

GAZETKA PRZEDSZKOLNA AKADEMII KRÓLA STASIA



NR 8/110 PAŹDZIERNIK 2017, ROK XIV (PRZEDSZKOLE NR 411 „Akademia Króla Stasia WARSZAWA)

Trzeba przyznać, że wrzesień nie rozpieszczał nas swoją aurą. Zła pogoda sprawiła, że wcześniej zaczęły spadać liście, ptaki również odleciały dwa tygodnie wcześniej niż zwykle, a my jesteśmy trochę smutni. Zapomnieliśmy już o wakacjach, mamy pierwszy miesiąc pracy i nauki za sobą. Mimo to w październiku mamy najpiękniejszą kolorystykę przyrody, postarajmy się chociaż wyrzeć przez okno w domu, autobusie, czy tramwaju. Uważajmy na ulicy, nośmy parasole, dozujmy witaminy, jedzmy dużo owoców i warzyw. I czytajmy wydarzenia w przedszkolu, bo u nas zawsze dużo się dzieje!!!

Katarzyna Smułkowska, gr. III

BIAŁA KARTKA

Na nie pogodę najlepsza jest czysta, biała kartka.

Gdy w sadzie szaleje pan Deszcz,
Wyjmij kredki z szuflady i narysuj -
Wiatr, liście, spieszący się zmierzch.

Niebo niech będzie zielone,
drzewa niebieskie, a każdy ptak
wielki jak obłok.

Ktoś przez kamienny most będzie szedł,
Więc w dole popłynie bananowy potok.

J. A. Hockuba



Jesienne Infekcje



Infekcje górnych dróg oddechowych, zwane potocznie przeziębieniami, należą do najczęstszych ostro przebiegających chorób. Małe dzieci miewają katar lub nieżyt oskrzeli do dwunastu razy w ciągu roku, dzieci większe około sześciu razy, a dorośli przeciętnie dwa do trzech razy. Spadek częstotliwości zachorowań w miarę wzrostu wieku wynika z nabywania coraz większej odporności na zarazki, z którymi organizm potrafi sobie lepiej radzić zetknąwszy się już z nimi wcześniej.

Najważniejszymi objawami infekcji górnych dróg oddechowych są - oprócz kaszlu, kataru i chrypy - słabsze lub silniejsze bóle głowy, oczu, kończyn, mięśni, brak apetytu, uczucie ogólnego rozbicia, słabe krążenie krwi.

Środkami podnoszącymi ogólną odporność organizmu na infekcje należą wszystkie zabiegi hartujące organizm: regularne obmywanie ciała zimną wodą; możliwie częste przebywanie na świeżym powietrzu; systematyczne uprawianie sportu; zdrowe odżywianie; korzystanie z dodatkowych środków leczniczych, takich jak sauna; tryb życia zgodny z rytmem biologicznym; pozytywne i optymistyczne nastawienie do życia.

Mamy też rośliny lecznicze, które pobudzają organizm do podnoszenia odporności na infekcje i nadają się doskonale do naszej apteczki domowej. Ich działanie polega na polepszeniu jakości naszych systemów regulacyjnych. Szczególnie dwie rośliny nadają się doskonale do podnoszenia odporności organizmu na grypę i przeziębienie. Są to dziki bez czarny oraz lipa, a zwłaszcza ich kwiaty. Najlepiej zrobić mieszankę, do której bierze się (w równych częściach): kwiaty dzikiego bzu czarnego i kwiaty lipy. Napar z mieszanki służy:

- do kuracji profilaktycznej (2 łyżki na dwie szklanki wrzątku - 10 minut parzenia, podzielić na 3-5-7 porcji i popijać w ciągu dnia);
- przy pierwszych objawach grypy lub infekcji dróg oddechowych (jako środek napotny wypijamy filiżankę gorącego naparu 3 razy dziennie).

Oprócz bzu i lipy, roślin zawierających flawonoidy, mamy do dyspozycji dwa inne środki wzmagające odporność ustroju, których nie powinno zabraknąć w naszej apteczce domowej. Są to krople propolisowe oraz wyciąg homeopatyczny z cebuli. Propolis jest produkowany przez pszczoły. Zbierają one żywicę z drzew, by za pomocą fermentów przetworzyć ją na potrzebną im substancję, którą jest właśnie propolis. Główny zakres działania propolisu to ochrona przed zarazkami chorobotwórczymi, pobudzanie sił obronnych organizmu oraz wspomaganie leczenia chorób skóry i błony śluzowej, a zwłaszcza leczenia ran. Bierze się 10 do 20 kropli na kromce chleba, jak również płukanie gardła - 20 kropli na szklankę wody.

Cebula jest bardzo skutecznym i do tego zupełnie nieszkodliwym lekiem na katar, nawet na katar o podłożu alergicznym. Leczy ponadto zapalenia zatok przynosowych oraz nieżyty gardła i trąbek słuchowych. U dzieci, które ciągle zapadają na infekcje górnych dróg oddechowych, obserwuje się wyraźne zwiększenie odporności, gdy zostanie im zaaplikowana cebula. Tak samo starszych osób podatnych na zapalenie oskrzeli. Można stosować cebulę w postaci wyciągu homeopatycznego o rozcieńczeniu 1:100.

Istnieje wiele mieszanek gotowych do użycia, trzeba jednak pamiętać o tym, że najlepsze wyniki w zwalczaniu objawów choroby osiągamy wtedy, gdy dodajemy do mieszanki te rośliny, które odpowiadają danemu stadium choroby, a nie wtedy, gdy stosujemy jakąś jedną uniwersalną miksturę.

Zachęcam do sięgnięcia po literaturę: „Nasze zdrowie - poradnik...” Ulfa Bóhmiga K.Sm.



WYDARZENIA W NASZYM PRZEDSZKOLU



- ✓ 6 października (piątek) o godz. 15:30 zapraszamy Rodziców Dzieci gr V na zajęcia otwarte wg „Metody Ruchu Rozwijającego” opracowanego przez fizjoterapeutkę Weronikę Sherborne. Zajęcia prowadzone są przez Towarzystwo Rozwijania Aktywności Dzieci „Szansa” w ramach projektu Rodzina Wspólna Sprawa. Prosimy o luźne stroje, najlepiej sportowe.
- ✓ 12 października (czwartek) - od godz. 9:00 grupa III, IV, V, VI weźmie udział w zajęciach warsztatowych zorganizowanych przez Rodzica z grupy V, pod hasłem FINANSOWY ELEMENTARZ - każda grupa osobno.
- ✓ 13 października (piątek) - zdjęcia do kalendarza 2018 - dzieci, które były nieobecne w przedszkolu w dniu 28.09.2017 r.
- ✓ 13 października (piątek) o godz. 15:15 zapraszamy Rodziców Dzieci gr IV na zajęcia otwarte wg „Metody Ruchu Rozwijającego” opracowanego przez fizjoterapeutkę Weronikę Sherborne. Zajęcia prowadzone są przez Towarzystwo Rozwijania Aktywności Dzieci „Szansa” w ramach projektu Rodzina Wspólna Sprawa. Prosimy o luźne stroje, najlepiej sportowe.
- ✓ 13 października (piątek) o godz. 16:00 zapraszamy Rodziców Dzieci gr III na zajęcia otwarte wg „Metody Ruchu Rozwijającego” opracowanego przez fizjoterapeutkę Weronikę Sherborne. Zajęcia prowadzone są przez Towarzystwo Rozwijania Aktywności Dzieci „Szansa” w ramach projektu Rodzina Wspólna Sprawa. Prosimy o luźne stroje, najlepiej sportowe.
- ✓ 16 października (poniedziałek) - godz. 09.15 - Filharmonia Przedszkolaka - koncert pod hasłem: „Wesoły-smutny, cichy-głośny, szybki-wolny, czyli przeciwieństwa w muzyce”.
- ✓ 17 października (wtorek) - dzieci z grup III i VI wybierają się na wycieczkę autokarem na lekcję muzealną do Łazienek Królewskich.
Temat lekcji: „Zostań nadwornym artystą”. Koszt wycieczki: 10 zł - płatne za autokar. Wyjazd z przedszkola godz. 8.45, śniadanie - o godz. 8.00.
- ✓ 19 października (czwartek) - dzieci z grup IV i V wybierają się na wycieczkę autokarem na muzealne zajęcia edukacyjne do Zamku Królewskiego.
Temat zajęć: „Władziu nie grzmij, czyli burza w beczce” + przedstawienie teatralne.
Koszt wycieczki: 25 zł - płatne u nauczycielek. Wyjazd z przedszkola godz. 9:00.
- ✓ 20 października (piątek) o godz. 15:15 zapraszamy Rodziców Dzieci gr II na zajęcia otwarte wg „Metody Ruchu Rozwijającego” opracowanego przez fizjoterapeutkę Weronikę Sherborne. Zajęcia prowadzone są przez Towarzystwo Rozwijania Aktywności Dzieci „Szansa” w ramach projektu Rodzina Wspólna Sprawa. Prosimy o luźne stroje, najlepiej sportowe.
- ✓ 20 października (piątek) o godz. 16:00 zapraszamy Rodziców Dzieci gr I na zajęcia otwarte wg „Metody Ruchu Rozwijającego” opracowanego przez fizjoterapeutkę Weronikę Sherborne. Zajęcia prowadzone są przez Towarzystwo Rozwijania

Aktywności Dzieci „Szansa” w ramach projektu Rodzina Wspólna Sprawa. Prosimy o luźne stroje, najlepiej sportowe.

- ✓ **23 października (poniedziałek)**, o godzinie 9:00 odwiedzi naszych przedszkolaków teatrzyk objazdowy z przedstawieniem: „Leszczynowe dary”.
- ✓ **27 października (piątek)** od godz. 9.00 każda grupa dzieci oddzielnie weźmie udział w ciekawych warsztatach naukowych LABO ODKRYWCÓW. Warsztaty odbywają się cyklicznie w czterech spotkaniach - są to już drugie warsztaty, każde w cenie 6 złotych/dziecko.

Temat drugiego warsztatu: „Tajemniczy kosmos” - płatne u nauczycielek w grupach (6 złotych za pojedyncze warsztaty lub 18 złotych za cały cykl do końca).

- ✓ W naszym przedszkolu rozpoczął działalność **KLUBIK MALUCHA**, który zaprasza Rodziców i dzieci do lat trzech z okolicy, na zajęcia ogólnorozwojowe. Klubik prowadzi pani Izabela Kowalska.



Fall Words

<i>rake</i> 	<i>leaves</i> 	<i>apple</i> 	<i>corn</i> 
<i>scarecrow</i> 	<i>acorn</i> 	<i>pumpkin</i> 	<i>squirrel</i> 
<i>football</i> 	<i>sunflowers</i> 	<i>school</i> 	<i>colors</i> 
<i>geese</i> 	<i>harvest</i> 	<i>autumn</i> 	<i>wheat</i> 

©All Rights Reserved Loving2Learn.com™