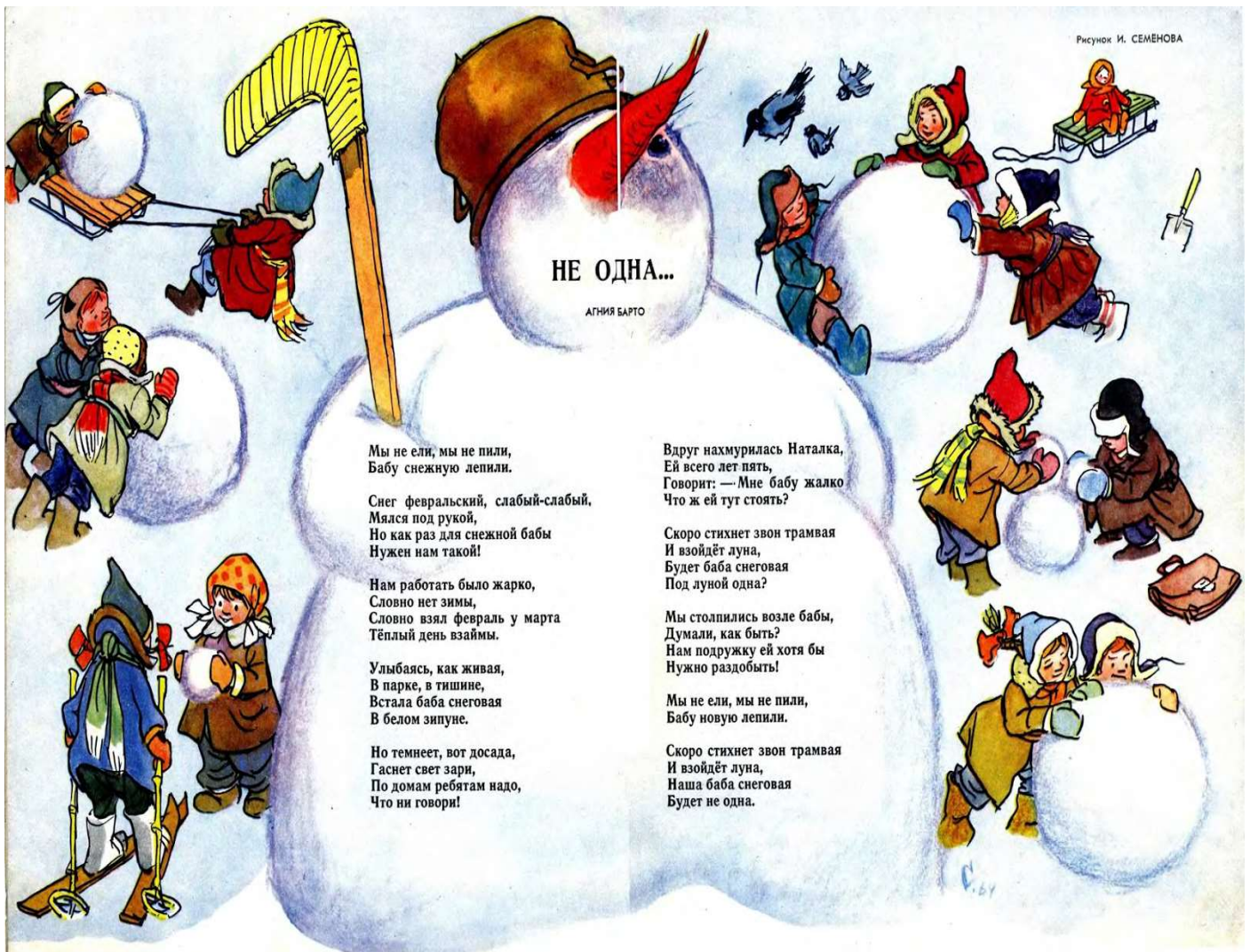




"БЕЗОПАСНЫЙ
ХУШОРОК"



Детская страничка!





Наши мероприятия!

БЛОКАДА ЛЕНИНГРАДА

БЛОКАДНЫЙ ХЛЕБ
1941-1944

В ночь на 22 июня 1941 года фашистская Германия без объявления войны напала на Советский союз (именно так называлась раньше наша страна). Началась жестокая, кровопролитная Великая Отечественная война. Немцы продвигались вглубь страны, уничтожая всё на своем пути. Гибли тысячи людей, горели города и села. Люди мужественно сражались, защищая свою Родину. Во время этой войны жителей города Ленинграда (сейчас этот город называется Санкт-Петербург) окружили фашисты. Город оказался во вражеском кольце.

Блокада Ленинграда
В драму Ленинградское небо. Но горе смертельных ран Тяжелого хлеба, Ленинградского хлеба Сто двадцать пять граммов.

Блокадная норма рабочего

1941 **1945**



Родителям! «Безопасный островок»

*Зимняя прогулка
или как правильно
одевать ребенка зимой?*



1. Перегревом - у маленького ребенка еще недостаточно развита система терморегуляции. На чрезмерное количество теплых вещей малыши может среагировать повышением температуры тела до 39С, нарушением дыхания, апноэ (временным прекращением дыхательных движений), тепловым ударом, головокружением и головной болью. И в конечном итоге неправильный уход за ребенком может обернуться даже трагедией;

2. Переохлаждением - в излишнем количестве теплой одежды ребенок может быстро вспотеть. После чего даже небольшой сквозняк приведет к замерзанию и в последствии, возможно, даже к простуде; неспособностью организма приспосабливаться к условиям окружающей среды - организм настолько приспособится к теплу, что не будет способен справляться с холодом. И ребенок, которого в детстве все время кутали, в течение всей своей жизни будет забнуть даже при малейшем похолодании;



3. Неврозами, раздражительностью и агрессией - на перегрев (например, вспотев в транспорте) и взрослые, и дети реагируют одинаково: им становится неуютно, а если возможности изменить ситуацию нет, то появляется раздражение. А дети, как правило, изменить ничего не могут - кто же им, вспотевшим, даст возможность раздеться? Ни за что! И, оказавшись в ловушке тепла, они будут капризничать, ныть, плакать, раздражаться, драться... (кстати, когда ребенок начинает неадекватно вести себя в магазине, дело может быть вовсе не в том, что ему позарез нужна новая кукла или машинка);

4. Психологическими проблемами - в том числе, низкой самооценкой (к такому выводу пришли психологи, определившие связь между кутаньем в детстве и стеснительностью, робостью и неадекватной самооценкой во взрослой жизни).



И еще одно важное НО: одежда для ребенка не должна сковывать его движения, не должна мешать играм - в противном случае из розовощекого малыша вырастет вялый и страдающий лишним весом.

О том, сколько одежды нужно ребенку в холодное время года, мы поговорим дальше.

Почему не надо кутать детей?

К сожалению далеко не все молодые мамы умеют правильно одевать ребенка. Многие продолжают излишне тепло одевать своих детей до тех пор, пока те не научатся убедительно описывать свое состояние словами "Мне холодно!" и "Мне жарко!" И даже тогда продолжают кутать его, сомневаясь в том, что ребенок может правильно оценить свои ощущения.

Как одеть ребенка - вопрос не только моды. И дело не в рюшечках и бантиках, а в количестве слоев одежды на ребенке. Золотое правило одевания малышкой педиатры формируют так: оденьте ребенка так же, как себя, плюс один слой. Если же слоев будет больше, чем нужно, это грозит:

С Вашим ребенком все в порядке, если у него:

румяные щеки - значит, кровь циркулирует нормально;
прохладные нос и щеки (но не ледяные);
прохладные кисти рук, попа и спина (но опять же, не ледяные);
ребенок не жалуется на холод.

Если ребенок замерз, это можно определить по таким признакам:

красный нос и бледные щеки;
холодная шея, переносица, руки выше кисти;
ледяные ноги (часто они очень быстро охлаждаются из-за слишком тесной обуви);
ребенок сам говорит, что замерз (поверьте, замерзший ребенок молчать не будет).

Если ребенок перегрелся и вспотел, это можно узнать по:

теплому лицу при температуре ниже -8°C ;
очень теплым и влажным шее и спине;
слишком теплым рукам и ногам.

Замерзшего или перегревшегося ребенка нужно срочно вводить домой. Если ноги малыша вспотели, наденьте на него легкие сухие носки, если замерзли - дополнительно наденьте на него пару теплых шерстяных носков.

Одежда ребенка зимой очень важна для профилактики простудных заболеваний. Помните, правильно подобранная одежда ребенка зимой - залог его здоровья!