňový bonus.
- v prípade, že si uplatníme nárok na prídavok a žiadate o príplatok, tak na to dieťa si nemôžete priznať daňový bonus.

Výšku príplatku k prídavku na dieťa od 1.1.2012 je 10,57,-€

Ako si uplatniť nárok na príplatok k prídavku na dieťa?

Svoj nárok si uplatníte na ÚPSVR príslušnom podľa vášho trvalého pobytu podobne ako u prídavku na dieťa. Nárok si uplatníte odovzdanou a potvrdenou žiadosťou.

Tlačivo žiadosti je k dispozícii na úradoch práce, sociálnych vecí a rodiny. Spolu so žiadosťou musíte na úrad odovzdať aj potvrdenie školy, ktoré dieťa navštevuje. Je nutné, aby bolo potvrdenie uvedené v tabuľke, ktorá je súčasťou žiadosti.

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:

2. lunárny mesiac (5. - 8. týždeň)

Prvým zo skutočných príznakov tehotenstva je vynechanie menštruácie. Avšak nie vždy to musí znamenať tehotenstvo, preto zájdite čo najskôr k svojmu lekárovi a nechajte si tehotenstvo potvrdiť močovým alebo presnejším krvným testom. Medzi ďalšie príznaky, ktoré môžu



tehotenstvo charakterizovať, patrí tiež zvýšená únava, časté nutkanie na močenie, citlivosť na pachy a vône, zmena chuti a nechutenstvo. Prsia začínajú byť oveľa citlivejšie, bradavky a prsné dvorce stmavnú a pomerne rýchlo sa zväčšujú. Na povrchu prsníkov je viditeľná žilová kresba. Postupne sa môžu začať objavovať ťažkosti, ako sú zápcha, bolesti chrbta, pálenie záhy, ranná nevoľnosť, svalové kŕče, vysoký krvný tlak, nespavosť alebo dokonca výkyvy nálad. To všetko patrí medzi tehotenské neduhy. Pravdepodobne vás postihnú len niektoré. Tehotenstvo sa delí na tri obdobia, takzvané trimestre, pričom počas prvého trimestra (ktorý trvá do 13. týždňa, resp. sú to prvé 3 kalendárne mesiace) dochádza k veľmi rýchlemu vývoju plodu. Práve v tomto období sa najčastejšie vyskytujú potraty, preto by ste mali zvýšiť opatrnosť.

Nastávajúca mamička

- Na začiatku tehotenstva sa môžete cítiť ako pred menštruáciou. Môžete trpieť nepríjemnými príznakmi, predovšetkým nauzeou (nevoľnosťou), bolesťami prsníkov, zmenami nálad, tenziou a podobne.
- Únavu, resp. pocit útlmu, spôsobuje vyššia hladina progesterónu. Od prvého dňa tehotenstva nezabúdajte si vymedziť dostatok času na odpočinok a spánok.
- Vo vnútri vášho tela začína dochádzať k najrôznejším zmenám. Maternicová stena je kyprejšia, aby sa v nej blastocysta mohla pevne prichytiť. Dochádza k zmnoženiu hlienu maternicového krčka, ktorý začína byť viac prekrvený.
- Maternica sa začína zväčšovať, čo poznáte podľa toho, že sa vám horšie zapínajú nohavice. Nemusíte sa znepokojovať, v prvom trimestri sa vaša hmotnosť zvýši asi o 1 – 2,5 kg.
- V priebehu ďalších mesiacov očakávajte hmotnostný prírastok okolo 11 – 13 kg.

Rastúci plod

- Zárodok svojím tvarom pripomína písmeno C.
- Vyvíja sa mozog a začínajú byť zjavné výstupky pre oči, horné a dolné končatiny, v srdci postupne začína kolovať krv. Aj napriek

zrejmemu chvostovému koncu sa začínajú vyvíjať vnútorné orgány tela – zažívacie trakt, pľúca, pečeň. Svoj tvar začína nadobúdať aj obličaj. Po bokoch sú výrazné pigmentované terčiky, z ktorých sa neskôr vytvoria oči. Zreteľné sú uši, pery i noštek. Vyvíja sa hmat, čuch, neskôr sluch – počuje hlasy svojich rodičov. Na končatinách sa dajú rozpoznať pršteky.

- Na konci 8. týždňa meria okolo 2,5 - 4 cm, váži 3 – 5 g.

Praktické rady

- Naučte sa pravidelne sledovať svoju váhu. Meraním obvodu hornej časti stehien zistíte, či pribúdajúce kilá skutočne pripísať na vrub tehotenstva.
- Pravidelným cvičením sa nielen dokonale pripravíte na pôrod, ale taktiež si zabezpečíte rýchlejšiu formu po narodení vášho dieťaťa.
- Nevoľnosti, ktoré vás budú v týchto dňoch zrejme sprevádzať, zmiernite bylinkovými čajmi, ako je napríklad zázvorový, harmančekový či mäťový. Pokiaľ máte silný pocit na vracanie, posaďte sa na stoličku, predkloňte hlavu medzi nohy a zostaňte niekoľko sekúnd v tejto polohe.



Viete že...

14.február je sviatok sv. Valentína?

A kto bol sv. Valentín? Jedna z legiend vraví, že sv. Valentín bol kňaz žijúci v Ríme v 3. storočí. V tom čase vládol cisár Claudius II, ktorý bol známy najmä svojimi krutými vojnovými výpravami. Napadlo ho, že ženatí muži sú slabšími vojakmi, pretože sa musia starať o svoje rodiny, a tak zakázal v krajine manželstvo. Sv. Valentín však napriek zákazu ďalej zasnuboval a oddával zamilované páry. Keď sa to cisár dozvedel, za jeho snahu spájať životy zamilovaných sviatosťou celoživotnej lásky ho dal popraviť.

V dnešnej dobe sa na deň sv. Valentína zamilovaní obdarúvajú valentínkami a ďalšími romantickými darčekom, aby vyjadrili hĺbku svojich lúboštných citov. Tento sviatok má v sebe veľké čaro a aspoň kúsok z jeho posolstva by mal byť v každom dni počas celého roka.



Viete že..
sú fašiangy?

Fašiangy boli odjakživa symbolom veselosti, zábavy, hodovania a pitia. V obmedzenej podobe sa s oslavami fašiangov stretávame ešte takmer vo všetkých regiónoch Slovenska i dnes. Fašiangové obdobie sa začína už v čase od Troch Kráľov a trvá do popolcovej stredy. Je v podstate obdobím prechodu od zimy k jari. Po ňom nasleduje čas štyridsaťdňového pôstu. Fašiangy boli a sú akýmsi spojivom medzi vážnym časom Vianoc a vážnym obdobím predveľkonočným a má svoje práva a svoju veselosť.



Okienko pre gazdinku...

Každý mesiac Vám prinesieme tip na rýchlu a lacnú večeru:

Omáčka na cestoviny

Potrebujete:

2-3 mrkvy

1 cibuľa

2 petržleny

1 kyslá smotana
15 dkg slaniny
mlieko
korenie
soľ
cestoviny

Bez oleja opražíte pokrájanú cibuľu a slaninu. K tomu pridáte na kolieska nakrájanú mrkvu a petržlen. Podusíte a zalejete vodou (približne do pol hrnca). Osolíte, okoreníte a necháte. Nakoniec zmes rozmixujete. Nakoniec pridajte kyslú smotanu, trochu mlieka a poprášate múkou. Omáčku podávajú s varenou cestovinou.

A ešte čosi:

*Alumíniové nádoby sa budú opäť lesknúť,
ak v nich vyvaríte špenát, rebarboru alebo ovocné šupy.*

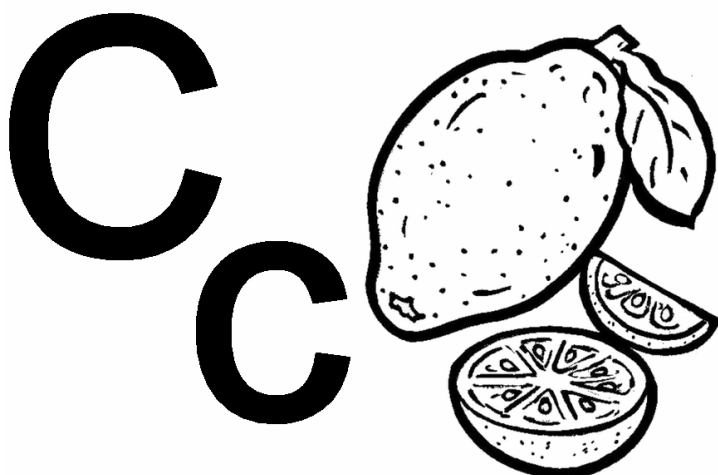


Zápis do školy... .

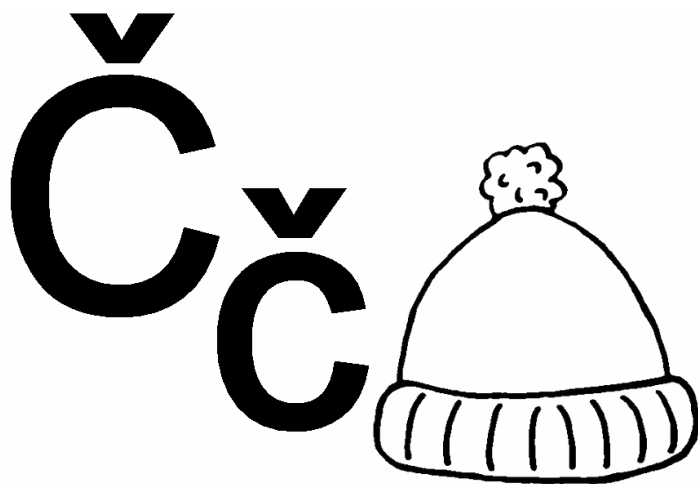
Ak máte doma budúceho prváčika a zmeškali ste slávnostný zápis do základnej školy môžete svoje dieťa zapísať každý pracovný deň do 15.februára 2012 na ktorejkoľvek základnej škole. Nezabudnite si zobrať zo sebou občiansky preukaz a rodný list dieťaťa

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..



Cilka stojí na ulici,
kopce tehál ležia tu,
miesia betón robotníci
z ladeckého cementu.



Vymaľuj a prines do Komunitného centra !



*Názov prijímateľa: **MESTO BREZNO***
*Názov projektu: **SLUŽBY***
STAROSTLIVOSTLIVOSTI 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***

**„ P R I E S T O R P R E V A Š U
P R Í L E Ž I T O S Ť “**

*„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

