



## Газета группы №1

Ноябрь, 2019 год.

### «Колонка редактора»

Дорогие наши мамы поздравляем Вас с праздником!

Мама – сокровище наше бесценное,  
Главный источник любви и тепла,  
Точка опоры – всегда неизменная...  
Та, что всю жизнь свою нам отдала!  
Рады ее мы поздравить в День Матери  
Высказать чувства – их нету сильней!  
Как бы мы дни своей жизни не тратили,  
Сердце всегда возвращается к ней!

### «Как снизить риск простудных заболеваний в осеннее время»



Питание.  
Ученые доказали, что сладкое привлекает болезнетворных микробов. Защитный

эффект имеет пища с высоким содержанием белков: рыба, творог, курица. Не любят простудные инфекции продукты с высоким содержанием железа.

Ноги в тепле. Чаще возникает простудное заболевание из-за переохлаждения, которое происходит в области ног.

Чаще мыть руки. Они постоянно соприкасаются с другими предметами, на которых находится инфекция, что повышает риск заболеть.

Проветривать помещения. Свежий воздух закаляет организм человека, укрепляет иммунитет.

Заниматься спортом. Доказано, что те, кто занимаются спортом, болеют простудными заболеваниями гораздо реже.

### «Лечение маминой любовью»



Ребенок – сосуд для маминой любви. Если малыш наполнен ею – он счастлив, нормально развивается. Но как передать малышу свою любовь?

Специалисты считают: прежде всего, взглядом и прикосновением. Как можно чаще с любовью смотрите в глаза ребенка, поглаживайте, прижимайте, подкидывайте, шутливо с ними возитесь. И еще огромное значение для ребенка – не только младенца, но и дошкольника, и даже младшего школьника, - имеет мамин голос. Ребенок начинает слышать его с пятого месяца внутриутробной жизни, родившись, он узнает его, эмоционально реагирует, различает интонации. Мамин голос становится как бы внутренним голосом ребенка. Если мама предъявляет к маленькому много претензий, распекает, что он не такой, как хотелось бы, ребенку как бы задается программа неудач и болезней. И наоборот: если этот голос постоянно одобряет, поддерживает, дает установку на счастье, здоровье, то все психоэмоциональные процессы приходят в норму.



Редактор: Воспитатели группы  
Анна Михайловна  
Наталья Богдановна  
Источник: интернет ресурсы,  
фотомастерия группы.

