

ЧТО ДЕЛАТЬ ПОСЛЕ УКУСОВ КОМАРОВ?

1. Сделайте после укуса крепкий раствор пищевой соды и периодически обрабатывать зудящее место.

2. Смазывать укусы спиртовой настойкой календулы, борным спиртом, томатным соком.

3. Сделайте холодную примочку.

4. При множественных укусах принять антигистаминное средство.

5. В походной аптечке или на даче непременно следует держать антигистаминный препарат, фенистил или фукорцин (снимают зуд и даже устраняют ожоги крапивы).

НАРОДНЫЕ МЕТОДЫ

при укусах комаров:

1. Обработать сметаной или кефиром.

2. Приложить к месту укуса лист черемухи или подорожника.

3. Смазать пораженное место бальзамом «Звездочка».

Хорошего семейного отдыха вам!



МЫ ПРИГЛАШАЕМ ПОСЕТИТЬ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР В НАШЕМ ДЕТСКОМ САДУ!

У нас Вы можете получить
бесплатные консультации позвонить по телефону бесплатной линии 8-(800) 234- 42-28 или по номеру 8 (983) 515-06-09

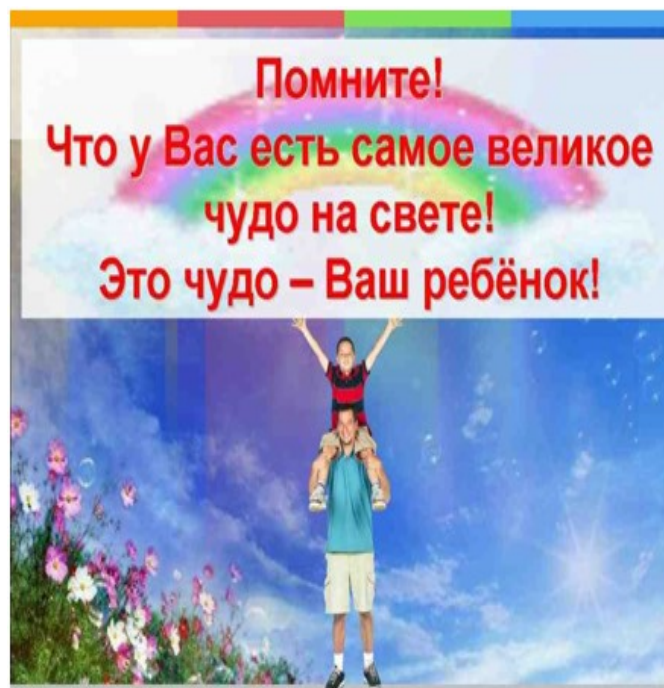
Обратиться лично по адресу:
г. Ак-Довурак, ул. Монгуш Марата 3,
Записаться по эл.почте: skazka-
dou2011@yandex.ru

Консультационный центр «Сказка» работает:

с понедельника по субботу.

Время: 08:00 - 18:00 чч.

Информацию по консультационному центру
можно узнать на сайте ДОУ: [https://skazka-
ak-dovurak.rtyva.ru](https://skazka-ak-dovurak.rtyva.ru)



ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ
«СОВРЕМЕННАЯ ШКОЛА»



Муниципальное автономное дошкольное
общеобразовательное учреждение детский сад
«Сказка» города Ак-Довурак Республики Тыва



**КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
для родителей детей до 18 лет**



Выпуск №31

**ЛЕТНЯЯ БЕЗОПАСНОСТЬ
для ДЕТЕЙ и
РОДИТЕЛЕЙ**

Составитель:

Лундуп Чечена Сыдаевна,
педагог-консультант :

ЛЕТНИЙ ОТДЫХ

Настало лето – замечательное время года! Можно играть на воздухе, закаляться и оздоравливаться.

Летний отдых это долгожданный отдых и для родителей, и для детей. Поэтому очень важно, чтобы родители с наибольшей пользой распорядились этим драгоценным временем. Необходимо объяснить детям, что купаться, плавать, загорать полезно для здоровья только в том случае, если соблюдать определенные правила безопасности.

Помните:

Отдых – это хорошо. Неорганизованный отдых – плохо!

Солнце – это прекрасно. Отсутствие тени – плохо!

Морской воздух, купание – это хорошо. Многочасовое купание – плохо!

Купание – прекрасное закаляющее средство.

Место для купания должно быть неглубоким, ровным, с медленным течением. Прежде чем дать ребёнку возможность самостоятельно войти в воду, необходимо убедиться в том, что в данном месте нет ям, глубокой тины, коряг, острых камней. В воде вместе с ребёнком обязательно должен находиться взрослый.

- Дети всегда должны купаться под присмотром взрослых



СОЛНЦЕ ХОРОШО, НО В МЕРУ

Летом дети максимальное время должны проводить на воздухе. Это касается и самых маленьких – грудных детей. Однако если более старшим дошкольникам разрешается понемногу загорать, то малышам прямые солнечные лучи могут причинить вред. Самая большая опасность – перегрев организма, солнечные ожоги, солнечный удар, поскольку маленький ребёнок обладает менее совершенной терморегуляцией и кожа его очень нежна. До трёх лет световоздушные ванны можно проводить под навесом или в тени деревьев. При этом нужно соблюдать принцип постепенного обнажения тела ребёнка. Сначала от одежды освобождаются руки и ноги, а затем остальные части тела. Уже с 1,5 летнего возраста световоздушные ванны ребёнок может принимать в одних трусиках. Продолжительность первой такой ванны – 5 минут, затем время постепенно увеличивается до 30-40 минут. Световоздушные ванны особенно рекомендованы детям с ослабленным организмом. Лучшее время проведения – с 9 до 12 часов, на юге – с 8 до 10 часов. Каждую световоздушную ванну лучше всего заканчивать водной процедурой. Дети дошкольного возраста после недельного курса световоздушных ванн могут начать принимать солнечные ванны. Солнечные ванны в сочетании со световоздушными ваннами, а также водными процедурами оказывают прекрасное укрепляющее действие.

ПРИ КУПАНИИ НЕОБХОДИМО СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛА:

Не разрешается купаться натошак и раньше чем через 1-1,5 часа после еды

В воде дети должны находиться в движении
При появлении озноба немедленно выйти из воды.

Нельзя разгорячённым окунаться в прохладную воду.

