


rodinka

magazín pro rodiny s dětmi do 18 let

NEPRODEJNÉ

 www.facebook.com/rodinnepasy

Některou z poruch autistického spektra trpí přibližně každé sté dítě

více informací na straně 10



Čas k uskutečnění
našich přání

5



Žebříček
nejoblíbenějších hraček

6



Znojemské podzemí

23

2016-2016

2016

2016



Všechno nejlepší
do nového roku

2016

Vám přeji



2016

NdB Národní
divadlo
Brno

činohra

Brněnské pověsti

Ostrov pokladů

Zlatovláska

Pohádka
o miminu,
které umělo
létat

Kvak a
žbluňk

dětem

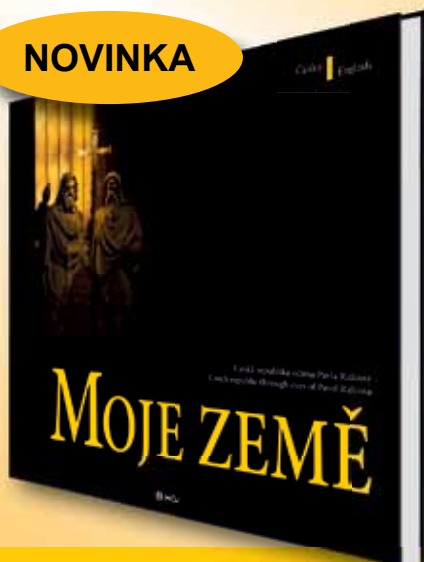
instagram.com/ndbrno
facebook.com/cinohrandb

Předprodej: Národní divadlo Brno, Dvořákova 11 / 542 158 120 / obchodni@ndbrno.cz

www.ndbrno.cz

B | R | N | O

NOVINKA



V listopadu letošního roku vychází nová reprezentativní obrazová publikace

MOJE ZEMĚ

Její autor, fotograf a redaktor stejnojmenného časopisu Pavel Radosta více než pět let cestuje po České republice a fotografuje krajinu, památky, lidi, zajímavé lokality. Nevšimá si jen notoricky známých a nejnavštěvovanějších cílů, ale vyhledává i méně známá, přitom kouzelná místa naší země. Fotografie provází krátkými glosami, které na rozdíl od strohých popisů doplňují obraz o další, osobitý rozměr. Vzniká tak netradiční, niterná výpověď o současné České republice očima i slovem člověka, který titul Moje země spojil se svým životem.



Objednávky na www.mojezeme.cz
nebo na tel.: 532 193 030
e-mail: rudolecka@mojezeme.cz

Formát 210 x 200 mm, 184 stran, jazykové mutace – čeština, angličtina, vazba pevná, s přebalem a kartonovým obalem.

Cena pro čtenáře časopisu Rodinka 390 Kč.

Milí čtenáři,



jsem rád, že Vás mohu pozdravit prostřednictvím zimního čísla časopisu Rodinka.

Už pěkných pár týdnů, možná i měsíců, si nelze nevšimnout, že Vánoce jsou opravdu za dveřmi. Z reklam a výloh obchodů jsme na jejich příchod upozorňováni vlastně už tak od října. A přiznám se – osobně se na vánoční svátky opravdu velmi těším. Vánoce pro mne vždy byly symbolem klidu a pohody. Po hekticky stráveném letošním roce jsou pro mě tyto svátky vysněným obdobím, které hodlám naplno strávit se svými nejbližšími.

A každoroční debaty, jestli budou Vánoce na sněhu nebo na blátě?! To je vlastně úplně jedno. Jak pravila polovička legendárního duu V&W Jiří Voskovec „...*ať je zima, ať je šero, ať je koneckonců trošku smutno, ale jen když je veselo*“.

Pohodově strávený zimní čas třeba s časopisem Rodinka Vám přeje

Váš hejtman

Michal Hašek

Milé rodiny, maminky, tatínkové, děti,

jsem rád, že Vás mohu pozdravit prostřednictvím dalšího vydání časopisu Rodinka, který tentokrát obléká zimní kabát.

Nastávající období mám už od dětství velmi rád. Hlavně čas Vánoc, kdy se vůně cukroví linula celým domem a tradice tu měly své pevné místo... Přál bych si, aby se i u Vás sešla celá rodina, nastěhovala se k Vám paní Pohoda a svátky pro všechny z Vás byly obdobím odpuštění, tolerance a pokory.

I v tomto vydání naleznete katalog poskytovatelů slev. Věřím, že i tentokrát pro Vás bude užitečným průvodcem po zajímavých tipech a jistě i zdrojem dobrých nápadů.

Těším se na shledání s Vámi.

Váš náměstek hejtmána Jihomoravského kraje

Roman Celý





4 Informace z kraje
Do sociálních služeb
v Jihomoravském kraji míří
dalších více než 92 milionů

5 Rodinná abeceda
Čas k uskutečnění našich
přání aneb Osobní rozvoj
ve dvou

6 Téma
Žebříčku nejoblíbenějších
dětských her a hraček vévodí
počítače a Lego

9 Rodinka podporuje
Spokojená rodina
je pro region Židlochovicka
zásadním tématem

10 Rodinka se vyptává
Některou z poruch
autistického spektra trpí
přibližně každé sté dítě

12 Zdravá rodinka
První pomoc z Českého
červeného kříže

13 Technický koutek
Bezpečnost na horách

14 Ekologie
Kam s tím?
Abeceda odpadu

16 Šikovná rodinka
Posviťme si na Vánoce

18 Čenda dětem
Okénko pro děti

20 Domácí mazlíček
Skinny morče

21 Filmy, knihy, divadlo
Kulturní tipy časopisu

23 Tip na výlet
Znojemské podzemí

24 Příběh ze života
K moři se nejede

26 Noví poskytovatelé
Rakousko

27 Noví poskytovatelé
Jihomoravský kraj

DO SOCIÁLNÍCH SLUŽEB V JIHMORAVSKÉM KRAJI MÍŘÍ DALŠÍCH VÍCE NEŽ 92 MILIONŮ

Poskytovatelé sociálních služeb v našem kraji dostanou další významnou finanční injekci. Tentokrát bylo rozděleno více než 92 milionů korun, a to díky rozhodnutí vlády, která poslala prostřednictvím ministerstva práce a sociálních věcí Jihomoravskému kraji 71,838 milionů korun k dofinancování sociálních služeb v roce 2015. Kraj navíc přidal k této částce 20,537 milionu z vlastní rezervy.

Schválen byl také nový závazný ukazatel, a to příspěvek na provoz účelově určený na poskytování sociálních služeb pro příspěvkové organizace, které jsou zřizované Jihomoravským krajem.

„Protože kraj nemůže vlastní příspěvkové organizaci poskytnout dotaci formou uzavření dotační smlouvy, tak jako jiným poskytovatelům sociálních služeb, rozdělují tyto částky pocházející ze souhrnné dotace ministerstva práce a sociálních věcí ve formě účelově určeného příspěvku na provoz. Pro čerpání finančních prostředků platí shodná pravidla pro všechny subjekty bez ohledu na právní formu a zřizovatele,“ vysvětlil náměstek hejtmana Roman Celý.

Přidělené finanční prostředky byly přerozděleny v souladu s principem nediskriminačního, rovného přístupu k jednotlivým poskytovatelům sociálních služeb. Koeficient pro přepočítání činí 13,6 procenta nově stanovené hodnoty dotace.

„Jsem velmi rád, že peníze míří právě do sociální oblasti. Pokud budu konkrétní, tak nejvyšší částka míří do domovů se speciálním režimem, domovů pro seniory a domovů pro osoby se zdravotním postižením, kam půjde přibližně 58 milionů korun. Je to významná finanční podpora, která organizacím zásadně vypomůže pokrýt jejich provozní náklady,“ sdělil Roman Celý.

SLUŽBY, KTERÉ BUDOU FINANCOVÁNY Z DOTACE

AZYLOVÉ DOMY
CENTRA DENNÍCH SLUŽEB
DENNÍ STACIONÁŘE
DOMOVY PRO OSOBY SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM
DOMOVY PRO SENIORY
DOMOVY SE ZVLÁŠTNÍM REŽIMEM
DOMY NA PŮL CESTY
CHRÁNĚNÉ BYDLENÍ
INTERVENČNÍ CENTRA
KONTAKTNÍ CENTRA
KRIZOVÁ POMOC
NÍZKOPRAHOVÁ DENNÍ CENTRA
NÍZKOPRAHOVÁ ZAŘÍZENÍ PRO DĚTI A MLÁDEŽ
NOCLEHÁRNY
ODBORNÉ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ
ODLEHČOVACÍ SLUŽBY
OSOBNÍ ASISTENCE
PEČOVATELSKÁ SLUŽBA
PODPORA SAMOSTATNÉHO BYDLENÍ
PRŮVODCOVSKÉ A PŘEDČITATELSKÉ SLUŽBY
RANÁ PÉČE
SLUŽBY NÁSLEDNÉ PÉČE
SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍ SLUŽBY PRO SENIORY A OSOBY SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM
SOCIÁLNĚ TERAPEUTICKÉ DÍLNY
SOCIÁLNÍ REHABILITACE
SOCIÁLNÍ SLUŽBY POSKYTOVANÉ VE ZDRAVOTNICKÝCH ZAŘÍZENÍCH LŮŽKOVÉ PÉČE
TELEFONICKÁ KRIZOVÁ POMOC
TERAPEUTICKÉ KOMUNITY
TERÉNNÍ PROGRAMY
TLUMOČNICKÉ SLUŽBY
TÝDENNÍ STACIONÁŘE



„Láska nespočívá v tom, že se díváme jeden na druhého,
ale v tom, že se díváme stejným směrem.“

Antoine de Saint-Exupéry

Čas k uskutečnění našich přání aneb Osobní rozvoj ve dvou

Osobní rozvoj je velké téma dnešní doby. A někdy je chápáno i tak, že jakmile na sebe člověk přijme závazek vážného a hlubokého vztahu, nemůže se už sám sobě a vlastnímu rozvoji dostatečně věnovat. A tak se často závazků bojíme a utíkáme před nimi.

Je velká škoda, dívat se na partnerství takto. Ve skutečnosti může být vše naopak - právě jako pár můžeme a máme společně růst. Potřebujeme výzvy, zážitky, společné úkoly, při kterých pracujeme pro dobrou věc, při kterých se vzájemně doplňujeme a obohacujeme. Dokonce i moderní věda při svém bádání „*jak si udržet vztahy na celý život*“ dochází k závěrům, které říkají: zaměřme se na „*osobní rozvoj ve dvoučlenném týmu*“. Hledejme to, co budeme dělat rádi společně - ať je to velké, malé, bláznivé, vážné, dobrodružné nebo klidné... Zaměřme se na to, jaká jsou naše společná přání, sny a touhy...

Chceme-li se v něčem rozdvíjet, musíme tomu dát především svůj čas a ochotu.

MLUVME O SVÝCH SNECH

Mluvit spolu je základ každého vztahu. Rozhovor však nemá sloužit jen k výměně informací o „*provozních*“ věcech v rodině, ale především má být výrazem vzájemného vztahu a snahy jej prohlubovat.

Udělejme si „*brainstorming*“ – to znamená říkejme si vše, co nás napadá, ať to je či není reálné a uskutečnitelné – co si přejeme dělat jako pár:

- budeme si číst z oblíbené knížky
- koupíme si houpací síť pro dva
- pojedeme k moři
- budeme se dívat na západ slunce
- uděláme si piknik v trávě
- zavážeme si oči a budeme se vzájemně poslepu vést
- budeme si nahlas číst naše milostné dopisy a napíšeme si nějaký nový
- projdeme se v noci za úplňku
- vyjedeme si na kolech
- vyrazíme do kina a potom na večeri
- půjdeme si zahrát volejbal a minigolf
- budeme se dívat na náš oblíbený film
- pojedeme lyžovat
- zapojíme se do aktivit pro rodiny v našem okolí
- s přáteli uděláme dobrodružný program pro naše děti
- dopřejeme si společný prodloužený víkend v lázních
- napíšeme si, čeho si na sobě vážíme, co nám dělá radost a co si přejeme...

Vezměme si kalendář a najdeme termín. Ale nejen jednorázově, nejlépe pravidelně. Chceme-li se v něčem rozvíjet, musíme tomu dát především svůj čas a ochotu. To platí i v partnerství. Vztah je třeba neustále budovat a pracovat na něm. Máme možnost rozvíjet se nejen jako jednotlivci, ale i jako pár. A je krásné stále více poznávat a chápat, že: „*Jsme kmenem jednoho stromu a můžeme společně růst*“...

POJĎME SE ROZVÍJET VE DVOUČLENNÉM TÝMU!

ŽEBŘÍČKU NEJOBĹIBENĚJŠÍCH DĚTSKÝCH HER • A HRAČEK • VĚVODÍ POČÍTAČE A LEGO

Jo-jo, lego, vojáčci, mašinky, modelína, Rubikova kostka a další – to jsou hračky z minulosti, z nichž mnohé zůstaly populární až dodnes. S jakými hračkami si hrají naše děti nejraději dnes? Z aktuálního průzkumu, který mezi rodiči dětí v mladším školním věku uspořádal výrobce dětských nápojů Jupík, vyplývá, že na prvním místě se nacházejí počítačové hry, na opačném pólu se naopak umístily karty a naučně vzdělávací stavebnice.

„Děti si hrají z vlastní potřeby. Přesto má na ně hraní významný vliv. Hovoříme o rozvoji myšlení, fantazie, tvořivosti či rozvoji sociálním. Nezanedbatelný je také rozvoj motorický a možnost uvolnění nashromážděného napětí a energie,“ popisuje psycholožka Jana Klinderová-Píchová.

„Hračka by měla odpovídat potřebám dítěte, jeho věku, schopnostem a zálibám. Měla by motivovat k hraní, pobízet jeho

fantazii a pomáhat rozvoji osobnosti ve všech směrech,“ vysvětluje psycholožka. S čím si dnešní děti hrají a čemu se věnují? Odpověď v podobě žebříčku třinácti nejoblíbenějších her a hraček přináší průzkum pod záštitou značky dětských nápojů Jupík a byl sestaven rodiči dětí v mladším školním věku.

1. POČÍTAČOVÉ HRY

28 % dětí se ve volném čase nejraději obklopuje počítačovými

hrami. „Moderní technologie jsou pro děti i rodiče fascinující a často bývají rodiči podporovány. Klasické hry jsou v nevýhodě, protože je při nich většinou potřeba vynaložit více fantazie, představivosti a bývá nutná přítomnost další osoby. Celkově se proto mohou zdát náročnější,“ komentuje výsledky průzkumu psycholožka. Nejraději mají počítačové hry děti rodičů do 26 let věku, u dětí starších rodičů tento podíl klesá. Naopak nejméně se nechávají počítačovou technologií a internetem pohltnout děti z menších měst (10 %).



2. LEGO

V Česku je lego a jemu podobné stavebnice nejoblíbenější hračkou pro každé páté dítě. Ačkoliv si s těmito hračkami hrají častěji chlapci, ani mezi dívkami se nejedná o neznámý pojem. A je to dobře. Stavebnice totiž učí děti bez rozdílu pohlaví přemýšlet, rozvíjí jejich představivost, paměť i kreativitu.

řadou doplňků a dají se oblékat a česat, některé lze dokonce i lícit. Jejich popularita trvá již několik desetiletí.

6.–8. DESKOVÉ HRY, FIGURKY, HRANÍ SI NA ROLE

O šesté až osmé místo se dělí deskové hry, hračky v podobě různých figurek

12.–13. KARETNÍ HRY, NAUČNĚ VZDĚLÁVACÍ STAVEBNICE

Žebříček uzavírají karty a naučné vzdělávací stavebnice. Ty volí nejraději jen necelé 1 % dětí. Možné příčiny nižší oblíbenosti těchto stavebnic objasňuje psychologka Jana Klinderová-Píchová: „Naučné vzdělávací hry či technicky náročné hračky mohou dítě dostávat do situací, kdy bývá odkázáno na spolupráci dospělého. Po příchodu z práce však rodiče už nemusí mít na hraní energii, a mohou tak tento typ her podporovat méně. Pro komplexní rozvoj osobnosti dětí jsou však velmi vhodné a těžko nahraditelné.“

V případě karetních her jde spíše o nedostatečné vedení ze strany rodičů. Karetní hry mají pro vývoj dítěte hned několik přínosů. Umožňují soupeřit nepřímě, učí dítě spolupracovat na své dovednosti či se vyrovnávat se situacemi náhody. Důležitým prvkem jsou živí protihráči či spoluhráči. Dítě má možnost ve cvičném prostředí zažívat situace velmi podobné těm v reálném životě, učí se také rozumět a respektovat chování druhých.

Hračka by měla motivovat k hraní a pobízet fantazii dítěte

3. TABLETY A CHYTRÉ TELEFONY

Třetí místo žebříčku obsadily tablety a chytré telefony. Podle průzkumu si s těmito „hračkami“ hraje u nás nejraději 12 % dětí a toto číslo patrně dále poroste. „Bohužel se však domnívám, že počítačové a tabletové hry nemohou konkurovat hrám klasickým z pohledu komplexního rozvoje osobnosti dítěte,“ varuje psychologka. S tablety a chytrými telefony si nejčastěji hrají děti rodičů do 26 let (16 %).

a hraní si na role, jako např. na školu či na rodiče. Všechny tři typy her získaly shodně 4,5 % hlasů. „Klasické hry jsou bohužel často málo podporovány právě ze strany rodičů. Třeba deskové hry přitom kladou nároky na intelekt a pomáhají rozvíjet různé složky myšlení - tvořivost, logiku, úsudek, postřeh i paměť,“ říká k tomu psychologka.

4. VENKOVNÍ HRY

Venkovní aktivity a hry jako např. na babu či na schovávanou jsou těmi nejoblíbenějšími pro každé desáté dítě. Zatímco na vesnicích a malých obcích do 1 000 obyvatel jsou tyto hry populární u 13 % dětí, v Praze je vyhledává naprosté minimum. Jejich význam pro děti je přitom neoddsudovatelný. „Venkovní pohybové aktivity bych velmi doporučovala zejména ve vztahu k všeobecně nízké pohybové aktivitě dětí a ke stoupajícímu trendu dětské obezity,“ říká psychologka.

5. PANENKY

Na páté příčce se v průzkumu umístily hračky z čistě dívčího světa, panenky. Nejraději si s nimi hraje 6 % všech dětí. „Bárbyny“ a podobné panenky disponují

Děti si hrají z vlastní potřeby. Přesto má na ně hraní významný vliv.

9.–11. HERNÍ KONZOLE, AUTÍČKA, PLYŠÁCI

I o další tři místa se dělí tři druhy hraček. Jedná se o herní konzole, autíčka a plyšáky. S nimi si shodně hrají nejraději pouze 1,3 % dětí. Autíčka a plyšáci se mezi dětmi různých věkových kategorií objevují již po několika generacích.



KONCERT PRO KRTEK

29/11 NEDĚLE
19:00 2015

SEMILASSO

BENEFIČNÍ KONCERT PRO
NADAČNÍ FOND DĚTSKÉ
ONKOLOGIE KRTEK

UMĚLECKÝ PROGRAM
ROBERT JÍCHA



PŘEDPRODEJ

- Brno, Senior Point, Mendlovo nám. 1a
www.seniorpointy.cz
- Brno, NFDO Krték, Černopolní 217/22A
www.krtek-nf.cz
- Brno, Knihovna J. Mahena, Koblížná 4
www.kjm.cz

Cena vstupného a výtěžek charitativního koncertu budou věnovány ve prospěch onkologicky nemocných dětí.

CENA VSTUPENKY
NA MÍSTĚ 500,- Kč
V PŘEDPRODEJI 290,- Kč

GENERÁLNÍ PARTNER

HLAVNÍ PARTNEŘI

B | R | N | O | I

Sun
Drive
Communications

MEDIÁLNÍ PARTNEŘI



Koncert se koná za podpory
MČ Brno - Královo Pole

point

Královo Pole

Spokojená rodina

je pro region Židlochovicka zásadním tématem

Od konce listopadu 2013 do října 2015 probíhal v téměř všech správních obvodech obcí s rozšířenou působností (malých okresech) Projekt meziobecní spolupráce. Jeho cílem bylo nastartovat, podpořit a prohloubit různé formy spolupráce mezi obcemi. Projekt byl koordinován Svazem měst a obcí České republiky (SMO ČR). V první etapě byly zpracovány analýzy v oblasti školství, sociálních služeb a odpadového hospodářství, přičemž každý region si mohl zvolit ještě jedno téma, které vnímal na svém území jako potřebné. V Židlochovicích byla vybrána rodinná politika.

„Je to vůbec poprvé, kdy vznikla takováto aktivita. Žádný další okres v České republice si toto téma nevybral. Pro Židlochovice to tedy znamenalo svým způsobem výzvu, protože iniciátoři nemohli počítat s metodickou podporou ze strany Svazu měst a obcí ČR,“ uvedl náměstek hejtmána Roman Celý.

V regionu nebylo povědomí o této oblasti příliš rozšířené, proto se rozhodli toto téma úzce propojit se sociálními službami, s podporou volnočasových organizací a s aktivitami v oblasti bezpečnosti a prevence kriminality; důvodem také bylo, že někteří starostové by pravděpodobně samotnou užší rodinnou politiku neakceptovali; pokud však byla pojata takto široce, souhlasili.

Výsledkem první etapy projektu byla analýza území z hlediska rodinné politiky. Byla posouzena demografická situace, prarodinné aktivity v regionu, volnočasové organizace, vybrané kapitoly z bezpečnosti, některé aspekty financování prarodinných opatření, a dále byla

Projekty podobného charakteru si zaslouží finanční podporu i ze strany kraje

zpracována návrhová část, na které už se podíleli i samotní starostové. Na základě diskusí s představiteli obcí, volnočasových organizací a některých

poskytovatelů sociálních služeb byly stanoveny jednotlivé cíle v rodinné politice a projekt byl prozatím nazván Region přátelský rodině.

„Region Židlochovicka, díky své příznivé poloze v zázemí krajského města a díky dobré dopravní přístupnosti a relativně dobré vybavenosti, představuje atraktivní lokalitu z hlediska suburbanizace, tj. stěhování obyvatel z velkých měst do jejich zázemí. Největší skupinou, která se do obcí ORP Židlochovice stěhuje, jsou rodiny s menšími dětmi. Jsem přesvědčen, že projekty podobného charakteru si zaslouží finanční podporu i ze strany kraje. Musí se koncepčně řešit podpora místních spolků a organizací, a to i v návaznosti na potřebu ze strany mládeže,“ doplnil náměstek hejtmána Roman Celý.

Vznikající projekt by měl mít i svého koordinátora. Ten by pro obce zajišťoval metodickou pomoc, předával by informace z vyšších územně správních jednotek, pomáhal by při hledání financí apod. Je třeba také zdůraznit, že koordinátor

by neměl na starosti pouze oblast rodinné politiky, ale také např. prevenci kriminality, podílel by se i na aktivitách týkajících se sociálních služeb nebo školství (rozvoj dobrovolnictví, koordinace mimoškolních aktivit atd.).

Projekt je v souladu s koncepcí JMK v oblasti rodinné politiky a prevence kriminality na období 2015–2019. Pilotní projekt již probíhá, bude ukončen k 31. 12. 2015.

Navazující projekt: bude pravděpodobně zahájen od května 2016.



Některou z poruch autistického spektra trpí přibližně každé sté dítě

Když přijde vážná nemoc, pacient i rodina prožijí šok. Obzvláště náročná je situace, kdy je pacientem dítě či někdo z našich blízkých a prognóza nemoci je dlouhodobá. Původní hodnoty přestávají platit a přichází strach. Především nevědomost a neznalost jsou hlavní příčiny, které tuto nelehkou situaci nezlepší, proto je na místě, kromě lékařského ošetření, vyhledat další pomoc. Asociace APLA-JM působí na celém území Jihomoravského kraje a lidem postiženým autismem pomáhá již třináctým rokem. S paní Marianou Ambrožovou jsme si povídali o tom, jakou pomoc poskytují nejen autistickým lidem, ale také rodinám, ve kterých autistický pacient žije.

Začněme tedy od začátku: co to autismus je, u koho se projevuje a jaké má příznaky?

Autismus je neurovývojové postižení dětského mentálního vývoje, nověji se užívá také termín porucha autistického spektra (PAS). Člověk s touto diagnózou nerozumí dobře tomu, co vidí, slyší a prožívá. Nevyhodnocuje správně informace, které k němu směřují, a někdy reaguje nezvykle i na běžné podněty. Projevy autismu jsou velice rozmanité, nelze najít dva autistické jedince se stejnými projevy. I přes tuto rozmanitost se kvalitativní postižení projevuje především ve třech oblastech, kterými jsou: komunikace, sociální chování – interakce a představitost. Dalo by se říci, že tito lidé mluví jinak, myslí jinak, prožívají jinak.

Jedná se o celoživotní postižení. Lidé se s touto poruchou už narodí, ale v některých případech lze projevy nemoci u dítěte pozorovat až po několika letech. Mezi poruchy autistického spektra patří dětský nebo atypický autismus, Aspergerův syndrom, Rettův syndrom a dezintegrační porucha.



Míroslava Pochopová,
ZŠ a MŠ Brno, Jana Brozkvy 3

Jakou konkrétní pomoc poskytuje asociace APLA-JM lidem s autismem?

Veškeré aktivity asociace pomáhající lidem s autismem APLA-JM vycházejí z obecného cíle zkvalitnit nemocným život. Snažíme se poskytovat systematickou a komplexní profesionální pomoc lidem s autismem i jejich blízkým. V současné době nabízíme osobní asistenční službu, dále ranou péči, která je věnována dětem v útlém věku, nebo sociální rehabilitaci, v rámci které například s klienty hledáme vhodné zaměstnání. Provozujeme dobrovolnické centrum, organizujeme volnočasové aktivity a letní tábory nebo vzdělávání odborné i laické veřejnosti.

Co je nejdůležitější pro to, aby rodina s autistickým dítětem zvládla situaci co nejlépe?

Pro rodiny, ve kterých byla diagnostikována PAS, je v prvé řadě nejdůležitější se v nové situaci zorientovat. Je důležité jim sdělit, že na to nejsou sami. Jsou tu lidé, kteří jim poradí, jak nejlépe své dítě vychovávat, jak mu porozumět a jak ho rozvíjet. Existují speciální školy, které se na děti s PAS zaměřují, případně je možné, aby ve třídě v běžné škole působil asistent pedagoga.

Při podezření na tuto diagnózu nebo po stanovení diagnózy je vhodné, aby se rodiče obrátili na takzvaný Paspoint, který provozujeme v Nerudově ulici v centru Brna. Proti rané péči, kterou APLA-JM také poskytuje, přijímá Paspoint mezi své klienty i děti starší sedmi let nebo dospívající. Právě zde rodiče dostanou všechny potřebné informace. V centru pracuje psychologka, která poskytuje rodinnou terapii a krizovou intervenci. Sociální pracovnice radí, jak a kde požádat o příspěvek na péči i kde žádat o průkaz ZTP, příspěvek na pomůcky atp. V centru pracují i speciální pedagogové, kteří ve spolupráci s rodiči navrhnou vhodné výchovné a vzdělávací postupy pro práci s dítětem přizpůsobené jeho potřebám a možnostem. Podrobné informace podají naši pracovníci na e-mailové adrese centrumpaspoint@apla-jm.cz

Kde se mohou rodiny dozvědět o této problematice více?

Už jsem se zmínila o Paspointu v Nerudově ulici. Další možností je obrátit se na pracovníky naší hlavní kanceláře, která se nachází ve Fügnerově ulici v Brně. Potřebné kontakty nebo doplňující informace jsou také k dohledání na našem webovém portálu www.apla-jm.cz nebo na emailu kancelar@apla-jm.cz.

Jaké aktivity organizujete pro děti s autistickou poruchou?

Děti mohou navštěvovat sportovní, keramický, dopravní a přírodovědný kroužek. Nabízíme jim také výuku angličtiny a ruštiny. Jedenkrát za měsíc s nimi jezdíme na výlety.



Výlet do Babího lomu, archiv APLA-JM



Týden města 2014, archiv APLA-JM

Jaký je program kroužků a čím se liší od běžných dětských aktivit?

Naši lektoři upravují program jednotlivcům na míru. Na začátku každého kroužku se děti seznámí se strukturou programu, to znamená, že podle obrázků nebo textu dopředu vědí, jaké konkrétní aktivity je čekají, a mohou harmonogram průběžně sledovat. Velký důraz klademe na motivaci klientů. Některé děti s autismem rády vyhrávají a každou prohru velmi těžce nesou, proto je třeba naučit je i prohrávat, což bývá náročná práce.

Člověk s touto diagnózou nerozumí dobře tomu, co vidí, slyší a prožívá.

Častokrát totiž není možné si s nimi o věci jen popovídat. Děti s PAS často ani nespolupracují ve skupině, čemuž se také musí učit. Kromě vedoucího kroužku bývají přítomni také osobní asistenti dětí a vedoucí má při ruce i několik dobrovolníků, kteří se dětem věnují individuálně.

Péče o postiženého je vždy na prvním místě a na jeho rodinu se mnohdy zapomíná. Jaký druh pomoci poskytujete rodinám?

Základní poradenství, osobní asistenci, ranou péči, sociální rehabilitaci, vzdělávání veřejnosti i odborníků, svépomocné rodičovské skupiny, volnočasové aktivity pro děti.

Z čeho je vaše centrum financováno? Jsou kroužky pro autistické děti zpoplatněny?

Čerpáme granty a dotace ze státní správy a samosprávy a také z evropských a nadačních fondů. Příjmy tvoří i členské příspěvky a poplatky od uživatelů služeb. Velmi důležitá je pro nás také finanční pomoc jednotlivých dárců. Loni jeden kroužek stál 300–400 Kč na čtvrtletí a přírodovědný kroužek byl zdarma.

Jakým způsobem mohou dárci podpořit vaši organizaci?

Lidé mohou poslat dárcovskou textovou zprávu ve tvaru DMS APLAMORAVA na číslo 87 777, pro pravidelnou měsíční podporu po dobu jednoho roku je třeba zvolit heslo DMS ROK APLAMORAVA, cena jedné DMS je 30 Kč, APLA-JM dostane 28,50. Více informací je k dohledání na stránkách www.darcovskasms.cz. Je také možné poslat příspěvek na účet číslo 2200644205/2010 nebo nám pomoci prostřednictvím věcného daru nebo služby (kancelářské potřeby, grafické služby atp.), případně zaměstnat lidi s PAS. Za každou materiální, finanční i jinou pomoc jsme velice vděční.

První pomoc z ČESKÉHO ČERVENÉHO KŘÍŽE



• www.cervenykriz.eu •

V evropském měřítku si Česká republika ve znalostech pravidel první pomoci nestojí špatně, přestože téma předlékařské první pomoci je stále opomíjené. Poprvé se s ním setkáme jako děti, někteří z nás později až v okamžiku, kdy si dělají řidičský průkaz, jiní už nikdy.



Řada těchto akcí se koná u příležitosti oslav Světového dne první pomoci, který byl vyhlášen poprvé v roce 2003. Datum této celosvětově významné akce připadá každoročně na druhou sobotu v září.

Český červený kříž je jednou ze 189 národních společností Mezinárodního hnutí Červeného kříže a Červeného půlměsíce. Jako hlavní spolek s celorepublikovou působností je partnerem veřejné správy pro oblast sociální, zdravotní a humanitární. V současné době má 19 718 členů a dobrovolníků. Mezi základní programové činnosti ČČK patří výchova obyvatelstva ke znalosti poskytování první pomoci, propagace a oceňování bezpříspěvkového dárcovství krve, poskytování sociálních služeb či pořádání rekondičních pobytů pro děti i seniory. ČČK v neposlední řadě působí jako další složka Integrovaného záchranného systému a poskytuje pomoc v případě mimořádných událostí.

V rámci prevence pořádá Český červený kříž pro veřejnost řadu outdoorových či indoorových aktivit. Můžeme zde vidět ukázky první pomoci, zopakovat si či prověřit svoje znalosti, nanečisto

řešit modelové situace, jejichž zvládnutí v praxi může znamenat často záchranu toho nejcennějšího – lidského života. Tyto akce jsou propojeny se zajímavým doprovodným programem a jsou organizovány ve spolupráci se záchrannou službou, Hasičským záchranným sborem.

Další příležitost, jak si osvěžit znalost první pomoci, jsou kurzy, které Český červený kříž organizuje. V nabídce je široká škála již zavedených kurzů a k dispozici jsou také kurzy sítě přímo na míru podle požadavků zadavatele.

Český červený kříž realizuje také projekt Výuka první pomoci dětí a mládeže. Na některých školách existují kroužky mladých zdravotníků, kde se děti pod vedením učitelky-zdravotnic a instruktorů ČČK učí první pomoc a své znalosti si posléze ověřují v soutěžích mladých zdravotníků. ČČK je držitelem dvou akreditací, které uděluje Evropské referenční centrum Červeného kříže v Paříži za splnění požadovaného obsahu a úrovně u pořádaných kurzů Základy první pomoci a Kurz pro uchazeče o řidičský průkaz. Znamená to, že pokud je kurz takto akreditován, je rovnocenný kurzu, který by zájemce absolvoval v kurzu Červeného kříže jiné země EU.

Kromě výše uvedených kurzů předlékařské první pomoci a ediční činnosti zaměřené na tuto oblast je ČČK autorem české verze aplikace První pomoc, určené zdarma ke stažení pro chytré mobily, která je českou verzí programu Universal First Aid App vytvořeného Americkým Červeným křížem. „Z uživatelských statistik jsme zaznamenali, že nejčastěji zobrazované stránky představují témata, která lidi nejvíce zajímají nebo kterých se ve skutečnosti nejvíce bojí, že je budou muset řešit. Patří sem krvácení, infarkt, bezvědomí, dušení či klíště,“ uvádí vedoucí Programového oddělení Úřadu ČČK paní Mgr. Miroslava Jirůtková a dále dodává: „Studium aplikace však nenahrazuje účast na kurzu první pomoci, neboť neposkytuje možnost praktického nácviku, proto doporučujeme všem uživatelům účast na kurzu první pomoci vedeném kvalifikovaným instruktorem.“



V loňském roce absolvovalo kurzy předlékařské první pomoci Českého červeného kříže celkem 42 000 dětí, mládeže a dospělých osob.

BEZPEČNOST NA HORÁCH

Zima už se blíží a nastává ten správný okamžik, kdy je třeba vytáhnout prkýnka všech druhů a vyrazit na hory. Každý, kdo lyžuje, ten skvělý pocit zná, když se pustíme dolů zasněženou sjezdovkou, vychutnáváme si rychlost, do tváří nás hřeje sluníčko a svištíme dolů po čerstvém prašanu! Stále více z nás včetně našich potomků se věnujeme adrenalinovým zimním sportům a s tím bohužel stoupá i počet úrazů, které si může přivodit nejen začátečník, ale mnohdy i ostřílený borec. Pojďme se společně podívat na několik užitečných pomocníků, které se vyplatí mít na horách vždy u sebe a díky kterým můžeme sobě i svým blízkým pomoci v nesnázích.



První pomoc

aplikace pro chytré telefony (Android, iOS)

Aplikace je českou verzí programu Universal First Aid App vytvořeného Americkým červeným křížem. Obsah odpovídá Standardům první pomoci vydaným ČČK v roce 2012.

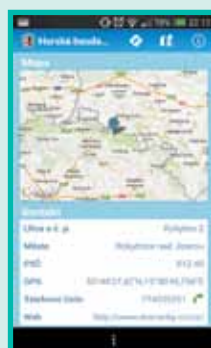
Aplikace má v přehledné grafice tři základní záložky: **NAUČTE SE**, **V NOUZI** a **PŘIPRAVTE SE**. Uživatelé poslouží jako interaktivní příručka první pomoci s radami, jak zvládnout různé situace od srdečního infarktu až po zlomeniny. Dá se ale využít i jako praktický rádce pro chvíle, kdy rozhoduje každá sekunda – součástí jsou postupy urgentní první pomoci krok za krokem, včetně krátkých videí. Tísňovou linku může uživatel vytáčet přímo z aplikace stisknutím jediného tlačítka.



Horská služba

aplikace pro chytré telefony (Android, iOS)

Kdykoliv se na horách ocitneme v nesnázích, bude se vám hodit oficiální aplikace horské služby. Aplikace nabídne informace o lyžařských střediscích a základní informace o aktuálních povětrnostních podmínkách. Další záložkou jsou „stanice“. Zde najdeme přehled všech stanic horské služby s přesnou polohou, kontaktem a fotkou budovy. Nejdůležitější funkcí je samotné přivolání pomoci v případě, že se dostaneme do problémů. K tomu slouží záložka „pomoc“ a následně dvě velká tlačítka. Prvním je volání rychlé pomoci a druhé automaticky odešle nouzovou SMS o vaší poloze.



Žlutý knoflík ICEdot

praktický doplněk k chytrému telefonu

Crash Sensor ICEdot je malé žluté zařízení, které lze snadno namontovat na jakoukoliv lyžařskou či jinou helmu. Dokáže zaznamenat a vyhodnotit všechny síly a nárazy, které na helmu působí. V případě pádu či většího nárazu se pak prostřednictvím aplikace ve vašem chytrém telefonu spustí zvukový alarm a zahájí se odpočítávání, které můžeme v předem určeném časovém limitu zastavit, jste-li v pořádku. V opačném případě telefon po vypršení limitu automaticky odešle na předem zadané číslo zprávu s GPS souřadnicemi místa, kde ke kolizi došlo.



KAM S TÍM? • ABECEDA ODPADU •



A ALOBAL Směsný odpad, popř. sběrné nádoby na hliník.

AKUMULÁTORY Sběrný dvůr, specializované firmy.

AKVÁRIA Možno do kontejneru na barevné sklo, vhodnější - sběrný dvůr.

AUTOVRAK Prostřednictvím autorizovaných likvidátorů, sběrný dvůr.

AUTOSKLO Sběrný dvůr.

AZBEST Zabalit do igelitu a kontaktovat autorizovanou firmu.

B BAKELIT Sběrný dvůr nebo směsný odpad.

BALICÍ PAPIR Klasický balicí papír do kontejneru na papír. Voskovaný papír do směsného odpadu.

BARVY Zbytky barev do sběrného dvora nebo do kontejnerů na nebezpečný odpad. Pečlivě uzavřít.

BATERIE Sběrné boxy, některé kontejnery na elektroodpad.

BLOODPAD Cokoli, co je biologického původu, je možno kompostovat. Případně do hnědých kontejnerů.

BIOPLAST 100% bioplast lze kompostovat. Ostatní (což je většina) směsný odpad. Ne do žlutého kontejneru na plast!

BRÝLE Sbírají je některé charitativní organizace. Jinak směsný odpad.

C CD Žlutý kontejner na plasty.

CELOFÁN Směsný odpad.

CEMENT Ztvrdlý cement nebo cementové bloky sběrný dvůr nebo prostřednictvím firmy zabývající se odvozem a likvidací stavebního odpadu. Totéž platí o vybouraném zdivu, zbytcích z demolic apod.

CIGARETY Popelník, jinak směsný odpad.

ČASOPISY TIŠTĚNÉ NA KŘÍDOVÉM PAPIRU Směsný odpad. Nepálit v kamnech!

ČISTIČÍ A PRACÍ PROSTŘEDKY V obalu na sběrný dvůr nebo do kontejneru na nebezpečný odpad.

Vylévat zbytky do výlevky není nejlepší nápad.

D DEODORANTY V plastových obalech do kontejneru na plasty. Ve skleněných do zeleného kontejneru na sklo. Aerosol do směsného odpadu.

DLAŽDICE A DLAŽBA Sběrný dvůr, jedná se o stavební odpad.

DRÁTĚNÉ SKLO Sběrný dvůr.

DŘEVO/DŘEVOTŘÍSKA Sběrný dvůr.

DRÁTY Sběrný dvůr. Kabely a různé propojky možno do kontejneru na elektroodpad.

DURAL Sběrný dvůr.

E ELEKTROSPOTŘEBIČE Kontejner na drobný elektroodpad, sběrný dvůr, u prodejce v rámci zpětného odběru, popř. svoz velkoobjemového odpadu.

ETERNIT Může obsahovat azbest. Zacházet opatrně. Likvidaci svěřit odborné firmě.

F FILMOVÝ MATERIÁL Je možno odevzdat ke zpracování ve specializovaných firmách. Jinak směsný odpad.

FOTOGRAFIE Směsný odpad.

FROTÉ PRÁDLO A RUČNÍKY Ideálně sběrný dvůr. Jinak směsný odpad. Pokud jsou v dobrém stavu, kontejnery na použitý textil.

G GRAMODESKY/VINYL Směsný odpad. Obaly do papíru.

GUMA Směsný odpad.

H HALOGENOVÁ SVÍTIDLA Elektroodpad nebo sběrný dvůr. Výbojky do kontejnerů na úsporné žárovky.

HLINÍK Sběrný dvůr nebo některá specializovaná sběrná místa. Někdy se sbírá ve školách.

HOBRA Sběrný dvůr.

HOUBIČKY A ŽÍNKY Směsný odpad.

HRNCE, KASTROLY A PÁNVE Sběrný dvůr, popřípadě směsný odpad.

CH CHROMOVANÉ A POCHROMOVANÉ PŘEDMĚTY Sběrný dvůr.

CHEMIKÁLIE Nebezpečný odpad, sběrný dvůr. Nevylévat do záchodů, umyvadel, van nebo kanalizace!

I IGLIT Žlutý kontejner na plast.

INFEKČNÍ ODPAD Specializované firmy. Infekční odpad z domácnosti pečlivě zabalit a odevzdat ve zdravotnickém zařízení.

J JUTA Směsný odpad.

K KABELY Kontejnery na elektroodpad, sběrný dvůr.

KABELKY A TAŠKY Pokud jsou v dobrém stavu, kontejner na použitý textil. Jinak směsný odpad.

KAMENINA Směsný odpad, sběrný dvůr.

KELÍMKY OD JOGURTŮ apod. Žlutý kontejner na plasty.

KELÍMKY OD PIVA A NÁPOJŮ (POVOSKOVANÉ) Směsný odpad. **PLASTOVÉ** do plasty.

KERAMIKA, KERAMICKÉ DLAŽDICE Směsný odpad, sběrný dvůr.

KNIHY Modrý kontejner na papír. Nepapírové přebaly do směsného odpadu.

KOBERCE Sběrný dvůr nebo kontejnery na velkoobjemový odpad.

KOPÍROVACÍ PAPIR Směsný odpad.

KOSMETIKA Zbytky nechte v nádobách (tzn. zbytečně nevypouštět do kanalizace) a vyhazujte plast do plasty, sklo do skla, hliník (pod tlakem) do směsného odpadu.

KRABIČKY OD CIGARET Směsný odpad.

KRÉMY V obalech dle materiálu. Plastové do plasty, skleněné do skla.

KŘÍDOVÝ PAPIR Směsný odpad.

KOŽENÉ ZBOŽÍ A KOŽEŠINY Pokud jsou použitelné, kontejner na textil. Jinak směsný odpad.

KVĚTINÁČE PLASTOVÉ, truhlíky apod. Žlutý kontejner na plast.

L **LEDNICE A MRAŽÁKY** Sběrný dvůr nebo v rámci zpětného odběru.

LÉKY A LÉČIVA Do lékáren.

LEPENKA PAPIŘOVÁ Modrý kontejner na papír.

LEPIDLA Ideálně do kontejnerů na nebezpečný odpad. Jinak směsný odpad.

LINOLEUM Sběrný dvůr nebo kontejner na velkoobjemový odpad.

M **MAGNETOFONOVÉ KAZETY A CÍVKY** Žlutý kontejner na plast.

MOLITAN Sběrný dvůr.

MATRACE Velkoobjemový odpad, sběrný dvůr.

MIKROTEN Žlutý kontejner na plast.

MÍČE Do brány nebo do směsného odpadu.

MOBILNÍ TELEFON Kontejner na drobný elektroodpad, u operátora nebo prodejce, popř. charita.

MONITORY Kontejner na drobný elektroodpad, sběrný dvůr, u prodejce v rámci zpětného odběru.

N **NÁBYTEK** Velkoobjemový odpad, sběrný dvůr.

NÁPOJOVÉ KARTONY (TERTRAPACKY) Oranžový kontejner. Pokud není, tak modrý na papír.

NEREZ Sběrný dvůr.

NOVODUR Sběrný dvůr nebo směsný odpad. Nikdy ne do žlutých kontejnerů na plasty, neboť to je PVC.

NOVOPLAST Sběrný dvůr nebo směsný odpad. Nikdy do žlutých kontejnerů na plast. Opět - PVC.

O **OBÁLKY** Obvyčejné i bublinkové do kontejneru na papír.

OBUV je možno vřazovat do kontejnerů na použitý textil. Jen takovou, která je ještě použitelná. Jinak směsný odpad.

OLEJE (potravinové) Do PET lahve, zavřít a do směsného odpadu.

OLEJE MOTOROVÉ U benzínových stanic, sběrný dvůr.

OCEL Sběrný dvůr. Menší kusy do kontejneru na kov nebo do sběrného kovů.

P **PAPÍR** Modrý kontejner, sběrna.

PAPÍROVÉ KAPESNÍKY, UTĚRKY Směsný odpad.

PILINY V malém množství je lze kompostovat. Bioplynné stanice. Jinak směsný odpad.

PLAST Žlutý kontejner na plasty (mimo PVC), popř. sběrný dvůr.

PLATA PAPIŘOVÁ OD VAJEC Modrý kontejner na papír.

PLATA PLASTOVÁ OD VAJEC Žlutý kontejner na plast.

PLECHOVKY (alu) V některých lokalitách jsou kontejner na kov/hliník, případně do žlutého kontejneru k plasty, popř. sběrný dvůr.

PLENY JEDNORÁZOVÉ Zabalit do igelitu a do směsného odpadu.

PLEXISKLO Sběrný dvůr.

PNEUMATIKY V rámci zpětného odběru v pneuservisech, sběrný dvůr.

POČÍTAČE A POČÍTAČKY Kontejner na elektroodpad, sběrný dvůr, prodejce.

POHLEDNICE Směsný odpad. Staré pohlednice bez lesklé fotografie možno do kontejneru na papír.

POLYSTYREN Žlutý kontejner na plasty.

POLYURETAN Sběrný dvůr.

PORCELÁN Směsný odpad

POZINKOVANÝ PLECH Sběrný dvůr.

PVC Větší množství na sběrný dvůr. Jinak směsný odpad.

R **REPELENTY** Ideálně do kontejneru na nebezpečný odpad. Nevylévat do kuchyňského odpadu ani WC.

ROLETY papírové do kontejneru na papír, jinak směsný odpad.

ŘEDIDLA Dobře uzavřené do kontejneru na nebezpečný odpad. Nebo sběrný dvůr.

S **SÁČKY OD CHIPSŮ, SLADKOSTÍ** Žlutý kontejner na plasty.

SÁDROKARTON Sběrný dvůr.

SAMOLEPKY i podklad samolepky do směsného odpadu.

SILIKONY Směsný odpad.

SILON Směsný odpad.

SKELNÁ VATA Sběrný dvůr - ideálně zabalená do igelitu. Ve větším množství specializovaná firma.

SKLENICE Zelený kontejner na sklo.

SKLO Kontejner na sklo. Bílé na čiré (průhledné) a zelené na barevné sklo.

STELIVO PO DOMÁČÍCH MAZLIČCÍCH Ideálně zabalit do plasty a směsný odpad. Pokud je 100% přírodní, je možno ho kompostovat.

STŘELIVO Specializované firmy.

SUŠ Sběrný dvůr nebo specializované firmy na odvoz sutí. Jedná se o stavební odpad.

ŠANONY Papírové do kontejneru na papír. Šanony s plastovým potahem do směsného odpadu.

T **TAMPONY** Směsný odpad.

TAPETY Směsný odpad.

TEFLON Směsný odpad.

TELEVIZORY Sběrný dvůr nebo v rámci zpětného odběru u prodejce.

TEPLOMĚRY Lékárny.

TÉROVÝ PAPIŘ Sběrný dvůr.

TEXTIL Sběrné kontejner na textil, sběrný dvůr.

TONERY A INKOUSTY DO TISKÁREN Zpětný odběr, některé kontejner na elektroodpad.

TRÁVA POSEKANÁ Kompost, bioplynná stanice, sběrný dvůr.

TUBY OD ZUBNÍCH PAST, KRÉMŮ apod. Žlutý kontejner na plasty.

TUKY Z KUCHYNĚ Pečlivě uzavřít do PET lahve a do směsného odpadu. Menší množství vsákneme do papírového ubrousku nebo papírové kuchyňské utěrky a vhodíme do směsného odpadu.

U **UMAKART** Směsný odpad nebo sběrný dvůr.

V **VARNÉ SKLO** Směsný odpad.

VATA Směsný odpad.

VÍČKA OD PET LAHVÍ Nechat v lahvích a spolu s nimi do žlutého kontejneru.

VÍČKA OD ZAVAŘENIN, KOMPOSTŮ apod. Směsný odpad, popřípadě kontejner na hliník.

VÍČKA Z PLASTU OD KÁVY apod. Žlutý kontejner na plasty.

VIDEOKAZETY (VHS, BETA apod.) Žlutý kontejner, netřeba rozebírat. Stejně tak jejich plastové obaly. Papírové přebaly do modrého kontejneru.

VOSKOVÝ PAPIŘ Směsný odpad.

Z **ZÁCLONY A ZÁVĚSY** Sběrný dvůr, kontejner na textil.

ŽÁROVKY OBVYČEJNÉ Směsný odpad.

ŽÁROVKY ÚSPORNÉ, ŽÁŘIVKY Sběrné kontejner Ekolampu, sběrný dvůr.

ZEMINA Zeminu z květináčů je možné vysypat někde v přírodě. Větší množství pak specializovaná firma.

ZRCADLA Směsný odpad.

ZUBNÍ KARTÁČKY A PLASTOVÉ KARTÁČE Plast nebo směsný odpad.

ŽELEZO Do výkupu, sběrný dvůr.



• POSVIŤME SI NA • VÁNOCE

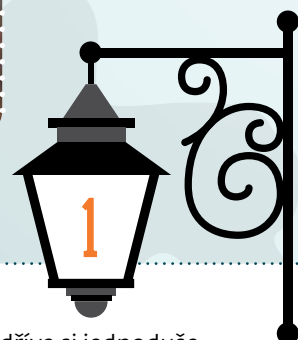
Ke sváteční atmosféře neodmyslitelně patří chvějící se plamínek svíčky. Na adventním věnci, v ořechových skořápkách na stromečku nebo v naší zasněžené lucerničce.

Vyrobít si tuto půvabnou dekoraci za okno dokáže každý. Recyklujte staré sklenice a vyčarujte si vánoční vesničku nebo panorama velkoměsta pod sněhovou peřinou.

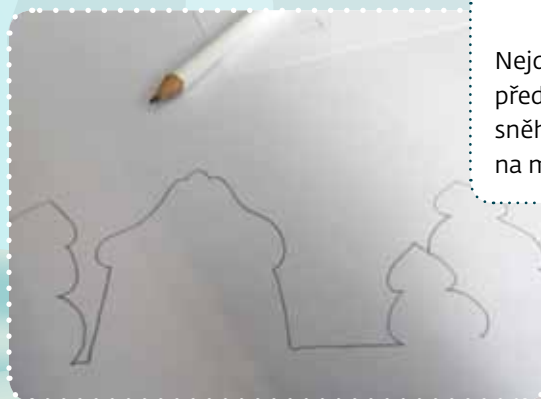
Veselé, bílé Vánoce!

MATERIÁL

papír
nůžky (řezací nůž)
lepidlo
krupice (dětská)
zavařovací sklenice

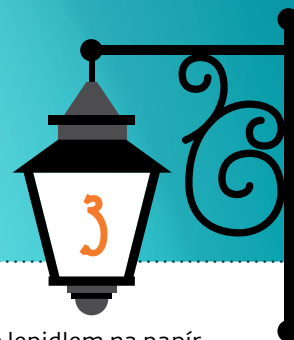
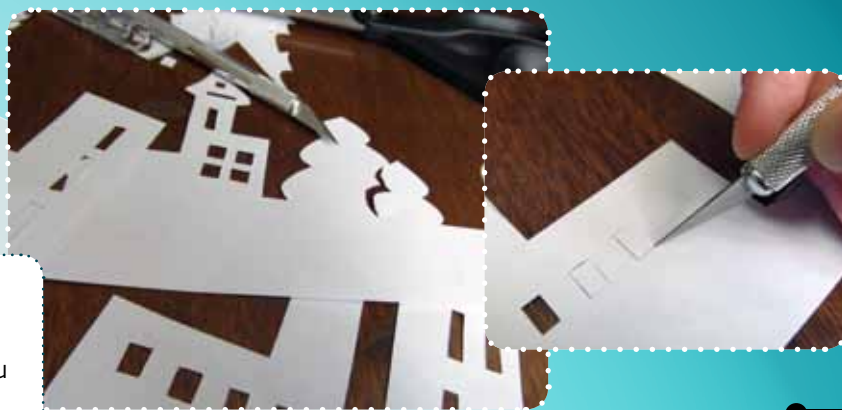


Nejdříve si jednoduše předkreslíme obrys města, sněhuláků, vesničky nebo lesa na měkký bílý papír.

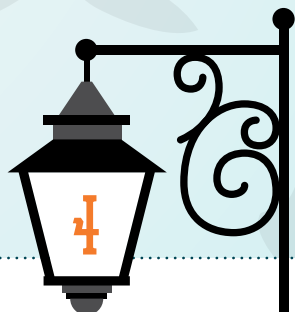




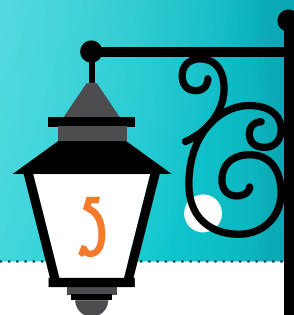
Předkreslený motiv vystřihneme. Zajímavě budou vypadat detaily jako okýnka.



Vystřižený motiv natřeme lepidlem na papír a nalepíme na sklenici. Mokrý papír dobře přilne a přizpůsobí se i nerovnostem a zúženému profilu sklenice. Nežoufejme, když nebude přilepení ideální. Ve tmě, kam lampióny patří, nebude pokrčení vidět.



Poté nanese lepidlo na místa, kde chceme mít sníh. Lepidlo zasypeme krupicí nebo polepenou sklenici v krupici vyválíme.

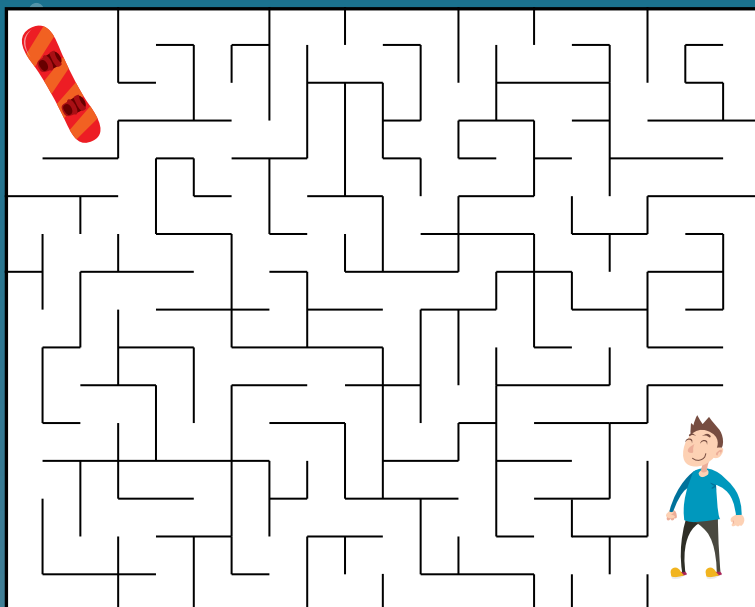


Tak! Teď už jen zapálit svíce a ozdobit stuhou nebo větvičkou.

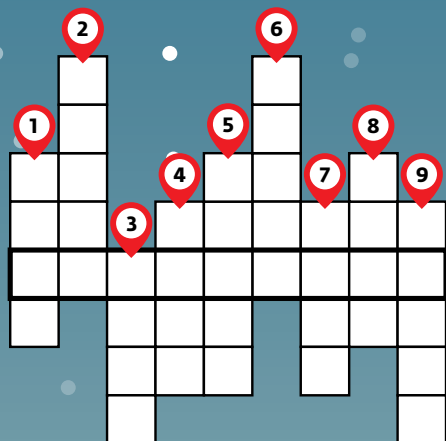


Okénko pro děti

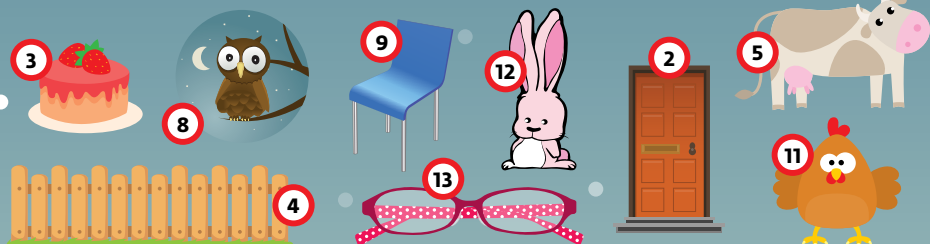
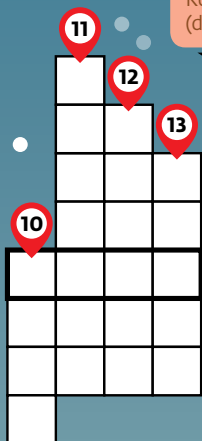
Odhališ, který dárek komu patří?



Pomůžeš Františkovi najít jeho snowboard?



Když je leden bílý, je...
(dokončení v tajence)



VESELÁ ZIMA

„Arnošte, nechod' na tu sjezdovku,“ domlouvá lyžaři před hotelem manželka.

„Vždyť už skoro všechen sních roztál – někde se zabiješ!“

„Neboj,“ uklidňuje ji Arnošt. „Beru si vodní lyže.“

„Tak jak bylo na horách?“

„Nanic, v novinách psali, že je na Šumavě starý prašan, ale byli tam samí mladí a všichni švorc!“

„Představte si, poprvé se nás sešel na štědrovečerní večeři sudý počet lidí!“

„Jak to, vždyť jste byli tři?“

„Jo, ale potom přijelo 17 hasičů!“

Víte, jak pozná Eskymák, že zamrzl vzduch? ... Ptáci chodí pěšky.

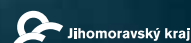
Křížkovského 12, Brno

Otevřeno denně

www.vida.cz

VIDA!

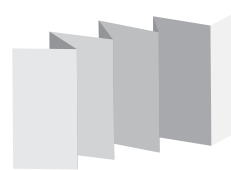
VIDA! ZÁBAVNÍ VĚDECKÝ PARK PRO CELOU RODINU



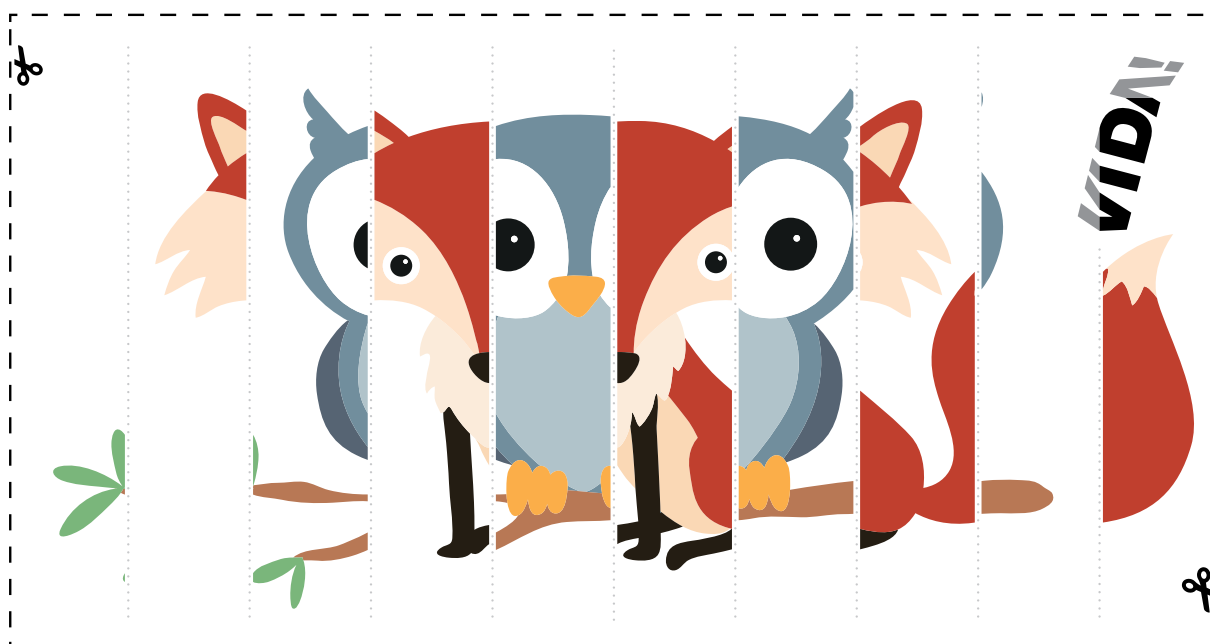
Podívejte se na věci z různých stran

Občas věci vypadají nesrozumitelně a příliš složitě. Někdy pomáhá podívat se na ně z více stran.

Vystříhnete si obdélník ze spodní části této stránky a podél naznačených čar přehnete několikrát papír tak, aby vám vznikla harmonika. Tu pak položte před sebe na stůl a podívejte se na obrázek nejdříve z jedné strany a pak z druhé.



VIDA! Už víte, co je na obrázku namalované?



animals designed by Freepik.com

SKINNY MORČE



Skinny morče je plemeno morčete domácího, které bylo vyšlechtěno v několika laboratořích v Kanadě jako pokusné zvíře pro studium dermatologie. U jejich zrodu byla spontánní genetická mutace, odhalená v letech 1978 a 1982. Skinny morčátka nejsou zcela lysá, mají drsnou stočenou srst na hlavě a na tlapkách. Jsou pro ně typická velká klopená ouška a jejich kůže je na dotek velmi teplá. Díky zrychlenému metabolismu mají větší spotřebu krmiva. Jsou ideálními mazlíčky pro alergiky, ale je nutné předem zjistit, zda děti nejsou alergické na seno, bez kterého morče nemůže žít. Váží 800–1200 g a dožívají se 5–9 let.

CO JE K JEJICH CHOVU ZAPOTŘEBÍ?

Nejvhodnější je pro skinny plastová klec, která by neměla stát přímo na zemi. Morčátka jsou totiž náchylná na průvan. V kleci o rozměrech nejméně 60 x 40 x 30 máme napáječku, keramickou nebo jinou těžší misku na krmivo a seno. To můžeme svázat a vložit do klece nebo použijeme závěsnou klíčku. Podestýlku vybíráme bezprašnou, vhodná je z větvení kukuřice nebo volíme papírové pelety. Neměl by chybět domeček a čerstvé větvičky ovocných stromů na obrušování hlodáků, které jim dorůstají celý život.

JAKÉ JSOU JEJICH NEJČASTĚJŠÍ CHOROBY A NA CO SI DÁT POZOR?

Dno klece musí být neustále pokryté vrstvou podestýlky, aby morčátkům nevznikaly otlaky na tlapkách. Morče, stejně jako člověk, si neumí samo vytvořit vitamín C, proto jej podáváme v dostatečném množství v ovoci, zelenině anebo přidáváme vitamínové kapky do vody, kterou měníme každý den. Ve většině literatury se dočteme, že se morčata musí mazat. Není to úplně pravda, záleží na jedinci a struktuře

kůže. Kůži mažeme jen v případě, že je suchá. Skinny morčátka jsou náchylná ke kožním plísním. Při objevení jejich ložisek je nutné vyhledat veterinárního lékaře.

JAKÁ POTRAVA JE PRO NĚ VHDNÁ?

Krmné směsi pro morčata a králíky, minerální liz pro hlodavce, ovoce a zelenina. Nevhodná je nadýmavá zelenina, například velká dávka čínské zelí. Také rajčata ve větším množství mohou být projímavá. Skinny morče zvykáme na zeleninu a čerstvou trávu postupně. Dospělý jedinec by měl sníst za den 100–200 g zeleniny a ovoce. Vodu je nejlépe umístit do napáječky. Nejdůležitější složkou jídelníčku je ovšem seno, které musí mít skinny v kleci v dostatečném množství. Není vhodné krmit čerstvým, necháme je nejprve zavádnout po dobu čtyř až pěti týdnů.

JAKÝ JE JEJICH DENNÍ REŽIM?

Ve dne jsou zvířata čilá, jen nemocní či starší jedinci odpočívají a polehávají i během dne. Skinny ve spánku zpravidla nezavírají oči a sebemenší zvuk je ihned probudí. V noci spí, pokud nejsou rušeny,

čtyři až pět hodin mezi 11. hodinou večer a 5. hodinou ráno. Skinny nejčastěji odpočívají vleže na boku.

JE VHDNÉ CHOVAT VÍCE SKINNY MORČAT POGROMADĚ?

Morče může být chováno samostatně. Pohromadě můžeme mít dvě samičky, ale samci by neměli mít společnou klec, často se perou. Nedoporučuje se mít pohromadě pár, který není chovný; samičky totiž mohou mít i několik vrhů do roka.

SNESOU SE S JINÝMI DRUHY?

Morčata mohou být chována i s králíky v jedné kleci či králíkárně, ale dáváme pozor, aby si na sebe zvykli a neprali se. Skinny má jemnou kůži a je lehce zranitelný. Morčata si více rozumějí se zakrslými králíky než s těmi chovanými na maso.

Ing. Lenka Pillerová

Veterinární ordinace

Nebovídkská 38, 664 47 Střelice





Je libo něco ke čtení?



RETRO ČS 2

Michal Petrov

Další vzpomínání na léta minulá. Prohledejte spolu s autorem znovu svou školní aktovku, oblečte si vysněné džíny z Tuzexu, poříďte první nahrávku na vytoužený kazetový magnetofon. A pokud jste nic z toho nezažili, nahlédněte alespoň do života rodičů či prarodičů.

Nakladatelství JOTA / www.jota.cz



U kávy o kávě a kávovinách

Jozef Augustín

Rozšířené aktualizované vydání jedinečné publikace, která vyšla poprvé před patnácti lety a stala se biblí nejen mezi baristy. Kniha, z jejíchž stránek voní káva, moře, hory i exotické dálky. Už jen cesta kávových zrn má v sobě nádech tajemství a dobrodružství, o jakých jsme čítali jako děti..

Nakladatelství JOTA / www.jota.cz

Co nás čeká v kinech?



Malý princ

od 3. 12. 2015, pohádka

První celovečerní animovaná adaptace slavného díla o přátelství, lásce a štěstí v režii Marka Osborna. Ústřední postavou je holčička, kterou její trochu excentrický, leč dobrosrdečný soused letec seznamuje s neobyčejným světem, jak mu jej představil Malý princ.



Kouzelná flétna

od 12. 12. 2015 18:45, Scala i ostatní kina v ČR

Záznam představení z Metropolitní opery v New Yorku. Pohádkovou formou zpracované téma hledání a nacházení smyslu světa, vítězství dobra nad zlem, skromnosti nad pýchou, rozumu nad ošidností smyslů, lásky nad nenávisť a pravdy nad lží. V angličtině s českými titulky.

Na co jít do divadla?



Brněnské pověsti

O Brně vážně i nevážně... a s čertem!

Národní divadlo Brno – www.ndbrno.cz

Termíny představení: 21. 11., 30. 11., 6. 12., 20. 12., 22. 12. 2015, 24. 1. a 30. 1. 2016

Víte, proč se naše město nazývá Brno? Že obyvatelé Líšně kdysi ohrožoval strašlivý drak? A že jeden šikovný truhlář před dávnými lety dokázal během jediného dne vyrobit kolo a dopravit je z jihomoravské Lednice až do Brna? Za deštivého odpoledne se v jednom přívětivém brněnském hostinci setkávají tři pocestní, kteří si pro ukrácení čekání na lepší počasí vyprávějí o záhadách města Brna a jeho dějin. A protože jedním z vyprávěčů je také vysloužilý čert, můžete si být jistí, že o zábavu, napětí i překvapení bude postaráno!



Betlémská hvězda

Vánoční evangelium podle starých lidových her.

Národní divadlo Brno – www.ndbrno.cz

Termíny představení: 29. 11., 6. 12., 13. 12. a 20. 12. 2015

Každý z nás se občas potřebuje zastavit a zklidnit. V čase adventním a vánočním tato potřeba ještě sílí. Okouzujícími i humornými vánočními evangeliem pro celou rodinu s názvem Betlémská hvězda, které podle starých lidových her napsal známý teatrolog a spisovatel Jan Kopecský, vám teď chce činohra Národního divadla Brno právě takové zastavení dopřát. Betlémská hvězda zazáří všemi přednostmi lidových textů: vtipem, úsměvnou naivitou i průzračným sdělením.



Zbrusu nový zákon

od 24. 12. 2015

Bůh existuje! Vypadá jako hospodský povaleč, žije v bruselském bytě a kuje pikle proti lidstvu. Jeho malé dceři však jednoho dne dojde trpělivost a nechá z božského počítače všem pozemšťanům rozeslat datum jejich smrti. Komédie režiséra Jaco Van Dormaela je postavená na skvělém scénáři.

**Pokračování populární příručky
domácí výroby.**

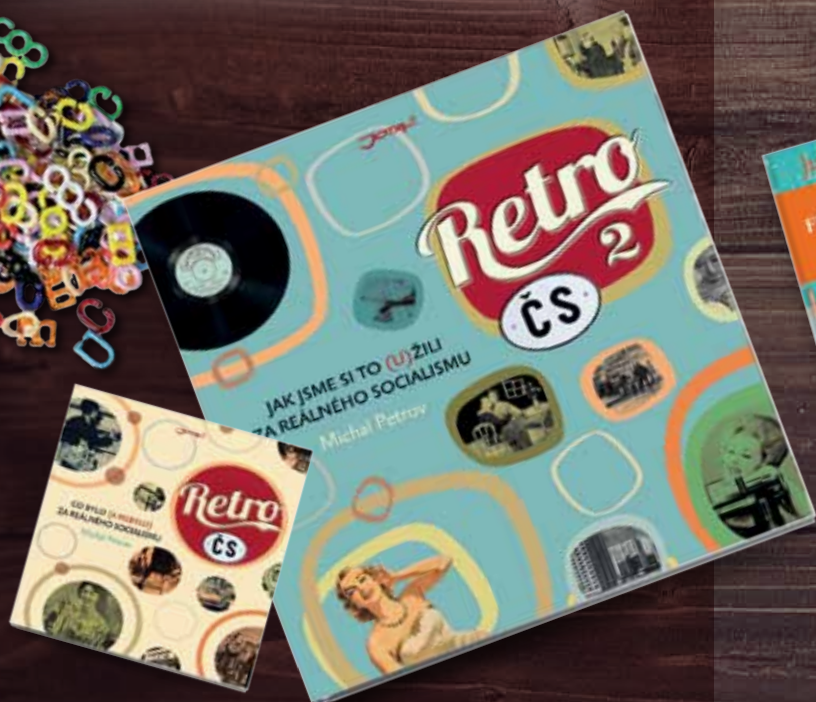
**200 rychlých
a jednoduchých receptů.**

**Jak zhubnout a uzdravit se
vyločením pšenice z jídelníčku**



**Jedinečné obrazové publikace
o československém retrosvětě.**

**Světověznámá bible
kulinářského umění.
Znáte z filmu Julie & Julia.**



Žijeme (s) knihami už 25 let!

www.jota.cz

JOTA®
NAKLADATELSTVÍ
25 LET

Znojenské PODZEMÍ

LABYRINT
ZNOJEMSKÉHO
PODZEMÍ UPADL TĚMĚŘ
V ZAPOMNĚNÍ. UPOZORNIL
NA SEBE KONCEM PĚDESÁTÝCH
LET, AŽ KDYŽ SE MĚSTO ZAČALO
NA NĚKTERÝCH MÍSTECH
ZZENADÁNÍ PROPADAT. POTÉ
SE V ŠEDESÁTÝCH LETECH
PO ROZSÁHLÉ SANACI
ZPŘÍSTUPNIL PRO
VEŘEJNOST KRÁTKÝ
ÚSEK.

A jak vlastně Znojmo ke svému podzemnímu městu přišlo? Na přelomu 13. a 14. století si místní obyvatelé začali hloubit pod svými domy sklepy. Uskladňovali v nich zemědělské plodiny, jejichž pěstování se zde dařilo a se kterými obchodovali. Sklepů postupně přibývalo a v důsledku proměn politické situace byly z praktických důvodů sklepy propojeny. Proměnily se v úkryty a únikové cesty obleženého města.

K přívodu čerstvého vzduchu do podzemí sloužily větrací šachty a naopak odvod kouře z ohnišť a krbů zajišťovaly kouřovody, které byly napojeny na komíny domů. Velmi důmyslně bylo řešeno zásobování vodou studněmi a odvod přebytečné vody tzv. jezuitským vodovodem. V současné době jsou ve znojenském podzemí dva prohlídkové okruhy, a to klasická prohlídková trasa a adrenalinové trasy.

Klasická prohlídková trasa trvá zhruba hodinu a je zaměřena na prohlídku podzemních chodeb s výkladem o historii vzniku podzemí a jeho dalšího stavebně historického vývoje. Součástí této trasy je expozice Tajemné podzemí vytvořená na základě mýtů, místních legend a pověstí. Setkáme se tu se skřety, alchymistou, mnichem a uvidíme i ukázkou středověkého vězení. Tato prohlídková trasa je vhodná pro všechny věkové skupiny a není na ni potřeba zvláštního vybavení.

Naproti tomu v adrenalinových trasách, které jsou určeny pro fyzicky zdatné návštěvníky, musíme být vybaveni zvláštní výstrojí. Zde je však omezen vstup: dětem starším 12 let je v doprovodu rodičů povolen vstup pouze pro trasu č. 1.

Přímo v podzemních prostorách se také konají tradiční dětské akce:

- Sběrání vajíček o Velikonocích na Bílou sobotu
- Setkání s pohádkovými bytostmi v dětský den
- Halloweenská stezka odvahy
- Divadelní pohádkové představení v adventním období

Znojenské podzemí je otevřeno celoročně. Rodinám s dětmi poskytuje zvýhodněné rodinné vstupné a dvakrát do roka nabízí padesátiprocentní slevu pro držitele rodinných pasů. Blíže informace jsou k dispozici na webových stránkách www.znojenskabeseda.cz/podzemi nebo www.vyletnicile.cz

ZNOJEMSKÉ PODZEMÍ PROVOZUJE:

Znojenská Beseda, Masarykovo náměstí 449/22,
669 02 Znojmo, +420 515 300 240



Znojenské podzemí patří k největším podzemním labyrintům ve střední Evropě. Rozsáhlé podzemní chodby, které se navzájem proplétají a v některých místech se dokonce prolínají až do hloubky čtyř pater, dosahují obdivuhodné délky kolem dvaceti sedmi kilometrů. Důmyslně vybudované větrací šachty, kouřovody a studny nás spolu s poutavým vyprávěním průvodců postupně zavedou až do 13. století, kdy tyto spleť chodby začaly vznikat přímo pod historickým jádrem města.



Pošlete nám také svůj
rodinný příběh na e-mail:

rodinka@rodinnepasy.cz

Do předmětu napište
heslo: „Náš příběh“. Ten
nejzajímavější zveřejníme
a oceníme dvousetkorunou.

K MOŘI SE NEJEDE

PŘÍBĚH NAŠÍ
ČTENÁŘKY



I já jsem se konečně dočkala a rodiče mi dovolili, že můžu jet poprvé sama s kamarádkami k moři. Podmínky byly kruté: dlouhý čekání, žádné absence ve škole, hlídání mladšího brášky no a samozřejmě dobrý průměr ve škole. S rodiči jsme se na tom domluvili už loni, takže jsem měla dost času na přípravu, ke které patřila hlavně brigáda. Loni v září jsem chodila sbírat hrozny a přes zimu jsem si domluvila brigádu v jedné restauraci, kde jsem o víkendech umývala nádobí. Práce za moc nestála, ale – jak říká naše babička – začít se musí pěkně od podlahy.

Vytoužená dovolená se blížila a začaly jsme plánovat. Pokud jsme se s kamarádkami nemohly vidět osobně, plánovaly jsme přes facebook, kde jsme měly uzavřenou skupinu a vše jsme dopodrobna domlouvaly. Všechny chodíme ještě do školy, takže jsme na dovolenou šetřily z brigád, z kapesného, Lucka si cestu k moři dokonce přála k Vánocům a ta šťastnější z nás dostala peníze od rodičů jen tak. Proto mi bylo už na začátku trochu divné, že mi Hanka poslala na facebooku zprávu, jestli bych jí mohla poslat 126 korun. Zrovna Hanka, která má dvakrát větší kapesné než já! No jo, právě proto taky víc utráčí za hadičky a většinou je první bez peněz. Chvilí jsem s ní ještě chatovala, až mi nakonec napsala, že mi to pak vysvětlí, že jen potřebuje teď rychle zachránit, a poslala mi odkaz na platební bránu, kam jsem

zadala údaje a provedla platbu. O to víc jsem byla překvapená, když mi asi za půl hodiny volala Lenka, že jdou s Háňou venčit, a jestli se potkáme v parku. Jak už asi tušíte, dozvěděla jsem se, že Hanka mi vůbec nepsala a žádné peníze po mně nechtěla. Vtom jsem si vzpomněla, že jsem o tom už někdy slyšela. Podvodníci se vydávají za vaše přátele na facebooku a vás ani nenapadne, že by se mohlo jednat o podvod. Než jsem stačila bankovní účet zablokovat, všechny peníze byly pryč. Když jsem se dívala do svého internetového bankovníctví, nemohla jsem uvěřit vlastním očím. Účet prázdný, půl roku šetření bylo zbytečné a pomalu se rozplýval i můj sen o první holčičí dovolené. Rodiče naštěstí měli pochopení a ještě tentýž den jsme šli všechno nahlásit na policii. Začalo vysvětlování a sepisování a dozvěděli jsme se, že tyto podvody se v poslední době opravdu dějí. Pokud vám nějaký kamarád na facebooku pošle žádost o peníze, raději mu zavolejte a ověřte si, jestli je to pravda.

Já jsem o svoje peníze přišla a chci se s vámi o tuto smutnou zkušenost svým příběhem podělit a varovat další lidi. O dovolenou jsem ale nepřišla, do prázdnin jsme ještě stihla vydělat nějaké peníze na brigádě a zbytek mi doplatili rodiče a babička. Chtěla bych jim za to poděkovat a vzkázat jim, že je mám moc ráda.

Žaneta, Znojmo



10 cenově příznivých hotelů v Salzburgu a v jeho okolí, nabízí pobyty pro rodiny

Bad Gastein

office@hostel-badgastein.at · T +43-(0)6434-2080

Zell am See

seespitz@hostel-zellamsee.at · T +43-(0)6542-57185
schmitten@hostel-zellamsee.at · T +43-(0)6542-47036

Salzburg

heinrichhaus@hostel-salzburg.at · T +43-(0)662-625976
haunsparg@hostel-salzburg.at · T +43-(0)662-875030
aigen@hostel-salzburg.at · T +43-(0)662-623248

Obertrum

office@hostel-obertrum.at · T +43-(0)6219-8302

St. Johann Alpendorf

office@hostel-sanktjohann.at · T +43-(0)6412-20596

Tamsweg

office@hostel-tamsweg.at · T +43-(0)6474-2199

Voucher

10% sleva

Po předložení voucheru obdržíte 10 % slevu.

www.salzburger-jugendherbergswerk.at

Falkensteiner Hotels Katschberg – skvělá dovolená za férovou cenu

10% SLEVA PRO DRŽITELE RODINNÉHO PASU

LIMITOVANÁ
NABÍDKA
při objednávce je nezbytné
nutně uvést heslo:
„Familienpass“ (rodinný pas).

PLNÁ PENZE
PLUS

jen od **270 €**
na osobu namísto
300 €
na osobu*

TŘIKRÁT
UMOCNĚNÉ
ZÁŽITKY

jen od **256,50 €**
na osobu namísto
285 €
na osobu*

Falkensteiner Club Funimation Katschberg ****

PLNÁ PENZE PLUS – přímo u sjezdovky
3 noci v rodinných pokojích „Klassik“
(2 pokojový apartmán) jen od 270 € na osobu
namísto 300 €* na osobu.
2 děti do 6,9 let ZDARMA!**

* Platí od 8.-19. 12. 2015
** na pokojích s rodiči

Falkensteiner Hotel Cristallo ****

LYŽAŘSKÝ RÁJ NA NEJVYŠŠÍ ÚROVNI - přímo
uvnitř lyžařské oblasti
3 noci ve dvoulůžkovém pokoji Royal
(1 pokojový apartmán) jen od 256,50 €
na osobu namísto 285 € na os.
1 dítě od 2,9 let ZDARMA!**

* Platí od 8.-19. 12. 2015 a 3.-10. 4. 2016
** na pokojích s rodiči



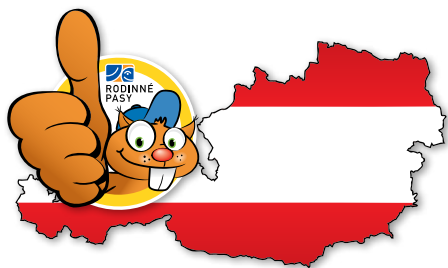
FALKENSTEINER

Hotels
Katschberg

INFORMACE & REZERVACE:

Tel.: +43/(0)4734/319-801 nebo -802
res.funimation@falkensteiner.com
web.res.cristallo@falkensteiner.com
www.katschberg.falkensteiner.com

FMTG Services GmbH, Columbusplatz 7 – 8, A-1100 Wien,
FN 304169 h FB-Gericht: Wien, Firmensitz: Wien



Rakouští poskytovatelé

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.



Therme Laa – Hotel & Spa****s

Thermenplatz 1, 2136 Laa/Th., www.therme-laa.at

10 % sleva na vstup do termálních lázní pro každého, kdo je uveden v rodinném pase (min. 1. dospělý + 1 dítě). Nelze kombinovat s jinými akcemi nebo slevami, to platí i pro tarif „Sluníčko“. Dětské tarify platí od 3. - 14. roku narození, děti mladší 3 let mají vstup zdarma.



LOISIUM Weinerlebniswelt

Loisium Allee 1, 3550 Langenlois, Tel.: +43 27 34/32 2 40-11, Fax: DW 30
info-weinwelt@loisium.at, www.loisium-weinwelt.at

Nádherné vinohrady v oblasti Langenlois jsou skvělou volbou výletu pro celou rodinu: Moderní architektura Stevena Holla oblasti se kloubí s 900 let starou tradicí a nabízí nezapomenutelnou atmosféru. NOVINKA: Lasershow GENIUSS – cesta všemi smysly; HIT PRO DĚTI s Fridolínem – sklepní myškou!

Hit pro jednotlivce s dětmi (1 dospělý + max. 2 děti) 14 € namísto 15 €, hit pro rodiny s dětmi (2 dospělí + max. 2 děti) 27 € namísto 29 €.



Zemská výstava Dolní Rakousko 2015 „ŘÍŠE ÖTSCHER – Alpy a my“

Informace: Mostviertel Tourismus GmbH, Adalbert-Stifter-Straße 4, 3250 Wieselburg, Tel.: +43 74 16/52 1 91
info@noe-landesausstellung.at, www.noe-landesausstellung.at

Prvním výrazným vrcholkem Východních Alp před Vídní je hora Ötscher, která je výchozím bodem poznávacích cest. V říši Ötscher se seznámíte se životem v horách, který je dán extrémní krajinou. Budete zasnout v Neubrucku a v Frankenfels-Laubenbachmühle nad příběhy lidí a nad jejich zvládáním všedních dnů v horské přírodě. Cestou Mariazelskou úzkokolejkou k novému středisku Ötscher Basis ve Wienerbrucke zažijete na vlastní kůži výjimečnou a nádhernou krajinu!

Rodinná vstupenka za 20 € namísto 22 € pro všechny osoby, které jsou uvedeny v rodinném pasu (2 dospělí + 1 až 4 děti ve věku do 18/ let, které jsou zapsány v rodinném pasu).



Weißsee Gletscherwelt

Stubach 90, 5723 Uttendorf, Tel.: +43 65 63/20 1 50
info@weisseee.at, www.weisseee.at

Lyžařská oblast pro rodiny a nejen to...

Rodinný hit: 2 děti do 12 ti let v doprovodu rodičů zdarma



Noví poskytovatelé

od 1. 8. 2015 do 25. 9. 2015

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.

Dům, bydlení, vybavení domácností a zahrady

Květiny Arancio

f.hanacek@seznam.cz
www.arancio.cz

Pobočky:

- Makovského náměstí 1 (OD BILLA Rubín), 616 00 Brno, tel.: 541 212 746
- Sedláčkova 4, OD BILLA LIŠEŇ, 636 00 Brno, tel.: 544 212 027
- Purkyňova 33c (EDEN), 612 00 Brno, tel.: 541 211 656

10 % na veškerý sortiment

Móda

Kučerová Anna - Tenax Textil

Legionářská 97, 685 01 Bučovice
tel.: 603 528 266

kucerova.tenax@seznam.cz

10 % na nabídku prodejny při min. útratě 500 Kč

Péče o tělo

Solná jeskyně Orchidea

Makovského náměstí 2, budova Medispol
616 00 Brno, tel.: 724 163 050

alenaspanesova@centrum.cz

www.solna-orchidea.cz

20 % na jednorázové vstupné

Inca Collagen

Cejl 25, 602 00 Brno, tel.: 728 622 067

vajtaskova@incacollagen.eu

www.incacollagen.eu

11 % na nákup krabičky Inca Collagen 30x3g, prostřednictvím promo kódu C01 000 113 zadaného na www.incacollagen.eu

Kosmetika Viviana

Svitavská 500, 678 01 Blansko

tel.: 775 011 328

v.langrova@seznam.cz

20 %

Solná jeskyně Lidická

Lidická 13, 690 03 Břeclav

tel.: 724 414 046

www.solnajeskynebreclav.cz

40 % na permanentku z plného vstupného
30 % na vstup z plného vstupného
Slevy nelze kombinovat

Sport

Fitness Romana

tel.: 777 963 080

info@fitromana.cz

www.fitromana.cz

Pobočky:

- Valtická 23, Dům dětí Domeček, 628 00 Brno
- Pálavské náměstí 15, Společenský sál, 628 00 Brno
- Údolní 76, Bazén Kraví hora, 602 00 Brno
- Horní 16, Bazén ZŠ Horní p.o., 639 00 Brno
- Ponávka 3A, Bazén Ponávka, 602 00 Brno

10 % na permanentku na 10 vstupů, nevztahuje se na fitmami
10 % na poskytované kurzy aqua aerobica (vybrané pobočky - bazény)
5 % na cvičební kurzy

Volný čas a hobby

Muzeum města Tišnova

Jungmannova 80, 666 01 Tišnov

tel.: 549 212 550, 777 506 019

muzeum@kulturatisnov.cz

www.mekstisnov.cz

20 % na vstupné do muzea

Zdravotnictví

JOY OPTIK

joyoptik@volny.cz

www.joyoptik.cz

Pobočky:

- Zahradníková 2-8, 602 00 Brno, tel.: 541 552 357
- Bubeničkova 8, 615 00 Brno, tel.: 548 213 216
- Svratecká 4, 624 00 Brno, tel.: 733 643 376
- Lišeňská 3, 615 00 Brno, tel.: 548 533 976
- Jihlavská (areál nemocnice Bohunice), 625 00 Brno, tel.: 532 232 390
- Tuřanka 2a, 627 00 Brno, tel.: 548 210 990
- Nám. Karla IV. 12, 628 00 Brno, tel.: 739 573 723
- Pekařská 56, 602 00 Brno, tel.: 737 871 976
- Merhautova 2, 613 00 Brno, tel.: 604 441 949

10 % na brýlové obruby
7 % na kontaktní čočky (na celá balení)
nelze sčítat s jinými akcemi

Lékárna Na Městečku Vracov

Nám. Míru 199, 696 42 Vracov

tel.: 518 616 132

lekvracov@seznam.cz

5 % na volný prodej při minimální útratě 100 Kč

Lékárna Rent-Pharm

www.rent-pharm.cz

Pobočky:

- Nádražní 2a, 602 00 Brno, tel.: 542 214 773, lekarna.letmo@rent-pharm.cz
- Orlí 8/10, 602 00 Brno, tel.: 542 216 586-589, 724 645 847, lekarna.ori@rent-pharm.cz

- Kapucínské nám. 2, 602 00 Brno, tel.: 542 216 540, 542 216 541, lekarna.ukapucinu@rent-pharm.cz
- Křenová 71, 602 00 Brno, tel.: 543 333 393, 724 645 846, lekarna.uzderada@rent-pharm.cz
- Masarykova 444/1, 602 00 Brno, tel.: 542 211 639, 606 785 2610, lekarna.uraka@rent-pharm.cz

5 %

Lékárna u Nemocnice Kyjov

Strážovská 965/2, 697 01 Kyjov

tel.: 518 613 231, lekunem@iol.cz

5 % na volný prodej při minimální útratě 100 Kč

Lékárna U Zlaté koruny Kyjov

Masarykovo nám. 12/16, 697 01 Kyjov

tel.: 518 612 160, leknanam@iol.cz

5 % na volný prodej při minimální útratě 100 Kč

Novodobá Sanitka Blansko

Na Řadech 2, 678 01 Blansko, tel.: 605 952 909

blansko@novodobasanitka.cz

www.novodobasanitka.cz

5 % na přepravu nastávajících maminek a maminek s dětmi do 10 let věku dítěte, vyjma přepravy v rámci města Blanska a Boskovice

TOP OPTIK Grůzová

www.topoptik.cz

Pobočky:

- Smetanova 1, 693 01 Hustopeče, tel.: 519 412 686, 724 558 757, hustopece@topoptik.cz
- náměstí Svobody 1613, 691 23 Pohořelice, tel.: 519 424 174, 724 784 719, pohorelice@topoptik.cz

10 % na brýlové obruby

5 % na sluneční brýle a kontaktní čočky

Výdejna léčiv Svatobořice

Kovářská 653/6, 696 04 Svatobořice-Mistřín

tel.: 518 620 044, leknanam@iol.cz

5 % na volný prodej při minimální útratě 100 Kč

Výdejna léčiv Žarošice

Žarošice 50, 696 34 Žarošice

tel.: 518 631 541, leknanam@iol.cz

5 % na volný prodej při minimální útratě 100 Kč

www.levnalekarna.cz

Žabovřeská 68/4, 602 00 Brno, tel.: 800 110 310

levnalekarna@rent-pharm.cz

www.rent-pharm.cz

5 %

Inca Collagen

Mějte svátek každý den



Pokožka Vrásky
Cévy Klouby Jizvy
Vlasy Nehty Vazy

www.incacollagen.eu

Mořský kolagen
Doplněk stravy
100% čistý bez přísad

inca



Země původu Švýcarsko