秋冬季温馨提示

　　幼儿冬季抗寒温馨提示幼儿冬季抗寒温馨提示 冬季快到了，天气寒冷，家长要使孩子在冬季安然无恙，应让孩子合理穿衣，适应寒冷环境，增强机体抗病力及减少感染机会。
　　应注意夜间给宝宝盖好被褥,家长应勤查看,幼儿蹬被时及时盖好,以免孩子着凉.冬天也要坚持勤洗澡，并且应在清洁工作后,注意为宝宝婴儿润肤露,以保持皮肤滋润。
　　但是由于孩子年龄小，有些幼儿体质差，易患感冒，：1、加强体育锻炼，如每天跑步、做操、打球等，以增强幼儿体质。
　　随着天气冷暖变化，随时增减衣服，但也不能穿得过多，以免幼儿稍微一活动就出汗。
　　出汗后不要立即脱衣、摘帽，防止受凉。
　　2、保证充足的睡眠，按时作息（星期天在家，作息时间最好与幼儿园一致），避免过度疲劳。
　　3、应注意夜间给宝宝盖好被褥，家长应勤查看，幼儿蹬被时及时盖好，以免孩子着凉。
　　4、养成良好的卫生习惯。
　　饭前便后要洗手，不要随地吐痰和乱甩鼻涕（流感病毒主要存在于鼻粘膜及鼻涕中），不要对着人咳嗽、打喷嚏，咳嗽、打喷嚏时要用面巾纸遮住口鼻，防止把病菌传染给他人。
　　（如孩子有发烧、咳嗽等症状暂不要来园，避免幼儿交叉感染。
　　） 5、保持足够的饮水，饮食要均衡。
　　教育幼儿不偏食、不挑食幼儿、不暴饮暴食，在幼儿面前不要说幼儿不吃这不吃那，多吃新鲜水果、蔬菜。
　　6、定期开窗通风换气，保持室内空气新鲜。
　　室内外环境要清洁，打扫卫生时要湿式清扫，防止尘土飞扬。
　　室内要保持一定的湿度，避免空气过于干燥。
　　7、每两周为幼儿晒一次被褥，利用阳光中的紫外线杀灭细菌、病毒。
　　8、呼吸道传染病流行期间，不要带幼儿到人员密集的公共场所。