

RODINA

APRÍL 2012

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



Vážení čitatelia,

... znovu sa Vám prihovárame prostredníctvom nášho časopisu. Prinášame Vám informácie o tom čo sme pre Vás pripravili a zrealizovali. Radíme Vám k aktuálnym problémom, tešíme sa na Vašu účasť na aktivitách v Komunitnom centre Plamienok.....

Váš redakčný tím

*V Komunitnom centre sa konali **Prvé Fašiangy** so všetkým čo k fašiangom patrí. Pampúšky, muzika a skvelá nálada vylákala ľudí z Baštovej a Vagnárskej ulice a prišli na pravú fašiangovú zábavu **21.02.2012** do Komunitného centra Plamienok.*



Na koniec zábavy sme pochovali basu.



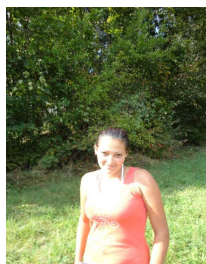
V každú hodinu sme tu pre našu rodinu:



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, 0910996018
- 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



Mgr. Marcela Škultétyová
psychológ

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 – poskytuje pomoc a poradenstvo v prípade rodinných problémov, problémov v partnerských vzťahoch, či výchovných problémov s deťmi, podľa potrieb klientov. Termín konzultácie je možné dohnuť v Komunitnom centre, alebo na tel. číslach: 048/6306240, 0910 996 017, 0910 996 018

Trápi Vás....

V poslednom období sme v niektorých rodinách zvlášť u detí zaznamenali výskyt nákazlivého kožného ochorenia, ktorým je

Svrab

Jedná sa o infekčné kožné ochorenie, ktorého pôvodcom je zákožka svrabová). Toto kožné ochorenie je charakterizované intenzívnym svrbením.

Zákožka svrabová

Je okrúhly roztoč so značne skrátenými kužeľovitými nohami. Samička meria 0,3 – 0,5 mm, samček 0,25 mm. Cele telo je sploštené. Tieto parazity žijú v koži človeka. Samičky v koži vrtajú chodbičky, do ktorých kladú vajíčka. Chodbičky sú dlhé 1 – 2 cm, na povrchu kože sa javia ako tenké nepravidelné pásiky. Samička po vniknutí do kože zanecháva za sebou výkaly a vajíčka. Nachádza sa na miestach, kde je koža jemná, tenká. Napríklad medzi prstami rúk a nôh, na zápästí, medzi lopatkami, medzi prsníkmi, v oblasti brucha, na vnútornej strane stehien, v podpazuší. Nepostihuje dlane ani stupaje. Vyskytuje sa aj na netypických miestach so zvrátenou kožou – vonkajšie pohlavné orgány.

Prenášanie ochorenia

Inkubačná doba je 1 – 3 týždne. Človek sa nakazí pohlavným stykom, ide teda o pohlavne prenosné ochorenie, ale aj priamym kontaktom z človeka na človeka, používaním spoločnej posteľnej bielizne , uterákov a oblečenia. Hromadné nákazy bývajú v spoločných ubytovniach.

Prejavy ochorenia

Silné svrbenie, najmä večer, keď sa zahreje pod prikrývkou celé telo. Pacienti si škrabú kožu, pričom môžu vzniknúť až krvavé škrabance, ktoré sa môžu infikovať.



Pokožka na ruke napadnutá svrabom.

Liečba svrabu

Používajú sa prípravky ordinované lekárom. Je nutné dbať na jeho rady!!!

Prípravky sa vtierajú do kože 2x denne počas 3 dní. Je dôležité natrieť celé telo. **Po liečbe nasleduje:**

- kúpeľ,
- dôsledná výmena posteľnej bielizne s dezinfekciou.
-

POZOR!!! Treba preliečiť aj rodinných príslušníkov a sexuálnych partnerov.

Prevenia proti opätovnému nakazeniu

Pravidelná výmena posteľného prádla a bielizne, pranie pri teplote 90°C najlepšie v práčke. Týmto spôsobom sa ale môže zničiť aj na vysokú teplotu citlivé prádlo. Ďalšou metódou je využiť metódu odňatia potravy. Praktické sa pritom ukazuje uskladnenie prádla napríklad do čistých sáčkov od smetí na min. 72 hodín (bez ohľadu na vonkajšiu teplotu). Na zvýšenie účinnosti sa odporúča pritom vytvoriť akési malé vákuum, napríklad za pomoci vysávača. Po tomto špeciálnom uskladnení sa môže prádlo vyprať pri bežnej teplote a bez problémov opäť nosiť.

Zapamätajte si, že aj tu platí príslovie:

„Čistota pol života!“

VEĽKONOČNÉ SVIATKY



Veľkonočné sviatky patria k najstarším sviatkom vôbec. Ich základnou podstatou z dôb predkresťanských bolo víťanie jari, v prenesenom slova zmysle víťazstvo života nad smrťou. Veľká noc je pohyblivý sviatok, pre kresťanov jeden z najvýznamnejších. Predchádza mu dlhý čas príprav – štyridsať dňový pôst -, ktorý sa dodržiava už celé stáročia. Prestali tanečné zábavy, veselé spoločenské večierky, na vidieku sa skončili priadky a páračky. V čase pôstu každá žena priadla doma sama, umlkol spev a ozývali sa len vážne pôstne piesne. Muži odložili fajku a celú dobu sa nedotkli alkoholu. Zo ženského kroja zmizli pestré farby a bohato zdobené súčasti.

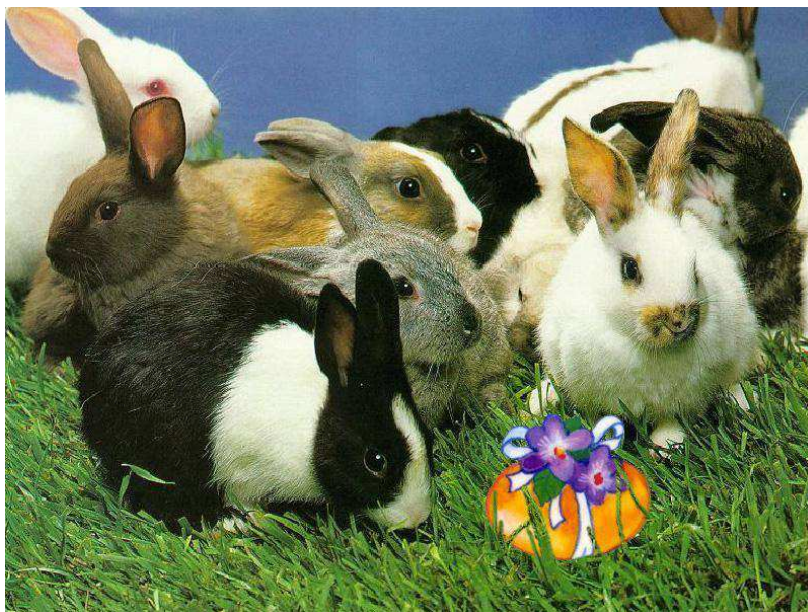
Niečo z našich zvykov....

Zelený štvrtok - malo by sa jesť vždy niečo zelené, aby bol človek zdravý, či to už bola polievka z jarných bylín, špenát, v poslednom období hlávkový šalát.

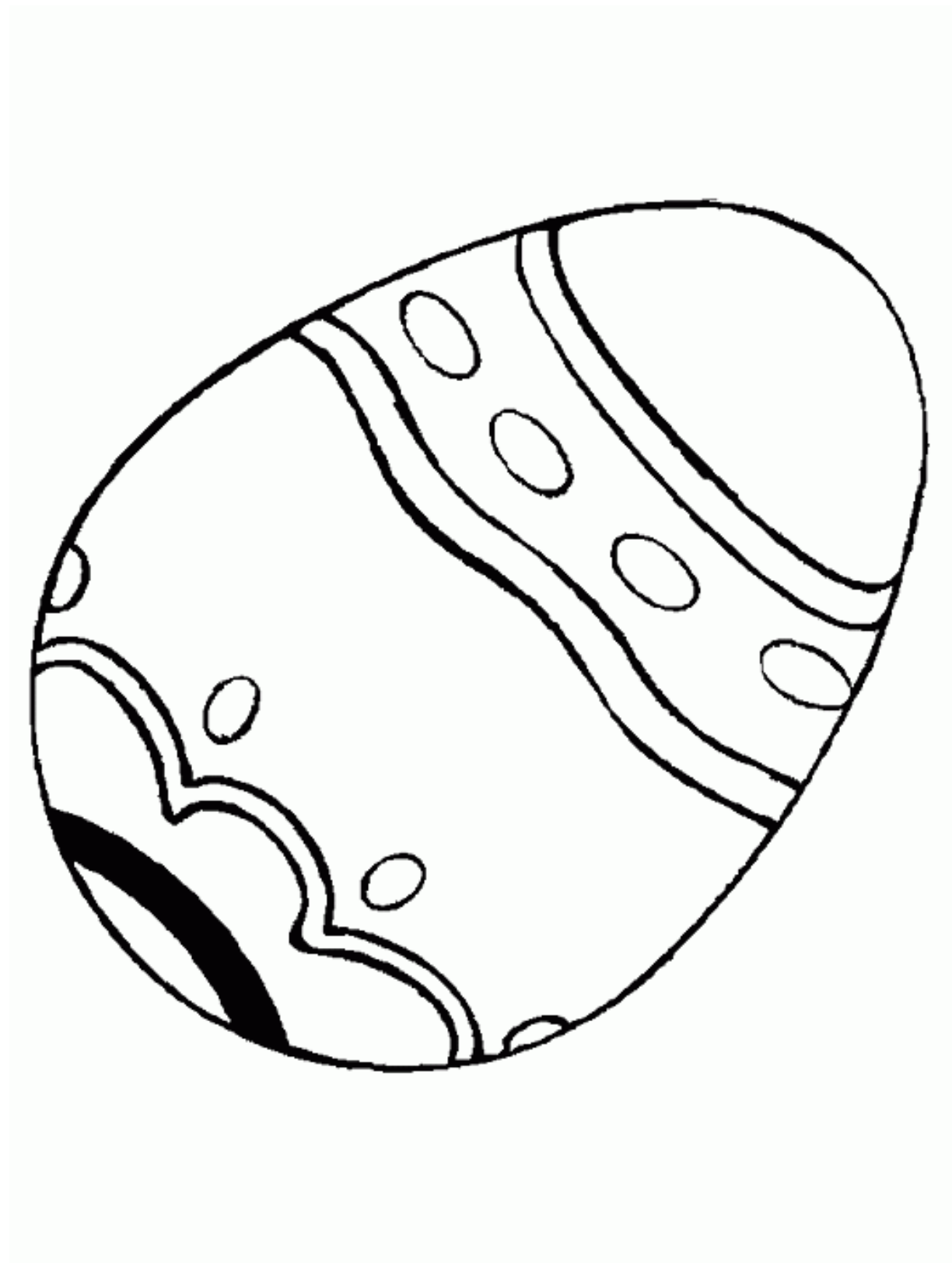
Veľkonočná nedeľa - tradičným veľkonočným jedlom sú vajíčka, považované za symbol nového života a plodnosti. Na Veľkú noc sa často jedli uvarené, alebo aj praženica.

Veľkonočný pondelok – koláče, vajíčka tým sa ponúkajú mláďenci, ktorí chodia polievať.

K prastarým veľkonočným pokrmom patril baranček. Pretože si každý nemohol dovoliť skutočného barančka, nahrádzal sa barančekom upečeným z kysnutého alebo treného cesta. Hotový baranček sa zdobí cukrom, sa pridáva aj trávica z rýchlého obilia.



Kedže sa blíži Veľká noc, zapoj sa do výzdoby Komunitného centra. Vymaľuj a prines do komunitného centra –pomôžeš urobiť Veľkonočnú výzdobu...



APRÍL - mesiac lesov

Apríl nie je len mesiac lesov ale aj Zeme, našej planéty ktorá nás živí! Školy upravujú areály aby jej vyjadrili svoju vďaku, kosíme trávniky s prvou zelenou trávou, začíname sa ryť v záhradách. Mnohí z nás si ani neuvedomujú, že bez Zeme by sme neboli ani my!

Ako sa podieľate na ochrane Zeme vy?

Máte nejaký nápad ako zmenšiť jej znečisťovanie?

Robíte brigády ? napríklad jarné upratovanie s rodičmi v okolí svojho príbytku!

Sem s návrhmi!
Aj my môžeme pomôcť!



Deň narcisov - počuli ste o ňom?

Tradične sa koná v apríli každého roka. Jeho symbolom je žltý narcis - kvietok jari a nádeje, ktorý si ľudia pripínajú v tento deň na svoj odev, aby aj týmto spôsobom vyjadrili solidaritu s osobami postihnutými rakovinou.



Okienko pre gazdinku.....

Každý mesiac Vám prinesieme tip na rýchlu a lacnú večeru:



Zapekané špekačky na kečupe

Suroviny

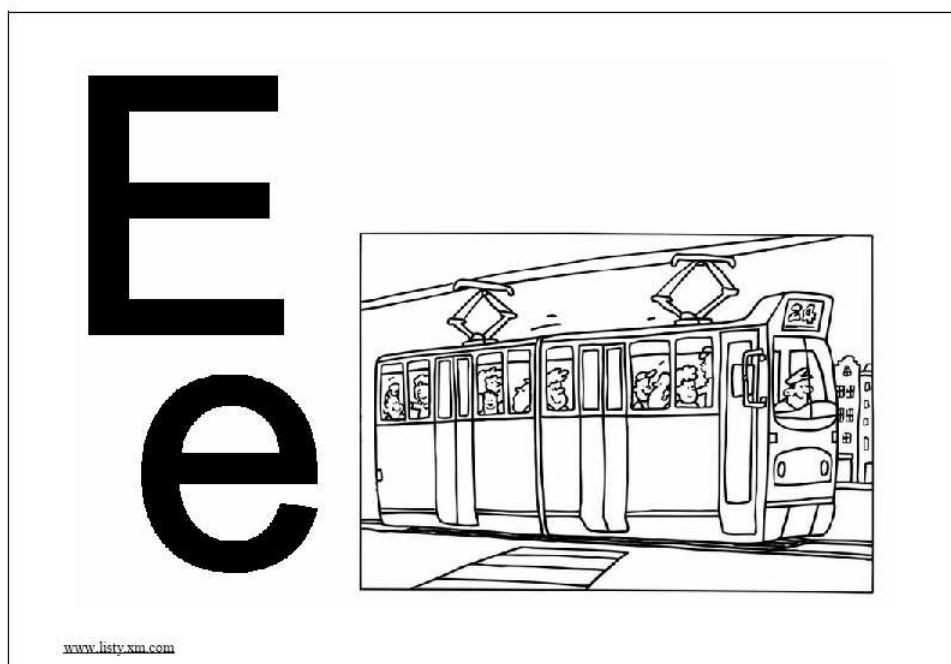
Špekačky, kečup, horčica, cibuľa, zelená paprika, paradajky, olej, mleté korenie

Postup

Na dno zapekacej misy dáme trochu oleja, nakrájanú cibuľu, na ktorú poukladáme rozkrojené a olúpané špekačky. Na špekačky poukladáme nakrájanú papriku a paradajky. Zalejeme kečupom, v ktorom sme rozmiešali 2 pol. lyžice plnotučnej horčice a trochu mletého korenia. Dáme do rúry zapieť.

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..



En ten tiky dva špendlíky
vyšiel čertík z električky.
Babka sa ho zľakla
na kolená kľakla.
Choď ty čertík von
bo to nie je tvoj dom.

Vymaľuj a prines do Komunitného centra !



Zápis do školy...

***Ak máte doma budúceho prváčka
a zmeškali ste slávnostný zápis do
základnej školy ešte stále môžete svoje
dieťa zapísať každý pracovný deň od
13.00-15.00 h. do 15.apríla 2012
na ktorejkoľvek základnej škole.
Nezabudnite si zobrať zo sebou občiansky
preukaz a rodný list dieťaťa***



*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

