

ADVENTNÍ KALENDÁŘ ČINNOSTÍ PRO RODINY S MALÝMI DĚTMI 2022

Lucie Holcová – signály.cz

Milé maminky, milí tatínkové,
nevím jak vy, ale já miluji advent! Již od dětství mám ráda tu atmosféru radostného těšení se, příprav na „něco velkého“, období vnitřního zklidnění, ranních rorátů v tichu a za světla svíček. Miluji vůni čerstvě upečených perníků a cukroví. Je to pro mě vůně domova a tiché radosti.

A hrozně ráda bych toto vše předala svým dětem!

Nechtěla bych, aby si naše děti myslely, že advent je synonymum pro spěch, pro uklízení od rána do večera, každonoční pečení fůry cukroví až někdy do ranních hodin (abychom měli více druhů než sousedka), lítání od jednoho narvaného obchodu k druhému, hořekování, že už na to nemáme síly a peníze a jak je to děsný shon a už aby bylo „po tom“.

Ne, chtěla bych, aby se naučily, že advent je o něčem jiném.

Když vzpomínáte na Vánoce svého dětství, pamatujete si, co jste dostali pod stromečkem? Já si nevybavím téměř nic. Spíše si pamatuji slavnostní atmosféru adventu i Štědrého dne, těšení se, pečení a ujíždění cukroví, vůni zapáleného „františku“, společné stavění betléma či tatkovu modlitbu u slavnostně prostřeného štědrovečerního stolu.

A proto jsem se snažila nachystat si adventní plán, kalendář, abychom advent prožili smysluplně, klidně a radostně. S tím, že vlastně neočekávám, že splníme vše – jen to, na co bude čas, nálada a chuť.

Úkoly můžete třeba napsat na lístečky a vložit do adventního kalendáře na příslušné dny. A pak můžete společně vybírat, do kterého úkolu se pustíte.

ÚTERÝ 29. listopadu:

Popovídat si s dětmi o významu adventu, o přípravách a zdobení příbytků na čas vánočních svátků, ale zejména o přípravě a zdobení své duše, svého příbytku pro Božího Syna. A abychom ho mohli za čtyři týdny krásně přivítat, zkusíme si určit jednu věc, kterou chceme v našem životě změnit, aby se Mu u nás v naší rodině líbilo.

STŘEDA 30. listopadu:

Zapojit se s dětmi do projektu Krabice od bot (www.krabiceodbot.cz) nechat je vymyslet, komu a jak chtějí udělat radost. Ale pozor, spěchá to! Uzavírka tohoto bohuľibého projektu je již 4.12.! Lepší je tedy zarezervovat si dárek předem a tento den ho s dětmi chystat a / nebo odnést na sběrné místo. Letos lze navíc chystat krabice i pro dospělé.

ČTVRTEK 1. prosince: Napsat dopis Ježíškovi, pokud ještě nebyl „odeslán“. :)

Kdo nechce, aby děti přemýšlely jen o tom, co chtějí ony, můžeme je motivovat k tomu, aby napsaly i to, co by si přály pro ostatní, pro rodinu, pro nějakou skupinu lidí, pro planetu... podle toho, co je zrovna v rodině aktuální téma.

PÁTEK 2. prosince: Upéct perníky, aby stihly do Vánoc pěkně změkhnout.

SOBOTA 3. prosince: Vyrobit vánoční přání rodině a známým.

Na Pinterestu je spousta nápadů, jak pro toto tvoření využít i neohrabané dětské prstíky. :) Přání můžete vyrobit i pro babičky a dědoušky z blízkého domova důchodců nebo LDN. Doporučuji se optat vedení dotyčného zařízení, ale myslím, že letošní rok budou babičky a dědouškové zvlášť potěšeni, když si na ně někdo vzpomene.

DRUHÁ ADVENTNÍ NEDELE 4. prosince: Sv. Barbora.

Dnes si můžeme vyjít ven na vycházku a utrhnout si třešňovou větvíčku – barborku. Cestou si můžeme vyprávět o sv. Barboře. Povídání o jejím životě i s obrázky k vymalování najdeme například zde: <https://deti.vira.cz>.

PONDĚLÍ 5. prosince:

Zítřejší chodí sv. Mikuláš a určitě by ho potěšilo, kdyby od dětí slyšel nějakou pěknou básničku. Tak co se nějakou naučit?

*„Mikuláš je milý děda, hodné děti všude hledá.
Bílé vousy, ty mu sluší, na zádech má velkou nůši.
A v té nůši balíčky pro kluky a holčičky.“*

ÚTERÝ 6. prosince: Sv. Mikuláš.

Přečíst si o tomto svátku a o tradicích, které jsou s ním spojené: <https://deti.vira.cz>.
Letos našim dětem sv. Mikuláš nadělí novinku k [Albi tužce – Vánoční koledy](#), které obsahují nejen nazpívané koledy, ale i vysvětlení různých adventních a vánočních tradic. Víím, že by se v adventu ještě koledy zpívat neměly, ale chtěla bych, aby se děti nějaké koledy naučily a my si je na Štědrý den mohli společně zazpívat.

STŘEDA 7. prosince:

Upéct vanilkové rohlíčky. Zde mám pro vás tip na zdravější a chutnější verzi. Jinak jsou ty zdravější verze často bez chuti nebo zcela nepoživatelné, ale tento recept je výborný!

300 g celozrnné špaldové mouky
100 g mletých vlašských ořechů
200 g másla
1 vejce
1 žloutek
40 g třtinového cukru
1 lžička vanilkového extraktu

Na obalení lze použít místo moučkového cukru sypkou stévií.
Všechny ingredience v míse spojíme, prohněteme a necháme v ledničce odležet do druhého dne.
Pečeme asi 10-15 minut na 170-180°C.

ČTVRTEK 8. prosinec: Vyrobit papírový vánoční řetěz z dob našeho mládí.

PÁTEK 9. prosinec: Vyrobit ořechové lodičky – svíčky, které pak budeme pouštět na Štědrý den.

SOBOTA 10. prosinec: Ozdobit perníky.

TŘETÍ ADVENTNÍ NEDĚLE 11. prosinec: Večerní procházka městem. Vše je tak krásně nasvícené! Pro děti úplně kouzelné! Kdo by odolal?

PONDĚLÍ 12. prosinec:

O zítřejším svátku sv. Lucie se dle dávných tradic nesmělo uklízet. Zároveň ale chodily po vesnici „Lucky“ a kontrolovaly, jestli je všude uklizeno. Zkusíme tedy společně vysmýčít, co je třeba. Když si k tomu dáme trošku cukroví, pustíme krásnou hudbu, určitě nám to půjde lehce od ruky. My k tomu již několik let posloucháme tuto píseň: [Krok do Vánoc](#). Vřele doporučuji, člověk je díky ní hned radostnější.

ÚTERÝ 13. prosinec: Sv. Lucie – [přečíst](#) si o životě této svěřice a o tradicích, které se s ní dříve pojily.

STŘEDA 14. prosinec: Upéct linecké cukroví.

ČTVRTEK 15. prosinec:

Vyrobit mňamky pro ptáčky. Inspiraci můžete nalézt na [zde](#).

PÁTEK 16. prosinec: Vystříhat sněhové vločky z papíru a ozdobit jimi okna.

SOBOTA 17. prosinec: Probrat dětské hračky (či oblečení) a některé věnovat někomu, kdo si je nemůže dovolit. Pokud takového člověka – Bohu díky – v okolí nemáte, můžete je nabídnout u dětského lékaře, u zubaře nebo u místní záchranky. Ti dávají plyšáky ošetřovaným dětem na zmírnění stresu. Pokud se nechcete hraček přímo zbavovat, můžete nějaké hračky vyčlenit, odnést je na půdu a přinést je zase za pár měsíců. Tak se hračky tolik neokoukají a děti stále baví.

ČTVRTÁ ADVENTNÍ NEDĚLE 18. prosinec: Vyrobit si voňavou vánoční dekoraci – například do pomeranče napíchat hřebíček a navrch přidat svíčku. Mě to vždycky navrátí do časů besídek ve školce. :)

PONDĚLÍ 19. prosinec: Večer vypnout telefon, počítač, televizi a užít si s dětmi večer při svíčkách. Jako za starých časů.

ÚTERÝ 20. prosinec: Pokusit se najít na internetu nebo v televizi ranní roráty a pustit si je ještě ráno za tmy.

STŘEDA 21. prosinec: Zavolat někomu, koho teď moc nevidáme, aby se necítil tolik osamělý.

ČTVRTEK 22. prosinec:

Vyrobit s dětmi ozdoby na stromeček či smrkové větvičky ze „studeného porcelánu“. Zkoušeli jsme ho předběžně podle [tohoto receptu](#) a tak hezky se s těstem pracovalo, že si děti patlaly „svoje“ a já jsem si mezitím z této hmoty tajně nachystala krásné jmenovky na dárky. :)

PÁTEK 23. prosinec: Nazdobit vánoční stromek.

SOBOTA 24. prosinec:

Donést mňamky do krmelce – jablka, mrkev, ovesné vločky, kaštiny. Ať mají i zvířátka krásné Vánoce. [Zde](#) naleznete tipy, jak zvířátkům přilepšit a nechtěně neublížit.

+++++

*Pokud jsme spolu strávili advent až sem,
přeji vám krásné a požehnané prožití vánočních svátků.
Ať jsou to opravdové svátky rodiny.*