

MACKOVINY

Rok 2010, Číslo 5

Máj 2010

MC Macko
Sekurisova 12
841 02 Bratislava

V tomto čísle nájdete:

Bláznivý Deň vtákov	2
Jarné kvetinky rozkvitli v Mackovi	2
Čo vieme o pupočníkovej krvi?	2
Moderné látkové plienky nie sú prežitok	3
Medvedku, daj labku	3
Veselé zvieratká a Kolo, kolo mlynské	3
Na čo sa v lekárni nestihnete spýtať	4
Patchwork - z amatéra profesionálom	4
APR: Pozeranie televízie	4
8. narodeniny...	5
Literárne popoludnie	6
Detský kútik	7
Čo robievame?	8
Čo pripravujeme?	8
Pozvánka	10

Čo je u nás nového?

Oslávili sme naše 8. narodeniny a dostali sme aj skutočný darček (teda taký, ktorý sme si sami nepripravili), a to služobný mobil. Na narodeninovú oslavu nám ho priniesla zástupkyňa starostu pani Križanová, za čo jej ešte raz veľmi pekne ďakujeme. Konečne si nebudeme míňať len naše súkromné kredity a paušály na vybavovanie vecí okolo organizácie činnosti nášho a vášho obľúbeného mc-čka.

Ďalšou potešujúcou novinkou je, že nám schválili grant od bratislavského magistrátu, takže novú telocvičňu budeme mať z čoho aj zariadiť. Už sa tešíme na nové žinenky, rebriny, lavičky a ďalšie pomôcky na cvičenie a šantenie detí. Veľmi milo nás prekvapila aj dúbavská kultúrna komisia, ktorá nám tiež „odklepla“ finančnú čiastku, ktorú využijeme na činnosť materského centra. Ďakujeme!

Zároveň od mája rozbiehame nový kurz, a to cvičenie na fitloptách pre menšie aj väčšie deti. Nechceme vás vopred strašiť, ale s ponukou nových kurzov sme zďaleka neskončili, na absolútne „vychytávky“ sa môžete tešiť od septembra. V prípade záujmu plánujeme rozbehnúť ďalšie jazykové i hudobné kurzy.

Materské centrum Macko je členom Únie materských centier, a z toho nám vyplývajú aj isté povinnosti. A tak sme sa v polovici apríla zúčastnili na Valnom zhromaždení únie v Piešťanoch, kde sa vyhodnocovala činnosť za uplynulý rok, ale aj schvaľovali nové stanovky únie a podávali správy o činnosti materských centier z jednotlivých miest Slovenska.

Tiež sa hovorilo o celoslovenskom podujatí na podporu materstva a najväčšej oslave Dňa matiek - Míli pre mamu, ktorá sa bude v Bratislave konať 8. mája na Partizánskej lúke a materské centrum Macko sa podieľa na jej organizácii. Všetkých našich priaznivcov radi privítame v našom stánku!

Bláznivý Deň vtákov

Keďže 1. apríl pripadol práve na štvrtok, kedy máme v materskom centre Macko pravidelnú herňu, nedalo nám, aby sme si program tematicky neprispôsobili. A tak sme návštevníkom pripravili malý prvoaprílový žartík, keď sme na dvere vyvesili oznam: „Vchod vedľa“ a na vedľajšie dvere zasa nápis: „1. apríl!“. Našťastie majú dúbavskí rodičia zmysel pre humor, a tak sme sa mohli vo vyzdobenej herni blázniť na



detské pesničky a o niečo neskôr privítať aj našich hostí. Pri príležitosti Dňa vtákov nás navštívila chovateľka exotických vtákov pani Adriana Nagyová aj so svojimi dvoma krotkými papagájmi senegalskými. Deti aj rodičia si ich mohli pohladkať, podržať na ruke (niektorí aj na hlave). Papagáje sa nás vôbec nebáli a správali sa slušne, nikoho nepohrýzli a dokonca ani neoznačkovali. Za návštevu im veľmi pekne ďakujeme.

Jarné kvetinky rozkvitli v Mackovi

Na pravidelných tvorivých dielňach sme si vyrábali jarné kvetinky, keďže vonku celý týždeň neustále pršalo a my sme sa nemohli potešiť živými počas prechádzky vonku. Použili sme farebný papier, polystyrén a prázdne vyčistené tégliky od jogurtov. Najskôr sme si pripravili „zelený základ“ – listy a trávu. Potom sme špajľu oblepili a omotali zeleným papierom. Do vyčisteného a prázdneho téglika od jogurtu sme vložili kúsok bieleho polystyrénu. Na jeden koniec špajle sme prilepili z oboch strán papierové hlavičky farebných tulipánov a druhý sme zapichli medzi listy a trávu, upevnili a dali do polystyrénu ako do hliny. A jarné kvetinky boli hotové. Teraz nám krásia učebňu v materskom centre.



Čo vieme o pupočnikovej krvi?



Jednou z prednášok, ktoré odzneli v apríli v našom materskom centre bola aj tá z OZ Eurocord. Hovorila o tom, že v prvých momentoch po narodení sa núka jedinečná a v celom ďalšom živote človeka neopakovateľná možnosť vytvoriť dieťaťu poisťku na celý život - dať zamraziť pupočnikovú krv. Pri mnohých závažných ochoreniach zlyháva tvorba krvi a jediný spôsob, ako v takejto chvíli zachrániť pacientovi život, je poskytnúť mu zdravé krvotvorné bunky. Tie je možné získať z kostnej drene alebo z pupočnikovej krvi. Kmeňové bunky získané z pupočnikovej krvi sa využívajú na transplantáciu pri

mnohých závažných ochoreniach, ako sú leukémie, lymfómy, nádorové ochorenia orgánov, získané či dedičné poruchy krvotvorby, imunity či metabolizmu a iné.

Moderné látkové plienky nie sú prežitok



Viete o tom, že jedno dieťa používajúce jednorazové plienky vyprodukuje počas svojho plienkového obdobia približne 1 tonu problematického odpadu, ktorý nie je možné separovať (obsiahnutá buničina, gél, umelá hmota a pod.)? Skládkuje sa až 200 rokov alebo sa spaľuje v spaľovniach. Ekológia je len jedným z problémov súvisiacich s tzv. „jednorazovkami“. Našťastie aj v dnešnej dobe existuje alternatíva. Nejde o návrat do minulosti, ale využitie toho, čo bolo dobré. Látkové plienky nie sú prežitkom a aj v dnešnej dobe sa vracajú s novými krásnymi dizajnami, vylepšenými sacími schopnosťami a tak ako vždy sú zdravšie,

ekologickejšie, ekonomickejšie a pre detskú pokožku prirodzenejšie ako „jednorazovky“.

O tomto a mnohých ďalších aspektoch používania „látkoviek“ sme sa rozprávali so Zuzanou Vnenčákovou, poradkyňou z www.nosime.sk v našom MC Macko.

Medved'ku, daj labku

Oblúbené hranie na gitare počas herne spojené so spievaním sa z nášho Macka načas vytratilo, keďže Bronka pre pracovné povinnosti už nestíhala chodiť. Našťastie sa nám podarilo stretnúť inú mamínu – Renátku. A táto sa pravidelných herní s názvom Medved'ku, daj labku zhostila veľmi dobre. Hoci namiesto medvedíka mala naposledy na ruke maňušku myšky, ktorá jej pomáhala spievať, ale aj bubnovať na bubon a všelijako inak najmenšie deti zapájať do hrania a spievania.



Veselé zvieratká a Kolo, kolo mlynské



Keďže je naša Marika veľmi šikovná a tvorivá, vymyslela si, že budeme v rámci herne vyrábať veselé zvieratká. A prečo veselé? Pretože sme na výrobu každého z nich použili inú techniku zdobenia. A tak sme po chvíli snaženia mali zrazu na stole slimáčikov, ktorí mali domček vyzdobený bavlnkami, sloníkov čo mali celé telo opečiatkované veselými vzormi či mačičky, ktoré hýrili farbami dúhy.

Pretože sme zvieratká vystrihli z tvrdého papiera dvojmo a nechali ich v hornej časti spojené, pekne nám stáli na vlastných nohách. Tak sme sa z toho tešili, že sme si na záver spoločne zatancovali Kolo, kolo mlynské.



Na čo sa v lekárni nestihnete spýtať



V jedno pekné pondelkové dopoludnie koncom apríla sa u nás v materskom centre konala prednáška PharmDr. Zuzany Baťovej o svojoľnom používaní voľnopredajných liekov s názvom Riziká samoliečby u detí. Mamičkám vysvetľovala, že sa vo svojej každodennej praxi stretáva najmä s tým, že mamičky sa snažia deti liečiť tým, čo majú doma, prípadne čím nedávno podobné príznaky liečili u starších detí. Výnimočnými nie sú ani situácie keď nesprávnym dávkovaním matky deti poddávajú alebo predávajú. Mamičky zaujímali najmä konkrétne prípady, s ktorými sa stretli a nevedeli si dať rady, resp. si chceli overiť či ony alebo ich lekárky postupovali správne. Nevyhli sme sa ani témam ako je podávanie antibiotík, či užívanie vitamínových doplnkov u detí.

Patchwork - z amatéra profesionálom

V materskom centre Macko sa kreatívna tvorba ujala nielen u detí, ale aj u dospelých. Predvianočné tvorivé dielne sa prehupli do kurzu maľovania na hodváb a v apríli sme zasa otvorili kurz šitia patchworku, ktorý vedie naša milá susedka teta krajčírka Sonička. Prvé hodiny základného kurzu máme úspešne za sebou. Sme na seba hrdé, pretože sme pochopili princíp strihania aj zošívania. Už musíme doladiť len presnosť. Maminám sa veľmi darí, a to aj napriek tomu, že niektoré doteraz videli šijací stroj len "z rýchlika".



Ako chceme vychovávať naše deti: Pozeranie televízie

V piatok 23. 4. sa podvečer stretli niektoré mamičky a oteckovia v rámci diskusií Akadémie praktického rodičovstva (APR). Spoločne sme preberali problém pozerania televízie u detského diváka. Argumenty za aj proti boli opodstatnené, väčšina diskutujúcich sa však prikláňala k názoru, že v dnešnej dobe by bez televízie bolo dieťa ochudobnené o množstvo zážitkov, ktoré si inak nedokáže vytvoriť. Aj v kolektíve by bolo menej zaujímavé, keby sa nevedelo vyjadriť k téme, ktorú poznajú ostatní. Z diskusie vyplynulo, že deti pozerajú prevažne rozprávky alebo prírodopisné seriály, a to približne 20 minút až dve-tri hodiny denne. Rodičia sa pozerania televízie často zúčastňujú a deťom vysvetľujú neznáme veci.

8. narodeniny oslávilo MC Macko so všetkým, čo k tomu patrí

Najskôr nám neprialo počasie. Potom sa všetko nieslo v znamení improvizácie. Napokon to však dobre dopadlo.

Aj takto stručne by sa dala charakterizovať tohtoročná aprílová oslava v poradí už 8. narodenín materského centra (MC) Macko. Slávnostný program odštartovalo vystúpenie najmenších tanečníc so súboru Latiniko. Po nich nasledovala oficiálna časť, príhovor štatutárky Macka Dagmar Urbanovej, ktorá prítomným predstavila naše občianske združenie a jeho činnosť a slávnostné prestrihnutie červenej pásky v novom priestore telocvične, ktorú sme si zrekonštruovali ako darček k narodeninám. Žiaľ, pán starosta sa nedostavil a jeho zástupkyňa meškala, tak pásku prestrihla v mene mestskej časti poslankyňa Ing. Marta Čarnogurská. Po jej príhovore sme ocenili členku nášho MC Nelly Kollárovú, aspoň symbolicky, kyticou za to, že sa organizačne postarala o celú rekonštrukciu a krajčírku Soničku, ktorá sídli s nami v rovnakej budove a neustále nezištne nášmu centru pomáha. Nasledovalo tanečné vystúpenie skupiny District Dance. Po ich vystúpení zástupkyňa Únie materských centier Mirka Vojtková odovzdala centru ďalší z darčiekov – certifikát, ktorý oficiálne urobil z Macka Akadémiu praktického rodičovstva. Už od septembra tak budeme môcť robiť kurzy akreditované Ministerstvom školstva SR a učiť ostatných ako byť čo najlepšími rodičmi. Po oficialitách sme v záhrade počkali, kým náš maskot macko Dáša prinesie tortu, aby sme spoločne mohli sfúknuť všetkých osem sviečok. Nasledovalo hodovanie, hudobno-tanečná zábava s Mackotriom aj športové disciplíny s Paťou. A keď sa počasie opäť zhoršilo, presunuli sme sa dovnútra, aby sme vyžrebovali osem pekných cien v tombole. A veru Silvia, mala čo robiť, pretože tombolové lístky sa míňali „ako teplé rožky“. Prvou cenou bola totiž večera pre celú rodinu v reštaurácii Elesko v Modre v hodnote 50 eur, za čo im týmto veľmi pekne ďakujeme.



Literárne popoludnie s detskou spisovateľkou



V jednu trochu upršanú sobotu sme mali v našom MC Macko tvorivé stretnutie s detskou spisovateľkou Danušou Dragulovou-Faktorovou, ktorá nás previedla svetom detskej knihy a zasvätila do tajomstiev vzniku rozprávok. Rozprávali sme sa, ako spisovateľ musí najprv niečo vymyslieť a napísať, potom ujo ilustrátor niečo pekné k rozprávke nakresliť, potom prídu ujovia tlačiareri a všetko pekne vytlačia na veľké papiere, ktoré postrihajú, pevnými niťami zviažu a zabalia do mäkkých svetríkov alebo pevných nepremokavých vetroviiek - ach, prepáčte, to nám len teta Danuša

pripodobnila väzbu knižky k nášmu oblečeniu, aby sme tomu lepšie rozumeli. Nakoniec sme si aj prečítali rozprávky, počiarali niekoľko bludísk a zahádali zopár hádaniek.



V čase od 26. apríla do 31. mája 2010 sa koná vo všetkých materských centrách na Slovensku verejná zbierka za účelom podpory ich práce. Prispiet' môžete zakúpením magnetky, ktorá iste poteší každú mamu, starú mamu, ba aj budúcu mamičku. Jej odporúčaná cena je 1,- €. Za váš príspevok ďakujeme vopred.

Nauč sa s nami básničku

Anjeličku, môj strážničku,
stráž mi moju mamku.
Mamička mi večer spieva
tichú uspávanku.

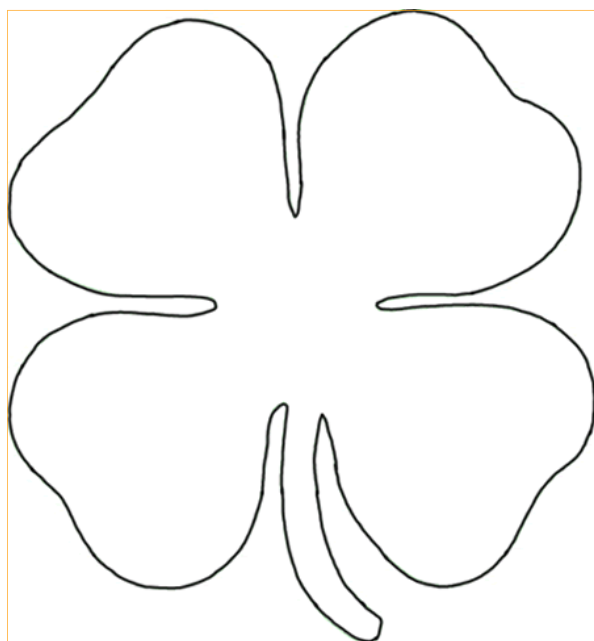
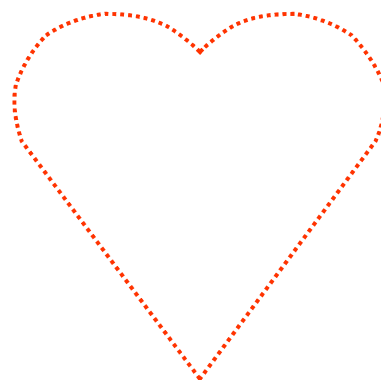
Ráno ma jej ústa budia
ako dotyk vánku.
Anjeličku, môj strážničku,
chráň mi moju mamku.



Muchotrávky

V lese popod bučky
červené klobúčky
a sukničky v páse.
To tam v plnej kráse
muchotrávky stoja,
slimáka sa boja.

Vyfarbi si s nami obrázok



Voľná herňa pre deti

pondelok a štvrtok 9.30 - 11.30 h

program v herni začína o 10.00 h

Vstupné do materského centra je 1,- € (je možné zaplatiť si štvrťročnú alebo polročnú permanentku).

Nezabudnite priniesť prezúvky sebe aj deťom.

Vzdelávacie kurzy a cvičenia pre mamičky

Nemčina:	utorok	9.30 - 11.00 h	- opatrovanie detí zabezpečené
Angličtina:	streda	8.45 - 11.45 h	- opatrovanie detí zabezpečené
Maľovanie na hodváb:	streda	19.00 - 20.30 h	
Patchwork	štvrtok	18.00 - 20.00 h	

Cvičenie pre tehotné:	pondelok	16,45 - 17,45 h
Cvičenie pre mamičky:	pondelok	18,00 - 19,00 h
Dieťa ako činka (cvičenie pre mamičky):	utorok	11.15 - 12.00 h

Vstupné na cvičenia je 2,- €.

Vzdelávacie kurzy pre deti

Angličtina:	pondelok	17.30 - 19.10 h
	piatok	17.30 - 18.15 h
Výtvarný krúžok:	utorok, streda	17.30 - 18.15 h (učebňa)
Tanečný krúžok	utorok	17.30 - 18.15 h (telocvičňa)

Masáže

Objednávajú sa u Katky na čísle 0905 664 650 alebo e-mailom: masaz@mcmacko.sk. Masáž trvá cca 25 min., cena je pre aktívnych členov 3,50 €/os., pre členov 5,- €/os. a pre ostatných 6,70 €/os. Masáže budú, ak sa prihlási aspoň 6 mamičiek, a to v čase od 8.30 h do 13.00 h. Termíny sa dozviete vždy z nášho programu.

Čo pripravujeme?

- ☛ **Od 10. 5. 2010** začína kurz **cvičenia detičiek s mamičkami na fitloptách**. Kurz bude prebiehať každý pondelok v dvoch skupinách. Ešte stále máme posledné voľné miesta v skupine mladších detí (8-14 mesiacov - nechodiace). Prihlásiť sa môžete u Danky na čísle 0915 977 396 alebo jej napíšte na daniela.lihotska@gmail.com.
- ☛ Stále sa môžete prihlásiť na **kurz Patchworku**, ktorý je každý štvrtok od 18.00 h. V prípade záujmu zavolajte Soničke na číslo 0903 837 307.
- ☛ **10. 5. Fotorámik**. Tvorivé dielne pre deti s Marikou.
- ☛ **13. 5. Dentálna hygiena pre deti do 3 rokov**. Prednáška Martiny Pakozdyovej na tému starostlivosti o zúbky našich najmenších.
- ☛ **14. 5. Macko Baby Klub**. Herňa pre detičky od 0 do 12 mesiacov. Otvorené je od 9.30 h do 11.30 h. Vstupné je 1,- €/rod.
- ☛ **15. 5. Literárne popoludnie: Kamila Kay Strelka-Kanková**. Žena, ktorá prežila dva životy. Americká podnikateľka, svetobežníčka, slovenská spisovateľka a rozprávačka nám porozpráva

o svojich bohatých podnikateľských a životných skúsenostiach. Stretnutie je spojené s autogramiádou. Začíname o 15.00 h. Vstupné je 1,50 €/rod. Bližšie info o autorke nájdete na jej stránke <http://www.kamilastrelkova.sk/>

- * **16. 5. Masáže.** Objednávajú sa u Katky (0905 664 650 alebo masaz@mcmacko.sk)
- * **17. 5. Feng-šuej.** Prednáška o feng-šuej - oboznámenie sa s učením feng-šuej, využitie feng-šuej u vás doma, harmonizovanie prvkov a farieb v detskej izbe. Prednášať nám príde profesionálna poradkyňa PhDr. Nina Harňáková.
- * **20. 5. Tancuj, tancuj, vykrúcaj.** Tancovanie pre najmenších s Patou.
- * **21. 5. APR: Odmeňovanie a povzbudzovanie detí.** Diskusie v rámci kampane ÚMC o výchove a rodičovstve - Ako chceme vychovávať naše deti. Začíname o 18.30 h. Vstup voľný.
- * **22. 5. Blšák ...hračiek, športových potrieb, detského a tehotenského oblečenia** sa koná v záhrade MC Macko od 9.30 h do 12.00 h. Vstupné pre predávajúcich je 1,50 €. V prípade nepriaznivého počasia sa akcia ruší.
- * **24. 5. Ryby, rybičky a Kolo, kolo mlynské.** Tvorivé dielne a tancovanie pre najmenších s Marikou.
- * **27. 5. Montessori pedagogika.** Nový pohľad na výchovu. Praktické tipy na trávenie času s deťmi.
- * **29. 5. MDD - sviatok našich najmenších.** Mackotrio, ujo Hoblina a jeho Divadlo pod Hríbikom, maľovanie na tvár, zábavné hry... Podujatie sa koná v záhrade MC Macko. Začíname o 15.00 h.
- * **31. 5. Medveďku, daj labku.** Hra na gitaru s Renátkou.

Chýba vám u nás niečo? Kontaktujte nás...

Radi chodievate s detičkami do Macka, ale máte pocit, že Vám tam stále niečo chýba? Chcete sa popri materských povinnostiach aj inak sebarealizovať? Tak neváhajte a kontaktujte nás. Potrebujeme každú ruku, nohu aj hlavu navyše. Tešíme sa na Vás.

Kontakt:

Dadka 0908 609 646, Katka 0905 664 650, Andrea 0905 410 005

MC Macko
Sekurisova 12

Sme na webe!
www.mcmacko.sk



naše sídlo: Sekurisova 12
ale vchod máme
z Nejedlého ulice
(sme v budove knižnice)

e-mail:
mcmacko@mcmacko.sk

Nezabúdajte, prosím, že všetko v MC Macko stojí a padá na dobrovoľníkoch. Organizačné veci, spravovanie MC, udržiavanie priestorov - jednoducho všetko okolo Macka - robia mamičky ako dobrovoľnícku činnosť, vo svojom voľnom čase, bez nároku na honorár a ak zo zdravotných alebo časových dôvodov nestihnú zrealizovať plány a akcie podľa vašich predstáv, tak vopred ďakujeme za pochopenie

Míla pre mamu 2010

SOBOTA, 8. máj
od **15,00** do **18,00 h.**



ÚNIA
MATEŘSKÝCH
CENTIER



Únia materských centier a materské centrá vás pozývajú na celoslovenské podujatie
Míla pre mamu. Najväčšiu oslavu Dňa matiek zažijete v 35 mestách a obciach!
Míla súťaží, míla zábavy, míla radosti.

Bratislava - Partizánska lúka

Program

Moderuje: **Andrea Devánová**

Účinkujú: **TŠ Eleganza, Dance group H&T, TS HALÓ HALÓ, Folklórne súbory Vienok, Chasa, Gerulata a ďalší**

PREJDITE MÍLU, ZÍSKAJTE DARČEKOVÚ TAŠKU A MOŽNOSŤ VYHRAŤ MÍLOVÉ PREKVAPENIE!

Organizátori podujatia:

MC Budatko, MC Fífidlo, MC Lienočka, MC Macko, MC Obláčik, MC Ráčik, RC Prešporkovo a ÚMC

Partneri:



wüstenrot
POISTOVŇA

Mediálni partneri:

Mama
a ja



VŠEOBECNÁ ZDRAVOTNÁ POISŤOVŇA

EUROCORD-SLOVAKIA
SLOVENSKÝ SIGETEL PLACENTÁRNÝCH
KAVOTVORNÝCH BUDIEK



rodinka.sk

REPRO

www.umenienapredaj.sk

Helen Doron
Early English

Rama

Zonnička

otečera

Viac info o akcii na www.materskecentra.sk