

rodinka

 www.facebook.com/roddinnepasy



Rodinka podporuje
Zažít město **JINAK**

více informací na straně ... 6



Elektronická verze časopisu
načtete kód smartphonem

Rádio Krokodýl je nejposlouchanější
regionální rádio v České republice.

rádio
KROKODÝL
FM 103

Týdně bavíme
388 000 uší!



www.krokodyl.cz | www.facebook.cz/radiokrokodyl

© J&BKO DESIGN_04/18

Zdroj: Radioprojekt-SKMO, STEM/MARK-MEDIAN (věková skupina 12-79 let,
1.7.2017 - 17.12.2017, weekly reach, ČR) | Reklama: A-AGENT s.r.o., 602 416 533, obchod@krokodyl.cz

Zpíváme Užíváme Snídáme Žijeme
Hrajeme Vstáváme Usínáme Obědváme Jedeme
Přejeme
Milujeme se Pracujeme Lenošíme Slavíme
Cestujeme Rosteme Radujeme se

SPOLU

BÝT SPOLU JE NEJVÍC...

WWW.RADIOJIH.CZ

OBCHOD@RADIOJIH.CZ | TEL.: 518 344 132 | BRNĚNSKÁ 38, 695 01 HODONÍN



HODONÍN, KYJOV
88,9 FM



BRNO
105,1 FM



ZLÍN
98,0 FM



BŘECLAV
101,4 FM



UHERSKÉ HRADIŠTĚ
96,9 FM

Jih
RADIO
JIŽNÍ MORAVA

Milí čtenáři,



Jsem rád, že Vás mohu pozdravit prostřednictvím nového tematického čísla časopisu Rodinka.

Čas dovolených je doslova za dveřmi. Přináší nejen chvíle věnované rekreaci nebo aktivnímu odpočinku, ale také nejrůznější úskalí, která může způsobit třeba

pobyt na sluníčku. I těm se časopis na následujících stránkách věnuje.

Já jako pejskař si rád přečtu článek o tom, jak se připravit na dovolenou s čtyřnohým přítelem. Ale na stránkách časopisu, který právě držíte v rukou, toho naleznete mnohem víc. Prostě Rodinka přináší nejen zábavu, ale také spoustu užitečných informací. Tak si ho přibalte do kufru či batohu a vyrazte...

Přeji Vám krásné prožití prázdnin!

Váš hejtman

Bohumil Šimek

Milé rodiny,

Vítám vás u dalšího vydání časopisu Rodinka, projektu Rodinné pasy Jihomoravského kraje. Připravili jsme pro vás opět aktuální letní témata, které vás mohou nejen upozornit na sezónní problematiku, ale také inspirovat k rodinnému výletu či výhodnému nákupu u poskytovatelů slev v našem regionu. Aktuální téma, které slyšíte v tomto období, je jistě General Data Protection Regulation neboli GDPR, což je obecné nařízení o ochraně osobních údajů, vycházející z nové legislativy EU. Věnujte proto

prosím svou pozornost článku na straně 4, který vás seznámí s ochranou vašich údajů v rámci projektu Rodinné pasy, do kterého jste zaregistrovaní.

Přeji vám krásné prožití letního období, a to nejen při výhodných nákupech s Rodinnými pasy.



Marek Šlapal

náměstek hejtmana Jihomoravského kraje

- 4 Informace z kraje
GDPR – Ochrana vašich osobních údajů
- 5 Informace z kraje
Manuál pro rodiče • Sociálně-právní ochrana dětí • Seniorská politika
- 6 Rodinka podporuje
Týden pro rodinu
- 7 Technické okénko
Mobilní aplikace Rodinných pasů Jihomoravského kraje
- 8 Rodinka podporuje
Zažít město jinak
- 9 Rodinná abeceda
Rodina a sociální sítě: Jde to dohromady?
- 10 Rodinka radí
Encounterová skupina: Cesta ke spokojenějšímu životu
- 12 Rodinka se vyptává
Národní centrum pro rodinu (NCR)
- 14 Domácí mazlíčci
Cestování po Evropě se psem
- 15 Čenda dětem
Okénko pro děti
- 16 Šikovná rodinka
Roztomilá ovečka
- 18 Rodinka podporuje
Rodokmen: Cesta sebepoznání i poznání vlastního rodu
- 19 Knihy, film, divadlo
Kulturní tipy
- 20 Ekologie
Bez obalu: Současný trend, nebo plnohodnotná varianta nákupu?
- 21 Zdravá rodinka
Nejčastější letní nemoci a jak se jim vyhnout
- 22 Tipy na poskytovatele slev
Tipy na zajímavé poskytovatele
- 24 Tip na výlet
Duhový svět: Park pro nejmenší
- 25 Tip na výlet
Muzeum Terra Technica
- 26 Noví poskytovatele slev - jižní Morava
Noví poskytovatelé



GDPR



OCHRANA VAŠICH OSOBNÍCH ÚDAJŮ

Obecné nařízení o ochraně osobních údajů (anglicky General Data Protection Regulation neboli GDPR) je nová, revoluční legislativa EU, která výrazně zvýší ochranu osobních dat občanů.

GDPR vstoupila v účinnost 25. května 2018 a představuje nový právní rámec ochrany osobních údajů v evropském prostoru s cílem hájit co nejvíce práva občanů EU proti neoprávněnému nakládání s jejich daty včetně osobních údajů.

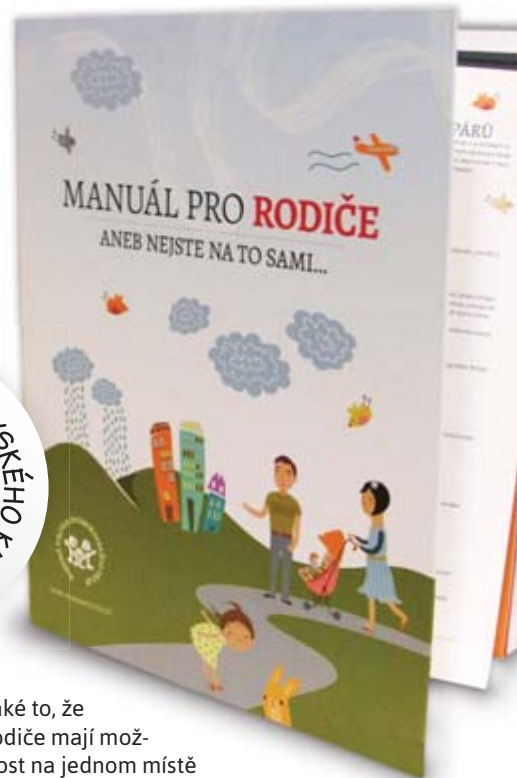
I nám záleží na ochraně vašich dat, proto - pokud jste tak ještě neučinili - navštivte naše webové stránky

a chraňte svá data. Na stránkách www.rodinnepasy.cz najdete přesný postup, jak svůj souhlas aktualizovat. Při uvedení nového souhlasu vám bude možné nadále zasílat časopis, informace o připravovaných akcích, slevové kupóny, aktuální katalog poskytovatelů slev apod.

Jsme rádi, že jste součástí tohoto projektu, a vaší podpory si velmi vážíme.



Manuál pro rodiče



Začátkem letošního roku začaly maminky v jihomoravských porodnicích při narození miminka dostávat šanon **Manuál pro rodiče aneb Nejste na to sami**. Cílem není udělovat rady, jak pečovat o dítě a jak je vychovávat, ale usnadnit vyhledávání základních důležitých informací z různých oblastí rodinné politiky (co vyřídít po porodu, finanční podpora od státu, možnosti trávení

volného času, přehled uceleného systému předškolního vzdělávání od tradiční až po alternativní možnosti, cestování s dětmi, sladování rodiny a zaměstnání). Důležitou součástí šanonu je představení rodinné politiky Jihomoravského kraje a dotazník, jehož smyslem je získat od rodičů podněty, které mohou být nápomocné při tvorbě prarodinných opatření v kraji. Výhodou pořadače je

také to, že rodiče mají možnost na jednom místě ukládat důležité dokumenty dítěte, jako např. rodný list, smlouvy vztahující se k pojištění, spoření apod., a současně do něho vpisovat různé důležité kontakty a další potřebné informace.

SOCIÁLNĚ-PRÁVNÍ OCHRANA DĚTÍ



Jihomoravský kraj v rámci individuálního projektu Podpora sociálně-právní ochrany dětí na KrÚ JMK II spustil nové webové stránky pro účely agendy sociálně-právní ochrany dětí. Cílem je poskytnout přehledné informace týkající se této oblasti jak pro odbornou, tak i pro laickou veřejnost. Součástí zmiňovaného projektu je i náborová kampaň zaměřená na hledání zájemců, kteří by se rádi stali pěstouny.

www.spo-jmk.cz



SENIORSKÁ POLITIKA

Jihomoravský kraj zahájil provoz webových stránek, které se věnují oblastem aktivního a zdravého stárnutí, sociálním službám, bezpečnosti seniorů, možnostem jejich vzdělávání a dobrovolnictví. Cílem stránek je poskytnout rozcestník pro všechny, kteří se o téma podpory seniorů zajímají, působí v této oblasti a realizují různorodé aktivity.

www.seniorskapolitikajmk.cz

TÝDEN PRO RODINU

Ve dnech 12.–20. 5. 2018 proběhl již jedenáctý ročník Týdne pro rodinu, týdne plného událostí a setkávání. Týden pro rodinu je každoročně vyhlášen Rodinným svazem (dřívější název Asociace center pro rodiny) tak, aby zahrnoval 15. květen, tedy den, který byl OSN vyhlášen Mezinárodním dnem rodiny.

Hlavním tématem letošního ročníku byl čas – Čas být spolu. Každý z nás si přeje občas povzdechnout, že nemá na nic čas. Tematickým záměrem byla tedy motivace, aby lidé svůj čas věnovali svým blízkým, aby rodina trávila společně více času.

Pravidelně se této události účastní nejen organizace, města a obce, ale i Jihomoravský kraj. V letošním roce se na výše uvedené téma konala výstava na Krajském úřadě Jihomoravského kraje, již tradičně byla uspořádána sbírka pro Family Pointy, devět obcí, které se zapojily do auditu familyfriendlycommunity, převzalo na slavnostním setkání certifikát o zapojení, a konalo se mnoho dalšího. Více informací naleznete na www.tydenprorodinu.cz nebo www.rodinnapolitika.cz.

Týdnem pro rodinu ale určitě nekončí myšlenka udělat si čas na to, abychom byli

jako rodina více spolu. Proto ti, kteří chtějí, se mohou nechat inspirovat i v dalších dnech **týdenním rodinným menu**.



RODINNÉ TÝDENNÍ MENU

12.–20. 5. 2018

MOTTO:
Čas být spolu

KDYŽ NEMŮŽEME BÝT SPOLU

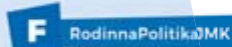
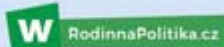
- Napsat pěknou osobní zprávu dětem/partnerovi
- Naaranžovat do kabelky/aktovky nějaké překvapení
- Nechat zahrát písničku v rádiu
- Vyřešit to, co dlouhodobě odkládám a co přispěje k radosti ostatních
- Naplánovat překvapení - děti pro rodiče, rodiče pro děti, partneři navzájem pro sebe
- Poslat druhému kytku/oběd
- Pořdit všem po cestě domů nějakou maličkost (nemusí být koupená)
- Udělat doma ostatním něco pro radost (uvařit oblíbené jídlo, uklidit)
- Domluvit hlídání dětí, aby měli partneři čas pro sebe
- Přijít alespoň 1x týdně domů dříve, než je obvyklé

PRO PARTNERY

- Popovídat si o svých přáních a představách
- Naplánovat něco inovativního (ve vztahu, v domě, k dětem)
- Zavzpomínat, co nás k sobě přitáhlo
- Namasírovat se
- Zajít do divadla, do kina, na koncert, na výstavu
- Vyrazit na wellness pobyt, na prodloužený víkend
- Zajít na večeři
- Zorganizovat letní dovolenou
- Účastnit se tanečních pro dospělé

PRO CELOU RODINU

- Účastnit se nějakého programu v rámci Týdne pro rodinu
- Vytřídít věci do nějaké sbírky
- Prohlédnout si fotografie z dřívějších let (případně vybrat i nějakou do peněženky či do zaměstnání, pokud ještě nemáte)
- Zahrát si společenskou hru
- Společně luštit, číst či vyplňovat různé kvízy
- Shlédnout rodinný film
- Připravit jídlo
- Vyrazit na procházku/sběr bylin na čaj
- Zorganizovat piknik nebo grilování
- Navštívit kulturní akci - koncert, divadlo, výstavu
- Naplánovat dobrý skutek (ve vztahu k lidem, k přírodě)
- Jet na rodinný výlet nebo dovolenou bez přátel a širší rodiny
- Vyjít na kole
- Zúčastnit se volnočasové aktivity (ZOO, hrad, výstava, laser aréna, zábavní parky)
- Navštívit prarodiče, sousedy
- Postarat se o nějaké zvířátko
- Něco vyrobit
- Poležet si s dětmi v posteli



Mobilní aplikace

Rodinných pasů Jihomoravského kraje



Víte, že s Rodinným pasem ušetříte jen v Jihomoravském kraji na více než 800 místech? Zajímá Vás, jaké slevy ve svém okolí dostanete? Chcete využívat svůj Rodinný pas naplno? Je to jednoduché! Nainstalujte si aplikaci Rodinné pasy Jihomoravského kraje a budete mít přehled o každé výhodné nabídce.

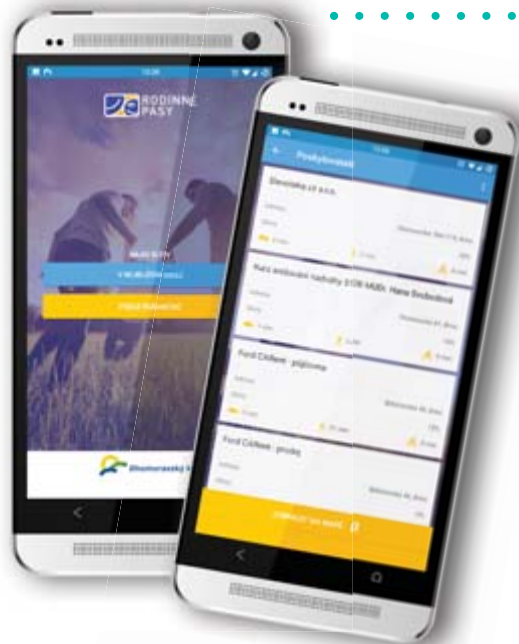
Díky funkci GPS Vám aplikace zobrazí všechny nabídky slev ve Vašem okolí, ať už jste kdekoliv. Ukáže Vám jejich polohu na mapě, vzdálenost pěšky, autem nebo na kole, otevírací dobu a samozřejmě výši slevy. Navíc díky jednoduchému přechodu do navigace ve Vašem telefonu se tak dostanete k Vám vybrané slevě bez zbytečného blouzení.

Součástí aplikace je i přehledný katalog poskytovatelů slev, který Vám umožní dle zvolených parametrů pohodlně filtrovat slevy dle místa, výše slevy a kategorie. Díky aplikaci budete mít kompletní přehled o všech slevách projektu Rodinné pasy, aniž byste u sebe museli mít tištěný katalog nebo předem hledat na internetových stránkách. Další výhodou aplikace je možnost vyhledávání ve všech krajích zapojených do projektu Rodinné pasy, nemusíte se tak omezovat pouze na jižní Moravu, ale můžete naplno využít slev i při svých cestách. Seznam všech zapojených krajů naleznete přímo v aplikaci.



Jak získat aplikaci

Mobilní aplikaci si pohodlně stáhnete do zařízení, které má operační systém Android ve verzi 4.4 a vyšší nebo iOS. Aplikace je volně ke stažení na Google Play a Apple Store.



Jak aplikace funguje

1. Po stažení a instalaci Vás aplikace vyzve k zadání čísla Vaší karty Rodinný Pas.
2. K plnému využití aplikace je nutné připojení k internetu (mobilní data nebo wifi) a zapnutí polohové služby (GPS).
3. Slevy lze vyhledat dle parametrů jako kraj, okres, výše poskytované slevy, dle jednotlivých kategorií nebo dle aktuální polohy.
4. Aplikace se po každém spuštění automaticky aktualizuje, a slevy jsou tak stále aktuální.

Nenechte svůj
Rodinný pas
zahálet.

Schválně, kolik svých sousedů znáte? Pět? Hmm, to už je dobré. Ale znáte i jejich koníčky? Nebo víte, kdo vede podniky a organizace ve vašem okolí a co vlastně dělají? To už je o trochu těžší, že? Ideální příležitost k doplnění znalostí o místě, kde žijeme, ale i nevšední zážitky nabízí každoroční slavnosti sousedů Zažít město jinak.



foto:
Anna Šolcová

Tak co?
Už vás napadá, jak byste svou ulici oživilí? Pokud vás organizace **Zažít město jinak** láká, napište na zmj@auto-mat.cz. Inspiraci i veškeré informace najdete na www.zazitmestojinak.cz.

Oficiální doba pro podání přihlášek pro místní organizátory ZMJ sice skončila 20. května, ale Auto*Mat je ochotný zájemcům z řad našich čtenářů termín posunout. Hlaste se ovšem ideálně během června (pozn. red.).

Z A Ž Í T M Ě Š T O J I N A K

Zažít město jinak vzniklo vlastně náhodou. Před dvanácti lety si lidé kolem budoucího spolku Auto*Mat položili otázku, jestli bychom aspoň jeden den v roce nemohli naše ulice využít trochu kreativněji než jen jako silnice pro auta. Poté, co se inspirovali v Paříži, měli jasno, a jednu letní sobotu uzavřeli pro veškerou

dopravu Smetanovo nábřeží, jednu z nejrůznějších silnic v centru Prahy. Rozmístili zde lehátka, pozvali nejrůznější umělce a pojízdňé kavárny, a Pražané tak mohli poprvé zažít své nábřeží opravdu jinak.

Až potud by šlo o téměř klasický kulturně-gastronomický festival,

byť na trochu nevšedním místě. Ještě ten den se ale stalo něco, s čím organizátoři nepočítali. Během odpoledne se nábřeží začalo zaplňovat dalšími židličkami a stolečky, které ale nepoznávali. Když zjistili, že se tak spontánně začaly zapojovat okolní podniky, zajásali: To je ono! Příště program vytvoří místní! Sousedí sousedům.

A program? Nejčastěji se na něm objevují místní muzikanti a divadla, domácí recepty, tvořivé dílny, zábavné hry, bazárky, módní přehlídky, povídky s pamětníky, tanec, programy pro děti, vycházky a podobně. Mnohdy ale lidé nejvíce vzpomínají na prosté opékání špekáčků u kytary.



foto: Tomáš Bican

Originální myšlenka se během let lavinově šířila dál a loni už se slavnosti konaly na 68 místech v Praze a ve 20 dalších městech. V každé lokalitě od jara vymýšlejí svůj program přímo místní obyvatelé, aby na jeden zářijový den (letos 15. září) oživilí svou ulici nebo park pro své sousedy a kamarády. Auto*Mat jim pomáhá s úřady, propagací, grafikou a radí, jak na to.

To ladí i s představou Auto*Matu. Cílem prý není pompézní slavnost s hvězdnými hosty, ale to, aby se sousedé během společných aktivit lépe poznali, užili si příjemný den, a měli tak místo, kde žijí, zase o něco raději. Tím to vše ale často jen začíná. V mnoha lokalitách díky novým přátelstvím vznikly i nové aktivity, iniciativy a spolky, které jsou aktivní dodnes.



Žijeme v době internetového rozmachu a vzestupu sociálních sítí. Komunikace se přesouvá do virtuálních oblastí, informace na internetu jsou všudypřítomné a snadno dostupné. Každý z nás je členem nejméně jedné virtuální skupiny. Jaká jsou ale úskalí sociálních skupin a co znamenají

pro rodinu a rodinný život? Kdy bychom je měli využít a kdy je naopak lepší se jim vyhnout?

RODINA A SOCIÁLNÍ SÍTĚ JDE TO DOHROM@DY?

1. SOCIÁLNÍ SÍTĚ, OCHRANA PŘED ABSENCÍ KONTAKTU S OKOLÍM

Zejména rodiče na rodičovské dovolené to znají: celý den doma s dítětem a komunikace s jinou dospělou osobou veškerá žádná. V tomto ohledu mohou být sociální sítě a členství v nich vítanou úlevou. Jedná se sice o virtuální formu komunikace, ale pokud si přátele pečlivě vybíráme, můžeme s nimi komunikovat na úrovni (vyšší než dětské) tehdy, kdy potřebujeme (nezávisle na čase), a o tom, co nás baví. Pozor ale, abychom se v tom virtuálním světě nezapomněli a něco důležitého nám třeba neuteklo (například dítě z hřiště).



informace o místní škole nebo školce, potřebujeme poradit s vhodným jídelníčkem nebo nás zajímá alternativní péče o dítě? A co třeba pravidla pro podnikání na rodičovské? Stačí jen vznést dotaz na tom správném místě a dostane se nám řady odpovědí a doporučení. Někdy je to tedy spíš vyčerpávající a na škodu. Takže hlavní zásadou je klást ty správné otázky na správných místech a nejprve se zorientovat v dané problematice a v tom, jestli už někdo stejný dotaz v minulosti nepoložil.



4. SDÍLENÍ RODINNÉHO ŽIVOTA

Sociální sítě jako je Facebook nebo Instagram doslova lákají ke sdílení rodinných okamžiků, událostí a fotek. Pokud si zde ukládáme rodinné momentky, mohou být zajímavým a dostupným virtuálním albem našich zážitků. Vždy bychom ale měli dbát na ochranu svého soukromí a soukromí našich dětí. Ne každá fotka se hodí ke zveřejnění a není ani vhodné, aby úplně cizí lidé měli přehled o tom, co jako rodina děláme.

Sociální sítě mohou být dobrým sluhou, ale špatným pánem. Jsou speciálním prostředím, kde všechno může vypadat jinak, než je tomu ve skutečnosti. Nahrávají přehnanému sdílení, idealizování, chlubení a srovnávání. Pokud je konzumujeme neuměrně, mohou být obrovským zřoutem času. Navíc se i zde můžeme setkat s kyberšikanou. Pokud je tedy využívají naše děti, určitě je nutný alespoň zpočátku rodičovský dohled a důkladné seznámení dětí s případnými riziky.



2. HLEDÁNÍ INFORMACÍ A ŘEŠENÍ

I v tomto ohledu mohou být sociální sítě a různé odborné skupiny, které zde fungují, velmi nápomocné. Hledáme

3. NAKUPOVÁNÍ A PRODEJ

Pokud sháníme pro dítě boty, oblečení, hračky či učebnice, jsou sociální sítě tím pravým místem. Nakupování z druhé ruky nikdy nebylo tak snadné. Na Facebooku dokonce existují lokální skupiny, kde se dozvíme o akcích v okolí, ale také můžeme poptat či nabídnout své věci na prodej. Získáme tak to, co potřebujeme, přímo v místě bydliště. Jak pohodlné a rychlé.





ENCOUNTEROVÁ SKUPINA

CESTA KE SPOKOJENĚJŠÍMU ŽIVOTU

Každý z nás chce žít v dobrém partnerském vztahu a co nejlépe vychovávat své děti. Často se však věci nedějí tak, jak bychom si přáli. Okolo sebe slyšíme, že ve školách mezi dětmi a učiteli narůstá agresivita, neshody v partnerství a rozvody jsou na denní scéně. I když to vypadá, že lidé nestojí o vzájemnost a solidaritu, jsem přesvědčená o tom, že lidé touží žít v naplněných vztazích a být pro někoho zdrojem lásky. Psychologové by zřejmě souhlasili, že většina trápení pramení z neutěšených vztahů.

Řekne-li se encounterová skupina, málokdo ví, co si pod takovou skupinou představit. Jde o typ seberozvojové skupiny, která vychází z principů humanistické psychologie. I když v naší krajině je stále poměrně nedocenená, ve světě je to rozšířená forma seberozvoje s velkým potenciálem, a to v mnoha oblastech lidského života. Slovo encounter znamená v angličtině setkání. V encounterové skupině však nejde o setkání jako fyzický

kontakt, ale o setkání ve vzájemném porozumění a prožívání dvou nebo více lidí. Je to prostor pro osobnostní růst.

Každý člověk získá výchovu určité postoje a způsoby chování. Některé z nich mohou v budoucím životě komplikovat uvědomování si svého prožívání a být

od nás učí zejména tehdy, když si to vůbec neuvědomujeme. Přímo nasávají naše chování, to, jak se stavíme k životu v situacích, kdy si myslíme, že nás nevnímají. A leckdy se divíme, že dítě nežije tak, jak ho učíme. Stejně tak partnerovi můžeme slovně vyjadřovat spoustu věcí, které však nebudou pravděpodobně vyslyšeny, pokud

Řekne-li se encounterová skupina, málokdo ví, co si pod takovou skupinou představit.

zdrojem strachu a nepochopení. Například rodiče si často myslí, že výchova se děje prostřednictvím příkazů, zákazů nebo vysvětlování. Faktem ale je, že děti se

nejsou ve shodě s postoji, které v sobě nosíme. Na naše rozhodování v životě má vliv náš rozum a emoce. Pokud některé emoce zůstávají skryté, tento stav může



bývají obvykle dvoudenní. Tvoří je zhruba 12 až 20 účastníků a mají dlouhodobější charakter - minimálně čtyři setkání za rok. Účastní se jich také facilitátor či facilitátorky, obvykle muž a žena. Ti mají za úkol vytvářet ve skupině bezpečné klima a podporovat otevřenou komunikaci. Facilitátor zde není v roli autority ani toho, kdo určuje, co

Co motivuje lidi, aby se přihlásili do encounterové skupiny?

Ukazuje se, že je to touha po něčem, čeho se jim nedostává v prostředí, ve kterém žijí. Často jsou to naplněné a opravdové vztahy, které lidé nezažívají ani se svými

Každý z nás chce žít v dobrém partnerském vztahu a co nejlépe vychovávat své děti.

poté výrazně zkreslit obraz o nás samých, a tím pádem ovlivnit i naše rozhodování v důležitých životních situacích. Takových případů ze života bychom našli mnoho. Jedním z častých zdrojů hádek partnerů bývá např. přístup k dětem. Jeden chce koupit nový telefon, druhý říká, že stačí starý. Ve skutečnosti nejde o telefon, ale svým postojem obhajujeme určitý motiv.

se ve skupině bude dít. Je však žádoucí, aby fungoval jako pravdivý člověk, který je zároveň empatický a vřelý. Ve skupině nečekejte žádná předem daná pravidla ani program, nehrají se zde žádné role. Účastníci sami jsou ti, kdo přinášejí témata debaty a tvoří náplň sezení. Encounterová skupina je vhodná pro každého, kdo má chuť zlepšovat kvalitu svého života.

nejbližšími. Opravdovým vztahem je myšlen takový vztah, kde člověk může být sám sebou, může spontánně ukázat, co cítí, ať už radost, smutek nebo hněv. Lidé často nezažívají vztahy, kde by si riskli odhalit sami sebe, reagovat a chovat se jinak, než byli doposud zvyklí. Obávají se kritiky a hodnocení.

Rodiče si často myslí, že výchova se děje prostřednictvím příkazů, zákazů nebo vysvětlování.

Pokud si s partnerem přestáváme rozumět, do vztahu se vkrádá samota, ve výchově dětí se objevuje čím dál víc napětí a dlouhodobě se nám nedaří tyto potíže řešit, encounterová skupina může být smysluplným místem, kde lze hledat odpovědi na otázky, které si klademe. V Čechách běží několik dlouhodobých encounterových skupin. Nejdelší tradici má zřejmě pražská skupina, ale i jižní Morava má od roku 2016 svoji skupinu, která je otevřena veřejnosti. Její členové se čtyřikrát do roka scházejí v Mikulově.

Nebo nevěra ve vztahu, kdy nevěrník je označený za záletníka (záletnici). Ví ale dotyčný/á, co chtěl/a nevěrou získat? A mohli bychom zabrousit i do společensko-politického života. Jak je možné, že debaty o utečencích nebo volba prezidenta vyvolávají tak živé emoce? Je vůbec možné najít ve vyostřených situacích společnou řeč? Encounterová skupina představuje místo, kde člověk může hledat základy, na kterých stojí jeho život a vztahy, a vnést světlo do oblastí, ve kterých si nerozumí. Díky tomuto poznání je možné dojít k porozumění, najít společnou řeč s druhými lidmi a zlepšit své vztahy.

Navštěvovat encounterovou skupinu znamená účastnit se v pravidelných intervalech skupinových sezení, která

AUTORKA:

Mgr. Jana Trčková – *Terapeutická poradna pro děti a dospělé*
www.psychoterapeut-breclav.cz

Vystudovala psychoterapeutická studia na Fakultě sociálních studií MU. Působí jako psychoterapeutka a terapeutka INPP ve své poradně v Břeclavi, kde se věnuje práci s dospělými a dětskými klienty. Facilituje encounterovou skupinu, je účastnicí dlouhodobého psychoterapeutického výcviku a členkou Institutu psychoterapie a Socioterapie.

Inštitut psychoterapie a socioterapie (IPS)

je sdružení, které vzniklo za účelem šíření informací z oblasti psychoterapie a socioterapie co nejširšímu okruhu lidí a jejich využití v běžném životě. Od roku 2012 zastřešuje také aktivity týkající se metody INPP, organizuje encounterové skupiny, vzdělávání a vydává knihy. Více informací na www.socioterapia.sk.

NÁRODNÍ CENTRUM PRO RODINU (NCR)

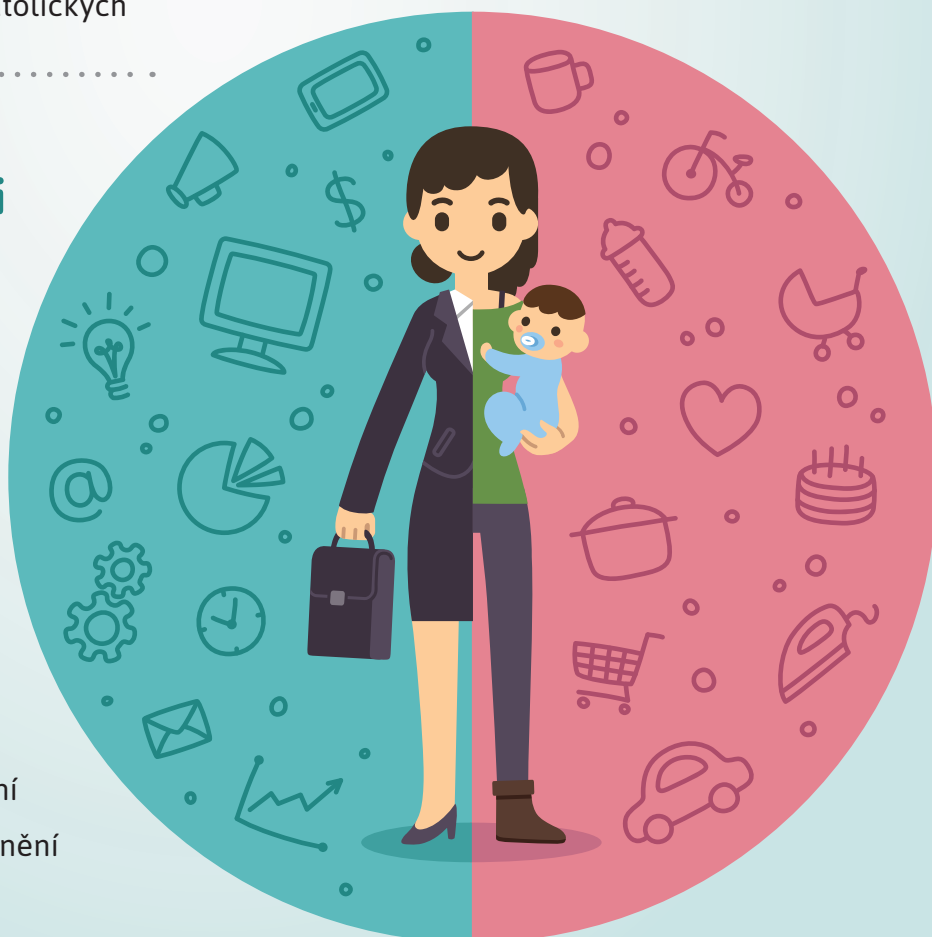
Šťastná rodina, založená na kvalitním a stabilním vztahu muže a ženy, a odpovědná výchova dětí jsou témata, která leží na srdci snad každému člověku.

Vytvářet prorodinné klima pro uskutečňování těchto cílů v duchu křesťanských hodnot, v perspektivě spolupráce s centry pro rodinu a dalšími prorodinnými organizacemi v České republice i v zahraničí, je hlavním smyslem existence Národního centra pro rodinu (NCR). Národní centrum pro rodinu (NCR) je nestátní neziskovou organizací, jejímž cílem je monitorovat společenské podmínky, které se vztahují k rodině, podporovat a iniciovat prorodinné aktivity v naší zemi, přinášet zahraniční zkušenosti v oblasti rodinné politiky i konkrétní nabídky pro rodiny. Národní centrum pro rodinu navazuje kontakty se zahraničními institucemi, které se zabývají problematikou rodiny, a úzce spolupracuje především s Institutem pro manželství a rodinu ve Vídni a s evropskou Federací katolických

„Hlavním úkolem NCR je zaměřit svoji pozornost a činnost na podporu fungující rodiny.“

rodinných svazů (FAFCE).

Je členem Rodinného svazu ČR z. s. O jeho úkolech, cílech a činnosti jsme si povídali s ředitelkou NCR paní Marií Oujezdskou, neúnavnou příznavkyní rodinné politiky a hlasatelkou ocenění výchovné péče a práce v rodině.



1

Jaký úkol plní Národní centrum pro rodinu v naší republice?

NCR se snaží pozorně sledovat podmínky, v jakých rodiny žijí, a pomáhat jim nejrůznějšími způsoby, např. formou vzdělávání či komunikací se zákonodárci (oběma komorami Parlamentu) a orgány státní správy na státní a regionální úrovni – tedy s MPSV a krajskými a městskými úřady v oblasti rodinné politiky.

2

Kdy a proč centrum vzniklo?

NCR vzniklo v roce 1996 a jeho hlavním úkolem je zaměřit svoji pozornost a činnost na podporu tzv. fungující rodiny, tedy na rodinu, která je jedinečným prostředím pro prosperitu společnosti.

3

Jak konkrétně vaše činnost pomáhá nebo ovlivňuje jednotlivé rodiny?

Spolupracujeme s centry pro rodinu v různých krajích, ale naše činnost neovlivňuje přímo jednotlivé, konkrétní rodiny. V Jihomoravském kraji je naším partnerem Centrum pro rodinu a sociální péči v Brně a v Hodoníně. Dotýkáme se života konkrétních lidí nepřímo, když připomínáme zákony, určitá opatření nebo pořádáme semináře a konference pro veřejnost. Teď se například zabýváme úpravami rodičovské dovolené, které by umožňovaly i zapojení na částečné úvazky ve stávajícím pracovním poměru.

4

V návaznosti na mezinárodní spolupráci, která ze zemí je pro vás nejvíce inspirativní a čím?

Čím déle se zabývám rodinnou politikou na mezinárodní úrovni, tím víc jsem přesvědčena o tom, že porovnávání je velmi obtížné a většinou zavádějící. Často totiž srovnáváme jednotlivá opatření nebo ukazatele, ale nedokážeme porovnat všechny okolnosti, které působení určitého opatření ovlivňují. Například slyšíme o tom, že máme nízkou zaměstnanost matek malých dětí, a přitom neříkáme, že totéž mezinárodní srovnání ukazuje, že máme nadprůměrnou zaměstnanost matek dětí ve věku 3–5 let a nejvyšší zaměstnanost matek dětí ve věku 6–11 let.

Národní centrum pro rodinu

Průchodní 2, 602 00 Brno
www.rodiny.cz

5

Kterým realizovaným projektem se můžete pochlubit?

Od roku 2003 jsme realizovali nebo byli partnery řady evropských projektů. Já osobně za nejvíce prospěšné považuji projekty, které umožňovaly práci se ženami na rodičovské dovolené. Vyvinuli jsme pro ně i vlastní vzdělávání, jehož hlavním cílem bylo získat zpět zdravé sebevědomí a chuť na sobě pracovat. Za všechny bych uvedla alespoň projekt M_Anima, projekt mezinárodní spolupráce na podporu flexibilního vzdělávání žen na rodičovské dovolené, který byl určený především ženám pečujícím o děti do 15 let. V jeho rámci probíhaly konference, školení, a především besedy se ženami na rodičovské dovolené nebo pečujícími o rodinné příslušníky.

„NCR se snaží pozorně sledovat podmínky, v jakých rodiny žijí, a pomáhat jim nejrůznějšími způsoby.“

6

Na jakém projektu momentálně pracujete?

V současné době se intenzivně podílíme na projektu naší střešní organizace Rodinného svazu ČR, který je vyhlášovatelem Týdne pro rodinu, jehož 11. ročník proběhl v květnu. Bližší informace pak najdete na webových stránkách www.tydenprorodinu.cz.

7

Kam můžete rodiny pozvat?

Ráda bych všechny rodiče pozvala k návštěvě našich webových stránek www.rodiny.cz, kde najdou spoustu užitečných informací v podobě informačních brožur a cenných odkazů a rad, ať už k samotné výchově, pracovnímu vztahu či legislativě.

8

Co vám osobně přináší práce v Národním centru pro rodinu a jak vás ovlivňuje?

Práce mi přináší radost, protože mohu dobře propojovat vzdělání s osobní životní zkušeností a setkávat se při tom se zajímavými lidmi.

CESTOVÁNÍ PO EVROPĚ SE PSEM



Plánujete cestovat se psem?

Pokud jste připraveni a ochotni se svým psem trávit čtyřadvacet hodin denně, můžete prožít krásnou aktivní dovolenou.

Na co si dát pozor? Především si zjistěte, jaké požadavky (očkování apod.) na cestování se psem mají státy, kterými budete třeba jen projíždět. Naši čtyřnozí miláčci musí mít v dnešní době při cestách do zahraničí, a to i na Slovensko, platný pas a také označení mikročipem, který zvířeti aplikuje veterinární lékař. Tetování je uznáváno jen v případě, že je jasně čitelné a bylo prokazatelně provedeno před 3. červencem 2011.

Pokud váš pes nemá platný pas, je velice důležité přijít k veterináři nejpozději 21 dní před dovolenou, aby se vše stihlo vyřídit: pas, očkování proti vzteklině a prevence proti vnitřním a vnějším parazitům.

Před vstupem do Velké Británie, Irska, Malty a Finska musí být psi ošetřeni proti echinokokům (odčerveni). Toto ošetření musí být provedeno veterinárním lékařem v rozmezí 120 až 24 hodin před vstupem do těchto států a potvrzeno do pasu, kde bude uvedeno datum a hodina ošetření, název přípravku a výrobce.

Účinnou látkou použitého přípravku musí být praziquantel.

Veterinární lékař vám pomůže správně vybavit lékárníčku pro vašeho pejska.

Psi mohou cestovat v autě mnoha způsoby. Existují různé přepravky, plastové, drátěné či textilní, anebo speciální pásy pro psy. Pes, který jede do zahraničí, by měl být zvyklý na cestování v autě. Můžete také dát psovi od veterináře různé léky na uklidnění, ale lepší je pes zvyklý na cesty autem. Samozřejmě je nutné dělat zastávky, kdy se pes vyvenčí, dostane napít, protáhne se a vy také.

Psi mohou cestovat v autě mnoha způsoby. Existují přepravky, plastové, drátěné či textilní, anebo speciální pásy.

CO S SEBOU?

Nezbytná je lékárníčka. Před cestou navštivte veterinárního lékaře, který vám pomůže správně vybavit lékárníčku. Měla by obsahovat dezinfekci, obvaz, léky na alergickou reakci (Dithiaden, Zyrtec apod.), léky proti průjmu a proti zácpě.

Dále misky, deka, obojek (s kontaktem na majitele a nejlépe reflexními prvky), vodítko, košík. Velmi důležité je mít s sebou krmení, na které je zvyklý, a tím předejít zažívacím problémům.

Bohužel psi typu bull a jejich kříženci nesmí ani rekreačně do Velké Británie. Opatrní musíte být i v Chorvatsku, kam vás pustí se psem typu bull jen s průkazem původu.

Veterináři doporučují vaše mazlíčky odčervit i proti plicním a srdečním červům *Dirofilaria immitis*, jejichž nejčastější výskyt je ve Francii, Itálii, Španělsku a Řecku.

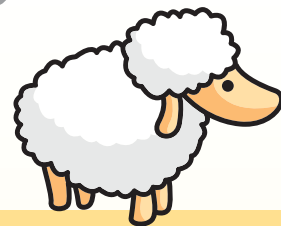
Ing. Lenka Pillerová
Veterinární ordinace:
Nebovidská 38, 664 47 Střelice



ROZTOMILÁ



VEČKA



Už naše praprababičky věděly, že společná **práce** spojená s povídáním má výborný terapeutický účinek. Ruční práce rozvíjí jemnou motoriku, zručnost i dětskou fantazii a kreativitu, a navíc při ní zabavíme ratolesti v deštivém odpoledni.

Tato roztomilá ovečka se dá využít jako pozvánka na dětskou párty nebo jimi můžeme označit zasedací pořádek u slavnostního stolu. Výroba je snadná i pro menší děti.

MATERIÁL

- Vatové tyčinky
- Nůžky
- Čtvrtka tvrdého papíru
- Červená pastelka
- Tenký černý fix
- Dva dřevěné kolíčky na prádlo nebo sirky
- Tavná pistole nebo lepidlo
- Barevná mašlička



**Usmívající se
ovečka vyloudí úsměv
na tváři každému dítěti!**

POSTUP VÝROBY

1



Z čtvrtky papíru si vystříháme dva oválky. Větší na tělíčko a menší na hlavičku.



2

Vatové tyčinky nastříháme tak, aby hlavička vaty obsahovala ještě kousek tyčinky.



3



Na vystřížené tělíčko připevníme do spodní části kolíčky nebo sirky, které budou sloužit jako nožičky ovečky. Připevníme je lepidlem nebo tavnou pistolí.

Vatové tyčinky postupně přilepujeme směrem od zadní části a postupujeme až ke krčku.

4



5

Na vystříženou hlavičku nejprve přilepíme z každé strany jednu tyčinku jako ouška a na to doprostřed tři tyčinky jako pokrývku hlavy.



Ovečku dozdobíme mašličkou.

6



Domalujeme hlavičku dle vlastní fantazie.

7



Hlavičku přilepíme k tělíčku.



8



RODOKMEN

CESTA SEBEPOZNÁNÍ A POZNÁNÍ VLASTNÍHO RODU

ŽIVOT JE DAR

Každý jsme jedinečný. Narodili jsme se v určitý den a čas, na určitém místě, do určitého RODU. Od rodiny, do které jsme se narodili, přebíráme první modely chování, reakce, jednání, které nás potom většinou doprovázejí celý život.

Od rodu jsme také získali ten největší dar - DAR ŽIVOTA, ale i tělo, jméno, podobu, talent, inteligenci a další charakteristické rysy. V každém z nás působí geny a rodové energie nejen našich rodičů, ale obecně našich předků.

Také se stává, že lidé mají často výhrady ke svým rodičům, to pak způsobí, že se jim zákonitě v životě nedaří. Dokud nepřijmeme rodiče a rod bez výhrad, nemůžeme přijmout ani sebe sama, a pak se nám nemusí v životě dařit.



Cesta zpět do minulosti za poznáním osudů našich předků přináší POZNÁNÍ NÁS SAMOTNÝCH. Díky tomu můžeme získat odpovědi na otázky, proč se nám opakují různé životní situace, např. nemožnost otěhotnět, nebo proč máme nejrůznější zdravotní, vztahové a finanční problémy. Na tyto a další události mají vliv naši předci zejména do čtvrté, ale mnohdy až do sedmé generace.

Rodokmen

- specializace na celou ČR: nalezení údajů o předcích, vypracování stromu života, zpracování rodinné kroniky, historie domu a pozemku, nalezení soudních spisů, překlady starodávných dokumentů, kurz rodokmenů, význam příjmení

můžete využít kupon
LÉTO 2018

PROČ SI TEDY VYPRAČOVAT RODOKMEN A CO Z NĚJ VYČTEME?

- **poznáním osudů předků** můžeme dostat odpovědi na otázky, co a proč se nám děje v životě (opakované nemoci, rozvody, potraty, problémy s penězi atd.) - **tzv. opakování osudu předků**
- **dědičnosti nemocí a úmrtí, délka věku** (např. častá úmrtí ve věku, kdy zemřel náš předek)
- **neplodnost v rodě, potraty, předčasná úmrtí dětí**
- **rasový původ** (předkové cizinci), **emigrace v rodě**
- **společenské postavení předků** (např. profesní dědičnost, šlechtický původ)
- **majetkové poměry** (jsme z chudého, či bohatého rodu?)

CO VŠE JE MOŽNÉ NAJÍT V RODOVÉM BĚDÁNÍ A JAKÝ TO MÁ VLIV NA NAŠE ŽIVOTY?

- **rodový snatek**, např. bratranec si vzal sestřenicu, další generace mají společné předky. Možný vliv: zátěž zdraví potomků, může dojít k fyzickým vadám či jiným zdravotním problémům (např. postižené dítě).
- **nemanželské děti**. Možný vliv: žena může mít problémy s otěhotněním nebo si nechce vzít otce dítěte, pohrdá muži.
- **úmrtí předka ve válce**. Vliv: může vyvolat nenávisť k určitému státu.
- **izolace předka ve vězení, psychiatrické léčebně, dětském domově**. Možný vliv: častý výskyt např. psychických onemocnění v rodu.
- **předci zažili konfiskaci majetku, měnovou reformu; žijí v rodě**. Možný vliv: problémy s penězi.

UKÁZKY PRÁCE GENEALOŽKY PANÍ GÄRTNEROVÉ



Poznání témat rodu, do kterého jsme se narodili, je jedna z možností, jak poznat sami sebe. Konkrétně s těmito informacemi dále pracuje metoda rodinných konstelací. Výbornou terapeutkou je Naděžda Mikysková z Brna: <https://jazykzivota.webnode.cz/seminare/>

Rodokmen je hodnotné dědictví pro současnou i budoucí generaci a cestou poznání svých kořenů a osudů svých předků.

Autor článku:

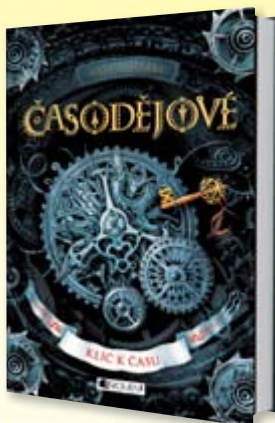
genealožka Eva Gärtnerová, MSc.

+420 725 730 534

e-mail: sophia@volny.cz

www.silarodu-eva.cz

Knihy



Natalja Ščerba ČASODĚJOVÉ - KLÍČ K ČASU

První díl skvělé série o kouzelnících, kteří umějí čarovat s časem. Vasilisa neměla až donedávna ponětí o tom, že její otec je mocný mág země Eflary, kde žijí časodějové, kteří ovládají silnou magii a mohou ovlivňovat čas. Pak se ale sama v této zemi ocitne a nikdo neví, proč a kdo je. Je to obyčejná nešika? Špionka, kterou vyslal její otec, aby mu pomohla získat trůn? Nebo snad mocná časodějka, která může zachránit Zemi a Eflaru před nebezpečím, které se na ně řítí?

Nakladatelství Albatros/běžná cena 299 Kč



Ota Hofman LUCIE A ZÁZRAKY

Moderní pohádka o pětileté holčičce Lucii z dětského domova, o velké holce Petře, která šíje legrační zvířátka, a o velkém klukovi Mikulášovi, který maluje pokoje. Když maluje v dětském domově, potkává Lucii. Dá jí růžového pejska, prý od maminky...

Nakladatelství JOTA/běžná cena 228 Kč

Divadlo



KOCOUR V BOTÁCH

Národní divadlo Brno – divadlo Reduta, www.ndbrno.cz
Termíny představení:
od 4. 12. 2018

Kdo je neznámější pohádkový kocour? Přece ten v botách! V prosinci se vydá na dobrodružnou cestu do Francie a spolu s ním vyrazí i zamilovaný František a děti, protože tato zábavná operní pohádka je určena speciálně pro ně. Janáčkova opera NdB uvádí oblíbenou dětskou operu *Kocour v botách* v divadle Reduta.



ČERT A KÁČA

Národní divadlo Brno – Mahenovo divadlo, www.ndbrno.cz
Termíny představení:
od 18. 9. 2018

Všichni se hrnou do tance, jen Káča sedí u kamen. Už zase si jí nikdo nevšímá... Vůně přilákala i pohledného mysliveckého mládence. Je to čert Marbuel, kterého poslal Lucifer pro zlého správce a kněžnu. Ale nasupená Káča je tak velké lákadlo! Co kdyby se první trochu pobavil a vyzval Káču k tanci? Janáčkova opera NdB uvádí oblíbenou dětskou operu *Čert a Káča* v Mahenově divadle.

Film



Scala
univerzitní
kino



Jim Knoflík, Lukáš a lokomotiva Ema V kinech od: 28. 6. 2018

Jim je malý kluk, který se jako miminko ocitnul v Jasmánii, ostrovním královstvíčku, kterému vládne král Alfons Tříčtvrtěna-dvanáct. Lukáš je Jimův nejlepší kamarád, strojuvůdce a hrdý vlastník lokomotivy Emy. Jednoho dne se Jim, Lukáš a Ema rozhodnou vydat do světa. Jejich cesta se stává obrovským dobrodružstvím.



Ant-Man a Wasp V kinech od: 5. 7. 2018

Filmový svět studia Marvel se rozrůstá o snímek *Ant-Man a Wasp*, novou kapitolu o superhrdinech, kteří se umějí zmenšovat. Sotva se Scottu Langovi podaří najít rovnováhu mezi osobním životem a povinnostmi, které má jako Ant-Man, objeví se Hope van Dyne a dr. Hank Pym s novou naléhavou misí. Scott musí znovu obléci zmenšovací oblek, naučit se bojovat po boku Wasp a pomoci jí odhalit tajemství z minulosti.



Kryštůfek Robin V kinech od: 23. 8. 2018

Kryštůfek Robin je laskavý hraný dobrodružný film od studia Disney. Malý chlapec, jenž si kdysi hrával ve Stokorcovém lese se svými plyšovými přáteli, vyrostl a ztratil cestu. A tak se jeho přátelé z dětství musí vypravit do našeho světa a pomoci Kryštůfku Robinovi rozzpomenout se na hravého a milého chlapce, který v něm stále ještě dřímá.

Bez obalu: současný trend, nebo plnohodnotná varianta nákupu?

Dřív to bývalo naprosto běžné: naše babičky si vzaly síťovku a šly nakoupit. Maso do masny, zeleninu k zelináři, mléko do mlékárny. Na vesnicích se takhle běžně nakupovalo ještě nedávno. A z nejnovějších trendů můžeme usuzovat, že se k tomuto způsobu nákupů možná zase vrátíme.



Hnutí Zero Waste nabádá k takovému životnímu stylu, který minimalizuje tvorbu odpadu. Bezobalové nákupy k tomu samozřejmě patří. Cílem je nejen šetřit přírodu, ale také peněženku. Nedílnou součástí ceny za kupované zboží je totiž také nemalá suma za obal. Pro toho, koho už nebaví nosit domů tašky plné nejrůznějších plastů, sáčků a vzduchem přifouknutých obalů, je tento ekologický směr tím pravým.

V supermarketech a obchodních řetězcích už to začalo. Na popud EU byly všechny igelitové tašky zpoplatněny. Můžeme si tak sami zvolit, jestli si igelitku na nákup

Cílem je nejen šetřit přírodu, ale také peněženku.

koupíme, a přispějeme tím na její ekologickou likvidaci, anebo si přineseme vlastní tašku, například plátěnou nebo koženou. Tašky jsou tedy zpoplatněny, ale co všechny ty další obaly, do kterých je zboží často nesmyslně zabaleno? Rajčata v kelímcích, maso ve vaničkách, rýže

v igelitových obalech, mléko v plastových lahvích a další a další. Dá se tomu vyhnout?

Základem je především výběr těch správných obchodů. Lepší je nakupovat u farmáře, na trhu nebo ve specializovaných bezobalových obchodech, do určité míry ale můžeme bezobalový nákup realizovat i v běžném supermarketu. Při tomto druhu nákupu je samozřejmě nezbytné mít s sebou nejen tašku a pytlíčky, ale třeba i vhodné dózy a krabičky. Cílem je také naučit se nakupovat jen takové množství potravin, které aktuálně potřebujeme, a vyhnout se nadměrným akčním balením. Nejenže ušetříme, ale díky čerstvým potravinám budeme žít lépe a zdravěji.

Láká vás to? Tak tedy s chutí do toho! Více informací je možné najít například na stránkách bezobalu.org, což je web neziskové organizace, která se u nás snaží šířit právě koncept Zero Waste.

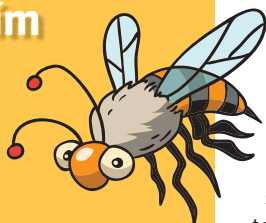


NEJČASTĚJŠÍ LETNÍ NEMOCI

a jak se jim vyhnout



Je tu krásné teplé počasí, doba venkovních radovánek a s ní spojená určitá rizika, která hrozí nám i našim dětem. Poradíme, jak si užít krásné léto bez nehod, jak předcházet typicky letním nemocem a jak je případně zvládnout.



ÚPAL

Stačí být celý den venku na sluníčku. Přehřátí, nedostatečný přísun tekutin, a i když máme pokrývku hlavy, můžeme dostat úpal. Dětem přitom hrozí ještě častěji než dospělým. Projevuje se bolestí hlavy, zvracením, závratí nebo zvýšenou teplotou.

Jak na něj? Ideální je prevence. Pomůže nám dostatečný přísun tekutin, během horka se vyhnout větší fyzické zátěži a mezi 11. a 15. hodinou raději nechodit na sluníčko. Pokud už úpal máme, zůstaneme doma v chládku, pijeme po troškách, chladíme si tvář a tělo vodou ve spreji a hlavně odpočíváme.

ÚŽEH

Jedná se o poněkud horší variantu úpalu a hrozí, pokud si nevezmeme lehčí pokrývku hlavy a jsme příliš oblečení. Hlavně děti je důležité v horkých letních dnech hlídat a opatrně chladit, například koupelemi. V případě déle trvajících obtíží bychom vždy měli vyhledat lékaře.

SPÁLENINY ZE SLUNÍČKA

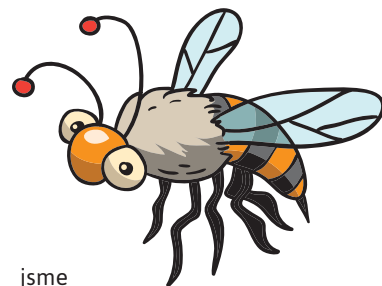
Letní slunce je silné. Nikdy bychom proto neměli zapomenout použít opalovací krém s ochranným faktorem. Platí to pro nás dospělé a pro naše děti dvojnásob. Pokud se spálíme, je dobré mít po ruce Panthenol ve spreji, případně si připravit obklady z černého nebo měsíčkového čaje.

DROBNÉ ODŘENINY

Nějaký ten silniční lišej se v létě nevyhne asi nikomu. Aby to příliš nebolelo, měli bychom mít u sebe nepálivou dezinfekci a náplasti. Horší odřeniny je vždy důležité důkladně vyčistit a překrýt, ty menší a méně hluboké se dají zklidnit například kalciovou nebo bepantenovou masť.

BODNUTÍ HMYZEM

Žihadlo rozhodně není nic příjemného. V první řadě je třeba ho opatrně odstranit, a pokud



jsme na bodnutí alergičtí, měli bychom se co nejrychleji vydat do nemocnice. Jinak obvykle postačí postižené místo potírat rozkrojenou cibulí nebo ledem. Zvláště pečlivě musíme sledovat alergickou reakci u dětí a v případě jakýchkoliv nezvyklých potíží okamžitě vyhledat lékaře.

Pokud plánujeme večerní grilování či táborák a chceme se vyhnout komářímu náletům, pomůže nám tinktura z hřebíčku, kterou si opatrně potřeme oděv a kůži, případně ji nakapeme do aromalampy.

KLÍŠŤATA

Ta rozhodně patří k odvrácené straně léta. Stačí delší pobyt v přírodě a přineseme si na kůži nějakého nezvaného hosta. Důležité je co nejrychleji klíště vyjmout a zasažené místo dezinfikovat např. tea tree olejem. Hlavně děti je nutné po každé návštěvě lesa či parku dobře prohlédnout. Pokud by postižené místo zčervenalo nebo otoklo a otok do dvou dní nezmizel, rozhodně je na místě vyhledat lékaře.

Klíšťata nesnášejí vůni levandule a rozmarýnu! Pokud se tedy chystáme do lesa, můžeme si potřít kůži a oděv olejčkem některé z těchto rostlin.

STŘEVNÍ POTÍŽE

Průjem, nevolnost, zvracení, horečka. I takové nežádoucí potíže nás mohou v létě potkat. Jak jim předejít? Často si myjeme ruce, dodržujeme přísun tekutin, nepijeme vodu a nejíme jídlo z podezřelých zdrojů.

Průjem zastaví borůvky, čaj z jahodníku nebo meduňky. Silnější variantou je pak Smecta nebo Hylac forte. Dávat je můžeme i dětem.

Tipy na zajímavé poskytovatele

Přinášíme Vám seznam zajímavých poskytovatelů. Vzhledem k rychlému rozvoji slevové sítě vám doporučujeme sledovat databázi poskytovatelů, která je umístěna na www.rodinnepasy.cz.



Aquapark Kohoutovice

Chalabalova 946/2a, 623 00 Brno
tel.: 533 033 863 - pokladna
www.aquapark-kohoutovice.cz

Plavecký bazén (6 drah), relaxační bazén s atrakcemi (vodní trysky, perličky, divoká řeka), vířivka, tobogán (90 m), letní bazén se sluneční terasou, sauna, pára, dětské brouzdaliště, občerstvení, posilovna



10 % Po–Pá (mimo prázdniny) na vstupné 1,5 hod., 2,5 hod., 3,5 hod. v kategorii vstupného: základní (tj. dospělý) a dítě 6–14 let včetně



Koupaliště Riviéra (letní provoz)

Bauerova 322/7, 603 00 Brno
tel.: 730 157 525 - pokladna
www.rivec.cz

Kaskáda tří nových nerezových bazénů, brouzdaliště, nerezový

tobogán, skluzavka, masážní lavice, lezecká stěna, lanové mosty, občerstvení, dětské hřiště s pískovištěm, petanquové hřiště, ping-pongové stoly, velké šachy, 4 kurty pro plážový volejbal a spousta dalších atrakcí



10 % Po–Pá v kategorii vstupného: základní (tj. dospělý) a dítě 6–14 let včetně

Městský plavecký stadion Lužánky

Sportovní 486/4, 602 00 Brno
tel.: 533 033 881 - pokladna
www.bazenzaluzankami.cz

50 m plavecký bazén (8 drah), skokanská věž a prkna, relaxační bazén, občerstvení



10 % v kategorii vstupného: základní (tj. dospělý) a dítě 6–14 let včetně

Muzeum ve Šlapanicích

Masarykovo náměstí 18,
 664 51 Šlapanice
tel.: 544 228 029
slapanice@muzeumbrnenska.cz
www.slapanice.muzeumbrnenska.cz

Muzeum ve Šlapanicích pořádá různé tematicky zaměřené krátkodobé výstavy. Spolupracuje se školami, soustřeďuje se na rodiny s dětmi. Pro dětské návštěvníky pravidelně připravuje herny a doprovodné programy.

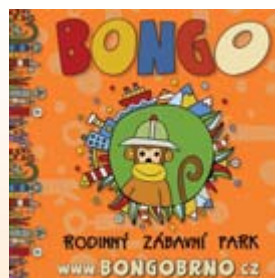
10 % mimo akce

Památník Mohyla míru

K Mohyle míru 200, 664 58 Prace
tel.: 544 244 724
mohyla-miru@muzeumbrnenska.cz
www.mohylamiru.muzeumbrnenska.cz

Mohyla míru byla postavena na památku obětí slavkovské bitvy (2. 12. 1805). Velký zájem přitahuje netradiční multimediální expozice památníku Bitva tří císařů. Slavkov / Austerlitz 1805.

10 % mimo akce



Rodinný zábavní park Bongo

Pražákova 51, 619 00 Brno
tel.: 777 639 172
www.bongobrno.cz

5 % na vstup

Památník písemnictví na Moravě

Klášteř 1, 664 61 Rajhrad
tel.: 547 229 136,
 pokladna 547 229 126
rajhrad@muzeumbrnenska.cz
www.rajhrad.muzeumbrnenska.cz

Památník písemnictví na Moravě sídlí v benediktinském klášteře v Rajhradě a nabízí, kromě sezónních výstav, stálou expozici věnovanou literatuře na Moravě od jejich počátků do současnosti.

50 %

Dům přírody Moravského krasu, o.p.s., Skalní mlýn

Vavřinec 80, 678 01 Blansko, tel.: 516 414 826
info@dpmk.cz, www.dumprrody.cz/moravsky-kras

V moderní prožitkové expozici o Moravském krasu podniknete cestu časem od jeho vzniku až po současnost a zažijete ji u nás reálně ve 3D.

20 % na rodinné vstupné - 2 a více platících členů

Diromax Czech, s.r.o.

Vážného 2091/15, 621 00 Brno
tel.: 608 212 587
obchod@diromax.cz

Prodej vodních filtrů.



**10 % na nákup na webu
www.icepure-filtry.cz
při využití slevového
kódu: PAS**

Zámek v Mikulově



Zámek 1/4,
692 01 Mikulov
tel.: 519 309 014,
777 061 230
pokladna@rmm.cz
www.rmm.cz

**10 % z plného
vstupného**

Elektro Rumler

Burianovo nám. 8, 616 00 Brno
tel.: 541 212 600, 737 288 188
www.irumler.cz

10 % mimo akce

HANNAH Beauty Zone, s.r.o.

Pobočky:

- Kubičkova 8, 635 00 Brno
tel.: 773 900 822,
539 011 144
- Žarošická 24, 621 00 Brno
tel.: 773 900 822

info@beauty-zone.cz
www.beauty-zone.cz

10 % mimo akce

Oční optika Miroslav Nippert

www.moje-optika.cz

Pobočky:

- Burianovo nám. 13,
616 00 Brno
tel.: 541 214 986
- Petra Krivky 1a
(OC Albert), 634 00 Brno
tel.: 775 252 007
optika@centrum.cz

Velký výběr obrub všech kategorií, dětské brýle, moderní brýlové čočky, specializace na multifokální brýle, příjemné a vstřícné prostředí rodinné firmy, nízké ceny a krátké dodací lhůty.

10 % na zakázku

Hodinářství Ladislav Brník

Přímětická 24, 669 02 Znojmo
tel.: 602 939 593

opravy a prodej hodinek, budíků a hodin.

**5 % na nákup hodinek,
hodin, budíků**

CanoCar, s.r.o.

Olomoucká 176, 627 00 Brno
tel.: 547 357 017
info@canocar.cz
www.canocar.cz

**30 % na doplňky
k novému vozu
21 % na servis
k novému vozu**

Městská plovárna Louka Znojmo

Melkusova 42, 669 02 Znojmo
tel.: 515 210 582
plovarna-znojmo@snznojmo.cz
www.snznojmo.cz



10 % na vstup

ABC CYKLOSPORT s.r.o.

Osová 4, 625 00 Brno
tel.: 725 749 275
abccyklosport2@seznam.cz
www.abccyklosport.cz

„Prodej a servis jízdních kol sportovní obuv + oblečení MIZUNO cyklopřilby GIRO + BELL“

**5 % na jízdní kola ROCK
MACHINE + výrobky
KETTLER
10 % na sportovní obuv
a oblečení MIZUNO
+ cyklopřilby BELL
a GIRO.**

Sleva se nevztahuje na již zlevněné zboží a při platbě kartou.

MUDr. Lucia Opletalová zubař

Lesnická 19, 613 00 Brno
tel.: 721 133 991
zubarbrno@seznam.cz

**5 % na nákup dentálních pomůcek
10 % na dentální hygienu + domácí
bělení zubů**



DENTÁLNÍ HYGIENA
721 133 991

www.zubarbrno.cz

Muzeum v Ivančicích

Široká 1, 664 91 Ivančice, tel.: 546 451 489
ivancice@muzeumbrnenska.cz, www.ivancice.muzeumbrnenska.cz

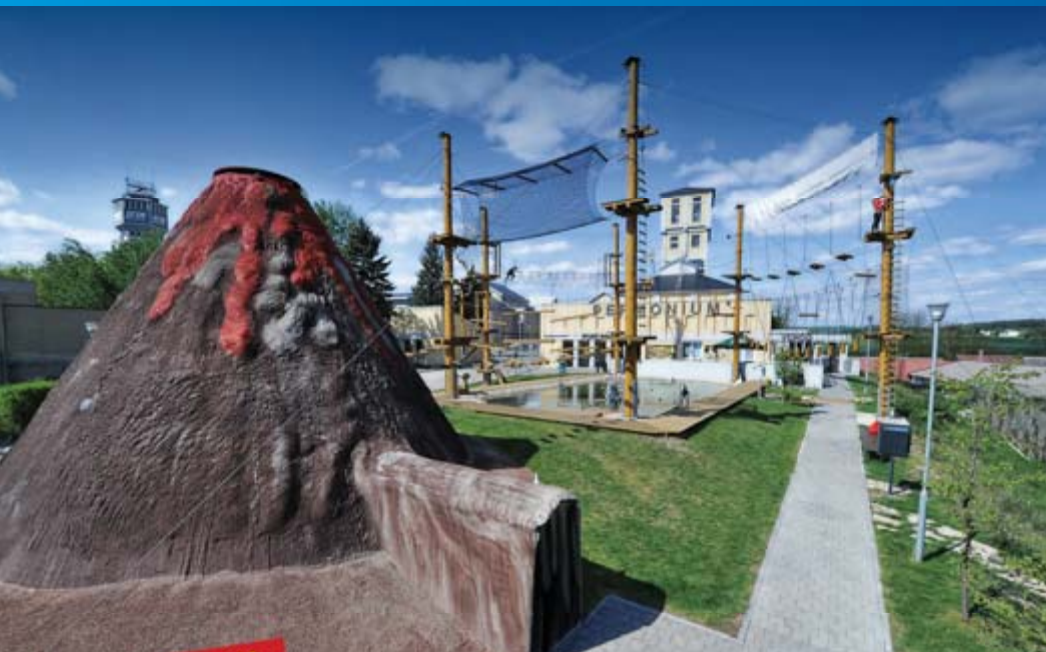
Muzeum v Ivančicích patří k nejstarším moravským regionálním muzeím. Pečuje o rozmanité sbírky, včetně fondu zdejšího slavného rodáka - malíře Alfonse Muchy. Vystavuje v galerii Památníku Alfonse Muchy.

50 %

CK KUDRNA

Lidická 17, 602 00 Brno
tel.: 777 583 762
ck@kudrna.cz
www.kudrna.cz

**5 % (max. 500 Kč) na
všechny vícedenní
zahraniční zájezdy CK
Kudrna
12 % na ostatní námi
pořádané kulturní akce
(cestopisná promítání,
koncerty, festivaly)**



NOVINKA

DUHOVÝ SVĚT

Park pro nejmenší

HURÁ DO NOVÉHO PERMONIA!

Jaro si dalo pořádně na čas. Taky jste se nemohli dočkat? My jsme se letos těšili dokonce více než obvykle. Z Permonia se totiž stává moderní rodinný komplex opravdu pro všechny věkové kategorie, jehož celková plocha již dosahuje 11 850 m². Velkou novinkou tohoto roku bude zbrusu nový park pro nejmenší s názvem Duhový svět, přírodní areál se začarovaným jezerem, kouzelnými tůňkami i stromem Květinovníkem a dalšími zajímavými atrakcemi.

Naším záměrem bylo vytvořit protiklad Permonia a rozšířit ryze mužský svět permoníků o ženský prvek duhové víly Permíny. Příběh Duhového světa tak navazuje na příběh Permonia, neboť sympatická Duhová víla je sestrou oslavanských permonů.

Srdcem Duhového parku je zrekonstruovaná historická vodárenská věž, která byla vybudována již v roce

1913. A stejně jako kulturní památka těžní věž KUKLA, která je srdcem Permonia, tvoří charakteristický reliéf areálu bývalého černouhelného dolu. Vodní věž bude dětem sloužit jako koukálíště a je to první rozhledna pro děti, ze které se mohou sklouznout tobogánem zase zpět na pevnou zem.

**SLEVA
5 %**

na rodinné vstupné do zábavního parku Permonium® a kulturní památky těžní věže Kukla po dobu sezóny

Lákavý design herních prvků přímo vybízí k procházce i aktivnímu využití všech nových činností. A jak to tak už v Permoniu bývá, i zde najdete originální atrakce s netradičními názvy jako Malovánky, Mlhovniček, Lanolod, Rámusiště, Valinka, Kouzelné tůňky a mnoho dalších. Přečtete svým dětem třeba pohádkový příběh na leperelu v nadživotní velikosti a děti při tom mohou zároveň obrázky rozpohybovat.

Pro hravé rodiny s malými dětmi máme připravenou pohádkovou hru Duhová kapka, ve které půjde o vysvobození víly Permíny z tajemné komnaty. Do komnaty se však mohou dostat pouze šikovné a odvážné děti a ty budou za svou snahu náležitě odměněny. Za všechny interaktivní hry v Permoniu totiž získávají hráči hodnotné dárky.

A pokud si rodiče budou chtít odpočinout a občerstvit se, zamíří k nepřehlédnutelnému Mlsnému krámku, kde bude vždy něco dobrého pro maminky, pro tatínky i pro děti.

permonium®
zábavní park s příběhem

Zábavní park s příběhem, jehož srdce tvoří industriální kulturní památka těžní věž KUKLA, otevře své brány letos již posedmé. I tento rok se na všechny své návštěvníky těší všech šest oslavanských permonů, kteří mají připraveny všechny své nástrahy a zálučnosti v jedinečné interaktivní hře s názvem Magic permon, určené pro děti, teenagery i dospělé hráče. Park je plný neuvěřitelných scénérií, kulís a rekvizit – nachází se tu nadzemní bludiště, imitující systém důlních chodeb, důlní jezero, sopka propojená dvouúrovňovým lanovým centrem, prales, důlní štolky a mnohých dalších zajímavostí.

Jedinečné interaktivní hry s atraktivními odměnami pro vítěze jsou skvělou příležitostí pro aktivně strávený volný čas celé rodiny.

Přijďte se k nám podívat, určitě to bude stát za to!

www.permonium.cz
www.facebook.com/permonium



M U Z E U M TERRA TECHNICA



Největší na světě. Takovým přívlastkem se pyšní muzeum Terra Technica v nákupním a zábavním centru Excalibur City v Hatích u Znojma. Na ploše 8 500 m² nalezne návštěvník na 700 jukeboxů, 250 pinballových automatů a další stovky videoher a ostatních kuriozit – celkem více než 2 000 exponátů.



Terra Technica prezentuje vše ze zlatých časů, kdy na stříbrném plátně zářily hvězdy jako Stan Laurel nebo Oliver Hardy. Příchozí nahlédnou za oponu životního stylu od konce 19. přes 20. století až po současnost. Při putování expozicí lze obdivovat i jedinečné historické automobily, např. první masově vyráběný vůz Ford T. K vidění je i Cadillac, s nímž jezdili Marilyn Monroe a Elvis Presley, či originální Batmobil z roku 1989.



Co však činí muzeum Terra Technica výjimečným, je celosvětově největší sbírka jukeboxů a pinballových automatů. Na jednom místě je soustředěno několik stovek funkčních modelů, které tvoří průřez celou historií těchto jedinečných přístrojů. Zájemci se dozvědí vše o slavných jménech firem jako Rock Ola, Seeburg, Ami nebo Wurlitzer. Mezi ojedinělé exponáty patří Wurlitzer 1015. Žádný jiný jukebox nebyl nikdy tak vzrušující. Jelikož bylo Wurlitzeru 1015 prodáno více než 56 tisíc kusů, patří mezi nejprodávanější jukeboxy v historii. Nejedná se ale o jediný výjimečný přístroj v expozici Terra Technica. Zde si totiž na své přijde každý technický nadšenec.



Při nákupu 5 ks na recepci muzea Terra Technica dostane zákazník 5 tokenů zdarma. Slevu je možno poskytnout na každou osobu a každou návštěvu pouze jednou při předložení karty Rodinných pasů.

Muzeum dále představuje kompletní svět pinballů. Expozice obsahuje raritní kousky flipperů, inspirované filmovým prostředím (Star Wars, Pán Prstenů), stejně jako největší pinballový automat na světě jménem Hercules.

Při návštěvě muzea Terra Technica mohou lidé využít i tematických barů. Speciální část, věnovanou superhrdinům jako Spiderman či Batman, lze nalézt v podzemí. Mezi rekvizitami ze světa komiksových hrdinů představuje perličku replika obývacího pokoje ze 70. let.

Specialitou celého muzea je skutečnost, že všechny exponáty jsou plně funkční a lidé si je mohou vyzkoušet. Každý návštěvník si tak z jukeboxu přehraje svou oblíbenou písničku či zkusí štěstí na pinballových automatech.

Terra Technica • Chvalovice-Hatě 194, Znojmo
www.terratechnica.info



Noví poskytovatelé

od 31. 10. 2017 do 1. 4. 2018

Přinášíme seznam poskytovatelů, kteří se nově zapojili do projektu Rodinné pasy. Vzhledem k rychlému rozvoji slevové sítě vám doporučujeme sledovat databázi poskytovatelů, která je umístěna na www.rodinnepasy.cz.

Auto-moto

Autosalon Hora CZ a.s.

Štouračova 1a, 635 00 Brno
tel.: 546 215 573-4
mlynek.p@autosalonhora.cz
www.autosalonhora.cz

4 % na nové vozy Škoda
5 % na servis, práci a materiál

KM servis Brno – autoservis

Hviezdoslavova 41, 627 00 Brno
tel.: 776 111 671
www.kmservisbrno.cz

10 % na servisní práce

Canocar, s.r.o.

Olomoucká 176, 627 00 Brno
tel.: 547 357 017
info@canocar.cz
www.canocar.cz

30 % na doplňky k novému vozu
21 % na servis k novému vozu

Péče o tělo

Ayurveda Masáže Brno

tř. Kpt. Jaroše 3, 602 00 Brno
tel.: 777 555 033
masaze.brno@email.cz
www.ayurveda-masaze-brno.cz

30 % na první návštěvu

Hannah Beauty Zone, s.r.o.

info@beauty-zone.cz
www.beauty-zone.cz

Pobočky:

- Kubičková 8, 635 00 Brno
tel.: 773 900 822, 539 011 144

10 % na kompletní služby nehtového studia, na kompletní kosmetické ošetření a pedikúru

51 % na přístrojovou lymfatickou masáž 50 minut (nohy, břicho a ruce) - cena pro Rodinné pasy za 99 Kč

50 % na kavitační liposukci (45 minut) - cena pro Rodinné pasy za 980 Kč
50 % radiofrekvenční ošetření (facelifting) - cena pro Rodinné pasy za 350 Kč

- Žarošická 24, 621 00 Brno
tel.: 773 900 822

10 % na služby
50 % na přístrojovou lymfatickou masáž 50 min. za 99 Kč, včetně ručního návleku

Kosmetika Jana Weissová

Antala Staška 2, 613 00 Brno
tel.: 608 827 154
jwrk@seznam.cz
www.s-salon.cz

25 % na kompletní kosmetické ošetření pleti

SABAI - THAI MASSAGE CENTERS

Pekařská 7, 602 00 Brno
tel.: 775 257 507
pekarska@sabai.cz
www.sabai.cz

20 % na všechny masáže z ceníku, kromě zvýhodněných setů a kombinací, výhody nelze sčítat

Dům, bydlení, vybavení domácnosti a zahrady

Diromax Czech, s.r.o.

Vážného 2091/15, 621 00 Brno
tel.: 608 212 587
obchod@diromax.cz



10 % na nákup na webu www.icepure-filtry.cz, při využití slevového kódu: PAS

Elektro Rumler

Burianovo nám. 8, 616 00 Brno
tel.: 541 212 600, 737 288 188
info@irumer.cz
www.irumer.cz

10 % mimo akce

Kuchyně Rumler

Burianovo nám. 8, 616 00 Brno
tel.: 541 212 600, 737 288 188
info@irumer.cz
www.irumer.cz

5 % z celkové ceny zakázky
100 % na grafický návrh

Sport

Fitness Shop Vyškov

Jiráskova 274/5, 682 01 Vyškov
tel.: 723 732 740
nutritionshopcz@gmail.com
www.nutrition-shop.cz

10 % na fitness oblečení a vybavení
5 % na sportovní výživu

K+K SPORT

Štefánikova 13, 602 00 Brno
tel.: 541 242 323
kksport@post.cz
www.kksport.cz

10 % při platbě v hotovosti (mimo již zlevněné zboží)
5 % při platbě kartou (mimo již zlevněné zboží)

Taneční studio NO FEET

Pobočky:

- Jeneweinova 37, 617 00 Brno
- Vaňkovo náměstí 1a, 602 00 Brno

tel.: 775 140 013
info@nofeet.cz
www.nofeet.cz

8 % na kurzy stepu, street dance, jazz dance a break dance

Elektro, komunikace a média

Chladservis

Křenová 19, 602 00 Brno
tel.: 543 235 156-8
chladservis@chladservis.cz
www.chladservis.cz

5 %

Volný čas a hobby

Němčina - Vyškov a okolí

Pobočky:

- Družstevní 22, 683 23 Ivanovice na Hané
- Lípová 2, 682 01 Vyškov

tel.: 739 324 486
dasapo@seznam.cz

www.nemcina-vyskov.webnode.cz

10 % na jazykové kurzy

Orientální tanec - Studio Slunce

Antonínská 5, 602 00 Brno
tel.: 775 917 061
info@studioslunce.cz
www.studioslunce.com

7 % na kurzy orientálního tance

SCUBA TOUR - prodej potápěčských potřeb

Železná 1a, 619 00 Brno
tel.: 777 758 997
www.scubatour.cz

10 % na potápěčské vybavení

SCUBA TOUR - škola potápění

10 % na kurzy

Terra Technica

Chvalovice-Hatě 194, 669 02 Znojmo
tel.: 530 504 150

marketing@terratechnica.info
www.terratechnica.info

50 % na hrací žetony-tokeny. Při nákupu 5 ks na recepci muzea Terra Technica dostane zákazník 5 tokenů zdarma. Slevu je možno poskytnout na každou osobu a každou návštěvu pouze jednou při předložení karty Rodinných pasů.

Ostatní



RESPILON Group s.r.o.

Cejl 480/12, 602 00 Brno
tel.: 530 332 163
p.hubner@respilon.com
www.respilon.cz

Slevový kód: SRP2018 slevu uplatnit:

www.respilon.cz/koupit
15 % RESPILON ReSpimask
15 % RESPILON antimog scarf

Alias profi s. r. o.

Potocká 7, 623 00 Brno
tel.: 730 672 001
oslavto.brno@gmail.com
www.oslavto.cz

10 % na pronájem po–pá
5 % na pronájem so–ne

Ubytování, stravování a cestování

CK KUDRNA

Lidická 17, 602 00 Brno
tel.: 777 583 762
ck@kudrna.cz
www.kudrna.cz

5 % (max. 500 Kč) na všechny vícedenní zahraniční zájezdy CK Kudrna
12 % na ostatní námi pořádané kulturní akce (cestovní promítání, koncerty, festivaly)

SCUBA TOUR - cestovní kancelář

Železná 1a, 619 00 Brno
tel.: 777 758 997
motyckova@scubatour.cz
www.scubatour.cz

10 % na potápěčské zájezdy (mimo Mexiko, Maledivy), nevztahuje se na letenky



Rekreační chalupa statek Kotlan

Hodonín u Kunštátu 18, 679 75 Černovice
tel.: 774 854 969
statekottlan2@seznam.cz
www.rekreacni-chalupa.cz

10 % ze základního ceníku na všechny poskytované pobyty (mimo hlavní letní sezónu)

Zdravotnictví



CM Optik, s.r.o.

Pobočky:

- Česká 23, 602 00 Brno
tel.: 542 211 706
cmoptik@quick.cz
- Sadová 33, 678 01 Blansko
tel.: 516 488 482
cmoptik@quick.cz

- Vodní 44/1, 678 01 Blansko
tel.: 513 039 111
blansko@quick.cz

www.cmoptik.cz

10 % na zakázku

Lékárna Zahradníková

Zahradníková 2/8, 602 00 Brno
tel.: 541 241 203, 737 056 196
lekarnazahradnikova@iol.cz
www.lekarnazahradnikova.cz

5 % na volně prodejný sortiment lékárny

Nemocnice Blansko

Sadová 1596/33, 678 01 Blansko
tel.: 516 838 111, fax 516 417 649
info@nemobk.cz
www.nemobk.cz

5 % na rehabilitační metodu SM-systém
10 % na logopedické programy Kupoz a Kuprev
10 % na estetickou medicínu
10 % na plynové injekce
10 % na instruktážní DVD rehabilitačních metod

Oční optika - Jiří Petruš

Pobočky:

- Svatoborská 26, 697 01 Kyjov
tel.: 518 612 370
- Komenského 740, 697 01 Kyjov
tel.: 518 611 519
- Komenského 616, 697 01 Kyjov
tel.: 775 444 929v

jiiri@optika-petru.cz
www.optika-petru.cz

10 % na brýlové obruby
20 % na sluneční brýle od 1. 11. do 28. 2.
100 % na měření zraku při nákupu brýlí od nás





&



VÁS ZVOU NA
DRUHÝ

LÉTO V CENTRU

BRNĚNSKÝ PIKNIK v Lužánkách

17.6.
NEDELE 11⁰⁰

www.brnenskypiknik.cz

makro

e-on



deník