

A woman with blonde hair, wearing a white lace dress, is smiling and holding a large green plate. The plate is filled with several gingerbread cookies decorated with colorful sprinkles and white icing. The background is a light-colored, textured surface.

VIANOCE (ne)bezpečné pre DVOJČATÁ

Vianoce sú sviatkami pokoja a mieru, keď je rodina spolu a deti sa tešia na darčeky. Pri deťoch však nesmieme zabúdať ani na ich bezpečnosť, zvlášť počas vianočných sviatkov, keď musíme predvídať a myslieť na všetko. Obyčajný vianočný stromček, sviečky, výzdoba či aj nevhodne zvolené darčeky, môžu pre deti znamenať potenciálne nebezpečenstvo. Zvýšenú pozornosť je potrebné venovať aj pri príprave sviatočného menu, keď sa akosi viac členov rodiny krúti v kuchyni, najmä ak sú deti ochotné pri pečení vianočného pečiva či prípravy štedrovečernej večere pomáhať. Pozrime sa teda bližšie na jednotlivé „hrozby“, aby sme tak prežili Vianoce naozaj v pohode a bez strachu o našich najmilovanejších.

Vianočné varenie a pečenie

Počas vianočných sviatkov si nikto nevie predstaviť domov, ktorý by nerozvoniaval od vianočného pečenia a varenia. A keďže sa všetky deti tešia na Vianoce, ochotne sa snažia pomáhať aj v kuchyni. Keď deti pomáhajú v kuchyni, dôležité je na ne dohliadať a mať s nimi trpezlivosť. Nemusí im všetko ísť od ruky ako nám. Musíme myslieť najmä na to, aby si v kuchyni neublížili, pretože tam dochádza najviac k úrazom. Úrazy ako popálenie či porezanie nie sú nič nezvyčajné. Môžeme ich však obmedziť na minimum, ak budeme predvídať a vedieť, ako sa im vyvarovať.

Ak sú deti ešte veľmi maličké, určite ich nenechajte pohybovať sa len tak po kuchyni, je dobré ich dať do detskej stoličky, odkiaľ predsa tiež môžu pomáhať. Pozor však, aby nedosiahli na ostré predmety či iné ostré kuchynské náradie. Všetky takéto veci treba odstrániť z ich dosahu. Aby sa zamestnali, môžete im dať do ruky drevenú varešku alebo niečo plastové či nerozbitné, čím si určite neublížia.

Väčšie deti poučte, čo sa môže a nemôže v kuchyni a na čo si majú dať pozor, prípadne na ne dohliadajte pri jednotlivých činnostiach. Zadáajte im úlohy, ktoré zvládnu. Pri pečení môžu napríklad preosiať múku, priniesť potrebné suroviny zo špajzy či chlad-

ničky, preberať oriešky, vykrajovať z cesta rôzne tvary, ozdobovať koláčiky, vymiešať cesto, miešať polevu, pocukrovať hotové koláčiky či ozdobiť vianočné medovníčky. Zabezpečte rohy stolov aj pracovnej plochy ochrannými krytmami, tak isto aj elektrické zásuvky. Ak niečo varíte na sporáku, používajte zadné platne, aby deti nemohli na seba stiahnuť hrnce. Odstráňte všetky visiace káble od spotrebičov, aby ich deti pohybom po kuchyni nemohli stiahnuť ani o ne zakopnúť. Ak máte veľmi malé detičky, ktoré vám ešte moc nepomôžu a máte pocit, že by vám pri vianočnom pečení len zavadzali, pečte vtedy, keď spia, alebo kým vám ich niekto stráži.

Na čo dať pozor pri varení

1. Ak deti prvýkrát krájajú nožom, dohliadajte na to a učte ich, aby krájali vždy smerom od tela.

2. Nenechávajte deti, aby samy pracovali s elektrickými spotrebičmi. Ak potrebujete naplniť mixér, šnúra zo zásuvky musí byť vytiahnutá. Ak staršie deti niečo mixujú v kuchynskom robote alebo ponorným mixérom, budte vždy pri nich a dohliadajte na ne.

3. Deti nikdy nenechávajte samy v kuchyni, staršie len vtedy, ak sú dostatočne poučené, na čo si majú dať pozor.

Vianočné upratovanie

Zvládnuť vianočné upratovanie, najmä ak máte malé deti – dvojčatá, je veľmi náročné. Deti vám ešte veľmi nepomôžu a musíte na ne dávať väčší pozor. Tu urobíte najlepšie, keď budete upratovať v čase, keď spia, čo však tiež vždy nie je možné. Najlepším riešením je upratovať, keď deti nie sú doma. Ak je to možné, poproste starých rodičov či známych, aby vám na chvíľu detičky postrážili, alebo ich vzali na prechádzku, aby ste mali dosť času na upratovanie. Pomôcť môže aj otecko, ktorý môže deti vziať von alebo na dlhší výlet, aby ste mali priestor dať domácnosť do poriadku. Jednou z možností je aj zveriť upratovanie profesionálom, ak vám to, samozrejme, vaša peňa-

ženka dovolí. Získate tak cenný čas, ktorý môžete využiť zmysluplnejšie ako upratovaním, napríklad ho môžete venovať deťom, ísť s nimi von, zatiaľ čo profesionáli sa postarajú, aby bolo doma všetko tip-top, keď sa vrátite.

Vianočný stromček

Vianočný stromček je neodmysliteľným symbolom Vianoc, bez ktorého si tieto sviatky dnes už asi nikto nedokáže predstaviť a zároveň je aj centrom najväčšej pozornosti našich najmenších. Ak máte doma dvojčatá, ktoré práve teraz všetko objavujú a všetko chcú vidieť, ochutnať a dotknúť sa, musíte dávať veľký pozor, aby sa centrom ich aktívneho záujmu nestal práve vianočný stromček. Deti do troch rokov by k strom-

čeku nemali mať prístup bez dozoru rodičov. Najväčším nebezpečenstvom pre deti je, že ho môžu na seba stiahnuť. Dnes sa už síce nebojíme, že jeho pádom sa porozbíjajú vianočné ozdoby, keďže v obchodoch je na výber veľké množstvo nerozbitných vianočných ozdôb, no musíme myslieť na to, že ak deti na seba stromček stiahnu, môžu si ublížiť, prípadne je nebezpečné, keby sa rozbili vianočné svetielka (na horiace sviečky na stromčeku úplne zabudnite). Preto je dobré stromček upevniť či uviazať tak, aby stál pevne a žiadne dieťa ho tak nemohlo na seba stiahnuť. Ak máte obyčajnú drevenú ohrádku, môžete stromček ochrániť aj takýmto spôsobom, aby sa k nemu deti nedostali. Dobrým nápadom je



aj zavesiť vianočný stromček na strop či umiestniť ho (ak je menší) na vyvýšené miesto, kam deti nedosiahnu. Nápadov je veľa. Alebo sa načas môžete zriecť vianočného stromčeka a namiesto neho si zaobstarať inú vianočnú výzdobu, čo si však mnoho rodín nedokáže predstaviť, veď ako by vyzerali Vianoce bez vianočného stromčeka? Nebojte sa, všetko je len dočasné, deti vyrastú a už nebudú pociťovať potrebu niečo ničiť či skúmať, a vy sa tak budete môcť opäť vrátiť k svojim pôvodným tradíciám.

Hračky ako darček

Dnes je výber darčkov naozaj nekonečný a najmä čo sa týka hračiek pre deti. Rodičia často nevedia, čo deťom kúpiť. Ako však vybrať hračku, ktorá bude bezpečná a vhodná pre daný vek? Stačí, keď si zapamätáte pár zásad a budete sa nimi aj skutočne riadiť.

1. Hračky kupujte len v dôveryhodných obchodoch a u overených internetových predajcov. Pozor si treba dať najmä na falšované hračky, ktoré sa od tých originálnych líšia kvalitou a lákajú nás nízkou cenou.

2. Prečítajte si k hračke všetky upozornenia a návod, ako danú hračku používať.

3. Nikdy nekupujte hračky, ak na samotnej hračke alebo jej obale nie je označenie CE. Týmto označením výrobca garantuje, že hračka spĺňa všetky bezpečnostné normy EÚ.

4. Vyberajte hračky tak, aby zodpovedali veku detí, ich schopnostiam a zručnostiam.

5. Deťom mladším ako tri roky nekupujte hračky, ktoré obsahujú malé oddeliteľné časti. Deti sú v tomto veku veľmi zvedavé a všetko dávajú do úst, mohli by malé časti prehltnúť.

6. Ak ste darčeky zabalili do darčkového papiera, treba dať pozor pri ich rozbalovaní.



Zabráňte tomu, aby po rozbalení darčkov boli baliace papiera porozhadzované všade po zemi. Mohol by sa na nich niekto pošmyknúť, a úraz by bol na svete.

Pri sviatočnom stole

Myslíte si, že ak ste prežili všetky nástrahy predvianočného pečenia či upratovania, nemôže sa pri sviatočnom stole počas štedrovečernej večere už nič stať? Omyl, aj tu musíte myslieť na niektoré „nebezpečenstvá“, ktoré sa počas svia-

točnej večere bežne stávajú. Určite je aj u vás zvykom, že na sviatočnom stole sú stále nejaké dobroty ako misky s rôznymi orieškami, koláčiky, sušené ovocie... Ak máte malé deti, treba dať pozor, aby si napríklad nevopchali do nosa či ucha nejaký ten oriešok,

alebo niečo neprehltli a nezačali sa dusiť.

Malým deťom sa vôbec neodporúča konzumovať ryby, ktorých mäso je plné drobných kostičiek. Tie sa môžu veľmi ľahko zapichnúť do jazyka či hrdla. Na kapra preto načas zabudnite. Ak by sa však našla predsa len nejaká kostička, ktorá by vášmu dieťaťu spôsobila takéto neprijemnosti, určite sa ju sami nepokúšajte odstrániť, ale zjdite radšej na pohotovosť, kde lekár kostičku vytiahne.