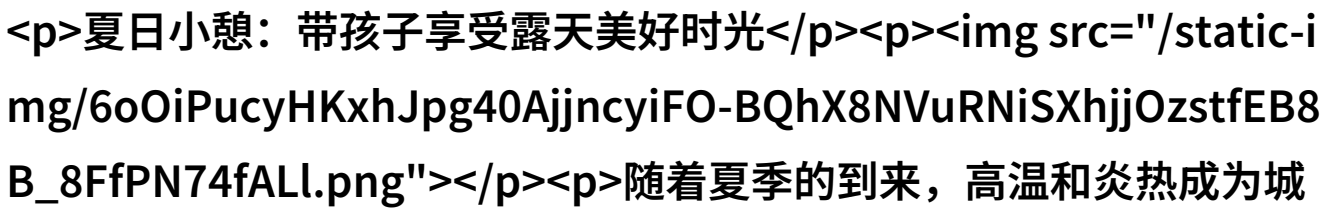


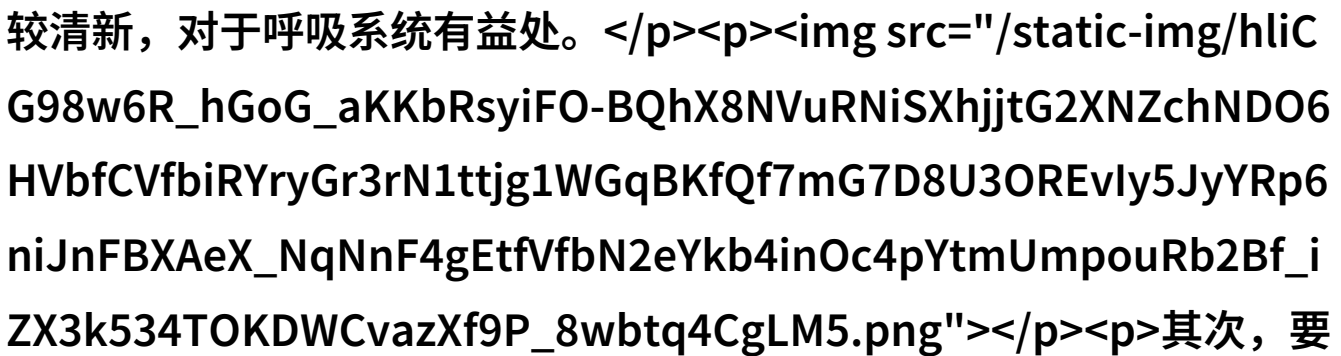
宝宝我们露天做一次吧视频-夏日小憩带孩子

夏日小憩：带孩子享受露天美好时光



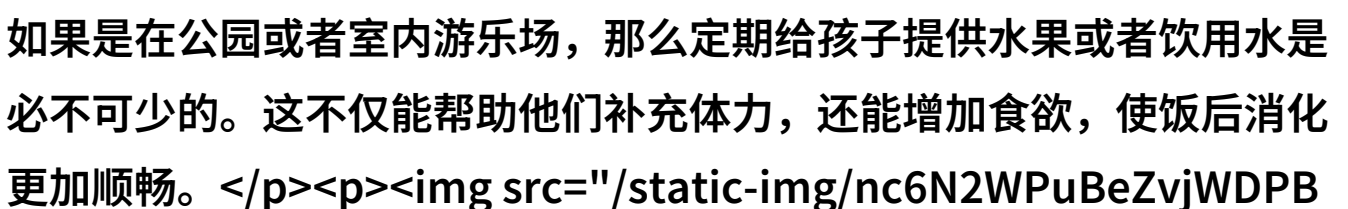
随着夏季的到来，高温和炎热成为城市生活的一部分。面对这个问题，很多家长都在寻找让宝宝在户外活动，同时避免过度暴晒的方法。今天，我们就来分享一些实用的经验，让宝宝我们露天做一次吧视频不再是空谈，而是可以轻松实现的。

首先，选择合适的时间进行户外活动。在早晨或傍晚时分去户外，可以减少太阳直射，从而降低被晒伤的风险。此外，这些时候空气通常比较清新，对于呼吸系统有益处。



其次，要确保宝宝穿戴得当。在出门前要为孩子准备一套适合夏季的衣服，如宽松透气、反光色的T恤和短裤，以及防晒帽和太阳镜。同时，不要忘记涂抹足够量、具有高SPF值（至少30）的防晒霜，以保护皮肤免受紫外线伤害。

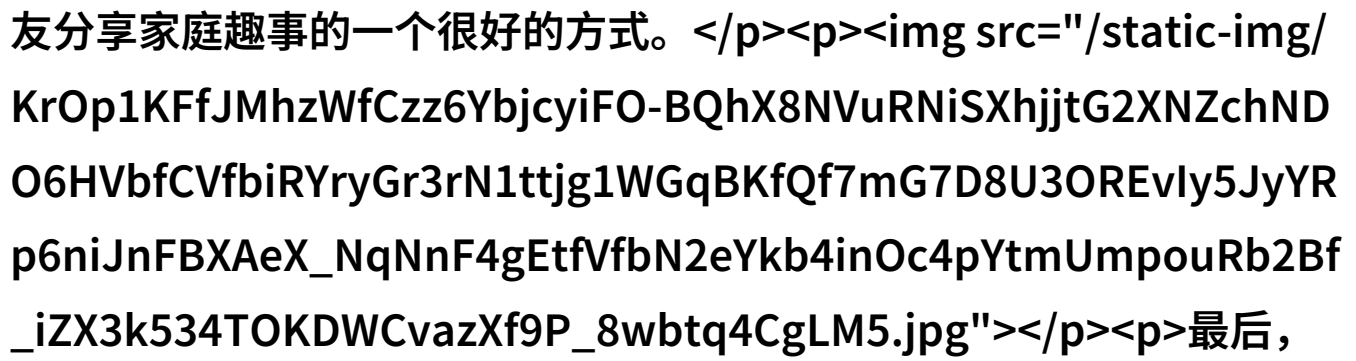
接下来，在进行露天游戏的时候，要注意水分补充。如果是在公园或者室内游乐场，那么定期给孩子提供水果或者饮用水是必不可少的。这不仅能帮助他们补充体力，还能增加食欲，使饭后消化更加顺畅。



除了这些常规措施之外，还可以尝试一些创意性的户外活动，比如布置一个简易沙滩，将沙子倒在草地上，然后用塑料杯制作小型沙滩椅，再加入一些玩具海洋生物，让孩子们仿佛置身于真正的大海中探险；或者设置一个简单的小木屋，用

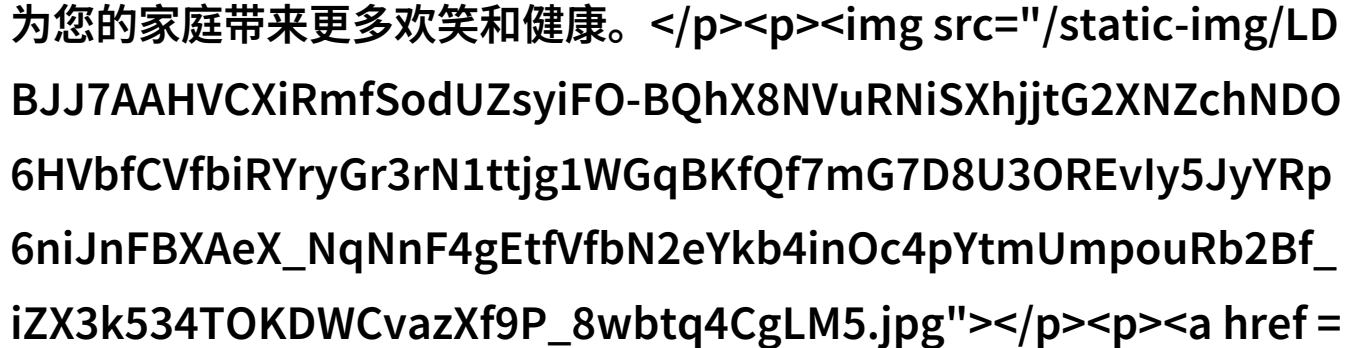
帐篷搭建一个遮阴的地方，有助于休息与观察周围环境。

如果你希望捕捉这一美好瞬间，可以拍摄“宝宝我们露天做一次吧视频”，记录下孩子们欢笑成长的一刻，也许这些珍贵照片将成为未来的回忆佳作。而且，这样的视频也会给你的社交媒体账号增添几分活力，是与朋友分享家庭趣事的一个很好的方式。



最后，不妨邀请几个亲朋好友一起参与，一起陪伴孩子们度过愉快的一天。这样的团聚活动对于培养良好的社会关系同样重要，它也是家族传承文化的一种方式，让我们的下一代能够感受到家人之间深厚的情谊和共同进步的心情。

总之，无论是在郊区公园还是居住区的小花园，只要采取适当措施，就可以让“宝宝我们露天做一次吧视频”变成现实，为您的家庭带来更多欢笑和健康。



[下载本文pdf文件](/pdf/843692-宝宝我们露天做一次吧视频-夏日小憩带孩子享受露天美好时光.pdf)