

# RODINA

## OKTÓBER 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*

***POZOR!!!***  
**Zmeny otváracích hodín v Komunitnom centre Plamienok**

***Pondelok 10:00 - 15:00 h***

***Utorok 10:00 - 15:00 h***

***Streda 10:00 - 15:00 h***

***Štvrtok 10:00 - 15:00 h***

***Činnosť v KC Plamienok***

***Pondelok*** od 10,00 -12,00 Predškolská príprava

*10,00-12,00 Voľnočasové aktivity*

*13,00-14,00 Poradenstvo*

*13,00 -15,00 Tanečný krúžok*

***Utorok*** od 10,00-12,00 Predškolská príprava

*10,00-12,00 Voľnočasové aktivity- deti a dospelí*

*13,00-14,00 Poradenstvo*

*14,00-15,00 Literárnodramatická tvorba*

***Streda*** od 10,00-12,00 Predškolská príprava

*10,00-12,00 Voľnočasové aktivity*

*13,00-14,00 Poradenstvo*

*14,00-15,00 Voľnočasové aktivity*

***Štvrtok*** od 10,00-12,00 Predškolská príprava

*10,00-12,00 Voľnočasové aktivity*

*13,00-14,00 Poradenstvo*

*14,00-15,00 Aerobik*

*13,00-15,00 Voľnočasové aktivity*

Pri Komunitnom centre Plamienok pôsobí aj spevácka skupina **Krnohári** a ženský krúžok **Nezábudky**.

## TANCUJEME S EVKOU



***Máš rád/a/ hudbu, a tanec?  
Príd' medzi nás a ukáž čo v Tebe je. Prijmeme  
nové nápady, zaradíme do choreografie  
a prezentujeme sa na rôznych podujatiach.***

***KAŽDÝ PONDELOK OD 14,00h TO  
ROZTOČÍME, VO VÍRE TANCA UKÁŽEME  
SVOJ TEMPERAMENT.***

# STRETNUTIE S RODIČMI PREDŠKOLÁKOV

11.09.2012 sme do Komunitného centra Plamienok pozvali rodičov detí v predškolskom veku. Aj napriek osobnému pozvaniu v rodinách naše pozvanie prijali a zúčastnili sa len dve matky. Pedagóg pre predškolskú prípravu p. M. Dologová oboznámila matky o príprave detí do školy a práci s deťmi v Komunitnom centre.





## POZNÁVACÍ VÝLET

**25.09.2012 sme sa zúčastnili poznávacieho výletu.**

**Deti spoločne s rodičmi sa zúčastnili prehliadkovej trasy minciarne v Kremnici. Raziareň mincí možno nazvať srdcom každej raziarne. Ide o unikátne zachovaný priestor s časťou historického zariadenia.**



## **VÝZNAMNÉ DNI V MESIACI OKTÓBER**

- 1.10. Medzinárodný deň starších osôb**
- 5.10. Medzinárodný deň učiteľov**
- 10.10. Svetový deň proti trestu smrti**
- 14.10. Deň starých rodičov**
- 15.10. Svetový deň umývania rúk**
- 17.10. Medzinárodný deň boja proti chudobe**
- 25.10. Európsky deň občianskeho práva**
- 31.10. Svetový deň sporenia**

## **MENINY OSLAVUJÚ**

- 4.10. František**
- 5.10. Viera**
- 6.10. Natália**
- 7.10. Eliška**
- 10.10. Slavomíra**
- 13.10. Koloman**
- 14.10. Boris**
- 15.10. Terézia**
- 18.10. Lukáš**
- 19.10. Kristián**
- 21.10. Uršula**
- 30.10. Šimon, Simon**



**Všetkým srdečně blahoželáme**

# OKÓBER MESIAC ÚCTY K STARŠÍM

Ľudský život predstavuje veľkú knihu, zložitý jedinečný román. Bezstarostné detstvo, aj keď nemuselo byť bohaté a žičlivé, predsa len bolo krásne. To vystriedalo detstvo Vašich detí. Úzkosť a trápenia z detskej slzičky a v srdci ešte dodnes teplo a odovzdanosť detskej dlane, v očiach úsmev detských pier. V mysli sa roja spomienky – na všetko. Predovšetkým na chvíle pohody. Na to, že ten huncút má už svoje vlastné deti a vnúčatá, ktoré oplácajú aj za rodičov lásku svojim starým a prastarým rodičom. Minú sa roky. Uprostred starostí i radostí. V životnej aktivite človeka. Až jedného dňa je tu staroba. Ani sa nenazdáme ako, jednoducho je tu.

Natrhám si kvety pod lesom na stráni,  
vám starí rodičia, kytku dám do dlaní.  
Hoc vlas vám šedivie a zrak sa zakalí,  
prijmite od detí najkrajšie pozdravy.  
Prijmite kyticu, čo slzou prevlhla  
aj mne sa tiskajú slzy tiež do hrdla.  
Nech sa vám predĺži životná vaša púť,  
želáme zo srdca, vaša vnučka a vnuk.



# OPAKOVANÝ PROBLÉM V ŠKOLÁCH

Začal sa nový školský rok a s ním aj opakovaný problém, ktorý trápi nie len učiteľov, ale aj žiakov a rodičov. U žiakov sa objavili vši a s tým aj obava rozšírenia medzi ostatné deti. Rodičia, ktorí dbáte o hygienu a pravidelne svoje deti kontrolujete nebudte prekvapení ak Vám deti oznámia, že ich svrbí hlava. Prinášame Vám radu ako predchádzať tomuto javu, ale aj ako postupovať ak sa v rodine vši vyskytli.

**FUUUU, MOJE DIEŤA MÁ VŠI !**



Veta, ktorá pri vypočutí spôsobuje chaos a zhnusenie, nie je v podstate ničím zvláštna a už vôbec nedáva dôvod na hanbu, obavy, či paniku. Vši síce spôsobujú nepríjemné svrbenie, ale na rozdiel napr. od kliešťov, nie sú nositeľmi nebezpečných infekčných chorôb a tým pádom sú pre napadnutého jedinca vlastne neškodné. Čo v skutočnosti spôsobujú, je iba náš nepríjemný pocit.

Dovolenkové pobyty v cudzích krajinách, letných táboroch a prespávanie v rôznych turistických ubytovniach zanechajú vo vlasoch často hmatateľné spomienky vo forme týchto malých „cudzopasníkov“ a deti ti po skončení prázdnin často prenášajú ďalej do škôl či predškolských zariadení. To, že sa potom stávajú určitým problémom spôsobuje ich zamlčovanie. Treba teda jednať. Vši nevedia skákať, po vlasovej pokožke len lozia. Nemajú nijaký problém prechádzať z hlavy na hlavu aj prostredníctvom vankúša, pokrývky hlavy, kief na vlasy, hrebeňov a rôznej vlasovej bižutérie. Deti navyše veľmi radi komunikujú štýlom „dania hlávok dokopy“ a navyše nahádzu svoje ošatenie často „na jednu kopu“. Nečudujte sa teda, ak vaše dieťa prinesie vši domov a hlavne nemlčte. Za vši dieťaťa sa predsa nemusíte hanbiť, napadnutie hlavy nemá nič spoločné so zanedbanou hygienou. Samotné umývanie vlasov



všiam totiž vôbec neškodí, tieto „zvieratká“ zostanú totiž nanajvýš umyté... Voš detská, vlasová či hlavová žije vo vlasoch. Je dlhá asi 2-4 mm a samička denne nakladie cca. 4 vajíčka, takzvané hnidy, ktoré pevne pripevní k vlasom pri korienku. Voš žije zhruba tri týždne, a za tento čas dokáže nakládať okolo 130 vajíčok. Tie sa vyvíjajú tým rýchlejšie, čím lepšie podmienky jej ľudský organizmus nechtiac vytvára. Má rada teplo a našu krv. Ak sú podmienky priaznivé, voš sa z larvy vyvinie približne za 20 dní.

Jednať treba rázne a konať naraz. Nielen vaše dieťa, ale všetci tí, ktorí s ním prichádzajú pravidelne do styku, by si mali umyť vlasy prípravkami určenými na odvrátenie, ktoré bez problémov dostanete kúpiť v každej lekární. Umyť vášmu dieťaťu vlasy potajomky sa vám neoplatí. Je totiž viac ako pravdepodobné, že sa po niekoľkých dňoch objavia znovu. Vaše dieťa ich totiž spätne chytí od niekoho, kto ich dostal práve od neho.

Po prvom použití prípravku proti vlasovým všiam môže vaše dieťa ísť na druhý deň pokojne do školy alebo škôlky. Mali by ste ho ale vyzbrojiť listom pre triednu učiteľku, že ste u neho našli vši, urobili ste prvé opatrenie a prisľúbiť ďalšie. Rodičia všetkých detí v zariadení by mali byť informovaný o výskyte vší, pričom by mala byť zachovaná anonymita vášho dieťaťa. Podobne aj rodičia kamarátov, ktorí s vašim dieťaťom trávajú voľný čas. Všetci rodičia, ktorých sa prípad týka by mali podniknúť prvé opatrenie, ktorým je kontrola vlasovej pokožky. Ak si však po kontrole napriek negatívnemu nálezu chcete byť celkom istý, aplikujte vášmu dieťaťu prípravok na odvrátenie a pozorujte jeho vlasovú pokožku ešte nejaký čas.



Pri boji so všami je totiž veľmi dôležité zachovať postup vyznačený na príbalovom letáku alebo priamo na výrobku a zachovať všetky doporučované kroky. Jednoznačne totiž musí nasledovať aj minimálne druhá aplikácia prípravku. Vši sa totiž rozmnožujú vajíčkami, tzv. hnidami a tie môžu byť proti väčšine prípravkov odolné. Preto treba počkať niekoľko dní, kým sa z uložených vajíčok vyľahne ďalšia generácia. V prípade potreby sa poraďte s lekárnikom, určite vám odbornú radu neodmietne. Výskumy hovoria, že skutočne účinná je až opakovaná aplikácia chemických prípravkov a doporučujú precízne a opakované vyčesávanie vší hustým hrebeňom z ešte mokrych vlasov. Túto metódu však nemožno považovať za skutočne účinnú, pretože je zdĺhavá a nezaručuje dokonalé vyčistenie vlasov.

# **Odvšivovací prípravok**

## **Načo sa používa?**

Odvšivovací prípravok v spreji PARASIDOSE je určený na odstránenie vší a hníd z vlasov a pokožky hlavy.

## **Ako pôsobí odvšivovací prípravok?**

Prípravok obsahuje prírodné rastlinné oleje, neobsahuje insekticídy a konzervačné látky. Pôsobí mechanicky: kokosový olej voš obalí tenkou nepriepustnou vrstvou, voš sa začne dusiť a nakoniec zahynie. Odvšivovací prípravok v spreji Parasidose umožní odstránenie všetkých hníd prilepených na vlasoch: oddelením hníd od vlasov dochádza k ich zahubeniu.

## **Kedy a ako použiť odvšivovací prípravok?**

Aplikujte rozstrekom dostatočné množstvo (okolo 5-25 ml, na dlhé vlasy aj viac) odvšivovacieho prípravku po celej dĺžke vlasov a na celej pokožke hlavy tak, aby ste pokryli všetky vší a hnidy.

Prípravok nechajte pôsobiť na vlasoch po dobu 45 minút.

Umyte vlasy bežným šampónom dvakrát za sebou a dobre opláchnite.

Vlasy hneď rozčešte špeciálnym hrebeňom PARASIDOSE, aby ste odstránili mŕtve vší a hnidy

## Okienko pre gazdinku.....

Každý mesiac Vám prinesieme tip na rýchlu a lacnú večeru:

### Citrónové kurča



#### Ingrediencie

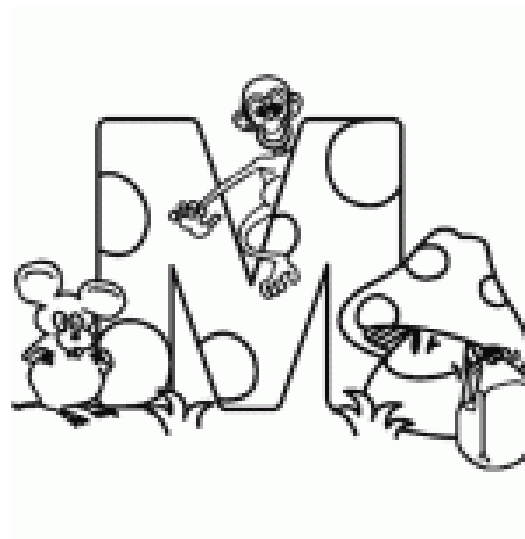
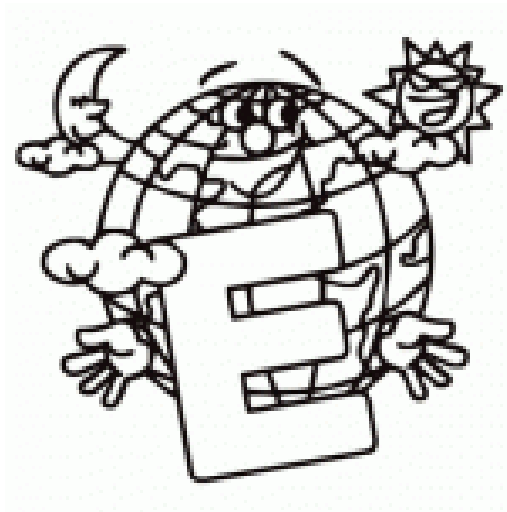
1ks kurča  
1ks citrón  
100g maslo  
1/2l červená mletá paprika  
1 lyžica cukor múčka  
podľa chuti soľ

#### Postup prípravy receptu

Rúru predhrejeme na 200 ° C. Kura očistíme, umyjeme a osušíme. Potom ho naporcujeme a dáme do zapekacej misky na väčšiu časť masla. Z citróna vytlačíme šťavu. Kurča pokvapkáme polovicou citrónovej šťavy, ľahko poprášime sladkou paprikou a dáme piecť do predhriatej rúry. Keď sa na kurčaťu vytvorí kôrka, zasypeme ju cukrom a pokvapkáme druhou polovicou citrónovej šťavy. Dopečíme domäkka. Citrónovej kurča podávame s varenými zemiakmi.

## Okienko pre deti .....

Milé deti, dnes Vám prinášame omaľovánku pre prváčikov.



**Písmenka vymaľuj, vystrihni, pokús sa z nich zložiť slovo, nalep na papier a prines do Komunitného centra.**

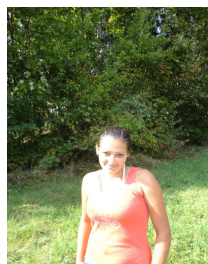
V každú hodinu sme tu pre našu rodinu:



Mgr. Anna Vraniaková,  
sociálny pracovník



Mgr. Peter Štefančík,  
sociálny pracovník



Eva Fedakova  
asistent SP



Miloš Lopejský  
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 dohodnúť v Komunitnom centre, alebo na tel. číslach: **048/6306240, 0910 996 017, 0910996 018**





*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   w ww.fsr.gov.sk***