

3^ο Νηπιαγωγείο Μύρινας – Οδηγίες Ολοήμερων Τμημάτων

Αγαπητοί γονείς, με χαρά σας καλωσορίζουμε στο Νηπιαγωγείο μας.

Οι παρακάτω πληροφορίες αφορούν στα παιδιά που φοιτούν στο **Ολοήμερο Τμήμα**.

Στο ολοήμερο πρόγραμμα προβλέπεται χρόνος για μάθηση, για μεσημεριανό φαγητό και για χαλάρωση.

- Το μεσημεριανό φαγητό του παιδιού θα πρέπει να είναι σε ανοξείδωτο φαγητοδοχείο που μπαίνει με το καπάκι του στο φούρνο. Γράψτε το **όνομα** του παιδιού σας με ανεξίτηλο μαρκαδόρο ή βερνίκι νυχιών και στο μπολ και στο καπάκι ώστε να αποφύγουμε ενδεχόμενο μπέρδεμα. Κατά την προσέλευση το παιδί θα βάζει το φαγητό στο ψυγείο του σχολείου. Φροντίστε να έχετε το δοχείο σε σακούλα πλαστική αν πρόκειται για σούπα ή φαγητό με πολλά υγρά.

Το φαγητό θα πρέπει να είναι τεμαχισμένο και φροντισμένο από το σπίτι(πχ καθάρισμα ψαριού από κόκαλα, τεμάχισμα μπριζόλας, ξεφλούδισμα φρούτου όπου απαιτείται μαχαίρι).

Επιπλέον ταπερ με σαλάτα ή φρούτο κ. α. μπορούν να μπαίνουν κι αυτά στο ψυγείο εφ' όσον φέρουν το **όνομα** του παιδιού.

Πιρούνι ή κουτάλι ψωμί και πετσετούλα φαγητού μπορούν να βρίσκονται είτε σε σακούλα στην τσάντα του παιδιού είτε σε ξεχωριστό τσαντάκι για το φαγητό του ολοήμερου.

Φροντίστε ώστε το παιδί να μπορεί να χειρίζεται με ευκολία όλα τα προσωπικά του αντικείμενα για να λειτουργεί αυτόνομα. Επίσης, εξασφαλίστε του μια **ισορροπημένη διατροφή** με τροφές από όλες τις ομάδες(λαχανικά, φρούτα, γαλακτοκομικά, δημητριακά, κρέας ψάρι αυγά όσπρια) Γεύματα ταχυφαγειών (delivery) δε γίνονται δεκτά στο σχολείο.

- Εκπαιδεύστε εντατικά το παιδί σας να τρώει και **να πηγαίνει στην τουαλέτα μόνο του** καθώς στο νηπιαγωγείο μικρά και μεγάλα παιδιά πρέπει να αυτοεξυπηρετούνται! Φροντίστε επίσης για την σχολαστική και τακτική υγιεινή και καθαριότητα του παιδιού και των αντικειμένων του.
- Για την **ώρα της χαλάρωσης** το κάθε παιδί θα πρέπει να έχει ένα σεντονακι κι ένα πολύ μικρό μαξιλαράκι μέσα σε ευρύχωρη, ανθεκτική σακούλα με το **όνομα** του παιδιού. Θερμή παράκληση, το σεντόνι να είναι διαστάσεων κούνιας για να καλύπτει μόνο το ατομικό κρεβάτάκι και να μπορεί το παιδί να το χειριστεί εύκολα. Ενδεικτικά οι διαστάσεις του κρεβατιού είναι 144×57cm

Κάθε **Παρασκευή** το σεντόνι και το μαξιλάρι θα σας δίνονται για αέρισμα και πλύσιμο και θα επιστέφονται στο σχολείο τη **Δευτέρα**.