

Наш адрес:

Владимирская область,
Селивановский район,
п. Красная Горбатка,
ул. 1-ая Заводская, д. 3-а
Тел.: 8 (49 236) 2-40-29
сайт: <http://selivcson.social33.ru>
e-mail: seliv_cso@uszn.avо.ru

Директор

Кобякина Валентина Степановна
8 (49 236) 2-29-70

Заведующий отделением

Пелёвина Екатерина Александровна
**Специалист по реабилитационной работе
в социальной сфере**

Карасева Екатерина Александровна
Специалист по социальной работе

Шилова Нина Викторовна

Психолог в социальной сфере

Грибкова Оксана Николаевна

Педагог дополнительного образования

Куркова Галина Викторовна

8 (49 236) 2-40-29

Часы работы Центра:

8-00 – 17-00

Обеденный перерыв:

12-00 – 13-00

ВСТУПАЙТЕ В СООБЩЕСТВО

ЦЕНТРА В КОНТАКТЕ



**Министерство социальной защиты населения
Владимирской области**

**ГБУСО ВО «Селивановский
комплексный центр социального обслуживания населения»**

**Отделение реабилитации детей с ограниченными
возможностями и ранней помощи**

***ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ
НАЧИНАЕТСЯ С СЕМЬИ***



п. Красная Горбатка

Условия, от которых зависит направленность формирования личности ребёнка, а также его здоровье, закладываются в семье. То, что прививают ребёнку с детства в семье, определяет его дальнейшее поведение в жизни, отношение к себе, своему здоровью и здоровью окружающих. ЗОЖ служит укреплению всей семьи. Основной задачей для родителей является: формирование у ребёнка нравственного отношения к своему здоровью, которое выражается в желании и потребности вести здоровый образ жизни. Этом ничто не может заменить авторитет взрослого, поэтому родители должны сами вести здоровый образ жизни и быть примером для своего ребёнка.



НЕСКОЛЬКО СОВЕТОВ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:

- 1 Начинаяте день с улыбки. Помните, от того, как вы разбудите ребёнка, зависит его психологический настрой на весь день.
- 2 Не забудьте про зарядку. Если день начать с зарядки, значит будет всё в порядке.
- 3 Используйте естественные факторы закаливания — солнце, воздух и воду.
- 4 Оптимальный вид отдыха - прогулка с семьёй на свежем воздухе.
- 5 Старайтесь употреблять в пищу больше овощей и фруктов.
- 6 Проводите больше времени на свежем воздухе: играйте в подвижные игры, катайтесь на велосипедах, гуляйте в парке и т.д.
- 7 Не доверяйте воспитание своего ребёнка телевизору и компьютеру.

ПОМНИТЕ:

Лучший пример для ребёнка — личный пример взрослых!

