

Майские праздники – вместе с детьми!

Неблагополучная эпидемиологическая обстановка в мире из-за вируса COVID-19 потребовала введения карантина во многих странах. В России и в Ростовской области также введены ограничительные меры, приняты и реализуются профилактические и противоэпидемические мероприятия.

В связи с этим Первомай и День Победы придется провести дома. Это нисколько не умаляет их ценность, наоборот, дает повод задуматься о заложенном в памятных событиях смысле, в кругу семьи поздравить своих героев или вспомнить каждого из них.

Детям сложнее придерживаться условий самоизоляции, бьющая через край энергия растущего организма требует участия всех окружающих в ее приложении.

Чтобы пережить этот период родителям необходимо постараться максимально сосредоточиться на ребенке и уделить ему должное внимание.

О майских праздниках дети должны знать все. Вынужденные выходные как раз предоставляют возможность просветить подрастающее поколение и закрепить знания и патриотический дух следующими способами:

- тематический квест;
- сценки о Первомае и Дне Победы;
- поделки;
- приготовление праздничного ужина;
- чтение;
- просмотр мультфильмов о 1 и 9 мае;
- и многое другое.

Остальные дни самоизоляции также не стоит скучать. Организация огорода на подоконнике, совместное творчество, выработка полезных привычек и многое другое поможет скрасить дни и установить с ребенком крепкую эмоциональную связь.

Для поддержания оптимального состояния здоровья детей не забывайте о правильном питании. Необходимо обеспечить в рационе достаточное количество фруктов и овощей, ограничить потребление соли, сахара и жира, исключить газированные и сахаросодержащие напитки.

Управление Роспотребнадзора по Ростовской области настоятельно рекомендует продолжать соблюдать санитарные и гигиенические нормы. С предельным вниманием отнестись к рекомендациям врачей и органов власти и принять все меры для максимального снижения риска заражения.

Большую опасность представляет безразличие к окружающим и возможное заражение других людей. Если не прислушаться к советам врачей сейчас, самоизоляция может продлиться на неопределенный срок. При первых признаках болезни – вызывайте врача на дом. Всего наилучшего вам и вашим близким!