**Pomysły na zabawy z dziećmi na każdą pogodę**

**Lato najczęściej kojarzy nam się ze słońcem i aktywnością na świeżym powietrzu, niestety pogoda nie zawsze nam na to pozwala. Zdarza się, że nasz urlop wypada w trakcie deszczowych czy chłodniejszych dni, kiedy to lepiej zostać w domu. Jak zagospodarować taki czas, aby maluchy się nie nudziły, a rodzice mieli też chwilę dla siebie?**



**Nieskończone możliwości zabawy**

Dom to doskonałe miejsce do zabawy. Znane zakamarki, bogata kolekcja zabawek oraz pomocnych akcesoriów pozwolą zorganizować czas kreatywnie oraz aktywnie. Wszystkie mamy wiedzą, że dzieci szybko się nudzą, dlatego przygotowane zabawy powinny być krótkie, ale angażujące. Ciekawym pomysłem jest sięgnięcie po otaczające nas owoce sezonowe, z których każdy maluch, z łatwością może przyrządzić np. soczystą sałatkę. Korzystając z pomocy osoby dorosłej warto przygotować także pełne witamin i smaku koktajle. Pozostając w temacie kuchennym produkty spożywcze, takie jak makaron, ryż czy warzywa możemy wykorzystać także do przygotowania efektownych prac plastycznych, a dziewczynki z radością przygotują biżuterię z cukierków.

Inną propozycją na zabawę w domu będzie stworzenie własnej opowieści. W pierwszej kolejności musimy „wybudować” w pokoju malucha domek lub wigwam, odpowiednio go wyposażyć, przygotować stroje i stworzyć tematyczną zabawę – o Indianach, afrykańskich plemionach lub zamku z księżniczką. Przygotowana budowla może zostać w pokoju malucha, abyśmy zawsze mogli do niej wracać z nowymi pomysłami lub wieczorem czytać w niej bajki lub opowiadać ciekawe historie.

Pamiętajmy, że maluch zaangażowany w ciekawą zabawę zapomina o otaczającym go świecie, nie jest głodny czy też nie odczuwa pragnienia. Pilnujmy, aby podczas aktywności dziecko miało pod ręką wodę, której uzupełnianie jest niezwykle ważne. Wbrew pozorom prawidłowe ilości spożywanych płynów nie maleją wraz z pogodą i także podczas deszczowego dnia dzieci powinny je uzupełniać. Jeśli maluch „nie ma czasu” na picie warto włączyć wodę do zabawy, np. kowboj po męczącej, konnej podróży musi zatrzymać się, aby skorzystać z wodopoju. Najlepsza będzie woda źródlana w poręcznej butelce ze specjalnym ustnikiem, np. „Mama i ja”, dzięki czemu płyn nie rozleje się, a dziecko bezpiecznie się napije.

**Woda źródlana Mama i ja**

Cena:

1,5 L – cena: 2zł

0,5 L- cena: 1,50zł

**„Mama i ja”** to marka źródlanej wody niegazowanej. Produkt przeznaczony jest w szczególności dla niemowląt i małych dzieci, kobiet w ciąży oraz mam karmiących piersią. „Mama i ja” to marka należąca do firmy WOSANA S.A. Początki firmy sięgają 1991 roku, jej siedziba mieści się w Andrychowie. Najwyższą, jakość produktów zapewnia wdrożony przez firmę system zarządzania bezpieczeństwem żywności zgodny z międzynarodową normą EN ISO 22000: 2005. „Mama i ja” posiada pozytywną opinię od Centrum Zdrowia Dziecka. Produkt dostępny jest w sieciach: Real, Makro, Tesco, Kaufland, Netto, Carrefour, Selgros, Auchan, Eurosklep e-sklepach dodomku.pl, frisco.pl oraz bdsklep.pl.

WOSANA S.A.

PRODUCENT SOKÓW, NAPOJÓW I WÓD ŹRÓDLANYCH

WOSANA SPÓŁKA AKCYJNA

z siedzibą w Andrychowie przy ul. Batorego 35a, 34-120 Andrychów

tel. 033/ 873 41 51

fax 033/ 873 41 53

e-mail: [marketing@wosana.pl](http://flypr.biuroprasowe.pl/word/?typ=epr&id=25870&hash=d13cb0e0765f7c4687a787746c8fef2bmailto:marketing@wosana.pl)

[www.wodadladziecka.pl](http://www.wodadladziecka.pl)