



Lesní mateřská škola Jurta

Příručka pro rodiče

Praktické informace



www.lesniklub.cz

aktualizace červen 2019

OBSAH

JAK SE PŘIHLÁSIT DO LMŠ JURTA.	str. 3
PROVOZNÍ DOBA	str. 3
BEZPEČNOSTNÍ PRAVIDLA PRO POBYT VENKU	str. 3
PRAVIDLA PRO POBYT DĚTÍ V LMŠ JURTA	str. 4
DOVEDNOSTI, KTERÉ SE BUDEME SPOLEČNĚ UČIT	str. 5
VYBAVENÍ DĚTÍ DO LESNÍHO KLUBU	str. 5-6
ADAPTAČNÍ PROGRAM	str. 6
ZAJÍMAVÉ ODKAZY	str. 7
KLÍŠŤATA	str. 7-9

JAK PŘIHLÁSIT SVOJE DÍTĚ DO LMŠ JURTA?

Máte-li zájem umístit svoje dítě do Lesní mateřské školy Jurta, vyplňte, prosím, Žádost o přijetí do LMŠ Jurta (ke stažení na www.lesniklub.cz) nebo si ji osobně vyzvedněte v LMŠ nebo ji můžete po vyžádání obdržet mailem. Vyplněnou přihlášku společně s potvrzeným Evidenčním listem, který máte povinnost do 14 dní od doručení Žádosti doručit do LMŠ, odevzdáte v LMŠ (lze zaslat také elektronicky na petra.landsperska@jurma.cz.) Bude-li Vaše dítě přijato, vydá ředitelka Rozhodnutí o přijetí dítěte, rodiče podepíší s ředitelkou LMŠ Jurta Smlouvu, v případě zájmu obdrží Příručku pro rodiče. V případě plné kapacity LMŠ – 35 dětí, je dítě umístěno na seznam náhradníků. (seznam slouží jako databáze při oslovení zájemců v případě nenadálého ukončení docházky jiného dítěte).

PROVOZNÍ DOBA

Provozní doba LMŠ Jurta je denně od 7,15 hodin – do 16,00 hodin. Program pro děti začíná v 8,45 hod (prosíme o dochvilnost – při opožděné docházce významným způsobem narušujete program LMŠ). Neúčast dítěte je nutné nahlásit nejpozději do 8,30 hodin (osobně nebo sms). Zákonná povinnost pro zákonné zástupce dítěte vyplývá pro předškolní děti, které tuto docházku již musí absolvovat, popř. Být na individuálním vzdělávání.

Možnost adaptačního dopoledního nebo odpoledního programu (viz kapitola Adaptační program)

BEZPEČNOSTNÍ PRAVIDLA PRO POBYT VENKU

Je třeba, aby pravidla respektovali pedagogové, rodiče a především děti umístěné v LMŠ Jurta. Pravidlům se budeme s dětmi učit průběžně. Pravidla budou dětem vysvětlována v konkrétních situacích a vždy bude důsledně dbáno na jejich dodržování.

- Zůstáváme na dohled či doslech.
- Jsme-li voláni jménem, vždy odpovíme.
- Při cestě lesem čekáme na domluvených místech.
- Při práci s nožem či pilou sedíme, ve věku do 4 let pracujeme s těmito nástroji pouze pod dohledem dospělého.
- Nádobí a příbory v batohu jsou určené pouze na jídlo, ne na hraní.
- V lese/ v přírodě jsem “na návštěvě” nenecháváme zde odpadky.
- Nelezeme na stohy dříví, klád.
- Větve nenosíme ve výšce očí ostatních dětí.
- Potřebu vykonáváme na místě určeném dospělým.

- Bez souhlasu dospělého sami v lese nic nejíme.
- Zkoumaných hub se nedotýkáme holou rukou, pouze klacíkem nebo rukavicí.
- Neodcházíme z lesa s lidmi, které potkáme, ani známými.

PRAVIDLA PRO POBYT DĚTÍ V LMŠ JURTA

OBECNÁ PRAVIDLA

- Nenosíme do školky hračky (s výjimkou adaptačního období, kdy je možné donést např. oblíbeného plyšáka na spaní)
- Nenosíme do školky sladkosti. (+ viz bod oslavy narozenin a svátků)
- Oblečení mají děti podepsané (za nepodepsané věci neručíme).
- V zázemí mají děti tašku s náhradním oblečením (na třídních schůzkách probereme)
- Používáme recyklovatelné obaly, ne jednorázové plasty.
- Pedagog má právo odmítnout převzít ze zdravotních důvodů dítě do školky, pokud se mu zdá viditelně nemocné, nastydlé, unavené.
- Po obědě chodíme všichni odpočívat. (relaxační chvilka je oddech pro všechny, možnost si odpočinout, shrnout si, co jsme prožili, zavřít si očka a pokud jsem unavený, mám podmínky k tomu usnout...)
- Prosíme, pokud vám děti vyrostou z bot, oblečení, pojďme se domluvit, že společně zkonzultujeme, jestli si to ve školce necháme, nebo ne. Máme plný botník holin, které nikdo nechce, a až se občas erární boty hodí, nemůžeme jich skladovat hromady. Během brigády je pravidelně také bazárek, který můžete využít k poslání těchto věcí dál.

PŘEDÁVÁNÍ A VYZVEDÁVÁNÍ DĚTÍ

- Rodiče předávají děti do školky osobně, proběhne oční kontakt, děti z parkoviště samy neodcházejí do školky bez kontaktu s rodičem.
- Čas příchodu je mezi 7.15-8.45, děti se ze školky vyzvedávají DO 16.00 (tzn. v 16 hodin přijíždět do Nebočad nestačí, touto dobou už jsou děti vyzvednuté a připravené k odchodu)
- Do školky přichází děti připravené a oblečené dle aktuálního počasí tak, aby bylo možné hned vyrazit do terénu, případně, pokud nejsou, rodiče je před svým odchodem takto vybaví.

NAROZENINY A SVÁTKY

- K svátku dětem přejeme, ale velké oslavy nepořádáme, dáme si společně třeba oříšky, sušené ovoce, takže pravidlo nenošení sladkostí platí i tady.
- Protože dětí už máme opravdu početně a nějak se nám to s těmi dorty a sladkostmi zvrstlo a pozapomnělo se na pravidlo zdravého mlsání, rozhodly jsme se změnit systém oslav, probereme na třídních schůzkách.

DOVEDNOSTI, KTERÉ SE BUDEME SPOLEČNĚ UČIT

Nevyrušujeme ostatní při hře (nejdříve se jich zeptáme, zda se můžeme připojit).

Respektujeme přání druhých.

Vzájemně si nic nebereme.

Konflikty řešíme nenásilně: vyjadřujeme své pocity, učíme se říkat druhým, co nám vadí a co nechceme, aby dělali.

Máme zodpovědnost za sebe, rozlišujeme rizika a učíme se rozpoznávat své hranice.

VYBAVENÍ DĚTÍ DO MATEŘSKÉ ŠKOLY JURTA

Inspirace:

www.promaledobrodruhy.cz www.outdoorbaby.cz www.mimibazar.cz
www.skibi.cz www.klukaholka.cz/kozikidz www.obleceni-reima.cz/

Děčín: Dětský krámk. Bezručova 569/12. Děčín 4. Tel: 723 053 937

Chladné dny

Tělo: 1) Funkční vrstva: ideální jsou přírodní materiály jako merino vlna a hedvábí. Uplatňují se skvěle jako vnitřní vrstva nejbližší tělu. Klíčovou úlohou této vrstvy je odvádět vlhkost pryč od pokožky. Vlna má také tu vlastnost, že hřeje i vlhká a na rozdíl od syntetických funkčních materiálů zpocená nepáchne. Vlna má také jistou samočistící schopnost.

2) Střední vrstva: Toto je zateplovací vrstva. Jejím úkolem je vytvořit vzduchový prostor mezi pokožkou a izolační vrstvou. Napomůže Vašemu dítěti udržet optimální tělesnou teplotu. Vlněné svetry (merino vlna je obzvláště teplá a příjemně měkká, „nekouše“) a bavlněný fleece jsou vděčnými materiály. Možné je použít i syntetický fleece. Při velkém chladu je vhodné vrstvit více slabších zateplujících vrstev.

3) Vnější vrstva: Je to izolační vrstva. Musí být nepromokavá a větru odolná, ale zároveň prodyšná.

Hlava: 1) čepice popř. kukla 2) šála

Nohy: 1) Funkční vrstva: opět doporučujeme použít přírodní materiály.

2) Vnější vrstva: mrzne-li doporučujeme zateplené kalhoty (popř. celou kombinézu), každopádně je nutné, aby vnější vrstva byla nepromokavá. Doporučené značky: Muddy Puddles, TCHIBO (značka TCM), REIMAKIBA, KoziKidz

Chodidla: Podle zkušeností jako nejlepší zateplení chodidel fungují dvě vrstvy vlněných ponožek v kombinaci s vodě odolnými botami, které mají dostatečný prostor pro volný pohyb prstů.

Teplé dny• lehká bavlněná, hedvábná nebo konopná košile nebo triko s dlouhými rukávy• pokrývka hlavy (kšiltovka, klobouk). □ • Dlouhé plátěné kalhoty (alespoň pod kolena)• pevné dobře větrané boty• ochranný krém alespoň 30 • repelent

Když prší:• šustáková nepromokavá bunda (pogumovaná bunda)• šustákové nepromokavé kalhoty (pogumované kalhoty)• pláštěnka • holínky

ADAPTAČNÍ PROGRAM

Adaptační a zkušební doba je umožněna individuálně a s ohledem na možnosti rodičů a hlavně na potřeby konkrétního dítěte. Časové rozpětí: 1 týden – maximálně 1 měsíc.

Je na Vás, jak si postupnou adaptaci domluvíte s průvodkyněmi. Důležité je, abyste po dobu adaptační fáze byli VŽDY k dispozici na telefonu v případě potřeby.

Desatero pro rodiče a jejich děti

- Jak můžu jako rodič pomoci svému dítěti, aby byl pro něj vstup do LMŠ Jurta nenásilný?
- Chodit s ním mezi děti, a to i tehdy, má-li sourozence.
- Nechat dítě na určitou dobu v péči jiného známého člověka, chodit s ním do nových prostředí (např. Projektové dny pořádané LMŠ Jurta, do mateřského centra, na plavání apod.).
- Zaměřit se na dovednosti sebeobsluhy (při jídle, oblékání, na toaletě).
- Rozvrhnout čas tak, abychom na dítě nemuseli spěchat. Dítě má šanci a dostatečný prostor udělat věci samo.
- Udělat si čas na každodenní společnou chvíli u hry, na čtenou pohádku.
- Během dne využívat možnosti si s dítětem povídat.
- Krátce a srozumitelně oceňovat, co se dítěti daří a jasně odmítnout nevhodné chování a vysvětlit PROČ. Dospělý je vzorem dítěti v mnoha směrech.
- Vyvarovat se výhrůžek typu „Počkej, až budeš ve školce...!“, dítě se tak bude obávat školky už předem.
- Opatrně zacházet i s vychvalováním školky, „jak tam bude všechno báječné!“ Držme se reality a mluvmě o tom, co asi všechno tam dítě bude moci dělat. Předjdeme vytvoření nereálných představ a následnému zklamání.

ZAJÍMAVÉ ODKAZY

www.lesnims.cz (Asociace lesních MŠ), http://www.opzp.cz/soubor-ke-stazeni/46/14089-ekoskolky_a_lesni_materske_skolky.pdf (nová příručka o ekoškolkách a lesních školkách), <http://www.materska-eko-skolka.cz/>, <http://www.naomialdort.cz/>,

Zkuste např. : Respektovat a být respektován, Pomalé rodičovství, Škola srdce(m), Pět zlatých klíčů;

KLÍŠŤATA (Zdroj MUDr. Frolíková pro LMS Šárynka)

Klíšťata jsou nedílnou součástí nejen přírody ale i odstrašujících reklam. Neměla by však být důvodem, proč se bát více, než je zdravo.

1. Zabránit klíštěti se přisát - ODĚVEM A POUŽITÍM REPELENTU ODĚV:• pokrývka hlavy• triko/bunda s dlouhým rukávem, nejlépe do manžety, optimálně ještě z hladkého materiálu, aby bylo pro klíště obtížnější se udržet. Asi by byla lepší tmavší barva, protože světlejší barvy jsou pro hmyz obecně přitažlivější, ale zase naopak je na něm lezoucí klíště lépe pozorovatelné a můžeme mu včasným odklizením zabránit se přisát.

• dlouhé kalhoty- opět optimálně z hladkého materiálu • pevné, nejlépe kotníkové, boty- do nichž je dobré kalhoty zastrkat REPELENTY:Můžete si jej vyrobit sami doma. Postačí jen pár ingrediencí, trocha času a pak lahvička s rozprašovačem. Zde tedy pár inspirativních receptů: (převzato z <http://www.klistova-encefalitida.cz> a <http://www.karelhadek.cz>):

• 2 lžíce rostlinného oleje + 20 kapek růžového oleje(určitě je možné použít i jiné éterické oleje) + šálek vody

• 2 díly vody + 1 díl jablečného octa + Váš (resp. Vašeho potomka) oblíbený éterický olej

• Smíchat oloupané nakrájené citrusové plody (nejvhodnější údajně jsou pomeranče, citrony, limetky či grapefruity + 3 díly vařící vody – nechat povařit 1 minutu a pak nechat mírně vařit ještě 1 hodinu.....bohužel u tohoto receptu není upřesněno množství citrusových plodů....

Na webových stránkách s přírodní kosmetikou pana Karla Hadka jsem objevila jeho doporučení: lze použít např. éter. oleje: Cedr Atlas, citrón, citronela, eukalyptus, hřebíček, lavandin, tymián, tůje a v rostlinném oleji je naředit v koncentraci 2-5 %. Dále doporučuje spíše použít, kvůli potenciaci účinku, směs z (některých) vyjmenovaných éterických olejů. Údajně(píše „údajně“ kvůli tomu, že nemám soukromě ani z odborné praxe ověřeno) také, podle pana Hadka, pomáhá k odpuzení klíšťat

užívání B-komplexu....Repelenty na přírodní bazi, dostupné v obchodní síti, jsou tyto zn. : ESI Mosquito nebo Alfa Effitan. Další repelenty, které jsou v drogeriích či lékárnách k dispozici, ale které obsahují spíše syntetické účinné složky, jsou např. OFF, Predator, Biolit, Diffusil, Repelan, Autan atd...) □ Většina těchto repelentních přípravků obsahuje složku DEET: DEET (N,N-diethyl-m-toluamid) je téměř bezbarvý aromatický amid, který je v kapalném skupenství používán jako účinná složka do repelentních přípravků sloužících k odpuzování bodavého a sajícího hmyzu. Mezi něj náležejí komáři, mouchy, klíšťata a další druhy hmyzu, které mohou být příčinou přenosu a šíření nebezpečných nemocí. DEET hmyz nezabíjí, ale odpudí ho dříve, než se dostane do kontaktu s lidskou pokožkou. DEET byl vyvinut americkým ministerstvem zemědělství v roce 1946 jako reakce na zkušenosti vojáků z pobytu v džungli za 2. světové války a sloužil nejdříve jen armádním účelům. Poprvé byl DEET registrován a uvolněn pro širokou veřejnost v USA v roce 1957. I přesto, že je DEET používán již více než 40 let, nejsou si vědci zcela jisti, jakým způsobem hmyz odpuzuje. DEET s největší pravděpodobností ovlivňuje schopnost hmyzu lokalizovat živého tvora a napadnout ho. Vědci se domnívají, že □ blokuje speciální receptory na hmyzích tykadlech, které zachycují přírodní chemické látky vylučované člověkem nebo □ zvířetem.

Příručka pro rodiče 9 Pokud je přípravek s obsahem DEET používán u dětí, je nutné si velice pozorně prostudovat pokyny v návodu. Obecně platí, že ani u dětí nehrozí zdravotní rizika u přípravků s obsahem 10% až 30% DEET, ale nedoporučuje se v žádném □ případě aplikovat přípravky na kojence do 2 měsíců věku a s přihlédnutím k možným rizikům není doporučeno používat je u dětí do tří let věku. Stejně tak by přípravky neměly být používány pod oblečení nebo na poraněnou pokožku, aplikovat se mají jen na exponovaná místa, případně povrch oděvů. Ve vzácných případech může dojít k podráždění kůže. DEET může při vniknutí do oka způsobit podráždění a nesmí se vzhledem k malému riziku toxicity požívat. Pokud □ již není přípravek zapotřebí nebo v mezidobí mezi jednotlivými aplikacemi, je doporučeno přípravek smýt.

2. Když už se klíště přisálo - ODSTRANĚNÍ: Když už někde na těle zjistíme přisáté klíště, je potřeba ho co nejrychleji a správně odstranit- pokud je klíště infikované, □ pravděpodobnost přenosu nákazy na člověka stoupá s dobou, po kterou je klíště přisáté. Proto děti kontrolujeme v době výskytu klíšťat každý den! Odborníci nabádají používat tento postup pro odstranění klíštěte:

- V jednorázových rukavicích místo přisátí a samotné klíště zakápnout alkoholovým dezinfekčním roztokem a počkat asi pět minut.
- Po vydezinfikování použít speciální kleštičky, háčky nebo pinzetu určené k vyndávání klíšťat (tyto instrumenty jsou k zakoupení v lékárnách).
- (Klíště není dobré mastit - dusí se tím a při dušení vyzvrací střevní obsah do rány a nemusíme ho ani vytáčet proti či po směru hodinových ručiček.)
- Klíště zachytit nástrojem těsně u kůže a kývavým pohybem jej opatrně odstranit. Místo nakonec znovu potřít dezinfekcí. Vytažené klíště také smočit v kapce dezinfekčního roztoku a vhodit do toaletní mísy. Klíště by se nemělo ani pálit zapalovačem, ani házet do koše. □ V žádném případě nesmíme klíště rozmačkávat nehty či jakkoliv mačkat kvůli potřísnění poraněné kůže eventuelně □ infikovanými sekrety klíštěte. □ Pokud si neumíme s odstraněním klíštěte poradit sami, je nejlepší vyhledat lékaře.

3. Jak se chovat po odstranění klíštěte? V první řadě zůstat klidný;). Podpořit, dle vlastních zvyklostí a zkušeností, imunitní systém

dítěte plus jej následující čtyři týdny nevystavovat nadměrné fyzické zátěži (např. celodenní pobyt u vody, na slunci, je z pohledu fungování imunitního systému silná zátěž). Neznačená to, že dítě nemá dále chodit do lesní MŠ - zde je obecně dodržován takový režim, který není pro dětský organizmus silně fyzicky zatěžující (jinak by děti po pár dnech v lesní MŠ odpadly únavou). □ Dále po dobu 4 týdnů pozorně a sledovat zdravotní stav dítěte. Co sledovat, jaké jsou projevy infekce virem klíšťovky: Pro toto onemocnění je typický dvoufázový průběh. Zhruba 2 týdny po přisátí klíštěte se u 60 % infikovaných objeví chřipkovité příznaky- horečka, bolest hlavy, svalů a kloubů, nechutenství. Po několika dnech příznaky spontánně odeznívají. Pak zpravidla následuje období 1 až 2 týdnů bez příznaků(asymptomatické) a u některých pacientů touto fází nemoc skončí, dochází k úplné zdravě a celoživotní obranyschopnosti proti viru klíšťovky. Druhá fáze onemocnění se zpravidla ohlásí nástupem bolestí hlavy, které jsou provázeny horečkami, které mohou obtížně reagovat na antipyretika. Nemocný je zpravidla světloplachý, přidává se nevolnost, zvracení. Příznakem poškození nervového systému je ztuhnutí svalů na šíji(postižený není schopen dát bradu na prsa, dává přednost vodorovné poloze...). Dále může být přítomen svalový třes, slabost v končetinách, polykací potíže, závrativost, dále i

poruchy spánku (nejčastěji převrácení spánkového rytmu) , dezorientace. Tento akutní stav trvá 2 až 3 týdny. Poté obvykle dojde k postupnému zlepšování stavu a uzdravě. Asi u jedné čtvrtiny nemocných dochází ke vzniku trvalých následků různé závažnosti. Patří k nim například chronické bolesti hlavy, poruchy koncentrace, nálady nebo spánku, snížená výkonnost, deprese nebo obrny končetinových svalů. K úmrtí dochází pouze ve výjimečných případech. P.S. Infekce se do těla může dostat nejen sekrety přisátého klíštěte, ale např. i požitím nepřevařeného mléka virem infikované krávy.

A ještě pár soukromě-odborných poznámek: onemocnění klíšťovkou je u dětí spíše přeceňováno a u dospělých spíše podceňováno, protože právě u dospělých jsou trvalé a vážnější následky častější. Samozřejmě tím nechci vzbudit dojem, že o zas tak moc nejde, že klíšťova u dětí je banalita. Rozhodně není a je opravdu nutné být po přisátí klíštěte všímavý a dítě hlídat. Jen by bylo škoda vytvářet atmosféru, že klíšťata jsou vraždící hmyzí stroje.