



Kalendarium:

- 1 czerwca obchodzimy Międzynarodowy Dzień Dziecka
- 14 czerwca obchodzimy Światowy Dzień Krwiodawstwa
- 21 czerwca to pierwszy dzień lata
- 23 czerwca przypada Uroczystość Bożego Ciała



MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ DZIECKA

Deklaracja Praw Dziecka

*Przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne Ligi Narodów w 1924 roku
(zwana Deklaracją Genewską)*

Niniejszą Deklarację, nazwaną Deklaracją Genewską, mężczyźni i kobiety wszystkich narodowości uznają, że ludzkość powinna dać dziecku wszystko, co posiada najlepszego i stwierdzają, że ciążą na nich, bez względu na rasę, narodowość i wyznanie, następujące obowiązki:

- Dziecku powinno się dać możliwość normalnego rozwoju fizycznego i duchowego.
- Dziecko głodne powinno być nakarmione, dziecko chore powinno być pielęgnowane, dziecko wykolejone wrócone na właściwą drogę, sierota i dziecko opuszczone - wzięte w opiekę i wspomagane.
- Dziecko powinno przed innymi otrzymać pomoc w czasie klęski.
- Dziecko powinno być przygotowane do zarobkowania na życie i zabezpieczone przed wszelkim wyzyskiem.
- Dziecko winno być wychowane w wierze, że jego najlepsze cechy powinny być oddane na usługi współbraci.

/Źródło: WWW.dziendziecka.swieta.biz/deklaracja/

Kiedy śmieje się dziecko, śmieje się cały świat.
Janusz Korczak

Z okazji Dnia Dziecka
wszystkim dzieciom
życzymy:
dużo zdrowia,
szczęścia i radości,
czułej opieki dorosłych.

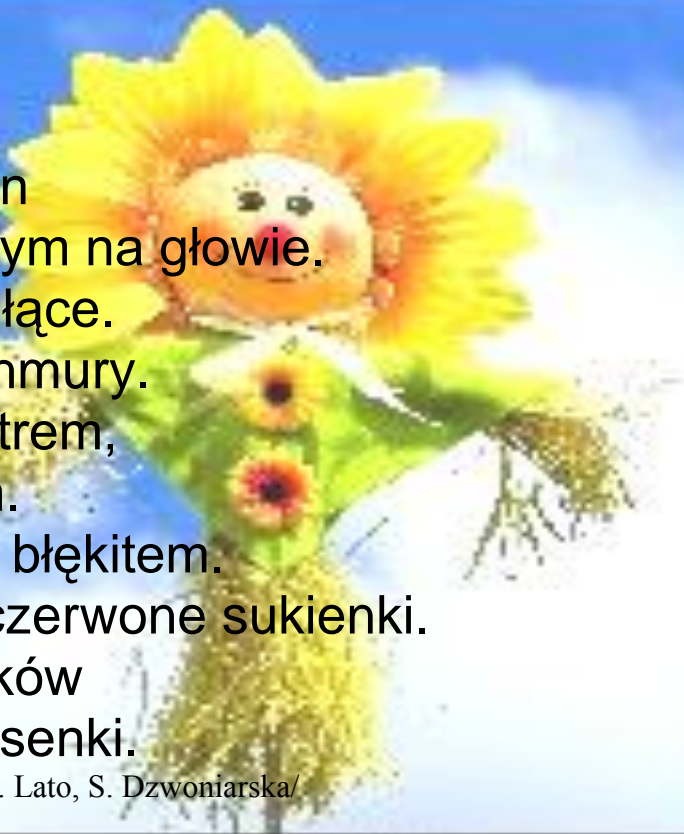
redakcja



Pan Czerwiec

Na spacer wyszedł Pan
W kapeluszu słomkowym na głowie.
Kłania się kwiatom na łące.
Parasolem rozgania chmury.
Szepce o czymś z wiatrem,
Rozmawia ze słońcem.
Leśne dzwonki maluje błękitem.
Truskawkom rozdaje czerwone sukienki.
Słucha koncertu słowików
I świerszcza cichej piosenki.

Wesoły rok. Lato, S. Dzwoniarska/



LATO

Lato mieszka w kwiatkach
I w drzewach.
Lato z ptakami śpiewa.
Pachnie trawą na łące.
Uśmiecha się gorącym słońcem.
Lato wędruje z przygodą.
Chodzi z plecakiem po górach.
Skacze z wiatrem po chmurach.
Bawi się z dziećmi na plaży.
Lato o lodach marzy.

/Wesoły rok. Lato, S. Dzwoniarska/

Jedziemy na wakacje

Jedziemy na wakacje
do lasu, nad wodę.
Prosimy ciebie, słońko
o piękną pogodę.
Jedziemy na wakacje
nad morze, na plażę.
Kolorowe muszelki
przynieś, falo, w darze.

Jedziemy na wakacje
w te góry wysokie.
Nie chowajcie się, szczyty,
za mgłą, za obłokiem.
Jedziemy na wakacje
Na Mazury? Może!
Wyjrzyj z krzaków, prawdziwku,
czekaj na nas w borze.

PIERWSZA POMOC PRZY PORAŻENIU PRĄDEM

Niekiedy może zdarzyć się nieszczęście i ktoś zostanie porażony prądem. Dobrze wiedzieć, po czym rozpoznać porażenie i co zrobić w takiej sytuacji, a czego bezwzględnie robić nie wolno, abyśmy sami nie ulegli porażeniu. Dobrze zapamiętaj zamieszczone tu rady.



NIE DOTYKAJ PORAŻONEGO PRĄDEM

Osoby porażonej prądem nie wolno dotykać, zanim nie odłączymy źródła prądu. Na początku należy wyjąć z gniazdka wtyczkę urządzenia elektrycznego lub wyłączyć bezpieczniki. Gdy poszkodowany uległ porażeniu na dworze, trzeba znaleźć suchy drewniany kij i odsunąć kabel elektryczny. Dopiero teraz można zbliżyć się do osoby porażonej prądem.

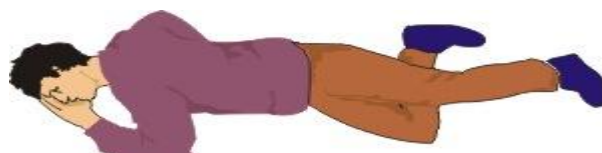
WEZWIJ POMOC

Jeśli poszkodowany nie oddycha, niezbędne będzie wykonanie sztucznego oddychania może też masażu serca. Czynności te nazywamy reanimacją. Koniecznie trzeba wezwać dorosłych.



SPRAWDŹ STAN POSZKODOWANEGO

Musimy sprawdzić, czy poszkodowany jest przytomny i czy oddycha. Osoba przytomna będzie odpowiadała na nasze pytania, od nieprzytomnej odpowiedzi nie dostaniemy. Poszkodowanego, który oddycha, trzeba ułożyć w pozycji bocznej ustalonej i niezwłocznie wezwać pogotowie ratunkowe.



CZY TWOJE DZIECKO PIJE WODĘ?

Bardzo ważne jest to, co i w jakiej ilości pijemy. Płyny są źródłem dodatkowych kalorii. Warto więc wiedzieć, że według Światowej Organizacji Zdrowia nie powinniśmy pić więcej niż 10% naszego dziennego zapotrzebowania energetycznego, gdyż może to prowadzić do nadwagi i otyłości.

Warto przyzwyczajać dziecko już od najmłodszych lat, aby pragnienie zaspokajało wodą. Nie ulega wątpliwości, że woda jest najwłaściwszym płynem – najlepiej gasi pragnienie, a przy tym nie dostarcza zbędnych kalorii i nie zaburza apetytu. Woda warunkuje prawidłowy przebieg wszystkich procesów życiowych. Ponieważ nie zawiera cukru, nie przyczynia się do powstawania nadwagi i otyłości oraz próchnicy zębów. Dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym powinny pić wodę dobrej jakości.

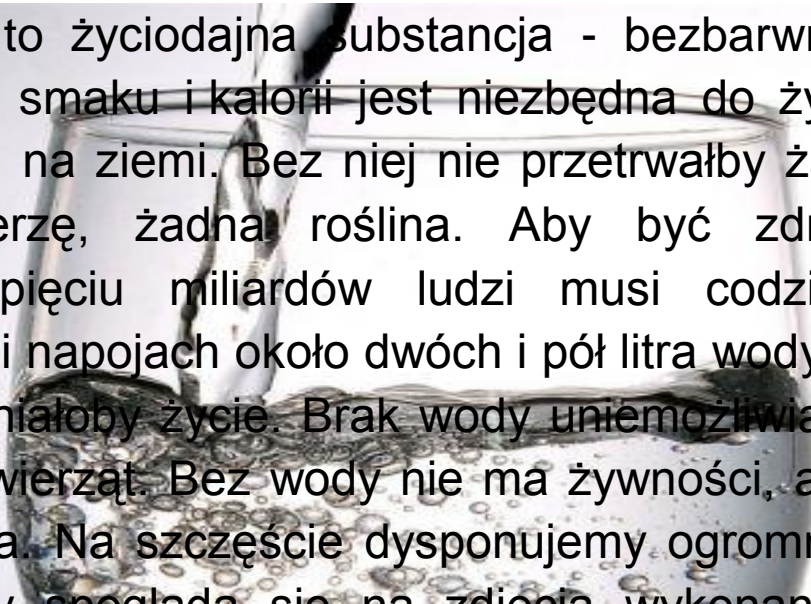
Bardzo ważne jest wczesne (już od niemowlęcia) przyzwyczajanie do smaku czystej wody. Wyrabia to dobre nawyki później i sprawia, że dzieci mniej chętnie sięgają po to co słodkie.

/A. Czerwonogrodzka, „Mamo, tato, wolę wodę! Poradnik dla rodziców, s.20/



Rodzicu, dawaj
dobry przykład
swoim dzieciom
i pij wodę 😊

CZYM JEST WODA - H₂O?



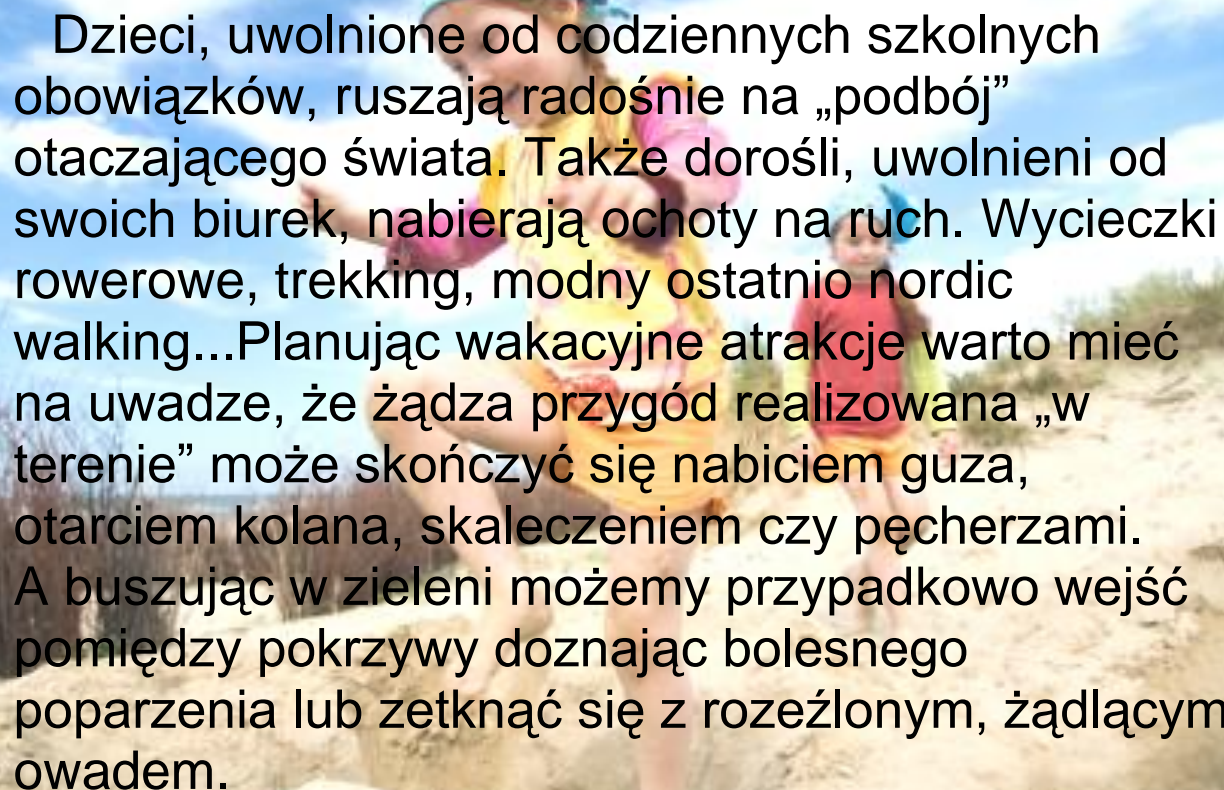
Woda to życiodajna substancja - bezbarwna, bezwonna, pozbawiona smaku i kalorii jest niezbędna do życia wszystkim organizmom na ziemi. Bez niej nie przetrwałby żaden człowiek, żadne zwierzę, żadna roślina. Aby być zdrowym, każdy z przeszło pięciu miliardów ludzi musi codziennie przyjąć w posiłkach i napojach około dwóch i pół litra wody. Gdyby jej nie było, nie istniałoby życie. Brak wody uniemożliwia uprawę ziemi i hodowlę zwierząt. Bez wody nie ma żywności, a bez żywności nie ma życia. Na szczęście dysponujemy ogromnymi zasobami wody. Kiedy spogląda się na zdjęcia wykonane z kosmosu, można odnieść wrażenie, że nasza piękna, błękitna planeta nie powinna się nazywać Ziemia, lecz Woda.

<http://www.woda.ovh.org/index.htm>

BEZPIECZNE WAKACJE



Ciekawość świata, spontaniczne eksplorowanie nowych terenów i chęć doskonalenia nowych umiejętności to oznaka prawidłowego rozwoju dziecka. Wzmoczona aktywność naszych pociech uaktywnia się głównie latem. Najlepszym czasem na granie w piłkę, pływanie w morzu, jeziorach, łażenie po drzewach, jazdę na rowerze i rolkach są przecież wakacje.

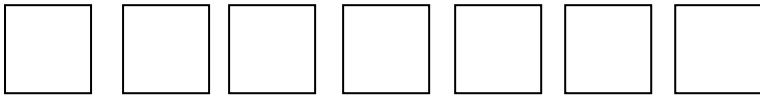


Dzieci, uwolnione od codziennych szkolnych obowiązków, ruszają radośnie na „podbój” otaczającego świata. Także dorośli, uwolnieni od swoich biur, nabierają ochoty na ruch. Wycieczki rowerowe, trekking, modny ostatnio nordic walking... Planując wakacyjne atrakcje warto mieć na uwadze, że żądza przygód realizowana „w terenie” może skończyć się nabiciem guza, otarciem kolana, skaleczeniem czy pęcherzami. A buszując w zieleni możemy przypadkowo wejść pomiędzy pokrzywy doznając bolesnego poparzenia lub zetknąć się z rozeźlonym, żądliwym owadem.

/Źródło: <http://solutions.3mpoland.pl/>

Dzieci nie uchronimy przed drobnymi urazami – są one wpisane w dzieciństwo. Pamiętajmy jednak, by uczulić dzieci na skutki płynące z ich zabawy. Dorośli powinni pamiętać o ich bezpieczeństwie i zabezpieczyć swoje pociechy w opaski z imieniem i nazwiskiem oraz numerem telefonu rodziców. A dzieci, które mają telefony komórkowe powinny potrafić wezwać pomoc wykręcając numer alarmowy 112.

ZADANIE DLA NAJMŁODSZYCH



Wybiegł ze szkoły uśmiechnięty Jacek.

Antek czapkę podrzuca z radości.

Kasia głaszcze kota burego.

As, pies Ali, szuka na trawniku kości.

Celinka myśli o słońcu i plaży,

Julka biega po zielonej trawie, a

Emil zamknął oczy i marzy o pysznej zabawie.

(Poszukaj tytułu tego wiersza. Poproś rodziców, by Ci pomogli 😊)

Powodzenia 😊