

KĀ IEMĀNĪT BĒRNAM ŠĶIDRUMU DRUDŽA LAIKĀ

● Izklaidē bērnu:

- ļauj dzert ar salmiņu
- iegādājies jaunu krūzi vai pudelīti ar stilīgu zīmējumu
- dot dzert no sporta pudeles
- dod dzert no korķīša
- dod dzert no nestandarta izmēra trauka (ļoti maza vai liela)
- dzirdini, novēršot uzmanību ar filmiņas palīdzību

● Dod dzert ar karoti vai citu dozatoru

● Rādi piemēru vai izdomā kādu spēli, kas motivē bērnu dzert

● Nepadodies!



Ieteikumi, kā uzveikt gripu un vīrusus

www.spkc.gov.lv



Slimību profilakses un
kontroles centrs



Nacionālais
veselības dienests