«В ДОРОГУ С ДЕТЬМИ!»

Летом мы стараемся взять с собой в отпуск и детей, чтобы они увидели мир, получили новые впечатления, новые толчки к развитию. Дети очень радуются поездкам, но ведут себя в транспорте не всегда спокойно. Взрослые, собираясь в дорогу, не всегда заботятся о том, чтобы и ребенок, и они сами чувствовали себя комфортно в автобусе, электричке, поезде. А еще часто с огорчением для себя убеждаемся, что забыли что-то очень нужное. А можно сделать, чтобы дальняя дорога была для всех приятной, а для нас самих и детей - интересной.

Собираясь уезжать отдыхать, обязательно:

1. Наденьте на ребенка несколько «слоев» одежды, часть из которой можно без труда при необходимости снять. Это залог того, что он будет чувствовать себя хорошо и не простудится.
2. Держите под рукой шапочку, которая обеспечит голове ребенка защиту от солнечных лучей, а в прохладную ветряной погоду - от холода.
3. Возьмите питьевую воду, чтобы можно было в любое время утолить жажду, а в случае необходимости - помыть руки.
4. Не забудьте о запасах гигиенических средств (мыло, зубная паста и щетка, бумажные салфетки, туалетная бумага и т.п.).
5. Позаботьтесь о своем продовольствии. Ведь неизвестно, где, когда и какого качества пищу вы сможете купить. Обязательно возьмите фрукты и овощи, продукты с длительным сроком хранения.
6. Убедитесь в наличии походной аптечки, поскольку в дороге ребенок может себя плохо почувствовать или и получить травму. В аптечке должны быть: перекись водорода; вата стерильная; раствор йода; лейкопластырь; нашатырный спирт; обезболивающее; средство от желудочного расстройства; раствор бриллиантового зеленого; активированный уголь; бинт стерильный; парацетамол.

7. Чтобы ребенок имел чем заняться в дороге, возьмите:
- любимую игрушку;
- журнал или книгу;
- детям постарше - плеер для прослушивания музыки или аудиокниг.
- небольшой альбом и карандаши (фломастеры);
- дорожные игры (шахматы, нарды и т.д.).

8. Возьмите фотоаппарат, сделанные во время путешествия снимки вашего ребенка будут хорошим упоминанием для вас, а впоследствии станут историей семьи.

Во время путешествия никогда: не читайте ребенку нотаций; не поучайте его; не ругайте; не вините в том, что уже произошло; не упоминайте прошлых неприятностей. Лучше:
- вспомните вместе с ребенком приятные веселые моменты из предыдущего путешествия;

- расскажите ему что-то интересное из собственных детских путешествий;
- наблюдайте с ним за окружающим пейзажем, находите в нем нечто необычное, достойное внимания;
- расскажите ребенку что-то интересное о местности, в которой вы находитесь или куда едете (исторический факт, легенду, стих), или вместе придумайте сказку, пофантазируйте;
- играйте с ребенком в дороге.

ПУТЕШЕСТВУЙТЕ НА ЗДОРОВЬЕ.

Отдел Комиссии по делам несовершеннолетних
и защите их прав при администрации
Октябрьского района