

město pro rodinu

**Poprvé do mateřské školy
Hurá do školy
motivujte školáka
Zapojte se do tvůrčích dílen
Když vaše dítě kouří!**

ZPÁTKY do ŠKOLY



Petra Šebestíková se svými dětmi

Petra Šebestíková: V Českých Budějovicích se cítím opravdu doma

Ing. Petra Šebestíková je od října 2010 předsedkyní finančního výboru českobudějovického zastupitelstva. Protože je současně matkou tří školou povinných dětí, zeptali jsme se jí nejen na povinnosti spojené s radnicí.

Jste členkou zastupitelstva a předsedkyní finančního výboru zastupitelstva. Čím se tento orgán zabývá?

Finanční výbor je zastupitelstvo povinno zřídit ze zákona o obcích. Náplní jeho činnosti je zejména kontrolovat hospodaření města. Dále poskytovat zastupitelstvu doporučení ve věci rozpočtu města a nakládání s financemi. Týká se to například i nakládání s majetkem. A v neposlední řadě plní finanční výbor úkoly, které mu ukládá zastupitelstvo obce. Já se navíc zaměřuji na veřejné zakázky, zejména výběrová řízení. Považuji je za zásadní nástroj, jak městskému rozpočtu ušetřit značné finanční prostředky. Denně jsem členem až čtyř výběrových komisí.

Sledujete tedy finanční hospodaření rady města a dáváte doporučení zastupitelům k hlasování ohledně městského rozpočtu. Jak se vám daří komunikovat na jedné straně s radou města a na druhé se zastupitelstvem?

Jsem člověk hodně komunikativní, a tak, myslím, nemám v tomto ohledu potíže. Pomáhá i to, že se ve finančním výboru díky tomu, že jde hlavně o „čísla“, stírá i politická příslušnost jeho členů. Vedeme diskuze nad konkrétním problémem bez ohledu na to, kdo je z jaké strany. Koneckonců efektivní a odpovědné nakládání s veřejnými prostředky by mělo být společným cílem všech.

Nepocházíte z Českých Budějovic. Kdy jste sem přišla a jak se vám tu žije?

Ano to je pravda. Do Budějovic jsme se přistěhovali z Prahy v roce 2004, tehdy pouze s dcerou. Porodila jsem v jihočeské metropoli dva syny a od té doby se zde cítím opravdu doma. Žije se nám tu jako rodině se třemi dětmi dobře. Jak se říká, v Českých Budějovicích by chtěl žít každý... Je tu mnohem větší klid než v Praze a současně nabízí Budějovice téměř vše jako hlavní město. Kvalitní vzdělání, kulturní vyžití, sport atd.

Máte děti školou povinné. I vás tedy čekají povinnosti spojené se začátkem školního roku. Jak je na opětovný nástup do školy připravujete?

Abych se popravdě přiznala, zatím se nepřipravujeme. Necháváme děti užít si prázdnin. Protože všechny děti navštěvují či navštěvovaly hudební školu a učí se hrát na hudební nástroje, nechceme, aby úplně vše zapoměly, a tak si jedenkrát měsíčně musí přehrát své oblíbené skladby. Možná náš prázdninový poklid pramení i z toho, že už máme všechny tři děti školou povinné, a tak to máme, jak se říká, zažité a víme, že není třeba se o prázdninách stresovat a bláznit, vše se dá v pohodě zvládnout v prvním týdnu školní docházky. Dost tomu napomáhá i přístup školy, učitelek i vychovatelek.

Jste poměrně pracovně vytížená, sledujete školní výsledky svých dětí průběžně? Pomáháte jim s úkoly a učením?

Tak to máte 100% pravdu, vytížená je slabé slovo. Málokdo si uvědomí, že nás po práci čeká ještě práce „politická“. Ať už jsou to pověstné schůze či různá setkání s občany. Bez pochopení ze strany manžela by se to zvládnout nedalo. Když nemohu já, dohlíží na ně se psaním úkolů on. Obecně ale platí, že se s dětmi neučíme, pokud to tedy samy nepotřebují. Zastáváme s manželem názor, že je třeba, aby se naučily samostatnosti. To jim pomůže i v životě.

Co byste doporučila rodičům čerstvých prvňáků?

I můj poslední nejmladší syn se stal loni školákem. Snažili jsme se, aby nás i jeho nástup do první třídy nestresoval, naopak abychom se všichni těšili. Je špatně před dětmi říkat: „Jak my to zvládneme, to bude hrůza!“. Dítě si musí věřit, těšit se, že bude objevovat nové věci. Stresované dítě pak dá učitelům mnohem více práce pozitivně motivovat k učení. Oproti tomu, co jsem ale říkala před tím o tom, jak se naše děti samostatně připravují do školy, je třeba říci, že to pochopitelně neplatí při nástupu dítěte do první třídy. Jakkoli je každé dítě jiné, obecně je první třída velkou změnou pro každé, vyžaduje proto aktivní pomoc rodičů. Před dětmi leží celá řada těžkých úkolů – číst, psát... a také se naučit plnit si povinnosti, soustředit se na práci a nemyslet jen na hraní. Zvlášť důležitý je minimálně první půl rok.

Nejsou **Temperi** jako temperry

Když se řekne temperry, většina z nás si vybaví stejnojmenné barvy, kterými jsme více, či méně dovedně tvořili svá díla v hodinách výtvarné výchovy. Málokdo však už ví, že „Temperi“ (v tomto případě s měkkým „i“) je obecně prospěšná společnost, která v jižních Čechách nově poskytuje sociální služby pro děti a rodiny s dětmi.



Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi Sociální rehabilitace pro rodiny s dětmi

Služby Temperi, o.p.s. jsou poskytovány rodinám s dětmi ve věku do 18 let (popř. studujícími do 26 let), které se nacházejí v obtížné životní situaci, již nedokážou bez pomoci odborné pomoci překonat. Těmto rodinám nabízíme ucelený soubor činností a aktivit, které vycházejí z jejich individuálních potřeb. Základním cílem služby je obnova a podpora zdravého vztahu mezi rodičem a dítětem tak, aby rodina byla schopna uspokojovat své základní potřeby a případné problémy řešit především vlastními silami.

Kdo k nám přichází?

- rodiny, jejichž nepříznivá sociální situace negativně ovlivňuje vývoj dítěte,
- rodiče, kteří mají problémy při výchově svých dětí,
- rodiny s nevhodnými osobními návyky jednotlivých členů,
- rodiny s komunikačními potížemi a oslabenými rodičovskými dovednostmi,
- rodiny, jejichž členové neumějí či nechťejí vzájemně spolupracovat,
- rodiny, v nichž se vyskytují významné vztahové problémy včetně mezigeneračních konfliktů,
- rodiny zatížené dlouhodobě nedostatečným příjmem nebo nevhodným hospodařením s financemi,
- rodiny v zátěžové situaci (např. rozvod rodičů, situace spojené s dlouhodobým onemocněním člena rodiny apod.),
- děti a mládež s problémy v domácím nebo školním prostředí.

Co nabízíme?

- zlepšení schopností členů rodiny řešit dlouhodobě nepříznivou sociální situaci,
- pomoc při rozvoji a posilování rodičovských kompetencí a schopností,
- porozumění potřeb dětí z pohledu rodičů, nácvik a upevňování motorických, duševních a sociálních schopností a dovedností dítěte,
- podporu osobnostního a sociálního rozvoje a začleňování osob do rodinného systému, školního kolektivu a do přirozeného společenského prostředí,
- motivaci uživatele ke vzdělávání a aktivnímu trávení volného času,
- podporu a nácvik sociálních kompetencí u dospělých a dospívajících při jednání na úřadech, školách, školských zařízeních, která má podobu doprovázení či zprostředkování kontaktů,
- provázení rodin dlouhodobými zátěžovými situacemi,
- pomoc při hospodaření s financemi, podpora a nácvik vedení domácnosti.

Kolik poskytnutí služeb stojí?

Služby jsou poskytovány zcela zdarma.

Co brání naší spolupráci?

Nedodržování dojednaných pravidel a agresivní chování.

Zásady služby

Profesionalita – individuální přístup ke každému uživateli, respekt k jeho rozhodnutí a zachování diskrétnosti svěřených informací.

Zapojení uživatele do rozhodování o způsobu, formě a rozsahu využití služby.

Meziborový přístup – součinnost s dalšími odborníky v zájmu a ve prospěch uživatele.

Zaměření na rodinu jako celek rodina je vnímána jako celek, kde se jednotliví členové navzájem ovlivňují.

Hájení zájmů dítěte – přístup k situaci klientů tak, aby na prvním místě byl vždy zájem dítěte.

Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi

Ambulance Út 13–17 / Čt 13–17

Intervence v rodinách Út 15–17 / Čt 15–17

Sociální rehabilitace pro rodiny s dětmi

Ambulance Út 9–13 / Čt 9–13

adresa:

Rudolfovská 151/60, 370 01 České Budějovice
tempericb@tempericb.cz www.tempericb.cz
č. ú. 2500315518/2010



Poprvé do mateřské školy bez obav

Začátek školního roku se kromě prvňáků, kteří zahajují školní docházku, stává významným dnem také pro děti, které nastupují do mateřské školy. Pro ty to vůbec poprvé znamená možnost vstoupit do kolektivu a interakce s vrstevníky, které zatím potkávaly pouze na dětském hřišti. Rodiče mohou dítě na vstup do školky připravit vhodnými výchovnými postupy.

S dostatečným předstihem se v mateřské škole informujte o tom, co bude vyučujícími od vašeho dítěte očekáváno v oblasti chování a různých, především sebe obslužných dovedností a přizpůsobte tomu své výchovné postupy.

Podporujte samostatnost dítěte při běžných denních činnostech (oblékání, jídlo, základní hygiena), dítěti pomáhejte, ale nedělejte činnosti za něj. Rodičovská trpělivost se vyplácí.

Učte dítě tomu, aby dokázalo srozumitelně sdělit dospělému své potřeby i přání.

Trénujte odloučení dítěte od rodičů nejdříve v bezpečných podmínkách širší rodiny. Myslete na to, že samostatnost dítěte v době, kdy je mimo rodinu, velmi souvisí s tím, jak emočně takové odloučení zvládnete vy rodiče. Především pro maminky to bývá složitý úkol. Důvěřujte svému dítěti, často zvládne víc, než si myslíte.

Vyhledávejte takové aktivity, kdy bude mít vaše dítě možnost být v dětském kolektivu (dětská hřiště, aktivity v mateřských centrech apod.) a podporujte jeho vrstevnické kontakty.

Vytvořte dítěti postupně pravidelný denní režim (doba jídla, her, odpočinku) a co nejvíce ho přizpůsobte budoucímu režimu v mateřské škole.

Učte dítě respektovat dospělou autoritu, vlídná důslednost a trpělivost jsou zde na místě.

Nestrašte děti mateřskou školou. Výroky typu „počkej, ve školce ti ukážou, jak se poslouchá“ apod. mohou budoucí adaptaci dítěte i jeho vztah ke školce velmi zkomplikovat.

Pokud se již den nástupu do školky blíží, **povídejte si s dítětem** o tom, co ho čeká, jak to ve školce bude probíhat, na co se může těšit. Kdo a kdy ho bude do školky doprovázet.

Důvěřujte vyučujícím v mateřské škole, komunikujte s nimi od počátku, nechte si poradit, co můžete udělat pro podporu svého dítěte.

Připraveno ve spolupráci s Pedagogicko psychologickou poradnou České Budějovice.

Je vaše dítě připraveno na vstup do školy?

Přechod ze školky do školního prostředí znamená pro dítě změnu rolí a všech dosavadních návyků. Po několika letech se mění prostředí, a také dospělí v podobě učitelů, kteří jej budou provázet, určovat mu denní náplň a klást na něj nové požadavky.

V neposlední řadě se děti také učí vědomí plnit určité povinnosti. Připravené na tuto změnu by dítě mělo být dostatečně již z mateřské školy tím, že ovládá určité základní dovednosti, které jsou pro úspěšný vstup do školy nezbytné.

Tyto dovednosti, představuje soubor vzdělávacích a výchovných opatření, které po dohodě s odborníky doporučuje ministerstvo školství. Při posuzování toho, zda vaše dítě dostatečně zvládne konkrétní dovednost, např. při porovnání se sourozenci, nebo jinými dětmi stejného věku, mějte na paměti, že vyspělost je individuální a každé dítě zvládne nějakou dovednost lépe a nějakou hůře.

1. Dítě by mělo být dostatečně fyzicky a pohybově vyspělé, vědomě ovládat své tělo, být samostatné v sebeobsluze,
2. relativně citově samostatné a schopné kontrolovat a řídit své chování,
3. zvládat přiměřené jazykové, řečové a komunikativní dovednosti,
4. zvládat koordinaci ruky a oka, jemnou motoriku, pravolevou orientaci,
5. být schopné rozlišovat zrakové a sluchové vjemy,
6. zvládat jednoduché logické a myšlenkové operace a orientovat se v elementárních matematických pojmech,
7. mít dostatečně rozvinutou záměrnou pozornost a schopnost záměrně si zapamatovat a vědomě se učit,
8. být přiměřeně sociálně samostatné a zároveň sociálně vnímavé, schopné soužití s vrstevníky ve skupině,
9. vnímat kulturní podněty a projevovat tvořivost,
10. orientovat se ve svém prostředí, v okolním světě i v praktickém životě.

Zdroj: www.msmt.cz

Zapojte se do tvůrčích dílen

Již patnáct let sídlí na českobudějovickém náměstí, přímo naproti radnici. Řeč je o galerii, která přitahuje tuzemské milovníky moderního umění stejně jako turisty z celého světa. Na aktivity galerie, která do své činnosti ve druhém patře Domu umění aktivně zapojuje i veřejnost, jsme se zeptali kurátora Michala Škody.

Za 15 let působení se Vám podařilo v Č. B. vybudovat respektované centrum moderního umění.

„Ano, podařilo se za těch patnáct let udělat z galerie respektovanou adresu, která je velkou reklamou pro město a lze hovořit o již velice slušném mezinárodním renomé.

Něčeho jsme dosáhli, ale stále je co zlepšovat a jsem přesvědčen, že je tu velký potenciál, kam se dá ještě jít. K tomu je ale potřeba, aby se krom jiného našla vůle udělat něco s celým domem. Pozměnit jeho koncepci, náplň, aby byl opravdu Domem umění se vším všudy.

Máme určitou koncepci rozpracovanou a nejednalo by se o nijak zásadní architektonické a finančně nákladné kroky. Jde o to objekt - dům tzv. vyčistit a smysluplně využít jeho prostory.

Vzpomenete si na některé zásadní momenty při budování galerie?

Zásadních momentů během těch 15 let bylo určitě několik. Co se mi dlouho nedařilo, ale nakonec podařilo, že jsme byli schopni na podzim 2008 otevřít edukační činnost. Jedná se o lektorské animační pořady pro školy od mateřských až po střední, pracujeme i se speciální školou pro tělesně a mentálně postižené. Děláme pořady pro rodiče a děti. Tato aktivita se k mé velké radosti brzy ukázala jako velice úspěšná a díky velice profesionální a skvěle pracující lektorce Šárce Kosové se nám daří stále držet vysoký standard.

Jedná se tedy o vzdělávací aktivity a zapojení všech věkových skupin...

Právě „vzdělání“ považuji za velice důležité, a to i pro budoucnost a již zmíněnou novou koncepci náplně domu jako takového. Máme určitou představu, jak ještě více tuto aktivitu rozšířit směrem nejen k výtvarnému umění, ale i hudbě a ještě více k architektuře. Pořádat hudební workshopy, pracovat s dětmi na úrovni kultury stavění, vnímání a přibližování architektury a mnohé další. Samozřejmě, že to sebou ale přináší i další otázky a to jsou finance, personální obsazení atd.

Co Vás motivuje k další práci?

Jsem však optimista, a proto chci vyvíjet aktivitu k tomu, aby se plány proměnily v reálnou skutečnost. No a samozřejmě chci nadále rozvíjet a připravovat kvalitní výstavní program, dávat stále větší prostor i architektuře, aktivitám, přesahujícím do veřejného prostoru a v neposlední řadě nadále připravovat doprovodné akce, ať už v podobě přednášek, besed či koncertů, především soudobé moderní tzv. „nové“ a experimentální hudby.

Vy sám aktivně tvoříte, dětství jste trávil v ateliéru svého otce, významného sochaře a keramika. Můžete poradit rodičům, jak u dětí vzbudit zájem o aktivní tvorbu?

To je nesmírně těžké poradit, domnívám se, že je to individuální a recept neexistuje. Jak je známo, děti více ovlivňuje to, co vidí, to, co děláme, než to, co se do nich hustí verbálně. Dával bych tedy přednost nenásilné cestě a nějak aktivně se je od mala pokusil zapojit do tvůrčího procesu, bral je na výstavy, upozorňoval na pozitivní věci kolem nás a vše se snažil držet pokud možno v pozitivní rovině. Určitě bych je do ničeho nenutil. Znovu se vrátím k již zmíněné naší edukační činnosti. Pokud se dělá dobře a dokáže zaujmout a přilákat, tak se vám to velice rychle vrátí. Máme nespočet příkladů, že děti po absolvování našich pořadů vodí rodiče do galerie na výstavy, nebo třeba děti, které do té doby nechtěly nic tvůrčího dělat, nebavilo je kreslit a podobně, tak od chvíle, co navštívily naše pořady, „nějak“ se to v nich zlomilo a dnes už k těmto aktivitám přistupují jinak a to si myslím je skvělé a velice důležité.

Na co konkrétně se v nejbližší době mohou naši čtenáři těšit?

Co se týče výstav, tak ve středu 11. září je srdečně zvu od 18.00 na vernisáž výstavy jednoho z našich nejzajímavějších mladých umělců, který sklízí již slušný úspěch a zájem o své dílo v zahraničí a je to Dominik Lang. To, že se jedná opravdu o velice schopného umělce dokládá snad i to, že již ve svém věku vede ateliér sochařství na pražském UMPRUM a jeho projekt speciálně připravený pro náš prostor bude také součástí aktivit, vztahujících se k 01 finále ceny Jindřicha Chalupického, neboť je v letošním roce jedním z finalistů.

Rád bych zmínil i další podzimní výstavu, která bude zahájena 17. října

a jsem přesvědčen, že budeme svědky další mimořádné události. Svůj architektonický projekt zde představí profesor jedné z nejprestižnějších architektonických vysokých škol na světě, a sice curyšské ETH pan Miroslav Šik, který tímto projektem reprezentoval Švýcarsko na loňském Bienále architektury v italských Benátkách. Mohu vás ubezpečit, že se jedná opravdu o vynikajícího autora, který již vychoval celou řadu špičkových evropských architektů a pokud vše dopadne, jak je v plánu, tak součástí vernisáže by měla být také jeho přednáška.

Autor: Dominik Lang

Název: PROCHÁZENÍ ZDÍ

zahájení ve středu 11.9. v 18.00

výstava potrvá do 11.10.



Hurá do školy - motivujte školáka

Ať už máme doma prvňáka, nebo dítě již několik let školou povinné, jedno mohou mít v souvislosti s koncem prázdnin společné. Jsou to obavy s příchodem školních povinností. Jak školákům začátek školy usnadnit, na to jsme se zeptali psycholožky PhDr. Hany Plucarové, vedoucí pracoviště Pedagogicko psychologické poradny v Českých Budějovicích.

Začátek školní docházky představuje pro dítě jistě zásadní životní změnu, jaké oblasti postihuje? Jakou zátěž představuje pro psychiku dítěte?

Změna je to opravdu zásadní, vždyť jde o přijetí a vyrovnání se s novou sociální rolí, což klade na dítě mnoho nároků ve více oblastech současně. Nejen, že se začíná učit základním školním dovednostem – čtení, psaní, počítání, ale musí se vyrovnat s novým prostředím, zvýšenou zátěží i nároky na samostatnost, s větší zodpovědností za sebe a své chování. To vše předpokládá, že je dítě pro školu zralé a připravené po stránce rozumové, emočně sociální, pracovní volní, v oblasti vnímání a grafomotorických dovedností. Velmi důležitá je úroveň řeči, její obsahová stránka (úroveň vyjadřování a aktivní i pasivní slovní zásoby) i výslovnost. V posledních letech se velmi zvyšuje počet dětí s logopedickými vadami, především patlavostí. Je zodpovědností rodičů, aby se u dítěte řeč rozvíjela co nejlépe a v době nástupu do školy již byla pokud možno bez vad výslovnosti.

Můžeme jej před nástupem do školy uklidnit a povzbudit?

Myslím, že by to dokonce mělo být cílenou rodičovskou snahou. Důležitá je podpora zdravé dětské sebedůvěry, pochopení dospělých pro „dětská trápení“ i drobné nezdary, obavy a nejistoty. Vhodné je s dítětem o škole v klidu povídat, zajímat se o všechno, o čem v souvislosti se školou přemýšlí a jeho otázky mu pravdivě a věku přiměřeně zodpovědět. Nestrašit školou. Ujistit dítě, že ho máme rádi, že ho vždy podpoříme, a že se nemusí bát případných nezdarů.

Obavy ze zahájení školního roku se mohou týkat i starších žáků. Jak bychom měli postupovat v jejich případech?

Pokud jsou tyto obavy již důsledkem nějakých nepříjemných zkušeností z dřívější doby, dejme dítěti najevo bezpodmínečnou rodičovskou podporu („společně můžeme mnohé překonat“, „chyba je příležitost k zamyšlení a ke hledání cest ke zlepšení, není třeba se jí bát“...).

Respektujme učitelskou autoritu i školu jako takovou, komunikujme s učiteli a získáme informace o tom, v čem je naše dítě dobré, a co a jak by mělo procvičovat.

Především na prvním stupni základní školy zopakujme s dítětem na konci prázdnin učivo z předešlého školního roku. Za tímto účelem lze v knihkupectvích zakoupit celou řadu pracovních sešitů.

Kontakt:

Pedagogicko psychologická poradna České Budějovice

pracoviště České Budějovice, Nerudova 59

Tel.: 387 927 111

e-mail: poradna.info@pppcb.cz

web: www.pppcb.cz



Navštívili jsme...

Za Afrikou do Hluboké u Borovan

Letos je to už po sedmé, co se děti klientských rodin sociálních služeb Poradny Eva a Intervenčního centra Diecézní charity České Budějovice, mohly zúčastnit letního tábora.

Během sedmidenního pobytu se 16 dětem ve věku 6 – 11 let se specifickými poruchami věnovalo individuálně několik dobrovolníků. Místem pobytu tábora, který byl finančně podpořen v rámci Dotačního programu města ČB, byla letos Hluboká u Borovan. Pro účastníky tábora se většinou jedná o jedinou akci, kterou mají v průběhu prázdnin.

Letošní tábor se nesl v duchu života a obyvatel Afriky a tomu byly přizpůsobeny i jednotlivé aktivity. Jako další zážitkové akce si dále děti mohly vyzkoušet jízdu na raftech a čekat je i výlet na Ovčácké slavnosti do Borovan. V neposlední řadě pak besedovaly s policistky a prověřily si své dopravní znalosti.

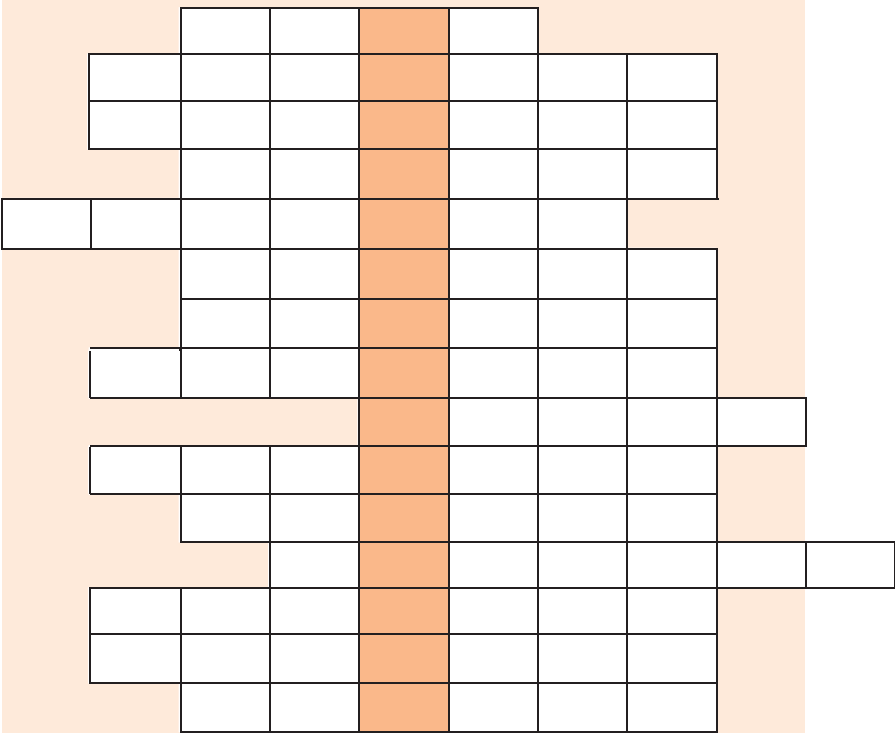
Tábor je nízkoprahový a díky dotacím i finančně dostupný pro většinu rodin, jejichž děti se již v průběhu roku zapojily do dobrovolnických programů Diecézní charity (doučování, volnočasové aktivity) nebo ty, které teprve na svého dobrovolníka čekají. Jedná se děti ze sociálně slabých rodin a sociálně znevýhodněného prostředí. Jejich rodiče využívají služeb Diecézní charity.

Rodiče mohou své děti na tábor přihlásit v Poradně Eva. Rozhodující je věk dítěte a podmínka účasti rodiče v některém z programu Diecézní charity.



Luštěte o ceny...

Na volné chvíle jsme pro vás připravili křížovku o ceny, kterou najdete ve čtyřech za sebou následujících vydáních bulletinu Město pro rodinu. Za první vyluštěnou tajenku jste mohli získat volnou rodinnou vstupenku na letní plovárnu. Pokud správně vyluštíte i druhou křížovku, můžete se v případě vylosování těšit na balíček drobných výtvarných pomůcek. Výsledky losování sledujte na webových stránkách www.c-budejovice.cz, kde v sekci rodina zveřejníme 30. září výherce. Za všechny správně vyluštěné tajenky máte šanci získat hlavní cenu.



Správné znění tajenky zasílejte na rodina@c-budejovice.cz.

Aktuality...

Petr Podhola: Nové jesle vyhoví poptávce rodičů

Počátkem září přivítají děti od dvou let věku nové jesle v Čechově ulici. Rozšíří tak stávající kapacitu zařízení v ulicích E. Pittera a K. Štěcha.

„Jedná se o zcela nově vybudovanou kapacitu v rámci sítě městských jeslových zařízení. Počet míst pro nejmenší děti se tak od září letošního roku zvyšuje o 22,“ řekl při kontrole dokončovacích prací v objektu náměstek primátora Petr Podhola, který počátkem září provoz jesliček zahájí.

Město České Budějovice podle něj reaguje na poptávku rodičů, kteří si přejí využít péče o nejmenší děti v zařízeních města.

„Otevření nových jeslí především pomůže dalším rodičům zajistit péči o děti během dne, jejich návrat k ekonomické aktivitě a sladění profesního a soukromého života,“ vysvětlil Petr Podhola a připomněl, že rodičům je již několik let nabízena také možnost tzv. hlídání. Od září je nabízeno pravidelné hlídání, kdy při volné kapacitě jsou do jeslí na 1 den v týdnu přijímány děti, jejichž rodič pobírá rodičovský příspěvek. Pravidelné hlídání nahradí stávající pětidenní jesle.

„Využití lze pravidelné a nepravidelné hlídání. Formy hlídání lze přitom kombinovat a pečující rodič nepřichází o nárok na výplatu rodičovského příspěvku. V minulém roce využilo některou z forem hlídání 194 rodičů. Z hlídání přešlo 71 dětí na trvalé umístění,“ dodal Petr Podhola.

V roce 2010 byla původní kapacita jeslí zřizovaných městem České Budějovice 75 míst. Od roku 2011 začalo postupné navyšování až se k 1.4.2013 dosáhl celkový počet 100 míst. Ode dne 1.září 2013 bude nová kapacita českobudějovických jeslí 122 míst.



Foto: Náměstek primátora Petr Podhola kontroluje přípravy na otevření nových jeslí.

- globus
- zlozvyk (s tabákem)
- místo, kde se vystavuje umění
- socha na kašně na náměstí
- stránky v sešitu
- člen rodiny
- řeka, protékající Českými Budějovicemi
- místo, kde se vyrábí Budvar nebo Samson
- rostlina pro cigarety
- místo, kde se odehrávají herecká představení
- vývoj dopředu
- kancelář učitele
- den v týdnu
- prarodič
- přednáší ve škole



město pro rodinu

město pro rodinu

Harmonogram zajímavých akcí na období září - říjen 2013

Baby centrum Šikulka www.sikulka.com

Po- Pá

9:00 solno-jodová jeskyně každou celou hodinu

8:30 do 19:00 plavání dětí od 6 měsíců do 6 let

9:00 do 19:00 herny pro děti

Po, St, Čt od 8:00 - 15:00 mini baby školička

pondělí

9:00 cvičení dětí 12-24 měsíců a 10:00 cvičení dětí 12-18 měsíců

16:00 disko tanec pro děti 4-6 let a 17:00 cvičení pro kluky 3-5 let

18:00 akvabelky/synchronizované plavání

úterý

9:00 cvičení dětí 18-36 měsíců

13:00 a 14:00 volné plavání pro rodiče s dětmi

16:00 a 17:00 tvoření; angličtina pro nejmenší

18:00 zumbatomic pro děti 4-7 let

středa

9:00 cvičení dětí 6-12 měsíců a 10:00 cvičení dětí 24-36 měsíců

16:00 aerobik a tanec hrou pro děti 3-4 roky a 17:00 aerobik a tanec hrou pro děti 4-6 let

18:00 plavání větších dětí na plovárně

čtvrtek

9:00 cvičení dětí 18-36 měsíců

16:00 cvičení pro kluky 3-5 let; angličtina pro nejmenší

17:00 cvičení pro kluky 3-5 let

18:00 zumbatomic pro děti 8-12 let; plavání větších dětí na plovárně

pátek

9:00 cvičení dětí 12-18 měsíců a 10:00 cvičení dětí 12-24 měsíců

12:00 - 18:00 volné plavání pro rodiče s dětmi

sobota

10:00 - 18:00 solno-jodová jeskyně každou celou hodinu

10:00 - 18:00 herny pro děti

10:00 - 18:00 volné plavání pro rodiče s dětmi

průběžně vzdělávací kurzy pro dospělé - nástup do zaměstnání, začátek podnikání

RC Emanuel, o.s. www.rcemanuel.cz

14.9. rodinná akce Loučení s létem po námořnicku, louka u Sboru BJB (blízko Arpidy a Domova pro seniory U Hvízdala, sídl. Vltava).

1.10. začíná kurz Manželské večery, salonek hotelu Filip, Lannova tř. 91/51

Jesle www.jazcb.cz

12. 9. 15:00 -17:00 akce pro rodiče s dětmi v Jeslích E. Pittera

17. 9. 15:00 -17:00 akce pro rodiče s dětmi v Jeslích K. Štěcha (skákací hrad, hudební produkce)

V říjnu 2013 proběhne ve všech jeslích akce Podzimní tvoření rodičů a dětí

15:00 - 17:00 v Jeslích Čechova 29.10., E.Pittera 30.10., K. Štěcha 31.10.

Diecézní centrum pro rodinu www.dcrb.cz

22.9. 15:00 přednáška Aleny a Pavla Poláckových na téma Jak předávat víru v rodině, restaurace Slovan, Kaplice

23.10. 17:00 přednáška PhDr. Jiřiny Šiklové O mezigeneračních vztazích, Malý sál Metropolu, České Budějovice

Centrum Caplík www.caplik.unas.cz

zápisy do kurzů proběhnou ve dnech 4.-6. září 9:00-17:00 a všechny kurzy se dle rozvrhu rozběhnou v týdnu od 9.9.2013.

M-Centrum pro mladou rodinu www.mc-maj.com

Od září 2013 bude MC působit v provizorních prostorech bývalé ZŠ E. Destinové, zadní vchod od hřiště.

10.9. 9:30-12:00 přednáška na téma Esenciální oleje pro zdravou rodinu, lektor Abhisar Laža. Představení nejpoužívanějších esenciálních olejů terapeutické kvality a jejich použití pro celou rodinu. Počet míst je omezený, přihlášky na tel.: 775 855 742

13.9. 16:00 Oheň na uvítanou nového školního roku, sraz v 16:00 na konečné MHD č. 3, buřty s sebou!

19.9. MC bude zajišťovat jedno ze stanovišť na náměstí v ČB v rámci akce Den bez aut.

20. a 21.9. Burza dětského oblečení a potřeb, tentokrát v nových prostorách v tělocvičně ZŠ E. Destinové – z organizačních důvodů bude příjem věcí do prodeje v pátek 13:30 a prodej od 17:00

27.9. 17:00 Zamyšlení se Sylvou, svoji účast nahlaste předem na tel.: 724 804 419 nebo na email: kineziologie-sb@seznam.cz

3.10. 14:15 - 15:45 „Všehochuť pro děti od 6 ti let“. zahájení 10-ti týdenního kurzu (dítě by mělo chodit do školy).

Kreslení pravou hemisférou a nejen to. Přihlášky u: Mgr. Lenky Kalové, tel.: 725 696 133, www.kalova.cz

12.10. 10:00 až do večerních hodin... Den plný her, zábavy, tvoření, odpolední vycházka do přírody a večerní diskotéka pro děti i pro dospělé

18.10. 17:00 Zamyšlení se Sylvou, svoji účast nahlaste předem na tel.: 724 804 419, email: kineziologie-sb@seznam.cz

25.10. 16:00 Strašidelná noc v MC s možností přespání, soutěže, tvoření, dlabání dýní,...

Informačně společenské centrum pro rodiny všech generací

www.pansofie.cz, www.facebook.com/ISCprorodinyCB

informační místo pro-rodinných a sociálních služeb na území města, volná herna, ateliér, čítárna; vstupné dobrovolné

Po- Pá 9:00 – 18:00

sobota 9:00 – 13:00

Gravid klub

pondělí 16:30 a úterý 13:00 a 14:15 - těhotenský tělocvik

úterý 15:30 - předporodní kurz „Rodíme se rodičem“

poslední pátek v měsíci 16:00 - kurz pro rodiče „Rodíme se přirozeným rodičem“

Paedo klub

pátek 9:45 přednáškové kurzy o všem, co potřebujete vědět k péči o kojence, MUDr. Iveta Sukdolová aj.

pátek 9:00 a 10:30 mimi školička - psychomotorická rytmika, zpívanky, cvičení, por. as. Susana Valentová

pondělí a úterý 10:45 přednáškové kurzy psycholožky o vývoji dítěte, jeho výchově a vývojových potřebách, Mgr. Veronika Králová

pátek 9:45 přednáškové kurzy dětské lékařky o psychomotorickém vývoji, výživě, onemocněních a péči o batolata, MUDr. Iveta Sukdolová

pondělí 10:00 batolivá školička- lezoucí - Mgr. Veronika Králová

úterý 10:00 batolivá školička- chodivá - Mgr. Veronika Králová

čtvrtek 10:00 výtvarná a hudebně dramatická školička- tvoření a hudebně dramatické přípravy na divadelní představení v rámci měsíčních slavností

denně 8:00 – 15:00 doba může být přizpůsobena Vaším potřebám, max. 7 - 18 h. dětská skupina - „školka“- předškolní výchova s rozšířeným umělecky vzdělávacím programem a pobyty na statku s jízdou na ponících

Art klub

pátek 14:30 hudebně dramatický soubor – pro děti a rodiny, které rádi zpívají výtvarný ateliér – poutavé rodinné ateliéry pro děti (přípravy Svatováclavské pohádkové slavnosti)

Filosofia klub pátek 17:00

DivSeFest 2013

Nastupující podzim může nabídnout zajímavé setkání s lidmi se sociální či zdravotním znevýhodněním. V termínu 1.- 4. října se totiž uskuteční druhý ročník divadelního festivalu DivSeFest.

Že nevíte, co si pod tím názvem představit? Pak si prostudujte kompletní program tohoto divě divadelního divácky udivujícího seriózně sezónního senzačně seznamovacího festovně profes(t)ionálního festivalu, jak jej nazývají organizátoři. Hlavní myšlenkou festivalu, který spojuje filmy, divadlo a koncerty zaměřené na sociální tematiku, je především podpora jak mezigeneračního soužití, tak i vzájemná propojenost zdravých a lidí s handicapem a společně veselí bez předsudků.

Možná máte v paměti představení hry Lakomá Barka, které se v rámci loňského prvního ročníku odehrálo v podání divadelního spolku Bezvadýdivadlo (působí v rámci Mezi proudy o.p.s.) v kulturním domě Slávie, nebo besedy a tvůrčí dílny v centru Pansofie a domě U Beránka.

Letošní program bude sestavený tematicky. Jednotlivé dny tak budou věnovány seniorům, u příležitosti mezinárodního dne seniorů, druhý den krizi, třetí pak zdravotně znevýhodněným osobám. Čtvrtý den se tematicky zaměří na děti.

Aktuální informace, včetně programu festivalu naleznete na

www.facebook.com/divsefest



Poradna...

Když vaše dítě kouří!

Kouření dětí představuje vážný problém. Ať už má vaše dítě zkušenost s cigaretou již za sebou, či nikoli, je dobré o tomto problému vědět a včas se na něj připravit.

Radí Marie Ticháková z Poradny podpory zdraví v Českých Budějovicích:

Představuje u nás kouření dětí vážný problém? Jak je kouření u dětí školního věku rozšířené, kolik dětí kouří (%), v jakém poměru chlapci/dívky?

Výskyt kouření u mládeže roste s věkem, kouřila již více než polovina 13letých a tři čtvrtiny 15letých. Desetina 13letých a čtvrtina 15letých kouřila v posledním týdnu. Dynamika výskytu je s věkem vyšší u dívek.

Poznáme, že naše dítě kouří?

Pokud se rodiče dětem patřičně věnují, tak poznají, že jejich dítě kouří. Cigarety najdou ve školní tašce, v bundě, někdy si všimnou zápachu z úst nebo jiného náznaku. Děti vyhledávají příležitosti ke kouření v kolektivu vrstevníků a společensky je pro některé nemyslitelné, aby si nabídnutou cigaretu nevzalo a nevykouřilo. S cigaretou se posléze kombinuje i používání alkoholu a jiných drog. Děti vede k experimentování s cigaretami velká zvědavost.

Jak se zachovat, jak s dítětem o kouření mluvit?

V zásadě to lze shrnout do několika bodů – rodiče: dejte najevo nesouhlas, ale dítěti nic nevyčítejte. Vysvětlete jim ten princip, že kouření je vlastně nemoc. Možná pomůže i vysvětlení tabákového byznysu, který hledá pravidelné kuřáky již v útlém věku. Spočítejte dětem, co si lze koupit za týden, měsíc a rok namísto prokouřených cigaret (mobil, kolo, apod.). S dětmi mluvíte o kouření dříve, než bude pozdě. Vysvětlujte dítěti i zdravotní důsledky kouření, upřednostňujte ta onemocnění, která přicházejí na kuřáky nejdříve. Nejen rakovina plic, infarkty a mozkové mrtvice, ale onemocnění průdušek, astma, neplodnost, poruchy imunitního systému, žaludeční vředy, dále vypadávání vlasů, předčasné vrásky, zvýšená kazivost zubů a zápach z oblečení. Nikotin je droga, před kterou je třeba mít velký respekt: závislost může vzniknout i u občasných kuřáků, a to po docela krátké době.

Mohu něco udělat proto, aby moje dítě nekouřilo?

Vysvětlujte, že kouření není moderní, sami se staňte příkladem a nekuřte a nevodte děti do společenství kuřáků. Zajímejte se o to, co dělá vaše dítě ve volném čase. Taktéž doma vytvořte dětem nekuřácké prostředí (nebezpečné je i pasivní kouření). Podle statistik kouří více děti kuřáků než nekuřáků. Nekuřte dětem ani v autě. Zajímejte se i o to, jaké preventivní programy se pro děti konají v jejich škole a podporujte jejich sebevědomí, protože více kouří děti, které jej postrádají.

Jaké jsou abstinční příznaky a mohou mít vliv na školní výsledky dětí?

Abstinční příznaky se projevují u pravidelných kuřáků, závislých na droze jménem nikotin. U dětí se již mohou některé příznaky projevit například zvýšenou chutí na cigaretu, bolestmi hlavy, špatnou náladou, podrážděností. V případě kuřáka mohou za nelibé pocity při vysazení cigaret „hladové nikotinové receptory“ v jeho mozku. Ty si v průběhu kouření zvykly na stálý přísun drogy – nikotinu, a když jim jej odepřeme, bouří se a způsobují abstinční příznaky.

Když je nutné odvykání...

U závislých kuřáků je pomoc individuální – někteří lidé dokážou stanovit den D a s kouřením skoncovat naráz, u jiných je nutná pomoc odborníků (možnosti náhradní nikotinové léčby a léky). Každý člověk je jiný a každý kuřák přestává kouřit trochu jinak. Pro většinu kuřáků je lepší v začátku léčby nemít cigarety u sebe, vyvarovat se situací, kdy byl zvyklý kouřit, upozornit okolí, že končí s kouřením, je nutné vyhýbat se místům, kde se kouří. Místo kouření vyhledat alternativu (sport, procházky) – je potřeba změnit návyky a v podstatě celý životní styl. Přestat kouřit je někdy běh na dlouhou trať, a proto je potřeba mít dostatek informací o průběhu léčby.

Kontakt:

Poradna podpory zdraví - Marie Ticháková
registrovaná asistentka ochrany veřejného zdraví MEDIPONT, s.r.o.
Poliklinika JIH, ul. Matice školské 17, 9. patro dv. č. 919, 370 01 Č. Budějovice
email: tichakova@centrum.cz
mobil: +420 737 121 376
www.podpora-zdravi.cz

Připravte dítě na vyučování

Co obsahuje základní výbava budoucího prvňáka? Jaké pomůcky jsou pro něj nezbytné, a co je naopak nevhodné? Jakou zvolit školní aktovku? Pokud si podobné otázky kladete, následující řádky jsou určeny právě vám.

Základem výbavy prvňáčka je penál a aktovka menší velikosti s pevnými zády. Dále jsou nutné přezůvky s pevnou patou (nikoliv pantofle nebo kroksy). Ve většině škol se používá i kufík na výtvarné potřeby, aby mohly věci zůstat ve škole. V penále by měly být připraveny alespoň tři tužky č. 2 a jedna tužka č. 1, ořezávátko, guma, dvě plnicí pera na bombičky, vhodné nůžky, pastelky a krátké pravítko. Nezbytné jsou obaly na sešity, pracovní sešity a učebnice. Nevhodné jsou fixy, propisovací tužky, gumovací pera.

Balíček pro prvňáčky zdarma

Žákům základních škol jsou bezplatně poskytovány učebnice a učební texty, žáci prvního ročníku tyto učebnice a učební texty nevracejí. Prvňáčci se tedy mohou těšit např. na Slabikář, Živou abecedu, písanky a nové pracovní sešity. Dále jsou žákům prvních ročníků bezplatně poskytovány základní školní potřeby v hodnotě 200 Kč na žáka za jeden školní rok. Tento „balíček pro prvňáčky“ existuje v různých variantách a záleží na každé škole, pro jaký se rozhodne. V balíčku bývají např. vodové barvy, pastelky, štětce, modelína, nůžky,Velmi důležitá je proto spolupráce rodiny a školy, rodiče by měli dostat od školy informaci, co vlastně mají připravit oni sami a co obdrží od školy.

Ve školní aktovce jen to nutné...

Školní aktovka by neměla být příliš velká. V 1. třídě nemá žák velké množství učebnic a ještě má často možnost nechávat si některé „učení“ ve škole. Dítě by mělo vědět, co všechno v aktovce nosí – zpočátku by si mělo připravovat věci do aktovky spolu s rodiči, později by mělo zvládnout připravit si nejdůležitější věci samo.

Myslete na svačinu

V aktovce by mělo být pevné místo na svačinu a láhev s pitím. Svačinu doporučujeme připravit doma. Nejvhodnější je plastová krabička, kam se vejde pečivo, ovoce nebo zelenina. V mnohých školách lze odebírat školní mléko. Zásadně nevhodné pro děti jsou bufety, automaty na cukrovinky a sladké limonády. Mladší žák nepotřebuje s sebou do školy kapesné ani mobilní telefon, veškeré důležité informace (případně i o zhoršeném zdravotním stavu) poskytne rodičům třídní učitel.

Prýč je doba stejnokrojů

Oblečení na tělocvik je závislé na cvičebním prostoru. Do tělocvičny jsou vhodné krátké kalhoty a tričko, na ven je dobře mít po ruce mikinu a dlouhé tepláky. Na barvě oblečení nezáleží! Vždy je ale třeba, aby dítě mělo pevné sportovní boty a aby se na tělocvik převlékalo a nesedělo v lavici v upoceném a ušpiněném oblečení.

Připraveno ve spolupráci se Základní školou a Mateřskou školou, VI. Rady, České Budějovice

