



-белобока

Газета для детей,
а также их родителей,
их бабушек и дедушек

**Синусит у ребёнка – опасный
недуг под маской насморка-
стр 4**

День матери – стр 2

**Песочная терапия в
домашних условиях – стр 3**

*В ноябре и дождь и снег
Лес стоит весь мрачный.
Знает каждый человек,
Что ноябрь – невзрачный.*

А. Фукалов

**Мама — первое слово
Главное слово в каждой судьбе.**

**Мама жизнь подарила,
Мир подарила мне и тебе.**

Песня из к/ф «Мама»

Нет, наверное, ни одной страны, где бы не отмечался День матери. В России День матери стали отмечать сравнительно недавно. Установленный Указом Президента Российской Федерации Б.Н. Ельцина № 120 «О Дне матери» от 30 января 1998 года, он празднуется в последнее воскресенье ноября, воздавая должное материнскому труду и их бескорыстной жертве ради блага своих детей. Новый праздник — День матери — постепенно входит в российские дома. И это замечательно: сколько бы хороших, добрых слов мы не говорили нашим мамам, сколько бы поводов для этого ни придумали, лишними они не будут. Особо красиво и незабываемо проходят различные мероприятия, посвященные этому Дню, в детских дошкольных и образовательных учреждениях, где дети дарят своим мамам не только добрые слова и улыбки, но множество подарков, сделанных своими руками, и специально подготовленные концертные номера.

*Стих маме от
маленького ребенка
Самый лучший человек —
мамочка моя,
Мы с ней связаны навек,
с мамой мы друзья.
Улыбается она, словно
солнце светит,
Любят мамочку свою все
на свете дети!*

Автор: Бондарук Олеся



Песочная терапия для детей – прекрасный способ избавиться от негатива и агрессии, стать увереннее в себе. Игры в песочнице – одни из самых любимых детьми. Так неужели придётся ждать лета, чтобы поиграть? Нет!

Песок для песочной терапии должен быть мелким, желательно теплых желтых оттенков. Но можно взять и темный песок для создания акцентов в игре. А вообще, лучше чтобы ребенок сам выбрал тот, который ему больше нравится. Ребенок может размачивать песок и лепить из него фигуры, для этого нужно иметь ведро с водой. С помощью леечки делайте мокрые разводки на поверхности песка. Игрушки для песочной терапии должны быть не более 8-10см. в высоту.

В домашних условиях можно создать площадку для занятий. Вам понадобится: Коробка размером 65 см в ширину, 75 см в длину и 6-8 см в высоту.

Краска голубого цвета. Ведро с водой, брызгалка или лейка.

Мелкие игрушки (фигурки людей, животных, машинки, самолеты, вертолеты, кораблики, цветы, деревья, конструктор, фигурки домов .



Упражнения и игры для песочной терапии очень увлекательны. Здесь столько возможностей для творческих порывов, что можно играть целыми днями.

Но для начала можно опробовать игру

1. «Угадайка»

Заройте в песке несколько игрушек и предложите ребенку узнать их, не доставая наружу.



Самая частая причина синуситов – недолеченный до конца насморк.

Синусит – это воспаление одной или нескольких придаточных пазух носа.

Родителям особое внимание необходимо уделять следующим признакам:

- продолжительность насморка более 2 недель;
- наличие гнойных или слизистых выделений, при этом слизь может быть как прозрачной, так и желтого, зеленого цвета;
- затрудненное дыхание;
- повышение температуры тела ребенка вплоть до 39 С;
- вялость и плохое самочувствие;

При появлении насморка незамедлительно обращайтесь к врачу. Синусит не является безобидным заболеванием. Если вовремя не обратиться к специалисту, то у ребёнка могут появиться серьёзные осложнения, которые опасны для жизни.

Терапия включает:

- антибактериальные препараты;
- сосудосуживающие средства;
- антигистаминные лекарства;
- физиотерапию.

Профилактика недуга

Избежать появления симптомов и последующего лечения синусита у ребёнка вполне возможно. Для этого нужно правильно лечить грипп, скарлатину, и другие инфекционные заболевания, из-за которых в большинстве случаев возникает воспаление. **Также очень важно не запускать обычный насморк**, а своевременно обращаться за помощью к специалисту и строго выполнять все его рекомендации. Очень важная профилактическая мера – это укрепление иммунитета.

