

SLOVO REDAKTORKY

Malý chlapec sa spýtal mamy: "Prečo plačeš?"

"Pretože som žena," povedala mu.

"Nerozumiem!" povedal syn.

Jeho mama ho len objala a povedala:

"A nikdy ani neporozumieš."

Neskôr sa chlapec opýtal svojho otca:

"Prečo sa mi zdá, že mama plače bez dôvodu?"

"Všetky ženy plačú bez dôvodu," to bolo všetko čo mohol otec povedať.

Malý chlapec vyrástol a stal sa mužom, avšak stále

nerozumel, prečo ženy plačú. Nakoniec zavolať

Bohu a keď sa dovolať, spýtal sa:

"Bože prečo sa ženy rozplačú tak ľahko??"

Boh odpovedal :

"Keď som urobil ženu, musela byť výnimočná. Urobil som jej PLECIA dost silné na to ,aby uniesla váhu sveta, ale natoľko jemné, aby poskytovali pohodlie.

Dal som jej vnútornú SILU, aby vydržala pôrod dieťaťa a odmietnutie, ktoré veľa rás okúsi od svojich detí.

Dal som jej TVRDOSŤ, ktorá jej pomôže stále pokračovať, keď sa všetci ostatní vzdávajú a starať sa o svoju rodinu napriek chorobám a únave, bez sťažovania sa.

Dal som jej CIT milovať svoje deti za všetkých okolností, dokonca aj vtedy , ak ju jej dieťa hlboko ranilo.

Dal som jej SILU prijať svojho manžela napriek jeho chybám a sformoval som ju z jeho rebra, aby chránila jeho srdce.

Dal som jej MÚDROST , aby vedela, že dobrý manžel nikdy neraní svoju ženu, ale niekedy skúša jej silu a rozhodnosť stáť vedľa neho bez výhrad.

A nakoniec som jej dal SLZU, ktorú vyroní, ktorá je výlučne jej, aby ju použila kedykoľvek ju bude potrebovať, aby to zvládla.

Na tú slzu má naozaj právo, nik nevydrží bez slova toľko ako ŽENA!

Myslím, že k tomuto nie je čo dodať.

Želám Vám milé mamičky, aby ste boli šťastné vo svojom krásnom poslaní. Nech Vám Vaše ratolesti robia len a len radosť, nech rastú do krásy a múdrosti. Nech sú odrazom Vašej lásky a dobroty, ktorú im denne poskytujete. Lebo len šťastie a spokojnosť Vašich detí bude aj Vaším šťastím.



Vaša Neta



Európsky sociálny fond



Edícia časopisu bola podporená z ESF a MPSVaR SR.
Partneri: CPK Levoča a Materské centrum Tereza



Je zvláštne, ak žena – matka má osloviť iné ženy – matky v čase blížiaceho sa Dňa Matiek. Napriek tomu, dovoľte pár mojich slov. Vrávi sa, že poslanie žien je najkrajším. Môžeme sa rozhodnúť (aspoň v demokratických krajinách), či chceme poskytnúť teplo domova svojej rodine, alebo sa chceme venovať viac kariére. A sú aj také ženy, ktoré neláka ani jedno, ani druhé a hľadajú sami seba v sebe.

Pevne verím, že sa neurazia mamičky, ak tieto slová venujem aj tým, čo nimi nie sú z rôznych dôvodov. Niektoré možno ešte čakajú na toho pravého, iné možno vôbec netúžia po rodine. Sú však aj také, ktoré napriek veľkej túžbe vlastné deti mať nemôžu.

Je pravdou, že si neraz povzdychneme ako sa majú chlapi dobre a aký, my ženy, máme údel, čo všetko musíme zvládnuť, najmä vtedy, keď chceme udržať nielen harmóniu v rodine, ale chceme byť úspešné aj v zamestnaní.

Ale je tiež pravda, že práve muži sú často korením nášho života. A je storočiami overené, že to nejde ani s nimi, ani bez nich. Záleží od uhla pohľadu, od sily osobnosti, od sily túžob, či viery. Často chceme byť láskavými matkami pre svoje deti so všetkou starostlivosťou, ktorú od nás vyžadujú, hoci máme niekedy pocit, že nás vlastné (dokonca aj veľmi malé) deti „citovo vydierajú“. Máme pocity viny, ak chceme naplňať vlastné sny a predstavy o živote, ale musíme čiastočne upustiť od starostlivosti o partnera, o deti, či o domácnosť ako takú.

Mnohé z vás možno stále prekonávajú bariéry, ktoré vyplývajú z tradičného zmysľania mužov o „pravom“ poslaní žien. Poznám však už mnoho žien – matiek, ktoré našli odvahu risknúť 100 % výkon v rodine a začali sa zamýšľať aj nad vlastným životom, ktorý naozaj nekončí pri plienkach, ale tiež neznamená, že týmto počínom padne rodina. Je dôležité nájsť určitú rovnováhu, čomu určite napomôže náš ženský vtíp a šarm, či iné schopnosti dohodnúť sa s druhou polovicou nášho celku.

Nemám právo odporúčať, moralizovať, dávať podnetné rady ako na to. A ani nechcem. Chcem Vám len popriať, aby nielen máj sa niesol v znamení lásky muža k žene, matky k dieťaťu, ale hlavne lásky človeka k človeku.

Chcem týmto poďakovať ženám, ktoré ešte matkami nie sú, že napomáhajú aj pri realizácii tohto projektu tomu, aby ste sa mohli inšpirovať, nájsť si nové priateľstvá, získať odborné rady, či len tak sa spolu s nami zabaviť.

Všetko dobré vo Vašich vlastných životných rozhodnutiach praje

Ing. Andrea Hradiská
riaditeľka CPK Levoča

P.S. Úprimne vzdávam hold všetkým výnimkám – mužským i ženským. ☺

Kde nás nájdete: CPK Levoča, Námestie Majstra Pavla 4
www.cpk.sk/levoča, cpklevoca@levoca.sk
tel.: kancelária CPK: 053/46 99 065, 0903 641 645, riaditeľka CPK: 053/46 99 066
Po – Pia : 8.00 – 16.00

ASERTIVITA AKO UMENIE PRESADIŤ SA

Asertivita ako umenie presadiť sa, nie však na úkor druhých, zlepšuje možnosť uplatnenia. Asertívny šéf dokáže byť dobrým vodcom, asertívny zamestnanec zostane chladný aj v ohni a vie sa vysporiadať s kritikou.

Pre zamestnávateľa je asertívny zamestnanec prínosom - je iniciatívnejší, pretože sa vopred neobáva, že urobí chybu. To je tiež jeden z dôvodov, prečo výučba k asertivite býva súčasťou firemných školení. "Asertivita znamená čeliť niečomu tvárou v tvár a vedieť sa presadiť. Tiež sa pod týmto pojmom rozumie umenie požiadať o láskavosť, povedať nie a čeliť manipuláciám."

Asertivitu je nástroj, ktorý sa dá dobre využiť, ale i zneužiť. Slúži na to, aby sa človek dorozumel s inými ľuďmi, porozumel im i sebe samému, a zároveň aby si vedel obhájiť svoje hranice. Jediná možnosť ako sa stať asertívnym, je naučiť sa to. Nikto sa s tým nenarodí. Sme vychovaní v kultúrnej tradícii, ktorá skôr preferovala potreby spoločnosti. V kultúrnom okruhu, z ktorého asertivita pochádza, sa viac dbá na práva jednotlivca, sebavedomie a vlastnú zodpovednosť jednotlivca.

Základom asertívneho správania je teda otvorená komunikácia, ktorá človeku umožní tlmočiť svoje pocity a názory, dosiahnuť, čo chce, a pritom nezanechať dojem, že si to vynútil neprávom.

Asertívne práva

- 1. Máš právo sám posudzovať svoje vlastné chovanie, myšlienky, emócie a byť za ne zodpovedný**
- 2. Máš právo neponúkať žiadne výhovorky a ospravedlnenia ospravedlňujúce tvoje správanie**
- 3. Máš právo posúdiť, či a nakoľko si zodpovedný za riešenie problémov ostatných**
- 4. Máš právo zmeniť svoj názor**
- 5. Máš právo robiť chyby a byť za ne zodpovedný**
- 6. Máš právo povedať „Neviem“**
- 7. Máš právo byť nezávislý od dobrej vôle ostatných**
- 8. Máš právo robiť nelogické rozhodnutia**
- 9. Máš právo povedať „Ja ti nerozumiem“**
- 10. Máš právo povedať „Je mi to jedno“**
- 11. Máš právo zachovať si svoju dôstojnosť aj za predpokladu, že to raní iných dovtedy, kým tvoje zábery nie sú agresívne**
- 12. Máš právo využívať svoje práva**

Čo získate asertívnym správaním?

Naučíte sa obhájiť svoj názor a požiadať o to, čo vám patrí. Navyše získate sebadôveru a rešpekt ostatných a nestane sa vám, že budete niekým manipulovaný.

(Zdroj : www.zena.sme.sk)

DÔCHODKOVÝ SYSTÉM

Ak máte viac ako 16 rokov, v termíne **od 1. januára 2005 do 30. júna 2006** sa môžete rozhodnúť, či budete dostávať svoj budúci starobný dôchodok z jedného alebo dvoch zdrojov, čiže pilierov dôchodkového systému.

1. môžete zostať výlučne v 1. pilieri, ktorý reprezentuje Sociálna poisťovňa. Je to pilier, do ktorého v súčasnosti prispievame na naše zabezpečenie v dôchodku. Tieto prostriedky sa v Sociálnej poisťovni neakumulujú na jednom mieste, ale používajú sa priamo na výplatu súčasných dôchodkov, a preto sa ani nezhodnocujú.

V tomto prípade sa nič nezmení a vy aj váš zamestnávateľ budete tak ako doteraz platiť odvody do Sociálnej poisťovne a svoj celý dôchodok budete dostávať výlučne zo Sociálnej poisťovne.

2. môžete sa zapojiť do 2. piliera, ktorý reprezentujú osobné dôchodkové účty v dôchodkových správcovských spoločnostiach(DSS). Oproti súčasnému stavu vás to nebude stáť ani korunu navyše. Časť odvodov, ktoré váš zamestnávateľ zatiaľ platil do Sociálnej poisťovne, pôjde na váš osobný dôchodkový účet vo vami vybranej DSS. Druhá časť odvodov bude stále plynúť do Sociálnej poisťovne. Celková výška odvodov sa teda nezmení, len sa rozdelí medzi 1. a 2. pilier. Financie na osobnom dôchodkovom účte budú napriek tomu, že s nimi nebudeme môcť priamo manipulovať, našim vlastníctvom, a teda aj predmetom dedenia. DSS nám umožní prístup k informáciám o stave nášho osobného dôchodkového účtu prostredníctvom svojej internetovej stránky, navyše dostaneme každoročne bezplatný výpis z účtu o stave našich prostriedok na ňom.

Ako bude zabezpečená kontrola?

Štát bude DSS kontrolovať prostredníctvom Úradu pre finančný trh. Okrem toho kontrola bude aj zo strany depozitára (banka, ktorá bude mať u seba v úschove majetok v dôchodkových fondoch), vnútorná kontrola DSS a audítora (nezavislá inštitúcia, ktorá bude kontrolovať účtovníctvo DSS aj jej dôchodkových fondoch).

Kto sa môže zapojiť?

SZČO -od 1.1.2005 do 30.6.2006 - **povinne** (ak váš príjem z podnikania za predchádzajúci rok bol vyšší ako 12- násobok minimálnej mzdy)

-po 30.6.2006 ak vám zo zákona nevznikla povinnosť platiť odvody do Sociálnej poisťovne sa zapojiť už **nemôžete**.

Nezamestnaní - ak sa po 30.6.2006 zamestnajú majú 30 dní na to, aby sa zapojili do 2. piliera

Študenti - povinne, ak ste školu ukončili po roku 2007 alebo kedykoľvek neskôr a nikdy ste neboli zapojení v dôchodkovom systéme

- môžete sa rozhodnúť od 1.1.2005 do 30.6.2006, ak ste boli zapojení do dôchodkového systému (to znamená, už ste pracovali)

Rodičia na rodičovskej dovolenke, vojaci základnej vojenskej služby- za vás platí štát do Sociálnej poisťovne, je len na vás, či sa chcete zapojiť aj do 2. piliera.

Invalidný dôchodcovia - ak nepracujete, do 2. piliera sa môžete zapojiť v termíne od 1.1.2005 do 30.6.2006 len ako dobrovoľne poistená osoba.

(**Zdroj** : Zb.z.č.43/2004 o starobnom dôchodkovom sporení, Nové dôchodky od A po Z (MPSVaR))

Termín možnosti vstupu do 2. piliera sa blíži. Nezabudnite sa rozhodnúť včas.

▷ RUBRIKA: ZAMESTNANIE

Od malička som pozorovala moju mamu a chcela som byť učiteľkou. Lenže na talentových skúškach na pedagogickú školu som skúšajúcu komisiu nepresvedčila o „kvalitách môjho spevu“. Nakoniec som vyštudovala gymnázium. Počas štúdia na Obchodnej akadémii sme otvorili obchod – stala som sa mladou podnikateľkou. Zistila som, že práca s ľuďmi je veľmi zaujímavá a teší ma. Sama som si robila účtovníctvo, a aj tam som videla šance uplatniť sa. No prišiel čas rozhodnúť sa: práca alebo rodina? Rozhodla som sa pre rodinu a živnosť som ukončila. Teraz mám dve deti, ale počas materskej mi práca a kontakt s ľuďmi veľmi chýbali. Hneď ako to bolo možné, som si začala prezeráť inzeráty, vyhľadávať voľné pracovné miesta. Spolupráca s Úradom práce, sociálnych vecí a rodiny bola ... No čo si budeme hovoriť. To čo sa dalo využiť, myslím tým rekvalifikačné kurzy, to som zúročila vo svoj prospech. Žena – matka : pre zamestnávateľov, ako niekto kto je postihnutý nevyliciteľnou, veľmi nákazlivou chorobou. Tak často som počúvala: Máte deti? Čo s nimi ak budú choré?...

Stále viac som bola presvedčená, že ja ako matka nemám šancu zamestnať sa. Využívala som akékoľvek možnosti pracovať – aj keď len na dohodu a na určitý čas, v nádeji, že si ma všimnú tí „správni“ ľudia. Šťastie sa na mňa usmialo. Som zamestnaná a zároveň sa môžem venovať deťom, rodine. Teraz sa opäť pohrávam s myšlienkou založiť si svoju vlastnú firmu, chcem si zvýšiť vzdelanie, zlepšiť sa v cudzom jazyku a ... Možno sa šťastie opäť na mňa usmeje.

Myšlienka na záver od jedného múdreho človeka

„ Nie sme zodpovední len za to, čo robíme, ale aj za to čo nerobíme.“

(Molière)

Zuzana, 31 rokov

Schopnosti úspešných

- *schopnosť učiť sa a rozvíjať pracovné zručnosti a zlepšovať pracovný výkon*
- *schopnosť počúvať a komunikovať*
- *prispôsobivosť a tvorivé reakcie a zvládnutie neúspechu, či prekážok v práci*
- *sebaovládanie, spoľahlivosť, motivácia k postupu v organizačnej hierarchii, hrdosť na pracovné výsledky*
- *snaha o skupinovú a interpersonálnu efektívnosť, schopnosť spolupráce, tímovej práce a schopnosť vyjednávať*
- *výkonnosť, ctížiadostivosť a riadiace schopnosti*

ODPORÚČAME



Ernie J. Zelinski: autor knihy *Nebojte sa nepracovať* chcel osloviť ako prepracovaných, tak aj nezamestnaných ľudí.

Podľa jeho slov sú okolo nás dva typy ľudí: tí, ktorí nemajú žiaden voľný čas, a tí, ktorí ho majú príliš veľa a nevedia čo s ním. Obe tieto skupiny akoby zabudli žiť svoj život. Autor nás chce naučiť umeniu ako vyvážiť život a prácu, hrať sa, nebáť sa voľného času, či chvíľky samoty.

Túto knihu vám neodporúčame preto, aby ste prestali pracovať, ale preto, aby ste sa pozreli na svoj život s otvorenými očami a pokúsili sa zmeniť to, o čom si myslíte, že sa zmeniť nedá.

Sedem bariér ženskej kariéry

Nedostatočné sebavedomie. Odstráňte vnútorné bariéry a pracujte predovšetkým na posilnení vlastného sebavedomia. Skúste okrem iného využiť niektorý zo vzdelávacích seminárov.

Chýbajúca solidarita. Vaším heslom by malo byť: radšej spolu ako sama. Spolupracujte s inými ženami a snažte sa vytvoriť pevne prepojenú sieť.

Narušené zaobchádzanie s mocou. Nemajte strach z moci. Nevyhýbajte sa jej prejavom, ale naopak - tešte sa na ne.

Druhá zmena v súkromí. Nepovažujte svoje deti za brzdu v profesijnom postupe. Zabezpečte im primeranú opateru a delegujte domáce práce.

Ženské vyžarovanie. Kým budú ženy vo vedúcich pozíciách výnimkou, dovtedy budú všetkým na očiach. Zamyslite sa (predovšetkým z hľadiska obliekania a správania), či sa nachádzate na polceste medzi minimálnou a maximálnou dávkou ženskosti.

Mužské pravidlá hry. Svet práce je z veľkej väčšiny prispôsobený mužským požiadavkám. Dodržiavajte pravidlá hry, prípadne ich zmeňte, avšak až vtedy, ak sa dostanete do zodpovedajúcej pozície.

Nevhodné povolanie. Keď vaše povolanie (sekretárka, asistentka, letuška a podobne) predstavuje bariéru pre ďalšiu kariéru, jediným východiskom je zmena povolania alebo rozšírenie kvalifikácie.

(Zdroj: int.)

TEST: Aký ste rodinný typ?

Nasledujúci test vyžaduje iba niekoľko minút vášho vzácneho času mamičky, a poskytne Vám dôležité údaje o Vašom správaní v rámci rodiny. Otázky boli sformulované na psychologickom základe a naznačia Vám, či ste svojim osobnostným založením **rodinný typ**, alebo či by ste mohli byť **rovnako šťastná** aj **bez rodiny**. Výsledok testu Vám v každom prípade poslúži ako podnet, aby ste sa zamysleli nad svojou úlohou v rodine. Možno aj k tomu, aby ste svoje postavenie zmenili (alebo zaujali iné).

Ako postupovať:

Označte odpoveď **ÁNO** alebo **NIE**. Odpovedajte čo najspontánnejšie (pridlhé uvažovanie vedie v danom prípade skôr k neobjektívnosti). Značte si aj číslo otázky k odpovedi.

1. Ako dieťa ma rodičia v ťažkých situáciách vždy podporovali
2. Ak niečo naozaj chcem, urobím všetko, aby som to dosiahla.
3. Nazdávam sa, že poriadok a čistota sú základom pri výchove detí.
4. Som človek so sklonom k nepokoju.
5. Dieťa by malo byť v posteli vždy v rovnakom čase, aj keď nie je unavené.
6. Na matku si spomínam ako na maximálne starostlivú až úzkostlivú.
7. Nepadne mi zaťažko vcítiť sa do iných ľudí.
8. Pokladám sa za človeka, pre ktorého je nezávislosť nadovšetko.
9. Pokladám za samozrejmé, že k deťom treba pristupovať s plnou vážnosťou, aj keď sú ešte veľmi malé.
10. Domnievam sa, že slabé plesnutie v pravý čas ešte žiadnemu dieťaťu neuškodilo.
11. Som skôr tvrdohlavý človek.
12. Ak sa rodičia zachovali voči dieťaťu nespravodlivo, mali by sa mu ospravedlniť .
13. Moji rodičia sa často hádali.
14. Dosť ma rozladí, ak veci nejdú podľa mojej predstavy.
15. Pripisujem veľký význam spoločne strávenému času s partnerom.
16. Erotiku viem vychutnať až po dlhšom, dôvernom vzťahu.
17. V detstve som vždy mala pocit, že rodičia ma berú vážne.
18. Od svojho partnera očakávam, že bude aj mojím najlepším priateľom.
19. Myslím si, že k dokonale šťastnému partnerstvu rozhodne patria deti.
20. Padne mi skôr zaťažko, keď mám odsúvať vlastné želania.

Vyhodnotenie: Za každú odpoveď **ÁNO** získate 2 body, za každé **NIE** máte 0.

Teraz potrebujete dostať tri súčty, aby ste vedeli určiť, aký rodinný typ ste.

Pre **prvý typ** sa robí súčet z otázok číslo 1, 7, 9, 12, 16, 17, 18, 19.

Pre **druhý typ** sa robí súčet z otázok číslo 3, 5, 6, 10, 11, 13, 14, 15.

Pre **tretí typ** sa robí súčet z otázok číslo 2, 4, 6, 8, 11, 13, 14, 20.

Interpretácia výsledkov:

Kategória, v ktorej ste dosiahli najvyšší súčet bodov, najskôr vyjadruje, aký ste rodinný typ. Ak ste dosiahli rovnaký súčet v dvoch alebo vo všetkých troch kategóriách (ale to je skôr nepravdepodobné), Vaša osobnosť sa vyznačuje veľmi protirečivými vlastnosťami.

1 typ: Ak máte najvyšší počet bodov v tomto type, ste s vysokou pravdepodobnosťou skôr progresívne zmýšľajúci rodinný človek. Nerobíte problém z ufúľaných detských rúk, ani zo zbabranej domácej úlohy či z nazeleno odfarbených vlasov Vášho najstaršieho. Skvelo si dokážete poradiť s nepríjemnosťami všedného dňa rodiny, veci, čo pre druhých znamenajú katastrofu, beriete s dávkou humoru, a ste dosť pružná, aby ste na zmenené rodinné pomery (vyvolané aj Vami) adekvátne reagovali.

Záver: *zodpovedáte veľmi modernému, flexibilnému rodinnému typu, ktorý kladie rodinu vysoko v rebríčku hodnôt, ale napriek tomu nie je ochotný vydať sa na milosť a nemilosť svojim milým (prípadne sa podrobovať ich prianiam). Treba Vám len blahoželať.*

2 typ: Ak máte najviac bodov v tejto kategórii, potom ste najpravdepodobnejšie skôr tradične uvažujúci rodinný človek.

Rodina pre Vás znamená okrem istoty aj pravidelnosť a určitú disciplínu v živote. Rodina je stabilná súčasť Vášho života alebo po nej túžite (ak ešte rodinu nemáte). Na rozdiel od predošlého, skôr flexibilného rodinného typu, sa rada držíte tradičných vzorov a pravidiel. Pre Vás osobne to môže byť optimálny plán života, ale predpokladá to veľkú toleranciu ostatných, napríklad partnera.

Záver: *rodine prikladáte veľký význam, mali by ste však zvážiť, či by ste v budúcnosti nemali na jednotlivé situácie reagovať pružnejšie. Asi máte príliš vysoké požiadavky na dokonalosť. Mnohé by ste si pravdepodobne uľahčili, keby ste znížili nároky na seba aj na druhých.*

3 typ: Ak máte najviac bodov v tejto kategórii, zrejme ste sa s veľkou pravdepodobnosťou nenarodili pre život v rodine.

Ceníte si nezávislosť a ste typ osobnosti, ktorá nie je vyslovene rodinne založená a konajúca pre blaho ostatných. Zrejme si dokážete predstaviť, že budete šťastná aj bez detí (alebo bez životného partnera). Prípade, že rodinu máte, nehrozí Vám, že by ste potláčali svoje vlastné záujmy. Váš egoizmus možno označiť za celkom zdravý.

Záver: *spolužitie s Vami nie je práve jednoduché. Vy sama s tým však asi máte menej ťažkosti. Keby ste mali deti, dávajte pozor, aby ste s nimi podvedome nesúperili.*

V informačnej kancelárii pre ženy - matky si môžete vyskúšať aj iné druhy testov napríklad: test vedomostí a zručností, sebahodnotenia, sebadôvery, výber vhodnej profesie.

Ing. Mariana Malecová
informátorka pre ženy- matky

RUBRIKA : ANKETA

Je deň matiek vo vašom okolí uznávaným sviatkom alebo spadol do podobnej pozície ako MDŽ? Uctia si vás vaši zamestnávateľia v tento deň?

Katarína, 26 rokov, vydatá, 1 dieťa, zamestnaná

U nás v zamestnaní si na nás naša šéfka vždy spomenie. Možno preto že je sama matkou. Nevieť ako by to bolo, keby bol šéfom muž. Každopádne my nezabúdame ani na MDŽ. Veď každá žena si aspoň raz v roku zaslúži úctu, aj keď nie je matkou.

Petra, 33 rokov, vydatá, 2 deti, nezamestnaná

No ja momentálne nepracujem, ale jasné že v práci si na nás šéf spomenul stále. Aj MDŽ sme slávil. Samozrejme najkrajšie je keď si spomenú deti. Ani ja nikdy nezabúdam na voju mamu. Manžel síce neuznáva MDŽ, ale jeho chyba. Vtedy si vyjdem von s priateľkami a jeho nechám doma s deťmi.

Monika, 24 rokov, slobodná, zamestnaná

Ja síce ešte matkou nie som, ale nespomínam si, žeby u nás v robote niekto z vedenia prišiel za kolegyňami s deťmi a povedal im aspoň pár milých slov. MDŽ sa tiež veľmi neoslavuje. Iba ak kolegovia si spomenú a niečo zapotia, ale inak nič moc. Je to smutné.

▷ RUBRIKA : MC TEREZA

Apríl v Materskom centre Tereza sa niesol v duchu začínajúcej J A R I a veľkonočných sviatkov.

V prvom týždni sme si s mamičkami vymieňali nápady na veľkonočnú výzdobu, recepty na chutné koláčky a iné dobroty, ktoré súvisia s Veľkou nocou. Rozhodli sme sa, že získané podnety na výzdobu našich domovov počas sviatkov, využijeme. Každá mamička priniesla ukázať niečo zaujímavé, pripravili sme si potrebný materiál a spoločne „vykúzlili“ prekvapenie pre naše rodiny.

Keďže k Veľkej noci neodmysliteľne patria kraslice, rozhodli sme sa, že si aj my nejaké urobíme. Chýbali nám prázdne škrupinky od vajec. Spojili sme príjemné s užitočným. Urobili sme si veľkú **praženicovú party**. Mamičky súťažili vo vyfukovaní vajíčok. Najlepšia „vyfukovačka“ získala pre svoje ratolesti peknú odmenu. Ostatných sme odmenili sladkou dobrotou a samozrejme dobrou praženicou, ktorú sme si uvarili s vyfúknutých vajíčok. Prázdne škrupiny sme nakoniec ozdobili rôznymi technikami a motívmi.



Máj je krásny nielen tým, že je jarným mesiacom, ale aj tým, že jeho súčasťou je aj sviatok mamičiek. Naše nové opatrovatel'ky prišli s nápadom pripraviť program s deťmi, ktoré navštevujú naše Materské centrum Tereza. Deti Vám predvedú svoju šikovnosť dňa 5.mája o16.00 v SOUP Levoča - Športová hala.

Tešíme sa na Vás

▷ RUBRIKA : **DETSKÉ OKIENKO**

Ahoj deti!

Nezabudnite, že 14. 5. je deň matiek!

Pripravte pre svoju mamičku pekný darček. V materskom centre Tereza Vám určite radi pomôžeme. Skúste napríklad darovať mamičke fotku v rámečku, ktorý si sami vyrobíte.

Čo budeš potrebovať?

biely výkres, farebný krepový papier, lepidlo, farebnú šnúрку, lepiacu pásku, fotku

Ako na to?

Z papiera si vystrihni obdĺžnik na rozmer fotky + 2 cm. Do stredu nalep fotku. Na zadnú stranu pripevni páskou farebnú šnúрку na zavesenie. Z krepového papiera vystrihni 5 cm dlhé a 1 cm široké pásy. Sprav z nich guľôčky, ktoré poprilliepaj okolo fotky. A je to. Mamička bude mať určite radosť.



ŤAŽKÁ ÚLOHA

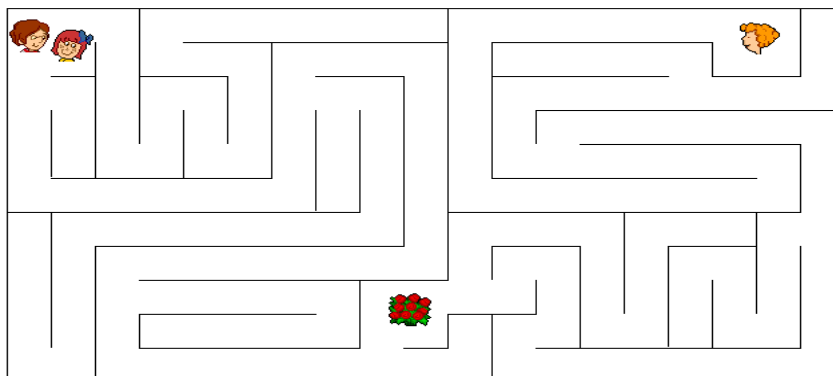
Ja som chlapček ešte malý,
úlohu mi ťažkú dali. Mamičke
mám darček dať,
s láskou jej ho odovzdať.

Bezradne tu stojím sám,
čo ti, mamka, k sviatku dám?
Do uška ti poviem - mama,
nezostaneš nikdy sama.

Budem s tebou každý deň, si
najlepšia, dobre viem.
Mám ťa veľmi, veľmi rád,
srdce z lásky chcem ti dať.



Pomôžete deťom na obrázku nájsť kvety a odniesť ich mamičke?



Príjemnú zábavu Vám žela Vaša teta Neta