

Положение по присмотру за Вале́й

Контакты

38-067-..... – родители Инна и Саша, только смс, звонок в крайнем случае

....., – няня Ирина

067-....., – бабушка Надежда Викторовна, ответственная за Вале́ю на весь период отсутствия родителей

067-....., – бабушка Татьяна Анатольевна

050-..... – воспитательница Любовь Ивановна

График дежурства

Вт. 6.03

17:00 – 21:00 - няня

21:00 – бабушка Н.Викторовна

Ср. 7.03

6:20 – 7:50 – дядя Сережа

7:50 – 12:30 – садик

12:30 – 20:30 – няня

20:30 – бабушка Н.Викторовна

Чт. 8.03 – бабушка Н.Викторовна

Пт. 9.03

10:00 – 14:00 – няня

14:00 – 19:30 – бабушка Н.Викторовна

19:30 – бабушка Т.Анатольевна

Сб. 10.03

До 18:00 – бабушка Т.Анатольевна

18:00 – бабушка Н.Викторовна

Вс. 11.03 - бабушка Н.Викторовна

Режим дня (выходного)

Каждый день обязательно питание хотя бы 2 раза, прогулка хотя бы 1 раз, обучение или хотя бы чтение, рисование. Вале́я больше всего любит рисовать красками.

Подъем по желанию ребенка, обычно около 9:30.

10:00 – умывание, переодевание, мультики (каналы 0 и 7 на всех телевизорах)

10:30 – завтрак

11:30 – прогулка в случае нормальной погоды (около 2-х часов)

14:00 – обед

14:30 – сон, если рано встала или сильно устала, обычно на выходных не спит

17:00 – обучение (цифры, буквы, формы), рисование

19:00 – ужин

20:00 – игры

21:40 – мытье в ванной. Надо поставить в ванну ногами и облить из душа водой интимные части тела, через день облить все тело и интимные части промыть с мылом. Обязательно почистить зубы, выдать Вале́ю зубную щетку с зубной пастой, а после помочь прополоскать рот.

22:00 – сон. Для лучшего засыпания можно почитать книжки перед сном. Вале́я может требовать полежать с ней перед сном, желательно не поддаваться.

Ночь – нужно включить в спальне радиацию (стоит на столике), с правой стороны покрутить диск вверх до упора. По радиации будет слышно, если вдруг Вале́я будет рыдать, иначе не слышно.

Валя может ночью прийти в спальню и лечь посередине кровати, можно попытаться вытолкнуть обратно в спальню. Если будет спать в спальне, то очень сильно толкается ночью, храпит и складывает ноги на голову.

Питание

Вся еда, которую употребляет Валя, обычно немного недосоленная и недогретая, диетическая, без специй. Конфеты ограничивать, обычно 1 в день, максимум 3 штуки в день, желательно из темного шоколада. Обязательно употреблять хотя бы 1 раз в день мясо или рыбу. Детских соков можно выпить максимум 2 пакета в день, иначе понос. Няня еду не готовит, только разогревает, поэтому подготовленная еда должна находиться в холодильнике до прихода няни.

Завтрак – как встанет, обычно на выходных около 10:30

После завтрака обязательно выпить бутылку детского молока (нагревать 1 минуту в микроволновке). Бутылка высокая с соской.

Обед – в зависимости от времени и плотности завтрака, желательно около 14:00

На обед обязательно суп. Второе в зависимости от завтрака и состава супа.

Полдник – после дневного сна или около 17:00

Фрукты.

Ужин – 19:00

После ужина обязательно выпить бутылку кефира (нагревать 40 секунд в микроволновке).

Лечение и лекарства

Все детские лекарства лежат в синей коробке от обуви, которая стоит справа на полке над одеждой, в шкафу возле сумок, в прихожей.

Вызов врача: (участок №12, врач Синь Тамара Михайловна, но по вызовам ходят другие врачи), карточка лежит в шкафу в прихожей над сумками, на нижней полке.

Вызов неотложки:

1. Сопли ручьем прозрачные – брызгать Хьюмер по 1 разу в каждую ноздрю 3-5 раз в день
2. Сопли зеленые, нос заложен – Називин по 1 капли в каждую ноздрю и Назол брызгать по 1 разу в каждую ноздрю поочередно, в сумме не более 3 раз в день
3. Горло красное (обычно сопровождается температурой) – брызгать хлорофилипт в горло по 1 разу 3 раза в день
4. Температура до 38 – таблетки Инфлюцид по 1 штуке между едой каждые 2-3 часа первые 2 дня, далее 3 штуки в день
5. Кашель сухой (во время сна в основном, ничего не отхаркивает) – Эrespал сироп по 1,5 чайной ложке 3 раза в день
6. Кашель мокрый (отхаркивающий) – Алтейка сироп по 1 чайной ложке 4 раза в день
7. Температура выше 38,3 – сироп Нурофен по 5 мл (полный шприц из коробки) не более 3 раз в сутки
8. Температура не сбивается Нурофеном, 1 свечу Эффералган в попу засунуть
9. Температура ничем не сбивается, вызвать Неотложку
10. Понос сильный (выливается все, более 5 раз в день) – Регидрон развести (почитать в Инете подробнее), Смекту развести (читать в Инете)
11. Болит ухо – закапать Отипакс (читать инструкцию)
12. Конъюнктивит – капли Тобрекс по 1 капле в каждый глаз каждые 2 часа
13. Температура более 3-х дней и не спадает – антибиотик Сумамед (есть в коробке с лекарствами нужная для Вали доза) или другой в суспензии после консультации с врачом (дозировку читать в инструкции, но очень и очень сложно разобраться)
14. Аллергия – Кларитин 5 мл 1 раз в день

Температуру Валя всегда переносит легко, поэтому если температура около 38, а Валя сама укладывается, то, возможно, надо уже начинать давать антибиотики.