

broj 11/decembar 2020.

/ MAGAZIN ZA RODITELJE

/ online primjerak

KIDSinfo[®]

JELENA KARAGIĆ

Imam trudnoću kakvu sam
samo mogla poželjeti



Lana Lekić o
usvajanju
**Spasite jedno
dijete, spasili ste
cijeli svijet**

Amra Džeko

**PORODICA JE MOJE NAJVEĆE
BOGATSTVO I SMISAO ŽIVOTA**

NOVO

Više od
75 pjesmica,
melodija i
fraz!



PSIĆ I SEKA SVEZNALICA S RAZINAMA ZNANJA



Mekani, umiljati prijatelji sada su tu s još više pjesmica, zvukova i fraza. Upoznaju vaše dijete s više od 100 prvih riječi - dijelovi tijela, boje, oblici i još puno toga! Srce im treperi u ritmu s pjesmicama i u puno boja.

Kako se svako dijete razvija svojim vlastitim ritmom, i ovi Psić i Seka imaju tehnologiju Razine znanja koja omogućava odabir pjesmica, zvukova i fraza koje najbolje odgovaraju razvojnoj fazi vašeg djeteta.

IZDAVAČ:
EKIPA d.o.o.

UREDNIKA:
Milica Brčkalo Gajić

AUTORI:
Dženana Alađuz
Adin Šabić
Samra Kulenović
Zagorka Vidović
Ivana Gluhović
Lemana Terzimehić
Anela Hakalović

DIZAJN I DTP:
Denin Šehović

MARKETING:
marketing@kidsinfo.ba
+387 33 200 538
+387 61 525 054
www.kidsinfo.ba

FOTOGRAFIJA
NA NASLOVNOJ STRANI:
Laura Gozzi

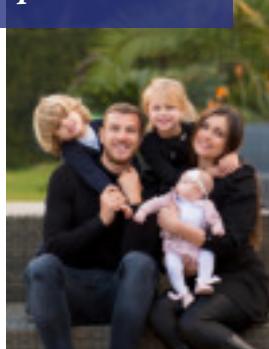
Svi podaci koji su objavljeni u ovom online broju KIDSinfo magazina podliježu izmjenama i dopunama.

Ovo također važi i za sve objave na web portalu www.kidsinfo.ba.
Sva prava zadržava izdavač.

Zabranjeno je prenošenje fotografija i tekstova bez pismenog dopuštenja izdavača.

Jedanaesto izdanje KIDSinfo magazina zbog virusa COVID-19 objavljeno je isključivo u digitalnoj formi.

Naslovna priča



16

AMRA DŽEKO
Porodica je moje najveće bogatstvo i smisao života

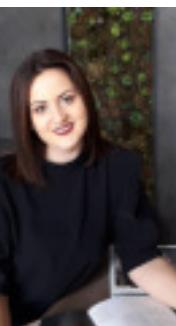


6

JELENA KARAGIĆ
Imam trudnoću kakvu sam samo mogla poželjeti

12

PEDIJATRICA
ZAGORKA VIDOVIĆ
Redovna vakcinacija tokom pandemije COVID-19



24

ARHITEKTICA
IVANA GLUHOVIĆ
Kako uređiti spavaću sobu za predškolarca

34

LANA LEKIĆ O USVAJANJU
Spasite jedno dijete, spasili ste cijeli svijet



32

PSIHOLOGINJA
STEFANIJA VOJINOVIC MRDIĆ
Žrtva vršnjačkog nasilja može postati svako





Kidsinfo vas daruje...

Do 29.12. na KIDSinfo Facebook i Instagram profilima moći ćete naći brojne nagrade za vas i vaše mališane. Svaka nagrada nosi svoj kod, a vi ga možete pronaći na stranicama magazina.

Kod s odgovarajućim datumom pošaljite nam u DM na Facebooku ili Instagramu. Zapratite nas na društvenim mrežama i ostvarite pravo na učešće u našem darijanju.



Praznici su puno ljepši kada poklanjamo!

BBI Centar

Mjesto dobre zabave

sve za vaše mališane



bimbo'sco

BWKIDS
A PROVA DI BAMBINI

Joie™

DeFacto

LINDEX
kids



Juventa SPORT

MAGIC
baby

KANZ®

OKAIDI

Gulliver

carter's®



SPORT VISION

JELENA KARAGIĆ, BIVŠA MISS EARTH BiH

Imam trudnoću kakvu sam samo mogla poželjeti



Ranije mi nije bilo važno šta će u pojesti, nego mi je bilo važno da se lijepo najedem. Međutim, otkako sam trudna više nisam sama i ne razmišljam o sebi nego o bebi. Trudim se da svaki dan unesem dovoljno vitamina, jedem voće i povrće, pijem dosta tečnosti i nastojim da što manje jedem brzu hranu

*Razgovarala: Milica Brčkalo Gajić
Fotografije: Privatna arhiva*

Trudnoća je stanje koje sa sobom donosi brojne promjene, a buduće majke, posebno one koje će se po prvi put ostvariti u toj ulozi, su nerijetko u nedoumici oko toga da li i na koji način trebaju promijeniti svoje životne navike. Upravo kroz ovo životno razdoblje prolazi Jelena Karagić, bivša Miss Earth BiH, koja s partnerom Slobom očekuje prvo dijete.

Jelena za naš magazin govori o svom iskustvu kada je riječ o trudničkim danima u vrijeme pandemije, a na početku razgovora nam otkriva kako se osjećala u momentu kada je saznala da će postati mama.

- Iskreno, bila sam dosta iznenadena jer se nisam nadala da će ostati u drugom stanju. Taj period privikanja je trajao prilično dugo, ali sam poslije toga znala da sam najsrećnija osoba na svijetu. Upravo to je osjećaj koji me ni do danas nije popustio. Što se Slobe tiče, on je počeo da skače i da vrišti po kući, nije znao gdje se nalazi. Njemu je to dugo bila želja, pa je čak i zaplakao u tom momentu - kaže ona.

Jelena bi kćerku trebala roditi sredinom marta naredne godine.

- Mi smo od samog početka željeli curicu. Iako su sve prognoze bile da nosim dječaka, čvrsto smo vjerovali da je curica i to nam se ostvarilo. Ime znamo, ali ne bih trenutno toliko da otkrivam. Ono što mogu reći jeste da smo se oko imena lako dogovorili – objašnjava Jelena.

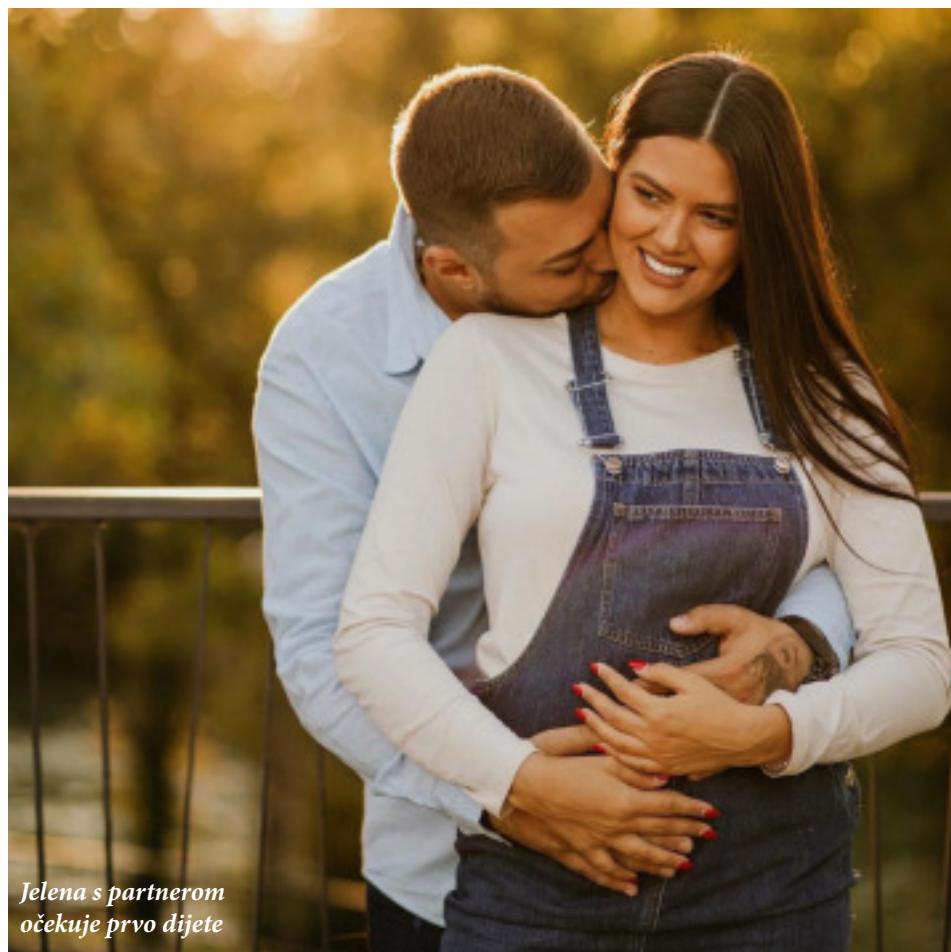
PROŠIRENJE PORODICE

Ona ne krije da je uvijek željela da osnuje svoju porodicu.

- Roditelji su me uvijek učili i svojim primjerom pokazivali da je porodica sve u životu i da je to najveći i jedini blagoslov koji mogu da imam. Od trenutka kada sam saznala da će biti majka sam promjenila svoj život iz korijena. Sve se mijenja i sve, već sada, prilagođavamo djetetu i sigurna sam da joj ništa neće faliti i da će biti najvoljenije biće na svijetu – kaže.

Smatra da nije zahtjevna trudnica.

- Inače sam po prirodi dosta zahtjevna osoba, ali trudnoća kao da me je učinila boljom (smijeh). Nemam



*Jelena s partnerom
očekuje prvo dijete*

“

*Sve je drugačije nego što bi bilo u „normalnim“ uslovima.
Prije svega sam uskraćena za to da Slobi prisustvuje pregledima i da prati moju trudnoću. Iako mu je to ogromna želja, nažalost, trenutno nije ostvariva*

”

nekih posebnih zahtjeva, tako da je Slobi srećan muž. Kada je riječ o trudnoći od samog početka nisam imala mučnine, niti neke drastične promjene raspoloženja. Ništa me ne boli i hvala Bogu, za sada, je sve u redu. Nadam se da će tako ostati i do marta. U početku mi je pre-

poručeno mirovanje, tako da sam sve svoje aktivnosti morala da obustavim i da stalno odmaram. Stanje se stabilizovalo i sad mogu da se krećem. Svaki dan provodim sa Slobom i porodicom, tako da zajedno uživamo u svakom danu i maksimalno odmaramo. Imam trudnoću kakvu sam samo mogla poželjeti – objašnjava Jelena.

Ona savjete o trudnoći najradije prihvata od svog doktora, te majke i drugarica koje imaju djecu. Zbog bebe je donijela odluku da u potpunosti promijeni svoje prehrambene navike.

- Ranije mi nije bilo važno šta će pojesti, nego mi je bilo važno da se lijepo najedem. Međutim, otkako sam trudna više nisam sama i ne razmišjam o sebi nego o bebi. Trudim se da svaki dan unesem dovoljno vitam-



Jelena bi kćerku trebala roditi sredinom marta naredne godine

ina, jedem voće i povrće, pijem dos-
ta tečnosti i nastojim da što manje
jedem brzu hranu. Naravno, poželim
i to pa se počastim, ali ne svaki dan.
Izbjegavam koliko god mogu – kaže
ona.

TRUDNOĆA I COVID-19

Jelena je, kako nam otkriva, u trud-
noći promijenila i način na koji
njeguje svoje tijelo.

- Tokom trudnoće se, u suštini, sve

mijenja. Smatram da svaka trudnica treba da se promijeni u smislu da se više čuva, njeguje i da vodi računa o sebi. Ja se pazim u svakom smislu te riječi. Dosta odmaram, čuvam se od gripe jer ne smijem da pijem lijekove i ne bavim se težim fizičkim aktivnostima. Naravno, imam i partnera koji mi pomaže u svemu i u svakom trenutku je tu za mene. Kada je riječ o tijelu koristim brojne preparate za tijelo, tačnije mažem se nekoliko puta dnevno kako bih preventivno djelovala na strije. No, i do sada sam dosta vodila računa o njezi, – kaže ona.

Jelena i Slobo su već kupili sve stvari koje će im biti neophodne kada kćerka dođe na svijet, a ona ne krije da razmišlja o porođaju, te da je prilično nervozna zbog toga.

- Mislim da svaka žena razmišlja o tome i ona koja kaže da nije tako, sigurno laže. Imam strah, naravno. Dosta pričam sa svojom majkom i ona mi kaže da se sve to zaboravi čim se porodiš. Smatram da je sve to normalno i prirodno, mnogi su prošli kroz to – kaže Jelena.

“

Mi smo od samog početka željeli curicu. Iako su sve prognoze bile da nosim dječaka, čvrsto smo vjerovali da je curica i to nam se ostvarilo. Oko imena smo se lako dogovorili

”

Na kraju razgovora nam otkriva kako je to biti trudnica u vrijeme pandemije COVID-19, te koliko i kako se brine o svojoj zaštiti.

- Pazim se maksimalno, a pazila sam se i dok nisam znala da sam u drugom stanju. Sve je drugačije nego što bi bilo u „normalnim“ uslovima. Prije svega sam uskraćena za to da Slobo prisustvuje pregledima i da prati moju trudnoću. Iako mu je to ogromna želja, nažalost, trenutno nije ostvariva. Sigurno je i da bi, da je bolja situacija, više odmarali i putovali, ali šta je tu je. Nadamo se da će i ovo proći jednog dana, pa da nastavimo s uobičajnim životom i navikama – zaključuje.



04. decembar - KK245T7



Dječija kuća, Grbavička bb, 033 522733

info@mladi.ba

LIKOVNA RADIONICA

od I do IX razreda



STEM radionica

„UČIMO PROGRAMIRATI“

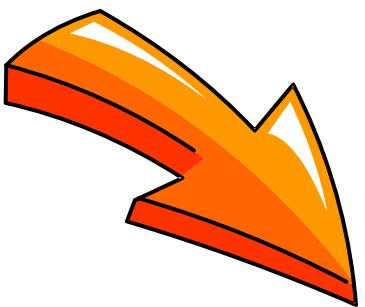
od V do IX razreda

STEM edukacija

„IGRAJMO SE INTELIGENTNO“

od VII do IX razreda

...i još mnogo aktivnosti za djecu i mlade!



SVE INFORMACIJE

o radionicama i aktivnostima

MOŽETE NAĆI NA

NAŠOJ WEB STRANICI

... **www.mladi.ba** ...



POZNATI PREDLAŽU

Maid Hećimović

Pjevač Maid Hećimović sa suprugom Ajlomima ima jednogodišnjeg sina Rayana. Za naš magazin preporučuje sadržaje, butike i aktivnosti koje su pogodne za porodice koje žive u Brčkom ili Orašju

1

IZLET: Mi često idemo u Draganovce koji se nalaze na 5 do 10 minuta od Orašja, te 20 minuta od Brčkog. Živimo na relaciji Brčko-Orašje, te nam je ova destinacija pogodna za izlet iz oba pravca. Tu u Draganovavcima svi Orašjani imaju vikendice, a moj amidža drži i ergelu s bosanskim brdskim konjima. Nepregledna polja i ravnica, šumarići i livade su idealni za šetnju s bebom, a vrlo je blizu grada.

**2**

ROĐENDANI: U City Centru „In“, također u Orašju, nalazi se igraonica u kojoj možete ostaviti dijete na nekoliko sati, a pogodna je i za proslavu rođendana jer se na samo desetak metara od igraonice nalazi restoran u kojem stariji mogu uživati u svakojakim delicijama, dok se djeca zabavljaju u igraonici.

3

ART I ZABAVA: Mi sinu, uglavnom, kupujemo takozvane „pametne“ igračke za razvijanje motorike. Recimo, za poklon smo dobili kutiju za razvoj motorike po Montesoriju. Vrlo edukativno, a i zanimljivo.

4

BUTIK: Često mu kupujemo stvari u „Lindexu“ jer zaista imaju divne materijale, ali i dezene za bebe. Pidžamice su im posebno divne i kupujemo mu ih otkako se rodio. Što se igračaka tiče, kupujemo gdje stignemo, mada često navratimo u prodavnici edukativnih igračaka, koje preporučuju svi dječji psiholozi, u Merkatoru u Brčkom.

5

RESTORAN: Sigurno jedan od najboljih restorana u BiH je restoran u sklopu hotela „Navis“ u Orašju, na obali rijeke Save. Vrhunski kuhari dolaze iz cijele Europe i prave spektakularne delicije. Što se tiče brze hrane, tu je neprikosnoveni kuhinja „Aroma“ na samom graničnom prelazu Oraše-Županja, kao i ćevabdžinica „Bača“ koja ima tradiciju dužu od 60 godina. Mi volimo dobro i kvalitetno jesti, mada se ne vidi na nama (smijeh).

6

ZDRAVLJE: Preporučio bih privatnu polikliniku „S+Medico“ u Bijeljini u kojoj rade vrhunski pedijatri, kardiolozi, pulmolozi, pa čak i nutricionisti za djecu. Osoblje je izuzetno ljubazno, a na raspolaganju su vam vrhunski doktori.

Dobrodošli u žemlju čarolije!



Kinderland



+387 61 91 91 01

info@kinderland.ba

www.kinderland.ba



Butmirská cesta 18
Ilidža, Sarajevo



TERMALNA RIVIJERA



+387 33 94 70 07



info@terme-ilidza.ba



Uživajte u jedinstvenom kompleksu zatvorenih bazena



PEDIJATRICA ZAGORKA VIDOVIĆ
**Redovna vakcinacija
tokom pandemije
COVID-19**

Pedijatrica prim. dr. Zagorka Vidović iz Doma zdravlja u Šipovu za Kidsinfo piše o vakcinaciji djece tokom pandemije COVID-19. Otkriva nam je li sigurno vakcinisati djecu, te objašnjava zbog čega je redovna vakcinacija posebno važna

Imunizacija predstavlja ključnu zdravstvenu uslugu koja štiti osjetljive osobe od bolesti koje se mogu spriječiti vakcinacijom. Pravovremenim provođenjem imunizacije štite se pojedinci i zajednice, te smanjuje mogućnost izbijanja epidemije bolesti. To ne samo da spašava ljudske živote, već i zahtijeva manje resursa nego odgovor na epidemiju, a pomaže i u rasterećenju zdravstvenog sistema koji je uslijed pandemije COVID-19 već izložen pritisku.

Usluge imunizacije treba i dalje obavljati sa ciljem prevencije bolesti koje se mogu spriječiti vakcinacijom. One trebaju biti u skladu s lokalnim naredbama za fizičko distanciranje, te u skladu s kontekstom sistema zdravstvene zaštite.

Vakcinacija u toku pandemije je ključna i ne smije stati. Ako se to desi, djeca će ostati uskraćena za zaštitu od opasnih bolesti.

Svjetska zdravstvena organizacija (SZO) preporučuje da se redovna vakcinacija vrši prema kalendaru imunizacije, čak i tokom pandemije COVID-19. Trenutno nema dokaza da pandemija COVID-19 predstavlja bilo kakav poseban rizik kada je riječ o redovnoj vakcinaciji. Potencijalni kontakt sa zaraznom bolešću ne predstavlja kontraindikaciju za redovnu imunizaciju. Ona treba da se nastavi u mjeri u kojoj je to moguće i na način kako je to dozvoljeno u okviru lokalnog odgovora na COVID-19.

“

Svaki prekid usluga imunizacije, makar i kratkotrajan, doveo bi zajednicu, a pogotovo djecu, u neposredni rizik od bolesti koje se mogu spriječiti vakcinom



Međutim, svakako je neophodno primjenjivati standardne mjere za spriječavanje zaraza kako bi se smanjio rizik od prenosa COVID-19 na svo osoblje i posjetioce zdravstvene ustanove u kojoj se vrši vakcinacija.

Tu se misli na to da se vakcinacija treba provoditi u dobro provjetrenim prostorima u kojima se vrši redovna dezinfekcija. Također je potrebno osigurati i sredstva za dezinfekciju ruku ili uređaje s hloriranom vodom za njihovo pranje. Ne treba zaboraviti ni na vizuelna upozorenja (plakati u ambulanta-

ma s informacijama o COVID-19), te podsjetnike o ličnim strategijama prevencije. Uz sve to je izuzetno važno i da izbjegavate čekaonice pune ljudi.

Neke od strategija u ovom slučaju uključuju:

- Planiran termin imunizacijske posjete.
- Spajanje imunizacijskih aktivnosti s drugim neophodnim preventivnim zdravstvenim uslugama, u skladu sa starosnom dobi, a kako bi se ograničilo vrijeme koje osobe koje se vakcinišu i medicinski radnici provode u centrima za pružanje zdravstvenih usluga.
- Provođenje manjih i češćih imunizacijskih sesija.
- Korištenje vanjskog prostora, po mogućnosti i poštovanje fizičkog distanciranja unutar zdravstvene ustanove ili lokacije.

Naročito je važno da djeca prime sve predviđene vakcine po rođenju i u prve dvije godine života. Ove vakcine mogu varirati u zavisnosti od nacionalnih preporuka. Potrebno je nastaviti sve prekinute imunizacione usluge za bilo koje starosne grupe i što je prije moguće izvršiti nadoknadu vakcina. Pravovremena vakcinacija je ključna za zaštitu mlađih i starih od ozbiljnih i po život opasnih zaraznih bolesti i za izbjegavanje porasta nevakcinisanih grupa i potencijalnog gubitka imuniteta zajednice.



Pediatrica Zagorka Vidović

Zašto je vakcinacija posebno važna tokom ove pandemije?

Svaki prekid usluga imunizacije, makar i kratkotrajan, doveo bi zajednicu, a pogotovo djecu, u neposredni rizik od bolesti koje se mogu spriječiti vakcinom. Ako na to dodamo već postojeći broj osjetljivih pojedinaca u zajednici, to bi ugrozilo zaštitu zajednice i povećalo vjerovatnoću izbijanja bolesti koje se mogu spriječiti vakcynom, što može dovesti do oboljenja i smrtnih slučajeva povezanih s bolestima, te dodatnog opterećenja za zdravstvene sisteme koji su već opterećeni odgovorom na epidemiju COVID-19.

“

SZO preporučuje da se redovna vakcinacija vrši prema kalendaru imunizacije, čak i tokom pandemije COVID-19. Trenutno nema dokaza da korona virus predstavlja bilo kakav poseban rizik kada je riječ o redovnoj vakcinaciji



08. decembar - KK479R3

SAMRA KULENOVIĆ

Niko mi nije rekao koliko početak dojenja može biti težak

Samra Kulenović je mama dvojice sinova. Ona za naš magazin piše o uspostavljanju dojenja, izazovu s kojim se brojne mame, posebno one koje dobiju prvo dijete, suočavaju

Kada sam bila trudna s prvim djetetom, jedino što sam znala s velikom sigurnošću je to da želim da dojim. Nakon višemjesečnog čitanja knjiga i edukativnih tekstova o dojenju znala sam da je zdravo i korisno za majku i bebu, te da je, naravno, najprirodniji način hranjenja bebe. Druge opcije za mene nije bilo.

Kako je teško kada imaš jaku želju za nečim, a dođeš do prepreke koja može sve to da uništi. Niko mi nije rekao koliko početak dojenja može da bude težak. Koliko puta ču, okupana u vlastitom znoju, plakati nad bebom jer ne prihvata dojku. Nisam znala zbog čega više plačem, da li zbog vlastitog neuspjeha, zbog toga što je beba gladna, zbog rane od epiziotomije, zbog mastitisa, hormona ili zbog toga što imam temperaturu. Moja okolina mi, nažalost, nije znala dati pravu podršku i pomoći. Oni nisu mogli podnijeti moju patnju i bebin plač, te bi svaki pokušaj dojenja završavao mojom ljutnjom i frustracijom i pravljenjem adaptiranog mlijeka.

Ta prva dva dana nakon izlaska iz porodilišta su mi se činila kao



Samra sa sinovima

vječnost. Vjerovatno i zato jer noću nisam mogla spavati. Kada je treći dan došla patronažna sestra, imala sam osjećaj da je došao anđeo s neba. Mila, topla i strpljiva gospođa Alma. Razumjela je moju želju da dojim, sve probleme i prepreke na koje smo beba i ja naišli. Sreća, patronažna sestra je bila pristalica dojenja i bila je odlučna da mi pomogne u tome. Takvu pomoći i podršku bi trebala dobiti svaka porodilja u porodilištu, pogotovo prvorotkinja. Nažalost, u mom slučaju to se nije desilo. Uz pomoći moje dobre vile, patronažne sestre, Danin i ja smo uspjeli us-

postaviti dojenje i izbaciti flašicu iz upotrebe kroz nepunih mjesec dana.

Nakon pet godina, s mojim drugim djetetom je išlo sve lakše. Znala sam kako sve ide i bila sam spremna na sve moguće prepreke. Ovaj put sam naišla i na podršku u porodilištu. Sve je bilo predivno i odmah smo „klinuli“ beba i ja.

Dojenje je za svaku majku jedinstven osjećaj. Posebna povezanost između majke i djeteta. Zadovoljstvo jer znate da ste samo vi potrebni da beba bude sita, zadovoljna i da raste zahvaljujući vama. Kada me uhvati za prst dok doji, pogleda me u oči i nasmiješi mi se između podoja, rastopim se sva od nježnosti, ljubavi i sreće. I koliko god je teško na početku i koliko god bude neprospavanih noći, napravila bih isti izbor.

Moj savjet za svaku majku porodilju bi bio: slušaj svoje srce i instinkt, prihvati pomoći na početku, pogotovo za stvari koje ne znaš i uživaj od prvog dana u bebici, jer tako brzo porastu. I na kraju, nije bitno kako hraniš svoje dijete, da li dojiš ili daješ adaptirano mlijeko. Mi smo sve majke i to ne može ništa umanjiti.

Javna ustanova
"Međunarodni
centar za djecu
i omladinu
Novo Sarajevo"

Centar

Kemala Kapetanovića 17, Sarajevo, 033 641 895, 033 641 875

Grbavička bb, Sarajevo, 033 522 733, info@mladi.ba



www.mladi.ba



Mjesto druženja, učenja, kreativnih ideja, zabave...



Porodica je moje najveće bogatstvo i smisao života

Pandemija nas je naučila da više cijenimo stvari koje često uzimamo zdravo za gotovo, a to su bitni ljudi u našem životu koji daju vrijednost svemu, te vrijeme koje imamo za sebe i za te ljude... Pokazala nam je koliko su bitne uspomene i neki njihov intezitet i frekvencija, te koliko su bitni sloboda i zdravlje koje često zapostavljamo zbog tempa života

Razgovarala: Milica Brčkalo Gajić / Fotografije: Laura Gozzi

Septembar je u domu porodice Džeko bio ispunjen posebnom srećom obzirom na to da je Amra na svijet donijela četvrto dijete, kćerku Daliu. Ime za novu članicu porodice birao je tata Edin, a njenom dolasku posebno su se obradovale starije sestre, Una i Sofia, te brat Dani.

Porodica zbog Edinovog fudbal-skog angažmana trenutno živi u Rimu, a Amra za naš magazin govori iz porodičnog doma. Razgovarali smo o majčinstvu i izazovima koje ono sa sobom donosi, poslovnim uspjesima i tome kako je pandemija korona virusa utjecala na članove njene porodice.

Kidsinfo: Nedavno ste rodili svoje četvrto dijete, kćerku Daliu. Koliko Vas je dolazak svakog novog djeteta mijenja i u čemu najviše?

Amra: Dolazak svakog novog djeteta me činio mirnijom i staloženijom, obzirom da sam imala iskustva u majčinstvu. Ali ono što je sigurno najdivnije od svega jeste da me

svako novo dijete činilo još boljom osobom. Spoj bezuslovne ljubavi i ogromne odgovornosti napuni ženu nekom posebnom moći i zaista je malo toga, ili ga nema, što jedna majka ne može uraditi.

“

Ključ kvalitetnog odgoja je da ste zadovoljni sami sa sobom, jer kada je čovjek zadovoljan i sretan, tu iskrenu, pozitivnu emociju i zadovoljstvo može prenijeti i na druge

”

Kidsinfo: Sofia je u tinejdžerskim godinama, dok su Una, Dani i Dalia još uvijek mali. Koliko ste se od prvog do četvrtog djeteta promjenili kao majka?

Amra: Mislim da sam, u suštini, ostala ista, maksimalno predana i strožija mama. Jedino što bih sa sigurnošću mogla reći jeste da sam sa

svakim novim iskustvom, a posebno danas, puno, puno opuštenija.

Kidsinfo: Koliko je izazovno odgajati djecu različitih generacija? Kako pronaći vrijeme i posvetiti pažnju svima?

Amra: Svaki dan donosi nove izazove i zahtijeva adaptaciju na svakodnevne aktivnosti koje djeca imaju. Stalni trud, rad, disciplina i ulaganje u djecu doprinijet će tome da oni izrastu u dobre i zdrave ljude, a uz dobru organizaciju i rano ustajanje to zaista nije toliko teško, pogotovo ako ste neko ko bolje funkcioniše kada ima što više obaveza, kao ja.

Sofia je već velika i mnogo mi pomaže oko malih, posebno oko njene mezmice Une, mada i ona zahtijeva određenu pažnju i vrijeme, pa sam, između ostalih zanimanja u kući, često i psiholog. I sama volim da se oko nekih stvari posavjetujem s mojoj 17-godišnjakinjom, stoga često kažem da je moja najstarija kćerka, ustvari, već moja najbolja prijateljica. Sretnica sam...

Kidsinfo: Uvijek ste isticali da volite velike porodice, te da biste voljeli da imate petero djece. Šta je ono što je najljepše u velikim porodicama?

Amra: Velika porodica znači mnogo, mnogo ljubavi, sreće i iskrenih osmijeha, a meni je moja najveća bogatstvo i smisao života.

Kidsinfo: Koje su to situacije u kojima Vas djeca izbace iz takta?

Amra: Kada se svađaju, definitivno. Una i Dani su najbliži po godinama i koliko god ne mogu da budu jedno bez drugog i vole se najviše, tako isto znaju da se posvađaju, pa i potuku... a to me tako zna izluđivati...

Kidsinfo: Ko je Vama i Edinu, kada je o odgoju djece riječ, najveća podrška?

Amra: Naši roditelji i način na koji su nas odgajali je definitivno nešto čega se strogo držimo. Mogu reći da minimalno odustajemo od nekih principa i to samo zato jer se prilagođavamo vremenu u kojem živimo.

Kidsinfo: Kojim aktivnostima volite da ispunite vrijeme kada su svi članovi Vaše porodice na okupu?

Amra: Kada smo svi na okupu i kada je lijepo vrijeme, najviše volimo da provodimo vrijeme u našoj bašti igrajući se s djecom.

“

Mislim da je i dalje tabu tema, kada se radi o majčinstvu, baby blues ili postporodajna tuga ili depresija. Nagle promjene raspoloženja, manjak energije i tuga, a trebale bismo biti sretne i slično, rezultat su prevelikih očekivanja nas samih, ali i sredine i, naravno, hormona

”



Amra i Edin s najmlađom članicom porodice

Kidsinfo: Koji bi bili najkorisniji savjeti o majčinstvu, bilo da ste ih usvojili od nekoga ili došli do njih sami, a koje biste voljeli podijeliti s drugima?

Amra: Definitivno najbolji savjet koji sam dobila i počela ga primjenjivati vrlo brzo jeste da je sretna mama, najbolja mama. Uz mnoštvo obaveza

koje nam sam život nameće, roditeljstva, uloge supruge i poslovne žene, ne smijemo nikada zaboraviti na sebe i svoju sreću, te na vrijeme koje ćemo samo sebi posvetiti. Makar to bilo i 15 minuta meditiranja ili bilo čega što će nam dati snagu i podsjetiti nas da je ljubav prema samom sebi najbitnija i da ću samo takvim svojim primjerom naučiti i svoju djecu da budu sretna jer sami sebe takvima čine, a da će ljudi oko njih tu ljubav samo dodatno uveličati. Onda, naravno, kada znate sebe voljeti, znat ćete voljeti i druge na pravi način. Ključ kvalitetnog odgoja je da ste zadovoljni sami sobom, jer kada je čovjek zadovoljan i sretan, tu iskrenu, pozitivnu emociju i zadovoljstvo može prenijeti i na druge.

Kidsinfo: O kojim stvarima vezanim za majčinstvo se ne priča dovoljno, a trebalo bi?

Amra: Mislim da je i dalje tabu tema, kada se radi o majčinstvu, baby blues ili postporođajna tuga ili depresija. Nagle promjene raspoloženja, manjak energije i tuga, a trebale bismo biti sretne i slično, rezultat su prevelikih očekivanja nas samih, ali i sredine i, naravno, hormona.

Kidsinfo: Poznati ste kao neko ko redovno trenira, čak i u trudnoći. Većina žena se nakon porođaja suočava s viškom kilograma. Šta je, uz trening, Vaša „formula“ za gubitak kilograma nakon rođenja djeteta?

Amra: Na prvom mjestu definitivno dolazi zdrava i balansirana ishrana koja će, uz fizičku aktivnost, ubrzati proces gubljenja kilograma. Svakako, najpoželjnije je još u toku trudnoće trenirati i zdravo se hraniti, naravno pod uslovom da trudnoća teče u na-

jboljem redu i da je doktor dozvolio određenu fizičku aktivnost.

Kidsinfo: Pandemija korona virusa promijenila je, može se slobodno reći, navike i svakodnevnicu svih nas. Na koji način je ona utjecala, tačnije utječe na članove Vaše porodice?

Amra: Ono što se najviše promijenilo u našim životnim aktivnostima jeste smanjen broj putovanja. Obzirom da se moji poslovni poduhva-

ti, uglavnom, fizički vežu za Bosnu i Hercegovinu, neki su projekti prolongirani ili otkazani, ali dosta toga se, ipak, uspijeva odraditi online, pa nije bilo problema organizovati se i na ovaj način. Djeca u školi i vrtiću funkcionišu po novim pravilima, navikli su se na nošenje maske i online nastavu po potrebi, ali jedva čekamo da se sve vrati u normalu i da se druženja i igranje s drugom djecom nastave odvijati bez straha i panike vezano za našu budućnost.

Edin s Unom i Danijem





Kidsinfo: Čemu je pandemija naučila članove Vaše porodice?

Amra: Pandemija nas je naučila da više cijenimo stvari koje često uzimamo zdravo za gotovo, a to su bitni ljudi u našem životu koji daju vrijednost svemu, te vrijeme koje imamo za sebe i za te ljude... Pokazala nam je koliko su bitne uspomene i neki njihov intezitet i frekvencija, te koliko su bitni sloboda i zdravlje koje često zastavljamo zbog tempa života, trčeći za stvarima koje nam se u trenutku čine važnijim, a ustvari su one najdragocjenije upravo pred samim našim očima.

Kidsinfo: Kakvi su Vam planovi za zimu kada je riječ o putovanjima? Šta je ono što volite da radite zimi kada je o porodičnim aktivnostima riječ?

Amra: Trenutno nemamo nikakvih planova jer je situacija u vrijeme

pandemije neizvjesna. Ono što inače radimo svake zime jeste odlazak na odmor u Dubai, na našu, do sada, omiljenu destinaciju u decembru.

Kidsinfo: Prije nekoliko godina ste, zajedno s prijateljima, pokrenuli OREA platformu čiji je cilj, prije svega, pružanje podrške domaćim proizvođačima. Kada pogledate na ovaj projekat, na šta ste najviše ponosni?

Amra: Najviše smo ponosni na to što smo pokazali da nije sve u BiH crno, kako se to voli u nekom javnom diskursu predstaviti. Ponosna sam i da smo jednim startup-om, koji je u svom segmentu inovativan i koji je na početku imao dosta prepreka u smislu zakonodavnih nejasnoća, uspjeli napraviti priču koja traje već dvije godine i koja je stvorila jednu lijepu zajednicu gdje podržavamo kreativne ljudi kojima, uz pomoć naših partnera i kroz uspješne projekte, pružamo dodatni prostor za rast, te motivaciju i samu promociju njihovih proizvoda.

Kidsinfo: Šta je ono što Vi za svoju djecu redovno kupujete na OREA platformi i možete li predložiti proizvode kojima naši čitatelji mogu obradovati djecu i olakšati majkama?

Amra: Za vaše čitaoce izdvajam deset najpopularnijih dječijih brendova od kojih sam i sama naručivala više puta, te novih brendova koji su nam se tek pridružili i od kojih jedva čekam da naručim. Neke sam poklanjala za babine i rođendane i super je što mogu iz Italije naručiti da dođe na kućnu adresu mojih prijatelja i rodbine u BiH.

— Tochak - sjajni, personalizirani balans bike.

— Hagi - edukativne i personalizirane knjige za vaše mališane.

— Woonica - od marino vune, nevjerovatnog kvaliteta.

— Mali slon - personalizirane knjigice koje moji mališani posebno vole.

— Intuitiva - njihove baby slippers već mnogi daju kao savršeni poklon za babine.

— Lagy & Kloko - ova dva sjajna bredna prave kvalitetne nosiljke za bebe. Ja sam probala više brendova i oni zaista prevazilaze svaki.

— Tooth Fairy - sjajni proizvodi da zabilježite bitne trenutke vaših mališana, vezice za dude i slično.

— Wool and Mama - Sjajni ručno rađeni proizvodi s kojima dekorirate sobicu vaših mališana.

— Bamba - njihovu vreću za spavanje sam dobila na poklon za moju Unu. Sada ih sva moja dječica imaju, i ne znam koliko sam ih puta poklonila drugima.

Ostvarite do 20% popusta na OREA proizvode uz korištenje Visa kartice. Za više informacija posjetite oreabazaar.com.





U toku je upis u

BRAINOBRAIN AKADEMIJU ZA DJECU

koja nudi inovativan međunarodni program razvoja intelektualnih i životnih vještina kod **djece uzrasta od 4 do 14 godina.**

Sve informacije dostupne su na

WWW.DJECA.EU

Dopustite
djitetu
da bude
genijalac!

Institut za
razvoj mladih KULT



DJECA.EU

**KENAN MAHMUTAGIĆ,
UČENIK TEHNIČKE ŠKOLE U GRADIŠCI I AUTOR NAGRAĐENE APLIKACIJE
„SMART EASY EDUCATION”**

Inspiraciju pronalazim u svakodnevnom životu

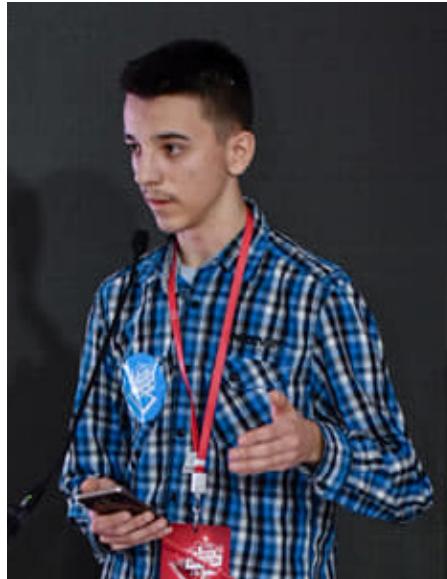
Djeci koja su u dilemi koju srednju školu da upišu bih preporučio da izaberu srednje stručno obrazovanje, tačnije smijer elektrotehnike, zanimanje tehničar informacionih tehnologija ili zanimanje tehničar mehatronike zbog toga što su ta zanimanja tražena

Uzivojeno da ga čeka uspješna karijera u svijetu IT sektora. Naime, Kenan je učenik Tehničke škole u Gradišci, tačnije obrazuje se za tehničara mehatronike na smijeru za elektrotehniku, a ove godine je bio jedan od pet učenika koji su izradiли najbolje mobilne aplikacije u Bosni i Hercegovini (BiH).

Riječ je o „Smart Easy Education“ aplikaciji koja je namijenjena učenicima, a Kenan na početku razgovora za naš magazin otkriva za šta je namijenjena, te kako je uspjeh utjecao na njegovu motivaciju da se i dalje usavršava u ovoj oblasti.

- Aplikacija je zamišljena tako da učenici mogu lakše da uče i vode evidenciju o svojim ocjenama, a imaju i podsjetnik za testove, pametni alarm, društvenu mrežu za srednjoškolce i mnogo drugih funkcija koje će im olakšati učenje. U momentu kada sam saznao da je moja aplikacija izabrana među pet najboljih na državnom m:tel App takmičenju bio sam presretan. Dobio sam još veću motivaciju za budući rad jer sam sada siguran da neko cijeni

moj rad, trud i moje aplikacije - kaže Kenan.



Mahmutagić: Planiram ostati u BiH

PODRŠKA OKOLINE

Otkriva nam ko mu je tokom procesa izrade aplikacije bio najveća podrška, te koliko je ona važna.

- Najveća podrška su mi bili profesori kao i direktor Tehničke škole Gradiška, Vlado Tomić, koji me podržavaju u svim mojim projektima. Podrška profesora i direktora

škole veoma je važna jer podstiče učenika da se trudi, a i tu su i ukoliko mu nešto zatreba ili nije jasno. Profesori su uvijek tu i raspoloženi da pomognu učeniku da realizuje svaku ideju koju ima. Dok sam radio na aplikaciji ogromna podrška su bili i moji prijatelji, te drugari iz razreda. Kada je moja aplikacija izabrana u pet najboljih, svi su bili presretni i ponosni na mene. Najdraže mi je kada se neko od učenika interesuje za moj rad i moje aplikacije i kada vidim da nekoga zanima to čime se bavim - kaže i dodaje da je izradom aplikacija počeo da se bavi još 2017. godine, a cilj mu je da unaprijedi korištenje mobilnih telefona, te da pomogne ljudima da lakše riješe neke svoje probleme.

Prva aplikacija koju je izradio je, kako ističe, bila vrlo jednostavna, a korisnici su pomoću nje mogli da čitaju vijesti iz svijeta video igara. No, upisivanje ove škole omogućilo mu je da stekne nova znanja, te danas izrađuje znatno kompleksnije aplikacije.

- Upisivanjem ove škole dobio sam mnogo mogućnosti kada je riječ o sticanju



Kenanu su najveća podrška profesori, kao i direktor škole

novih znanja i napredovanju, a sve to zahvaljujući direktoru škole i profesorima koji se trude da nam što bolje objasne lekcije, te da nam omoguće što bolje uslove za učenje i napredovanje. Kada je riječ o inspiraciji, pronalazim je u svakodnevnom životu. Kada vidim da neko od učenika traži aplikaciju koja bi mu pomogla u učenju ili kada neko traži aplikaciju koja bi mu olakšala pri rješavanju problema, trudim se i pokušavam napraviti aplikaciju koja bi pomogla i riješila te probleme – objašnjava nam Kenan i mladima koji žele da se bave

odlučio zbog toga što se može brže naći posao. Ovaj smjer sam odabrao zbog toga što je tražen, te je povezan s programiranjem, a pruža i dobru osnovu za nastavak školovanja. Prilikom izbora budućeg zanimanja članovi porodice su mi bili ogromna podrška, a i danas podržavaju moj rad, trud i svaku moju aplikaciju. Uvijek su tu kada nešto trebam i da mi daju neki savjet – kaže Kenan.

Otkriva šta mu se najviše sviđa kada je riječ o njegovom budućem zanimanju, te gdje bi sebe volio vidjeti za deset godina.

da se bavim izradom video igrica, te da vodim startup studio – kaže Kenan.

Iako će mu buduće zanimanje, vjerovatno, pružiti mogućnost da radi i usavršava se u bilo kojoj zemlji svijeta, Kenan ističe da nema namjeru da napusti BiH.

- Mislim da u BiH ima nade za programere i IT svijet i mislim da nedostaje ljudi koji bi radili u IT sektoru, za čiji razvoj nisu potrebne neke ogromne investicije. Planiram ostati u BiH i baviti se izradom aplikacija video igrica – objašnjava.

Na kraju razgovora Kenana smo pitali zbog čega bi učenicima koji tek treba da se odluče koju srednju školu će upisati preporučuo srednje stručno obrazovanje, odnosno zanimanje za koje se on školuje.

- Djeci koja su u dilemi koju srednju školu da upišu bih preporučio da izaberu srednje stručno obrazovanje, tačnije smjer elektrotehnike, zanimanje tehničar informacionih tehnologija ili zanimanje tehničar mehatronike zbog toga što su ta zanimanja tražena – zaključuje.

Članak je nastao u okviru projekta Stručno obrazovanje u BiH, koji je sufinansiran od strane Ministarstva za ekonomsku saradnju i razvoj Savezne Republike Njemačke (BMZ) i Švicarske agencije za razvoj i saradnju (SDC).

“Kada je riječ o mom budućem zanimanju, najviše mi se sviđa to što mogu da radim od kuće ili s bilo koje lokacije u svijetu. Uz to ću i raditi posao koji volim, a ako nešto radite s ljubavlju, znajte da ćete sigurno uspjeti u tome”



BUDUĆNOST U BiH

- Kada je riječ o mom budućem zanimanju, najviše mi se sviđa to što mogu da radim od kuće ili s bilo koje lokacije u svijetu. Uz to ću i raditi posao koji volim, a ako nešto radite s ljubavlju, znajte da ćete sigurno uspjeti u tome. Za deset godina bih volio da budem uspješan programer aplikacija i video igrica. Volio bih

kreiranjem aplikacija poručuju da počnu s izradom jednostavnijih, te da nikada ne odustaju jer će se trud, na kraju, isplatiti.

On otkriva zbog čega se odlučio za srednje stručno obrazovanje, te ističe da je pri izboru budućeg zanimanja imao podršku roditelja.

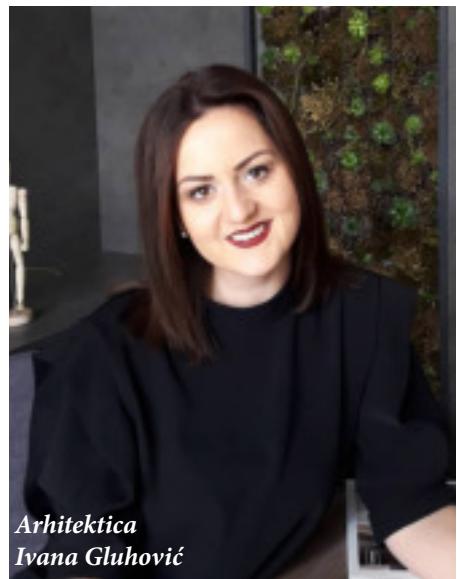
- Za srednje stručno obrazovanje sam se

ARHITEKTICA IVANA GLUHOVIĆ SAVJETUJE

Kako uređiti spavaću sobu za predškolarca

Uređenje dječje sobe može biti prilično izazovan zadatkom obzirom na činjenicu da je to najčešće prostorija za igru, odmor, ali i učenje. Arhitektica Ivana Gluhović za Kidsinfo piše o tome šta je pri opremanju sobe za predškolarca posebno bitno, a na fotografijama možete vidjeti njen prijedlog za uređenje

Dječje sobe su nepresušna inspiracija za nas koji se bavimo uređenjem interijera. Svejedno je da li se radi o spavaćoj sobi bebe, predškolarca, školarca ili tinejdžera, maksimalno uživamo u oblikovanju ovih, za njih, najvažnijih prostora.



Arhitektica
Ivana Gluhović

Pri samom početku projektovanja sobe za predškolarca treba napraviti kratku analizu aktivnosti kojima se dijete ovog uzrasta posvećuje u svojoj sobi, a to je nerjetko prostorija u kojoj provodi najviše vremena u toku dana.

Počet ćemo od primarnog prostora koji čini mobilijar za spavanje i odmor. Ja uvijek biram klasični krevet, standardnih dimenzija koje su prilagođene uzrastu, s izuzetno udobnim i odgovarajućim dušekom. Dizajn se prilagođava stilu koji se odabere za cijelu sobu. Krevet je uvijek bolji izbor od trosjeda ili nekog sličnog elementa koji ima mogućnost transformacije u elemenat za spavanje, jer su odmor i kvalitetan san od izuzetnog značaja tokom cijelog odrastanja.



Ivanin prijedlog za uređenje sobe



“

Pri samom početku projektovanja sobe za predškolarca treba napraviti kratku analizu aktivnosti kojima se dijete ovog uzrasta posvećuje u svojoj sobi, a to je nerjetko prostorija u kojoj provodi najviše vremena u toku dana





Značajan dio prostora se mora odvojiti za odlaganje, kako garderobe tako i igračaka. Poseban akcenat se stavlja na dizajn prostora koji je namijenjen igračkama, jer je igra u ovom uzrastu najvažnija za svako dijete. Na ovom polju se uključuje najviše mašte, igramo se oblicima i bojama, uzimajući u obzir navike djece, količinu igračaka kojima raspolažu i slično.

Preostaje nam još radni prostor koji u ovom uzrastu već čine radni sto i stolica adekvatnih dimenzija. Važno je da

oni dimenzijama odgovaraju i tokom prvih godina školovanja. To je period kada školske obaveze ne iziskuju previše vremena provedenog za radnim stolom, ali je sto svakako neophodan.

Gotovo da je postalo obavezno da u dječijim sobama bude i TV. Kada je riječ o njegovojo poziciji u sobi, takođe, moramo biti pažljivi. Potrebno je obezbijediti preglednost s kreveta, ali bi bilo poželjno da dijete nema pogled na TV dok je za radnim stolom, kako ne bi došlo do ometanja koncentracije

i skretanja pažnje.

Kada govorimo o rasporedu ovih elemenata u sobi, posebno vodimo računa o svakom pojedinačnom elemetu. Iako raspored nerijetko određuje i sam oblik prostorije, trudimo se maksimalno ga prilagoditi propisima vezanim za ovu oblast projektovanja. Neophodno je da prostor za igru i radni prostor imaju dovoljno prirodnog svjetla kao i da je krevet odmaknut od prozora, ukoliko je to moguće.

“

Agresivnim i dominantnim bojama kao što su crvena, žuta i crna nije mjesto u sobama ranog uzrasta, zbog psihološkog efekta koji imaju na djecu. Važno je da odabrane boje budu opuštajuće i da pozitivno utječe na raspoloženje djece

”

Boje u sobama predškolaraca su posebna tema. Najčešće pol djeteta određuje koja boja će preovladavati u enterijeru, mada nije generalno pravilo. Često se dešava da više djece različitih polova dijeli jednu sobu, pa se odlučimo za neku neutralnu boju kao što su siva, bež ili svijetlo žuta.

Agresivnim i dominantnim bojama kao što su crvena, žuta i crna nije mjesto u sobama ranog uzrasta, zbog psihološkog efekta koji imaju na djecu. Važno je da odabrane boje budu opuštajuće i da pozitivno utječe na raspoloženje djece.



11. decembar - KK409H5

LEMANA TERZIMEHIĆ

Zašto ne biste trebali upoređivati svoje dijete s drugom djecom

Lemana Terzimehić je Danijeva mama, Aldinova supruga i učiteljica koja se, kako ističe, nada da uspješno balansira između privatnih i poslovnih obaveza, prijateljskih i društvenih odnosa, te svih drugih uloga koje su joj po rođenju ili sticajem okolnosti pripale. Za naš magazin piše o jednoj od najljepših, ali i, kako često možemo čuti, najtežih životnih uloga, onoj roditeljskoj

Nerijetko čujemo razgovor roditelja u kojem se „nadmeću“ šta čije dijete zna, može i slično, a onda na osnovu toga upoređuju vlastito dijete s drugom djecom. To je greška koju, vjerovatno, u određenom trenutku činimo svi. Pitanja koja nam se nameću nižu se kao perle na ogrlici: „Da li moje dijete ima dovoljno bogat rječnik?“, „Zašto još uvijek hoda uz pridržavanje?“, „Kako ne može naučiti boje?“ i slično. Zaboravljamo, da je svako dijete individua za sebe.

Evo nekoliko razloga zašto ne biste svoje dijete trebali upoređivati s drugom djecom:

1. STRES

Ukoliko neprestano upoređujemo svoje dijete s drugom djecom, to za posljedicu može imati stres. Prvo za nas kao roditelje, a zatim i za dijete jer ćemo nervozu, kada nešto ne može, prenijeti i na njega, a može doći i do toga da, u najgorem slučaju,



djetetu otvoreno kažemo: „Vidi kako to onaj dječak ili djevojčica radi, kako ti ne možeš?“

2. SAMOPOUZDANJE

Ukoliko djetetu kažete nešto ovako, to će definitivno poljuljati njegovo samopouzdanje koje gradimo povjerenjem, uvažavanjem i podrškom. To je ono što djetetu najviše treba prilikom savladavanja neke nove

vještine. Kritiziranje, upoređivanje i slično obeshrabrit će dijete i dodatno odložiti proces učenja ili razvijanje nekih novih sposobnosti. Dijete treba naučiti da nakon svakog neuspjeha treba uložiti trud kako bi nešto postiglo. Vježbom, ponavljanjem i radom ostvarit će rezultat koji će izazvati zadovoljstvo, a to nadalje gradi djetetovo samopouzdanje.

3. DRUŠTVENE INTERAKCIJE

Dijete izloženo upoređivanju povlači se u sebe, ne komunicira s okolinom i ne ostvaruje društvene interakcije koje su u ranom uzrastu veoma važne i poticajne.

Društveni razvoj jedan je od najvažnijih segmenta u procesu učenja.

Osim što na jedan neposredan način podstiču učenje, društvene interakcije i odnosi pripremaju dijete za život u zajednici, za ponašanje u skladu s normama, te međusobnu saradnju i komunikaciju.

4. ODNOS POVJERENJA

Djeca izložena upoređivanju s drugom djecom ili stalnom kritizirajući, udaljavaju se i od roditelja. Ne gradi se odnos povjerenja, koji je veoma važan u životu svakog djeteta. U vrijeme kada su roditelji zaokupljeni borbotom za egzistenciju, brigom za svoje i zdravje članova svoje porodice, veoma je važno da u svakom trenutku koji provode zajedno roditelji i djeca budu usmjereni jedni na druge, da im komunikacija bude otvorena i iskrena, te da nema otuđenja i udaljavanja.



5. PODSTICANJE RIVALITETA

Neprestano upoređivanje djece može za posljedicu imati i rivalitet. Naime, razvijanje takmičarskog duha jedan je od zadataka u odgoju. Kroz to dijete uči da vrednuje svoj, ali i tuđi uspjeh, te da cijeni rad i vježbu. No, kroz rivalitet, dijete se raduje samo svom uspjehu, tuđi ne priznaje i ne cijeni. Stoga je veoma važno ne kritizirati dijete kroz uspjeh drugog djeteta, nego ukazati na vježbu i rad koji je to dijete uložilo, te podstaknuti vlastito dijete da se trudi i pokuša ostvariti određeni uspjeh.

Zapamtite, svako dijete je individua za sebe. Ima vlastiti tempo razvoja, određene sklonosti i predispozicije. Sredine u kojima djeca odrastaju nisu iste, kao ni poticaji koji dolaze iz njih. Ono što svi kao roditelji možemo učiniti jeste da stvorimo poticajno okruženje. Ako nam je cilj da dijete usvoji što više riječi i da njegov govor bude fluentan, onda ćemo mnogo razgovarati s djetetom, nećemo tepati, više ćemo čitati i nuditi djetetu slikovnice i knjige. I mi sami moramo biti ti koji često čitamo, jer djeca najbolje uče

“

Djeca izložena upoređivanju s drugom djecom ili stalnom kritizirajući, udaljavaju se i od roditelja. Ne gradi se odnos povjerenja, koji je važan u životu svakog djeteta



oponašanjem, a mi smo im uzor. Dakle, sve je do nas. Budimo podrška i poticaj, a ne kamen spoticanja na putu formiranja dječjeg samopouzdanja, te rasta i razvoja zdrave ličnosti!



15. decembar - KK735K0

NEKA I VAŠE DIJETE BUDE „MALAC GENIJALAC“



Ukoliko želite da vaše dijete bude jedno od onih koji će u budućnosti mijenjati svijet, „Malac Genijalac“ je pravi izbor za vas. Riječ je o školi mentalnih vještina koju u Bosni i Hercegovini možete pronaći u 26 gradova, a učenje se zasniva na svjetski popularnim edukativnim programima koji podstiču razvoj mentalnih sposobnosti mališana.

U svojoj ponudi imaju programe namijenjene različitim uzrastima, te učenici „Malac genijalac“ škole mogu biti djeca od 3 do 17 godina. Zavisno od interesovanja, nude sljedeće programe: Numicon za djecu od 3 do 5, Mentalna aritmetika za djecu od 6 do 12 i Super um za djecu od 10 do 17 godina.

Kontakt telefon: 061 557 667



ZIMSKE RADOSTI U PIONIRSKOJ DOLINI

Omiljena porodična destinacija nudi nove sadržaje

RZC Pionirska dolina i ZOO prostor je koji tokom zimskog perioda i epidemioloških mjera može građanima Sarajeva, ali i BiH omogućiti da uživaju u krugu svoje porodice u prirodnom ambijentu, na otvorenom, uz provedbu svih epidemioloških mjera, držanje fizičke distancije i posjetu manjih grupa, jer ovaj prostor to svojim posjetiocima omogućava. Prostire se na blizu 9 hektara površine, ima dosta zelenila, čiste i uređene površine, a na ulaznoj kapiji polovinom novembra instaliran je i tunel za dezinfekciju. Vodi se računa da se posjetioc pridržavaju mjera koje su na snazi, obavezno je nošenje higijenskih maski, bitan je i broj posetilaca i slično.

Zbog svega toga sarajevska Pionirska dolina priprema projekat obogaćivanja sadržaja i ponude tokom zimskih mjeseci za djecu i mlade, roditelje i kompletne porodice. Preduzeće Park trenutno nudi i saradnju kompanijama i organizacijama da zajednički ponudu popularne sarajevske oaze ove zime, u doba korone, zajedno učine zanimljivijom, potpunijom i interesantnijom. Planira se gradnja sankališta, postojeći autodrom bi trebao dobiti "zimsko odijelo" kako bi mališanima omogućio vožnje i tokom niskih temperatura.

U planu je da tokom novogodišnjih praznika ovdje bude poseban svjetlosni dekor i da za djecu bude organizirana podjela novogodišnjih paketića.

Pionirska dolina nudi svoj prostor svim firmama, institucijama i organizacijama da upravo ovdje, na otvorenom ili u staklenoj bašti, novogodišnje praznike učine djeci sadržajnijim i veselijim, družačijim u doba korone, uz poštivanje svih epidemioloških mjera. Plan je i da adrenalinska zabava u novom adrenalin parku ne stane ni tokom zime, jer je isti otvoren krajem septembra i posebno nakon online nastave djeci od sedam do 15 godina može omogućiti zanimljive fizičke aktivnosti na vještačkoj stijeni, adrenalinskim stazama sa preprekama, a ima i zip line.

Tokom ove godine, iako je od marta do maja bila zatvorena za posjetioce, u Pionirskoj dolini očišćena su oba vještačka jezera uz Koševski potok. Jedno je nakon toga postalo dom i vodenih životinja- koi šarana, a drugo mjesto za izgradnju doma još jedne nove životinjske vrste, odnosno majmuna- gibona. Na obali je izgrađena je nova drvena nastamba, a ostrvo u sredini jezera, koje povezuje drveni most je dvorište za ove čovjekolike majmune. Sva procedura za njihov dolazak iz Slovenije je spremna,

ali korona virusa, transport, te epidemiološke mjere usporile su finalizaciju tog projekta. Nastojanja su da on bude završen do kraja godine i da ove životinje iz ZOO vrta u Ljubljani budu transportovane u sarajevski.

Bez obzira i na osjetan pad prihoda, činjenicu da je dva mjeseca bila zatvorena za posjetioce, dok je život, hranjenje, liječenje i briga o životinjama i troškovni nastavljen čak i intenziviran, cijene ulaznica u sarajevsku zelenu oazu nisu mijenjane. Postojeći cjenovnik na snazi je već nekoliko godina, a prema istom jer je to dječja oaza, oni najmlađi, odnosno djeca do pet godina ne plaćaju ulaz. Karta za djecu od 5 do 15 godina iznosi 2,5 KM, a za starije od 15 godina svega 3 KM. Svaka karta je cjelodnevna i posjetiocima s istom su osigurani tokom boravka u Pionirskoj dolini i zoo vrtu.

Popularna dolina najmlađih ustvari je mjesto njihove edukacije i zabave, a životinjski fond se svake godine pokušava obogatiti novim vrstama. Za 24 protekle godine, nakon potpunog zgarišta pretvorena je u interesantan, prirodi prostor i dom za 38 životinjskih vrsta koje potiču iz svih krajeva svijeta. Prošle godine nabavljene su četiri nove, ove godine jedna i još jedna se čeka, a planovi za narednu nisu ništa manji.

Dijabetes i vid kod djece

Oftalmologinja Jasmina Alajbegović – Halimić, koja vodi Oftalmološku ordinaciju "Dr. Halimić", za Kidsinfo govori o povezanosti između dijabetesa i vida kod djece



Poznato je da dijabetes utiče na oči i može ugroziti vid. Dijabetes nastao u djetinjstvu povećava rizik od razvoja očnih problema u mlađoj dobi. Visok nivo šećera u krvi može da ošteti oko i pogorša vid, a nerijetko dovodi do sljepila. Djeca s dijabetesom mogu imati povećan rizik od povišenog očnog pritiska ili glaukoma koji uključuje oštećenje vidnog živca, te od posljedične sl-

jepoće, a veća je i šansa za nastanak zamućenja očnog sočiva ili katarakte. Ipak, najsloženije i najopasnije promjene mogu se desiti na krvnim sudovima očnog dna ili tzv. dijabetička retinopatija. Ponekad brze promjene nivoa šećera u krvi mogu prouzrokovati promjene dioptrije sa prolaznim zamagljenjem vida. Obično se djeca žale da ne vide pročitati slova na tabli ili televizoru. Također je potrebno je

obratiti pažnju i na druge moguće simptome poput: suhoće očiju, bljeskanja i preosjetljivosti na svjetlo, slabijeg osjećaja za boje, pojave crnih tačkica ispred oka itd – kaže ona.

Oftalmologinja ističe da je praćenje djeteta s dijabetesom od strane oftalmologa obavezno, te preporučuje godišnje očne preglede.



UROLOG SELVER ŠABANOVIĆ

Posjetite urologa već u prvim danim života vašeg djeteta

Imate djecu koja su zdrava, ali i onu koja već od rođenja mogu imati određene probleme. Nekad se čak može otkriti u toku trudnoće da postoje određene anomalije

Ukoliko primijete određene anomalije na spolovilu djeteta, već od najranijih dana roditelji bi trebali posjetiti urologa.

Sarajevski urolog Selver Šabanović za Kidsinfo kazao je kako muška djeca nekoliko dana nakon rođenja mogu imati probleme sa spuštenim testisima i ukopanim penisom. Urinarne infekcije moguće su kod djece oba spola, a jedan od prvih znakova može biti

povišena tjelesna temperatura djeteta.

- Imate djecu koja su zdrava, ali i onu koja već od rođenja mogu imati određene probleme. Nekad se čak može otkriti u toku trudnoće da postoje određene anomalije - kaže Šabanović.

Savjetuje roditelje da pregledaju da li je spolovilo kod djece uredno, mokre li uredno, te da li je kožica na spolo-

vilu sužena. A kada su u pitanju veća djeca, osim povišene temperature, ona će moći reći da li osjećaju bol prilikom mokrenja.

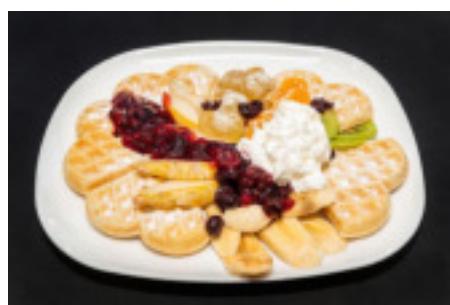
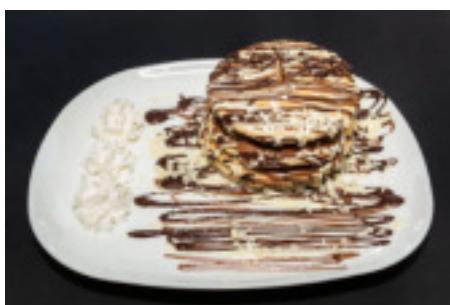
- Za odlazak kod urologa roditelji se ne trebaju posebno pripremati. Potrebno je doći s djetetom, reći koje su promjene na tijelu djeteta primijetili, a onda će doktor napraviti ultrazvuk i pregledati dijete, te odrediti adekvatnu terapiju - zaključio je Šabanović.

**ĐE' NAJA PANCAKES
PALAČINKARA**

**Osjetite
čaroliju
pri prvom
zalogaju**



U svojoj ponudi imaju sve vrste slatkih palačinaka koji su pripremljeni tako da oduševe i najzbirljivije sladokusce. Za one koji, ipak, preferiraju slane zalogaje u ponudi imaju zeleni ili sa gljivama palačinak, te „Mexico la Hozes“ palačinak



Nezaboravan doživljaj okuša tokom hladnih zimskih dana doživite u palačinkarnici „[Đe' Naja Pancakes](#)“, koja je idealan izbor za porodična druženja, prvi dejt, izlazak s prijateljima ili proslavu rođendana u Sarajevu.

U ovom slatkom kutku možete pronaći sve vrste palačinaka: Ferrero, Kinder, Snickers, Raffaello, Oreo, Bounty..., koji su pripremljeni tako da oduševe i najzbirljivije sladokušce. Za one koji, ipak, preferiraju slane zalogaje u ponudi imaju zeleni ili sa gljivama palačinak, te „Mexico la Hozes“ palačinak čijim ukusom ćete, sigurni smo, biti oduševljeni!

Osim neprikosnovenog ukusa palačinaka, ljubaznost osoblja i toplina ambijenta samo su neki od razloga zašto bi biste baš na ovom mjestu obilježili odlične uspjehe vaših đaka, sastali se s prijateljima i razgovarli uz opšten razgovor ili izveli suprugu ili supruga na slatki zalogaj za godišnjicu braka.

Za proslavu dječijih rođendana ova palančikarnica će sigurno biti pravi izbor jer osim zagaranovanog ugodnog druženja s drugarima i uživanja u najljepšim poslasticama, vaš slavljenik će biti oduševljen tortom od palačinaka. Važno je napomenuti da osoblje brine o vašem zdravlju i zdravlju djece, tako da se

sve proslave održavaju u skladu s epidemiološkim mjerama.

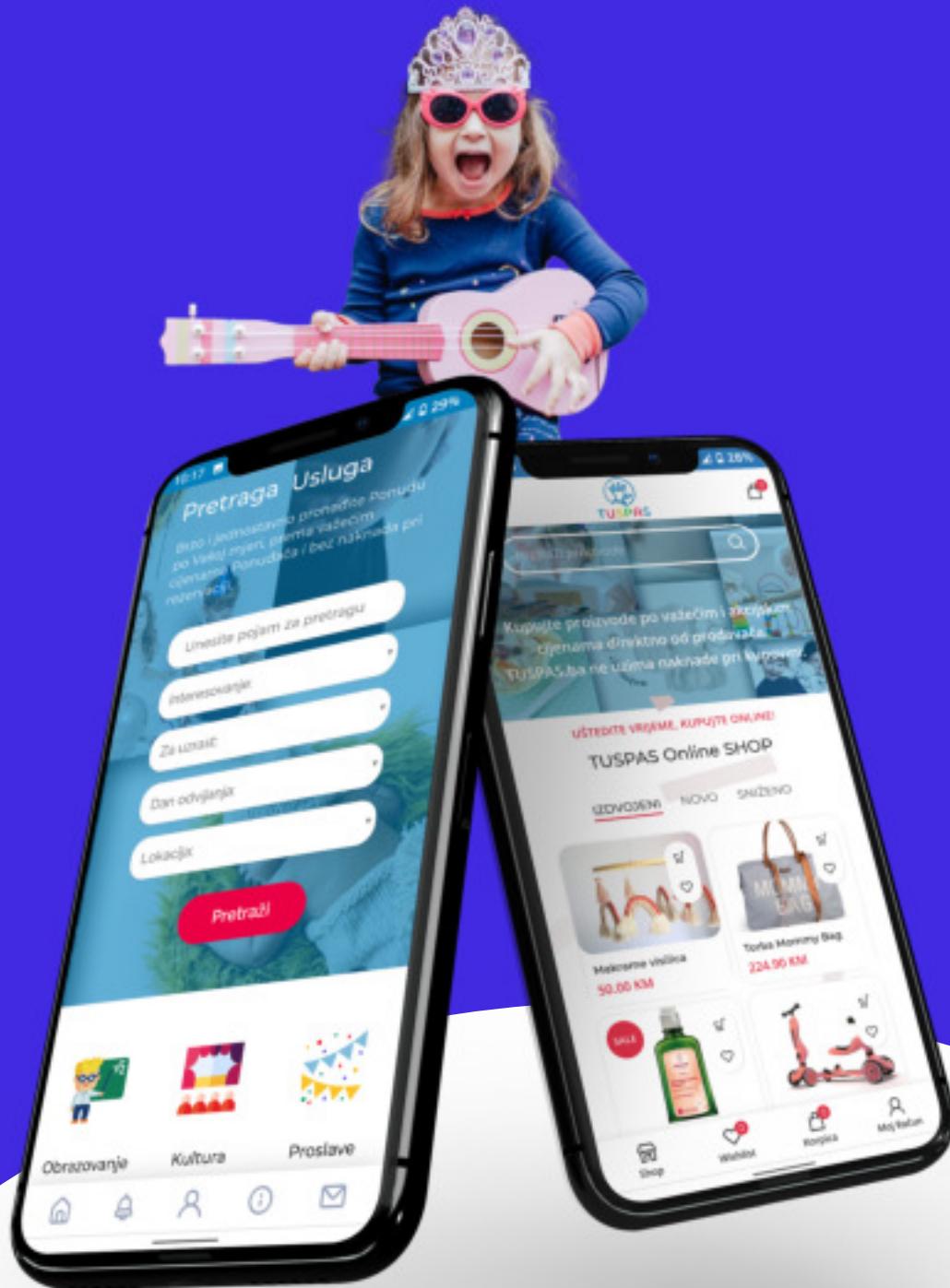
Trenuci s dragim ljudima su najljepši zato se odličite da ih provedete tamo gdje se osjećate kao u svom domu!

Palačinkaru „Đe' Naja Pancakes“ nađite na adresi Zvornička 23, u sportskoj dvorani pored Željinog stadiona Grbavica i provjerite zbog čega je nezaobilazno mjesto za odmor i ugođaja koji pružaju svakom posjetitelju.

Nude i mogućnost naručivanja putem web sajta, palacinci.ba, donesi.com i korpa.ba.

TUSPAS.ba

Prva Booking platforma za roditelje



Jednim klikom do najboljih aktivnosti, dešavanja,
usluga i proizvoda za djecu i roditelje.





PSIHOLOGINJA STEFANIJA VOJINOVIĆ MRDIĆ

Žrtva vršnjačkog nasilja može postati svako

Dijete ne treba pustiti da samo rješava probleme nasilja jer to „djecu žrtve“ može dovesti do osjećaja bespomoćnosti, intezivne tuge, ljutnje, depresivnosti i anksioznosti, dakle stanja koja nadilaze njegove kapacitete i mogućnosti samostalnog rješavanja

Razgovarala: Dž. Aladžuz

UBosni i Hercegovini ne postoje zvanični statistički podaci o broju djece koja trpe vršnjačko nasilje. Ovom problematikom se u našoj zemlji, uglavnom, bavi nevladin sektor, a predstavnici Udrženja za razvoj društva „Kap“ su radili istraživanje na uzorku od 7.000 djece koje je pokazalo da skoro svako treće trpi neki od vidova nasilja. Posebno je zabrinjavajuće to što je većina ispitane djece izjavila da su problem nastojali da riješe sami, bez pomoći roditelja, predstavnika škole ili nadležnih institucija.

O vršnjačkom nasilju, te o tome kako ga prepoznati i kako mu kao roditelj pristupiti smo razgovarali s psihologinjom Stefanijom Vojinović Mrdić koja nam na početku razgovora otkiva ko su potencijalni nasilnici, a ko žrtve vršnjačkog nasilja.

Stefanija: Psiholozi smatraju da je nasilnicima nasilje maska kojom prikrivaju osjećaj boli i nepriлагodenosti, koji, uz pomoć nasilja, mijenjaju osjećajem superiornosti. Motiv za nasilje nisu ljutnja i konflikt nego prezir prema žrtvi koja je

po nečemu drugačija (visoka, niska, mršava, debela, pametna, siromašna, bogata...). Žrtva postaje onaj ko prihvati pravila igre koju nameće nasilnik. Žrtve su najčešće povučeni i mirni pojedinci koji nerijetko imaju nisko samopouzdanje, plašljivi su i nesigurni, a na napad reaguju plačem - kaže ona.

Kidsinfo: Kako roditelji mogu prepoznati da je dijete žrtva vršnjačkog nasilja?

Stefanija: Djeca školske dobi afrimaciju najčešće traže u vršnjačkim grupama, a zbog toga su često vulnerabilna i osjetljiva. Tačnije, ona su spremna da prihvate razne uslove, čak i da trpe, da bi bila dio zajednice. Zbog toga je jako bitno da roditelji osluškuju i promatraju svoju djecu i njihovu ulogu u društvu.

Žrtva vršnjačkog nasilja može postati svako, a dijete žrtva se najčešće prepoznaće po promjenama ponašanja, što podrazumijeva izbjegavanje škole i vršnjačkih okupljanja, bježanje sa časa i pogoršanje školskog uspjeha. Prepoznaće se i po glavoboljama, bolovima u stomaku i problemima sa snom. Tu su i neki konkretniji pokazatelji poput modrica, ogrebotina, pocjepane odjeće, oštećenog školskog pribora i slično.

Kidsinfo: Kako se roditelji trebaju postaviti i reagovati u situaciji u kojoj je njihovo dijete žrtva vršnjačkog nasilja?

Stefanija: Djeca najčešće šute o takvim problemima jer su žrtve vršnjačkog nasilja povučena i introvertna djeca. Zbog toga je nužno obratiti pažnju na djetetovo ponašanje, ali ukoliko se desi da se dijete samo povjeri roditelju,

potrebno ga je saslušati bez prekidanja i minimiziranja događaja, te ga uvjeriti da ono nije krivo i da za takvo ponašanje ne postoji opravdanje. Ne bi ga trebalo ohrabrvati da samo riješi problem i da nasiljem užvrati nasilniku, već bi trebalo potražiti pomoć nastavnika, te školskog pedagoga ili psihologa.

Bitno je s djetetom razviti odnos povjerenja i naučiti ga da se obrati za pomoć u situacijama koje nadilaze njegove kapacitete. Kako bi se u što boljoj mjeri spriječilo i rasvjetlilo vršnjačko nasilje, potrebno je posvetiti pažnju boljoj saradnji škole s roditeljima. Okolina treba biti upoznata s aktuelnim i čestim konfliktima među učenicima, a roditelji i predstavnici škole trebaju reagovati na bilo koje čudno ponašanje među učenicima.

“

*Djeca koja čine nasilje
nisu samo nasilnici, oni
su, prije svega, djeca.
Nijedno dijete kojem su
zadovoljene emocionalne
potrebe ne odlučuje da
postane nasilnik.
Djetetu nasilniku
najčešće nedostaju
ljubav i pažnja*



Kidsinfo: Koliko je bitno da roditelji s djecom preventivno razgovaraju o vršnjačkom nasilju?

Stefanija: Sa djetetom je potrebno razgovarati o vršnjačkom nasilju jer je dijete u današnjem svijetu okruženo, a jako često i izloženo nasilju koje može vidjeti u neposrednoj okolini, na televiziji ili internetu, te u videoigrama-

ma. Djetetu treba objasniti posljedice nasilnog ponašanja. Roditelji trebaju da jačaju djetetovo samopouzdanje i njegove socijalne vještine što će mu pomoći da se zauzme za sebe i smanji mogućnost da postane žrtva.

Kidsinfo: Jesu li roditelji jedini koji djecu uče o vršnjačkom nasilju?

Stefanija: Na roditeljima je jako velika odgovornost jer oni kreiraju sigurne oaze i jaka uporišta iz kojih bi djeca trebala krenuti u svijet. Zbog toga bi roditelji trebali obratiti pažnju i ograničiti uticaj medija i drugih sadržaja koji nerijetko obiluju nasiljem i agresijom.

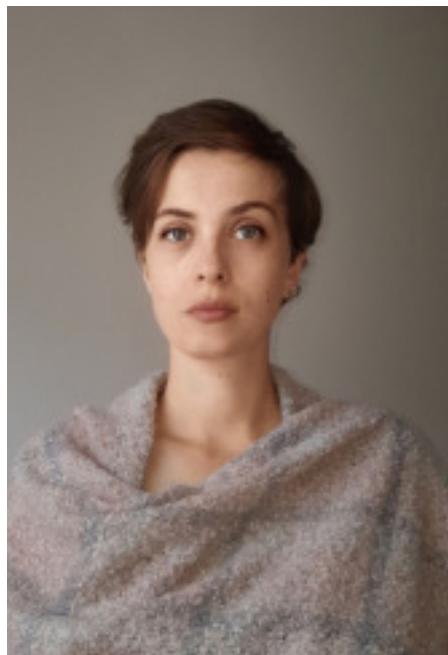
Istina je da roditelji ne bi trebali biti sami u toj borbi. Škola bi, kao institucija u kojoj djeca najčešće čine i trpe nasilje, trebala da preuzme jednu od vodećih uloga u prevenciji i zaštiti djece od nasilja i to tako što će njegovati klimu uvažavanja i poštovanja, te sprovođenja raznih radionica edukativnog karaktera.

Kidsinfo: Do koje granice roditelji trebaju pustiti da dijete samo rješava svoje probleme, a u kontekstu vršnjačkog nasilja?

Stefanija: Dijete ne treba pustiti da samo rješava probleme nasilja jer to „djecu žrtve“ može dovesti do osjećaja bespomoćnosti, intezivne tuge, ljutnje, depresivnosti i anksioznosti, dakle stanja koja nadilaze njegove kapacitete i mogućnosti samostalnog rješavanja.

Kidsinfo: Šta u slučaju kada je dijete nasilnik, kako roditelji da se postave prema tom problemu?

Stefanija: Djeca koja čine nasilje nisu samo nasilnici, oni su, prije svega, djeca. Nijedno dijete kojem su zadovoljene emocionalne potrebe ne odlučuje da



Vojinović Mrdić: Dijete ne treba pustiti da samo rješava problem nasilja

postane nasilnik. Djetetu nasilniku najčešće nedostaju ljubav i pažnja. Dakle, prije „etiketiranja“ nekoga kao nasilnika, moramo se zapitati šta je u pozadini tog ponašanja i koja je to potreba koja je ostala nezadovoljena pa je dijete nastoje zadovoljiti takvim ponašanjem?

Kidsinfo: Kako djecu koja nisu ni nasilnici, a ni žrtve, učiti da ne budu ni nijemi posmatrači vršnjačkog nasilja?

Stefanija: Djecu treba učiti empatiji, a to će najbolje naučiti kroz ponašanje roditelja. Empatična djeca se neće pomiriti s ulogom „običnog posmatrača“, odnosno neće biti samo svjedoči nasilja, nego će na njega reagovati odgovorno i zatražiti pomoć.



18. decembar - KK306N8



LANA LEKIĆ O USVAJANJU

Spasite jedno dijete, spasili ste cijeli svijet

Postoji nešto što zaista nisam u stanju riječima opisati, a to je kako se osjećate kada postanete majka putem usvajanja. To razumiju mame koje su se našle u istoj situaciji i koje mi svakodnevno pišu i šalju poruke svojih malih anđela

Razgovarao: A. Šabić / Fotografije: Privatna arhiva

Lana Lekić, doktorica farmaceutskih nauka i sertificirana trenerica za masažu beba i djece, majka je jedne kćerke i dva sina. Za naš magazin govori o majčinstvu, s posebnim aspektom na izazove koje su pred nju stavile tinejdžerske godine sinova.

Lana: U obitelji dolazi do velike promjene kada djeca uđu u teen godine. Bitno je osluškivati njihove potrebe, pružiti im podršku na putu odrastanja, te svakako prevenirati potencijalne teže probleme s kojima se mladi u ovo savremeno i nimalo jednostavno doba mogu susresti. Smatram da je u svemu biti i ostati roditelj najvažnija uloga.

Nemojte sebe osuđivati zbog pogrešaka koje pravite, ali kada ih primjetite nemojte ih izbjegavati. Suočite se s njima i preuzmite odgovornost. Velika odgovornost je vaša, ali budete slobodni podijeliti je i sa svojim djetetom. Pokažite mu poštovanje i povjerenje. Stvorite sretnu, samostalnu i samosvjesnu osobu koja je spremna i sama preuzeti odgovornost i u potpunosti iskoristiti svoje potencijale, sigurna u „korijenje i krila“ koje ste joj dali.

Kidsinfo: Kije su to promjene koje su teen godine sa sobom donijele u živote Vaših sinova?

Lana: Ono što vidimo svakodnevno je da djeca, osjećajući potrebu za individualnošću i iskorakom iz potpuno zaštićenog i kontroliranog perioda djetinjstva, naglo mijenjaju stvari, gotovo preko noći. Jednostavno su njih dvojica odlučili da promijene stil odijevanja, način izražavanja, slobodnu aktivnost, muziku koju slušaju i frizuru, te su obojica pustili kosu. Glasno iz-



*“Stvorite sretnu,
samostalnu i samosvjesnu
osobu koja je spremna i
sama preuzeti
odgovornost i u
potpunosti iskoristiti
svoje potencijale, sigurna u
„korijenje i krila“ koje ste
joj dali”*



ražavaju svoje loše raspoloženje ili neslaganje, ispituju granice dozvoljenog ponašanja, ali sve je to dio normalnog razdoblja adolescencije.

Kidsinfo: Psiholozi su tokom lockdowna i izolacije zbog korona virusa upozoravali da su upravo tinejdžeri jedna od „najugroženijih“ skupina. Kako je izolacija djelovala na Vašu djecu?

Lana: Mi smo se u izolaciji prov-

eli kao nikada do tada. Radili smo zabavne stvari skupa. Naučila sam ih da pripremaju neka osnovna jela. Jeste da je bilo jaja i palačinka svugdje po kući, ali na kraju su sposobni sebi pripremiti doručak bez većih problema. Otkrili smo i kulinarske vještine mlađeg sina, pa sada on jako često bude u kuhinji sa mnom.

Taj period je meni ostao u sjećanju po mnogobrojnim besplatnim kursevima koji su se tada organizirali

pa smo učili plesati hip-hop, saditi čuvarkuću, praviti čokoladni susle, raditi u raznim kompjuterskim programima, šminkati se, relaksirati uz jogu i meditaciju... Odredili smo da svako, u skladu sa svojim interesovanjima, sluša neke od mnogobrojnih besplatnih kurseva, te da jedni druge informišemo o svemu.

Kidsinfo: Koliko je online nastava bila izazovna za članove Vaše porodice?

Lana: Na početku smo i djeca i mi bili potpuno frustrirani, te nervozni po cijele dane i do kasno u noć. Zaspali bismo u suzama i raspravi zašto nemamo jači internet, kako on šteka kada se svi počačimo, te čije je važnije da se završi prvo i slično. Strašno, noćna mora. Prvi vikend smo svi dobili anskiozne napade, panično se derali na računare i internet konekciju, na koronu, na online školu... jednostavno nismo znali šta bi radili. Ja sam zvala druge roditelje, žalila se na količinu informacija, fajlova i dokumenata. Danima smo pre-skakali muzičko ili likovno jer te fajlove jednostavno nismo vidjeli.

Kidsinfo: Kako ste riješili probleme na koje ste naišli?

Lana: Počeli su zvoniti telefoni, zvale su učiteljice i smirivale nas govorеći da se i one polako uhodavaju, da nema veze ako se štograd i preskoči, nadoknadit ćemo. Hvala im. Uzeli smo u obzir realne okolnosti, da se nalazimo usred globalne zdravstvene panike, da je situacija u kojoj nikada nismo bili, da smo i mi i djeca psihički i emotivno ranjivi i da moramo posložiti stvari i prilagoditi se novonastaloj

situaciji. Shvatila sam da je jako važno kako se mi odrasli nosimo s tim, jer djeca osluškuju i gledaju naše reakcije i u skladu s tim se i oni ponašaju. Kao prvo, smanjili smo očekivanja, a time umanjili i svoju i njihovu frustraciju. Naučili smo djecu kako da, nakon završenih zadataka, uslikaju sve i postave na platformu. Naučili smo ih kako je iznimno važno da budu samostalni i dali vremenski rok do



Lana ima kćerku i dva sina

kojeg sve mora biti završeno jer se zadaća radila doslovno cijeli dan. Naučili smo ih da je važno da se svako jutro pozdrave s učiteljicom i da održavaju kontakt s drugarima putem raznih platformi. Tako se i naša porodica, koja zaista nije bila pretjerano informatički spremna, koliko-toliko prilagodila na nove uslove. Fokusirali smo se na osamostaljivanje djece. To će biti naš najvažniji zadatak.

Kidsinfo: Telefoni i društvene mreže su jedan od glavnih videova zabave pripadnika svih generacija, a posebno tinejdžera. Na koji način kontrolišete, tačnije savjetujete djecu kada je upotreba pametnih uređaja i društvenih mreža u pitanju?

Lana: U odgajanju djece tehnologija nam, ni kriva ni dužna, zadaje najviše glavobolje. Kroz stranicu koju sam pokrenula, upoznajem sve više roditelja koji su oduševljeni kako njihova djete zna koristiti telefon ili tablet, ali u isto vrijeme su zabrinuti jer je dijete nesamostalno, burno reagira kada mu nešto nije po volji i nema razvijenu komunikaciju. Opet dolazimo do roditelja kao uzora i roditelja kao odgovorne odrasle osobe. Biti roditelj je posao od 24 sata.

Podrazumijeva da ponekad radite stvari koje vam nisu lagane ili vam u tom trenutku nisu drage, ali vi ste uzor vašem djetetu i vaša odgovornost je da ga naučite da bude odgovorno i sretno, da usvoji važnost pravilne prehrane i nauči kako umiriti sebe, a ne da odustaje u potrazi za jačom stimulacijom. Kako ovo utječe na vas? Vaše dijete će vam se obratiti za pomoć, utjehu i savjet i neće vas doživljavati kao pružatelja usluge već kao osobu spremnu da se uhvati u koštar sa svim preprekama. Naučit ćete dijete da upoznaje svijet oko sebe istražujući ga, a ne gledajući kako ga drugi istražuju. Vaše dijete će lakše prihvatići izazove i premostiti prepreke jer ste vi uzor koji ga tome svakodnevno uči.

Kidsinfo: Šta je ono čemu djeca svakodnevno uče Vas i supruga?

Lana: Naša djeca nas svaki dan uče jednostavnosti i činjenici da je dan propao ako se niste nasmijali. Zato svaki dan imamo barem dva puta, ujutru i naveče, sesije smijeha i grljenja.

Kidsinfo: Čime Vas u svom odrastanju svakodnevno oduševljavaju?

Lana: Ovo bih kratko odgovorila: ljubavlju i zajedništvom. Tome ih učim i to im ostaje iza nas.

Kidsinfo: Kakav ste odnos uvijek nastojali graditi sa djecom? Koliko ste im drugarica i gdje postavljate granicu između „drugarstva“ i autoriteta?

Lana: Djeca najviše uče gledajući i promatrajući šta odrasli rade. Više vjeruju onome kako se ponašamo, nego onome šta govorimo. Važno je da vrijednosti koje zagovaramo i kojima želimo naučiti djecu i sami živimo i prakticiramo u svakodnevnom životu. Na taj način smo djeci vidljivi,

autentični i jasni, a iskustvo da zastupamo sebe i djelujemo u skladu sa sobom nama daje osjećaj samopouzdanja i kompetentnosti, što postaje posebno važno kada se nađemo u konfliktnim situacijama, rastrzani između različitih potreba ili između potreba i želja koje su dio svakodnevnog obiteljskog života. Kada izostane vodstvo odraslih, djeca mogu razviti različita zahtjevna ponašanja, poput agresivnosti i nametljivosti, te nastoje dominirati i nametati svoja očekivanja i želje. Iza takvih reakcija djece se vrlo često krije potpuna ne-



Lekić: Djeca najviše uče gledajući

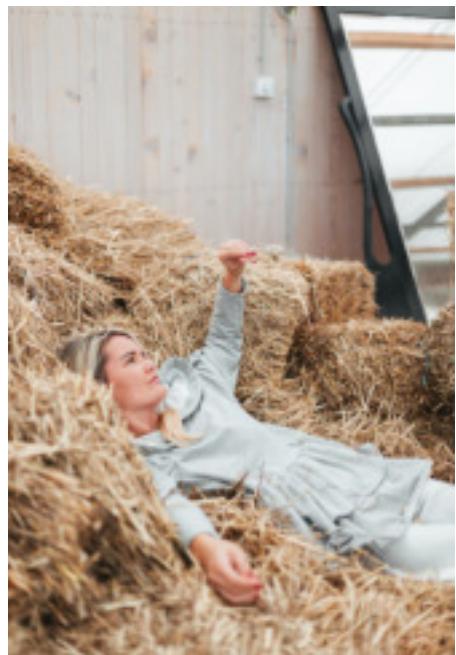
am u stanju riječima opisati, a to je kako se osjećate kada postanete majka putem usvajanja. To razumiju mame koje su se našle u istoj situaciji i koje mi svakodnevno pišu i šalju poruke svojih malih anđela. Spasite jedno dijete, spasili ste cijeli svijet.

Kidsinfo: Kako nastojite provesti zajedničko, porodično vrijeme kada ste svi na okupu?

Lana: Naše zajedničko vrijeme podređeno je obimnim razgovorima.

Kidsinfo: Kakvi su vam porodični planovi za zimu kada je riječ o putovanjima?

Lana: Svake godine smo barem dvije sedmice na zimovanju gdje praktikujemo sve zimske sportove. Djeca skijaju po danu, a imamo sankaška takmičenja po noći. Vidjet ćemo kakva će epidemiološka situacija biti ove godine, pa ćemo odlučiti. U svakom slučaju, sigurno će biti puno smijeha, ljubavi i zabave.



sigurnost, zbuđenost i usamljenost. Djeca koja nemaju iskustvo jasnog vođenja u svojim obiteljima mogu pokazivati veće teškoće u rješavanju konfliktova s drugima, teže podnose frustracije i sami teže nauče razlikovati potrebe od želja. Usmjereni su na svoje želje i pokazuju manje razumevanja za tuđe osjećaje i potrebe.

Kidsinfo: Vi ste jedno dijete rodili, a drugo dvoje usvojili. Zbog čega biste drugima preporučili usvajanje?

Lana: Postoji nešto što zaista nis-



22. decembar - KK398L5

POZNATI PREDLAŽU

Andrea Tomašević-Kolenda

Bloggerica i PR menadžerica Andrea Tomašević - Kolenda ima šestogodišnju kćerku Enu i dva mjeseca starog sina Danija. Za naš magazin preporučuje sadržaje, butike i aktivnosti koje su pogodne za porodice iz Sarajeva

ROĐENDANI:

1 Ena od svoje treće godine rođendan slavi u Sunnyland-u i prezadovoljni smo njihovom igraonicom i uslugom. Dok nije bilo korone odlazili smo i u Toys'n'Fun igraonu u sklopu Penny-a, a dok je bila manja, često smo bili i u igraoni Druga kuća. Kada je riječ o tortama u „Slatki kutak“ su mi najprecizniji u izradi.

2 **IZLET:** Mi smo najčešće na Trebeviću, a tamo svi restorani imaju dječji park. Pino Nature, Vila Andrea, Trebevički raj ili Brus. Svaki vikend provodimo tu.

3 **ART I ZABAVA:** Mi samo kucamo „preschool creativ app“ i tamo nađemo mnogo dobrih i korisnih aplikacija.

4 **BUTIK:** Eni najčešće kupujemo u Zari, Lindexu i Okaidi, a često naručujemo i preko Instagrama (Pčelica Maja ima sjajne pamučne stvari za bebe). Od opreme za bebe sve uzimamo u Baby centar koji se nalazi u BBI, a možete naručiti i online putem njihovog site-a.



5 **KURSEVI:** Ena već drugu godinu ide u Helen Doron školu engleskog jezika i prezadovoljni smo konceptom. Topla preporuka svima.

6 **RESTORAN:** Piccolo Mondo, Metropolis, Sendi, 4 Seasons, Druga kuća i Paper Moon su restorani u kojima smo najčešće.

7 **ZDRAVLJE:** Gordana Vuković je pedijatrica koju preporučujemo svima, a u poliklinici Atlijum radimo sve laboratorijske pretrage. Stomatolog koji vodi brigu o Eninim zubićima je dr. Indira Džafić.



Meeting Point je mjesto susreta...

Adresa: Hamdije Kreševljakovića 13, Sarajevo Mail: info@kinomeetingpoint.ba



MEETING
POINT.

Medijski partner:



ANELA HAKALOVIĆ

Kada početi čitati djeci i kako izabrati odgovarajuću literaturu

Anela Hakalović je administratorica Facebook stranice "Bajkologija".
Za naš magazin piše o značaju čitanja djeci, te objašnjava koliko to utiče na razvoj, socijalizaciju i mentalni razvoj mališana

Rašireno je mišljenje da obrazovanje djece počinje s njihovim polaskom u školu. Međutim, predvještine i vještine koje omogućavaju uspješno obrazovanje djeca usvajaju od samog rođenja. Iako živimo u vremenu u kojem je čitanje kao aktivnost zanemarenou, a često se iznose i tvrdnje da djeca preferiraju neke druge oblike učenja, moramo se, najprije, zapitati da li je možda nešto drugo zakazalo na tom planu i ako jeste, zašto je to tako?

Mnoga istraživanja pokazuju da su čitanje, te sposobnost kritičkog čitanja i razumijevanja izuzetno značajni i povezani s akademskim uspjehom, socijalizacijom i mentalnim zdravljem. Čitanje razvija memoriju, doprinosi razvoju logičkog i analitičkog mišljenja, razvija empatiju i motiviše djecu da uče o drugim i drugačijim kulturama. Čitanjem djeca lakše usvajaju jezik, njegove osobine i strukturu, šire vokabular, a sve ovo im pomaže u boljem izražavanju i artikulisanju vlastitih misli i emocija.

Roditelji se često susreću sa pitanjem: "Kada početi čitati djeci?". Sa čitanjem možemo početi s danom



djetetovog rođenja. Iako bebe, naravno, nisu sposobne da shvate sadržaj onoga što im čitamo, sam čin čitanja i slušanja roditeljskog glasa može doprinijeti emotivnoj povezanosti između roditelja i djeteta. Čitanjem kreiramo rituale koji će kod djece proizvesti pozitivne emocije i motivisati ih da čitanje povezuju sa osjećajem ugode. Osim emotivne povezanosti, bebe i manja dječa će pokušati instinkтивno pronaći odgovore na pitanja kao što su: "Kako se okreću stranice?", "Gdje je početak, a gdje kraj?", "Šta se to krije u knjigama?"...

Za malu djecu i bebe su posebno pogodne slikovnice debljih korica s lik-

ovima životinja i njima poznatih stvari jer većina mališana na početku procesa usvajanja govora nauči oponašati životinje. Međutim, već u prvim godinama života možemo djeci uključiti knjige sa jednostavnjom naracijom. Za djecu je od izuzetne važnosti da se upoznaju sa konceptom priče i da razvijaju, takozvanu, narativnu imaginaciju. Razumijevanje koncepta i strukture priče ključno je za kasnije razumijevanje kompleksnijih struktura i sistema.

Čitanjem djeci u ranoj dobi doprinosimo i razvoju predvještina važnih za kasniju automatizaciju čitanja i pisanja. Naime, čitanje je kompleksan proces koji podrazumijeva usklajivanje vizuelnih, slušnih, govornih i mnogih drugih vještina. Put od grafema do fonema (povezanost između riječi i glasa) ključna je komponenta u usvajaju čitanja. Rano čitanje pomaže djeci da prepoznaju funkcije jezika, njegovu govornu i pisani formu.

Čitanje razvija imaginaciju, a ona je važan pokretački element svakog istraživanja, saznanja i otkrića.

Međutim, bez obzira na sve poznate i dokazane benefite čitanja djeci u na-



Hakalović: Sa čitanjem možemo početi s danom djetetovog rođenja

jranijoj dobi, često se ispušta i zanemaruje ova važna karika obrazovanja. Djeca koja nisu uključena u neki vid organiziranog obrazovanja, često su uskraćena za ovu važnu aktivnost. Ako znamo da se mozak najintenzivnije razvija u prvim godinama života, onda nam postaje još očitije zašto ispuštanje ove važne obrazovne karike može biti ključni razlikovni element između uspješne, zadovoljne i sretne djece i one koja to nisu.

U prvim godinama života djeteta, dok je ono još uvijek apsolutno ovisno o odlukama odraslih, odgovornost obezbeđivanja kvalitetnih edukativnih sadržaja leži upravo na roditeljima.

Oskudan izbor slikovnica i knjiga za djecu, zanemariva kritika književnosti za djecu, nepostojanje resursa koji bi roditeljima pomogli pri odabiru adekvatnih knjiga za djecu, neki su od razloga koji otežavaju roditeljski posao kada je u pitanju ova tematika.

Kako odabrati kvalitetnu slikovnicu/knjigu za dijete, kako procijeniti koje slikovnice/knjige su prilagođene za koji uzrast, koje književni žanr ili književna vrsta su primjereni za djecu?

Knjige za djecu bismo uvijek trebali birati prema uzrastu, uzimajući u obzir individualne i razvojne karakteristike djeteta. Kvalitetne slikovnice i knjige za djecu karakterišu jasan, gramatički

i pravopisno ispravan jezički sadržaj, smisleni dijalozi i tematika prilagođena djeci, kao i kvalitetne i autorski potpisane ilustracije. Od izuzetne je važnosti uključiti klasične bajke u izbor priča koje čitamo djece. Iako roditelji često izbjegavaju bajke zbog navodne pretjerane okrutnosti, političke nekorrektnosti ili nepovezanosti sadržaja bajki sa savremenim načinom života, one mogu biti značajne u edukativnom smislu, ali i kao terapeutski katalizatori za mnoge poteškoće s kojima se djeca susreću u prvim godinama života. Osim bajki, djeci možemo čitati i basne, priče savremenih autora/autorka, stripove za djecu, poeziju za djecu itd. Raznolikost na tematskom, sadržajnom i nivou književne forme, obogatiti će dječiju percepciju svijeta i probuditi kreativnost.

Iako djeci čitamo priče najčešće ušuškani u krevet prije spavanja, za ljepši san i lakše uspavljivanje, priče zapravo bude djecu, probuduju njihovu maštu, inteligenciju i duh.



29. decembar - KK305M4

SCHOOL & SCHOOL **DRUGAČIJA ŠKOLA ZA DJECU I TINEJDŽERE**



Zahvaljujući posebno osmišljenom programu baziranom na višestrukoj inteligenciji polaznici "School & School" škole imaju mogućnost da putem finih, primjenjenih i tehničkih znanosti otkriju svoju nadarenost i strast prema određenoj disciplini. Riječ je o školi koja u svojoj ponudi ima 21 školski program, a nastavno osoblje je posvećeno traženju onog najboljeg u svakom polazniku, što je samo jedan od razloga zbog kojeg biste svoje dijete trebali upisati upravo u ovu školu.

Kontakt e-mail: sarajevo@schoolandschool.com

EKIPA

Agencija za marketing i promociju.

marketing@ekipa.ba

www.ekipa.ba



IMPORTANNE
CENTAR

www.importanne.ba

Zmaja od Bosne 7, Sarajevo

033 266 295