

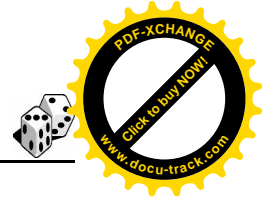
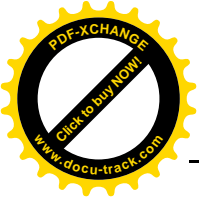


Klub dvojčat a vícečat



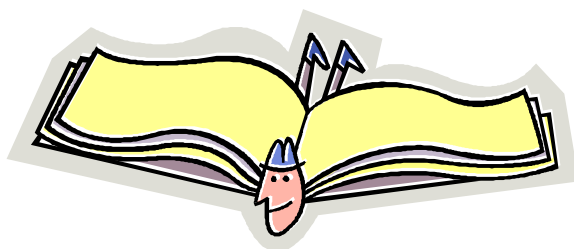
Zpravodaj 18 / 2005

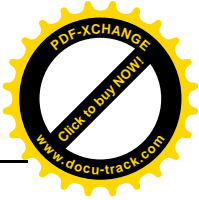
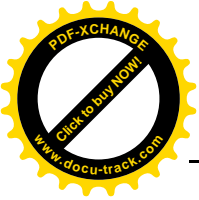




OBSAH

Na úvod	3
Aktuální zprávy z Klubu	4
Z regionálních poboček	5
Společné akce - co bylo	6
- co bude	7
Co přinesl život	8
Burza rad	16
Téma : Jsme prarodiči vícečat: jak na to, co ano a co ne	17
Nad vašimi dopisy	22
Recept z vaší kuchyně	23
Z dílny našich ratolestí	25
Trocha kultury	27
Špetka humoru	27
Inzerce	27





NA ÚVOD

S nadcházejícím parným létem se vám měl dostat do rukou nový Zpravodaj... Bohužel čas opět zapracoval proti mně, odjela jsem pracovně do Berlína a vše se začalo zpoždovat... Do toho se vyskytly technické problémy s mým dinosauřím počítačem a tak se k vám nový, letní Zpravodaj opět dostává pozdě. Přesto věřím, že na mě nezanevřete a přečtete si jej stejně nedočkavě, jako by přišel včas. Všem moc děkuji za trpělivost, kterou se mnou máte a příkládám jedno z dalších internetových mouder.

Malý chlapec se ptá mámy:

“Proč pláčeš?”

“Protože jsem žena,” odpověděla mu.

“Nerozumím,” pověděl syn.

Jeho máma ho jen objala a pověděla:

“A nikdy ani neporozumíš.”

Za nedlouho se chlapec zeptal svého otce:

“Proč se mi zdá, že máma pláče bez důvodu?”

“Všecky ženy pláčou bez důvodu,” bylo vše, co mohl otec odpovědět.

Malý chlapec vyrostl a stal se mužem, avšak stále nerozuměl, proč ženy pláčí. Nakonec volal Boha a když se dovolal, zeptal se: “Bože, proč se ženy rozpláčou tak lehce??”

Bůh odpověděl: “Když jsem tvořil ženu, musela být výjimečná. Udělal jsem jí plece dost silné na to, aby unesla váhu světa, ale natolik jemné, aby poskytovala pohodlí.

Dal jsem jí vnitřní sílu, aby vydržela porod dítěte a odmítnutí, které jednou velmi okusí od svých dětí.

Dal jsem jí tvrdost, která jí pomůže stále pokračovat, když se všichni ostatní vzdávají, a starat se o svoji rodinu navzdory chorobám a únavě bez stěžování.

Dal jsem jí cit, milovat svoje děti za všech okolností, dokonce i tehdy, kdy ji její dítě hluboce ranilo.

Dal jsem jí sílu přijmout svého manžela navzdory jeho chybám a zformoval jsem ji z jeho žebra, aby chránila jeho srdce.

Dal jsem jí moudrost, aby věděla, že dobrý manžel nikdy neraní svoji ženu, ale někdy zkouší její sílu a rozhodnost stát vedle něho bez výhrad.

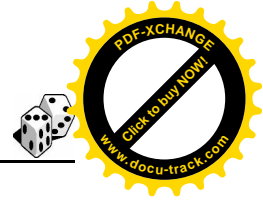
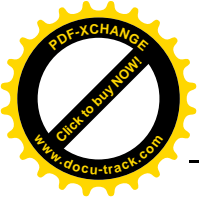
A nakonec jsem jí dal slzu, kterou uroní, která je výlučně její, aby ji použila kdykoliv je to potřeba.

Vidíš:

Krása ženy není v šatech, které nosí, v postavě, kterou má, ani ve způsobu, jakým si češe vlasy.

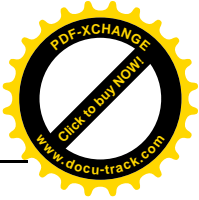
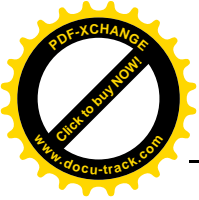
Krása ženy musí být v jejích očích, protože ty jsou bránou k jejímu srdci, místu, kde sídlí láska.

-kr-



AKTUÁLNÍ ZPRÁVY Z KLUBU

- **Mezinárodní konference**, která se konala v dubnu v Senátu, nazvané **Rodinná politika jako nástroj prevence sociálního vyloučení**, se za Klub dvojčat a vícečat zúčastnila paní Marie Fejtková a Klára Rulíková. Podařilo se nám navázat spolupráci s MPSV a dále prosazovat zájmy rodin s dětmi z vícečetných porodů na tomto poli.
- Koncem června se v Berlíně konal mezinárodní workshop na téma **Internet jako projektový nástroj**. Semináře se účastnili zástupci organizací pracujících s dětmi z 8 států (včetně USA a Tuniska), z ČR jsme se semináře zúčastnili jako jediní. Naše webové stránky byly co do obsahu a cíle hodnoceny velmi vysoko. Navázali jsme spolupráci se Slovenskem a Polskem a věříme, že se nám díky dobré prezentaci podaří získat příspěvek na práci Asociace Klubů dvojčat a tím zefektivnit i činnost jednotlivých poboček klubu.
- V letošním roce jsme byli úspěšní při žádosti o dotaci na MPSV (vyplatilo se nám s nimi dlouhodobě, byť většinou neúspěšně, spolupracovat). Klubu dvojčat a vícečat se podařilo získat 478 000 na provoz **Centra pomoci rodinám s dětmi z vícečetných porodů**, a Českomoravské asociaci Klubů dvojčat 182 000 na podzimní seminář. Zatím stále čekáme na rekonstrukci prostor v Matoušově ulici, ale už se blýská na lepší časy. Věříme, že do konce roku proběhne slavnostní otevření u příležitosti desetiletého výročí Klubu dvojčat a vícečat.
- Také letos jsme v rámci akce „**S Bertíkem za dětským úsměvem**“, kterou pořádá firma AHOLD, získali sponzorský dar v hodnotě 15 000,-Kč.
- V rámci Sítě MC jsme se zapojili to pilotního projektu **TESCO Charita roku**. V **sobotu 27.8.2005 se bude v TESCO v Praze na Národní třídě** v dopoledních hodinách konat **prezentace Klubu dvojčat spojená se Setkáním dvojčat**, poradnou pro dvojčata a vybíráním peněz pro Sít' MC, z nichž dostaneme procentuální částku za organizaci této akce.
- Stále se potýkáme s nedostatkem maminek, které by byly ochotny vést **služby v Mateřských centrech**. Z důvodu odchodu většiny aktivních maminek zpět do zaměstnání, museli jsme zrušit setkávání nejen v YMCA Praha, ale i v Karlíně. Na konci školního roku se nám podařilo získat aktivní maminku, paní Veseckou, která v případě zájmu o setkávání, by vedla skupinu v Karlíně. Pokud by se mezi novými maminkami našly ty, které by chtěly pomoci se službami, rádi jim poradíme, co je třeba a není problém znovu prostory získat nebo se rozšířit tam, kde již fungují Mateřská centra.
- Po delší době se maminky z Prahy začaly pravidelně scházet ve větším počtu každé **první pondělí v měsíci od 20 hod. v 1. ski restauraci Kandahár** (Praha 2, Náplavní 4). Na setkáních se nejen dobře navečeříme, ale probereme vše, nač nebývá čas s dětmi v hernách a je zde prostor pro setkávání i maminek již odrostlejších dvojčat. Přijďte i vy, těšíme se na Vás!
- Kniha „**Dvojčata. Jejich vývoj a výchova**“ je už opět na skladě i v Klubu dvojčat. Zájemcům ji můžeme zaslat na dobírku – poštovné 65,- Kč, cena knihy je 179,-Kč (pro členy Klubu dvojčat je 5% sleva), balné neúčtujeme. K dispozici je také omezené množství slovenské knihy autorů **J-C Ponse a R. Frydmana Dvojčatá**, cena 149,-Kč.



Z REGIONÁLNÍCH POBOČEK KLUBU

Pravidelné schůzky Klubu dvojčat

Praha-Barrandov : kontakt - Blanka Janečková 251811715

Praha-Písnice : kontakt - Jana Pešková 604/739462

Praha-Karlín : kontakt - paní Vesecká 737/951380

Přerov : kontakt - Hana Straková 603/477082

Prostějov : kontakt - Šárka Pokorná 582/343180 (večer)

Plzeň : kontakt - Markéta Milotová 605/442404

Brno : kontakt - Denisa Jelínková 51/41228591

Trutnov : kontakt - Zdeňka Killarová 49/841772

Třebíč : kontakt - Anna Machátová 603/870272

Most : kontakt - Petra Šrámková 732/718298

Vrchlabí : kontakt - Marie Kubátová 49/21994

Nymburk : kontakt - Markéta Literová 325/514674

Frydlant : kontakt - Eva Činčurová 482/312627

Bohumín : kontakt - Petra Kalichová 604/800100

Velké Meziříčí : kontakt - Jitka Bártová, 608/909121

Karviná : kontakt - Lenka Kalniková 608/248353

Ústí nad Labem : kontakt - Martina Vacová 736/426645

Nepřavidelná setkání Klubu dvojčat

Zlín : kontakt - Ivana Pilátová 604/150977

Písek : kontakt - Lenka Říhová 777/151986

Olomouc : kontakt - Martina Svatošová 58/5232644, 608/319787



SPOLEČNÉ AKCE

Co bylo

Maminy - leden 2005

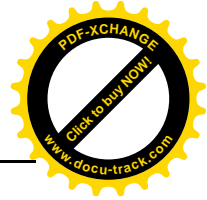
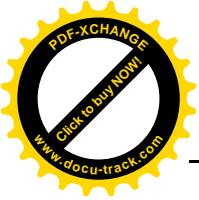
Milé maminky, přišly jste o pěkně strávený víkend na horách. I když se jelo jen na dva dny, myslím, že to stálo za to. V pátek jsem své dva kluky odvezla k babičce. Při večerních zprávách o počasí se všichni hroutili... byla kalamita... Maminka mi pořád připomínala, že mám dvě děti!!.. Tak jsem ji uklidnila, že holky, se kterými jedu, mají nejen dvě děti...

Sobotní ráno nás chtělo naladit zimně, a tak sněžilo a sněžilo. Vrchní řidička Blanka jela úžasně (jak jinak, když měla půjčené auto od manžela). My ostatní jsme proklábosily celou cestu „důležitými tématy“. Cesta utekla rychle a už nás vítala zasněžená Deštná. Po uvítání jsme se zabydly a uznaly, že na svah vyrazíme až po obědě. S plným žaludkem jde všechno líp. Vyrazily jsme a vysvitlo sluníčko. Blanka řidička se učila na snowbord a šlo jí to. Druhá Blanka, která tvrdila, že neumí lyžovat, si půjčila lyže a v neděli už jezdila jako o život. Lyžovaly jsme poctivě jen s jednou zdravotní přestávkou (svařáček, kafičko, slivovička...). Večer jsme opět probíraly „důležitá témata“. Ty odolnější šly na večerní lyžování. Ráno bylo příjemné počasí a my jsme vyrazily na svah. Tentokrát jsme lyžovaly bez zdravotní přestávky, protože jsme se vracely k rodinám... Po obědě jsme si daly kafičko, rozloučily se a vyrazily k domovu. Cesta opět úžasná. Nevím jak ostatní členky výpravy, ale já jsem byla příjemně naladěná. Poznala jsem nové maminky a s nimi i jejich zkušeností a každodenní společné starosti a radosti. Jsem moc ráda, že jsem se odhodlala vyrazit, a už se těším na příští rok. Jen těch placetek se zdravotní tekutinou musíme vzít více...

Mějte se krásně a příští rok hurá na hory!!!

Jana Kubešová





Co bude

Ve spolupráci s Westernovým městečkem Boskovice s.r.o. chystáme na **30.července 2005 mezi 12-14 hod. Setkání dvojčat ve westernovém městečku Boskovice**. Na programu je soutěž o nejmladší a nejstarší dvojčata, o dvojčata, která přijela z nejvzdálenějšího místa, o nejkrásnější westernový kostým, možnost vystoupení dvojčat s vlastním programem a další hry a soutěže. V 11 hod.se koná koňská show, ve 14, 15 a 16 hod. je připraveno indiánské divadlo. Ale hlavní je se sejit, dobře se pobavit, navázat vzájemné kontakty, prostě být spolu! Více o westernovém městečku a mapu najdete na www.wildwest.cz.

Společná dovolená v Deštné-Jedlové v Orlických horách se uskuteční v termínu **13.-20.8.2005**. Pro účastníky bude připraven program pro děti (výtvarné hry – pozor, kdo chce s námi „batikovat“ savovou technikou, nechť si přiveze pro děti, popř. pro sebe **starší barevné tričko!**, soutěže, bojovky, jízda na koni, olympiáda) i pro maminky (zdravotní posilovací cvičení pod vedením naší osvědčené trenérky Marcelky), na jehož přípravě i realizaci se mohou podílet. V průběhu dovolené se bude konat **Valná hromada Klubu dvojčat a vícečat**.

Ubytování v depandance Lenka (tzv.“chaloupka“ – 2-6ti lůžkové pokoje, WC na patře, sprcha, WC v přízemí, k dispozici kuchyňka, společenská místnost) a penzionu Kristýna (pokoje 4-5ti lůžkové s palandami, WC, sprcha na patře, k dispozici stůl na stolní tenis, kulečnick), stravování v penzionu Kristýna

Cena : 270,-Kč/den s plnou penzí pro dospělého, 210,-Kč/den s plnou penzí pro dítě

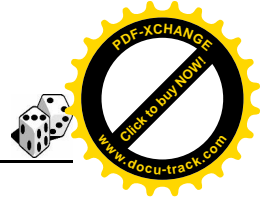
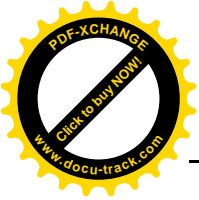
Pobyt si můžete objednat telefonicky na čísle **494/663244** u pana Zachariáše (p. Pacourka) nebo písemně na adrese **Penzion Kristýna, Jedlová 239, 517 91 Deštné v Orlických horách**. Po objednání je nutné do 14 dnů zaplatit zálohu ve výši 1000,-Kč (na adresu ubytovatele). V případě nezaplacení zálohy vám místo nebude rezervováno.

Pro děti od 8 let pořádá Klub dvojčat **tábor** ve stejném termínu, účast rodičů není povinná. Cena tábora je 2 150,-Kč. V ceně je ubytování, strava, celodenní program. Zájemci o tábor, nechť do 30.7. odešlou přihlášku na adresu Klubu nebo na dvojcata@atlas.cz.

Pro starší dvojčátka a jejich rodiče jsme připravili pravidelné **Promítání dětských filmů v kavárně a restauraci Vltava** (Masarykovo nám. 22, mezi Goethe institutem a Hlaholem). Promítá se každou **druhou sobotu v měsíci**, první promítání je v sobotu **10.9. od 12 hodin**. Zatímco děti sledují film v oddělené místnosti, rodiče mají možnost probrat výchovné i jiné problémy.

Přednášky pro budoucí rodiče dvojčat se v Praze se budou opět konat každé druhé pondělí v lichém měsíci, tedy **12.9., a 14.11.** vždy od 18hod. v Akreditačním středisku Nemocnice Motol (snížené přízemí, chodba spojující dospělou a dětskou část – vchod buď z budovy ředitelství nebo z dospělé části). Zájemci o přednášku, prosím, kontaktujte paní Jitku Cvejnovou 728/968171 nebo napište na dvojcata@atlas.cz.

23.-25.9. 2005 pořádá v Praze Českomoravská asociace Klubů dvojčat a vícečat další **seminář Zakládání a vedení Klubů dvojčat a vícečat**. Zájemci o seminář se mohou přihlásit zasláním návratky v příložené pozvánce. V rámci semináře se v sobotu večer bude konat **Valná hromada asociace**.



Pravidelná **podzimní burza pro dvojčata** se bude v Praze konat v sobotu **22.10.2005 od 14 do 16 hod.** v TJ Sokol Žižkov, Koněvova 19, Praha 3. Každý si prodává své věci sám, vstupné 30,-Kč (člen KDaV 25,-). Přezůvky s sebou!

Mikulášská dovolená v Jedlové se letos opět bude konat jen o prodlouženém víkendu **2.-5.12.2005** (Mikuláš přijde o den dřív), kdy se mohou zúčastnit i rodiny s dětmi školou povinnými. V případě dobrých sněhových podmínek (v areálu je dětský i velký vlek) a zájmu minimálně 5 rodin lze po dohodě pobyt protáhnout do **10.12.2005**. Ubytování bude zajištěno v penziónu Kristýna (pro rezervace pobytu platí stejné podmínky jako v srpnu).

Pravidelný **relaxační víkend pro maminky** se bude konat v termínu **21.-22.1.2005 v Deštné-Jedlové**. Z důvodu malé účasti na posledním pobytu se nám nepodařilo zajistit třídenní akci. Počet osob je limitován maximálním počtem 15 (ubytování v penziónu Kristýna). Závazné přihlášky se zálohou 250,-Kč přijímáme na adrese Klubu do 15.1.2005.

Aby ale ani případní další zájemci nepřišli zkrátka, chystáme **na březen třídenní víkendové lyžování** pro dospělé **v Herlíkovicích**. Bližší informace naleznete v příštím zpravodaji, ale abyste se mohli začít těšit, informace o areálu a možnostech lyžování naleznete na www.herlikovice.cz.

Není nic půvabnějšího, než maminka s dítětem v náručí,
a nic ctihodnějšího než matka v kruhu dětí.

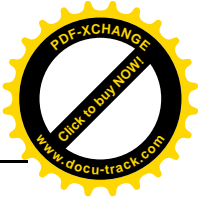
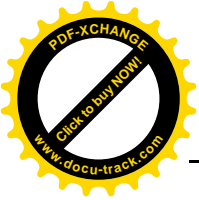
J.W.Goethe

CO PŘINESL ŽIVOT

Já a naši raubíři

Jsem vyčerpán a unaven. Musím si dát pivo, abych spláchl ten hrozný pocit beznaděje. Dnes přišla babička, aby pohlídala naše dvou a třičtvrtletá dvojčata. Žena byla doma a mohla si nakoupit, uklidit a jít se psem. Děti si hrály s babičkou a zkoušely na ní své finty. Dnes to zašlo tak daleko, že Honzík babičce utrl z halenky dva knoflíky a jeden si strčil do ucha. Naštěstí šel pinzetou vytáhnout. Babička seděla na sedačce a oba naši raubíři po ní skákali a chtěli se vozit "na koníčka". Babička je tak hodná, že je nechá. Ale kdo to má s nimi pak vydržet?

Když jsem přišel z práce, vzal jsem Kačku ještě na vycházku. Honzíkovi se nechtělo, zůstal s mámou. To je taková pohoda, jít s jedním dítětem! Šli jsme koupit kohoutek do domácích potřeb, prošli jsme městem a zašli jsme si na horkou čokoládu.



Pak ale přišel večer. Nachystat večeři ještě šlo. Jejich každovečerní debata - „Je to snídaně nebo večeře? Když máme rohlík, tak je to snídaně.“- mě už ani nepřekvapuje, ale ani nerozesmívá. Ráno je to lepší. Já jsem čerstvý, děti jsou čerstvé, vstávají až v půl sedmé a ne už za deset minut šest, jak tomu bylo před půl rokem a docela rád s nimi chystám snídani. Pomohou mi namazat rohlíky, rozdělat sýr nebo med a samozřejmě, že chtějí všechno ochutnat. Chystání je náš takový ranní rituál a mám z toho radost. Večer je to ale jinak. Já jsem unavený, děti jsou unavené a už toho je za celý den ažaž. A to s nimi nejsem celý den. Nedívím se ženě, že když přijdu odpoledne z práce, že okamžitě a ráda prchá se psem ven.

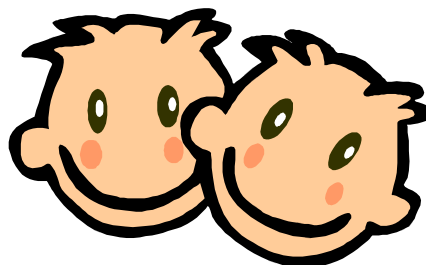
Jsem rád a těší nás, že máme šikovné děti. Vždyť už se samy dokáží obléknout, chodí na nočník i na záchod, vyjdou samy schody do třetího patra, někdy si spolu samy i hrají, už se tak nekoušou, jako tomu bylo před časem, prostě paráda, ne? Ano těší mě to, ale kdo to má s nimi pořád vydržet? Den za dnem, pořád dokola. Někdy mám pocit, že nedělám nic jiného, než že vynáším nočník, mažu rohlíky, převlíkám trička, řeším spory atd. atd.

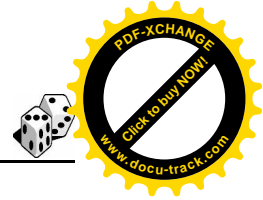
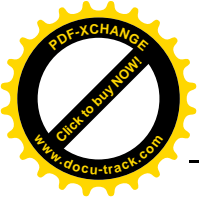
Večer má také své rituály a řád, ale je to jiné než ráno. Po večeři je Večerníček, mimochodem letos má čtyřicáté narozeniny, kdyby někdo nevěděl, a pak si jdeme čistit zuby, umývat, do velké postele si popovídat, pak pohádka, hrací měsíček a už se spí. Ha, kdyby to tak šlo! Nevím jestli neděláme chybu, že je myjeme. Zahynulo nějaké dítě na špínu? Jak přijde mytí, únava odchází a nové síly přicházejí. Hle maminko, hle tatínku, jak jsme silní a odpočatí! Každý jsme nějaký a každé dítě je jiné. Honzík sice nespí, ale leží v postýlce, dívá se na obrázky na nástěnce a jak sám říká: „Já nespím, já odpočívám.“ Časem mu, ale „dojde dech“ a usne. Za to Kačenka, to je číslo. Nejprve zkouší různé finty: „Napít. Chci čůrat. Tati, panenku. Kde je maminka? Mě bolí nosánek.“ Když to nezabere, začne se vrtět. Nejprve přejede prstíky po šprušlích, pak nohama, potom odkope peřinu atd. apod. Proboha! Vysvětlete jí někdo, že je večer a večer se chodí spát. Je k vzteku, že sice usne půl hodiny po Honzíkovi, ale je taky pravda, že většinou vstává půl hodiny před ním! Stačí jí míň spánku než Honzíkovi. Jen doufám, že až půjde do školky, tak ji to přejde. Onehdy jsem mluvil se svojí kamarádkou, učitelkou ze základní školy. Co ti deváťáci „dovedou“, jaké řeší životní problémy, to je úžasné. Nedívím se, že i učitelé potřebují prázdniny a pochopil jsem, že to naši Kačku asi nepřejde.

Večer volala tchýně. Mám ji rád a máme spolu dobrý vztah. Povykládal jsem jí, jak to zkoušely odpoledne na druhou babičku a jak teď pokračují na mně a ona na to, že mě to v tuto chvíli asi nepotěší, ale že mám být rád, že máme chytré děti. To mě sice těší, ale proč to zkouší každý den a pořád dokola? Asi má pravdu, když jsme si je vylíhli, tak si je musíme i vychovat a když jsme je neubezdušili už v kolíbce, tak teď už to nějak vydržíme.

dvojčecí táta Vlastík Malý

P.S. Nechápu, jak někdo může přežít trojčata či čtyřčata.





Jak se naše dvojčata učila samostatnosti.....

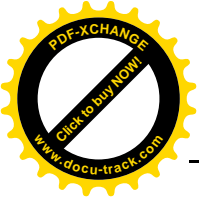
Tak jsem zase jednou překonala odrazující řeči mého manžela. (Co to zase píšeš? Koho, prosím tě takový blbosti mohou zajímat?) Zjistila jsem totiž, že takové řeči vedou i jiní manželé. A mě zajímají osudy a příběhy jiných lidí, dvojčecích rodin obzvláště, tak Vás co to teď čtete možná budou zajímat moje historky.

To osamostatňování bylo samozřejmě zcela nedobrovolné a zaviněné nutností a chorobou zvanou infekční mononukleóza. To jsme ovšem od samého začátku nevěděli.....

Začalo to tím, že po zazimování našeho letního útočiště během podzimních prázdnin (to jsou ty kolem 28. října), jsme se vrátili do Prahy už během víkendu. Druhý den ráno (byla to asi neděle) jsme se probudili a Jakub (naše osmileté dvojče „B“) měl před ouškem dost divnou a bolestivou bulku. Trochu nás to vyděsilo, protože jsme zjistili, že má taky krk plný velkých boulí (zvětšených uzlin, jak se později ukázalo až na 3 cm – v počtu několika desítek). Tak jsme letěli na pohotovost. To se ukázalo poněkud předčasné, protože nás stejně odkázali na naši dětskou doktorku. Ta nechala udělat všechny možné testy (výtěry, krev,...), dokonce prorocky i test na mononukleózu, poslala nás na ORL. Tam zjistili, že má lehký zánět dutin (z RTG) a dostal antibiotika. Po týdnu byly výsledky testů negativní, špatné byly jen jaterní testy, jinak vše v pořádku, až na ty hrozné boule na krku. Ocitli jsme se v Motole, kde skoro vše zopakovali, poslali nás na ultrazvuk krku a jater, na ORL a nakonec jsme skončili i na onkologii. To nás už málem položilo, ale nakonec se naštěstí ukázalo, že jde skutečně o infekční mononukleózu, ale první test byl asi proveden příliš brzy a protilátky v krvi nebyly ještě vytvořeny. Celá anabáze trvala asi 3 týdny. S diagnózou jsme se vrátili k naší paní doktorce. Ta byla z Kuby pať a pravila, že takový průběh mononukleózy zatím neviděla. Bez teplot, únavy, bez bolesti v krku, prostě zcela atypický.

A jak to souvisí s tou samostatností? Onemocnělo sice dvojče B, ovšem zároveň také Kubík lépe snáší chodit sám do školy, lépe vychází s vrstevníky, atd.. A tak Tomáš – byť „áčko“ trpěl a musel chodit do školy sám. Příliš nepomáhalo naše ujišťování o jeho nepostradatelnosti, nosí přeci Kubíkovi domů úkoly, kdo jiný by to dělal? Po 14ti dnech se totiž ukázalo, že toto celkem dobře ovládá i maminka. Onemocněl i Tomášek – zánět středního ucha, takže ty pochůzky po Motole jsem zvládala s oběma kluky za ruku a s vypětím sil fyzických i psychických. Po jeho nemoci vypadla i další motivace: Ty sice musíš chodit sám do školy, ale chodíš také na plavání a sportovní kroužek, to Kuba nemůže. Zbyl mu naštěstí aspoň počítačový kroužek a turistický oddíl. Moc nepomohl ani těžký kalibr, který nasadila babička: „Jestlipak Tomášku víš, že když nějaký osmiletý kluk nechodí do školy, můžou jeho rodiče zavřít do vězení?“

Nepomohlo nic a každé ráno jsem zažívala muka. Tomáš: „Pročmámsakravstávat,když-Kubaseválívposteli.“ Já: „Koukejvyléztnebotamnatebevlítnu a Přijdemeobapozdědoškoly!!!“ Odpoledne místo klidu jsem po návratu z práce (jsem učitelka, takže žádná pohoda, klídek nebo snad občasná regenerace sil) slyšela od Kubíka: „Pročsimámdělattypitomýúkolý, když Tomášsiužzasemůžehrát?“ Já: „Kdyžsineudělášúkolý, nebudešnicumětazústanešblbej....“ Prostě pořád jenom scénky a řev. Po třech týdnech, když se vyjasnila nemoc, se to trochu zklidnilo. Babičky a dědové si rozdělili služby ve hlídání Kubíka. Moje máma začala s Kubou dělat „úkoly“ a nakonec jsme se dožili Vánoc. Letos jsme ty prázdniny opravdu potřebovali všichni. Byli jsme paní doktorkou ujišťování, že je velmi malá pravděpodobnost, že by od



Kuby mohl mononukleózu chytnout i někdo další z rodiny. Je sice infekční, ale tak moc nakažlivá prý není.

28. prosince jsme si došli k paní doktorce pro výsledky konečně už normálních jaterních testů Kubíka. Ovšem Tomáše jsme tam přivedli s horečkou 39, bolestí hlavy a krku. Krátce – Tomáškoví právě začínala mononukleóza s typickým průběhem. 5 dní skutečně proležel v posteli (únava), sotva dýchal, jak měl oteklý krk od zvětšených uzlin a my jsme jen trnuli, abychom s ním zrovna v tuhle dobu (Silvestr) nemuseli do nemocnice. (To už známe, doprava na Silvestra do Motola s rozseknutým nosem, o tom jsem, myslím, už kdysi psala.)

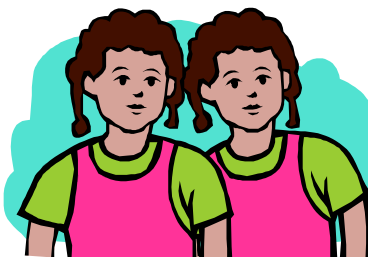
No a tak byl doma pro změnu Tomášek a Kuba chodil do školy. Nutno říci, že to probíhalo celkem v klidu, Kuba samostatné chození do školy celkem dobře snáší, navíc už si to doma „užil“, tak mu to tolik nevadilo. Horší to bylo s Tomášovým dopisováním do školy. Nakonec se i to vyřešilo, byl 3 dny v týdnu (včetně nocí) u mojí mámy a s ní vše potřebné dodělal. Když byl doma s druhou babičkou, tak byl tak navyklý na ranní úkoly, že je dělal bez reptání. Byl-li doma se mnou, bez scének se to neobešlo.

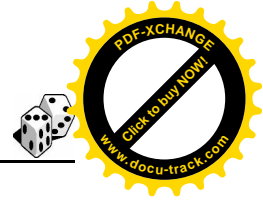
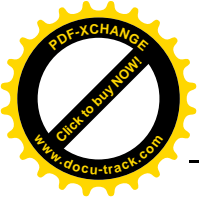
A tak maminky osamostatňujte, osamostatňujte..... My se sice snažili už dříve, ale moc úspěšní jsme nebyli. Teď to bylo vynucené a šlo to. Ale dobrovolně bych ty scény nepodstupovala, zejména ne ve fázi před Vánocemi.

Jakub už „stříhá metr“ a těší se na 1. května. Zní to trochu divně, ale když se neznalí zeptají proč, tak odpoví: „Protože od prvního května můžu chodit na sportovky!“ Tuhle v uzenářství zase bavil tím, že si u tatínka zajišťoval, že mu 1. května koupí Poličan. No a u babičky má zamluvený řízek a doma v mrazáku má zmražený celý adventní kalendář. Jenom se netěším na to, jak zajistíme, aby si těchto „radovánek“ nevšiml Tomáš. Bylo by po klidu období, kdy oba chodí do školy, ale mají dietu a nesmějí cvičit a zase nám začnou scénky: JaktožetoJakubmůžeajápořádneéé????

Štěpánka Kaňková

P.S. Mimochodem jsme teď na jaře byli s kluky v pedagogicko-psychologické poradně. Paní doktorka nám potvrdila naše tušení ohledně vzájemné závislosti dvojčat na sobě. Zdánlivě silnější Tomáš je sám v kolektivu bezradný a potřebuje se o bráchu opřít, zato mu pomáhá najít cestu a řešení při různých situacích. Potvrdila naše rozhodnutí, dát je do jedné třídy a doporučila uvažovat o jejich rozdělení nejdříve po 5. třídě. Opravdu nejsou všechna dvojčata stejná a co se osvědčilo v jedné rodině, nemusí vyhovovat ve druhé.





Přichází první třída

Děti povyroستly a mnohým z Vás letos nastupují do první třídy. Třeba se také dostanete do situace, v jaké byla naše rodina, že prvňáčci se budou do školy vypravovat sami. V listopadu jsem měla nastoupit do práce vzdálené 20 km, což obnášelo odchod z domu v 6.30. Všichni jsme na to měli dva měsíce, abychom si ranní přípravu dobře secvičili. Jelikož kluci jako dvojčata na sebe soustavně reagují, věděla jsem, že to bude o to těžší.

První dva týdny jsem dětem chystala snídaně a svačinu a dohlížela na oblékání. Po dvou týdnech jsem se rozhodla, že je jenom vzbudím a zalezu si do svého pokoje jako nestranný pozorovatel. Jaké bylo moje zděšení, když dvojčata nevěděla, co s tím. Pak mě napadlo, že když neumějí číst, obrázkům rozumějí a tak jsem jim jejich úkoly ve dvou provedeních sekreslila. Další den ráno jsem je opět vzbudila a čekala, co se bude dít. Áčko sebralo do ruky nákres a vyrazilo do koupelny. Běčko samozřejmě začalo kopírovat áčko. V 7.30 měli všechny obrázky splněny a mohli jít včas do školy. Čaj jsme chystali do termosky večer, ráno jsem jen pootevřela uzávěr. Na svačinu jsem klukům pořídili hermeticky uzavřené krabičky od firmy TUPPERWARE – svačinu lze připravit také večer – neoschne, ani se nezkaží. A samozřejmě oblečení, aktovku a věci na kroužky musí mít děti připravené také večer.

Když jsem kluky ráno probudila, museli na mně mluvit, nechávala jsem jim slabounce puštěné rádio. Před odchodem do práce jsem si ještě jednou ověřila jestli jsou vzhůru. I když hodiny znali od mateřské školky, jednou přišli do školy 6.15 a jednou zaspali a nešli ten den do školy vůbec. Ale to že zaspíme se jednou za čas může stát i nám dospělým.

Inka Havlíková

Dvojčata doma pomáhají

Pro velký úspěch obrázkového návodu režimu dne jsem klukům ještě nakreslila jejich domácí povinnosti. Ty jsme museli několikrát probrat, než to začalo fungovat v praxi. Pamatuji se, že nenásilným způsobem jsem je do pomoci doma začala zapojovat ve třech letech. Došli třeba koupit půlku chleba nebo jednu okurku do 30 m vzdálené pekárny a zeleniny. Čekala jsem u vchodových dveří našeho domu než se šťastní přirátí – jeden s půlkou chleba, druhý s penízkami, které jim vrátili – pro dva bráchy to nebyl tak těžký úkol. V první třídě, když už uměli číst, jsme jim psali lístek (3 – 4 položky) – nakupovali jenom v jednom obchodě, kde znali rozmístění zboží. Někdy jsme na nákup museli čekat i několik hodin. Místo čtyř druhů potravin přinesli jenom igelitku s rozsypanou strouhankou – bráčové si mezitím stihli odskočit na sídliště zahrát s kamarády fotbal.

Teď když píšu tyto řádky, kluci končí druhou třídu. Tuto sobotu ráno jsme s manželem odcházeli do města na nákup, dvojčata se dívala na pohádky. „Až se vrátíme, tak ať je tady uklizeno! Víte co máte dělat!“ – houknul na ně od dveří otec. Dvojčata slíbila, že v 9 hodin televizi vypnou. Když jsme se vrátili z nákupu, televize byla vypnuta, vyneseny odpadkový koš, zametená podlaha v kuchyni, vysátá předsíň a dětský pokojíček a omyté hrnky. Dvojčata měla právě svůj den, kdy poslechnou na poprvé a bez remcání. To byla jedna z chvilí kdy jsem si řekla, že desítky hodin, kdy mi pomáhali (respektive zdržovali a dělali víc bordelu) nebyly nadarmo. Myslím, že je nutné při tom dodržet dva zlaté klíče: 1.) za jakoukoliv snahu

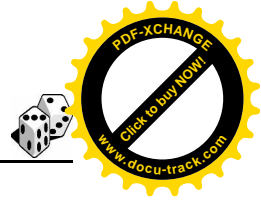
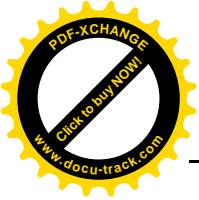


a pomoc jenom chválit, 2.) nikdy jsem jejich práci nepředělávala – maximálně při opakování nějaké činnosti jsem jim ukázala jak by to bylo lepší. Když jsem si příště úklid udělala sama, tak to bylo pečlivěji. Dvojčata ještě mají na preciznost čas. Nejdůležitější je v dětech podpořit chuť pomáhat... A také je to jeden ze způsobů, jak si maminka může vyšetřit chvíli pro sebe, nebo na hru s těma našima dvojčatama...

(Kopii našich kreslených návodů přikládám)

Inka Havlíková





Kdy je mít dvojčata výhoda

Bydlíme v městečku s 9 000 obyvateli, takže je u nás poměrně bezpečně. Holčičky naši známe stejně na kroužky vozí, my že máme dva poměrně samostatné kluky, mohli chodit na kroužky sami po celém městě už od začátku první třídy. Netušili jsme, jaká výhoda to může být mít kluky dva, zejména o prázdninách po první třídě. Hned na začátku prázdnin měla dvojčata odjet na měsíc k babičce. Ta však musela začátkem července do nemocnice + rekonvalescence, takže se nám časový plán prázdnin naboural. Začátkem června jsme hledali tábor. Až u pátého jsme byli úspěšní. Jelikož to bylo až na pátý pokus, už nám ani nevadilo, že je skautský, že tam budou jen starší děti, a že tam nikoho neznají. Po náročném shánění všech skautských „maličkostí“ jsme děti předali v skautském táboře v Českém ráji postaveného na holé louce pod pískovcovým hradem Valečov.

Po týdnů jsme za nimi přijeli na celý den na návštěvu. Áčko na sobě pořád mělo tričko, ve kterém jsme ho předali, béčko přiběhlo s brekem, že celý toaletní papír mu spadl do díry. Odvezli jsme je z tábora a začali z nich padat hlášky: že s nimi nikdo nekamarádí, že už nemají nožičky, že se jim ztratit jeden ešus, že už všechny peníze utratili za kulčkovou pistoli se světlometem a ta se jim hned druhý den ztratila ve stanu... Po obědě jsme je nechali ve stínu odpočívat a začali z nich padat věty z jiného soudku, které jsme zatím od nich neslyšeli: „My jsme tak rádi, že vás máme! Nám je u vás doma, tak dobře!“ Přiznali se, že ve stanu každý večer tichounce pláčou, aby o tom nikdo nevěděl. Čekali jsme, jestli nebudou chtít odjet s námi. V pondělí však měli službu v kuchyni, jednou ji už měli a byli za ni pochváleni, takže požadavek na předčasný návrat domů jsme ani neslyšeli.

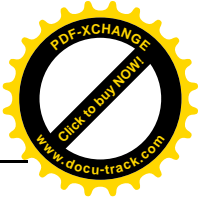
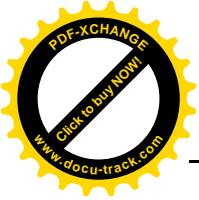
Za týden jsme jeli kluky vyzvednout. Na špinavých obličejíčkách jim zářily oči štěstím: na ukončení tábora měli hostinu, prožili noční bojovku v pískovcovém hradě a s několika dětmi se už skamarádili... Nevadilo jim, že noc předtím spali s odkrytou celtou a do stanu jim přšelo... Naložili jsme je do auta se zbytky skautské výbavy a s úlevným povzdechem: „Ještě, že ty děti mámě dvě! To by samotný prvňáček nezvládl!“

Inka Havlíková

.... není nad virovou meningitidu aneb chvála zázračným babičkám

Chcete naučit děti spát v noci? Doporučuji virovou meningitidu a schopnou babičku. Když bylo našim klukům půl roku, budili se několikrát za noc. Přes den spali v kočárku. A taky se budili. Dostala jsem meningitidu, byla jsem odvezena do nemocnice. Protože moje energie zůstala neznámo kde, byla jsem hospitalizována jeden měsíc. V té době se u nás doma zabydlela babička, pomáhala druhá babička, moje sestra a manžel jen vyřizoval úkoly. Moje máma, dětská sestra, svoje čtyři děti vychovávala starou školou, nastolila pořádek... Po příjezdu z nemocnice kluci spali v postýlkách dvakrát denně dost dlouho a velmi se tam těšili. V noci spali klidným spravedlivým spánkem bez jediného probuzení. Když jsem se zeptala jak to udělala, jen mi odpověděla: „Děti mě terorizovat nebudou a tebe už taky ne.“ Dneska je klukům dva a čtvrt roku a vždy když je potřebuju něco naučit a nedaří se mi to, nastoupí babička a jde to jak po másle. Škoda jen, že ještě chodí do práce...

Jana Kubešová



Možná si někteří z vás ještě vzpomenou na příběh naší bývalé zaměstnankyně Jitky Cvejnové, o jejím trápení s bydlením. Byla jsem moc ráda, že Jitka se odhodlala napsat pokračování svého příběhu. Pro ty z vás, kteří její příběh neznají, zveřejňuji jej ještě jednou.

Zpověď Jitky (2002)

Po rozchodu s bývalým přítelem a otcem mých dvojčat, jsem dva měsíce bydlela u rodičů, jelikož v místě bydliště s bývalým přítelem jsem neměla trvalé bydliště a jeho byt měl jít do privatizace a on do toho nechtěl jít. Mně nic jiného nezbylo než po jeho fyzickém napadení mé osoby opustit tento byt, odejít k rodičům. Ale soužití se staršími rodiči, s ohledem na jejich věk a jejich zdravotní stav bylo nemožné, musela jsem i s dětmi odejít. Neměla jsem kam, a tak jsem pět dní a pět nocí přebývala u sebe v práci v kanceláři.

Po pěti dnech se podařilo mně a dětem sehnat azylový dům. Nebylo to vůbec jednoduché, v některých azylových domech měli různé podmínky, jako trvalé bydliště v místě azylu, v dalším by vzali jen mně s dcerou, chlapci tam nesměli, jinde by vzali jen děti bez mne.

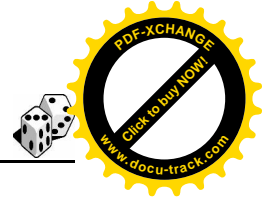
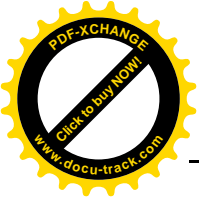
Od listopadu loňského roku jsem bydlela s dětmi v azylovém domě. Měli jsme to jeden měsíc a pak na další tři. Problém nastal, když jsem zjistila, kolik budu platit za jednu místnost, společnou kuchyň a sociální zařízení pro 5 maminek s dětmi, ale nic jiného nám nezbylo než přežívat. Myslela jsem si, že strávené vánoce mimo vlastní domov budou pro mne a děti něco strašného, ale díky současnému příteli, ostatním maminkám a našim blízkým to byly vánoce nádherné. Ale ještě horší bylo když mě úřady mé části trvalého bydliště nechtěli vůbec řešit a nutili mě vrátit se zpět k rodičům, kde mám trvalé bydliště, že jediné tak budu pro ně řešitelná. Pobyt v azylu mi byl prodloužen na tři měsíce, vůbec se jim nelíbilo jednání úřadů a už vůbec ne, že jsem přišla o práci. Tlačili na mě ze všech stran a mé deprese se stupňovaly, připadalo mi vše ztracené a zbytečné, ale díky současnému příteli a kamarádkám jsem to zvládala. Nakonec jsem práci získala znovu, pobyt v azylu nám prodloužili na další tři měsíce (díky tomu aby děti dochodily školku v místě azylu), řekli, že další prodloužení není možné. Hledala jsem podnájem, vše bylo moc drahé, některým nabízejícím šlo nakonec úplně o něco jiného, než jsme se původně domluvili. Také příteli nevyšly některé nabídky a tak k depresím došlo znovu. Nevím jakým zázrakem, ale při jedné schůzce v azylu mi nabídli prodloužení pobytu, zároveň mi bytová komise nabídla v místě trvalého bydliště sociální přístřeší na dobu jednoho roku.

Od července letošního roku bydlím s dětmi v bytě, kde máme sice jednu místnost, ale za to vlastní kuchyň a sociální zařízení. Myslím, že se k nám štěstí vrací a pevně doufám, že už konečně s dětmi v nedaleké době budeme mít vlastní domov. Ještě jednou bych chtěla moc poděkovat přátelům za veškerou pomoc a svému příteli za velkou psychickou podporu, bez jejich pomoci bych to nezvládla. To vím určitě a proto jestli se někdo z Vás (doufám, že se to nestane) ocitne ve stejné těžké životní situaci, obklopeni opravdovými přáteli to zvládnete, proto nikdy jejich pomoc neodmítejte, i když se Vám to bude zdát trapné se někomu svěřovat. Pamatujte svěřená bolest je poloviční bolest.

Šťastný konec zpovědi (2005)

Protože jsem opravdu věřila tomu, co jsem si za poslední necelé tři roky přála, štěstí se k nám opravdu vrátilo a my máme svůj vlastní domov.

Loni v prosinci jsem dostala od Magistrátu hl. města Prahy nabídku na nový byt, šla jsem se na něj podívat, moc se mi líbil a tak moc, že jsem tam podruhé vzala i děti, byly moc šťastné a těšily se, že vánoce už strávíme doma. Ale z magistrátu pak volali, že došlo k omylu, protože to byl byt dost drahý a podle nich bych nebyla schopná platit nájem. To bylo další zklamání... už jsem vážně neměla opravdu sílu dál bojovat a chtěla vše vzdát, co se týče vlastního domova...



Ale pak, jako zázrakem, v lednu přišla další nabídka na prohlídku bytu a i cenově dostupného, a tak jsem ani chvilku neváhala a odpověděla, že byt přijímám, ale dětem jsem až do poslední chvíle nic neřekla... Řekla jsem jim to, až když jsem měla smlouvu a klíče od bytu v ruce a věřte, že v tu chvíli jste šťastnější děti neviděli.

Od února letošního roku máme svůj vlastní domov, a i když s námi přítel, který nám předtím tak moc pomáhal, už není, přesto jsme ti nejšťastnější tři lidičky na světě.

A proto Vám chci říct, nevzdávejte nikdy jakýkoli boj o něco po čem tak moc toužíte...

Vaše Jit'a

Přátelé jsou andělé,
kteří tě postaví na nohy,
když tvá křídla mají problém
si vzpomenout, jak létat.

BURZA RAD

Podpora státu rodinám s vícečaty

Stát vyplácí dávky pevné a v závislosti na výši příjmu.

Příspěvek v mateřství dostává žena od doby, kdy má 6-8 týdnů do termínu porodu a vyplácí se měsíčně až do 28. týdne mateřství (u porodu 1 dítěte) a do 36.týdne (u porodu více dětí najednou). Výše příspěvku se vypočítává z průměru její mzdy za poslední 3 měsíce, které žena odpracovala a tvoří 69% z tohoto průměru.

Jednu z pevných dávek tvoří porodné, což je jednorázová dávka, která se vyplácí hned po porodu dětí.

Její výše je v současnosti pro 1 dítě: 8.450,-Kč
2 děti : 20.280,-Kč
3 děti : 50.700,-Kč
4 děti : 67.600,-Kč

Další dávka, která se vypočítává dle příjmu rodiny za každý rok, je přírůstek na dítě. Jeho výše se pohybuje od 236,-Kč do 784,-Kč (dle věku dítěte a příjmu rodiny) měsíčně na jedno dítě. Přířívky na dítě dostává rodina, dokud je dítě školou povinné, max.do 26 let a v případě, že příjem rodiny nepřesahuje trojnásobek životního minima.

Další pevná dávka je rodičovský příspěvek, který matka pobírá po skončení příspěvku v mateřství do 4 let věku dětí, pokud nenavštěvují MŠ déle než 4 hodiny denně. Výše tohoto příspěvku je 3.552,-Kč měsíčně a je stejný pro každou matku na mateřské dovolené, ať se stará o jedno nebo pět dětí současně. Matka si přitom může přivydělat, a to od letošního roku neomezeně.



Další dávkou je sociální příspěvek a příspěvek na bydlení, které se vyplácí pokud příjem rodiny nedosáhne součinu životního minima a koeficientu 1,60.

Rodiny s trojčaty, čtyřčaty a vícečaty mají nárok na pečovatelku která s dětmi pomáhá na plný úvazek od narození dětí do 1 roku věku dětí s možností dobu prodloužit. Tuto pracovníci přiděluje obec a platí obec, kde má rodina trvalý pobyt. Nárok na pečovatelku máte i v případě kdy se Vám narodí dvojčata a máte ještě další dítě předškolního věku.

Jitka Cvejnová



TÉMA

Jsme prarodiči vícečat: jak na to, co ano a co ne

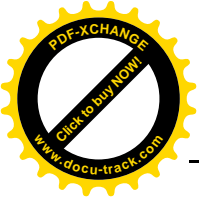
V poslední době se na našich přednáškách pro budoucí rodiče často objevují i prarodiče. To mě vedlo k tomu, zařadit do tohoto zpravodaje téma určené přímo pro babičky a dědečky, které jsem zpracovala (s laskavým svolením) podle materiálů kanadské odbornice na „dvojčecí“ problematiku Lyndy P. Haddon.

Existuje citát, který říká: „Kdybych byl věděl kolik legrace je s vnoučaty, pořídil bych si je nejdřív“.

Tím je v podstatě řečeno vše. Mnoho rodičů se těší na to období svého života, kdy se stanou prarodiči. Poté co jsme si užili a vychovávali naše vlastní děti, jsou úvahy o tom, že se z nás stanou prarodiče, radostným a přirozeným pokračováním našeho života. Ale počkejte chvílku – moment, je toho víc – vy se nejenže máte stát prarodiči, vy se máte stát prarodiči dvojčat, trojčat, čtyřčat i vícečat. Jak moc je to úžasné?

Jako rodiče jste již leccos zažili a zvládli, a tak když přijdou vnoučata, může vás lákat honem naběhnout a udílet rady ohledně rodičovství novým rodičům. Přidejte k tomu 20+20 let svých vlastních rodičovských zkušeností a samozřejmě máte co nabídnout! Kdo by se nechtěl podělit o své zkušenosti s těmi, které miluje a pomáhat jim vyhnout se vlastním chybám. Konec konců děti se nerodí s návodem k použití.

Kéž by to bylo tak jednoduché. Prarodiče jsou důležitou součástí výchovy dětí, ale zároveň se pohybují na tenkém ledě. Není neobvyklé, že prarodiče jsou buď přítomni u porodu svých vnoučat nebo se alespoň na pár týdnů po narození nastěhují k nové rodině, aby jim pomohli zavést pravidelný režim a zvyknout si na novou roli. Pro prarodiče je nejtěžší pomáhat nové



rodině, ale zároveň umožnit rodičům (tj. svým vlastním dětem, které jsou nyní rodiči) objevit svůj vlastní způsob, který jim vyhovuje, a dělat své vlastní chyby. Prarodiče musí mít na paměti, že třebaže nesouhlasí s postupem svých dětí, tito noví rodiče mají právo učit se a jít svou vlastní cestou a zároveň využívat pomoc svého okolí. Moudrý prarodič ví, kdy být milující, chápající a starostlivý, ale zároveň ví, kdy má mlčet.

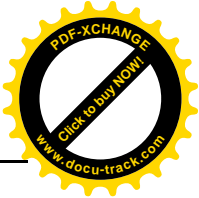
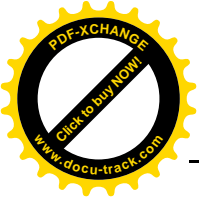
Pro děti je kontakt dvou odlišných generací velmi užitečný. Výsledkem takového soužití je, že děti znají svůj původ a kořeny z „první ruky“ - z vyprávění prarodičů o „starých časech“. Všichni se rádi něco dozvídáme o svých kořenech a původu a děti nejsou výjimkou. Tyto „babičkovské“ příběhy přinášejí pocit sounáležitosti, bezpečí a kontinuity. A kromě toho, vnoučata si přitom užívají zvláštní pozornosti svých prarodičů. Prodloužená doba ukládání do postýlky, oblíbená jídla nebo mírnější pravidla toho, co se smí a nesmí vytváří jedinečný vztah mezi vnoučaty a prarodiči.

Být prarodiči je nepochybně velká radost a odměna. Ale (ano- vždycky je nějaké „ale“) existují některé velmi důležité zásady, o kterých musíme vědět a které nám mohou pomoci stát se důležitou, milující a starostlivou součástí života našich vnoučat.

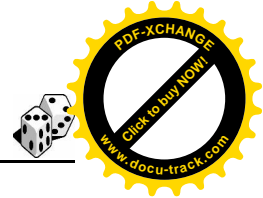
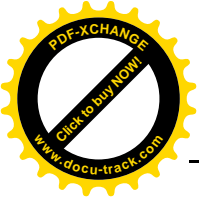
Být prarodiči vícečat sebou nese ještě něco navíc, o čem by i ti nejzkušenější prarodiče měli vědět. Následující pokyny a tipy byly připraveny, aby vám pomohly stát se tou nejlepší oporou a zároveň zůstat pozitivními, starostlivými a mimořádně důležitými osobami nejen v životě vašich vnoučat, ale i v životě jejich rodičů.

Gratulujeme Vám, že jste se stali prarodiči dvojčat, trojčat, čtyřčat nebo vícečat!!!

1. Předtím, než se vnoučata narodí, **vzdělávejte se**, abyste získali přesnou představu o tom, co obnáší mít dvojčata, trojčata nebo vícečata. Možná si chcete promluvit s jinými rodiči nebo prarodiči vícečat nebo vstoupíte do místního Klubu dvojčat a vícečat. Mají pravidelné schůzky, vzdělávací materiály, mohou doporučit příslušné internetové stránky a mnohem více.
Jste-li sami rodiči vícečat, máte už docela dobrou představu o tom, co rodiče čeká. Nicméně bude důležité si připomínat, abyste rodiče podporovali a nesnažili se srovnávat vaše rodičovské zkušenosti s těmi současnými. I v jedné generaci se časy a zkušenosti mění. Je důležité vědět, že noví rodiče potřebují lásku, oporu a svou vlastní příležitost být rodiči. Nepotřebují hodnotit nebo posuzovat.
2. Což nás vede k zásadě: **Nedávejte rady dokud vás o ně nepožádají**. Pamatujte si, že každý se učí a dělá to nejlepší, co může. Rodiče nepochybně cítí, že je toho na ně moc a někdy to nezvládají. V těchto chvílích nevyžádaná rada nebo poznámka situaci nezlepší. Je velmi lákavé říct něco nahlas nebo poradit, ale moudrý člověk ví, kdy mlčet. Jestliže opravdu cítíte, že můžete rozumně poradit, počkejte až bude klid a vyjadřujte se s láskou a starostlivou péčí.
3. Další důležité pravidlo: **Nehodnoťte jací jsou vaše děti rodiče**. Rady a zkušenosti, které jste získali, jsou nesporné, ale je důležité si připomenout, že zůstáváte prarodiči a ne rodiči. Jestliže jim budete do výchovy zasahovat nebo ji komentovat, budete podkopávat rodičovskou autoritu u jejich dětí. Přestože nemusíte souhlasit s volbami nebo rozhodnutími svých dětí, oni mají poslední rozhodující slovo.
4. Při každé návštěvě můžete významně pomoci. Noví rodiče jsou na nohou 24 hodin denně (vzpomínáte si?). Mohou být nevyspalí, přepracovaní, mít všeho až po krk a dělat si kvůli tomu výčitky. Mohli byste převzít iniciativu a nabídnout rodičům malou



5. pauzu. Například jim navrhněte, ať se jdou projít, do kina nebo ke známým na kávu. Nebo můžete navrhnout, že vezmete jedno dítě na procházku, aby se na chvíli změnilo rodinné uspořádání. I tyto drobné úlevy mohou být velmi cenné pro každého člena rodiny.
6. **Nevíte-li jak pomoci, zeptejte se co máte udělat.** Ať vám rodiče řeknou, co potřebují. Může to být cokoli, od hromady prádla, přípravy jídla, po koupání dítěte nebo jen naslouchání (samozřejmě bez poznámek). Nepochybně si pamatujete, jak zničení jste se tenkrát cítili. Třebaže pocit únavy z přemíry povinností nezmizí, rodiče se cítí mnohem lépe, když jim někdo naslouchá a má pro ně pochopení. Je potřeba dlouho naslouchat, než se dá člověk dohromady a má věci zase pod kontrolou (sakra, tahle lekce by se měla používat i v mnoha dalších oblastech našich životů!).
7. Můžete se rozhlédnout kolem a uvidíte, co je třeba udělat. **Nečekejte, až vás někdo požádá.** Ukliděte kuchyň, pusťte se do hromady prádla, pochovejte plačící dítě, uvařte vydatné jídlo, posekejte trávu nebo odházejte sněh. Někdy se zničený rodič neumí ozvat a říct, co by potřeboval, ale ocení, když někdo převezme iniciativu (Poznámka autorky: Tyto dva předchozí body vypadají protichůdně a máte pravdu, jsou protichůdné! Musíte sami zvážit, kdy se zeptat s čím je potřeba pomoci a kdy být aktivní a chopit se práce bez ptaní. Také nesmíte kritizovat a dělat, že se o všechno staráte vy. Varovala jsem vás, že se pohybujete na tenkém ledě. Ale já vám věřím – vy to dokážete!)
8. **Nepřetahujte se s rodiči o děti.** Bydlíte-li daleko a vaše návštěvy nejsou časté, chcete si užít každý okamžik s vašimi vnoučaty. Ale když budete s rodiči bojovat o to, kdo bude s dětmi, žádné body nezískáte. Pokud přijedete a budete se snažit získat je jen pro sebe, bude to pouze nepříjemné pro vás pro všechny. Jestliže si rodiče hrají s dětmi, nabídněte třeba pomoc v domácnosti (např. vytřete podlahu v kuchyni nebo vyluxujte jeden dva pokoje). Budete za hrdiny a pořád ještě bude spousta času se s dětmi navzájem užít a pomazlit.
9. Pokud můžete zajet za dětmi autem, vyhraděte si jeden den v týdnu a přijedte pohlídat miminka. Umožníte tak mámě, tátovi a sourozencům mít čas pro sebe. Toto je obrovská pomoc během prvních týdnů po narození miminek. V jedné rodině to takhle fungovalo a maminka byla v klidu, protože věděla, že každý čtvrtek přijedou rodiče k nim domů, postarají se o děti, nakrmí je, vykoupou a pomůžou s prádlem. Ona je ten den jenom musela nakojit. Když byl začátek týdne hektický, věděla že to bude muset vydržet jen do čtvrtka a pak se dočká své tolik potřebné dávky dospělé konverzace a láskyplné podpory. A když vnoučata vyrostla, začala se také těšit na návštěvy svých prarodičů.
10. **Vařte vydatná jídla.** Znásobte porce a dejte si něco stranou do mrazáku. Pro rodiče právě narozených dvojčat, trojčat nebo čtyřčat (v některých případech i u jednoho dítěte) je z časových důvodů velmi obtížné uvařit pořádné jídlo. Toto by mohlo dobře fungovat, protože si všichni sednete společně ke stolu a vyprávíte si denní události a zážitky.
11. Toto je zlaté pravidlo: **Nemějte mezi vnoučaty svého oblíbence.** Ve skutečnosti můžete mít jedno vnouče radši než druhé, ALE JE PODSTATNÉ, ŽE TO DĚTEM NEDÁTE NAJEVO. Děti velmi rychle vycítí, jestli jsou oblíbené nebo ne. Cítit se neoblíbené má velký vliv na jeho sebevědomí a může to vést k dlouhodobým negativním pocitům a dokonce k nenávisti a žárlivosti mezi dětmi navzájem. Chovejte se ke každému stejně. Každé vnouče si zaslouží být uctíváno a milováno všemi dospělými ve svém životě.



12. Bydlíte-li ve stejném městě nebo vesnici jako vaše děti a vnoučata, můžete si střídavě brát miminko a dítě domů na noc. Ujistěte se, že máte po ruce hračky, knížky a oblečení odpovídající jeho věku. Zjistěte, co vaše vnoučata baví a přizpůsobte vaše hry jeho/jejím zájmům. Budete muset být připraveni účastnit se her odpovídající věku dítěte. Pro obě strany bude čas strávený ve dvou velkým přínosem a vy se o svém vnoučeti dozvíte to, čeho byste si nevšimli, když jsou děti pohromadě. (POZOR: Při této činnosti buďte připraveni znovu objevit své vnitřní dítě. Básničky, vyprávění a písničky se k vám vrátí z vašeho vlastního dětství i z dětství vašich dětí!)
13. Pokud nebydlíte poblíž vašich vnoučat, **naučte se pracovat s počítačem!** Jakmile to zvládnete, budete mít radost z velmi jednoduchého a užitečného způsobu komunikace. Otevřete si internetovou adresu (e-mail) a často svým vnoučatům pište. Vytvoříte důležité spojení, které budete vzájemně udržovat po celý život. Internet je úžasný prostředek – můžete si posílat fotky vnoučat s rodinou a přáteli. Použitím skeneru můžete fotky rychle a levně naskenovat a poslat. Tak uvidíte, jak děti rostou a jak se jim daří. Počítače jsou dnes jednoduché na obsluhu a jak napsat a poslat e-mail se naučíte za chvíli. Moje 80letá matka a téměř 89letý tchán pravidelně používají počítač a vnoučata jsou nadšená, když o nich slyší. Myslí si, že děda s babičkou jsou „hustý“, protože umí s počítačem. Projděte obchody, porovnejte ceny a zkuste to.
14. Pamatujte si, že vaše dvojčata jsou osobnosti, i když mají narozeniny ve stejný den. Nebudou vždy mít stejné zájmy, nadání nebo schopnosti. Mějte na paměti jejich jedinečnost, osobní zájmy a dovednosti, zvláště když jim kupujete dárky. Prarodiče často chtějí být spravedliví a za každé vnouče utratí stejnou částku peněz. Záleží na tom, co kupujete. Může být vhodnější zaměřit se na individuální zájmy, než na částku, kterou za dárek utratíte.
15. Když je řeč o dárkách: **Nemyslete si, že musíte nutně koupit každému dítěti stejný dárek.** Různé dárky vytvoří širší základ hraček a knih, z kterých si vyberou. Ale jestli si všimnete, že vnouče dává přednost konkrétní hračce, můžete koupit dvě (tři nebo čtyři), abyste omezili hádky kolem nich. V takových případech označte hračku ze spodní strany počátečním písmenem jména dítěte, aby bylo jasné, čí hračka je. Všichni víme, že dítě chce často stejnou hračku, kterou má právě v oblíbě jeho sourozenec. Tím, že hračku označíte iniciálami, můžete dítěti klidně vysvětlit, že jeho/její hračka čeká na polici, až si s ní pohraje. Můžete také zvážit koupit hry, kterou mohou hrát všichni společně. V tomto případě buďte připraveni se do hry sami zapojit.
16. Nelamte si příliš hlavu z toho, když svoje vícečetná vnoučata nerozeznáte jedno od druhého. Dokonce ani jednovaječná vícečata nejsou úplně stejná navzdory tomu, co slycháte. Soustřeďte se na rozdíly, ne na to, jak jsou si podobná. Tím, že strávíte s každým vnoučetem nějaký čas zvlášť, budete rychle schopni postřehnout odlišnosti (např. zvlnění vlasů, mateřské znaménko nebo piha, tvar ušních lalůček, gesta).
17. **Vnoučata milují dozvídat se něco o svých rodičích,** hlavně příběhy z jejich dětství. A tak oprašte dávné vzpomínky, omeťte z nich pavučiny a smíchejte je dohromady s vašimi zážitky s vlastními dětmi. Budete milovat každou společně strávenou vteřinu a vnoučata budou milovat vaše vyprávění (POZOR: Na tuto činnost může vzniknout závislost. Buďte připraveni opakovat své historicky pořad dokola).
18. **Nezapomínejte na sourozence vašich vícečetných vnoučat.** Jak jistě víte, budou potřebovat spoustu lásky, mazlení a povzbuzení, protože se změnilo jejich postavení „ze středu vesmíru“ jen na staršího bratra nebo sestru. Vaše pozornost, láska, trpělivost a porozumění mohou být velmi důležité v tomto kritickém období, kdy se přizpůsobují novému fungování rodiny. Vaše neutuchající podpora jim poskytne ujištění o tom, že jsou stále velmi důležitou a milovanou součástí rodiny.



19. Ujistěte se, že víte o **mimořádných problémech týkajících se bezpečnosti**, které mohou s vícečaty nastat. Dvě, tři nebo čtyři batolata mohou fyzicky provést věci, které by jedno dítě nedokázalo. Společně mohou dostrkat židli přes celou kuchyň, aby mohli vyšplhat na linku. Jedno dítě „dostane nápad“ a ostatní mu pomohou ho uskutečnit (jak se mezi sebou dohodnou zůstává záhadou). Pamatujte si, že když je hlídáte a jedno upadne a odře si koleno, zůstáváte zároveň zodpovědní i za ty ostatní. Zatímco dítě ošetřujete, nesmíte ostatní sourozence spustit z očí. V případě, že tak neučiníte, následky mohou být strašné. Jste-li si předem vědomi možných nástrah, mohlo by to někomu zachránit život. Možná budete uvažovat o absolvování kurzu 1.pomoci než vás vaše vnoučata navštíví.
20. S přibývajícím věkem je možné, že musíte užívat několik druhů léků, např.léky na krevní tlak, aspirin na srdce, léky pro diabetiky, vitamínové doplňky, železo v tabletách a mnoho dalších. V průběhu let se vaše domácnost stala méně „zajištěná“ před malými dětmi a některé z těchto léků mohou ležet na nočním stolku. **Když jsou vnoučata na návštěvě, ujistěte se, že jste posbírali všechny léky a odstranili je z dosahu jejich všetečných ručiček.** Každoročně se otráví spousta dětí požitím léků, které našly během návštěvy u babičky a dědečka. Nenechte vaše vnoučata naplňovat statistiky.
21. Na každé straně jsou většinou dva (nebo více) prarodiče (a někdy dokonce praprarodiče). Nesoupeřte navzájem o to, kdo je nebo může být lepší. Nezapývejte se tím, kdo dal větší nebo lepší dárek nebo dokonce kdo s nimi strávil více hodin. Negativismus spotřebovává spoustu energie. Nenuťte rodiče, aby si mezi vámi museli vybírat. Tahle cesta nikam nevede. Šetřete energii a zaměřte se na ten krásný společný dar - vaše vnoučata. Všichni jste pro vaše vnoučata a jejich rodiče důležití. Každý prarodič poskytuje svým vnoučatům mimořádné zážitky. Využijte čas a příležitost k tomu, abyste si užívali pohodu, rodinu, lásku a péči. Bude to užitečné pro všechny.

Pevně věřím africkému přísloví, které říká: „Než jedno dítě vyroste, zaměstná celou vesnici.“ Každý z nás může dítě pozitivně ovlivnit. Byla by škoda nevyužít příležitost a neudělat to. Rodiče a prarodiče jsou neoddelitelnou součástí podpůrného systému, které dítě potřebuje k tomu, aby dobře vyrůstalo a prospívalo.

-kr-



NAD VAŠIMI DOPISY



Stále nám přichází spousta dopisů, za něž Vám moc děkujeme. Bohužel nestíháme na všechny odpovídat, ale přesto jsme rádi, když se s námi podělíte o své zkušenosti, radosti i strasti.

Následující dopis přišel internetem od paní Michaely Zerrichové :

„Začnu asi tím, že mám dvojčata dva kluky kterým bude za pár měsíců již 17 let. Myslím si, že jejich narozením jsem dostala úplně jiný náhled na život a hlavně na sourozenecké vztahy. Narodili se předčasně na rozhraní 27 až 28 týdne těhotenství (1,75 a 1,85 Kg), císařem a byli cca měsíc v porodnici než měli tzv. porodní váhu (2,45 a 2,25 Kg). Jako nedonošenci byli registrovaní na neurologii a v rizikové poradně, opožděný vývoj dohnali v 1 roce a pak byli vyřazení z poradny. Tomu, aby nedošlo k opožděnému vývoji, mi samozřejmě pomohli rodiče, ale hlavně výborná zdravotní rehabilitační sestra, která mě naučila zakázanou „Vojtovu“ metodu, kterou maminky nedonošených dětí zajisté znají (tlakové body a cvičení). Hrozně rychle se naučili mluvit a chodit na nočník, prostě jako by příroda věděla, že je to nutné. Velmi dobře od malinka jedli a dodnes věéelmi hodně jedí. Jejich výchova byla do cca 7 let naprostou hračkou (až na neustálé nemoci – záněty průdušek a alergie), byli úžasní a byla s nimi děsná sranda. Nikdy jsem já ani manžel nelitovali a nelitujeme toho že je máme. Po 7 roku začaly problémy s chováním a s tím, že je všude bylo moc vidět (byli prostě dva, a ještě kluci). Zhruba ve dvanácti letech začali oba protestovat, že nebudou stejně oblečení, že chtějí každý jinou barvu a střih vlasů, no prostě vadilo jim, že jsou dvojčata a to jim zůstalo až do dnešního věku.

Naše „dvojčátka“ od útlého věku mají neustále pocit, že si musí, a hlavně nám rodičům, něco dokazovat. Kdo toho víc sní, kdo umí víc řvát, kdo je větší čuně, no prostě kdo je ten lepší, a do dnes když něco provedou, a já se zeptám kdo to byl, tak oba ukážou na toho druhého a říkají to já né to brácha.

Jinak - na co nejraději vzpomínám je to, že byli úplně stejní vzhledem a přesto naprosto rozdílní povahou a to jim zůstalo až do teď.

Myslím si, že většina matek dvojčat musí uznat (pokud neměli mimo dvojčata ještě jiné děti), že jejich výchova a péče o ně není až tak odlišná od jednoho dítěte nebo dětí narozených velmi brzy po sobě (to si myslím je úplně hrozné).

Dnes, v jejich pubertálním věku, kdy jeden je tzv. do světa a druhý sedí doma, opět zjišťuji jak si člověk – rodič musí uvědomovat tu rozdílnost osobností a ne si myslet „stejná podoba stejný člověk“.

Tak závěrem je potřeba vzkázat všem matkám a otcům : podporujte ve svých dvojčatech v každém zvlášť jejich osobnosti a nesnažte se je dávat do jednoho „pytle“.

Nejsem žádná spisovatelka tak odpusťte chybičky a opakování některých výrazů.

Pokud bude mít někdo z rodičů dotaz na jakékoliv období z jejich vývoje tak se velmi ráda podělím o své zkušenosti.“



RECEPTY Z VAŠÍ KUCHYNĚ



O dnešní recepty se s námi podělila paní Jitka Cvejnová, bývalá výborná asistentka Klubu dvojčat a dodnes jedna z velmi aktivních maminek.

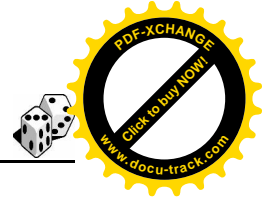
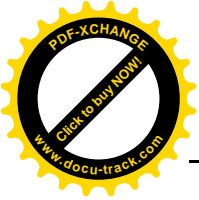
ZELNÍKY

300g kysaného zelí
150g hladké mouky
100 ml mléka
2 vejce
15g soli
200g šunky
olej na smažení
svazek kudrnky
špetka mletého kmínu
svazek mladé cibulky

Zelí scedíme a překrájíme na menší kousky, petrželku a cibulku drobně nakrájíme. Mouku prosejeme do mísy, přidáme vejce a po částech vmícháme mléko. Rozmícháme na hladké těsto, přidáme zelí petrželku a cibulku, ochutíme kmínem a solí. Promícháme až se nám vše spojí. Vznikne těsto husté jako na bramboráky. Na pánvi nebo lívanečnicku rozežřejeme olej, těsto nabíráme sběračkou a lijeme na rozpálený olej. Smažíme po obou stranách. Při podávání prokládáme plátky šunky nebo opečené uzeniny, lze doplnit nakládanou zeleninou.

SEKANÁ Z MLETÉHO MASA V TĚSTÍČKU

600g mletého masa
100g strouhanky
4 vejce
100g slaniny
100g mrkve
200g listového těsta
1 pórek
1 žloutek
kmín
sůl
pepř
majoránka



Dvě vejce uvaříme natvrdo, mrkev a pórek nakrájíme na proužky, slaninu na nudličky. Mleté maso osolíme opepříme, přidáme majoránku a promícháme se zbylými syrovými vejci a strouhankou. Směs necháme asi 15 minut v chladu odpočinout. Mezitím v osolené vodě povaříme pórek a mrkev. Na pomoučeném vále rozválíme listové těsto do tvaru obdélníku, položíme na něj slaninu, potom střídavě mrkev a pórek, na zeleninu pak stejnoměrně rozprostřeme masovou směs a do středu položíme vejce. Listové těsto s náplní zabalíme potřeme rozšlehaným žloutkem a posypeme kmínem. Sekanou vložíme do předem vyhřáté trouby a pečeme asi 40 minut.

PALAČINKY PLNĚNÉ MLETÝM MASEM

400g mletého masa
200g žampionů
2 stroužky česneku
1 vejce
sůl
pepř

SÝROVÁ OMÁČKA

100g hladké mouky
100g másla
500ml mléka
200g čedaru
sůl
bílý pepř

PALAČINKY

500g hladké mouky
1000ml mléka
3 vejce
sůl

Uděláme těsto a upečeme palačinky (necháme vychladnout).

Mleté maso smícháme s rozetřeným česnekem, přidáme vejce, sůl, drcený pepř.

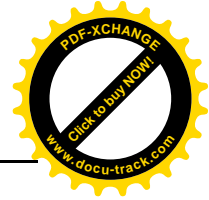
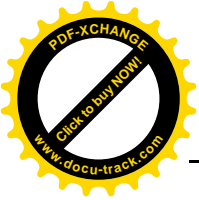
Mezitím si připravíme sýrovou omáčku - rozeřjeme máslo a orestujeme na něm mouku, za stálého míchání přilijeme mléko a mícháme dokud omáčka nezhoustne, krátce povaříme, před koncem vaření přidáme nastrouhaný sýr, dochutíme bílým pepřem a solí.

Žampiony očistíme, nakrájíme na plátky, orestujeme je na oleji a přidáme do omáčky.

Zchladlé palačinky potřeme připravenou masovou směsí a stočíme je. Zabalené palačinky klademe do vymazané zapékací misky těsně vedle sebe, naplněnou misku zalijeme sýrovou omáčkou a zapékáme asi 30 minut.

Láska matky má jediný hraniční kámen.
Ten kámen stojí na jejím hrobě.

K.M.Hoffbauer



Z DÍLNY NAŠICH RATOLESTÍ

Pohádka o Karkulce a tygru

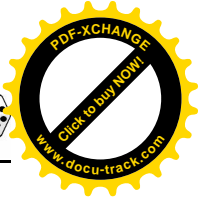
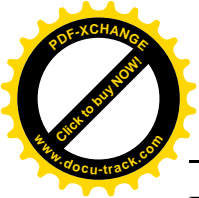
V lese žil tygr. Za tygrem jednou přišla Karkulka. Přinesla mu maso a dort. Tygr se s Karkulkou rozdělil. Karkulka pozvala tygra na návštěvu, měla narozeniny. Na narozeniny pozvala babičku a dědouška a všechny děti. Karkulka byla velká, měla telefon, tak je všechny pozvala. Karkulka dostala dárky. Od babičky a dědouška dostala velké auto s vypínačem a od maminky dostala růžové šaty s růžovými knoflíčky. Tygr donesl Karkulce dort. Pojedli dort s jahodama a pak šli spinkat. Lehli si na dvůr na postele. Když se probudili, tak dědoušek měl narozeniny a dostali všichni dort. Všem se tam tak moc líbilo, že nechtěli jít domů a zůstali u Karkulky.

9. května 2005 sepsal táta na námět Kačenky a Honzíka Malých

Pohádka, kterou nám poslal pan Malý mi připomněla dobu, kdy jsme se s dětmi přestěhovali z centra Prahy na Barrandov. Dvojčatům tehdy bylo šest roků, ještě nechodila do školy. Chodili jsme na procházky do Prokopského údolí a povídali jsme si. Jednou jsem jim vyprávěla dlouhou pohádku, kterou jsem si vymyslela během cesty. Když jsme se šli příště znovu projít, Klárka chtěla, abych jim zase povídala pohádku O Barrandovské skále. Říkala jsem, že si ji už vůbec nepamatuji a Klárka na to, že si ji pamatuje dobře. Tak jsem jen tak z legrace opáčila, že by si ji měla zapsat, aby ji nezapomněla. A ona to vzala vážně. Písmenka už uměla, ale o tvorbě slov či vět neměla ani páru. Přesto po návratu domů zasedla k počítači a začala psát (měla ve mně příklad – v té době jsem dopisovala knížku o dvojčatech). Nevěřila jsem, že by pohádku dopsala, ale přesto jsem ji podporovala a kdykoliv chtěla zasednout k počítači, pustila jsem ji a nechala ji psát. Trvalo to skoro dva měsíce, ale to, co napsala, stojí za to. Chápu, že asi jen málokdo vydrží dočíst pohádku dokonce, přesto ji otiskuji celou a v podobě, v jaké ji Klárka tehdy napsala, abyste viděli, co takové šestileté dítě dokáže :-)

27.2.2000

POHATKA OBARANDOVSKÉ SKALE ŽYLA JEDNOU JEDNA PRYNCEZNA A TA SEMENOVALA BARBORA ABYLAPYŠNÁ APANOVAČNÁ AMARNIVA AJEDNOU PŘYJELY KEJKLIŘY SČARODEJŇYCI ALE TA PRYNCEZNA BARBORA TONEVJEĎELA ŽEJE ČARODEJŇYCE JEDNOU SYSEDLY KESTOLU ATA ČARODEJŇYCE MŇELA KŘYŠŤALOVOU KOULY ATA ČARODEJŇYCE POVIDA LA TI PRYNCEZŇE OBRANDOVSKÉ SKALE ATA ČARODEJŇYCEPOVIDA ŽE VYĎI FTI KŘYŠŤALOVE KOULY JAK SEVALIŠ FTI BARANDOVSKÉ SKALE A TA SKALA SE PŘETEBOU ZAVIRA A TY SYTAMZUSTALA F TISKALE ATA PRYNCEZNA JI VYHOĎYLA VEN A JEDNOU PŘYJELY ZASE TY KEJKLIŘY ALE BESTI ČARODEJŇYCE ATA PRYNCEZNA BARBORA SEPTALAGDE NECHALY TUPAŇI ŽEBYCHŤELA EŠŤE ŇECO SE DOZVJEĎET ALE TY KEJKLIŘY ŘEKLY ŽE TAPAŇI ŘEKLA ŽESTEJI VYHOĎYLA TAK NEPŘYŠLA TA SE ROZODLA ŽE PUJDE HLEDAT BARANDOUFSKOU SKALU TAKŠLA ŠLA A ŠLA AŠDOŠLA KOFČAKOVY A TENJI NABIZEL CHLEBA A MLIKO JENŽE TAPRYNCEZNA BARBORA TO ODMITLA TEN CHLEBA A MLIKO TAKŠLADAL TA PRYNCEZNA



BARBORA ŠLA A ŠLA AŠDOŠLA CHALOUPE A ZAŤUKALA A BABYČKA
JIOTEVŘELA A BABYČKA JI ŘEKLA A Ť UVAŘI HOUBOVOU POLIVKU MOC JI
TONEŠLO ALE STEJŇE TO UĎELALA A PAKSENAJEDLA A MOHLA SE VYSPAT
TAK SE TAM VYSPALA BYLORANO BABYČKA SE PROBUĎYLA A PRYNCEZNA
BARBORA BYLA PRYČ PROTOŽE BYLA UŠ NA CESTĚ ZABARANDOFKOU
SKALOU PŘYŠLA KCHALOUPE A TAMBYL PAN A JAK JI UUVYĎEL ŘEKL
TENPAN COTU CHCEŠ TA PRYNCEZNA BARBORA ŘEKLA JABYCH CHĚLA
PROSIM ŇECOKIDLU A TEN PAN ŘEKL AŠMY ZAMETEŠ ZAVETJI DOKOMORY
TAK ŘEKL TEN PAN TADYMAŠ KOŠŤE AŠ ZAMETEŠ MUŽEŠ JIST VODEŠEL
JENŽE TAPRYNCEZNA BARBORA NEUMŇELA DRŽET KOŠŤE PŘYŠEL TEN PAN
A JAK UUVYĎEL ŽE NE UMI DRŽET KOŠŤE TAKJI DAL CHLEBA A VODU A
VYHOĎYLI TAK ŠLA DAL A JAKTAK ŠLA TAK SY LEHLA POCTRON A
GDYŠSEPROBUĎYLA ŠEL KOLEM ŇI ĎEĎEČEK A TA PRYNCEZNA POVIDA
JESLY VI GDETOJE A TEN ĎEĎEČEK POVIDA ŽE JE UBARANDOFSKY SKALY
PRYNCEZNA SE ZARADOVALA ŽEJE UBARANDOFK SKALY AAŠ BYLA
SVATOJANCKA NOC TAK SE SKALA OTEVŘELA TA PRYNCEZNA BARBORA ŠLA
DOTI SKALY A NAJEDNOU ZAHLIDLA SVJETILKO TAK ŠLA ZAŇIM ALE VONA
NEVJEĎELA PROTO ŠLA ZAŇIM SVJETILKEM A NAJEDNOU UUVYĎELA POKLAT
ALE TA SKALA SE PŘEĎDI ZAVŘELA TAK TAM BYL ROK A VONO
TOPŘYPADALO JAKO GDYBY TO BYLJEDEN DEN A JEDNOU SE ZASE
OTEVŘELA NA SVATOJANCKOU NOC A JEDNOU NATU SVATOJANCKU NOC
PŘYŠEL JEDN MLĎIK A MENOVALSE HONZA A TA PRYNCEZNA KŘYČELA A
TEN HONZA JI USYŠEL TAKŠEL ZAŇI A JAK JI UUVYĎEL TAK ŘEKL COTU
ĎELAŠ ALE MEZYTIM SE SKALA ZAVŘELA TAK TAM ZUSTALY ALE ZASE
VODBYL ROK ABYLA ZASRE SVATOJANCKA NOC A ZASE SE OTEVŘELA
BARANDOVSKA SKALA A TEN HONZA ŘEKL POŤ VEMSY ŇAKI PRSINKY A
NARAMKY A POŤ AŤ SE ZASE NEZAVŘE TASKALA TAKŠLY ALE NEŠ
VODEŠLLY ŘEKLA TA PRNCEZNA JE SLY SYJIVEZME ZAŽENU ATN HONZA
POVIDA ŽE JI AŇY NEZNA JA SEM PRYNCEZNA TAK MŇE ZAVEŤ DO TO HO
TVIHO KRALOVSTVI TAK ŠLY A CESTOU POTKALY ĎEĎEČKA AL TEN UŽ BYL
HODŇE STRI A TA PRYNCEZNA POVIDA DOBRIDE ĎEĎEČKU DOBIDEN ĎEVEKO
TEN HLAS VODŇEKUT ZNAM ALE TOSEM JA PŘECE TAK ŠLY DAL A POTKALY
CHALOUPKU ZAŤUKALY A DVEŘE SE VOTEVŘELY PŘYŠLY DOVŇTRĚ A
UUVYĎELY BABYČKU A HONZA POVIDA ŽE NASEKA DŘIVI A PRYNCEZNA ŽE
UVAŘI POLIVKU A BABYČKA ŘEKLA ŽE TEN HLAS VODŇEKUT ZNAM TOSEM
JAPŘECE TAK ŠLY DAL A POTKALY TAKY CHALOUPKU A ZAŤUKALY
DVEŘESE OTEVŘELY A TAMBYL UŠBYL ĎEĎEČEK A PRYNCEZNA ŘEKLA ŽE
ZAMETE NADVŘE TAK ZAMETLA TAK ŠLY ZASEDAL A POTKALY ĎEDU A TA
PRYNCEZNA POVIDA DOBRIDEN A TEN ĎEDA POVIDA ŽETEN HLAS ŇEKDE
SLYŠEL A TA PRYNCEZNA POVIDA ŽE TOJE VONA TAKŠLYDAL AŠ BYLY
UHRADU A TAM BYLY KRAL UŠ BYL NASMRTELŇI POSTELYSTRAŽE A ŘEKLY
STAT A JAK USLYŠEL PRYNCEZNUV HLAS ŘEKNUL KUCHAROVY AŤ DE
OTEVŘIT A JAKJI SPATŘYL VY SKOČYL SE SMRTELŇI POSTELE A MŇEL
TAKOVOU RADOST A HNET DRUHI DEN SE KONALA SVADBA MUZYKAŇTY
HRALY NEJVIC COMOHLY NAKONEC SYJI PŘECE VZAL

12.3.2000

KLÁRKA RULÍKOVÁ



TROCHA KULTURY



Od paní Kláry Patočkové, budoucí maminky dvojčátek, jsme dostali tip na knížku **Deník postarší prvorodičky aneb jak se žije mamosaurům** od **Judith Newmanové**. Maminka dvojčat zde mnohdy ironickým způsobem popisuje očekávání a počátky výchovy dvou kluků. Navíc je jí 40 let, ale kniha osloví určitě i mladší maminky.

ŠPETKA HUMORU

Paní Patočková nás potěšila i následujícím vtípem:

Na úřadě se ptá úředník matky deseti dětí: „Mají alespoň některá z vašich dětí stejného otce?“ „Ano“ na to matka, „já myslím, že snad ta dvojčata.“

Hanka Visingerová se s námi podělila o tento dvojčecí vtíp :

V hospodě sedí jeden chlápek a je samozřejmě opilej, už delší dobu se dívá na dva pány naproti. Když už to jeden nevydrží, řekne mu to: „Vy nemáte vidiny, my jsme dvojčata.“ A ten pán odpoví: „Všichni čtyři?“

Z rodiny Bergerových - od tatínka - pochází pro změnu tento výrok na adresu jejich pubertálních dvojčat : „Přestaňte se tvářit stejně! Kdo vás má rozeznat?“

INZERCE

- Prodám dětská kola ve velmi dobrém stavu s postranními kolečky, na věk 3-7 let. Cena á 900,-Kč. Tel. 776 235 912
- Prodám kočárek trojkombinaci-nafukovací kola, polohovací rukojeť, 2 kojenecké tašky, 2 fusaky, taška na rukojeť, nánožník. Přední lem mírně šisovaný. Cena 2 000.- Kč. Tel. 604 509 730, 499 429 038
- Prodám dvě zachovalá dětská kola na věk 5-7 let, červenožlutá. Cena 1000,-Kč za obě. Tel: 723 803 566, pí Vítková
- Věnuji budoucím prvňáčkům 2 stejné školní aktovky. Jsou nošené, leč zachovalé, do zelena, obrázek s motivy závodních aut. Zavolejte, domluvíme se: 222318 567, 604 44 22 85, pí Kaňková.



Vydává : Klub dvojčat a vícečat, Werichova 948/5, 152 00 Praha 5, tel.: 251680151, mobil :
602144206, e-mail : dvojcata@atlas.cz
IČO 63835126
Redakce : Mgr. Klára Rulíková, Linda Holanová

č.ú.1935812359/0800, ČS,a.s. Praha 1

www.dvojcata.cz

Rozmnožování a publikování informací je možné jen po písemné dohodě s redakcí.