

WYPRAWKA DO ŻŁOBKA

1. Pościel (kołderka, poduszka, prześcieradło na gumkę podgumowane 140/70 cm)
2. Ręcznik papierowy
3. Piżama
4. Kapcie
5. Przybory toaletowe (kubeczek, szczoteczka do włosów, pasta do zębów, szczotka do włosów)
6. Chusteczki suche w kartonowym opakowaniu, chusteczki higieniczne, chusteczki mokre
7. Pampersy
8. Worek z ubrankami na zmianę
9. Dwa śliniaki bawełniane od wewnętrznej strony z ceratką

WSZYSTKIE RZECZY PODPISANE !!!

WAŻNE INFORMACJE DLA RODZICÓW PRZYSZŁYCH ŻŁOBKOWICZÓW

1. By dziecko czuło się bezpiecznie, sam musisz czuć się odprężony i uśmiechnięty. Gdy żegnasz się z nim w szatni nie przedłużaj tej

chwili, nie okłamuj Go. Określ czas przyjscia po niego. Nie spóźnij się !!!

2. Daj dziecku ukochaną przytulankę czy kocyk. Sam wiesz co lubi najlepiej. Czas leżakowania to dla niego trudny moment. Jeśli bardzo rozpacza warto pomyśleć na początku o wcześniejszym odbieraniu go.
3. Bądź w stałym kontakcie z opiekunem, opowiedz o jego zwyczajach i upodobaniach, o tym co lubi, a czego nie lubi.

UBIERANIE DZIECKA DO ŻŁOBKA

Ubierając swoje dziecko zawsze należy zwracać uwagę na to, jak my się sami ubieramy. Nie należy zbytnio chronić dziecka przed zimnem. Najgorszą rzeczą jaką rodzice mogą zrobić swojemu dziecku to jest przegrzanie go, nadmierne chronienie dziecka przed zimnem. Niestety, to w dużym stopniu wpływa później na słabą odporność dzieci, jak i na częste choroby.

WAŻNE

1. Do naszej placówki ubieraj dziecko wygodnie, w luźne nieobciskające go ubranka.
2. Zamiast modnych spodni ubierz go w dresy lub getry.
3. Nie ubieraj mu bluzek z dużą ilością guzików, ono nie potrafi ich zapinać i denerwuje się.
4. Kapatki najlepiej aby były na rzepy, w szatni powinien wisieć worek na nie.
5. Zostaw dziecku w szatni rzeczy na zmianę (majteczki, rajstopki, skarpetki, bluzeczkę, spodnie).
6. Ubieraj go tak, aby mogło się wybrudzić.
7. W okresie zimowym pamiętaj, że w naszej placówce jest bardzo ciepło, a dziecko w sali czuje się najlepiej w cienkiej bluzeczce lub bluzce na krótki rękaw.
8. Często wychodzimy na podwórko lub spacer, Twoje dziecko musi mieć ubranie przystosowane do pory roku.

RADY DLA RODZICÓW NA OKRES PRZYSTOSOWANIA SIĘ DZIECKA DO POBYTU W ŻŁOBKU

W swojej pracy często spotykamy się z sytuacjami, w których to rodzic, odprowadzając dziecko do żłobka, koncentruje się na negatywnych przewidywaniach. A co, jeśli będzie płakało? A co, jeśli pomyśli, że już po nie nie wróć? W efekcie to dorosły boi się bardziej niż samo dziecko. Wbrew temu co może się nam wydawać, dzieci są mistrzami w odczytywaniu emocji swoich rodziców. Jeśli oddajemy malucha w ręce opiekuna, przedłużając chwilę pożegnania, ze szklącymi się od łez oczami, jaki sygnał odbierze wtedy dziecko. Najlepsze, co możemy zrobić w tej trudnej sytuacji, to porozmawiać z nim szczerze, zanim pójdzie do żłobka. Przywołajmy przyjemne chwile, których sami doświadczyliśmy w podobnej sytuacji. Zapewnijmy, że zawsze po dziecko wrócimy, a żłobek jest po to, żeby dobrze się bawić i poznać nowych kolegów. To nic złego, że również rodzic odczuwa strach- jest to naturalna reakcja. Zadbajmy jednak o to, żeby nie przelewać na dziecko własnych negatywnych emocji.

1. **Nie przeciągaj pożegnania w szatni:** pomóż dziecku rozebrać się, pocałuj i zaprowadź do sali.
2. **Nie zabieraj dziecka do domu,** kiedy płacze przy rozstaniu, jeśli zrobisz to choć raz będzie wiedziało, że łzami można wszystko wymusić.
3. **Nie obiecuj:** jeśli pójdziesz do żłobka, to coś dostaniesz, kiedy będziesz odbierać dziecko, możesz dać mu mały prezent, ale nie może to być forma przekupstwa.
4. **Kontroluj to co mówisz :** zamiast **już** możemy wracać do domu, powiedz: teraz możemy iść do domu. To niby niewielka różnica, a jednak pierwsze zdanie ma negatywny wydźwięk.
5. **Nie wymuszaj na dziecku,** żeby zaraz po przyjeździe ze żłobka opowiadało co tam się wydarzyło, to powoduje niepotrzebny stres.
6. **Pamiętaj: żegnaj i witaj swoje dziecko zawsze z uśmiechem.**

Jak można ułatwić dziecku adaptację w żłobku?

Już teraz zachęcaj i motywuj dziecko do:

- samodzielnego mycia rąk
- samodzielnego ubierania się, zakładania tego, co potrafi,
- podejmowania prób samodzielnego zjadania posiłków,
- posługiwania się sztućcami,
- korzystania z sedesu, nocnika, używania papieru toaletowego, wycierania nosa w chusteczkę,
- spacerowania i nie używania wózka, chodzenia po schodach,
- malowania farbami, rysowania kredkami, lepienia z plasteliny.