



ΦΥΛΛΑΔΙΟ

ΓΙΑ ΤΟΥΣ

ΓΟΝΕΙΣ

EduClips

Ωράριο Νηπιαγωγείου

Πρωινή προσέλευση: 8:15π.μ.-8:30 π.μ.

Αποχώρηση πρωινού τμήματος:13:00μ.μ

Αποχώρηση ολοήμερου τμήματος: 16:00

Το πρωινό ξύπνημα είναι καλό να γίνεται μέσα σε κλίμα ευχάριστο , χωρίς εντάσεις. Πως θα το καταφέρουμε αυτό ; Ορίζοντας και τηρώντας ένα σταθερό ωράριο ύπνου για το παιδί . Το παιδί της προσχολικής ηλικίας έχει ανάγκη από τουλάχιστον 10 ώρες ύπνου την ημέρα , δεδομένου ότι σταδιακά σταματά η συνήθεια του μεσημεριανού ύπνου . Ένα παιδί που έχει ευχαριστηθεί τον ύπνο , ξεκινάει την ημέρα του με κέφι και η καλή διάθεση το συνοδεύει σε ολη τη διάρκεια της σχολικής του ημέρας.Είναι επίσης σημαντικό να έχει το παιδί αρκετό χρόνο , για να ντυθεί και να φάει το πρωινό του χωρίς να βιάζεται : για το λόγο αυτό ,είναι προτιμότερο να ξυπνήσει δέκα λεπτά νωρίτερα παρά να ξεκινήσει την ημέρα του με άγχος

ΤΟ ΠΡΩΙΝΟ ΞΥΠΝΗΜΑ

Ενδυμασία

Επιλέξτε ρούχα απλά και άνετα.

Αποφύγετε τα ρούχα με κουμπιά, τις ζώνες, τα παπούτσια με κορδόνια. Προτιμήστε παπούτσια με βέλκρο [χριτς-χρατς]. Καλό θα ήταν να διαλέγετε μαζί με το παιδί τα ρούχα που θα φορέσει την επόμενη μέρα στο σχολείο, εξηγώντας παράλληλα ποια ρούχα είναι περισσότερο κατάλληλα για το σχολείο και γιατί.

Η σχολική τσάντα:

- Τάπερ με το δεκατιανό: ψωμί-τυρί ή τόστ , φρούτο, γιαούρτι κ.ά. αποφεύγουμε τροφές όπως σοκολάτες , πατατάκια, τσίχλες, κρουασάν, χυμοί, σοκολατούχο γάλα κ.λ.π.
- Μία μικρή πετσέτα (σουπλά)
- Μια αλλαξιά ρούχα (μόνιμα μέσα στην τσάντα του νηπίου)
- Ένα μπουκάλι ή παγουρίνο με νερό

- **Ατομικά χαρτομάντηλα και μωρομάντηλα.**
- **Ένα μικρό μπουκαλάκι με αντισηπτικό.**
- **Τάπερ με το μεσημεριανό (στο τάπερ να είναι γραμμένο το όνομα του παιδιού με ανεξίτηλο μαρκαδόρο).**
- **Μια πετσέτα για τα χέρια.**
- **Ενημερώστε μας για τυχόν αλλεργίες των παιδιών.**

Ώρα Αποχώρησης 16:00μμ (ολοήμερο)

ΓΙΑ ΤΟ ΜΕΣΗΜΕΡΙ ΤΟΥ ΟΛΟΗΜΕΡΟΥ:

- Μια σακουλίτσα με το φαγητό του παιδιού μέσα σε θερμομπολ(στο οποίο να υπάρχει ένδειξη ότι διατηρείται το φαγητό ζεστό για αρκετές ώρες) ή απλό μπολ (αν το φαγητό δε χρειάζεται να είναι ζεστό).
- Για την ώρα της ξεκούρασης θα χρειαστούμε (προς το παρόν): Ένα μικρό μαξιλάρι και μια λεπτή κουβέρτα.

Παρακαλώ στο μπουλ να είναι γραμμένο το όνομα του παιδιού και το όνομα του νηπιαγωγείου 1ου νηπιαγωγείου με ανεξίτηλο μαρκαδόρο και στη τσάντα.

Κάθε Παρασκευή θα το παίρνουν οι γονείς για πλύσιμο και θα τα επιστρέψουν Δευτέρα.

Αυτοεξυπηρέτηση:

1. Τα νήπια πρέπει να πηγαίνουν στην τουαλέτα μόνα τους.
2. Τα νήπια πρέπει να μπορούν να πλένουν τα χέρια τους.
3. Τα νήπια πρέπει να μπορούν να τρώνε μόνα τους.
4. Τα νήπια πρέπει να ντύνονται και να ξεντύνονται μόνα τους.
5. Τα παιδιά πρέπει να βάζουν και να βγάζουν μόνα τους τα παπούτσια τους.
6. Όλα τα νήπια πρέπει να φοράνε άνετα ρούχα κυρίως φόρμες και σπορτέξ .

ΠΡΟΣΟΧΗ:Απαγορεύεται στα παιδιά να φοράνε δαχτυλίδια, σκουλαρίκια και βραχιόλια για λόγους ασφάλειας.

Ψείρες

Ενημερώστε τις νηπιαγωγούς, αν διαπιστώσετε στο σπίτι σχετικό κρούσμα. Το Νηπιαγωγείο θα ενημερώσει άμεσα τις οικογένειες των παιδιών σχετικά. Σε κάθε περίπτωση ο συχνός έλεγχος των παιδιών είναι πολύ σημαντικός.

Ιώσεις

Σε περίπτωση ίωσης το παιδί παραμένει στο σπίτι.

Στην εποχή του ιού COVID-19, που τα δύο τελευταία χρόνια διερχόμαστε, τα μέτρα προφύλαξης ενάντια στη διασπορά των ιώσεων αποκτούν ιδιαίτερη σημασία και βαρύτητα.

**Σας ευχόμαστε ολόψυχα μια καλή και δημιουργική
σχολική χρονιά!**



