



## Информационная газета для родителей

Выпуск № 1, ноябрь 2023г.

### Важные даты ноября

- 4 ноября - День народного единства
- 18 ноября - День рождения Деда Мороза
- 20 ноября- Всемирный день детей
- 21 ноября - Всемирный день приветствий;
- 26 ноября- День матери

### День народного единства

День воинской славы России - День народного единства отмечается в нашей стране ежегодно 4 ноября начиная с 2005 года. Этот государственный праздник установлен в честь важного события в истории России - освобождения Москвы от польских интервентов в 1612 году, и приурочен к Дню Казанской иконы Божией Матери.

### Уголок Здоровья .

Осень - пора простуд. Поэтому следует быть особенно внимательным к своему здоровью в это время года.

Необходимо:

- 1 - Правильно питаться: рацион должен быть сбалансированным и включать сезонные овощи, фрукты и зелень,
- 2 - Пройти вакцинацию от гриппа.
- 3- Чаще бывать на свежем воздухе: физическая активность необходима для крепкого здоровья. А в хорошую погоду солнечные лучи помогут выработке витамина D.
- 4- Не забывайте надевать медицинскую маску в общественных местах.
- 5 Помнить о гигиене : регулярное мытье рук с мылом крайне эффективно для профилактики многих заболеваний.
- 6 - Проявлять осторожность при приеме витаминов.

### День рождения Деда Мороза.

18 ноября в России официально празднуют День рождения Деда Мороза. Считается, что именно в этот день на его родине в Великом Устюге в свои права вступает на- стоящая зима, и ударяют морозы. Возраст зимнего волшебника более 2000 лет. В его день рождения к нему приезжают его многочисленные родственники и коллеги : карельский Паккайне, Чисхан- якутский Дед мороз и т.д. На центральной площади города проходят празд- ничные мероприятия и зажигают огни на первой новогодней ёлке.

### Литературная страничка.

Мёрзнет ветер в ноябре  
Холодом простужен:  
Он на утренней заре  
Встретился со стужей.  
Тучей неба синева  
От земли закрыта,  
И осенняя трава  
Инеем покрыта .  
Лёд на лужице блестит,  
Лужа замерзает.  
Это к нам зима спешит,  
Осень провожает.

Г. Соренкова

**В МБОУ СОШ №19 Дошкольное отделение «Зорька» в октябре прошли досуги для детей «Осень в гости к нам пришла»**

