

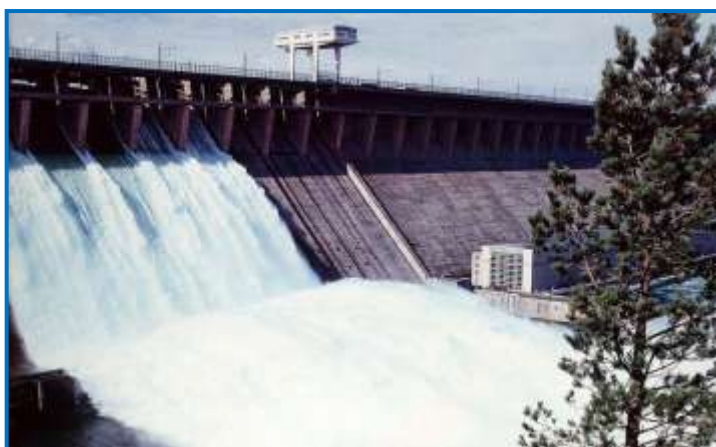
Новости от Золотой рыбки!



Декабрь 2013. Выпуск №4

Любимый город, с днём рождения!

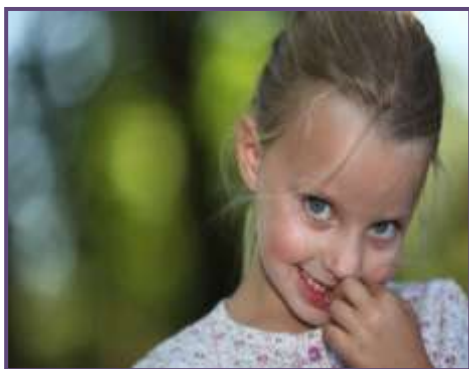
12 декабря день рождения БРАТСКА!



Плотина - красоты фантастической,
В городе индустриальном, феерическом!
А сегодня Братск День города встречает,
Славный и красивый город все вместе
поздравляют!

Если ребенок грызет ногти!

Привычка грызть ногти является одной из самых распространенных у детей. В связи с этим, многие родители полагают, что она вредна, но, в общем-то, вполне нормальна для ребенка, и потому бездействуют. Однако это занятие может быть симптомом куда более серьезных патологий.



Почему ребенок грызет ногти?

Эксперты выделяют несколько причин, по которым малыш начал грызть ногти.

1. Эта вредная привычка говорит о том, что ребенок находится в эпицентре стрессовой ситуации. В доказательство данной гипотезы эксперты приводят статистику резкого увеличения количества детей, грызущих ногти, в возрасте 6-7 лет, что связано с поступлением малыша в школу.

В более младшем возрасте ребенку очень важно находиться в спокойной благоприятной атмосфере, где есть мама и папа, где родители любят и уважают друг друга. Иногда депрессия может быть спровоцирована такими банальными событиями, как, например, переезд на новое место жительства. Мир, гармония и взаимопонимание в семье – лучше любых препаратов смогут нейтрализовать вредную привычку.

2. Привычка грызть ногти перерастает из младенческой привычки сосать палец. Иногда малыш начинает грызть ногти, когда его отучают от соски.

3. Подражание родителям: если в семье кто-то страдает привычкой грызть ногти, ребенку будет трудно объяснить, что это плохой пример для подражания. А вот то, что он будет заразительным – факт!

Часто вместе с обкусыванием ногтей у ребенка наблюдается агрессия и злость или, наоборот, замкнутость, плаксивость. Иногда малыш жалуется на кошмары во сне.

Почему вредно обкусывание ногтей

Эта вредная привычка имеет гораздо более опасные последствия, чем просто некрасивый вид рук. Специалисты напоминают, что через поврежденную кожу вокруг ногтя проникают инфекции и вредные бактерии. Микроорганизмы, попавшие в организм через ранку, могут спровоцировать развитие грибка, кожных заболеваний. Кроме того, обкусывание ногтей может привести к сбоям работы желудочно-кишечного тракта. Ведь часто малыш берет в рот немытые руки, а соответственно, грязь из-под ногтей попадает прямо в желудок малыша.

Как отучить ребенка грызть ногти

Если вы стали регулярно замечать обкусанные ногти у ребенка, нужно проанализировать ситуацию. Некоторые родители мажут ногти горчицей, перцем или соком алоэ, но эффект от такого способа оказывается кратковременным. Желание грызть ногти – следствие, зада-

ча родителей – найти и устранить причину проблемы. Другими словами, важно понять, что вызывает у ребенка тревогу, стресс, депрессивные состояния.

Постарайтесь следить за состоянием ногтей ребенка более тщательно: стригите их, как только они отрастут. Таким образом, у ребенка не будет соблазна грызть ногти. Малышу мало услышать от родителей запрет на вредную привычку. Расскажите ему, почему обкусывать ногти – плохо: от этого они становятся некрасивыми, а ногтевые пластины деформируются. Эстетический аргумент, скорее всего, произведет впечатление на девочек.

Также малышу нужно рассказать, что под ногтями живут сотни бактерий, которые попадают в желудок и паразитируют там. От этого у ребенка может заболеть животик.

В борьбе с вредной привычкой будет полезна сказкотерапия. Придумайте историю о двух персонажах, один из которых не любил мыться и часто грыз ногти, и о втором – опрятном и добром. С первым героем никто не хотел дружить, пока он не стал аккуратным.

После этого важно найти альтернативное занятие для малыша. Желательно, чтобы руки при нем были максимально заняты. В этом помогают настольные игры, конструирование, рисование или лепка.

Легковозбудимым детям врач может назначить гомеопатические успокоительные препараты, травяные отвары. Они устраняют чувство тревоги, страха, снимают психологическое напряжение у малышей.

Крики и родительский запрет – малоэффективный способ борьбы с обкусыванием ногтей. Чтобы отучить ребенка грызть ногти, потребуется немало времени и терпения. Малыш будет со-

противляться, поскольку обкусывание ногтей для него является приятным антидепрессантом. Родителям нужно сохранять самообладание, терпеливо применять различные способы в попытке свести вредную привычку на нет. Помните, крики только усугубят ситуацию! Вы можете потерять авторитет в глазах малыша, он замкнется в себе и своих переживаниях. При таком сценарии нейтрализовать привычку не удастся.



ся.

Отвлеките играми. Когда видите, что ребенок подносит руки ко рту, чтобы погрызть ногти, отвлеките его. Предложите поиграть в игру – **поймай ладошки** или в **ладушки**.

Поймай ладошки. Вытяните две руки вперед ладонями вниз, ребенок должен стоять перед вами и вытянуть свои руки вперед ладонями вниз как раз над вашими ладонями. Ваша задача состоит в том, чтобы быстро поднять ваши ладони над ладонями ребенка и прихлопнуть их сверху.

Ладушки. Хлопаете с ребенком одновременно в свои ладони, как при аплодисментах, а потом в ладони друг друга, так поочередно: хлопок в свои ладони, хлопок в ладони ребенка. При этом хорошо читать какой-нибудь бодрый стишок: каждый хлопок – одно слово или слог, как в детских считалках.



**Нарядная елка гостей давно ждет,
 Спешит Дед Мороз. Быстро время идет.
 Поздравить он рад с Новым Годом людей.
 На лошади скачет верхом, так быстреей!
 И вот уже праздничный миг настает,
 Любовь и подарки с собой принесет.
 Желаем успеха вам в Новом Году,
 Ведите, как лошадь, его в поводу!
 Пусть он принесет процветание в дом,
 От бед и напастей поставит заслон.
 А конь деревянный - его талисман -
 Притянет побольше денег в карман!**

Год Лошади — что он нам несёт

31 января 2014 г., согласно восточному календарю, наступает год Синей деревянной Лошади. Некоторые астрологи предпочитают говорить о Зелёной Лошади. Этот год несет в себе динамизм и напористость, сочетание расчетливости и огненной страсти. Году Лошади соответствуют такие цвета, как зелёный, синий (голубой). Стихия — дерево, которому присущи такие характеристики, как практичность, неумеренность, вспыльчивость.

Лошадь является символом годов: 1942, 1954, 1966, 1978, 1990, 2002, 2014, 2026.

Год Лошади вступит в свои права с 31.01.2014 г. и продлится по 18.02.2015 г.

Космический элемент года — дерево, цвет — синий.

Таким образом, талисман 2014 года — Синяя деревянная Лошадь.



Как встречать 2014 год (год Лошади)

В этом году обязательно надо уделить время генеральной уборке 31 декабря, а в особенности сантехнике: есть поверье, что с подтекающей из кранов водой из дома уходит благополучие. Лошадь по своей природе жизнерадостна, оптимистична, любит ширь, простор, многолюдные сборища, развлечения. Так что если в предновогодний побывать на выставке, в театре, на концерте, на празднике — весьма неплохо. Но стоит помнить также, что при всем при этом Лошадь чрезвычайно привязана к семейному очагу, дому, семье. Таким образом, встречать Новый год лучше с семьей и близкими родственниками, шумной веселой компанией, среди дорогих и милых сердцу лиц — и не забыть при этом позвонить и поздравить как можно больше знакомых, друзей и родственников.

Что надеть при встрече года Лошади

Что касается одежды, наряд должен быть необычным. Лошадь-2014 относится к стихии дерева. В китайской

традиции стихии дерева соответствует зелёный цвет. При выборе нарядов не стоит также ущемлять в правах вещи синего, фиолетового, голубого и серого цветов — они также придутся по душе хозяйке будущего года. Все цвета, которые лошадям не свойственны (оранжевый, сиреневый, желтый и т.п.), можно смело отвергнуть. Исключение составляют цвета года — синий и зеленый. В этом году следует использовать утонченные, но выразительные детали — декоративная заколка, кулон, туфли. Лошади по вкусу также жемчужное ожерелье (особенно хорош черный жемчуг) и кольца с аквамаринном. Деревянные бусы или кулон — стильное дополнение новогоднего наряда.

Что должно быть на столе в новогоднюю ночь

Торжественный ужин лучше сопровождать белыми полотняными салфетками. Но, чтобы они не сковывали своей крахмальной респектабельностью, можно придумать для них самодельные кольца из браслетов или лент, перевитых бусами, украшенных брошками, клипсами и бижутерией. Аромат сандала, запах свежее испеченного хлеба должен витать в

воздухе новогодней ночи. На столе уместны будут ароматные травы, сладкие булочки, пирожные, сыр, а если есть возможность, то и кумыс.

Конечно, *любимое блюдо Лошади* — *овёс* — вряд ли подойдёт для новогоднего стола (однако можно поставить в центре стола символическое блюдо с овсянкой или пророщенным овсом). Хорошо, если в ее честь на праздничном столе окажется как можно больше свежей зелени. Под елку рекомендуется положить кусок черного душистого хлеба с солью. На Востоке, чтобы задобрить Лошадь, на стол ставят два блюда: одно с водой, другое с мелко нарезанным сеном. На сено обычно кладут шнурок красного цвета из хлопчатобумажных ниток — узду для священной лошади. Уместны будут также вегетарианские салаты, а в качестве десерта — яблочный пирог и овсяное печенье. Алкоголю Синяя Лошадь предпочтет минеральную воду, соки и безалкогольные коктейли. Единственное, что приветствуется, — традиционное шампанское.

У китайцев символ стихии дерева — вытянутые вверх прямоугольники. Поэтому на столе уместны поставленные в виде декоративной избушки-шалаша прямоугольные коробки конфет. Согласно китайской традиции, праздничный ужин следует приготовить за несколько часов до наступления полуночи: ведь на кухне неизбежно приходится пользоваться ножами, а ими можно невзначай «отрезать» уже предназначенное судьбой счастье.

Как украсить дом

Поскольку стихия 2014 года — дерево, расставьте по квартире деревянные сувениры, вазы, поставьте на стол посу-

ду из дерева: деревянные миски и расписные ложки. Изображение изящных лошадей или смешных детских лошадок на посуде или вазах — не редкость. Если в буфете есть такая посуда — ей место на праздничном столе. Если нет — ее вполне может заменить изящная статуэтка лошади или всадника, или же симпатичный фарфоровый, хрустальный или стеклянный символ наступающего года, который легко можно сейчас приобрести на предновогодних прилавках. Хорошим украшением к Новому году будет бонсай, особенно хвойный. *Амулет года* — *подкова*. Можно повесить на дверь и колокольчики-бубенчики, нежный звон которых весь год будет напоминать о добром, теплом празднике, а заодно и охранять покой дома.

Подарки

Подарки абсолютно всем близким людям — тоже обязательный атрибут празднества. В новогоднюю ночь стоит отдать предпочтение недорогим подаркам. Презенты для рожденных в год Лошади должны быть выбраны особенно тщательно. На всех родившихся в год Лошади в наступающем году ложится большая ответственность; решить проблемы, которые они могут встретить в этом году, можно с помощью подарка в виде билета в дальнюю поездку — Лошади благоприятствуют большие расстояния. **Цветы**, которые лучше всего дарить и ставить на стол в новогоднюю ночь, — *фиалка, нарцисс и лилия*.





Пусть волшебник добрый очень
 Принесет тебе, что хочешь!
 Можно все желать свободно
 В день рождения сегодня!
 Непременно явью станет
 Все, о чем ты так мечтаешь!
 Бьётся радостно сердечко
 И горят на торте свечки.
 Пожелаем мы с любовью:
 Счастья, смеха и здоровья!

Именинники в декабре:

Группа «Весёлые рыбки»

Русаков Владимир
 Шишков Владислав

Группа «Жемчужинка»

Чижова Елизавета
 Бозова Полина

Группа «Мальки»

Гаврикова Елизавета
 Соломкина Мария

Группа «Морячок»

Горовцова Веста

Группа «Морские звёздочки»

Туянова Анжелика
 Семенов Дмитрий
 Алимова Анастасия
 Шмидт Анна

Группа «Кашалотик»

Вологодина Ульяна
 Рахманкулов Милан

Группа «Осьминожка»

Сильченко Екатерина
 Москвитина Марина

Группа «Дельфинчики»

Зайцев Мирослав

