



Nr.12

PIEKTDIEN

2002.gada 22.novembrī
CENA 1 PALDIES

“PASACIŅA” SVĒTKOS

15.novembrī “Pasaciņā” svinīgs brīdis veltīts Latvijas Republikas proklamēšanas 84.gadadienai “Apaļ’ mana tēvu zeme...”

Kā katru gadu Latvijas dzimšanas dienā, sveču gaismā, bērni runāja dzejoļus un dziedāja dziesmas. Gandrīz ik viens bērns deklamēja dzejoli vai tautas dziesmu par tēvu zemi, un tā vienmēr ir bijusi lieliska iespēja bērnam sevi un savu prasmi parādīt.

Mūzikas skolotāja Rita bija apkopojusi dažnedažādus nostāstus par Rīgu – Latvijas galveno pilsētu. Bērni izspēlēja teikas “*Kā Rīga cēlusies*”, “*Par Rīgas pils vārtiem*”, “*Kāds putns nav Rīgā?*”, “*Kā brauc uz Rīgu un atpakaļ?*” un, protams, jaukās rotaļas “*Rīga dimd*”, “*Skaisti dziedī laktiņgala*”.

Savu sveicienu Latvijai dzimšanas dienā sūtīja arī popgrupas “Pasaciņa” dziedātāji ar daudzām jaukām dziesmiņām.

Un tad – lielais dzimšanas dienas kliņģeris ar 84 svecītēm! Tās nopūta paši mazākie koncerta dalībnieki.

18.novembrī Mūrmuižas tautas namā popgrupas “Pasaciņa” dziedātāji ar savām dziesmām kuplināja Kauguru pagastā rīkoto svinīgo pasākumu veltītu Latvijas proklamēšanas gadadienai.

Ineta



“PASACIŅAS” EKSPRESINTERVIJA

Kā Tu pavadīji 18. novembri?

KLAŪDIJA – vakar Latvijai bija dzimšanas diena. Mēs pagastā dziedājām un noskatījāmies teātri.

ZENTA – vakarā kopā ar tēti braucu skatīties raķetes. Pēc tam ēdām kautko garšīgu- āboliem izgriezts vidus un piepildīts ar biežpienu.

CENTS – mājās spēlējos ar mantiņām, pa televizoru skatījos filmas.

MIKS – Latvijai bija dzimšanas diena. Mēs ar mammu un māsu bijām pagasta zālē un skatījāmies teātri.

MĀRTIŅŠ S. – vakar bija brīvdiena – Latvijai dzimšanas diena. Dzīvojos ar mantiņām, skatījos multenes. Vakarā skatījos krāsainas spridzināmās bumbas.

EMĪLS M. – tētis rādīja teātri. Ko viņš tur darīja ar dakšām? Es dziedāju.

INESE – vakar bija brīvdiena. Spēlējos ar Mārci un kārtāju māju.

JĀNIS – vakar bija brīvdiena – Latvijai dzimšanas diena. Mēs ēdām kūku. Pa televizoru redzēju kā no debesīm uz leju krita zvaigznītes. Tās spīdēja kā saule.

ANDRIS – es biju Rubenē. Pastaigājos ar savu suni. Vakarā skatījos salūtu pie lielveikala.

LĀSMA – gāju ārā, dzīvojos. Pa televizoru skatījos filmas. Vakarā skatījos kā šauj raķetes.

REINIS – Latvijai bija dzimšanas diena. Es skatījos televizorā karavīru parādi un kā šauj raķetes, jo tas man atgādināja svētkus.

PAULA – vakar bija Latvijas dzimšanas diena. Es pagastmājā dejoju, bet mamma skatījās. Vakarā kopā ar mammu skatījāmies salūtu. Man bija bail.

LĪGA – vakar bija balle pusdienas laikā. Es arī tur biju kopā ar mammu. Es dziedāju un dzejoli skaitīju. Skatījāmies teātri.

PĒTERIS – es skatījos filmu par burvju dēli un taisīju datoru. Iznāca baigi smuks. Mēs ēdām svētku kliņģeri.

Sarma

Pret gripu ar poti

Vakcinācija uzskatāma par galveno līdzekli gripas profilaksē, to nevar aizvietot ne veselīgs dzīves veids, ne tautas medicīna, uzskata Rīgas Stradiņa universitātes Pediatrijas katedras vadītāja profesore Dace Gradovska.

Viņa vakcināciju stingri rekomendē tiem cilvēkiem, kas vecāki par sešiem mēnešiem un kam ir paaugstināts risks attīstīties gripas komplikācijām. Tie ir bērni ar hroniskām plaušu un sirds un asinsvadu slimībām (arī astmu), bērni, kuriem savas slimības dēļ būtu regulāri jānododas pie ārsta vai jāārstējas slimnīcā ar nieru, vielmaiņas slimībām (cukurslimību) u.c. Šiem bērniem gripas laikā var attīstīties smagas komplikācijas. Taču jautājums par hroniski slimu bērnu vakcināciju jāizlemj kopā ar speciālistu. Ja nav iespējams potēt bērnu, nepieciešams potēt visiem pieaugušajiem, kam ir saskare ar bērnu. Šī pati rekomendācija attiecināma uz pieaugušajiem, kam ir saskare ar zīdaiņiem līdz sešu mēnešu vecumam, jo pirmajā pusgadā zīdaiņus pret gripu potēt nedrīkst.

Mazuļi līdz divu gadu vecumam tiek uzskatīti par augsta riska pakāpi, jo gripas sekas šajā vecumā ir smagas, bieži viņi nonāk slimnīcā gripas izraisīto komplikāciju dēļ. Bērnu ārsts Egils Zālītis iesaka, ka zīdaiņiem un bērniem līdz 8 gadu vecumam, kuri pret gripu tiek potēti pirmo reizi, ir jāsaņem divas potes ar viena mēneša intervālu.

Nevakcinē cilvēkus, kuriem bijušas anafilaktiskas (alerģiskas) vai citas smagas reakcijas uz iepriekšējo gripas vakcīnu vai vakcīnas satāvdaļām, kā arī, ja cilvēkam ir paaugstināta jutība pret cāļu proteīniem un olām. Ja bērnam ir akūta slimība ar drudzi, labāk vakcināciju atlikt uz vēlāku laiku.

Vakcīnas efektivitāte atkarīga no pacienta vecuma, viņa imūnās sistēmas stāvokļa un līdzības starp vakcīnas izgatavošanā izmantotajiem vīrusiem un tiem, kuri izsaukuši epidēmiju. Ja vakcīna un cirkulējošie vīrusi ir vienādi, tā novērš inficēšanās risku 70 – 80 % veselo cilvēku.

Dr. Grabovska saka, kļūdains ir uzskats, ka vakcīna var izraisīt gripu. Tas nav iespējams, jo Latvijā lietoto vakcīnu sastāvā ir inaktivētie vīrusi. Vakcīnas kā jebkurš medicīnas preparāts 10 – 64 % gadījumu var izraisīt nevēlamas blakusparādības injekcijas vietā (apsārtumu, pietūkumu, sāpes, retāk – asinsizplūdumus). Ievērojami retāk novēro drudzi, nelabumu, nogurumu, galvassāpes, drebuļus, svīšanu, muskuļu un locītavu sāpes, neiroloģiskos traucējumus. Šīs reakcijas pāriet pāris dienu laikā. Ļoti retas ir neparedzamas, smagas alerģiskās reakcijas pret vakcīnas komponentiem.

Ir gadījumi, kad vakcinēšanās sakrīt ar inficēšanos ar gripu vai citu infekcijas slimību vai hroniskas slimības paasinājumu, un tam nav nekāda sakara ar vakcīnas ievadi. Der atcerēties, ka imunitāte izveidojas divas nedēļas pēc vakcinācijas.

Lai izlemtu par vakcināciju, vispirms ieteicams konsultēties ar ģimenes ārstu vai pediatru.

Solvita Smilģe / pārpublicēts no laikraksta "Diena"
2002.gada 14.novembrī/

Kā cīnīties ar spalīšiem?

Tiek uzskatīts, ka spalīši ir tikai tiem cilvēkiem, kuri neievēro higiēnu. Taču tā nav. Bērns var augt lielā netīrībā, un tomēr viņam var nebūt parazitāro tārpu. Un var būt arī pilnīgi pretēja situācija – mamma ļoti uzmanīgi mazulim rokas mazgā pirms ēšanas, pēc tualetes, lai viss, ko viņš ēd būtu tīrs, tomēr tik un tā pēkšņi atklājas, ka bērnam ir spalīši. Tas nozīmē, ka zarnu flora nav pietiekami vesela un tātad ir patīkami parazitāriem tārpiem. Tāpēc jāregulē organisma iekšējā vide, lai tiem tajā nepatīktu dzīvot. *Dekariss*, *pirantel* un *vermoks*s paralizē tārpu centrālo nervu sistēmu, un tiek izvadīti, taču, ja zarnu sulu saturs nemainīsies, pēc kāda laika tie parādīsies atkal. Tādēļ sākumā varētu veikt mehāniskus pasākumus (tabletes), bet pēc tam vajadzētu sakārtot organismu. To ļoti labi iespējams izdarīt, lietojot homeopātiskus līdzekļus. Taču homeopātam ir jāizmeklē bērns, lai noteiktu, kura zāles konkrētajā gadījumā vislabāk varētu palīdzēt.

✓ No tautas medicīnas līdzekļiem varētu ieteikt ķirbja sēklas, kā arī ķiploku klizmas.

✓ Lai atbrīvotos no parazitāriem tārpiem, divas trīs reizes dienā pusstundu pirms ēdienreizes var apēst divas trīs saberztas citrona sēkliņas, uzdzertot siltu ūdeni. Vairākas dienas pirms ēdienreizēm varētu apēst arī citrona miziņu kopā ar balto mīkstumu. Tas radīs sārmainu vidi zarnās, tādējādi nomācot spalīšu un cērmju dzīvotspēju. Ja bērnam miziņa negaršo, viņam var dot kopā ar karotīti medus. Bērns var ēst arī apelsīnu ar visu mizu.

✓ Ja mājās ir, piemēram, kaķis, no kura bērns iespējams dabūjis spalīšus, zāles jādzer ne tikai bērnam un pieaugušajiem, bet tās jādod arī mājdzīvniekam.

✓ Jāatceras, ka cīņa ar parazitārajiem tārpiem jāaizsāk jau no vecā mēnesī. Un ne kādā gadījumā, protams, nedrīkst aizmirst ievērot higiēnu.

Inguna Vecvagare – homeopāte
Pārpublicēts no žurnāla "Mans Mazais" 1999.Nr.4

"PASACIŅA" GADSKĀRTĀS

Mārtiņi (10.novembris)

Ar Mārtiņiem beidzas Veļu laiks. Mārtiņi iezīmē rudens darbu nobeigumu un ziemas sākumu.

Ar Mārtiņiem sākas auglību veicinošā čigānos iešana, kas turpinās līdz Meteņiem. Čigāni, budēji, ķekatnieki utt. – tas viss apzīmē vienu un to pašu: jautru, skaļu, īpaši uzpostu cilvēku grupu, kas apstaigā mājas un ar rituālu palīdzību veicina auglību, pārbauda mājinieku čaklumu, reizēm slavē, bet reizēm peļ par nolaidību.

☞ Vērosim Laika zīmes!

- ✓ Ja Mārtiņos salst – ap Ziemassvētkiem būs silts laiks
- ✓ Ja Mārtiņos jumti sniegā – būs gara ziema
- ✓ Ja novembris auksts – būs silts marts
- ✓ Ja 8.novembrī jau sniegs – būs silts pavasaris
- ✓ Ja ap Mārtiņiem salst – būs labs nākošais gads

Piektdien, 8.novembrī piedalījāties lielajā rotaļniekā "Mārtiņu ciemos gaidot..."

Šim pasākumam bērnudārziņa lielie un mazie gatavojās jau laikus, jo bija jāpārdomā kā izgreznot telpas un kā pagatavot maskas ķekatu gājienam. Maskās tērpās "Pasaciņas" pieaugušie, jo gadskārtās maskotos gājienos iet lielie, bet bērnu darbs atkal ir baidīties.

Skaļajā ķekatu gājienā, bruņojušies ar katlu vākiem, karotēm, kausiem un citiem priekšmetiem, kas ceļ troksni, cauri visām bērnudārza telpām devās Čigāns (Rita) ar Čigānieti (Daira), līdzī vedot dresētu Lāci (Rasma), Dzērvī (Inese), Gaili (Anita), Kazu (Sarma), Suni (Ineta) un divas Vistiņas (Viola, Agita) līdz garais gājiens, ar gājienā iesaistītiem bērnudārza bērniem, nonāca zālē.

Te tika izdziedātas Mārtiņu dziesmas, izietas

rotaļas. Gandrīz katrai maskai arī tika pa savai dziesmai vai rotaļai. Gailim – "Kur tu teci?", Vistiņām – "Aklās vistiņas", Čigānam un Čigānietei – "Čigān, čigān, nāc jo drīz...", Sunim – "Suņi zaķim pēdas dzina". Kaza visus izbadīja un dzērve visus izknābāja. Ticējums vēsta, ka dzērves knābiens nodrošina veselību līdz pat nākamajam gadam.

Čigāns izdancināja gan savu dresēto lāci, gan savu kumeliņu, gan visus rotaļnieka dalībniekus. Tad jau skanēja:

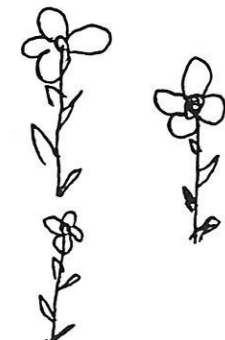

***"Projām, projām, visi diedelnieki,
lai palika, lai palika nama saimenieki!"***

un ķekatu gājiens devās tālāk.



"PASACIŅAS" DARBIŅI NOVEMBRĪ

- ✓ *"Mārtiņdienā ciemiņus gaidām..."* – lielais rotaļnieks 08.11.
- ✓ *"Apaļ' mana tēvu zeme*
Kā viens vaska ritenīt's" – svinīgs brīdis
veltīts Latvijas Republikas 84 dzimšanas dienai 15.11.
- ✓ Koncerts Mūrmuižas tautas namā – veltīts
18.novembrim 18.11.
- ✓ Rotaļnodarbība 5-6gadīgiem bērniem – PII
"Kārliena" 20.11.
- ✓ Pedagoģiskās padomes sēde:
 - matemātikās darbības bērnu loģiskās domāšanas attīstībai;
 - runas attīstība;
 - folkloras ikdienā.
- ✓ Seminārs folkloras skolotājiem Rīgā 23.11.
- ✓ Sporta aktivitātes *"Būsim stipri!"* 29.11.

<p>"PASACIŅAS" VALODIŅA</p>	<p>ŠVEICAM!</p>						
<p>☺ Auklīte ar Annu atnākušas uz virtuvi pēc pusdienām, bet pavārīte ir noliktavā un virtuve ir tukša. Anna izbrīnīta jautā: "Vai pusdienas ņemsim pa kluso?"</p> <p>☺ Bērni rotaļnodarbībā steidzas ātri izkrāsot uzdoto, bet audzinātāja aizrāda: "Lēnāk, lēnāk, bērni!" Pēteris: "Davai, audzinātāj, spēlēsim to spēli "Lēnāk brauksi, tālāk tiks...""</p> <p>☺ Andris stāsta: "Audzinātāj, re, man ir elektriskā maika! Citiem sit, bet man ne."</p> <p>☺ Andris sajūsmā saka Jānim: "Man ir torte un es jūs pacienāšu. Vai tu, Jāni, vispār apjēdz, ka man paliek seši gadi!"</p>	<p>VĀRDA DIENĀ</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">  <div style="text-align: right;"> <p><i>Dēliņ, ļauj spuldzi nodzēst Un nakti tev pāri pārklāt, Tagad guli, mierīgi guli, Guli kā pūpols kārkļā.</i></p> <p>=====</p> <p><i>Man ir jāatrod sniegā Trīs zelta sēkliņas;</i></p> <p>=====</p> <p><i>Jāiecaudzē man tevī Trīs zelta ābeles.</i></p> <p><i>/Ā.Elksne/</i></p> </div> </div> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 60%;">MĀRTIŅUS</td> <td style="text-align: right;">10.11.</td> </tr> <tr> <td>ANDI</td> <td style="text-align: right;">21.11.</td> </tr> <tr> <td>ANDRI</td> <td style="text-align: right;">30.11.</td> </tr> </table>	MĀRTIŅUS	10.11.	ANDI	21.11.	ANDRI	30.11.
MĀRTIŅUS	10.11.						
ANDI	21.11.						
ANDRI	30.11.						
<p>"PASACIŅAS" TĒMA</p>	<p>MĀRTIŅUS 10.11. ANDI 21.11. ANDRI 30.11.</p>						
<p><i>Stāsta PII "Pasaciņa" skolotāja – logopēde Māra Gailīte</i></p> <p>Lielākai daļai bērnu ir skaidra un pareiza izruna, tomēr ir bērni, kuri skaņas neizrunā pareizi. Bērnu pareizu runu veido gan vecāki, gan pirmsskolas skolotāji, bet valodas (runas) traucējumus novērš skolotājs – logopēds. Mūsu bērnodarziņā mana palīdzība nepieciešama 14 bērniem. Jāpiebilst, ka katru gadu šādu bērnu skaits pieaug.</p> <p>Katrā logopēdijas nodarbībā pirms skaņu izrunas iesildām ķermeni ar sekojošiem vingrinājumiem:</p> <p>X krusteniskiem - t.i., ņem priekšmetu ar labo roku un liek uz kreiso pusi, tad to pašu izpilda ar kreiso roku uz labo pusi;</p> <p>X sīkās pirkstu muskulatūras iesildīšanai, lai vienlaicīgi strādātu abas smadzeņu puslodes;</p> <p>X artikulācijas aparāta vingrināšanai (lūpām, mēlei, vaigiem)</p> <p>Kad ķermenis gatavs darbam, tad strādājam ar skaņu izrunu. Nodarbība ilgst no 15-20 minūtēm, jo skaņu izrunas apguve prasa lielu smadzeņu darbības piepūli.</p> <p>Ik dienas bērni rotaļnodarbībās, fizikultūras un mūzikas nodarbībās, dažādos pulciņos attīsta stāju, kustību koordināciju, sīko pirkstu muskulatūru. Šīs iemaņas ir ļoti svarīgas valodas attīstībai un tādēļ svarīgi, lai bērni regulāri apmeklētu bērnodarzu..</p> <p>Skaņu izlabošana un veidošana prasa ilgu un bērnam pietiekoši grūtu darbu. Dažkārt iegūto rezultātu var just tikai pēc 2-3 gadiem. Lai iemācīto logopēdiskajās nodarbībās nostiprinātu, vecākiem un skolotājiem jāseko, lai apgūto skaņu bērns pareizi lietotu ikdienā.</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">  <div style="text-align: right;"> <p><i>Paliec pie manis, laime,- Kurp tu vairs šovakar iesi? Tumsā un miglā tevi Nepazīs, naktsmājas nedos...</i></p> <p><i>/Ā.Elksne/</i></p> </div> </div> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 60%;">RITU</td> <td style="text-align: right;">28.11.</td> </tr> </table> <p>DZIMŠANAS DIENĀ</p> <div style="text-align: right;"> <p><i>Māte kāra šūpulīti, Laimei mani auklējama.</i></p> <p><i>/Ā.Elksne/</i></p> </div> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 60%;">SANTU NIKOLĀJEVU</td> <td style="text-align: right;">11.11.</td> </tr> </table>	RITU	28.11.	SANTU NIKOLĀJEVU	11.11.		
RITU	28.11.						
SANTU NIKOLĀJEVU	11.11.						
<p>Redaktore- Ineta; korespondente -</p>	<p>Sarma ; datorsalikums -Anita</p>						
<p>"PASACIŅAS"ĪSZIŅAS</p> <p>✍ No š.g. 15.novembra "Pasaciņā" darbojas maksas vācu valodas pulciņš, kurā šo svešo valodu bērni apgūst dziedot un rotaļājoties. Pulciņu vada LU studente Līga Birzleja.</p> <p>✍ Vēl var pagūt izpotēties pret gripu. Vakcināciju veic Mūrmuižā, doktorātā un Valmierā, Bastiona ielā. Vakcīnas cena gan lieliem, gan maziem Ls 3.00</p> <p>✍ Trešdien, 27.novembrī "Pasaciņā" gaidām ciemiņus – skolotājus un pirmsskolas izglītības skolotājus no Limbažu rajona Vidrižu pagasta.</p>							