



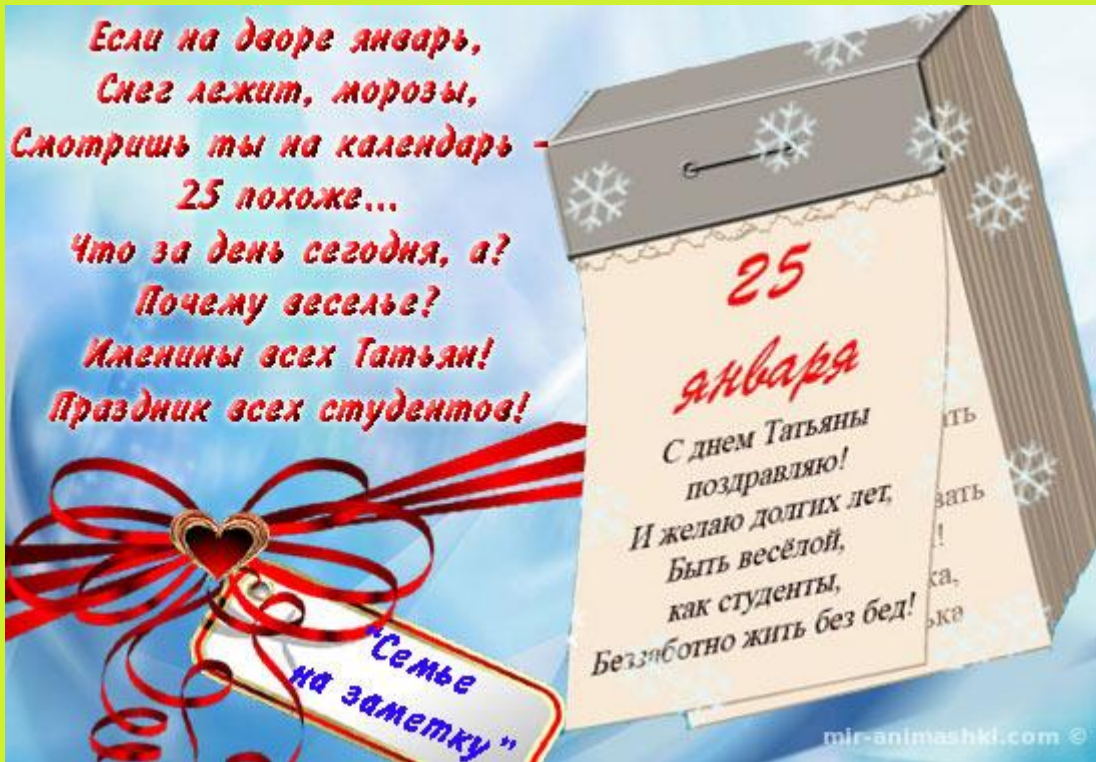
«ДОМОВЁНОК»

№1 январь 2018 год

Информационно – познавательная газета ГУ РК «УДРС»

Наши рубрики

Татьянин день, День российского студенчества



Читайте в этом номере:

Будьте здоровы!
стр. 2

Зима-январь
стр.3

Приметы января
стр. 4

Консультация
для педагогов
стр. 5

Сенсорная комната
стр.6

Калейдоскоп идей
стр. 7

Татьянин день,
День российского
студенчества
стр. 8

Крещение
стр.9

Праздники в февраля
стр.10

Ветряная оспа

Ветряная оспа (ветрянка) – типичная детская инфекция. Болеют в основном дети раннего возраста или дошкольники. Восприимчивость к возбудителю ветряной оспы (вирус, вызывающий ветряную оспу относится к герпес-вирусам) тоже достаточно высока. Около 80% контактных лиц, не болевших ранее, заболевают ветрянкой.

От момента контакта с больным ветряной оспой до появления первых признаков болезни проходит от **14 до 21 дня**.

Заболевание начинается с появления сыпи. Обычно это одно или два красноватых пятнышка, похожих на укус комара. Располагаться эти элементы сыпи могут на любой части тела, но чаще всего впервые они появляются на животе или лице. Обычно сыпь распространяется очень быстро – новые элементы появляются каждые несколько минут или часов. Красноватые пятнышки, которые вначале выглядят как комариные укусы, на следующий день приобретают вид пузырьков, наполненных прозрачным содержимым. Пузырьки эти очень сильно зудят. Сыпь распространяется по всему телу, на конечности, на волосистую часть головы. В тяжелых случаях элементы сыпи есть и на слизистых оболочках – во рту, носу, на конъюнктиве склер, половых органах, кишечнике. К концу первого дня заболевания ухудшается общее самочувствие, повышается температура тела (до 40 градусов С и выше). Тяжесть состояния зависит от количества высыпаний. Если элементы сыпи есть на слизистых оболочках глотки, носа и на конъюнктиве склер, то развивается фарингит, ринит и конъюнктивит вследствие присоединения бактериальной инфекции. Пузырьки через день-два вскрываются с образованием язвочек, которые покрываются корочками. Головная боль, плохое самочувствие, повышенная температура сохраняются до тех пор, пока появляются новые высыпания. Обычно это происходит от 3 до 5 дней. В течение 5-7 дней после последних подсыпаний сыпь проходит.

Лечение ветрянки заключается в уменьшении зуда, интоксикации и профилактике бактериальных осложнений. Элементы сыпи необходимо смазывать антисептическими растворами (как правило, это водный раствор зеленки или марганца). Обработка красящими антисептиками препятствует бактериальному инфицированию высыпаний, позволяет отследить динамику появления высыпаний. Необходимо следить за гигиеной полости рта и носа, глаз – можно полоскать рот раствором календулы, слизистые носа и рта также нужно обрабатывать растворами антисептиков.

К осложнениям ветряной оспы относятся миокардит – воспаление сердечной мышцы, менингит и менингоэнцефалит (воспаление мозговых оболочек, вещества мозга), воспаление почек (нефрит). К счастью, осложнения эти достаточно редки. После ветряной оспы, также как и после всех детских инфекций, развивается иммунитет. Повторное заражение бывает, но очень редко.



Информацию подготовила: Главная медицинская сестра Унгар О.Ю.

Пословицы и поговорки про январь

Январь ломонос — береги свой нос.

Январю — морозы, февралю — метелицы.

Январь — году начало, зиме — середина.

Январю-батюшке — морозы, февралю — метели.

Январь два часа дня прибавит.

Январь на пороге — прибыло дня на куриный шаг.

Январь-батюшка год начинает, зиму величает.

Январь — весне дедушка.

Январь — всему году запеваля.

Январь середина зимы, да весне дедушка.

Январь — запевка года, зиме вершина.

Январь на порог, прибыло дня на воробьиный скок.

Январь — перелом зимы, темная зорька года.

Январь — просинец (наступает прояснение — синенют небеса).

Январь – месяц ярких звезд, белых троп, синих льдов.

Январь тулуп до пят надевает, хитрые узоры на окнах расписывает, глаз снегами тешит да ухо морозом рвет.

Месяц январь — зимы государь.

В январе растет день — растет и холод.

В январе холода над землёй повисли.

С января солнце на лето поворачивает.

Не страшен мороз, когда тепло укрыт нос

Накопишь снега на полях — больше хлеба в закромах.

Зима не лето — в шубу одета.

Много снега — много хлеба, много воды — много травы.

Солнце на лето – зима на мороз.

Береги свой нос в большой мороз.

Мороз не велик, да стоять не велит.

Не страшен мороз, когда укрыт тепло нос.

Не будет снега, не будет следа.

Снег земле-кормилице — что теплый кожух.

Приметы января

Январской весны бойся, живуча хилая весна: зимнее тепло летний холод.
Холодные январы подряд не бывают.
В январе висит много частых сосулек, очень длинных — урожай будет хороший.
Если январь сухой, морозный и вода в реках сильно убывает, то лето будет сухое и жаркое.
Будет сух январь – будет и крестьянин богат.
Если январь холодный, июль будет сухой, жаркий – не жди грибов до осени.
Если ударят морозы на последней неделе января — жди холодное лето.
Снег глубок – хлеб хорош.
Снега надует — хлеба прибудет.
Белее зима – зеленее лето.
Синичка с утра начинает пищать – жди мороза.
Будут воробьи купаться в снегу – к оттепели.
Лебедь летит – к снегу, а гусь – к дождю.
Курица на одной ноге стоит – к стуже.
Коли в январе март, жди в марте января.
Если в январе висит много длинных и частых сосулек, будет неплохой урожай.
Будут в январе частые снегопады и метели – жди в июле частых дождей.
Если в небе перед Рождеством много звёзд, много будет и грибов, и ягод.
Большой иней, бугры снега, глубоко промёрзшая земля – к хлебородию.
Круг около солнца или месяца предвещает продолжительные метели с морозом.
Если вороны и галки вьются в воздухе – жди снегопада, садятся на снег – к скорой оттепели, а уж коль сядут на верхушки деревьев — к морозу.
В январе деревья в инее — небо скоро будет синее.
Если при сильном морозе безоблачно, морозная погода будет продолжительной.
Коль сырой январь – хлебам беда.
Коль весна в январе, то как бы в апреле зима не наступила.
Январь сухой, морозный и вода в реках очень убывает – жди сухое и жаркое лето.
Сух январь — крестьянин богат.
Январский холод наполняет закрома.
Январь сухой и морозный — быть жаркому лету.
Если в январе очень холодно, то грибы появятся позднее.
Сырой январь — хлебам беда.
Если в январе март — бойся в марте января.
В январе слякоть — в июле дождь.
Если в январе эхо далеко уходит — морозы крепчают.
Если пчелы зашевелились в январе, весна будет дождливой, мокрой.
Морозный январь — урожайный год. Туманы в январе — на мокрую весну.
Если январь сухой, морозный и вода в реках сильно убывает, то лето будет сухое и жаркое.
Если дятел стучит в январе — к ранней весне, стучит в марте к поздней весне.
Мало звезд в январе — к ненастью.
Ясные дни в январе — к хорошему урожаю.
Холодные январы подряд почти не повторяются.
Если январь холодный, июль будет сухой и жаркий.
Теплые дни января недобром отзываются.

«Значение слушания музыки»

Когда родилась музыка? Этого не знает никто. Может быть, только ветер, разносящий различные звуки по всей земле. Когда родилась детская музыка? Возможно, она появилась на свет вместе самым человеком.

Музыка затрагивает все, даже самые тончайшие струны души. О лечебных силах музыки писали древние мудрецы: Пифагор, Аристотель, Платон. Они считали, что музыка восстанавливает нарушенную болезнью гармонию в человеческом теле. Выдающийся врач всех времен и народов Авиценна ещё тысячу лет назад лечил музыкой, а с XIX века музыкотерапия нашла свое широкое применение во всей Европе.

Музыкальное восприятие является тем «каналом», который позволяет обогащать индивидуальный музыкальный опыт. От того, какая музыка окружает ребенка, звучит в повседневной жизни, зависит становление музыкального вкуса ребенка, его культурный кругозор, интерес к музыкальной деятельности, выбор музыки в качестве «спутника жизни».

В отборе музыкальных произведений для детей основными являются требования художественности и доступности.

Музыка играет огромную роль в обогащении эмоционального опыта ребенка. Хорошая музыка побуждает позитивные эмоции, что чрезвычайно важно для растущего человека. Поэтому, чем устойчивее будут связь и взаимодействие ребенка и музыки, тем успешнее будет его эмоциональное развитие.

Принципы отбора музыкальных произведений для слушания:

1. Небольшие по объему (временя исполнения не должно превышать 5-8 минут);
2. С яркой музыкальной выразительностью (темп, ритм, динамика, мелодия);
3. Разнообразные по стилям и жанрам;
4. Классические и современные;
5. Программные и непрограммные.

И помните, что слушание музыки требует деликатности и тишины.



Сенсорная комната в реабилитации детей с ОВЗ

Сенсорная комната — это специально оборудованное помещение, предназначенное для проведения лечебно-профилактических сеансов, необходимых детям с различными отклонениями в развитии. Вне зависимости от возраста и состояния здоровья, человек находящийся в сенсорной комнате, ощущает полный покой, комфорт и безопасность.

Сенсорная стимуляция очень важна для детей, страдающих ДЦП, ранним детским аутизмом, синдромом Дауна.

Период дошкольного детства является периодом интенсивного сенсорного развития ребенка, когда совершенствуется его ориентировка во внешних свойствах и отношениях предметов и явлений, в пространстве и времени. Успешность умственного, физического, эстетического воспитания в значительной степени зависит от уровня сенсорного развития детей, т.е. от того, насколько совершенно ребенок слышит, видит, осязает окружающее.

В сенсорной комнате происходит воздействие на три основных канала восприятия человеком окружающего мира — кинестетический, аудиальный и визуальный (тактильными ощущениями, звуком и цветом). Специфическое оборудование сенсорной комнаты позволяет в привычном для детей пространстве выполнять разнообразные предметно-практические и игровые действия, сочетая двигательную и речевую активность. Этому способствуют определенные модули и стимуляторы, которые имеют привлекательный, красочный вид с затейливой подсветкой и формой. В коррекционной работе полифункциональная среда сенсорной комнаты - дополнительный и эффективный инструмент для развития детей.

Кроме того, сенсорная комната обеспечивает быстрое установление эмоционально положительного контакта между ребенком и взрослым, что повышает уровень доверия и уважения ребенка к взрослому и настраивает его на эффективную и результативную работу. В целом, сенсорная комната— это реальная возможность расширения жизненного опыта детей, обогащение их чувственного мира. Она используется как «энциклопедия стимулирующих ощущений», предлагающих гораздо большее разнообразие впечатлений, чем традиционное окружение.

Работа в сенсорной комнате организуется в следующих направлениях:

1. Релаксационные тренинги для детей, которые уменьшают тревожное состояние, снижают агрессию, обучают саморегуляции.
2. Стимулирующие упражнения, направленные на активацию и развитие у детей дошкольного возраста сенсорных функций: зрительного и слухового восприятия, осязания и пространственного восприятия.
3. Непосредственно общение, которое имеет огромное значение для общего психологического развития человека, развития его самооценки и становления как личности.

Занятия в сенсорной комнате проводятся в индивидуальной и групповой формах. Продолжительность занятия составляет 20-30 минут. Кратность посещения-4-8 раз за курс реабилитации.

Все занятия имеют следующую структуру:

- ~ ритуал начала занятия;
- ~ игровое задание на развитие психических процессов;
- ~ релаксационное упражнение, позволяющее детям расслабиться, снять мышечное и психоэмоциональное напряжение;
- ~ ритуал окончания занятия.

Противопоказаниями к посещению сенсорной комнаты являются глубокая умственная отсталость, инфекционные заболевания. Частичными противопоказаниями является наличие у детей судорожной готовности эписиндрома. При работе с возбудимыми детьми время пребывания сокращается, минимизируется нагрузка на анализаторы. При работе с тревожными детьми исключаются резкие переходы от одного стимула к другому.

Дети, побывавшие в сенсорных комнатах, считают их волшебными. Как же еще можно назвать мир, где все переливается и мерцает под звуки красивой музыки? Конечно же, только сказкой!

Поделки из CD, DVD, компакт дисков

Почти у каждого человека есть пару ненужных CD, DVD, компакт дисков которые просто поцарапались, залежались и больше не нужны. Не спешите их выкидывать ведь из них можно сделать полезные поделки с детьми: рыбка, смешарики, солнышко и др..



История и традиции праздника

История данного праздника, как дня российского студенчества, началась в 1755 году, когда императрицей Всероссийской Елизаветой Петровной был подписан указ "Об учреждении Московского университета" – первого российского университета, образованного из двух гимназий. Отметим, что инициатор основания Московского университета генерал-адъютант и меценат Иван Иванович Шувалов, бывший на то время фаворитом императрицы, выбрал день подписания указа не случайно. Он хотел сделать необычный подарок своей матушке, которую звали Татьяна. В день ее именин он гордо преподнес матери указ императрицы, и произнес фразу, ставшую позднее крылатой: "Дарю тебе университет".

Изначально **Татьянин день** в качестве студенческого празднества имел характер Актового праздника и торжества, который отмечался только в столице. Начиналось празднование молебном в университетской церкви, по окончании которого все отправлялись на торжественное собрание, где выступал ректор и вручались награды лучшим учащимся. После собрания следовал банкет, а затем гуляния, в которых принимали участие не только студенты, но и профессора.

Всероссийский "размах" этот праздник приобрел после того, как Николай I подписал Указ, которым повелевал праздновать 25 января не день открытия конкретного университета, а подписание акта об учреждении нового вида образовательных организаций как таковых. Таким образом, он обозначил 25 января, как дату появления в России первого университета и, соответственно, первых студентов. Отметим, что **день российского студенчества** всегда праздновался пышно и торжественно. В этот день студентам никто не делал замечаний и не пытался ограничить их свободу. Даже квартальные, отвечающие за порядок на улицах российских городов, не трогали пьяных студентов, а если и подходили, то только для того, чтобы предложить свою помощь.

Историки однозначно утверждают, что День студента в царской России являлся самым шумным днем в году. Отдельные группы и целые толпы студентов, пешком и на извозчиках, с самого утра перемещались по городу, горлаючи песни и шумно веселясь. Они специально пели как можно громче, чтобы еще раз утвердить свои права на этот день и продемонстрировать свободу и самостоятельность. И особой популярностью пользовался студенческий гимн «Gaudeamus igitur» (Гаудеамус), который можно было услышать отовсюду.

Профессиональный праздник студентов отличался от всех остальных празднеств еще и тем, что в этот день стирались все различия между людьми – не имело значения сословие и возраст, уравнивались бедные и богатые, отменялись чины и звания. Абсолютно все, и маститые ученые, и преуспевающие бизнесмены, и важные чиновники, и молодые специалисты, забывали о том, что они уже чего-то добились в жизни, и просто чувствовали себя "старыми студентами". Это был воистину всероссийский праздник, который объединял студентов и профессоров, нынешних и бывших во всем государстве.

Конечно же, с наибольшим размахом празднование Татьянинного дня проходит, как и прежде, в МГУ. И это не удивительно, так как для данного ВУЗа День студента двойной праздник (в этот же день студенты Московского государственного университета отмечают и дату основания своего учебного заведения).

Как правило, праздник начинается в домовом храме Святой мученицы Татьяны при МГУ, где служится праздничная литургия, на которой присутствуют как профессорско-преподавательский состав и студенты университета, так и все желающие жители и гости столицы. Затем следует официальная часть праздника, во время которой руководство университета награждает лучших студентов, поздравляет всех с этим знаменательным днем и разливает своим подопечным традиционную медовуху, которая готовится по старинным церковным рецептам. В завершение праздника гостей ожидают выступления студенческих коллективов художественной самодеятельности, большая дискотека (или бал) и фейерверк.

Крещение

Врачи рекомендуют окунаться в крещенскую прорубь только закаленным и здоровым людям

В ночь на 19 января православные жители республики отметят один из главных христианских праздников – Крещение Господне, которое традиционно сопровождается массовыми купаниями в ледяной воде в специально прорубаемых и освещаемых прорубях. В этом году на водоемах Республики Коми к празднику подготовлены 38 купелей.

По словам заместителя главного врача Республиканского лечебно-физкультурного диспансера Оксаны Половниковой, есть несколько категорий граждан, которым противопоказано окунаться в прорубь на Крещение. Это люди, которые страдают хроническими заболеваниями верхних и нижних дыхательных путей (отиты, гаймориты, бронхиальная астма, хронический бронхит, эмфизема); сердечно-сосудистыми заболеваниями; неврологическими заболеваниями (эпилепсия, любая травма черепа в анамнезе); атеросклерозом; хроническими болезнями почек и мочеполовой системы (нефриты, циститы, простатиты, аднекситы); заболеваниями желудочно-кишечного тракта (язвенная болезнь, колиты, холициститы, гепатиты); заболеваниями кожи и подкожной клетчатки (псориаз, экзема, дерматиты). Особое внимание следует уделить лицам, страдающим инфекционными и грибковыми заболеваниями.

«К купанию зимой надо относиться как к шоковой терапии – шок на холод. И человек, который подвергает себя такому воздействию, должен правильно оценить свои возможности», — отметила О. Половникова.

Те категории граждан, которым не рекомендуется окунаться в прорубь по состоянию здоровья, а также лица, считающие себя здоровыми, но которые не готовили себя в течение года к крещенским купаниям, не закалялись и не занимались физической активностью, могут провести этот ритуал дома, приняв контрастный душ, советует специалист.

Решаясь окунуться в прорубь на Крещение, нужно помнить не только о тех хронических заболеваниях, которые есть у человека, но также учитывать возраст. Врачи не рекомендуют купание в проруби пожилым людям и детям.

Специалист также напоминает, что даже если на улице тепло и на берегу будет организован обогрев, человек должен быть тепло одет: свободная обувь, шерстяные носки, варежки, шапка, свитер, термобелье.

«Перед купанием слегка разогрейтесь, но не до седьмого пота. Раздевшись, помашите руками, сделайте несколько приседаний, наклонов. Тело должно быть горячим, но не потным. Раздеваться перед погружением в воду нужно снизу вверх: сначала снять обувь. И только после того, как останетесь в купальном костюме, можно снять носки, надеть тапочки и идти к купели. После купания необходимо растереться полотенцем, быстро одеться и выпить что-нибудь горячее, припасенный заранее чай, например», – подчеркивает врач.

По словам Оксаны Половниковой, раздевание, одевание и купание должно занять не больше пяти-семи минут. Все надо делать быстро, поэтому фотографироваться и валяться в снегу тем, кто купается впервые, категорически не рекомендуется. В воде желательно быть не более 20-30 секунд. Организм не успевает остыть за это время.

«Не стоит относиться к этому мероприятию как к увеселительной программе. Не употребляйте алкоголь перед погружением в холодную воду. То, что спиртное согревает, – это миф. Сначала действительно может быть ощущение внутренней теплоты, но спустя несколько минут вы замерзнете еще сильнее. Доверяйте своему организму: если взгляд на холодную воду вызывает в вас страх, подумайте еще раз – стоит ли?» – советует врач.

Праздники в феврале

Дата	Событие
6	Всемирный день бармена
8	День российской науки
9	Международный День стоматолога День авиации
10	Праздник дипломатического работника
11	Международный день больного
12	Праздник Масленица
14	День Святого Валентина Всемирный день компьютерщика и программиста
17	Всемирный день проявления доброты
18	День транспортной полиции в России Прощенное воскресенье
21	Всемирный день родного языка
23	День защитника отечества



«Домовенок»

№ 1 январь 2018 год

Адрес редакции: 169300, г. Ухта, пр. Космонавтов, д.9А

тел. 8(216)76-03-42

email Uhtadomrebenka@mail.ru

<http://gurkudrs.ru/contacts.html>

группа "в контакте" <https://vk.com/club121570701>

Электронная газета выходит с декабря 2015 г.

Главный редактор: Березкина М.А. - главный врач ГУ РК «УДРС».

Авторы номера: Унгар О.Ю. – главная медицинская сестра, Щукина О.Н. – музыкальный руководитель, Ярыгина О.В. - старший воспитатель.

Ваши вопросы, советы, интересные истории о детях, о событиях в группах на праздниках и буднях, о том, что вас радует и беспокоит, мы ждем по адресу:

Uhtadomrebenka@mail.ru

Внимание! Электронная газета относится к авторским изданиям!

При использовании её элементов в собственных интересах, требуется ссылка на источник, и разрешение главного врача ГУ РК «УДРС» Березкиной М.А.