В рамках реализации программы " Основы первой помощи, которые нужно знать детям"социальный работник Ирина Левская провела с детьми познавательный час " Зимннее солнце". В зимний период, прежде всего, от нехватки солнечного света страдает циркадный ритм ребёнка- появляются проблемы с засыпанием и сном, возможно снижение активности и частое плохое настроение. Второе возможное последствие - снижение выработки витамина Д, что выражается частыми простудными заболеваниями, повышенной утомляемостью, запорами, замедленным заживлением ран, выпадением волос, снижением памяти и внимания. Чтобы избежать последствия нехватки солнечного света надо почаще выходить на улицу, открывать шире шторы,убрать с подоконника комнатные цветы, использовать специальные лампы, принимать витамин Д. В ходе мероприятия дети ознакомились с влиянием солнечного света на организм человека. "Солнце дарит хорошее настроение и здоровье. Пусть ваши улыбки яркие солнышки, которые вы сегодня нарисовали , сделают пасмурный день светлее и радостнее" сказала в заключении Ирина Даниловна