

Личная гигиена важна для любого из нас. Ведь, благодаря ей, человек сохраняет и укрепляет свое здоровье. Наша обязанность научить личной гигиене наших детей.

Условно правила личной гигиены ребенка можно разделить:

Гигиена тела - это основа личной гигиены ребенка. Ежедневно вечером ребенок должен принимать душ, пользуясь детскими гелями или мылом. Помимо этого, приучите ребенка мыть руки перед употреблением пищи, после прогулки и туалета. У ребенка обязательно должно быть собственное полотенце, за чистотой которого должны следить родители. Менять полотенце следует не реже, чем раз в неделю;

Гигиена волос. Правильный уход за волосами и кожей головы - очень важна часть личной гигиены ребенка. Чистые ухоженные волосы сделают внешность детей опрятной. Мыть голову ребенку следует не чаще одного раза в три дня, за исключением непредвиденного загрязнения. Обязательно выделите ребенку отдельную расческу. Чаще посещайте парикмахера;

Гигиена полости рта. При уходе за полостью рта у многих детей возникают проблемы. Трудно приучить ребенка ежедневно и правильно чистить зубки. Следует не забывать, что, благодаря гигиене ротовой полости, мы сохраняем зубы в хорошем состоянии. Это предотвратит целый ряд опасных заболеваний;

Чистить зубки нужно 2 раза в день: утром и вечером. У ребенка должна быть своя личная щетка, которую необходимо менять не реже, чем 1 раз в два месяца. Покупайте специальную зубную пасту для детей, соответствующую его возрасту. Раз в пол года, в целях профилактики, обязательно посещайте детского стоматолога;

Гигиена белья и одежды. Немаловажную роль в личной гигиене ребенка играет уход за бельем и одеждой. Ведь именно одежда защищает тело ребенка от грязи, повреждений и насекомых. Белье, которое соприкасается с телом, следует менять каждый день. Покупаемая одежда и обувь для детей должна быть соответствующего размера, и, желательно, быть изготовлена из натуральных тканей и материалов. Никогда не одевайте ребенку чужую одежду и обувь - это негигиенично;

Гигиена спального места. После активного дня ребенка должен ждать крепкий и здоровый сон. Идеально, когда у детей есть собственная кровать с ортопедическим матрасом. Домашние питомцы, если они у вас есть, не должны иметь доступа к спальному месту ребенка. Летом, в жару, постельное белье следует менять 1 раз в неделю, зимой - можно реже - 1 раз в две недели. Чтобы сон ребенка был крепче и комфортней, проветривайте перед сном комнату, в которой он спит.

Родители должны осознавать, как важна личная гигиена ребенка. Следить за чистотой столовых приборов, туалетной и ванной комнат - их прямая обязанность.

ПОМНИТЕ, в каждой семье существуют свои правила личной гигиены, но в общем они схожи, и обучать им нужно с детства. Таким образом, вы воспитаете в детях аккуратность и защитите их от многих болезней!

Стационарное отделение
ЮРИДИЧЕСКИЙ АДРЕС:
602332, Владимирская область
Селивановский район
пгт. Красная Горбатка
ул. Красноармейская, д. 8в

Е-mail:
seliv_cso@uszn.avо.ru

Сайт:
сайт: <http://selivcson.social33.ru>

Директор Центра -
СЕДЛОВА АЛЛА НИКОЛАЕВНА
Телефон: 8 49 (236) 2-29-70

Заместитель директора –
КОННОВА ЕКАТЕРИНА ВИКТОРОВНА
Телефон: 8 49 (236) 2-27-95

ФАКТИЧЕСКИЙ АДРЕС
602332, Владимирская область
Селивановский район
пгт. Красная Горбатка
ул. 1-я Заводская, д. 3а

Заведующий отделением
Грибкова Оксана Николаевна
Телефон: 8 49 (236) 2-40-29

Специалисты по социальной работе
Клевцова Наталья Николаевна
Силанова Юлия Викторовна
Телефон: 8 49 (236) 2-40-29



Департамент социальной защиты населения администрации
Владимирской области

Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания Владимирской области "Селивановский комплексный центр социального обслуживания населения"

Стационарное отделение

ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ ДЕТЕЙ



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

п. Красная Горбатка, 2020 г.