

## SMOLÍČEK

---

### ČASOPIS TERÉNNÍ SLUŽBY RODINÁM S DĚTMI

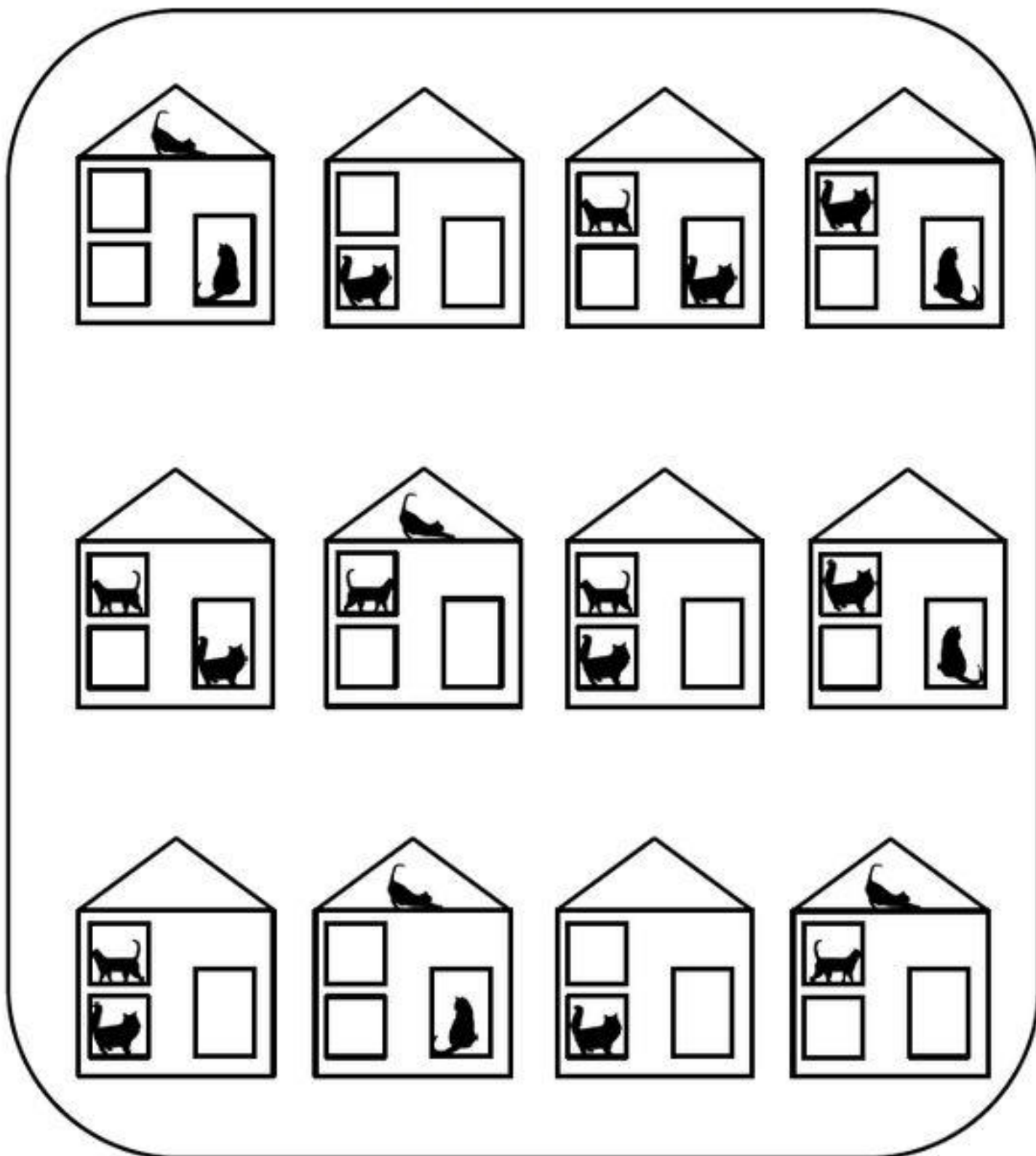


Zrakové rozlišování, aby se děti před prázdninami trošku „rozkoukaly“ 😊

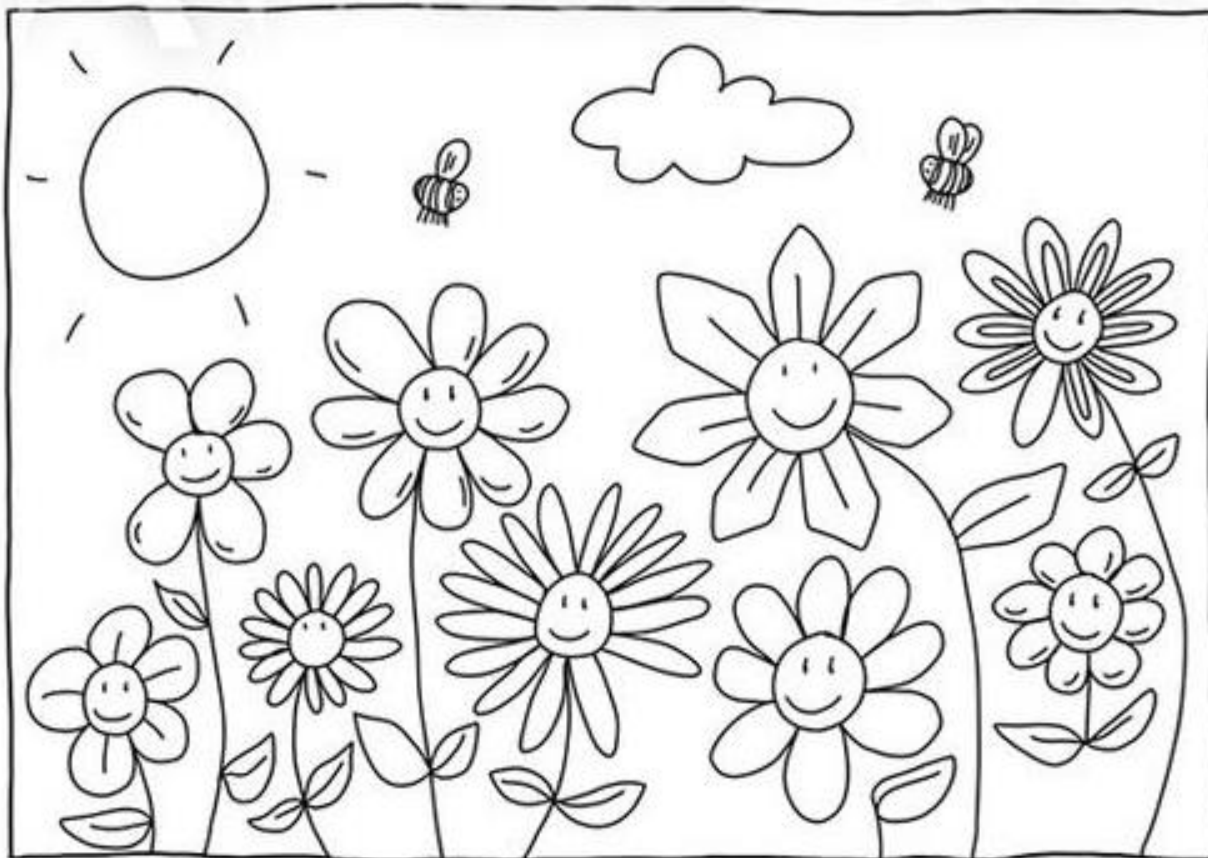
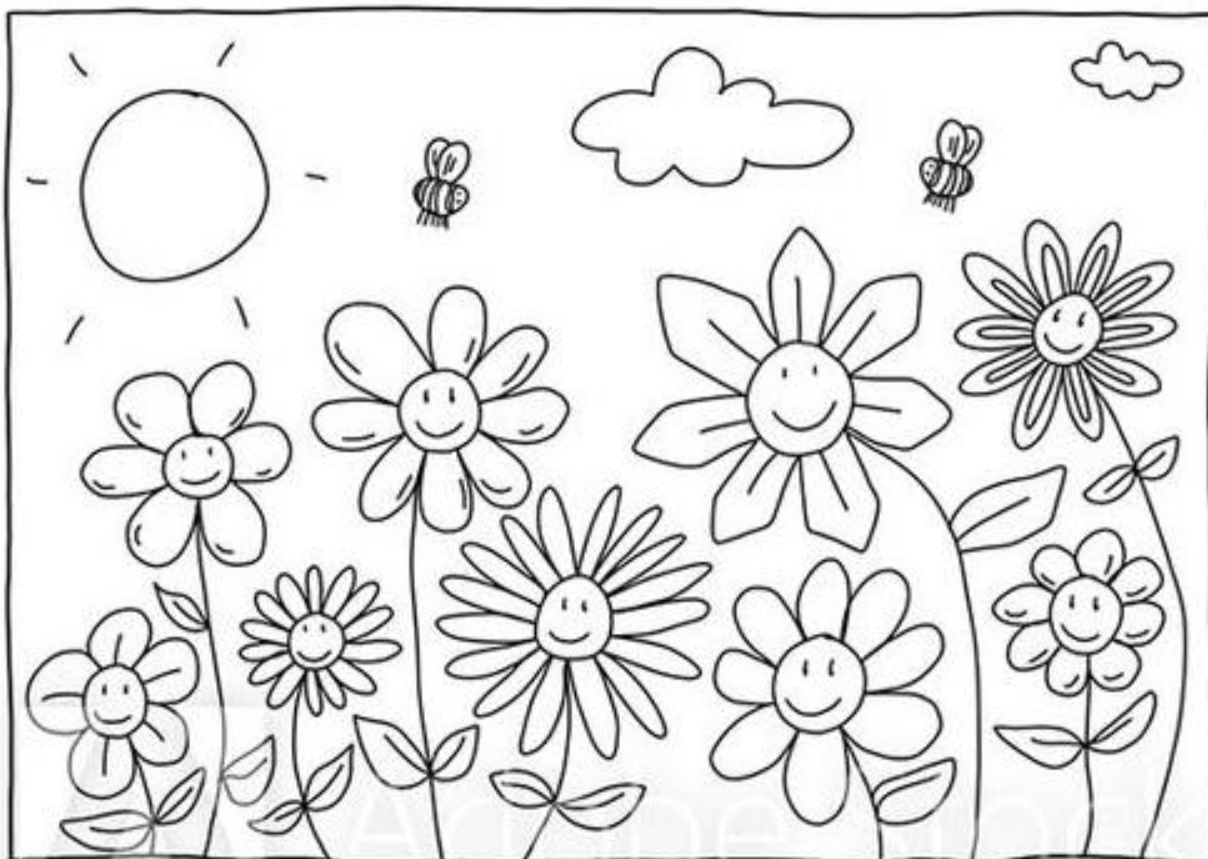
## Pracovní listy pro kroužek Chytrolín

### ZRAKOVÉ VNÍMÁNÍ

Prohlédni si jednotlivé domečky a spoj k sobě čarou shodné dvojice. Vybarvi je.



**Najdi 10 rozdílů na letní louce**



## **Finanční hospodaření rodiny**

**Přehledný finanční plán vám ulehčí například rozhodnutí**, zda si můžete dovolit konkrétní výdaje nebo zda je možno i něco ušetřit

**Minimální období, na které plánujeme, je kalendářní měsíc.** Je vhodné udělat si také výhled na 6 až 12 měsíců dopředu. Spočítat si příjmy často není tak složité jako udělat si pořádek ve svých výdajích.

**1 Určíme peníze na začátku** – odhadneme, kolik peněz budeme mít k dispozici (na bankovním účtu, v hotovosti) na začátku měsíce.

**2 Naplánujeme příjmy** – sepíšeme si všechny své příjmy v následujícím měsíci tak, jak nám přicházejí v jednotlivých týdnech.

**3 Naplánujeme nutné výdaje** – sepíšeme si všechny výdaje, které určitě musíme zaplatit v jednotlivých týdnech následujícího měsíce: nájemné včetně plateb za energie a služby, potraviny, hygienické potřeby a léky, výdaje spojené s péčí o dítě. Pro evidenci minulých výdajů je vhodné podívat se na výpisy z banky, uschované účtenky apod.

**4 Zjistíme výsledek a uděláme rozhodnutí** – spočítáme, zda v každém týdnu budeme mít víc peněz, než kolik potřebujeme na nutné výdaje. Jsme-li s penězi „v minusu“ nebo se pohybujeme kolem nuly, je čas přemýšlet, jak nutné výdaje daného týdne snížit či přesunout, případně jak zvýšit příjmy.

Zbývají-li nám po nutných výdajích na konci měsíce peníze, určíme část, kterou si převedeme jako **rezervu**. V budoucnu nám pomůže pokrývat přechodné nedostatky peněz nebo mimořádné nečekané výdaje (např. opravu rozbité pračky).

**5 Vyhodnotíme přesnost plánu** – minimálně dvakrát měsíčně porovnáme skutečné a plánované příjmy a výdaje (např. podle účtenek). Poučíme se z toho pro plán na následující měsíc. Uvidíte za co utrácíte zbytečně

### **Čtyři zásady pro pohodové domácí finance:**

**Stanovujte si reálné cíle.** Je vhodné ve finančním plánu mírně navýšit očekávané výdaje; naopak příjmy navyšujte jen při 100% jistotě.

**Vytvářejte rezervu**, která poslouží na pokrytí přechodného nedostatku peněz, mimořádných (neplánovaných) nutných výdajů nebo nečekaného výpadku příjmů.

**Platěte průběžně zálohy**, např. na energie. Pro bezpečné hospodaření s penězi je lepší platit pravidelně menší částky než jednu velkou sumu za delší období.

**Řešte případné finanční problémy co nejdříve.** Máte-li problémy se splácením úvěrů nebo s jinými platbami, co nejdříve se dohodněte s věřitelem na řešení. Finanční problémy neřešte spotřebitelskými úvěry – zvyšují vaše nutné výdaje a ohrožují všechny váš majetek.



## **Metody práce s rodinným rozpočtem**

V zásadě je jedno, zda používáme obyčejný papír, excelovou tabulku nebo mobilní aplikaci. Důležité je rozhodnutí své příjmy a zejména své výdaje dostat pod kontrolu, a co je nejdůležitější: **vydržet u toho do doby, než si vytvoříme správné návyky při práci s penězi.**

- **Obálková metoda:** Na začátku měsíce si vyzvedneme určitou částku a rozdělíme po týdnech nebo oblastech do obálek.

Pak **se snažíme v týdnu/oblasti utratit jen to, co je v obálce. Cílem je limit jednotlivých obálek nepřekročit.**

- **Zůstatková metoda:** Zakládá se na plánu a zpětném vyhodnocování. **Každou platbu evidujeme**(zapisujeme jak platby kartou, tak platby v hotovosti), stav průběžně vyhodnocujeme, **cílem je dosažení potřebného konečného zůstatku** (týdenního, měsíčního). Jinými slovy neřešíme tak moc, za co utrácíme, ale jestli jsme v celku neutratili více, než jsme plánovali.

## **Možnosti úspory nákladů**

- Bankovní účty, různé druhy pojištění, platby za mobil, pevnou linku, elektřinu, internetové **připojení a další služby porovnávejte s konkurencí.**
- Půjčte si brusle, lyže nebo vrtačku – stejně je potřebujete jen na omezenou dobu a zbavíte se tak nutnosti je skladovat nebo prodávat.
- Každý stupeň teploty v místnosti navíc znamená **šestiprocentní nárůst platby za topení.** Neodmražený mrazák má spotřebu až třikrát vyšší.
- Trvale **zapnutá televize může spotřebovat více energie než všechna světla v bytě.** Investujte do šetrnější domácnosti – LED žárovky, perlátory, nádoby na uschování jídla, nabíjecí baterie apod. vám ve výsledku pomůžou **snížit vaše výdaje.**
- **Neplývejte jídlem** – zvykněte si ukládat do lednice nebo zamrazovat přebytky potravin a jídel (např. od večeře) místo vyhazování.
- **Šetřete vodou** – sprchujte se krátce, hadr máchejte v kýblu, ne pod tekoucí vodou, umyjte zeleninu a stejnou vodou zalijte kytky...apod
- Se spřátelenými rodinami se o letních prázdninách můžete **podělit o péči o děti.** Naplánujte si čas svých dovolených tak, abyste se postupně vystřídali a připravili program pro všechny děti. Ušetříte za prázdninové pobyty či příměstské tábory.
- **Zbavte se nepotřebných věcí** – ty funkční prodejte nebo darujte, získáte tak finance navíc a také přehled, co doma máte a co opravdu potřebujete. Uvědomte si, že **jen 100 Kč za měsíc je 1200 Kč za rok.**
- **Omezte kouření a spotřebu alkoholu,** zdravý životní styl šetří peníze za léky a lékařskou péči

**Zohledněte všechny členy rodiny a jejich příjmy + výdaje na domácnost**

<b>PŘÍJMY</b>	<b>Červenec</b>	<b>Srpen</b>	<b>Září</b>
Mzda ze zaměstnání			
Důchod (starobní, invalidní)			
Rodičovský příspěvek			
Přídavky			
Příspěvek na bydlení			
HN-příspěvek na živobytí			
HN-doplatek na živobytí			
Příspěvek na péči			
Výživné			
Ostatní (nadace, sirotčí důch....)			
<b>CELKEM</b>			
<b>VÝDAJE</b>	<b>Červenec</b>	<b>Srpen</b>	<b>Září</b>
Nájemné			
Spotřeba energií			
Spotřeba vody			
Doprava, jízdné			
Potraviny, jídlo			
Léky			
Telefon, internet, TV			
Cigarety, alkohol			
Drogerie			
Školné			
Výživné			
Splátky-exekuce			
Ostatní			
<b>CELKEM</b>			

Najdeš na obrázku všechny letní aktivity?

# I SPY Summer



- |   |  |   |  |   |  |   |  |   |  |   |  |   |  |   |  |   |  |   |  |
|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|
| 2 |  | 4 |  | 4 |  | 5 |  | 4 |  | 5 |  | 7 |  | 4 |  | 6 |  | 5 |  |
| 1 |  | 6 |  | 7 |  | 1 |  | 3 |  | 6 |  | 7 |  | 4 |  | 7 |  | 5 |  |
| 3 |  | 3 |  | 4 |  | 6 |  | 2 |  | 7 |  | 5 |  | 9 |  | 6 |  | 3 |  |

**Několik skvělých tipů, jak si užít perfektní léto**

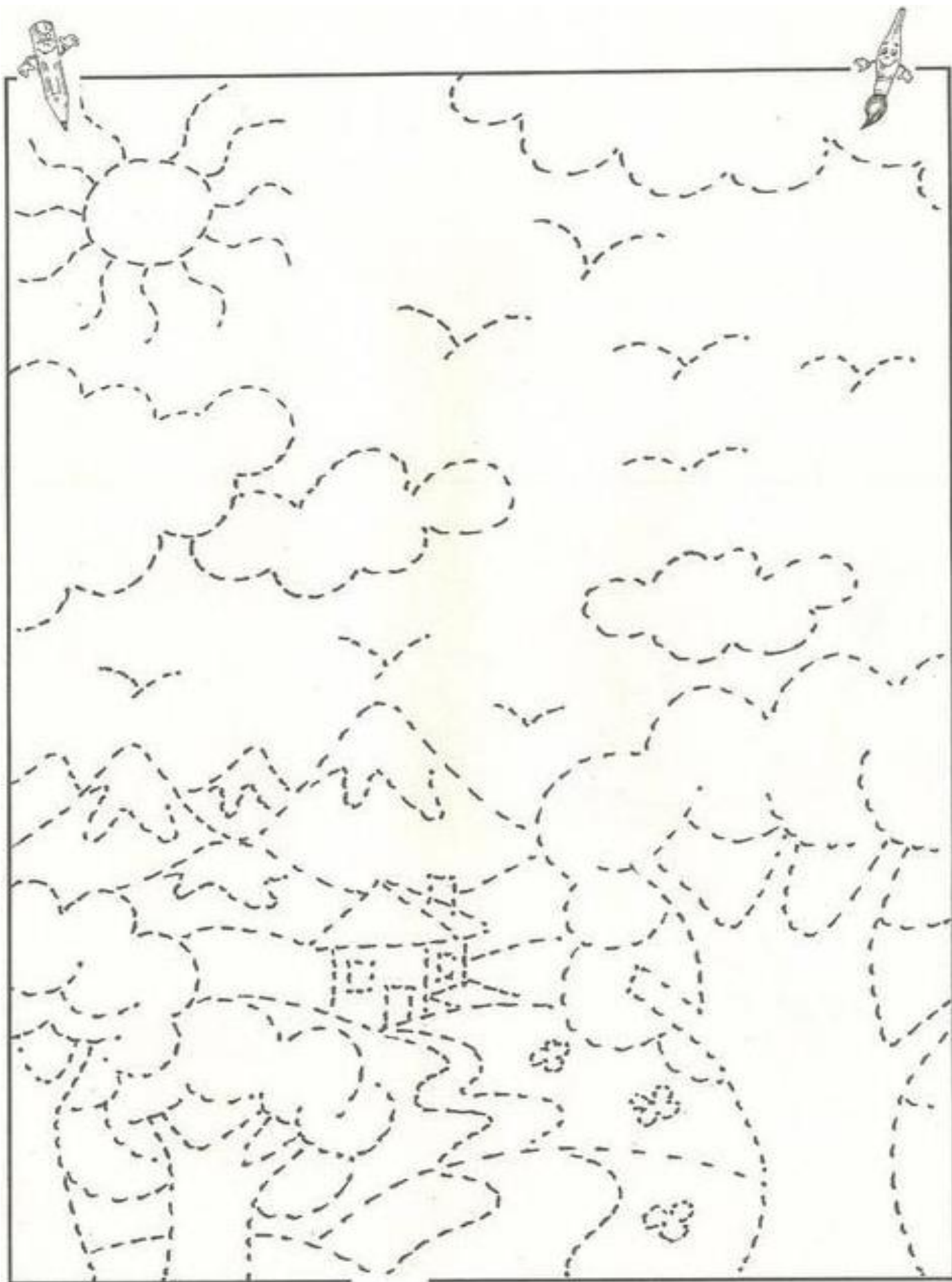
1. **Soutěž o největší bublinu** – Kupte pár bublifuků, vyrazte s kamarády ven a schválně - kdo udělá tu největší bublinu?
2. **Vybarvěte chodníky** – Otevřete krabici s křídami na chodník a pusťte se do práce s vytvářením barevných vzorů na příjezdové cestě nebo na chodníku a schválně - kdo bude mít ten nejvíc nejkrásnější?
3. **Vzhůru do tance!** - Udělejte si seznam skladeb svých oblíbených písní, spojte rodinu a přátelé a ukažte, kdo vytančí tu nejlepší sestavu.
4. **Udělejte si domácí zmrzlinu** – V horkém letním dni není nic lepšího než studená zmrzlina. Proto vyrazte na nákup čerstvého ovoce a vytvořte si svoji vlastní zmrzlinu.
5. **Nakreslete obraz** – Že nemáte umělecké vlohy? To ale přece vůbec nevádí, různé nápady teď najdete opravdu všude, tak vezměte barvy a hurá na to!
6. **Běžte pouštět draka** – Že na pouštění draka je ideální počasí na podzim? Vůbec! Jakmile venku začne víc foukat, popadněte draka a běžte na to.
7. **Vytvořte si akvárium** – Nemůžete se dostat na pláž? Udělejte si pláž doma. Vezměte si zavařovací sklenice, umělé květiny, kameny, písek a máte to.
8. **Udělejte si letní kino** – Vypůjčte si filmový projektor nebo zapněte venku počítač, udělejte popcorn, nafoukněte venku matrace a užijte si dokonalý večer.
9. **Vyražte na piknik** – Pikniková deka někde v parku, papírové talířky plné dobrého jídla a kolem sebe ty nejlepší přátelé? Pro nás dokonalý den!
10. **Vyrobte si papírové letadla nebo vlašťovky** – Schválně - kdo poskládá to nejrychlejší letadýlko nebo barevnou vlašťovku?
11. **Běžte kempovat** – Jak často se opravdu díváte na noční oblohu? Léto je skvělá doba na kempování, proto sbalte celou rodinu a užijte si perfektní letní noc.



12. **Upečte sušenky** – Najděte si recept na dokonalé těsto a překvapte své nejbližší svými kuchařskými dovednostmi.
13. **Pište si letní deník** – Zaznamenejte si každý letní den a uchovejte si ty nejkrásnější letní vzpomínky, a za pár let budete koukat.
14. **Čtěte si** – Vezměte svoji oblíbenou knihu a ponořte se do příběhu, který je Vám nejbližší.
15. **Vyražte do přírody** – Prozkoumejte krásy Čech a uvidíte, že se nabijete pozitivním myšlením.



**Zahrejte si s rodiči na malíře, obrázek můžeš vystříhnout a zavěsit...**



## Letní kino ve Zlíně

### ZÁMEK ZLÍN

30. 6.–1. 7. 2023 / 21.30 hod

30. 6. Muž jménem Otto (USA) **TT**

1. 7. Kdyby radši hořelo (CZ)

### PARK KOMENSKÉHO

12.–15. 7. 2023 / 21.30 hod

12. 7. Střídavka (CZ)

13. 7. Buď chlap! (CZ)

14. 7. Život pro samouky (CZ)

15. 7. Strážci Galaxie: Volume 3 (USA)

### FOTBALOVÉ HŘIŠTĚ PŘÍLUKY

21.–22. 7. 2023 / 21.30 hod

21. 7. Super Mario Bros. ve filmu (USA)

22. 7. Alibi na klíč: Den D (FR)

### HOTEL TOMÁŠOV

– VENKOVNÍ TERASA

28.–29. 7. 2023 / 21.00 hod

28. 7. Elvis (USA)

29. 7. The Batman (USA)



### CENTRÁLNÍ PARK JS

– AREÁL DISCGOLFOVÉHO HŘIŠTĚ

4.–5. 8. 2023 / 21.00 hod

4. 8. Malá mořská víla (USA)

5. 8. Spider-Man:

Napříč paralelními světy (USA)

### FOTBALOVÉ HŘIŠTĚ MALENOVICE

11.–12. 8. 2023 / 21.00 hod

11. 8. Grand Prix (CZ)

12. 8. Za vším hledej ženu (CZ)

### U MAJÁKU

– PARČÍK U DĚTSKÉHO HŘIŠTĚ

18.–19. 8. 2023 / 21.00 hod

18. 8. Invalida (SK) **TT**

19. 8. Indiana Jones a nástroj osudu (USA)

[www.ic-zlin.cz/zlinske-filmove-letno](http://www.ic-zlin.cz/zlinske-filmove-letno)

Letní kino



Vstup zdarma. Vezměte si s sebou deky. Občerstvení zajištěno. V případě nepříznivého počasí se akce nekoná. Změna programu vyhrazena. Z této veřejně přístupné akce jsou v rámci zpravodajství pořizovány fotografie.

**TT** = film s titulkami

## Milostivé léto 2023

Milostivé léto je mimořádnou oddlužovací kampaní. Třetí milostivé léto by mělo probíhat od 1.7.2023 - 30.11.2023.

Milostivé léto je mimořádnou oddlužovací kampaní, která má vyjít vstříc dlužníkům, kteří nejsou schopni splácet své dluhy. Třetí milostivé léto by mělo probíhat v období od 1.7.2023 - 30.11.2023. Milostivé léto je tentokrát zaměřeno na dluhy u české správy sociálního zabezpečení, Finančního úřadu a Celní správy. Jde o dluhy především na sociálním pojištění, daních a pokutách. Tyto dluhy nejsou vymáhány soudními exekutory, proto se na ně předchozí Milostivá léta nevztahovala.



Finanční správa umožní dlužníkům požádat o mimořádné odpuštění daně a mimořádný zánik nedoplatků na dani a příslušenství. Mimořádné odpuštění daně se vztahuje na tzv. příslušenství daně, které nebylo doposud uhrazeno. Podmínkou pro odpuštění příslušenství daně je uhrazení jistiny (tj. původního dluhu). Odpuštění by se mělo týkat úroku z prodlení, úroku z posečkané částky, penále, pokuty za opožděné tvrzení daně, nákladů na řízení včetně exekučních nákladů.

Odpuštění dluhů, které má dlužník u České správy sociálního zabezpečení se bude týkat především penále z dlužného pojistného a částky exekučních nákladů, které byly stanoveny exekučním příkazem.

Podmínkou pro odpuštění je, že dluh vznikl do 30.9.2022. Dále je třeba, aby dlužník požádal o odpuštění dluhu a také tento původní dluh splatil v rozhodném období, tedy mezi 1.7. a 30.11.2023. Tyto podmínky platí jak u dluhů na dani, tak u dluhů na sociálním pojištění.

U finanční a celní správy, ministerstva financí, soudů a vězeňské služby pak jednorázově zaniknou nedoplatky na dani nedosahující 200 korun, v případě daně z nemovitých věcí nedosahující 30 korun. Pokud má dlužník více malých nedoplatků, nesmí jejich součet překročit 1 000 korun. Jak u MPSV, tak u MF se akce týká pouze dluhů, které vznikly před 30. zářím 2022



Co si říká chleba v peci? (viz. tajenka)

14

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

9

1

11

10

12

5

13

7

4

8

3

2

16

Clues and illustrations:

- 1: Barrel (14)
- 2: Bell (9)
- 3: Iron (1)
- 4: Ladybug (11)
- 5: Tongue (10)
- 6: Rose (13)
- 7: Bee (12)
- 8: Flower (5)
- 9: Sled (7)
- 10: Pig (3)
- 11: Bicycle (16)
- 12: Deer (6)
- 13: Donkey (2)
- 14: Crown (4)
- 15: Die (8)





# Sběr hub a lesních plodů



V lese sbíráme houby a lesní plody. Pozor, ne všechny jsou jedlé, a proto mohou být nebezpečné! Sbírejte pouze ty, které bezpečně poznáte.

## Řikanky na téma: Léto

Motýlku, motýlku,  
usedni na chvilku.  
Nektar z květů piješ,  
to si tedy žiješ.

Motýlku, motýlku,  
máš pěknou košilku.  
Ze sedmero krás  
zapínáš si pás.

V létě svítí sluníčko,  
všude pěkné teplíčko.  
Děti užívají si u vody  
prázdninové pohody.

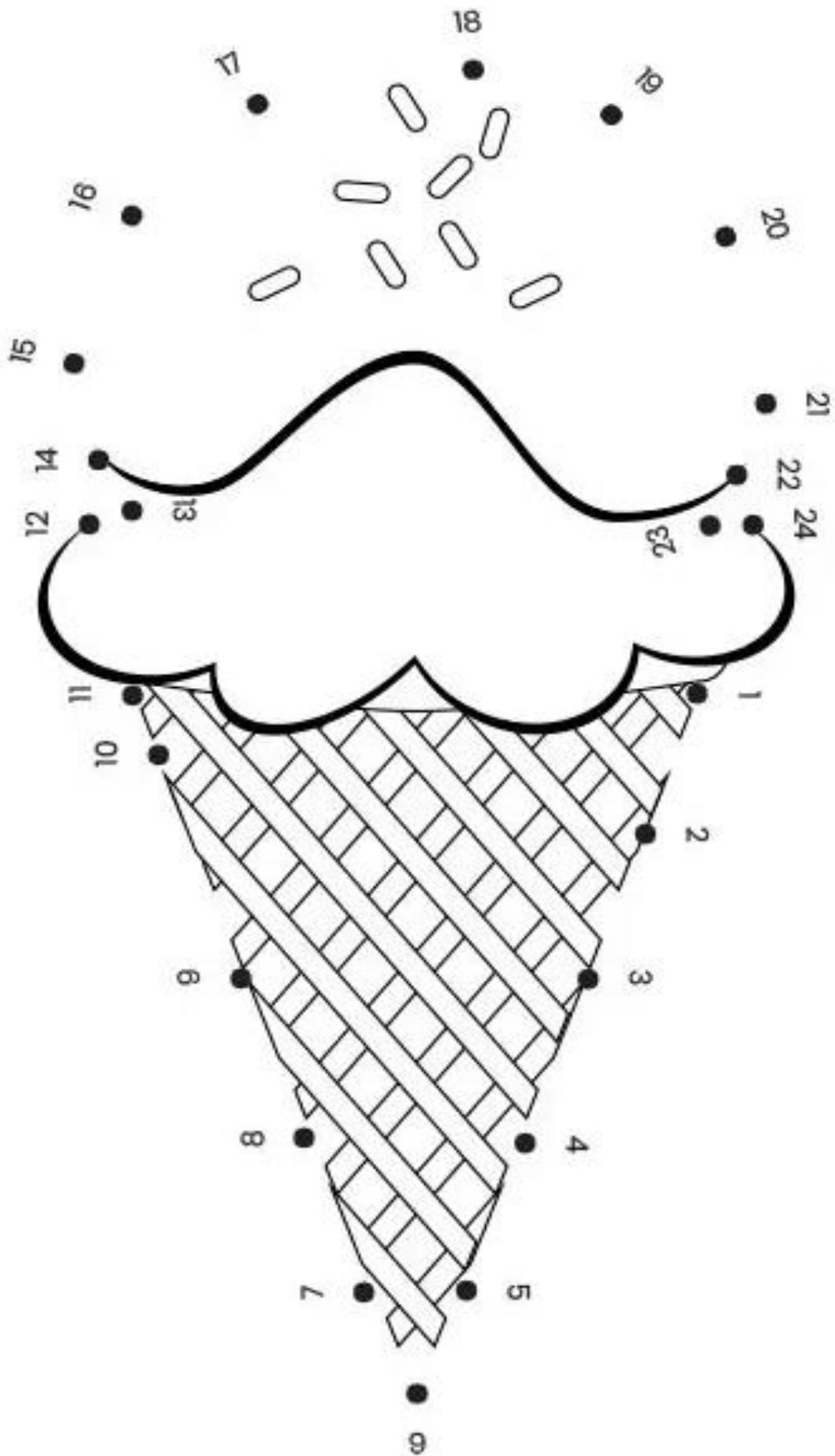
Lány plné obilí  
kombajny mlátí na poli.  
Zrní padá do valníku,  
traktor odveze ho za chvilinku.

Vlčí máky, to je kvítí,  
červená barva na nich svítí.  
Děti si je trhají,  
do vázičky dávají.

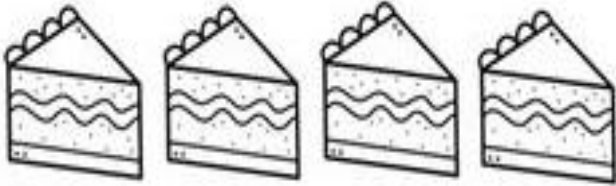
Slunečnice po ránu  
nemá dobrou náladu.  
Když sluníčko začne hřát,  
musí sebou ošívat.  
Slunečnice každý den  
otáčí se za sluncem.  
A když zajde za horu,  
skloní hlavu pomalu.




Spoj čísla a obrázek vybarvi




## Pamatuješ na počítání ze školy

$4 +$    $=$

$2 +$    $=$

$8 +$    $=$

$3 +$    $=$

$1 +$    $=$

$6 +$    $=$



**Výborný letní recept:****Tvarohové knedlíky s jablky a skořicí**

Na 4 porce budete potřebovat:

K podávání:

- |  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 jablka</li> <li>• 500 g měkkého tvarohu</li> <li>• 2 vejce</li> <li>• 280 g krupičky</li> <li>• 1 špetka soli</li> <li>• 1 lžíce citronové šťávy</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- 4 lžíce másla</li> <li>- 4 lžičky cukru moučka</li> <li>- skořice, kakao, oříšky...</li> </ul> |
|--|---|

Postup:

1) Jablka oloupejte a nakrájejte na malé kostičky. Zlehka zakápněte citronovou šťávou, aby nezhnědla, a nechte chvíli stranou.

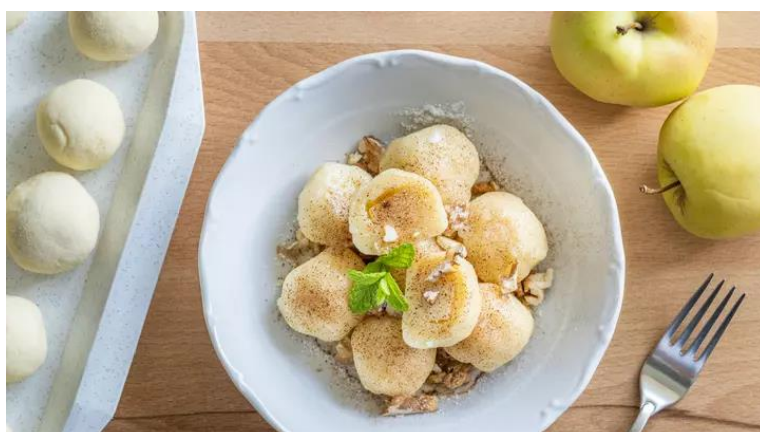
2) Do mísy dejte tvaroh (na knedlíky je nejlepší měkký tvaroh v alobalu) – špetku soli – vejce – a větší část dětské krupičky. Těsto pořádně propracujte vidličkou, a poté se do toho pusťte rukou. Postupně přisypávejte tolik krupičky, aby vzniklo soudržné, trochu lepivé těsto, ze kterého můžete v dlani vytvořit placičku.

3) Těsto rozdělte na poloviny, vytvarujte z něj šišky podobné knedlíkům a na talíř nasypete ještě trochu krupičky. Z těsta odkrajujte kousky. Jednu stranu těsta otiskněte v krupičce, aby se vám nelepilo na ruce, doprostřed vložte kostičku (i více) jablka a vytvarujte knedlík.

4) Až budete mít všechny knedlíky připraveny, přiveďte vodu k varu. Do vařící vodu vložte všechny knedlíky a vařečkou je jemně odlepte ode dna. Znovu přiveďte k varu a stáhněte plamen na mírný. Knedlíky vařte asi 6-8 minut od chvíle, kdy vyplavou na povrch.

5) Uvařené knedlíky scedte a na talíři přelijte rozpuštěným máslem a posypejte moučkovým cukrem, skořicí, kakaem apod.

**Tip:** Knedlíky můžete obměňovat Různým ovocem dle sezóny – jahody, maliny, borůvky, meruňky, švestky...



Vyrobte si s dětmi příjemné letní osvěžení v podobě **DOMÁCÍCH NANUKŮ!**

Potřebujete pouze libovolné ovoce dle chuti, mléko, bílý jogurt nebo tvaroh, něco na oslazení. Vše společně rozmixujte.

<p>Jahodové nanuky s tvarohem</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 8 jahod</li> <li>- 1 limeta/citron</li> <li>- 250 g plnotučného měkkého tvarohu</li> <li>- 180 g zakysané smetany</li> <li>- 100 g moučkového cukru</li> </ul>	<p>Nektarinkové nanuky s jogurtem</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 nektarinky</li> <li>- ¼ pomeranče</li> <li>- 2 lžíce medu</li> <li>- 300 g řeckého jogurtu</li> <li>- 100 g moučkového cukru</li> </ul>
<p>Čokoládové nanuky</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 200 g nalámané tmavé nebo mléčné čokolády</li> <li>- 250 ml mléka</li> <li>- 300 ml řeckého jogurtu</li> </ul> <p>Čokoládu zalijte v rendlíku mlékem a na mírném plameni zahřívejte, až se rozpustí. Nechte vychladnout a pak vmíchejte řecký jogurt. Rozdělte ji do formiček a zamrazte.</p> 	<p>Melounové nanuky</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 400 g melounové dužiny bez semínek</li> <li>- 250 ml šlehačkové smetany (nemusí být)</li> <li>- 1 vanilkový cukr</li> <li>- 1 lžička limetové šťávy</li> </ul> 

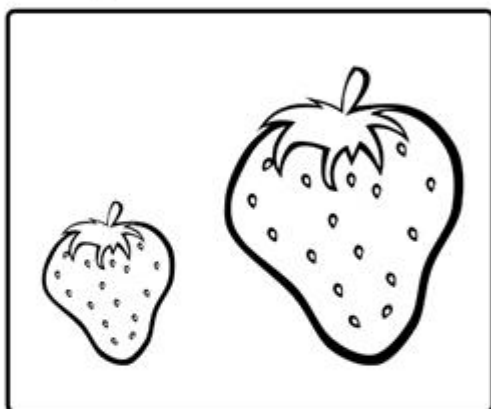
**TIP:** V případě, že nemáte nanukové formičky, stačí využít prázdný kelímek od jogurtu.



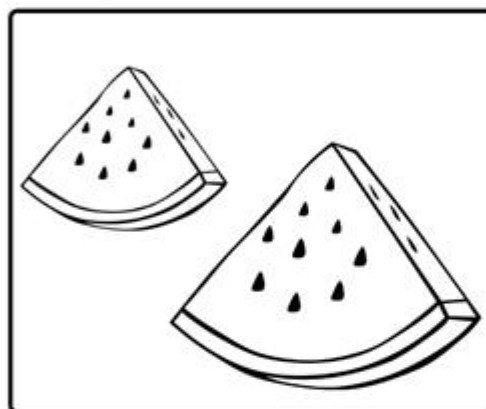


Připrav si svoje oblíbené pastelky a vybarvi  
obrázky podle pokynů.

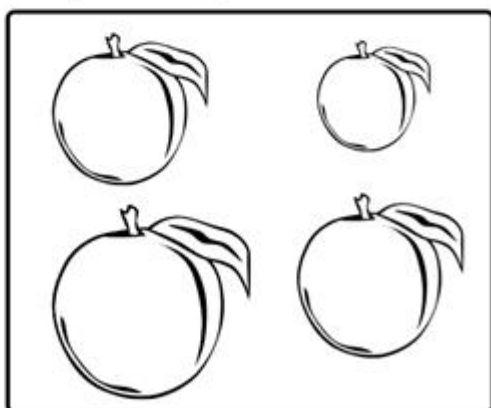
Vybarvi menší obrázek.



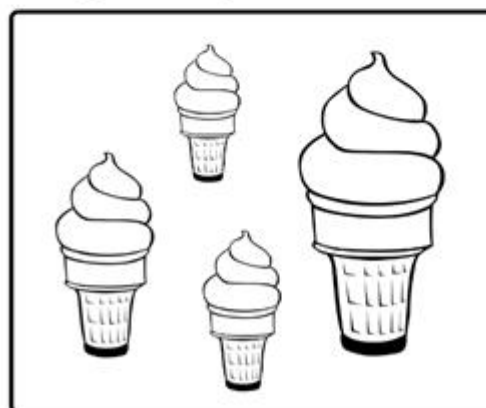
Vybarvi větší obrázek.



Vybarvi nejmenší obrázek.



Vybarvi největší obrázek.





Vydává Terénní služba rodinám s dětmi, Na Uliče 1617, 765 02 Otrokovice, tel. 576 771 537,  
e-mail: [tsr@otrokovice.charita.cz](mailto:tsr@otrokovice.charita.cz), Redakční rada: Mgr. Ivana Charvátová, DiS., Bc. Pavla Nesrstová,  
Mgr. Andrea Běřáková, Mgr. Jitka Ošťádalová: NEPRODEJNÉ!

**Zlínský kraj**  
Kraj bez hranic