



## ОДЕЖДА ДЕТЕЙ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

Летом, в жаркую погоду необходимо одевать детей в легкую, светлую одежду из льняной или хлопчато-бумажной ткани, которая хорошо пропускает воздух, влагу, тепло. Синтетические ткани, как бы не соблазняла их расцветка, лёгкость, прочность, для детей, особенно летом не годятся, так как не пропускают воздух, способствуют перегреванию детей, созданию дискомфорта.

Одежда не должна стеснять движений, так как дети по своей природе подвижны и активны. Необходимо, чтобы одежда была по размеру, без тугих манжеток и резинок.

Обувь должна быть с открытым носом, обязательно с задником и плоским каблуком.

Ни в коем случае не допускайте пребывания ребенка на солнце без головного убора. Следует надевать детям панамы или легкие кепки с козырьком, из светлой, хлопчато-бумажной или льняной ткани, свободно пропускающие воздух.

Если прогнозируется похолодание (такое бывает летом), необходимо с собой принести запасную более теплую одежду (кофточку, курточку из джинсовой ткани, брючки).