

Семейные традиции

- **Необычное семейное фото.**

Нужно выбрать значимую дату для всей семьи и каждый год в этот день делать семейное фото, необычные костюмированные фотосессии.

- **1 сентября**

Замечательная традиция каждый год праздновать день знаний. В этот день можно посещать парки аттракционов, семейные кафе, в кругу семьи устроить чаепитие с тортом.

- **Украшения на новогоднюю елку.**

Каждый канун нового года родители совместно с детьми могут изготавливать интересные игрушки для украшения праздничной елки.

- **Капсула времени.**

Каждый год можно анализировать как вы его провели, важные события, достижения и пожелания. Все это можно погрузить в небольшую баночку, добавить детские рисунки, различные мелочи и закопать. Через 5-10 лет раскопать капсулу. Будет очень интересно вспомнить и сравнить жизнь и интересы семьи.

- **Цитата недели.**

Каждую неделю с семьей можно выбрать мотивирующие слова, выражения, которые будут задавать тон и настроение на последующие 7 дней. Цитату можно записать на листе бумаги и прикрепить магнитиком на холодильник или магнитную доску.

- **Памятный фотоальбом.**

Будет очень трогательно, если вы заведете специальный фотоальбом с фотографиями ребенка с момента его рождения и последующие года его развития, его рисунки, смешные выражения и т.п. Когда Вашему чаду исполнится 18 лет, вручите ему в качестве памятного подарка.

Примеров интересных семейных традиций очень много. Какие-то из них соблюдаются в разных странах, какие-то родились в отдельных семьях.

А у Вас есть семейная традиция?



ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКАНСКИЙ КЛИНИЧЕСКИЙ НАРКОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР



Дети – это одна треть населения нашей страны и все наше будущее.

Дети – это большое счастье и большая ответственность!!!

Для полноценного здоровья и гармоничного развития ребенка необходимы не только рациональное питание, но и грамотно организованный процесс родительского воспитания, а также формирование у детей установки вести **здоровый образ жизни**.

Главным примером для ребенка являются его родители. Стереотипы поведения значимых взрослых «отпечатываются» в памяти ребенка и влияют на различные аспекты жизни в его настоящем и будущем!

Если хотя бы один из родителей является зависимым, то его поступки и возможные деструктивные виды реакций, могут

сформировать у ребенка опасные модели поведения. К примеру, когда родители детские праздники отмечают с употреблением алкоголя, чокаются бокалами вместе с детьми. Основа любого праздника – это не алкоголь, а доброе общение, хорошее настроение и т.п.

Дети – это цветы жизни и без должного ухода они просто завянут. Родители, в первую очередь, ответственны за физическое, эмоциональное и нравственное здоровье своих детей.

Замечательной традицией для семьи могут стать регулярные семейные прогулки с велосипедом, самокатом, роликами, игры в мяч, походы в бассейн, на утреннюю пробежку и т.п.

1 июня

День защиты детей

