

## Sušená mäsová delikatesa

Ochutnali ste už originálnu novinku Pikok Bravčové kabanosy s hovädzím mäsem? Gurmán ocení jemnú chut a prijemnú vôňu údeného a sušeného kabanosu, ktorý tvarom pripomína dlhý povrázok. Na výrobu 100g kabanosov špičkovej kvality mäsiari použili mix 155g čerstvého bravčového a 15g hovädzieho mäsa. Výborne chutí s kombináciu so zeleninovým šalátom a čerstvým chlebom. Cena: 1,49 €/120g, Lidl

## Zázračná Moringa Caribbean

Vedci prichádzajú len postupne na unikátnu vlastnosť exotickej rastliny s názvom Moringa Caribbean. Jej pôvod nájdeme na úpätí Himalájí. Podľa ajurvédy pôsobí list moringy preventívne pri viac ako 300 chorobách. Ukryva v sebe viac než 46 antioxidantov a 92 rôznych druhov živín, 26 protizápalovo pôsobiacich látok a vyše 20 aminokyselín. Listy obsahujú vitamíny: B1, B2, B3, B5, B6, B7, B9, B12, ako aj vitamíny A, C, D, E a K. Obsahuje vysoký podiel cenných mastných kyselin omega-3, -6, -9. Má najvyššiu koncentráciu chlorofylu a zázračnej látky zeatín, ako aj veľa salvestrolov. [www.moringacaribbean.sk](http://www.moringacaribbean.sk)



## TOP slovenskí autori sa spojili v jednej knihe

Nedávno uzrela svetlo sveta jedinečná rozprávková kniha O Pejkovi a jeho nevšedných priateľoch. Na jej tvorbe sa podieľalo unikátné spojenie popredných

slovenských spisovateľov – Tamary Šimončíkovej Heribanovej, Hany Lasicovej, Michala Hvoreckého, Daniela Heviera a Braňa Jobusa. Každý prispel jednou alebo dvoma rozprávkami, na ktorých spolupracoval s jedným z 5 ilustrátorov. Kniha je tak pestrá v štýloch autorov, ale aj ilustrátorov. Viac informácií a audio rozprávku na stiahnutie zadarmo nájdete na [www.rozpravkovabuducnost.sk](http://www.rozpravkovabuducnost.sk).

## Podporte svoju pamäť a prestaňte zabúdať!

TIP!

Zabúdate na dôležité okamihy svojho života? Neviete si spomenúť, čo ste mali dnes urobiť? Skúste ACUTIL, výživový doplnok pri výčerpaní a únavе. Napomáha udržaniu správnej funkcie mozgu, psychiky a nervového systému. Obsahuje unikátnu kombináciu látok rybí olej, nenasýtené omega-3 mastné kyseliny, Ginkgo biloba extrakt, fosfatidylserin, kyselinu listovú a vitamíny E a B12.



RODIČIA NEPOČUJÚCEHO MAĽÁKA

ĽUBICA

## Základom je nikdy

Z MATKOU je čulé, veselé diéta – ako každé iné.



Ak sa do rodiny narodí dieťačko so zdravotným postihnutím, rodičom sa zrazu hlavou víria stovky otázok: Ako to zvládneme? Čo všetko nás čaká? Bude mať niekedy normálny šťastný život? Na to všetko sa bezradne pýtali aj Majtánovci, ktorých synček Maťko sa narodil s tiažkou poruchou slchu. Rozhodli sa pomôcť si sami, a teraz už pomáhajú aj ostatným rodinám v podobnej situácii.

Foto: Shutterstock (1)

Pre Lubicu (28) a Františku (29) Majtánovcov bolo zistenie, že ich Maťko má vázne poškodený sluch, najskôr šok! Oni sami sú počujúci a nikdy sa v rodine ani vo svojom okolí s nepočujúcimi ľuďmi nestretli. „Bolo to ľahké, lebo som si nevedela predstaviť ďalšiu budúcnosť, ako ho naučíme, že ja som mama a on je otec,“ zdôverila sa nám s prvými pocitmi sympatheticálnej mamičky Ľubka. Rovnako zalapal po dychu aj otec František: „Chcel som syna všetko naučiť, moje hobby je astronómia, ale nevedel som si predstaviť, ako mu všetko vysvetlím.“ Do takejto situácie sa dostáva drvivá väčšina rodín s nepočujúcimi deťmi – až 95 percent sluchovo postihnutých detičiek sa rodí do rodín s počujúcimi rodičmi, ktorí nevedia, ako

fungovať s hendikepom svojho dieťača. Kým systém práce špecialistov úspešne funguje v zahraničí i v susednom Česku, na Slovensku takýto program ranej intervencie chýba. Bezradným rodičom preto často chýbajú informácie, ako dieťa stimulovať a rozvíjať.

## Rodičov čakajú preteky s časom

Rodičia nepočujúceho Maťka sa preto vrhli na študovanie a pátranie po informáciach. Aj keď sa ich syn pomerne skoro dostal k načúvaciemu prístroju, narazili na ďalší veľký problém: „Mnoho prístrojov je nesprávne nastavených a neexistuje možnosť, ako zistiť, či nás dieťačko počuje alebo či počuje dostatočne. Náš Maťko je veľmi čulý a aktívny, a preto

neraz pri skúšaní sluchu reagoval na naše gestá a mimiku, a nás na zvuky, ktoré skutočne počuli. Uvedomili si, že len naozaj správne nastavenie prístroja, ktorý zároveň kvalitný, umožní s malým nepočujúcim dieťačkom správne komunikovať. Matko im a rastol pred očami a oni si uvedomili, že ich začína tlačiť čas. „Prvý rozvoj reči a schopnosti dieťača sú dôležité prvé mesiace života. Len tak sa bude môcť naučiť rozprávať a bude sa celkovo rozvíjať vysvetľoval nám otec František. To isté tvrdia aj odbornici, ktorí zistili, že najvhodnejší vek, keď treba začať s nepočujúcim dieťačom systematicky pracovať, už okolo troch mesiacov. Práv v tomto období sa ale k rodičom ešte nedostanú informácie o tom,