

SMOLÍČEK

ČASOPIS TERÉNNÍ SLUŽBY RODINÁM S DĚTMI



**Přejeme všem našim klientům i jejich rodinám,
spolupracujícím organizacím a čtenářům Smolíčka
vše nejlepší v novém roce 2020.**



Rodičovský příspěvek, novinky v roce 2020

Celková výše rodičovského příspěvku se zvýší od 1. 1. 2020 na 300 000 Kč, pro vícerčata na 450 000 Kč

- Navýšení platí pro rodiče, kteří čerpají aktivně rodičovský příspěvek na dítě mladší 4 let k 1. 1. 2020 a pro rodiče, kteří začnou čerpat rodičovský příspěvek kdykoli od 1. 1. 2020.
- Rodiny, které nedoložily příjem, budou mít od nového roku nárok na vyšší měsíční čerpání.
- Maximální hranice čerpání se zvýší ze 7 600 Kč na 10 000 Kč.
- Máte-li dítě do 2 let, můžete ho umístit do jeslí/ dětské skupiny na 92 hodin měsíčně a nepřijdete o rodičovský příspěvek. Docházka dítěte staršího než dva roky se nesleduje.

Nemění se:




































- Nárok na příspěvek zaniká, pokud byly dítěti 4 roky, nebo v případě, že rodič vyčerpal celkovou částku 300 000 Kč.
- Výši rodičovské si určí každý rodič sám dle svých potřeb. Odvíjí se ale od předchozích příjmů, tedy denního vyměřovacího základu. Pokud rodič z nějakého důvodu nedoloží předchozí příjmy (platí zejména u studentů, OSVČ, nezaměstnaných, apod.), bude od nového roku maximální hranice čerpání stanovená na 10 000 Kč, u vícerčat na 15 000 Kč. V opačném případě je maximální hranice srovnatelná s peněžitou pomocí v mateřství.
- Každé 3 měsíce je možné požádat na úřadu práce o změnu výše měsíční částky rodičovského příspěvku. Částka nesmí být samozřejmě vyšší než maximální měsíční částka, kterou můžete čerpat.
- Pobírání rodičovského příspěvku se nevylučuje s návratem do práce.

Celková částka rodičovského příspěvku se z 220 tisíc Kč zvýší na 300 tisíc Kč (u vícerčat na 450 tisíc Kč) rodinám automaticky! Nikdo tak nebude muset na úřadech práce o zvýšení celkové částky žádat! Řešit budou muset jen případné úpravy čerpání měsíční částky. Všichni příjemci, kterých se tato úprava dotkne, budou o změnách informováni dopisem.

Zdroj: mpsv.cz

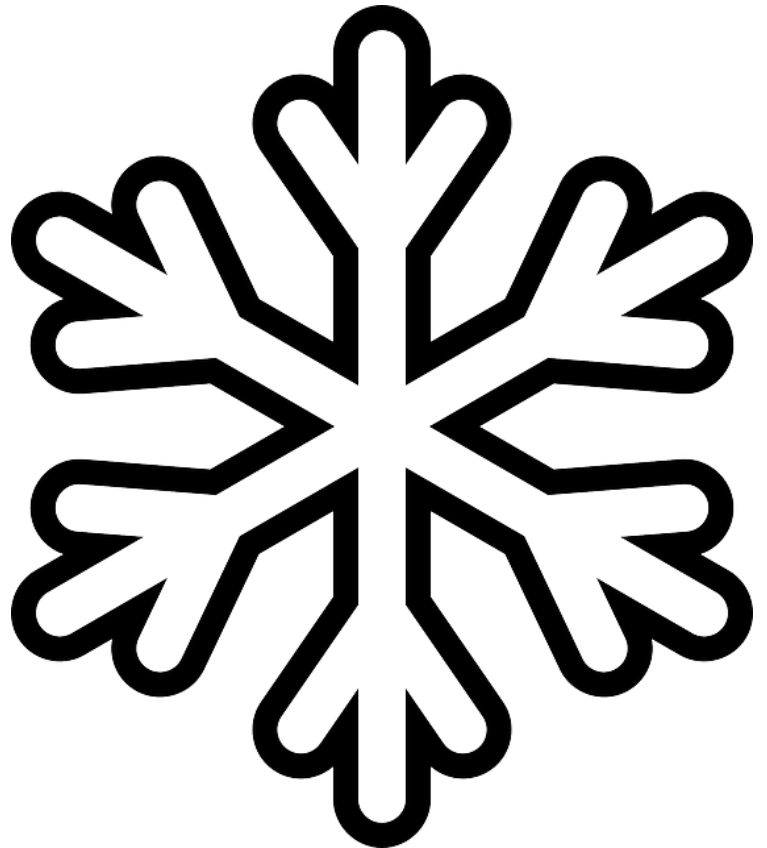
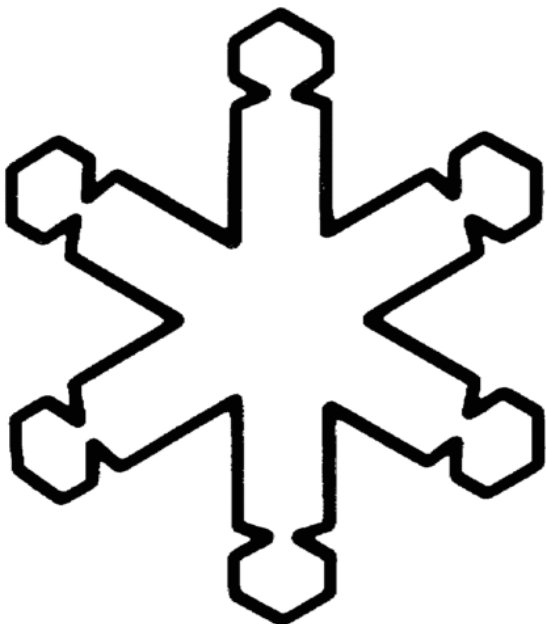
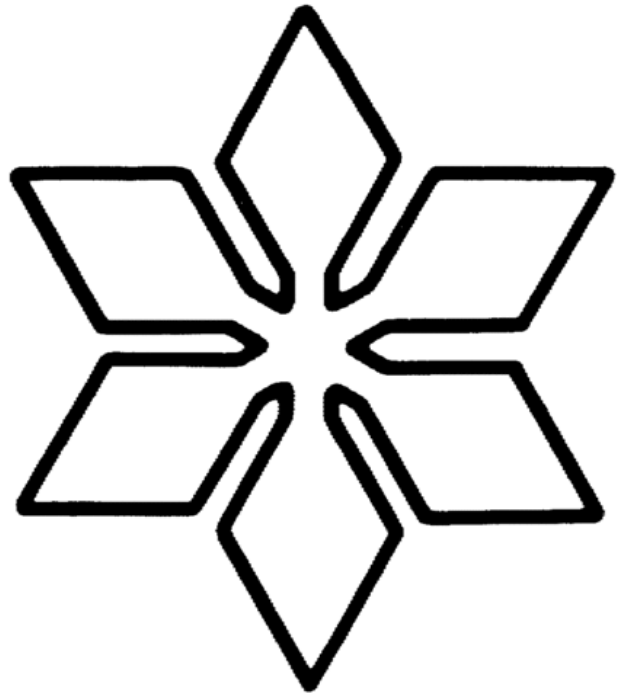
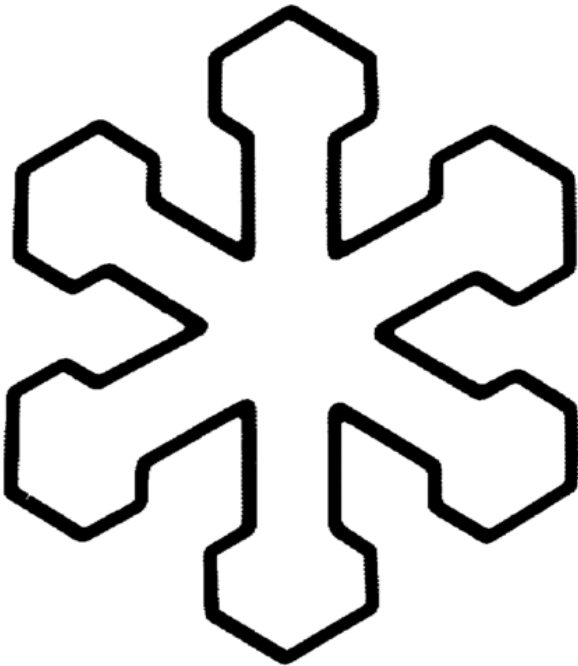
Stopy zvířete

Která stopa ve sněhu je správná? Dokážeš určit?

Sněhové vločky

Letos toho sněhu zatím moc není, a tak si jej vyrobíme po svém. Vločky si vystřihněte a můžete si je pak nalepit na okno. Zkusíte vyrobit své vlastní?



Zimní básničky

Bude zima bude mráz

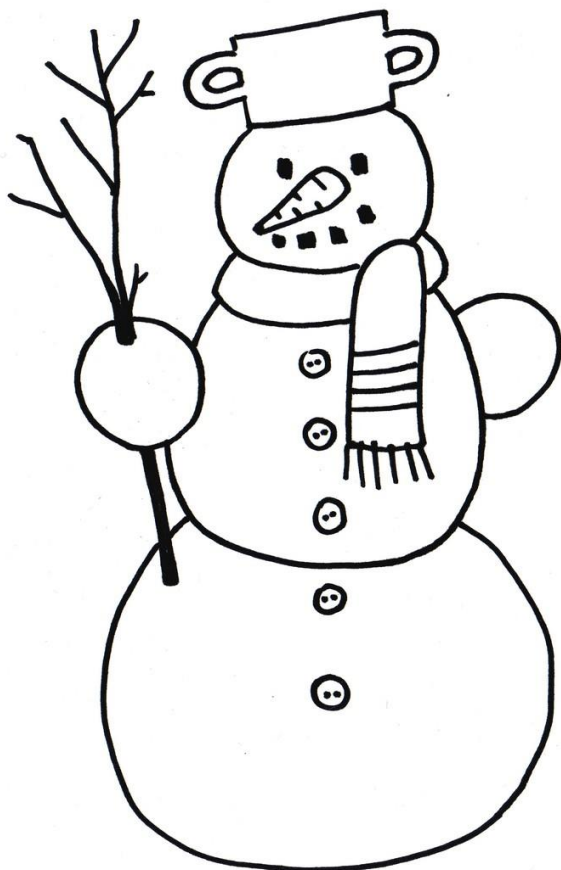
Bude zima, bude mráz,
kam se ptáčku, kam schováš?
Schovám já se pod hrudu,
tam já zimu přebudu.

Bude zima, bude mráz,
kam se ptáčku, kam schováš?
Schovám já se do křovin
až na jaře vyletím.



i-creative.cz

Dokážete vymyslet, kam ještě by se mohl ptáček před zimou schovat?



Únor bílý

„Únor bílý pole sílí“,
povídala babička.
Za komínem vítr kvílí,
spěcháme do teplíčka.

Ke kamnům se posadíme,
k mamince se přitulíme.
A sněhulák za oknem
pohlídá nám krásný sen.

*Znáte další přísloví, která se vztahují
k zimě?*

Jakou další básničku znáte?

Krmítko pro ptáčky

V zimě je potravy pro ptáčky málo, tak proč jim trochu nepomocť a přitom se něco nového přiučit.

Potřebujeme:

- 1 lahev PET (malou, velkou, jakou chcete)
- Provázek
- Klacík (dostatečně dlouhý)
- Potravu: slunečnicová semínka, lněná semínka, mák, pšenice, proso, ovesné vločky, jablíčko, strouhanou mrkev, jeřabiny apod.



Do lahve udělejte dvě dírky tak, aby se do nich dal protáhnout klacík. Za vršek láhve uvažte provázek a dovnitř nasypejte semínka. Krmítko si pověste třeba na strom před oknem anebo jej položte na parapet okna a sledujte jak je u něj živo.



Kolik ptáčků jste u krmítka viděli?

.....

Jaké ptáčky jste viděli? Použijte např. internet nebo encyklopedii a ptáčky si určete.

.....

Zdroj: [pinterest.com](https://www.pinterest.com)

Desatero pro výchovu dítěte

1. Buďte důslední.

- trvejte na věcech podstatných
- trvejte na provedení úkolu, který jste dítěti zadali
- metody, které pro to zvolíte, by měly být přiměřené chování a povaze dítěte
- rychlý a rázný zásah je mnohdy účinnější než půlhodinový monolog k dítěti

2. Věnujte dítěti dostatek času

- rodiče dítěti nemůže nahradit nikdo

3. Snažte se dítěti zaplnit den aktivitami, a to do takové míry

- aby je zvládalo
- aby nemělo čas se nudit a z nudy zlobit

4. Ponechte dítěti i chvíle klidu v prostředí, které je pro něj příjemné, např. dětský pokoj

- k rozvoji vlastní fantazie
- k získání schopnosti zabavit se samo
- občas i dítě od vás potřebuje chvíli klidu, nejen vy od něj

5. Ved'te dítě k samostatnosti

- od útlého věku jej ved'te k provádění jednoduchých úkonů samostatně, i když to chvíli potrvá
- nenápadně jej nasměřujte k samostatnému provádění drobných úkonů na veřejnosti - objednání džusu, komunikace s číšníkem, prodavačkou, sousedy apod., ohromně si tím zvýší sebedůvěru

6. Co nejdříve dítě vhodnou formou uveďte do dětského kolektivu, a to navštěvováním

- cvičení či jiných aktivit pro děti, kroužky



7. Snažte se dítěti zjednodušit začátky každého učení

- např. u oblékání, zvláště ze začátku, volte co nejjednodušší systém, méně vrstev
- oblečení ve školce vymyslete tak, aby se dítě převlékalo co možná nejméně (ponechat v zimě punčocháče, na které si dítě oblékne fleecovou sukýnku nebo kraťasy, v létě si pak dítě převlékne pouze tepláky, příp. ponožky)

8. Od útlého dětství uče děti základní etiketu a hygienické návyky

- pro dítě naučitelný základ pro jednání s ostatními je:
 - *umět pozdravit*
 - *něco požádat / poprosit*
 - *a následně za to umět poděkovat*

9. Berte na vědomí, že je rozdíl mít jedno nebo více dětí

- Počítejte s tím, že každé dítě je jiné a ne to, co funguje na jedno, musí nutně fungovat i na druhé.

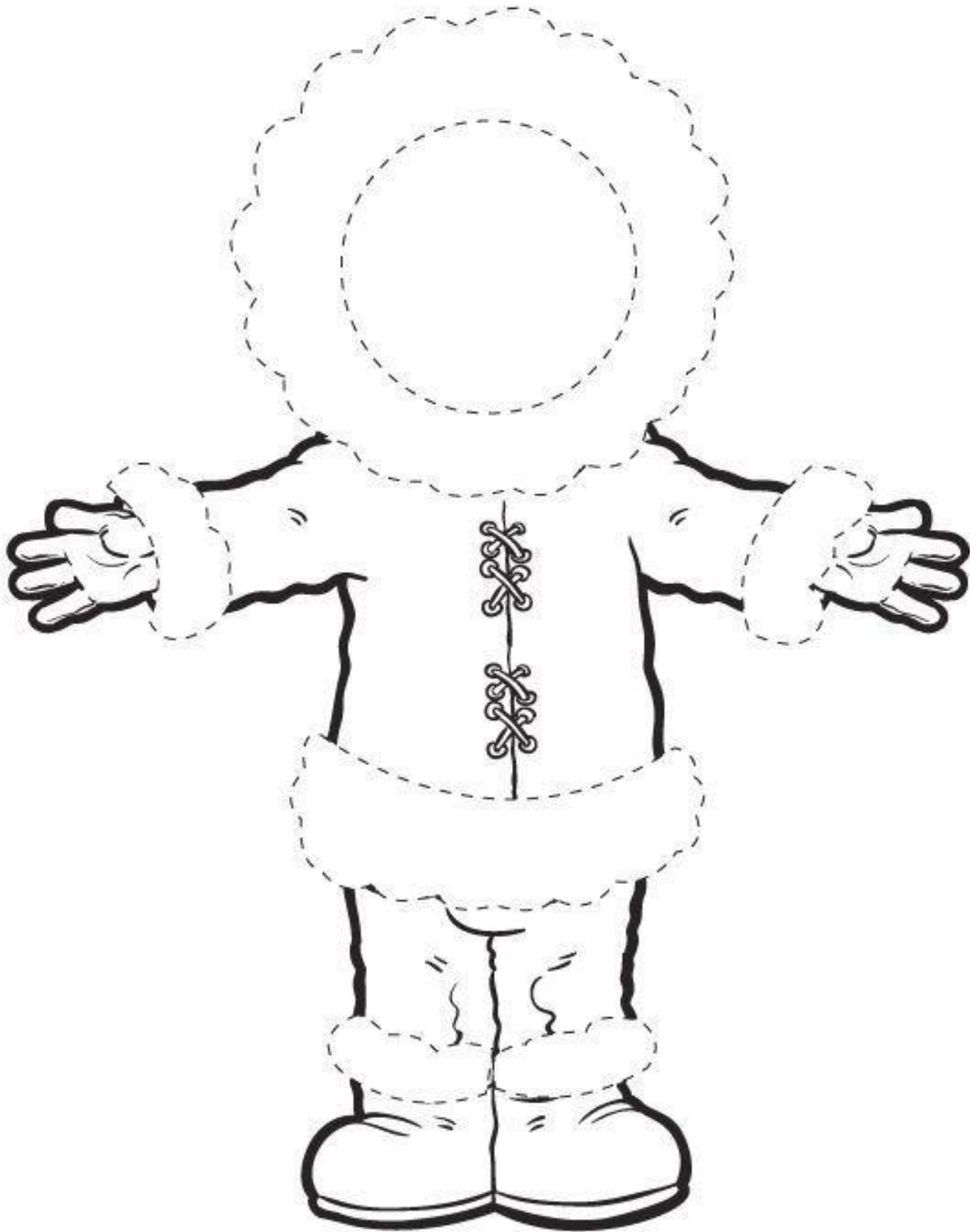
10. Buďte dítěti příkladem

- pokud nechcete, aby dítě ječelo, neječte ani vy
- pokud nechcete, aby vás dítě podvádělo, nepodvádějte ani vy
- pokud sami olizujete po jídle nůž, zíváte na veřejnosti nebo si dloubete v nose, nemůžete žádat po dítěti, aby se chovalo jinak

Zdroj: MUDr. Jana Martincová, babyonline.cz



Eskymák potřebuje dokreslit. Pomůžeš mu?



Recepty – Bramborové okénko

Bramborová uhlířina

Ingredience: 500g brambor, voda, kmín, sůl

Na těsto: 3 lžíce hrubé mouky nebo krupice, 2 ks vajec. Trochu mléka, kousek másla, špetka soli

Na ozdobení: 10 dkg anglické slaniny nebo klobásy, orestovanou cibuli

Postup: Ve vodě osolené a s kmínem uvaříme oloupané na kostky nakrájené brambory.

Během vaření brambor připravíme z hrubé mouky smíchané s kouskem másla, vejci, špetkou soli a trochou mléka těsto, ze kterého lžící vykrájíme malé nočky. Nočky pak přidáme k horkým bramborám přibližně 5 minut před dokončením, pak případnou přebytečnou vodu po vaření slijeme (ale většinou žádná nezbude)

Brambory s nočky rozložíme na talíře a ozdobíme dorůžova osmahnutou nakrájenou cibulkou se slaninou.

Bramborové šišky se strouhankou

Ingredience: 600g brambor, 250g hrubé mouky, 1ks vejce, špetka soli, 200g strouhanky, 2 lžíce sádla, sůl, vřící osolená voda

Postup: Brambory uvařte ve slupce a po vychladnutí nastrouhejte najemno. Přidejte vejce sůl a hrubou mouku a vypracujte těsto, které nelepí. Z vypracovaného těsta vytvořte válečky a dejte je vařit na zhruba 7 minut do vroucí osolené vody.

V pánvi osmažte na sádle strouhanku se špetkou soli a promíchejte s hotovými šiškami.



Brambory zapečené s mletým masem a rajčaty

Ingredience: 500g brambor uvařených ve slupce, 30g strouhaného sýra, 4 větší rajčata, koření-bazalka, mletý pepř, sůl

Na masovou směs: 500g mletého masa, 1 lžíce sušeného oregana, 4 ks stroužků česneku, 1 ks větší cibule, mletý pepř, sůl

Postup: Do mísy dáme mleté maso, přidáme oloupanou nadrobno nakrájenou cibuli, oloupané utřené stroužky česneku, oregano, vše dobře promícháme a dochutíme solí a pepřem

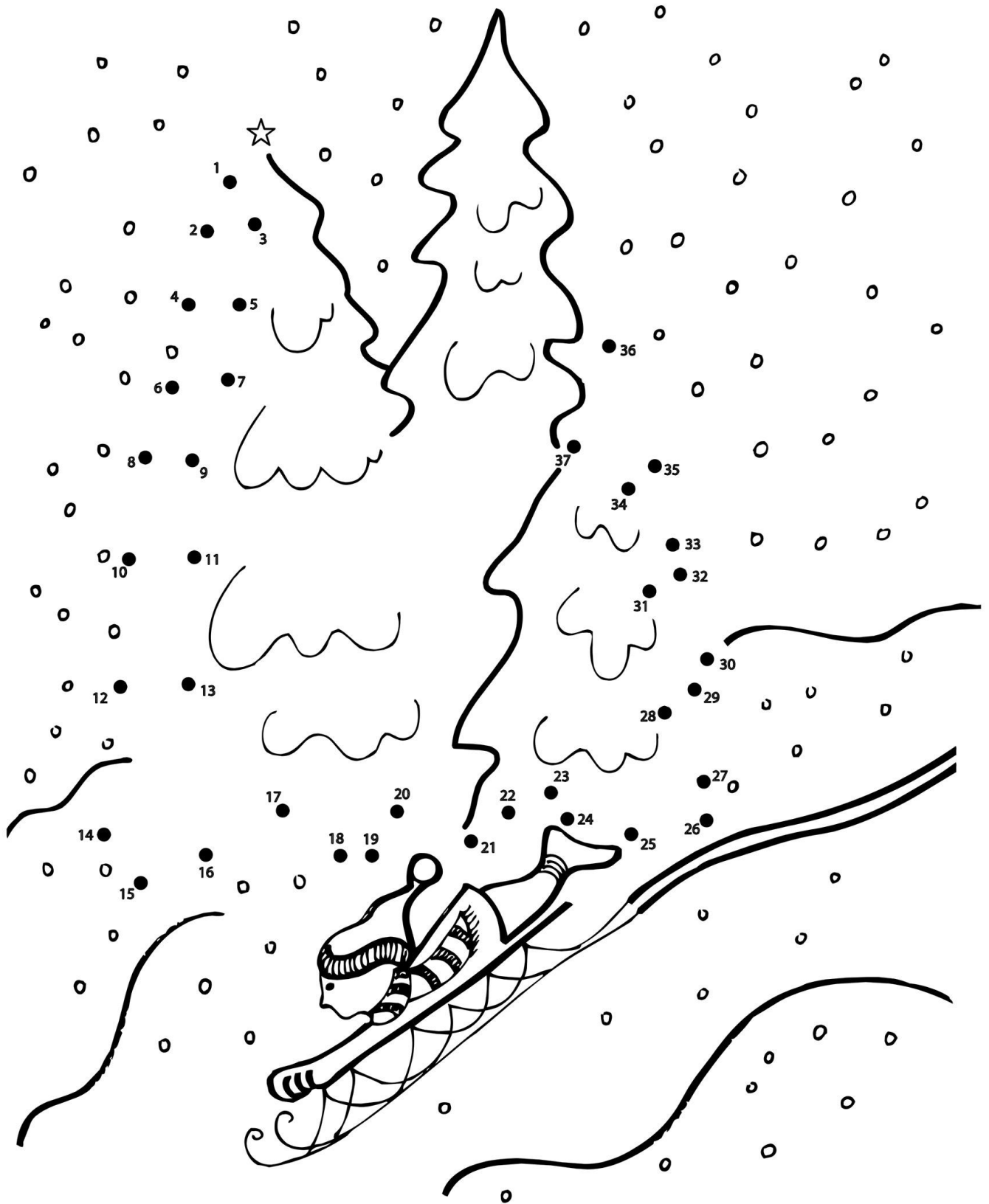
Do olejem vymazané zapékací misky rozložíme leté maso, uhladíme, pokryjeme vrstvou omytých na kolečka nakrájených rajčat, lehce osolíme i opepříme a posypeme bazalkou.

Zakryjeme vrstvou oloupaných na kolečka nakrájených brambor, osolíme, opepříme a nakonec posypeme najemno nastrouhaným sýrem.

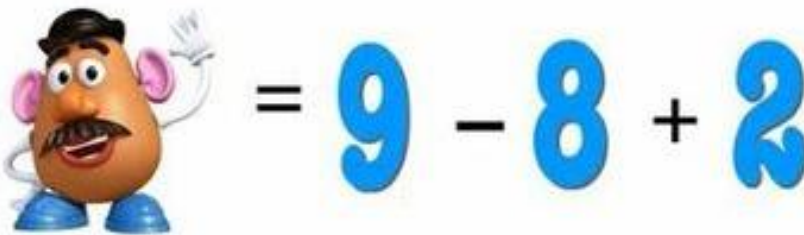
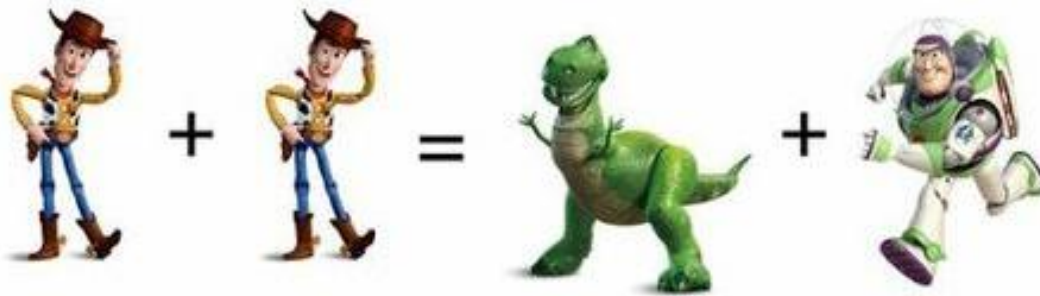
Vložíme do vyhřáté trouby na 180°C a pečeme dozlatova (asi 45minut)

Zdroj: www.recepty.online.cz

Stromům chybí větve! Zvládneš je podle čísel dokreslit?



...A teď trošku námahy pro hlavičky...rodiče ti určitě rádi pomohou a můžeš jim vysvětlit kdo je to „Buzz raketák“



Nejdříve zkus třeba zjistit jaké číslo je „Brambůrek“....a i potom nepostupuj popořadě....

**Na konec řádku napiš, co je pravda – ANO, co je lež - NE.
Políčka s písmenky za ANO vybarvi, zjisti, co je v tajence.**

Slepice nám dává vajíčka.		Š
Ptáci mají zuby.		P
Sameček feny je pes.		I
Čáp má delší zobák než kos.		K
Včela nám dává mléko.		L
Vlaštovka je pták.		U
Mládě od kozy je jehňátko.		A
Kočka má kořata.		L
Mládě od krávy je sele.		E
Kráva má rohy.		K
Kos je žlutý.		M
Slepice žije v lese.		S
Pták má dvě nohy.		A

--	--	--	--	--	--	--

Organizace času v rodině a pravidelný režim

Je nutné si uvědomit, že každé dítě potřebuje mít „to své jisté“. Potřebuje pravidelný režim a rytmus dne. To, že ví, co bude následovat, ho uklidňuje a dává pocit jistoty a stability.

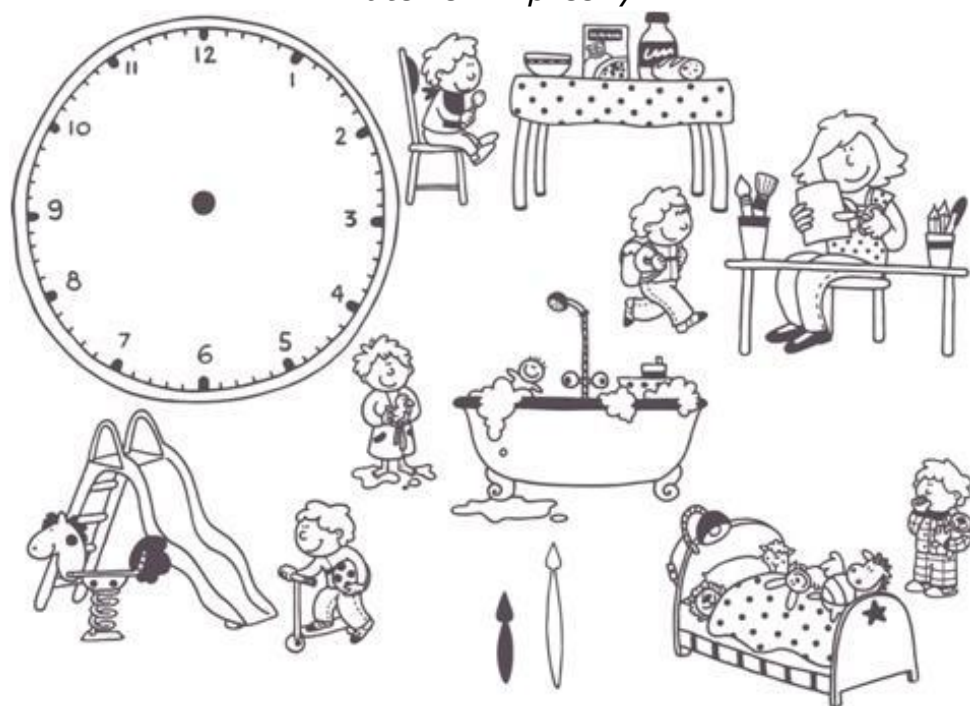
Pokud se nedodrží žádný režim, pokud vstáváme pokaždé jinak, jíme v dobu, kdy nám to vyjde, nespportujeme či neprovozujeme jiné aktivity, tak tento stav vyústí v neúnosnou situaci, kdy dítě je vyčerpané, přecitlivělé, není schopno se soustředit a z toho pramení naše podrážděnost, že dítě není tak schopné, jak si představujeme.

Režim dne je nezbytnou součástí života a přiznejme si, že i my dospělí máme rádi některé „záchytné body“ dne. Proto nechťme po dětech, aby absolutně respektovali náš rytmus a režim dne. Naopak my dospělí se musíme přizpůsobit dítěti. Tím nechci říci, že nemáme s dětmi absolvovat různé akce, výlety, dovolené a jiné nestandardní aktivity. Naopak tyto nepravidelné zážitky děti neobyčejně obohacují. Když se pak vrátí do svých kolejí (domov, postel, své navykuté rituály), jsou neobyčejně šťastné a vyprávějí nám ještě dlouho o svém zážitku nebo dokonce dobrodružství. Na rodičích je, aby byli schopni odhadnout míru zátěže svých dětí.

Čeho se denní režim týká?

- Důležitý je podle věku dostatečný a pravidelný spánek. Jak denní, tak noční.
- Pestrá a vyvážená strava, která se podává vždy ve stejný čas.
- Pobyt na čerstvém vzduchu. Závisí samozřejmě na stáří dítěte a počasí.
- U starších dětí povinnosti (školní příprava, pomoc doma) a pohybová aktivita, která musí být přiměřená schopnostem. Dítě nesrovnávejte s vrstevníky. Podporujte ho v tom, co už umí a co mu jde.
- Podpořte zájem dítěte o činnosti, které ho baví. Kreslení, hudba, hra na hudební nástroj, apod.
- Denní režim dítěte vyplňte tak, abyste ho nepřetěžovali.

Zkuste si sami říct, jak se ve vaší rodině daří plnit režim dne. Je co zlepšovat nebo máte režim přesný?

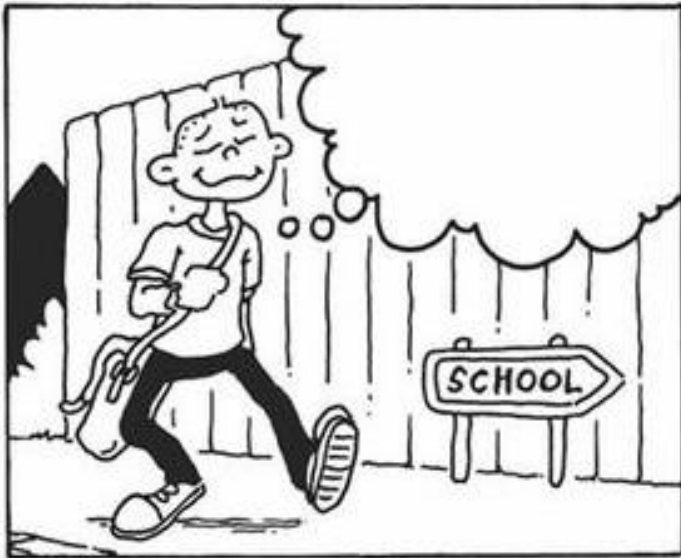


Labyrint

Srneček se ztratil, je mu zima a neví, jak se dostat domů. Pomůžeš mu najít cestu domů?

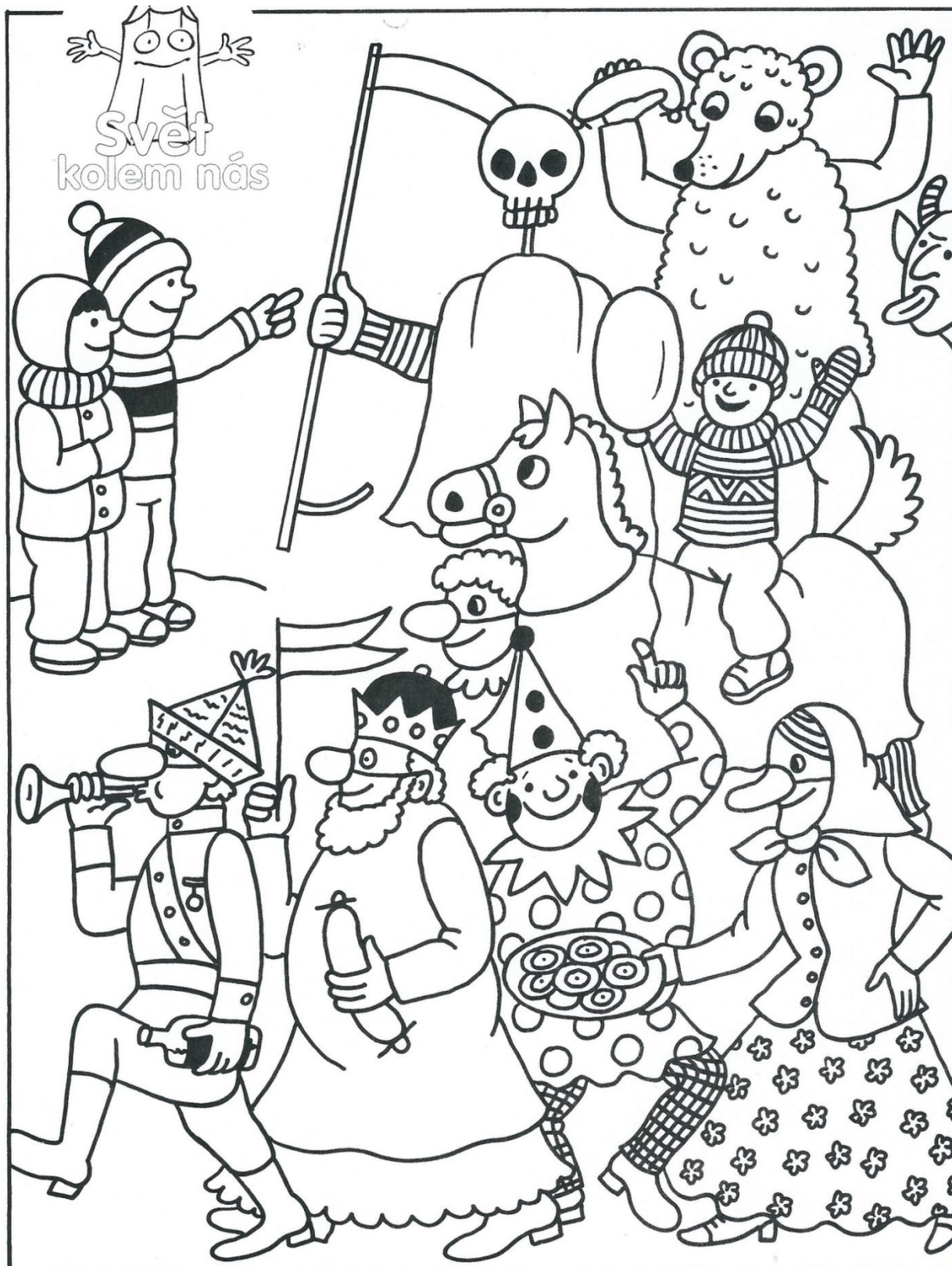


**Tady si můžeš zahrát na spisovatele a doplnit text do
bublin...uděláš z příběhu komedii nebo drama?**



A je tady masopust

Masopust je svátek, který se u nás slavil už před mnoha a mnoha lety. Je to svátek hodně hlučný a hlavně veselý v období od Tří králů až do Popeleční středy. U nás ho možná znáte pod názvem Fašank. Nejvíce zábavy přináší tradiční masopustní rej maškar, které chodí po ulicích, tančí a zpívají. Pravidelně se vyskytují masky, které nesmí chybět v žádném masopustním průvodu a ty najdete právě na obrázku. Která maska se vám líbí nejvíce? Obrázek vybarvěte, aby byl veselý tak jako celé období masopustu.



Příprava na Velikonoce

Po ukončení vánoční doby a po třídním masopustním reji začíná postní období popeleční středou **26.2.**

Popeleční středou vstupují věřící do čtyřicetidenního postního období, jehož smyslem je duchovní očista člověka. Na Popeleční středu se věřícím na čelo uděluje znamení kříže popelem s formulí: **„Pamatuj, že prach jsi a v prach se obrátíš“**

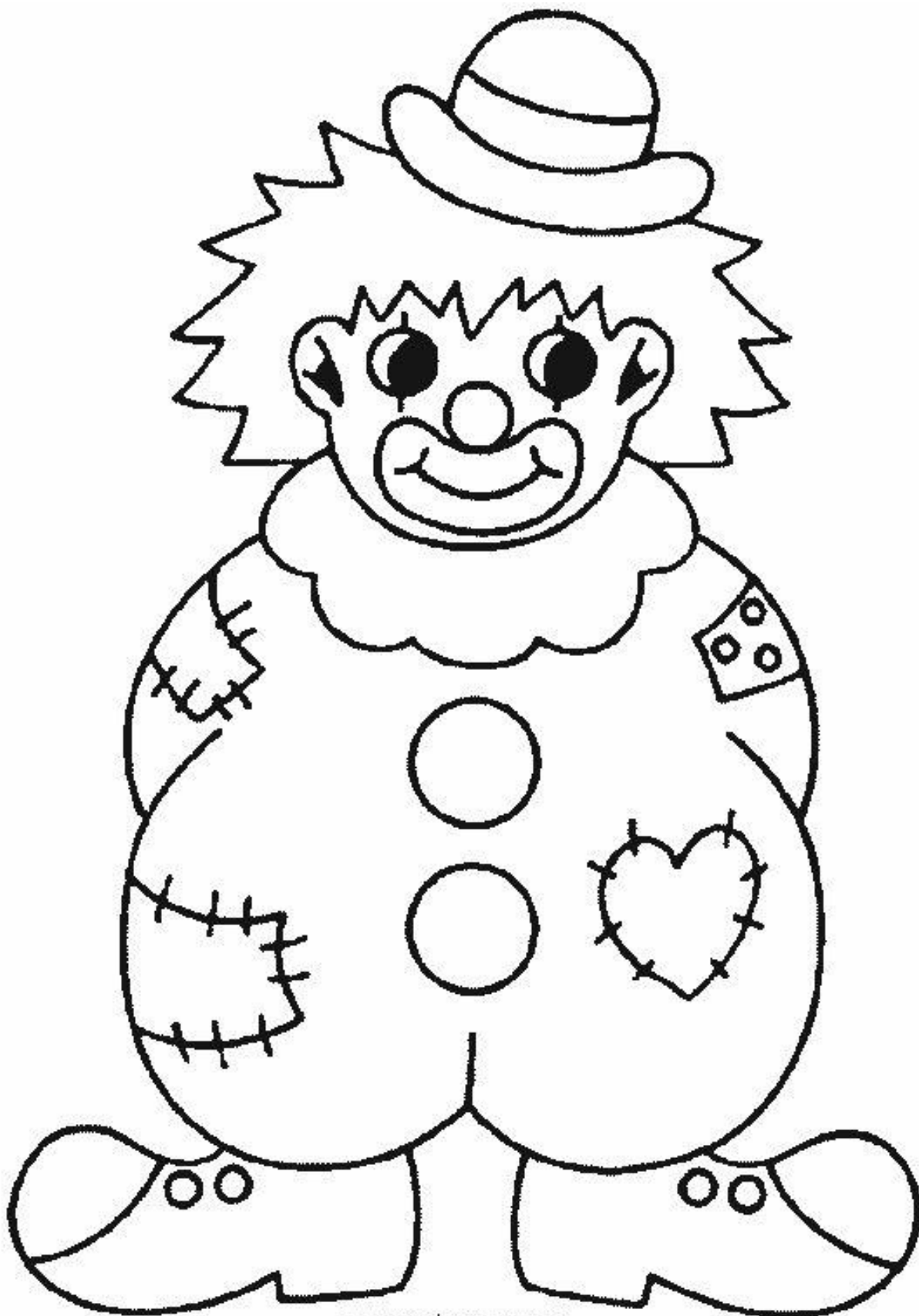
Přijetí popelce je znamením pomíjivosti života člověka a odhodlání zřít se zlého jednání. Ježíšova výzva k obrácení míří hlavně na obrácení

srdce, na vnitřní obnovu. Vnitřní obrácení motivuje k tomu, aby se takový postoj projevil i navenek v našem jednání.

Toto obrácení je především působením samého Boha v životě člověka. Bůh nám dává sílu a možnost začít znovu. Když objevíme velikost Boha a jeho pozitivní vztah k nám, snažíme se jednat odpovídajícím způsobem.

Vnitřní obroda člověka může mít velmi rozmanité projevy, které se vhodně upravují podle potřeb doby. Vedle klasických forem újmy v jídle či odřeknutí si masných pokrmů se v současné době v řadě zemí rozšiřuje např. "ekologický půst" - tříděním odpadu, omezením sledování televize, omezení nezdravých návyků-kouření, alkoholu, omezení zbytečných jízd autem ale i dobrodiní činěné ve prospěch těch, kdo jsou na tom hůře než my....apod.

Vždy ovšem půst vychází z biblické tradice a je zaměřen na zkvalitnění vztahu k Bohu, k druhým lidem i k sobě samému, a tím může ve svých důsledcích vést i ke zlepšení života a atmosféry v celé společnosti.



www.menudospeques.com

Vydává Terénní služba rodinám s dětmi, Na Uliče 1617, 765 02 Otrokovice, tel. 576 771 537, e-mail: tsr@otrokovice.charita.cz. Redakční rada: Mgr. Lada Rektoříková, Bc. Pavla Nesrstová, Mgr. Aneta Botková, Bc. Barbora Kocábová: NEPRODEJNÉ!