

# TRƯỜNG MẦM NON 13

## THÔNG BÁO

Kính gửi quý phụ huynh !

Hiện nay, thời tiết đang thay đổi, với nhiệt độ giảm và độ ẩm tăng, tạo điều kiện thuận lợi cho các bệnh về đường hô hấp phát triển và đặc biệt là ảnh hưởng không tốt đến sức khỏe học sinh. Để đảm bảo sức khỏe cho các con, nhà trường xin thông báo một số biện pháp cần thiết:

- Giữ ấm cơ thể: Học sinh cần mặc đủ ấm, chú ý giữ ấm các bộ phận như bàn chân, ngực, cổ và đầu. Khuyến khích các con đội mũ, quàng khăn và đeo khẩu trang khi ra ngoài.
- Chế độ dinh dưỡng: Đảm bảo các con ăn uống đầy đủ, bổ sung các thực phẩm giàu vitamin và uống nước ấm. Nhắc nhở các con giữ thói quen đánh răng, súc miệng bằng nước muối ấm sau mỗi bữa ăn.
- Vệ sinh cá nhân: Khuyến khích các con rửa tay bằng xà phòng và súc miệng bằng nước muối ấm sau khi ra ngoài.
- Hoạt động ngoài trời: Trong những ngày thời tiết quá lạnh, nhà trường sẽ hạn chế tổ chức các hoạt động ngoài trời, thay vào đó bằng các trò chơi nhẹ nhàng và bài tập vận động trong lớp để đảm bảo sức khỏe cho học sinh

Chúng tôi mong nhận được sự phối hợp chặt chẽ từ quý phụ huynh để đảm bảo sức khỏe cho các con trong thời gian này.

**Trân trọng !**

**HIỆU TRƯỞNG**

**Cù Thị Quỳnh Giao**

