



UNIUNEA EUROPEANĂ



Proiect co-finanțat din Programul Operațional Capital Uman 2014 - 2020

Creșterea copilului între 0-2 ani





UNIUNEA EUROPEANĂ



Proiect co-finanțat din Programul Operațional Capital Uman 2014 - 2020

*Copiii sunt o minune, dată pentru a ne înfrumuseța și împlini viața !
Sa fii părinte reprezintă o adevărată bucurie, dar și o mare provocare !*

*A avea un copil nu înseamnă doar împlinire, ci și griji și asumarea multor
responsabilități, deoarece îți dorești să-i oferi copilului tău în permanență
tot ce este mai bun !*

NOU-NĂSCUTUL

Din momentul în care nou-născutul este ținut pentru prima oară în brațe, viața celor care au devenit părinți se schimbă. Programul, nevoile și prioritățile de până atunci se adaptează în funcție de nevoile noului membru al familiei.

Nou-născutul are nevoie de îngrijire, de hrană și de foarte multă afecțiune. Îngrijirea nou-născutului poate părea o problemă complicată, dar nu trebuie să vă îngrijorați!

Iată câteva informații :





Alimentația nou-născutului

Prin alăptare se asigură bebelușului o dezvoltare armonioasă, deoarece:

- laptele matern se digeră ușor, conține anticorpi ce protejează nou-născutul de infecții, este singurul lapte ce poate fi băut crud, nefiert, el fiind steril;
- scaunele nou născuților alăptați la sân sunt mai puțin abundente;
- sugarul își poate adapta singur cantitatea de lapte de care are nevoie;
- se reduce riscul de apariție a infecțiilor, bolilor, alergiilor;
- sugarul scade mai puțin în greutate;
- prin efortul depus la supt se dezvoltă mușchii și oasele feței.



Igiena nou-născutului

Pentru bebeluși este necesară o igienă riguroasă, pielea trebuie menținută curată și fără iritații, deoarece ei treptat vor face față mediului înconjurător.

Hainele bebelușului trebuie să fie întotdeauna curate, confecționate din materiale naturale, adecvate pentru temperatura specifică fiecărui anotimp.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Proiect co-finanțat din Programul Operațional Capital Uman 2014 - 2020



Condiții de locuit pentru nou-născut

Există câteva reguli simple care trebuie respectate pentru a oferi nou-născutului condiții optime de locuit:

- o temperatura în camera copilului mic trebuie menținută între 22 - 24°C;
- o verificați periodic dacă mânuțele și piciorușele bebelușului sunt calde și normal colorate;
- o pentru a putea supraveghea și noaptea somnul copilului, folosiți o lampă de veghe;
- o sistemul de încălzire recomandat este cel care nu usucă aerul (calorifere cu termostat, sobe de cărămidă, teracotă);
- o aerisiți în fiecare zi camera copilului, pentru a menține aerul curat, sănătos;
- o evitați plasarea copilului în spații zgomotoase, cu praf;
- o nu folosiți odorizante de cameră în camera copilului;
- o nu folosiți parfumuri personale puternice;
- o închideți ușa la camera copilului când în casă se gătește.



Proiect co-finanțat din Programul Operațional Capital Uman 2014 - 2020



Sănătatea nou-născutului

Sănătatea copilului este mai presus de orice, de aceea nu ezitați să întrebați medicul despre orice vă îngrijorează, chiar dacă pare ridicol sau fără importanță.

Există situații care impun vizita imediată la medicul neonatolog și anume:

- accentuarea icterului (culoarea galbenă a pielii bebelușului);
- bebelușul refuză sânul sau biberonul;
- bebelușul este somnolent sau, dimpotrivă, foarte agitat;
- pielea regiunii fesiere se înroșește foarte mult sau apar mici puncte roșii;
- se observă înroșirea regiunii ombilicului însoțită sau nu de secreții;
- apariția unei secreții persistente la ochi, de culoare galben-verzuie;
- scaunele se modifică, își modifică culoare și consistența.





UNIUNEA EUROPEANĂ



Proiect co-finanțat din Programul Operațional Capital Uman 2014 - 2020

COPILUL 1-2 ANI

Copilăria mică este o perioadă foarte importantă în dezvoltarea fizică, emoțională și socială a copilului, în dezvoltarea gândirii și limbajului.



Dezvoltarea fizică

Conform tendințelor generale de creștere, între primul an și cel de-al doilea, intervin modificări importante în dezvoltarea fizică a copilului:

- crește cu 1,75 - 2,75 kg în greutate și 10 - 13 cm în înălțime, însă fiecare copil are un ritm propriu de dezvoltare și creștere;
- pierde stratul de grăsime;
- apar schimbări ale trăsăturilor faciale - craniul se alungește, iar maxilarul înaintează pentru a permite apariția dinților;
- încep să meargă mult mai bine și chiar aleargă, țopăie, se joacă folosind cuburi de construit, desenează, se ridică pe vârfuri și trag de toate obiectele care li se par interesante.

Toate aceste activități îi ajută să se dezvolte armonios, însă entuziasmul și curiozitatea îi poate pune de multe ori în pericol - din acest motiv, părinții trebuie să fie atenți.

Proiect co-finanțat din Programul Operațional Capital Uman 2014 - 2020



Dezvoltarea emoțională și socială

Dezvoltarea emoțională a copilului are un rol esențial în fiecare aspect al dezvoltării sociale:

- învață motivați de dorința de a crea legături afective cu ceilalți;
- deprinde abilitatea de a comunica;
- învață ce este încrederea, conștientizând că lumea din jurul său este sigură și că părinții vor avea grijă ca el să aibă asigurate nevoile de bază - mâncare, confort, adăpost, dar și sentimentul de siguranță și apartenența la familia sa.



Dezvoltarea gândirii și a limbajului

În general, fiecare copil se naște cu propriile trăsături de temperament, personalitate și aptitudini. Lucrul cel mai important în dezvoltarea gândirii la copiii mici este crearea unor situații, pe care aceștia să le rezolve și din care să învețe. La fel de important este ca părinții să fie prezenți pentru a-l ghida, însă nu trebuie să-i ofere copilului soluția. Cel mic învață din încercări repetate și greșeli.

Procesul de gândire la copiii mici implică:

Proiect co-finanțat din Programul Operațional Capital Uman 2014 - 2020

- imitarea expresiilor feței și sunetelor adulților, învățând astfel să comunice - mai întâi prin gesturi, apoi verbal;
- pentru a căpăta experiență, copiii clasifică informația - obiectele rotunde se rostogolesc, lucrurile ascuțite înțepă, etc;
- experimentarea și manevrarea obiectelor prin folosirea simțurilor.

Apoi vor reuși să prezică ce se poate întâmpla în anumite situații: “dacă arunc farfuria pe podea, aceasta se va sparge, iar mama se va supăra pe mine”; “dacă arunc farfuria pe covor, nu se va sparge”; etc.

- Copilul mic devine tot mai “înțelept” pe măsură ce crește. Vă puteți da seama că cel mic începe să-și dezvolte gândirea când se concentrează asupra unui singur obiect sau activitate - timp de câteva minute, sau chiar mai mult, dacă este ajutat de un adult.

Dezvoltarea limbajului la copii înregistrează cea mai spectaculoasă transformare în primii trei ani de viață. Spre deosebire de dezvoltare vocabularului, pronunția prezintă încă probleme, în special la rostirea consoanelor s, z, j, r. La vârsta de 1 an copilul înțelege ceea ce îi spun părinții, însă nu reușește să se exprime decât eventual prin cuvinte singulare. La 2 ani copilul reușește să formeze scurte propoziții, astfel încât părinții înțeleg mai bine ceea ce își dorește. La vârsta de 3 ani deja vorbirea este mai clară, astfel încât și persoanele din afara cadrului familial înțeleg ce spune cel mic.





UNIUNEA EUROPEANĂ



Proiect co-finanțat din Programul Operațional Capital Uman 2014 - 2020



Alimentația

Alimentația copilașilor după împlinirea vârstei de 1 an nu diferă semnificativ față de alimentația bebelușului din lunile 11-12, fiind considerată o “trecere” către alimentația adultului prin adăugarea în meniul celor mici și a altor alimente.

În medie, copilașii cresc cu 200-250 g/ lună, respectiv 10-12 cm pe an; pentru creștere armonioasă fiind nevoie în continuare de o alimentație diversificată care să includă toate grupele de alimente.

La fel de importante sunt obiceiurile din familie, acestea influențând comportamentul alimentar al copiilor. Trebuie să-i învățăm de mici să mănânce sănătos, părinții să fie un exemplu.

După vârsta de 1 an se modifică și comportamentul copilașilor la masă fiind mult mai activi și mai curioși, își pierd repede răbdarea la masă, acceptă cantități mici de alimente, doar cât să-și potolească foamea; e important să gestionați corect aceste situații, să evitați mâncatul la televizor sau în fața calculatorului/ tabletei, să găsiți soluții pentru a evita mesele fracționate (din oră în oră spre exemplu).

Nu există un regim standard; astfel, alimentația trebuie adaptată fiecărui copilaș în parte, ținând cont și de preferințele acestuia, dar și de existența unui echilibru între toate categoriile de alimente.



Igiena

Copiii cu vârsta între 1 și 2 ani nu au nicio noțiune despre igienă sau lucrurile de care trebuie să se ferească pentru a nu se îmbolnăvi. Din fericire părinții au la dispoziție una dintre cele mai bune metode pentru a-l învăța pe cel mic regulile de bază ale igienei - **exemplul personal**. Cu cât începeți mai devreme, cu atât copilul va accepta mai ușor aceste reguli.

Spălarea mâinilor

Copiii le place rutina, astfel încât este o idee bună să transformați spălarea pe mâini într-un obicei regulat, (după folosirea toaletei, după joacă și înainte de fiecare masă), într-o activitate amuzantă, (dați-i un săpun parfumat care să aibă forma unui animaluț colorat).

Unghii curate

Cu cât unghiile sunt mai scurte, cu atât se acumulează mai puține murdării și bacterii. Din păcate, tăierea unghiilor nu este o activitate tocmai pe placul copiilor mici. Din acest motiv, părinții apelează la tot felul de trucuri, cum ar fi să taie copiilor unghiile în timp ce aceștia dorm sau sunt concentrați asupra altui lucru.



Proiect co-finanțat din Programul Operațional Capital Uman 2014 - 2020

Nas curat

Pentru copiii mici poate fi incomod să le ștergă altcineva nasul - puteți încerca să îi învățați pe ei să fac asta. Dacă copilul este răcit și are năsul rănit de la ștergeri repetate, o cârpă umezită cu apă caldă poate fi mai blândă decât un șervețel de hârtie.

Igiena orală

Igiena orală este una dintre cele mai importante deprinderi pe care părintele trebuie să le formeze la copilul mic. Obiceiurile formate la această vârstă îl va ajuta să își păstreze dantura sănătoasă. Spălarea dințișorilor începe odată cu apariția primului dinte.



Proiect co-finanțat din Programul Operațional Capital Uman 2014 - 2020

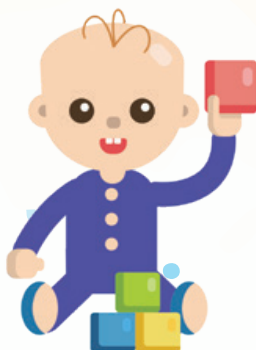
Igiena la toaletă

Chiar dacă va trebui să repetați acțiunea, este bine să-l învățați pe cel mic să folosească singur hârtia igienică. De asemenea, trebuie învățat de mic să se spele bine pe mâini după ce folosește toaleta.

Baia

Învățați-i pe cei mici să denumească corect toate părțile corpului și încercați să transformați baia într-o activitate plăcută pentru aceștia, folosind jucării, spumante colorate, șampoane care nu ustură ochii, prosoape colorate. Încurajați-i să se spele singuri, sub supraveghere!





Pe Locuri, Fiti Gata...START la Înscrieri!

Cresa Nr. 3 Medias

Creșa Numărul 3, Mediaș - Strada George Topirceanu, numărul 14



★ Grijă și atenție pentru cei mici

★ Siguranță

★ Mese sănătoase

★ Formare prin joc și voie bună

★ Consiliere pentru părinți

★ Respect pentru standardele de calitate



Leții fericite | Copii fericiți | Cele mai bune servicii

*Sunt bineveniți copilașii cu vârste de până la 2 ani. Cere mai multe informații la telefon: 0752 264 042 sau printr-un mesaj pe adresa: admin@cresa3medias.ro. Dosarele se pot depune începând cu data de 1 iunie 2021, în intervalul orar 10:00-14:00, de luni până joi și vineri între orele 10:00-12:00, la sediul Direcției de Asistență Socială Mediaș, (incintă Aviație).



Proiect co-finanțat din Programul Operațional Capital Uman 2014 - 2020

**„Educație antepreșcolară, premisă pentru dezvoltare
comunitară în Municipiul Mediaș”
POCU/658/6/2/133436**

**Editorul materialului
(respectiv beneficiarul proiectului):
Municipiul Mediaș**

**Data publicării
Mai 2021**

**„Proiect cofinanțat din Fondul social european prin
Programul Operațional Capital Uman 2014-2020,”**

