



ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ.
РАДА ВСЕМ ВИДЕТЬ.



«ПЧЁЛКИ»

8 марта - Женский день.

**В этот праздничный день мы поздравляем наших мам, бабушек,
всех женщин на земле с женским днем!**

Пусть первый подснежник

Подарит Вам нежность!

Весеннее солнце подарит тепло!

А мартовский ветер подарит надежду,

И счастье, и радость, и только добро!



Поздравление детей:

Костя Лиршафт 4 года

Мою маму зовут Зимфира. Я желаю своей мамочке добра, счастья, чтобы была всегда веселой. Я очень люблю свою мамочку и помогаю ей во всем.

Вика Павлова 6 лет

Желаю мамочке здоровья, счастья, любви, радости.

София Янсон 7 лет

Мою маму зовут Светлана. Желаю ей, чтобы она всегда была молодой, красивой и веселой! Я маме своей приготовила небольшой подарочек.

Арина Сахнина 4 года

Мою маму зовут Мария Александровна. Она работает учительницей в школе. Я очень люблю свою маму, помогаю ей во всем. Желаю ей быть здоровой, красивой, молодой!



Как укреплять здоровье ребенка весной

На весенний период малыш реагирует, точно как и вы сами, он становится сонным, с трудом просыпается утром и очень быстро устает. К тому же ему не хватает терпения, он сверхчувствителен и быстро теряет концентрацию. Ослабленный ребенок, который испытывает дефицит энергии и сил, становится более восприимчивым к инфекциям. Так, педиатры советуют не уменьшать опасность весенней слабости и заботиться об образе жизни ребенка.

Хорошо укрепляют здоровье малыша, прогулки на свежем воздухе. Свежий воздух способствует хорошему аппетиту, улучшает сон и обеспечивает энергией. Поэтому после холодной поры ребенок должен находиться на открытом воздухе не меньше трех часов, а лучше если больше. Кроме того, первые лучи солнца обеспечат продуцирование витамина D3, требуемого для полноценного роста костей.

В весеннее время погода переменчива. Поэтому если идете гулять с маленьким ребенком, помните, что на нем должно быть на один слой одежды больше, чем на вас. Для 2-3-летних малышей большую роль играют физические нагрузки. Поэтому поощряйте активность малыша, так как нет ничего полезнее для растущего организма, чем движение.

Игры и развлечения развивают не просто двигательные навыки, но и социальные. Движение напрямую воздействует на развитие мозга, именно по этой причине физически активные малыши обучаются значительно легче. Жизненных сил добавят малышу и занятия спортом. Весна является прекрасным временем, чтоб научиться езде на велосипеде, самокате, роликовых коньках (они хорошо подходят для 4-6-летних малышей).

Что такое коронавирусы?

Коронавирусы — это семейство вирусов, которые преимущественно поражают животных, но в некоторых случаях могут передаваться человеку. Обычно заболевания, вызванные коронавирусами, протекают в лёгкой форме, не вызывая тяжёлой симптоматики. Однако, бывают и тяжёлые формы, такие как ближневосточный респираторный синдром (Mers) и тяжёлый острый респираторный синдром (Sars).

Каковы симптомы заболевания, вызванного новым коронавирусом?

- Чувство усталости
- Затруднённое дыхание
- Высокая температура
- Кашель / или боль в горле
- Симптомы во многом сходны со многими респираторными заболеваниями, часто имитируют обычную простуду, могут походить на грипп.

Если у вас есть аналогичные симптомы, подумайте о следующем:

Вы были в контакте с кем-то, кто посещал в последние две недели в зоны повышенного риска (Китай и прилегающие регионы)? Если ответ на эти вопросы положителен - к симптомам следует относиться максимально внимательно.

Как передаётся коронавирус?

Как и другие респираторные вирусы, коронавирус распространяется через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает. Кроме того, он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязнённой поверхности, например, дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязнёнными руками рта, носа или глаз.

Как защитить себя от заражения коронавирусом?

1. Самое важное, что можно сделать, чтобы защитить себя, — это поддерживать чистоту рук и поверхностей.

Держите руки в чистоте, часто мойте их водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство.

Также старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками (обычно такие прикосновения неосознанно свершаются нами в среднем 15 раз в час).

Всегда мойте руки перед едой.

Будьте особенно осторожны, когда находитесь в людных местах, Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования.

Не ешьте еду (орешки, чипсы, печенье и другие снеки) из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы.

Что можно сделать дома?

Расскажите детям о профилактике коронавируса.

Объясните детям, как распространяются микробы, и почему важна хорошая гигиена рук и лица.

Убедитесь, что у каждого в семье есть своё полотенце, напомните, что нельзя делиться зубными щётками и другими предметами личной гигиены.

Часто проветривайте помещение.

В чем разница между коронавирусом и вирусом гриппа?

Коронавирус и вирус гриппа могут иметь сходные симптомы, но генетически они абсолютно разные.

Вирусы гриппа размножаются очень быстро - симптомы проявляются через два-три дня после заражения, а коронавирусу требуется для этого до 14 дней.



БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

Весенние загадки с раскрасками.

(Отгадки написаны справа налево)

Рыхлый снег на солнце тает,
Ветерок в ветвях играет,
Звонче птичьи голоса
Значит, к нам пришла...
(Ансев).



Не срывайте леденцы,
Что растут на крышах,
Я болею, пью пилюльки,
Потому что ел... (Икълусос).



Тает снег, бежит водою,
Дети, шумною гурьбою,
По теченью той "реки"
Запускают корабли.
(Кечур)

