

# ЭРУДИТ

**NEW!**  
*Путер,  
я люблю тебя*

ЗВЕЗДЫ О ЛЮБИМОМ ГОРОДЕ

*Отцы-молодцы*

ВОСПИТАТЬ СЫНА

*Готовимся  
к саду и школе!*

*Ученье – свет*

АВТОРСКИЕ СКАЗКИ

*София Сидорова*

ДИНАСТИЯ ТАЛАНТА И КРАСОТЫ

**ВИКТОРИЯ  
МАКАРСКАЯ**

*Счастливая мама*



# Gulliver®

стильная детская одежда и обувь

[www.gulliver-wear.ru](http://www.gulliver-wear.ru)

Суперпредложение!

**-20%**  
при покупке  
от 12 единиц  
на артикул

## ФОРМА ДЛЯ КЛАССА ПО КЛАССНОЙ ЦЕНЕ!

Комплект для организатора коллективного заказа – **БЕСПЛАТНО!**



*Компания Gulliver – лауреат национальной премии товаров для детей «Золотой медвежонок» 2013 г. в номинации «Лучшая одежда» – коллекция школьной формы и деловой одежды Gulliver.*

ТРЦ «Галерея», м. Площадь Восстания, Лиговский пр-т, д. 30 А. Т. 493-23-61

ТРК Piterland, м. Старая деревня, Приморский пр. 72. 3 этаж. Т. 493-23-62

ТРК «Атмосфера», м. Комендантский проспект, Комендантская пл., д. 1 А Т. 676-00-53. **ДИСКОНТ**



О Вещем сне,  
приятных хлопотах и  
холодном кофе –  
В нескучном и светлом  
интервью

15



Алиона.  
Одна из миллиона

75



71



87

ЗВЕЗДНЫЕ РОДИТЕЛИ

23 София Сидорова

*Династия таланта и красоты*

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ

29 Подготовка к школе

*Первое сентября – день  
волнительный*

УЧЕНЫЕ СВЕТА

43 Авторские сказки

ВЫХОДНЫЕ С ДЕТЬМИ

57 Выборг

*Отправляемся в увлекательное  
путешествие*

63 Чудеса своими руками

67 Кидбург

КЛУБ ЭРУДИТ

71 Ах, если бы дети могли  
выбирать

*Каждый родитель сможет найти  
то, что наиболее подойдет  
для его малыша*

СЕСЬЯ. УСПЕХ

75 Алиона Хильт

ФОТОПРОЕКТ

81 Детский шопинг

ПИТЕР, Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ

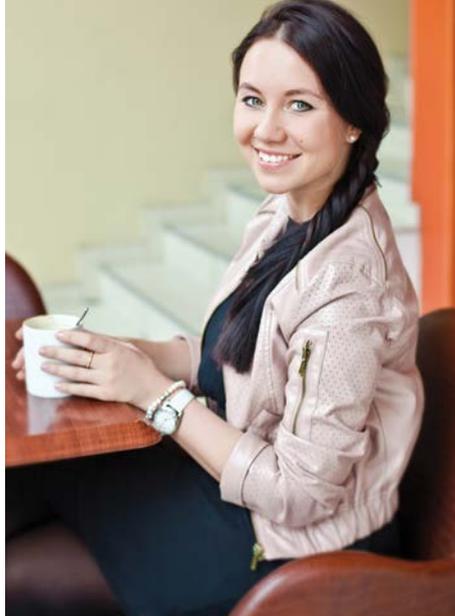
87 Знаменитые люди признаются  
в любви

ВРЕМЯ. СОБЫТИЯ. ЛЮДИ

89 Свадьба у кота Мити

# Лето в Петербурге!

Многие говорят, мол, в Санкт-Петербурге нет лета. И очень часто я слышу от родителей: «Надо увозить ребенка из города, и подальше, и подольше, к морю»



**А**, ПРАВДА ЕСТЬ В ЭТИХ СЛОВАХ: ОТДАТЬ МАЛЫША К БАБУШКЕ НА ДАЧУ У ОЗЕРА ИЛИ УЕХАТЬ ВСЕЙ СЕМЬЕЙ НА ПОВЕРЖЬЕ В ИСПАНИЮ — ЛУЧШЕ НЕ ПРИДУМАЕШЬ! Но сама я часто провожу лето в любимом Петербурге, и каждый раз не перестаю удивляться красоте нашего города и наслаждаюсь каждой минутой, проведенной на свежем воздухе. И восхищаюсь теми родителями, которые не расстраиваются, оставшись в городе по разным причинам, а без труда находят интереснейшие живописные места для отдыха с детьми.

Погода в первой половине лета радовала, и нет ничего лучше, чем на все выходные отправиться на залив в Приморский район. Сколько там живописных мест: Солнечное, Репино, Сестрорецк, Зеленогорск! Или — уехать с палатками в Карелию. Можно посетить исторические места загородом: Пушкин, Павловск, Петергоф, Выборг. Ну, и самое интересное и для детей и взрослых — изучить и самому побывать в старинных крепостях, церквях и усадьбах Ленинградской области: Старая Ладога, крепости Орешек и Копорье, усадьба Елисеевых.

Выборг велик, к тому же, интернет Вам всегда в помощь — всегда можно подобрать интересный

маршрут, начитаться советов о том, где будет интереснее с детьми, какие экскурсии можно приобрести, и какие интересные монументы и памятники древней архитектуры стоит посетить обязательно!

В августовском выпуске наш выбор пал на Выборг: это — целое путешествие на своеобразной машине времени, о котором Вам поведаёт Ирина Третьякова, наш бесценный автор, историк, человек, который любит этот город всей душой.

И, наконец-то, выходит долгожданная рубрика «Питер, я люблю тебя», в которой известные люди Санкт-Петербурга расскажут Вам о своих любимых местах, а Вы смело можете отправиться по их проверенным маршрутам после прочтения статьи. Удачи в Питерских прогулках! Наслаждайтесь августовскими днями и ночами!

*Искренне Ваша, Наталья Букурова*



# Письмо месяца



Внимание! Редакция журнала «ЭРУДИТ» ждет Ваших писем на электронный ящик [eruditclub@mail.ru](mailto:eruditclub@mail.ru). Автор лучшего письма получит подарок!

**Д**ОБРОГО ВРЕМЕНИ СУТОК, ДОРОГАЯ РЕДАКЦИЯ ЖУРНАЛА «ЭРУДИТ»!

Каждый Ваш новый выпуск я жду с большим нетерпением. Очень полезной и, так сказать, «в тему», оказалась для меня статья из июньского номера «Аптечка в отпуск». У меня двое маленьких сыновей, и мы с мужем впервые выбрались в путешествие с ними. Как раз за неделю до отпуска мне в руки попался Ваш новый номер. Скажу честно: всю «детскую» аптечку я собрала строго по тому перечню, который был предложен в Вашем журнале.

Наш папа частенько читает Вашу рубрику «Отцы-молодцы», и это так здорово, что Вы пишете не только о мамах и для мам, но не забываете и о наших папочках.

Успеха и процветания Вам, дорогая редакция и любимый журнал «Эрудит»!

*С уважением, Ваша постоянная читательница  
Елена Ревва, мама Дани и Кируши.*

Уважаемая Елена! Спасибо большое Вам за письмо. Мы очень рады, что наши статьи не только интересны, но и полезны. Вдвойне приятно, что наш журнал стал поистине семейным и интересен не только женской, но и мужской аудитории. В августовском номере в рубрике «Отцы-молодцы» специально для Вашего папы статья о воспитании сыновей! За Ваши добрые слова мы с огромным удовольствием дарим Вам цветной виниловый боулинг от компании Gulliver

*Редакция журнала Эрудит.*



ЖУРНАЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ УМНЫХ ДЕТЕЙ

# ЭРУДИТ

№16, АВГУСТ 2013

**ДИРЕКТОР**

Мария Мардаровская

**ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР**

Наталья Букурова

**РУКОВОДИТЕЛЬ ОТДЕЛ МАРКЕТИНГА**

Юлия Бежанова

**РЕГИОНАЛЬНЫЙ ПРЕДСТАВИТЕЛЬ В МОСКВЕ**

Оксана Абдуханова

**НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ**

Алиона Хильт, Татьяна Шапошникова, Ирина Третькова, Татьяна Журавлева, Мария Лебедева, Татьяна Букурова, Виктория Чеботарева, Татьяна Шапошникова, Мария Лебедева, Алина Хазиева, Анна Якина, Ирина Третькова

**ДИРЕКТОР СЕТИ КЛУБОВ «ЭРУДИТ»**

Татьяна Ладыженская

**ФОТОГРАФЫ**

Женя Котова, Александр Меерсон, Ольга Галафеева, Наталия Цыгина

**КОРРЕКТОР**

Константин Минин

**ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ**

Елена Быкова, Алина Хазиева

**РУКОВОДИТЕЛЬ КУРЬЕРСКОЙ СЛУЖБЫ**

Юлия Рожкова

**РЕДАКЦИЯ**

197277, Санкт-Петербург, Комендантский пр., д. 8, корп. 1. Тел. (812) 703-8575

**ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ**

Тел. (812) 982-8606

**ЖУРНАЛ «ЭРУДИТ» В КОНТАКТЕ**

[vk.com/vkerudit](http://vk.com/vkerudit)

Если вы — юная модель, талантливый фотограф или писатель и хотите сотрудничать с нами, направляйте ваши работы, портфолио и пожелания на наш электронный адрес: [eruditclub@mail.ru](mailto:eruditclub@mail.ru)



**На обложке**

Виктория Макарская  
и дочь Мария

Журнал зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций  
Свидетельство ПИ № ТУ78-00996 от 24 октября 2011 г.

Учредитель и издатель журнала: ООО «Система»  
197374, Санкт-Петербург, Мебельная ул., д. 1, корп. 2

Тираж: 20 000 экз.

Отпечатано в типографии ООО «Премиум Пресс»  
Санкт-Петербург, ул. Оптиков, 4

Перепечатка и любое воспроизведение материалов и иллюстраций  
журнала «Эрудит СПб» возможны только с письменного разрешения  
Учредителя.

# mothercare



Больше советов, акций и специальных предложений для участников группы на:   MothercareRussia  
служба информации +7 (499) 270-40-40 [www.mothercare.ru](http://www.mothercare.ru)

## Семьей или с друзьями – в SUNDAY GINZA

Как устроить **полноценные посиделки с друзьями** и одновременно не расставаться с любимым малышом надолго? Конечно, взять его в ресторан и поручить опытной, заботливой няне! Ресторан **SunDay Ginza** всегда рад приветствовать юных гостей.

С четверга по воскресенье внимательная и квалифицированная няня с огромным удовольствием будет играть с вашими малышами в увлекательные и познавательные игры. Здесь ребятам не будет скучно: во-первых, маленькие гости ресторана смогут найти новых друзей, а во-вторых, откроют в себе таланты, о которых даже не подозревали, в то время как вы сможете наслаждаться приятной компанией друзей и отменными блюдами.

Наши повара подготовились к встрече с юными гостями, они с любовью создавали **детское меню**, которое мы рады предложить малышам. К тому же, на территории ресторана SunDay Ginza можно отдыхать в уютных шезлонгах, загорать на солнце, играть в волейбол или просто гулять по побережью.

Этим летом специально для всей семьи ресторан дарит прекрасное водное развлечение – **катамараны**. После вкусного обеда или ужина на уютной террасе очень приятно совершить водную



прогулку. Не отказывайте себе в этом удовольствии! **Аренда катамарана** обойдется вам всего в **500 рублей/час** (залог – 5000 рублей и паспорт или водительское удостоверение). **А по вторникам вы можете кататься бесплатно** (предоставив только залог)!

Санкт-Петербург, Южная дорога, 4, корп. 2, +7 (812) 900-33-31



## СЕМЕЙНЫЙ ОТДЫХ В РАЙВОЛА

Приглашаем Вас и Ваших детей окунуться в беззаботный мир радости и веселья в загородном отеле «Райвола»!

Здесь, в **Рощино**, в окружении соснового леса Вас ждут 5 комфортабельных корпусов и 3-х разовое питание, детский корпус, няня, **сауна и SPA**, фитнес и многое другое. Загородный отель «Райвола» – лучшее место для семейного отдыха:

- Утром – все на зарядку!
- Днем – веселые старты, игры и конкурсы не только для детей, но и для их родителей!
- Вечером – детская дискотека и мультфильмы на свежем воздухе!

- Каждую субботу – большой детский праздник!

Все лето с детьми занимается ведущая Пятого канала Екатерина Назаренко, а это значит, что каждый малыш получает шанс принять участие в съемках сюжетов для рубрики «Мама Катя».

Ждем Вас в семейном загородном отеле «Райвола», который, без сомнения, станет для Вас лучшим местом отдыха с любимыми карапузами!

[www.raivola.spb.ru](http://www.raivola.spb.ru)  
+7 (812) 322-50-60  
+7 (921) 425-25-00



# Здоровое питание прямо с фермы

Производитель детского питания HiPP предлагает Вам продукцию, которая завоевала популярность у малышей в Европе и России.

Фермы HiPP расположены в самых чистых уголках Европы: в природоохранных зонах, вдали от городов, автомобильных дорог и заводов – там, где плодородная земля, чистая вода и воздух.

## Экологичность

Каждая ферма регулярно проходит проверку на соответствие стандартам чистоты, которые, к слову, на десять лет «старше» и до сих пор значительно строже стандартов Евросоюза.

Животные здесь выращиваются в экологически чистых условиях, содержатся на свежем воздухе и питаются кормами высшего качества. Поэтому молоко и мясо выращенных здесь животных гораздо «правильнее» по составу, чем молоко и мясо животных, выращенных в стойле. Такое молоко до 4-х раз богаче ненасыщенными жирными кислотами, а в мясе содержится больше белка и меньше жира.

## Преимущества ВІО-молока

ВІО-молоко – это молоко, полученное от домашних животных, выращенных естественным образом на экологически чистых пастбищах.

HiPP, самый крупный в мире производитель питания из экологически чистого сырья, предлагает Вам заменители грудного молока на основе ВІО-молока.

Знак «ВІО – органическое молоко» на упаковке гарантирует, что сырье для молочных смесей HiPP получено при помощи естественного выращивания домашних животных на экологически чистых пастбищах, без использования удобрений.



## МЕСТО ДЛЯ ВСТРЕЧ – ТЕРРАСА ITALY ЮГ

Лето – время общения, долгих теплых вечеров, шумных встреч с друзьями и романтических свиданий в ITALY, поэтому специально для Вас летом мы работаем до 2-х часов ночи.



Мы придумали идеальное место для встреч: наши дизайнеры разработали современную панорамную террасу, уютно расположенную рядом с рестораном **ITALY ЮГ** в самом центре Московского района.

Прозрачные стекла вместо стен, большое количество цветов, настоящая береза в центре террасы превращают ее в современный зеленый итальянский дворик. Сюда хочется прийти снова и снова, позвать друзей и близких, взять с собой детей и устроить настоящий семейный ужин на свежем воздухе.

Специально к открытию летней террасы **шеф-повар ITALY** подготовил новое меню. Легкие гастрономические блюда из лобстера и осьминога с нежным, но насыщенным вкусом в сочетании с хорошим вином, подобранным нашим сомелье, перенесут Вас на берег солнечной Италии. Наслаждайтесь летом в **стиле ITALY**. Будьте с нами каждый день и вечер, теперь мы работаем до 2-х часов ночи. **Ресторан ITALY ЮГ**, Московский пр., 159, гостиница Россия; 900-6-444, [www.italy-group.ru](http://www.italy-group.ru)



# Супер предложение для супермам от Residence Hotel&SPA

Только в июле и августе отель в Репино «Residence Hotel&SPA» проводит беспрецедентную акцию для молодых мам и предлагает воспользоваться специальным тарифом.

Тариф «Супермама» включает в себя следующие услуги:

- проживание двух взрослых и ребенка до 3-х лет в любой будний день;
- завтрак;
- неограниченное посещение Aqua-зоны, которая включает в себя плавательный бассейн, бассейн с гидротоканами, бассейн с морской водой, сауну, хамам и соляную комнату;
- одна СПА-процедура на выбор в подарок маме: парафинотерапия рук, альгинатная маска для лица или сеанс бальнеотерапии.

Безмятежность и спокойствие являются спутниками всех гостей комплекса. **Расслабляющий СПА-отдых** без временных затрат на дорогу – это курорт Residence Hotel&SPA.

**Ждем Вас и Ваших детей в нашем отеле!**

При бронировании номера по указанному тарифу необходимо указать промокод: «Супермама – лето».



RESIDENCE



Подробная информация обо всех акциях и специальных предложениях – на нашем сайте [www.repinospa.ru](http://www.repinospa.ru) и по телефону +7 (812) 406-79-06

**АКВАЛАЙН**  
Вода. Создана Природой

**МЫ ДОСТАВЛЯЕМ ВОДУ ТАКОЙ,  
КАКОЙ ЕЕ СОЗДАЛА САМА ПРИРОДА!**



Доставка природной воды, оборудования и сопутствующих товаров

т.: 325-1000, [www.aqline.ru](http://www.aqline.ru)





## Звери на выезд

Ваш ребенок не знает, как выглядит мангуст, а птиц изучает по Angry birds? С этим покончено – вы можете погладить тигрового питона прямо у себя дома.

В Ленинградском зоопарке есть целый отдел, где обитают прирученные животные самых различных видов – млекопитающие, рептилии, птицы и грызуны (всего около 40 видов). Среди них есть декоративные и домашние кролики, нутрия, мангуст, лисица, песец, тигровый питон, полоз, хорек, серая неясось, филин и многие другие. Приручены эти животные не просто так. Они работают в зоопарке на просветительных занятиях, лекциях, а так же на выездных мероприятиях. Один из таких проектов – культурно-просветительские программы с демонстрацией животных, которую Вы можете заказать в Ленинградском зоопарке с выездом приемком к Вам в школу или детский сад. В рамках одной программы выезжает от 9 до 12 животных в сопровождении опытного лектора зоопарка, который увлекательно и интересно расскажет Вам все об этих животных: где они обитают, чем питаются, каковы особенности их поведения. Рассказ может сопровождаться показом цветных слайдов.

диспетчерская служба  
**ВЕЗЁТ**  
 ЗАКАЗА ТАКСИ

**318-0-318**

**V.I.P. карта № 103**

диспетчерская служба  
**ВЕЗЁТ**  
 ЗАКАЗА ТАКСИ

**20%**  
 СКИДКА ПРИ ЗАКАЗЕ ПО ГОРОДУ

Номера городских телефонов: **318-0-318** 6-005-006

Бесплатный звонок с мобильного: «Билайн» **0585** «МегаФон» **0271** «Теле2» **0807**

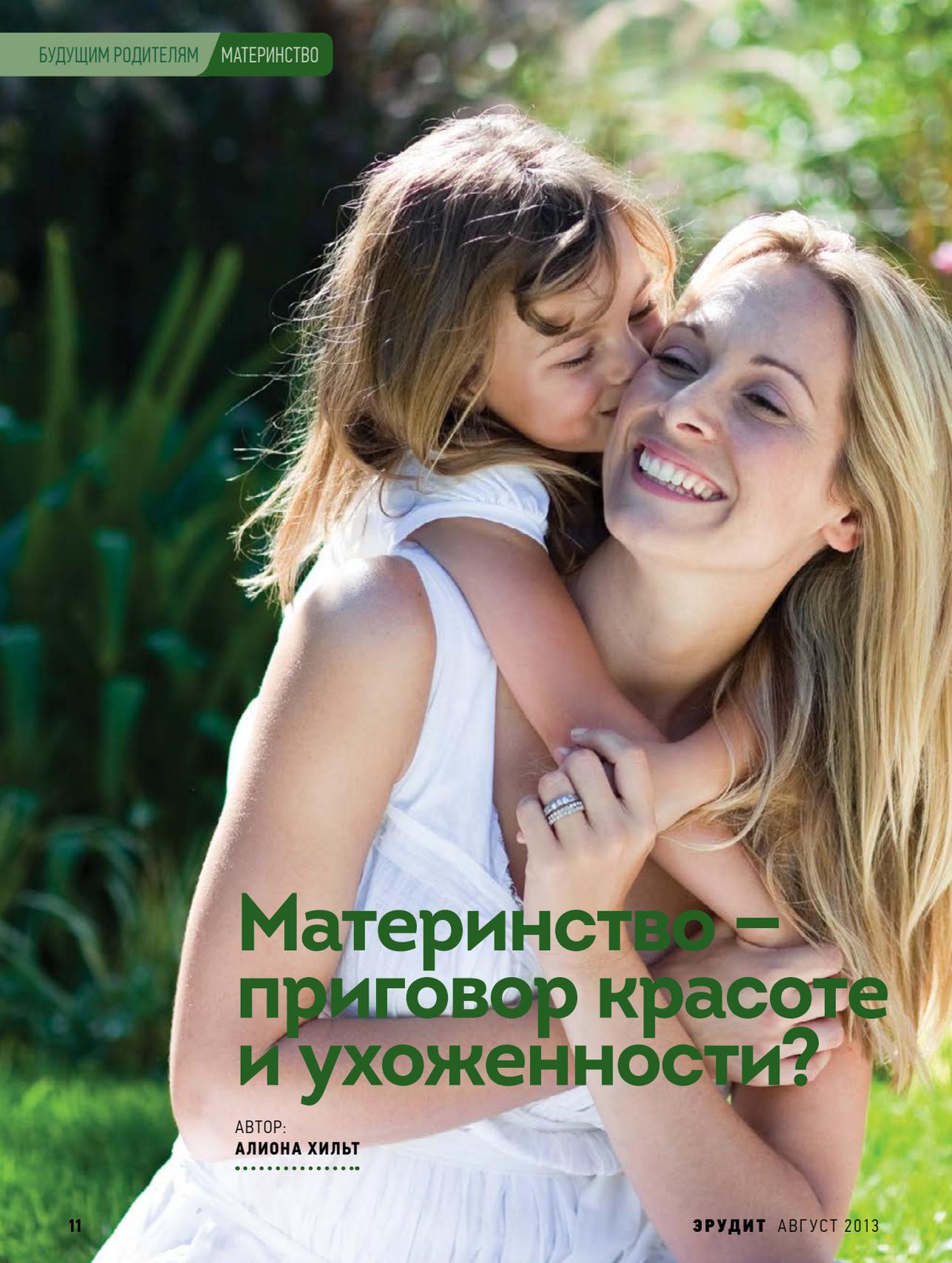
Заказ такси через интернет: **www.rutaxi.ru**

**Везёт по жизни!**

## МОБИЛЬНЫЙ ПУЛЬТ ВЕЗЁТ

На платформе Android, iPhone, Java. Устанавливай через сканер QR-кода. **ЗАКАЗ ТАКСИ В 2 РАЗА БЫСТРЕЕ**





# Материнство – приговор красоте и ухоженности?

АВТОР:

**АЛИОНА ХИЛЬТ**

.....

Попробуем развеять миф о том, что после родов все внимание мамы без остатка уходит на любимого ребенка и ничего не остается для себя. Так ли это?

**М**НОГИЕ ЖАЛУЮТСЯ, ЧТО КОГДА В СЕМЬЕ ПОЯВЛЯЕТСЯ РЕБЕНОК, НА СЕБЯ СОВЕРШЕННО НЕ ХВАТАЕТ НИ СИЛ, НИ ВРЕМЕНИ. МЕНЯ ЭТО, ЧЕСТНО ГОВОРЯ, НЕСКОЛЬКО УДИВЛЯЕТ. НА САМОМ ДЕЛЕ, МАТЕРИНСТВО — ЭТО ПРЕКРАСНЫЙ ПОВОД И СПОСОБ НАЧАТЬ ПИТАТЬСЯ ПРАВИЛЬНО, БОЛЬШЕ ДВИГАТЬСЯ И ВЫГЛЯДЕТЬ ЛУЧШЕ!

Я бы хотела объяснить это на примерах и дать несколько простых, но вполне выполнимых и действенных советов молодым мамочкам.

### Готовьте свежую и полезную еду.

Мы все следим за тем, что едят наши дети, стараемся готовить овощные пюре, паровые котлетки, супы без специй и жира. А кто же нам мешает питаться правильно вместе

с малышом? Никто! Просто готовьте сразу несколько порций, ведь и пюре, и постное мясо, и котлетки, да даже суп — все это можно заморозить и достать из морозильной камеры тогда, когда придет время обедать или ужинать! Соответственно, времени на готовку будет уходить значительно меньше. Просто выберите удобный для Вас день и заготовьте еду на несколько дней вперед. Тем, кто начнет возражать, что есть же еще и муж, я скажу так: своему мужу я готовлю отдельно — пожарить мясо и отварить картофель либо макароны занимает совсем немного времени! Другой вариант — завернуть мясо с овощами в фольгу, посыпать специями — и в духовку минут на 40. Все само приготовится! И ребенку готовить отдельно не будет никакой необходимости — запеченное мясо с овощами вполне подходит для детского питания от года.



### Не доедайте за ребенком.

Это касается только печенья, конфет и прочих вкусностей. Хотя Вы, наверняка, следите за тем, чтобы Ваш малыш не ел слишком много сладкого. Если кроха не доел печеньюшку или шоколадную конфетку, и то, и другое можно отложить и добавить в утреннюю кашку на следующий день. То же касается бананов и прочих фруктов. Если ребенок ел поп-корн, чипсы или кусок колбасы (в чем я, честно говоря, сомневаюсь, но, предположим), порауйте свое домашнее животное! Ему тоже иногда хочется чего-нибудь вкусенького, а не только корма из пакета. Нет домашнего животного? Порауйте животных во дворе!

### Пейте больше воды.

Следите за объемом жидкости, который выпивает Ваш ребенок? Следите и за своим тоже! Ставьте бутылку или графин с водой на видное место.

### Больше двигайтесь!

Не сидите дома. Коляску в руки, ребенка в коляску — и гулять! Ребенку необходим свежий воздух, Вам необходимо движение. Возьмите себе за правило проходить ежедневно не менее 5-6 км. Вам обоим только польза. Разумеется, вода и полезный перекус — с собой в контейнере (и для мамы, и для малыша).

В плохую погоду дома больше играйте в подвижные игры, танцуйте, прыгайте, играйте в догонялки! Сколько радости это приносит! С детками помладше сложностей тоже меньше — слинг на себя, ребенка в слинг и — гулять,



ходить по делам, заниматься домашней работой, да даже сделать пару упражнений по видео — это уже тренировка с отягощением.

### Принимайте ванну вместе с ребенком.

Морская соль, пена для ванны, маска для волос — обязательные пункты программы! Ваши ногти, волосы и кожа укрепятся. К тому же, подумайте — как здорово плескаться вместе с малышом в воде!

### Ухаживайте за своей кожей.

Делая ребенку массаж, не пожалейте немного масла или лосьона и для себя — увлажнить кожу займет всего пару минут, а при регулярном повторении этой несложной процедуры она станет мягкой и нежной, как у Вашего малыша.

Я желаю всем мамочкам восстановить добеременную форму и даже улучшить ее! Материнство — это очень красиво, и отнюдь не повод махнуть на себя рукой.

Будьте самой красивой мамой для Вашего чуда и самой привлекательной женой для Вашего мужа!



*Материнство — это прекрасный повод и способ начать питаться правильно, больше двигаться и выглядеть лучше! “*

# ЗДЕСЬ ДЕТИ НЕ БОЯТСЯ СТОМАТОЛОГА!



## Новый уровень детской стоматологии:

- ◆ камера Vista Proof — 100%-ное выявление кариеса
- ◆ нановиниры для подростков
- ◆ коронки на молочные зубы
- ◆ профилактика
- ◆ терапия
- ◆ ортодонтия



# ПРИГЛАШАЕМ

## Вашего ребенка

на **бесплатную** консультацию детского стоматолога

Приглашение действительно по 31.11.2013.

Не забудьте предъявить это приглашение, без него консультация будет стоить 515 р.



Детские клиники «Вероника»

- ◆ ул. Савушкина, 12А
- ◆ ул. О. Дундича, 17, к. 1
- ◆ Средний пр., 48/27

(812) 777-77-09

[www.veronica.ru](http://www.veronica.ru)





# Счастье – это когда лучшие друзья – в семье

Виктория Макарская совсем недавно стала мамой, и, похоже, обрела счастье. О вещем сне, приятных хлопотах и холодном кофе – в нескучном и светлом интервью в рамках рубрики «Звездные родители».

БЕСЕДОВАЛА:  
**МАРИЯ МАРДАРОВСКАЯ**

**С**вязавшись с Викторией и предложив интервью на тему воспитания малышки Маши, семейной жизни и домашних традиций, мы были приятно удивлены реакцией актрисы. Веселый голос в трубке обещал живое, искреннее интервью. И, правда, ответы Виктории поражали откровенностью – не каждая героиня “звездной” рубрики готова поделиться секретами личной жизни и семейного счастья...

**Виктория, до рождения ребенка вы с Антоном сами были детьми: Ваши родители заботились о Вас и помогали. Каково же теперь ощущать себя родителями после столь долгого ожидания?**

Благодаря своей семье я воспитана таким образом, что считаю своим долгом помогать пожилым

родителям. До конца своих дней буду им благодарна за то, что научили меня созидательному образу жизни: творить, строить, создавать. Не просить, не жить за счет других, не жаловаться. Поэтому, когда я теперь сама стала мамой, прошу Бога только о том, чтобы дал мне такой же мудрости в воспитании Маши. Я очень люблю ее, нет таких слов в человеческом языке, чтобы описать это чувство, но Маша будет зарабатывать себе на жизнь сама, потому что я хочу видеть ее по-настоящему счастливым и реализовавшимся в жизни человеком.

**Какая Ваша семья: современная с определенными свободами для супругов или больше патриархаль-**

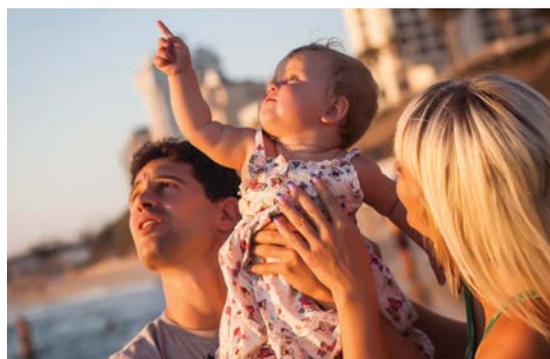


**Виктория и Мария Макарские.**

*Израиль, июль, 2013 г. «Наверное, из-за того, что Маша – долгожданный, первый и поздний ребенок, ни о каких трудностях нет и речи. Всё в радость!»*

**ная, где муж — добытчик, а жена хранит домашний очаг и не перечит мужу?**

Мой любимый супруг любит говорить: «Там где начинается свобода



*Чтобы муж стал настоящим добытчиком, ему нужны крылья, которые «отрастить» ему может только преданная и любящая жена. И умный мужчина всегда это понимает. И ценит.»*

одного человека, заканчивается свобода другого». О какой свободе может мечтать мужчина, который очень любит свою женщину, своего ребенка? Наверное, мы динозавры в этом смысле, но если муж и жена живут в отношениях с другими людьми — это уже не семья. У нас патриархат. Но чтобы муж стал настоящим добытчиком, ему нужны крылья, и я уверена, что «отрастить» ему эти крылья может только безоговорочно преданная

и любящая жена. И умный мужчина всегда это понимает. И ценит. И тысячу раз подумает, надо ли уступать своим природным полигамным инстинктам ради того, чтобы сделать больно своей любимой.

**Как уживаются два талантливых творческих человека с разными характерами и темпераментами? Кто лидер, командир в семье?**

Отвечу честно: со скандалами, «ором» и доказыванием своей позиции до желания придушить друг друга (Смеется...). У каждого из нас свое видение, свои творческие фантазии и мнения. И это нормально! Радует то, что со временем мы не накопили никакого негатива по отношению друг к другу. Как ссоримся, так и миримся. Антоша, конечно, и лидер, и командир — ему так положено. Но ведь я могу и разреветься — а это оружие помощнее любого ядерного взрыва!

**Как преодолеваются трудности воспитания при Вашей востребованности и дефиците времени? Бессонные ночи, болезни, зубки, животик?**

Наверное, из-за того, что Маша — долгожданный, первый и поздний ребенок, ни о каких трудностях нет и речи. Все в радость! Няни у нас нет, спать хочется очень сильно, но когда это Чудо тебе улыбается, и мы начинаем здороваться с солнышком, птицами и небом — сон как рукой снимает. Ходишь целый день с ней на руках, как пьяная от недосыпа, но совершенно счастливая! Папа сейчас — основной добытчик: работает в кино еще больше, чем раньше, гастроли временно сократили, но все не отменяли. Сделали большой тур по месту жительства — в Израиле, чтобы не расставаться с дочкой. Рабочие вопросы и переписки — по ночам, между кормлениями. Нормально!



**Виктория, Антон и малышка Маша Макарские. Израиль, июль 2013 г.**

*«Маша — удивительный ребенок! Она по всем показателям развития превосходит своих сверстников.»*

**Что уже умеет Ваша дочка, чему учится? Кто главная няня? Может, бабушки-дедушки, или помощь профессионалов?**

Маша — удивительный ребенок! Она по всем показателям развития превосходит своих сверстников. Ну правда! Это не слова сумасшедшей мамы, это нам официально врачи в Израиле



**Виктория, Антон и малышка Маша Макарские. Израиль, июль, 2013 г.**

*«Рядом с ребенком всегда должна быть мама. Это самый важный контакт в закладывании основы личности ребенка.»*

говорят! Уверена, что Маша такая потому, что все ее очень любят и почти каждый день бабушка, дедушка, многочисленные дяди и тети приезжают в гости. А семья у нас огромная! И никаких нянь! Рядом с ребенком должна быть мама. Это самый важный контакт в закладывании основы личности ребенка.

**Как Вы выбирали имя дочери? Были споры или все решили сразу и однозначно?**

Маша сама себе выбрала имя! Когда мы только познакомились с Антоном, мне приснилась красивая синеглазая девочка, брюнетка, похожая на Антошу, которая очень серьезно попросила назвать ее Мария, когда родится. Сон был настолько явным,

*Когда Маша родилась, помню, первые 7 месяцев я ни разу не выпила горячий кофе. Только холодный – он Все Время остывал.“*

что я, потрясенная, разбудила Антона и спросила, как мы назовем свою будущую дочь. Антон спросонья ответил — «Маша» и, повернувшись на бок, уснул... Родилась Маша — черненькая и синеглазая. Поэтому выбора у нас не было.

**Что сейчас приоритетно? Профессия? Семья? Друзья? Или все вместе? Как получается все совмещать?**

Приоритетно — стараться правильно жить. Не всегда карьера этому помощник. Счастье — когда лучшие друзья — в семье. У нас в жизни был непростой момент. Удивительно, но факт. Когда стали приходиться деньги и популярность, многие близкие друзья не смогли этого пережить вместе с нами... В один прекрасный момент мне Антон сказал: «А мы себе друзей нарожаем!»

*Рядом с ребенком должна быть мама. Это самый важный контакт в закладывании основы личности ребенка.“*

**Расскажите о Ваших творческих планах и успехах.**

Хочешь рассмешить Бога — расскажи ему о своих планах! Впервые в жизни я ничего не планирую. Только вижу правильный вектор развития. Поверьте, если живешь с Богом, жизнь дает нам гораздо больше, если не загонять себя в рамки «планов» своих амбиций и гордыни. Я вижу грандиозный по масштабам творческий проект в своей жизни, но я совершенно не расстроюсь, если Богу будет угодно, что реализовать этот проект сможет кто-то другой. Я умею всем сердцем радоваться талантам и успехам других людей!

**Что лучшее из своих семей от Ваших родителей Вы взяли в свою семью, а что категорически не приемлете?**

Мы не имеем никакого права осудить хоть один поступок наших предков. Можем поплакать, помолиться о них, сделать правильные выводы для своей жизни. Мы все — люди. И в разных ситуациях, так или иначе, способны на все. Но есть такое слово: образование! Хотя немного приблизиться к образу Божьему, который есть в каждом из нас, и который меркнет и тускнеет под влиянием наших глупых, жестоких, неправильных действий. Со временем я научилась отделять людей от их поступков. Поэтому меня невозможно обидеть. Я могу любить человека и ненавидеть его поступок. Так и надо жить, я так думаю.

**Уже задумывались об образовании дочки?**

Когда Маша пойдет в школу, наверное, уже все занятия будут проходить, как в фантастических фильмах — дистанционно, а экзамены сможет проверять машина, сканирующая мозг ученика и все знания, которые в нем есть. Если бы мне, учащейся Витебской школы в 90-м году показали бы айфон — я, наверное, сошла бы с ума от увиденного! Какие технологии будут окружать наших детей в будущем — невозможно даже догадываться!

**Если есть свободное время, как им распоряжаетесь? Как любите отдыхать в отпуске? Что-то изменилось с рождением ребенка?**

**Виктория и Мария Макарские.**  
*Израиль, июль, 2013 г.*



Недавно ездили на свадьбу к моей сестре Монике в Белоруссию, без Маши. Ночью, каждые 3 часа, «подрывались» на кормление, причем вместе с Антоном. Очень скучали по Машеньке, смотрели по ночам ее фотографии и видео, и, вернувшись, не выпускали ее с рук. Когда Маша родилась, помню, первые 7 месяцев я ни разу не выпила горячий кофе. Только холодный — он все время остывал. У меня была мечта — сесть в большое мягкое кресло хотя бы на 5—7 минут и просто выпить чашку горячего кофе!

**Вы уже не первый день родители. Что посоветуете тем, кто завтра вернется из роддома с малышом на руках? Каких ошибок им надо избежать?**

Никогда не ругайтесь при ребенке! Ни-ког-да! Все остальное приложится. И не слушайте никого — всегда берите ребенка на руки,

*Когда стали приходить деньги и популярность, многие близкие друзья не смогли этого пережить вместе с нами... В один прекрасный момент мне Антон сказал: «А мы себе друзей нарожаем!»*



когда он этого хочет. Потом, когда он начнет стесняться садиться к вам на колени, вы будете вспоминать те мгновения, как самые счастливые в своей жизни!

И еще. Жизнь — гораздо более быстротечна, чем мы себе можем представить. Мне очень нравится один рассказ про то, как в духовной семинарии преподаватель-священник задал студентам вопрос — «Что такое счастье?». Студенты долго и подробно отвечали, каждый о своем представлении о каком-то далеком и будущем счастье. Внимательно выслушав всех, преподаватель тихо произнес: «Счастье — это когда у тебя хорошее настроение». Все очень просто! Я желаю вам просыпаться и засыпать каждый день с хорошим настроением!





Занятия для беременных

# Аквааэробика

Лекции по подготовке к родам • Аквааэробика • Фитнес • Йога  
Семинары для пар — «Партнерские роды», «Встреча с новорожденным»



**Клуб для Будущих Родителей**  
Мы находимся в Вашем районе.

**(812) 448-68-88**  
**[www.rodnikclub.ru](http://www.rodnikclub.ru)**



# Династия таланта и красоты

Алина – старшая дочь в семье и замечательный пример для подражания для своих младших сестренок. Мама Алины – обладательница титула «Леди Россия-2012» – поддерживает свою дочь во всех начинаниях и всячески способствует все-стороннему развитию своих девочек.

БЕСЕДОВАЛА:  
**ЮЛИЯ БЕЖАНОВА**

**О** ПЕРВЫХ ШАГАХ МАЛЕНЬКОЙ Алины НА СЦЕНЕ, О ТВОРЧЕСКИХ УСПЕХАХ И ПЛАНАХ НА БУДУЩЕЕ ПОГОВОРИМ СЕГОДНЯ С САМОЙ «ЗВЕЗДОЧКОЙ» и ее мамой.

**София, когда Вы впервые заметили музыкальные наклонности у Алины?**

Алиночка в год и восемь месяцев не только хорошо говорила, но и точно повторяла мелодии, ритм и прекрасно запоминала слова песен. У нас есть запись, где Алина исполняет музыкальную партию «Муха-цокотуха» из мультфильма «Доктор Айболит» — так артистично, передает все интонации. Еще она пела все песни из «Бременских музыкантов», а ей тогда не было и двух лет! Я сама окончила музыкальную школу, у меня есть слух, и я прекрасно понимала, что у дочери есть музыкальные наклонности.

**Алина, здравствуй. Расскажи, пожалуйста, когда ты впервые вышла на сцену?**

Здравствуйте. Моя мама рассказала мне, что впервые я выступала в два года еще в развивающей студии, а потом в садике. У нас есть видеозаписи, я там такая смешная, маленькая, и уже пою. А в пять лет вышла на сцену Большого Драматического Театра.

**Уже в пять лет тебе дали роль в БДТ? Как это было?**

Сначала я немножко боялась, потому что там были только взрослые незнакомые люди. Сцена меня не пугала, наоборот, театр — такой красивый и старинный! Мне там сразу понравилось. А когда я со всеми познакомилась,

то с удовольствием стала играть роль маленькой испанской принцессы. Для меня сшили два красивых платья, и за спектакль я выходила по сценарию четыре раза. У меня там даже появилась подруга — актриса Полина Толстун — она играла роль пажа в спектакле «Дон Карлос».

**Сегодня ты и поешь, и танцуешь, и играешь на гитаре. Но чем тебе нравится заниматься больше?**

Мне всем нравится заниматься (смеется). Я музыку очень люблю!

**София, можно ли сказать, что через Алину Вы пытаетесь реализовать свои творческие амбиции?**

Я сама с детства люблю выступать — занималась в танцевальной студии, с хором ДМШ выступали в Капелле, в институте создали первую команду КВН СПбХФА, участвовали в капустниках. А потом я вышла замуж, работала, родила дочку и возможность выступать, естественно, пропала... Сейчас свой творческий потенциал я снова с удовольствием раскрываю с помощью Алины. Иногда мы вместе выступаем и это — ни с чем не сравнимое удовольствие!

**Алина, у тебя много времени уходит на репетиции?**

Нет, совсем немного. Я даже без репетиции могу выступить. Только надо



**Дочь Алина Сидорова:**

*“Моя мама рассказала мне, что впервые я выступала в два года еще в развивающей студии, а потом в садике. У нас есть видеозаписи, я там такая смешная, маленькая, и уже пою!”*

обязательно распеваться! А дома с мамой репетировать выступление мне очень нравится. Тогда и мои сестренки мне помогают — танцуют, примеряют



*“А еще, если я стану известной, то я буду хорошо зарабатывать и куплю большой дом для нашей большой семьи.”*



костюмы, а папа потом смотрит, как я пою, и тоже что-то советует. Почти все номера для меня ставит моя мама, и костюмы тоже мама подбирает!

**Не возникало ли у тебя когда-нибудь желания все бросить и жить простой жизнью маленькой девочки: гулять, играть с подружками, без репетиций и концертов?**

А я и живу жизнью маленькой девочки: и учусь в школе, и гуляю, и хожу в гости к подругам, и их приглашаю к себе! А без концертов мне было бы не так интересно, я люблю выступать! Мы даже с подружками часто играем в «концерты». Придумываем, где сцена, берем что-то типа микрофонов и выступаем по очереди. Кто поет, кто танцует! У меня есть подруга Арина — она занимается гимнастикой, так вот она показывает акробатические номера. Потом родители «покупают» билеты за конфеты и мы перед ними выступаем!

**Не мешают ли твои занятия творчеством учебе?**

Нет, совсем не мешают. Наоборот, меня и в школе приглашают выступать.

#### **Семья Сидоровых:**

*«Как хорошо, что многое в жизни мы можем исправить с помощью своих детей и самим снова стать счастливыми детьми.»*

Учусь я на пятерки, закончила третий класс, и мне даже выдали грамоту «за отличную учебу и за участие в творческой жизни класса и лица». Такие грамоты дали только троем ученикам.

**София, я знаю, что не только Вы и Алина увлекаетесь творчеством, вся Ваша семья имеет множество титулов и наград — Вас часто можно встретить на многочисленных конкурсах и мероприятиях. С чем связана такая тяга к сцене и кто в Вашей семье является «локомотивом» во всем этом?**

Наша семья, в первую очередь, очень дружная и творческая! И живем мы в прекрасном городе, где столько интересных событий, мероприятий, праздников. Участие в таких конкурсах очень сплачивает семью, ведь домашние репетиции, подбор костюмов и вовлечение детей в творческий



### **Алина Сидорова:**

*“Я бы хотела стать поп-певицей, как Селена Гомез. А может быть стану ветеринаром, потому что очень люблю животных.”*

процесс очень важны для понимания того, что только **ВМЕСТЕ** мы можем достичь хороших результатов. А для детей, к тому же, выступления становятся настоящими праздниками. Мы потом с удовольствием просматриваем фото и видео, смеемся, обсуждаем, радуемся и снова все вместе! Мне в детстве, наверное, не хватало праздников, а моей маме — сил и возможности организовывать их. Как хорошо, что многое в жизни мы можем исправить с помощью своих детей и самим снова стать счастливыми детьми!

### **И, конечно, я не могу не спросить о Вашем титуле. Расскажите о пути к званию «Леди Россия-2012»?**

Впервые я участвовала в конкурсе красоты для мам в 2011 году. Это был праздник в стиле премии «Оскар», который назывался «Мама-весна». Я там получила первое место. Организатор этого конкурса — Екатерина Шабанова — сама была финалисток «Миссис СПб-2010», поэтому моим

естественным желанием было после победы двигаться дальше, и я прошла кастинг на «Миссис СПб-2011». К тому времени я была уже беременна третьей дочкой. Моя активность росла вместе с растущим животиком, и я победила на «Параде красоты беременных», а после рождения Ульяночки у меня появился стимул восстановить свою прежнюю хорошую форму. Я снова участвовала в конкурсе «Миссис СПб-2012» и не зря, потому что там я получила призовой титул. Затем я поехала в Москву на «Леди России» с мужем и младшей дочкой, и не могла не вернуться с победой! Теперь мои дочери очень гордятся своей мамой, а корона «Леди России» красуется среди кубков Алиночки.

### **Кем бы Вы хотели видеть своих дочерей в будущем?**

Своих дочерей я бы хотела видеть счастливыми женщинами, женами, мамами. Профессии они выберут себе по душе, а мы с мужем всегда им поможем, поддержим и будем рядом!

### **Алиночка, а тебе бы хотелось стать известной?**

Я специально не хочу быть известной. Певицы поют для всех людей, вот их и узнают! Если я буду петь красивые песни и хорошо танцевать, тогда на меня будет интересно смотреть и слушать. А еще, если я стану известной, то я буду хорошо зарабатывать и куплю большой дом для нашей большой семьи. Там у меня будет своя студия, игровая комната для сестренок, бассейн и большой двор для моей собачки. Я об этом мечтаю!





Занятия для беременных

# Лекции по подготовке к родам

Лекции по подготовке к родам • Аквааэробика • Фитнес • Йога  
Семинары для пар — «Партнерские роды», «Встреча с новорожденным»



**Клуб для Будущих Родителей**  
Мы находимся в Вашем районе.

**(812) 448-68-88**  
[www.rodnikclub.ru](http://www.rodnikclub.ru)

# Подготовка к детскому саду и школе



Первое сентября – день волнительный. Особенно для тех детей, а также их родителей, которые в этом году впервые идут в детский сад или школу. Педиатр Забелина Тамара Александровна дает рекомендации, как подготовить детей к такому важному событию.

АВТОР:

**ТАМАРА ЗАБЕЛИНА**, педиатр

.....





*Обычно начинает и завершает диспансеризацию осмотр педиатра.*

## ГОТОВНОСТЬ НОМЕР ОДИН!

Нередко начало посещения садика или школы может сопровождаться плохим самочувствием ребенка — обостряются хронические заболевания, малыши чаще простужаются. Мы рекомендуем начать подготовку посещения детского сада или школы с диспансеризации малыша, которую лучше проводить за 1—2 месяца до поступления.

Обычно начинает и завершает диспансеризацию осмотр педиатра. При первом посещении врач осмотрит ребенка. В зависимости от возраста, особенностей конституции, образа жизни, состояния иммунной системы ребенка, риска хронических заболеваний педиатр определит круг специалистов, которых нужно посетить, сроки профилактических прививок, ряд нужных лабораторных анализов. Если есть необходимость, доктор назначит лечение. Также педиатр посоветует профилактические мероприятия для сохранения и укрепления здоровья, даст рекомендации по питанию, режиму дня, физическому воспитанию (гимнастика, массаж, закаливание), подходящие именно для вашего малыша.

В детском саду и школе увеличивается нагрузка на зрительный аппарат ребенка, так как он больше времени, чем дома, проводит за рисованием, лепкой и другими занятиями, требующими напряжения зрения. Поэтому очень важно перед детским садом или школой показать малыша окулисту. Специалист проверит остроту зрения ребенка, исключит возможную патологию глаз.

Многие дети страдают увеличением аденоидов, хроническим тонзиллитом. По этой причине перед посещением детского сада и школы желательно посетить отоларинголога. Также осенью детям необходимо провести санацию полости рта, выявить пораженные кариесом зубы, а также изменения в прикусе. Врач-стоматолог расскажет, как избежать проблем с зубами, при необходимости проведет лечение.

Из лабораторных исследований необходимо сделать общий анализ крови (берется из пальца). Он покажет содержание гемоглобина, лейкоцитов (клеток крови, защищающих организм от инфекции), эозинофилов (маркеры аллергии и глистной



*Продумайте режим дня ребенка. Когда каждый день проходит по плану, это дает ощущение стабильности.*“

инвазии) и других форменных элементов крови. Следующий анализ — исследование мочи. На фоне снижения защитных сил организма в осенне-зимний период при купании в бассейне, после перенесенной ОРВИ может появиться или обостриться инфекция мочевых путей. Обязательно перед детским садом и школой необходимо сделать соскоб на энтеробиоз для исключения остриц. При неустойчивом стуле, запорах можно исследовать кал ребенка (копрология): анализ покажет, какие составляющие пищи перевариваются, а какие нет. По показаниям может понадобиться проведение УЗИ органов брюшной полости, консультация гастроэнтеролога.

Малыш перед поступлением в детсад и школу должен иметь профилактические прививки согласно прививочному календарю. Запрещается проведение профилактических прививок в течение месяца перед поступлением ребенка в детский сад и школу. Первая профилактическая прививка уже в детском саду назначается после окончания периода адаптации, но не ранее чем через один месяц.

### **ПЕРВОКЛАСНО!**

Первоклашке действительно нелегко приспособиться к новым условиям. Судите сами: ребенок привык целый день бегать-прыгать, теперь ему нужно полдня спокойно сидеть за партой, слушая учителя и пытаться разобраться, что за странные «закорючки» написаны в учебнике. Особенно тяжело



приходится в первые две-три недели учебы. Организм школьника в это время работает на полную, иногда даже «зашкаливает» (кстати, этим объясняется тот факт, что многие первоклашки в сентябре болеют). Примерно через месяц наступает «неустойчивое приспособление», когда ребенок уже более-менее свободно чувствует себя в новой обстановке. «Устойчивым» оно становится тогда, когда ребенок, наконец, втягивается в учебный процесс и его организм реагирует на нагрузки уже с меньшим напряжением, чем раньше. Впрочем, нужно быть готовыми и к другому развитию событий, так называемой «адаптации наоборот». При этом ребенок в первые дни ходит в школу, как на праздник: ему интересно сидеть за партой, знакомиться с новыми детьми, учителями и т. д. Однако, насытившись новыми

впечатлениями, сын или дочь может объявить «забастовку», упрямо отказываясь идти на уроки. Как действовать родителям, чтобы помочь своим детям быстрее и с меньшими потерями пережить этот болезненный период? Приведем несколько полезных рекомендаций:

- Постарайтесь правильно замотивировать вашего ребенка. Объясните ему, что в школе он научится писать, считать, узнает много нового о других странах, животных и пр. А вот аргумент вроде «учиться нужно, чтобы быть умным» вряд ли подействует — это слишком абстрактно, а потому непонятно.
- Продумайте режим дня ребенка. Когда каждый день проходит по плану, это дает ощущение стабильности. К тому же, если распорядок войдет в привычку, не надо будет тратить дополнительных усилий на то, чтобы посадить ребенка за уроки. Есть и еще один приятный «побочный эффект» — сын или дочь научатся рассчитывать и ценить свое время и будут больше успевать за день. Единственное но: прежде чем отдавать ребенка во всевозможные секции, подумайте, стоит ли это делать в первый месяц учебы? Ничего страшного не случится, если ребенок поступит в театральную студию или танцевальный кружок в октябре-ноябре. Зато адаптация к школе пройдет гораздо легче.
- Если вы планируете записать ребенка на продленку, обговорите с ним это заранее, а не ставьте перед фактом: «Завтра будешь в школе



до вечера». По возможности повремените с продленкой первые две-три недели.

- Поддерживайте ребенка морально, разделяя его первые трудности и радости. Чаще хвалите: «Молодец, отлично справился с заданием!» Если же вы расстроены какими-то его поступками, не скрывайте своих чувств. Например, вы вполне можете сказать: «Мне досадно слышать, что учительница недовольна твоим поведением». Для ребенка в таком возрасте очень важно мнение родителей, поэтому он к нему наверняка прислушается и сделает выводы.
- Проводите с сыном или дочкой больше времени. Под общением подразумевается не только обсуждение событий дня, но и совместные занятия, например, поход на выставку, в цирк, театр, общие игры.
- Если ребенок рассказывает вам о каких-то конфликтных ситуациях (между ним и учениками или между ним и учителем), не стоит сразу же горячо поддерживать только одну сторону. Попробуйте

*Если Ваш ребенок устал от шума и гама в саду и хочет спокойствия и тишины, обеспечьте ему это!*

быть объективным. Сын или дочка то хвалит учителя (либо новых друзей), то ругает? Отнеситесь к этому спокойно. На этапе привыкания чувства ребенка нестабильны. Со временем они станут гораздо более постоянными.



занимается тем, чем хочет: бегаем, кричим, валяемся на родительской кровати. Это поможет ему выпустить пар. Ведь за день у ребенка накапливается куча эмоций — как положительных, так и отрицательных, а справиться с ними самостоятельно он не в силах. Единственное, чего не стоит делать — позволять дольше, чем обычно, смотреть телевизор или играть в компьютерные игры. Это — лишняя нагрузка на нервную систему.

*Малышам тоже бывает нелегко  
Включиться в новую жизнь.“*

## РАДЫ САДУ

- По сравнению с адаптацией к школе привыкание к детскому саду кажется легким. В какой-то степени так оно и есть. Ребенок дважды в день гуляет, днем спит, много играет. Однако малышам тоже бывает нелегко «включиться» в новую жизнь. Во-первых, им предстоит расставание с мамой, а большинству детей это тяжело дается. Во-вторых, нужно привыкать быть самостоятельным: одеваться-раздеваться, завязывать шнурки, аккуратно есть, заправлять постель, что для малышей тоже нелегко. Как же смягчить адаптацию?
- Первый месяц приводите ребенка в детский сад не на полный день, а на несколько часов, например, только на прогулку, чтобы он познакомился с детьми в «неформальной» обстановке. Потом — на полдня, затем — на целый день.
- Постарайтесь не вводить дома большое количество запретов — их достаточно в детском саду. Пусть чадо





игрушку — ему будет легче пережить расставание с домом. Однако лучше, если игрушку он выберет не мягкую, а резиновую, чтобы ее можно было помыть. Похвалите вашего ребенка, если он захочет взять несколько игрушек — для того, чтобы поделиться с друзьями. Объясните, что нельзя отнимать у других детей игрушки — можно только попросить.

- Если ваш ребенок устал от шума и гама в саду и хочет спокойствия и тишины, обеспечьте ему это. Почитайте сказку, предложите порисовать, сделать аппликацию, поиграть в куклы.
- Репетируйте с ребенком дома те вещи, которые плохо даются ему в детском саду. Пусть потренируется сам заправлять постель, сервировать стол, причесываться и т. д. Чем самостоятельнее он будет дома, тем легче ему будет в саду.
- Чтобы ребенок был меньше подвержен простудам — а «новички» в саду то и дело болеют — приложите все усилия по закаливанию сына или дочки. Вообще-то медики рекомендуют начинать закаливаться летом. Во время купания обливайте ребенка водой комнатной температуры, растирайте по утрам влажным полотенцем. Если есть возможность, водите дважды в неделю в бассейн.
- Позвольте малышу брать с собой в детский сад любимую игрушку — ему будет легче пережить расставание с домом. Однако лучше, если игрушку он выберет не мягкую, а резиновую, чтобы ее можно было помыть. Похвалите вашего ребенка, если он захочет взять несколько игрушек — для того, чтобы поделиться с друзьями. Объясните, что нельзя отнимать у других детей игрушки — можно только попросить.
- Если ваш малыш с трудом сходится с детьми из своей группы, приложите все усилия для того, чтобы ребенок стал более общительным. Познакомьте его со сверстниками, гуляющими во дворе, предложите им поиграть в прятки или салки. Чаще приглашайте к себе знакомых с детьми. Преодолев застенчивость, ребенок быстрее освоится в саду.
- Не создавайте у малыша ненужных иллюзий, обещая, что в детском саду воспитательница будет бросаться к нему по первому требованию, кормить с ложки, сидеть рядом с его кроваткой, рассказывая сказки, чтобы он быстрее уснул. Объясните малышу, что воспитательница всегда поможет в случае необходимости, но поскольку детей в группе много, то, вероятно, придется какое-то время подождать.
- Расскажите малышу, что в саду существует определенный режим и дисциплина, нарушать которые нельзя. Поэтому, если

*Похвалите своего ребенка если он захочет Взять несколько игрушек – для того чтобы поделиться с друзьями.“*

воспитательница зовет всех кушать, значит, надо идти и кушать, а не сидеть с игрушками на кровати. А если пора спать, значит, нужно оставить игрушки и идти в спальню.

Если ваш малыш склонен к аллергии на тот или иной продукт или лекарство, обязательно поставьте персонал садика в известность и убедитесь, что эта информация правильно и четко записана.

Постарайтесь создать дома режим дня, аналогичный тому, что установлен в саду. В выходные дни не поощряйте сон до обеда. Желательно, чтобы ребенок вставал примерно в то же время, что и всегда, максимум на час-полтора попозже. «Отбой» тоже должен быть не в полночь, а гораздо раньше. Не отказывайтесь от «тихого часа», прогулки до и после обеда. Чем быстрее



ребенок «втянется» в новый режим, тем меньше сложностей у него будет возникать в детском саду.



## ВЫЗОВ ВРАЧА ЗА ГОРОД

прием звонков круглосуточно

 **38-002-38**

[www.mc21.ru](http://www.mc21.ru)

# ЛЕТОМ ЦЕНЫ

# СНИЖЕНЫ!



Бронка, Владимировка, Грачевка, Зеркальный, Заневка, Кирпичное, Коробицыно, Комарово, Красная Славянка, Кудрово, Лахта, Лисий Нос, Ломоносов, Новый Оккервиль, Ольгино, Попово, Павловск, Парголово, Разлив, Старо-Паново, Сестрорецк, Строганово, Шушары и др.

# Стволовые клетки – биологическая страховка жизни ребенка



РОДИОН КОРАБЛЕВ,  
врач-консультант

Будущие родители стараются обеспечить не только благополучное рождение своего малыша, но и сохранить стволовые клетки пуповиной крови, которыми родители смогут воспользоваться при возникновении ряда заболеваний. В последнее время тема стволовых клеток все больше интересует будущих родителей.



**С актуальными вопросам мы обратились к врачу-консультанту Родиону Владимировичу Кораблеву. Здравствуйте! Рады приветствовать Вас на страницах нашего журнала! Сегодня тема банкирования стволовых клеток пуповинной крови становится все более актуальной. С чем, на Ваш взгляд, связан повышенный интерес к стволовым клеткам?**

Здравствуйте! Действительно, в современном мире все больше людей, которые воспользовались услугой банкирования пуповинной крови. Способность стволовых клеток к размножению, самовоспроизведению и дифференцировке или, проще говоря, к «превращению» в различные компоненты ткани создает серьезные предпосылки для поиска

новых методов лечения тех заболеваний, которые раньше либо трудно поддавались лечению, либо не поддавались вовсе. Однако последние двадцать лет стволовые клетки уже широко применяют для лечения нескольких десятков заболеваний, среди которых — онкогематологические заболевания (рак крови), иммунодефицитные состояния, генетические заболевания. Целесообразно рассматривать банкирование пуповинной крови как «биологическую страховку».

**В прессе иногда появляются статьи о том, что в будущем стволовыми**

### **клетками можно будет лечить почти все. Это возможно?**

Рассматривать применение стволовых клеток как панацею — глупо. У каждого метода лечения есть свои показания и противопоказания. Действительно, ученые возлагают на стволовые клетки большие надежды, и многое уже удалось сделать, но прежде чем включить в показание то или иное заболевание, необходимо провести ряд клинических исследований, которые должны подтвердить безопасность и эффективность данного метода лечения. Также стоит отметить, что количество трансплантаций пуповинной крови с каждым годом растет. Увеличивается и количество сохраняемых образцов пуповинной крови. Во многих странах развиваются программы по созданию банков стволовых клеток пуповинной крови, как частных, так и государственных банков-регистров. Это хорошие тенденции.

### **Расскажите, пожалуйста, как происходит сбор пуповинной крови?**

Сбор пуповинной крови происходит сразу после рождения ребенка и пересечения пуповины. Процедура сбора безопасна и безболезненна, занимает примерно 5 минут. Врач, принимающий роды, собирает пуповинную кровь в специальный контейнер, который выдают роженице при заключении договора с банком стволовых клеток.

### **А при кесаревом сечении возможен сбор пуповинной крови?**

Да, кесарево сечение не является противопоказанием для данной процедуры.

### **Что происходит с образцом после того, как он попал в лабораторию банка?**

После доставки образца в наш банк его взвешивают, заполняют необходимую документацию и переносят в зону, которая по ГОСТу относится к классу В (зона «особой чистоты»), где начинают

процесс выделения стволовых клеток. Плазму крови и эритроциты из образца удаляют. В оставшемся концентрате ядродержащих клеток подсчитывают количество стволовых, после чего образец подвергают криоконсервации. С этого момента образец хранится в парах жидкого азота в криохранилище, в котором постоянно поддерживается температура  $-196^{\circ}\text{C}$ .

### **Как давно существует банк стволовых клеток «Транс-Технологии»?**

«Транс-Технологии» — первый банк стволовых клеток в Санкт-Петербурге. Компания работает с 2002 года и имеет самый большой опыт в области банкинга стволовых клеток пуповинной крови.

**Большое спасибо за интересную беседу. Успехов Вам!**

РЕКЛАМА

БАНК СТВОЛОВЫХ КЛЕТОК  
**ТРАНС ТЕХНОЛОГИИ**

«Транс-Технологии» – это надёжность и экономичность при высочайшем уровне сервиса

- Наш сотрудник может приехать в удобное для Вас место Санкт-Петербурга для заключения договора хранения.
- Общая стоимость договора, обеспечивающего весь цикл от забора крови, её анализа, выделения концентрата стволовых клеток, его криоконсервации и хранения до подготовки к трансплантации, – самая невысокая в Санкт-Петербурге.
- Клиентам предоставляется беспроцентная рассрочка оплаты услуги банкинга стволовых клеток.
- Все образцы и хранилище застрахованы.

Тел.: (812) 677-21-63, 929-49-02

[www.trans-t.ru](http://www.trans-t.ru)

Предъявителю купона 3% скидка



# Козье молочко для малышей



Людмила Волкова, кандидат медицинских наук, ассистент кафедры питания детей и подростков Государственной Российской Академии Последипломного Образования, отвечает на наиболее частые вопросы мам о козьем молоке.

### **Чем козье молоко так особенно?**

Козье молоко лучше переваривается, и белки легче усваиваются организмом ребенка. Козье молоко, по сравнению с коровьем, содержит на 13 % больше кальция, на 25 % витамина В6, на 47 % витамина А, в 1,5 раза богаче калием, в 3 раза — ниацином, в нем в 4 раза больше меди и на 1/3 — селена. Высокое содержание белка с хорошим аминокислотным составом и усвояемостью полезно детям с недостаточностью питания.

### **Почему же козье молоко так редко входит в ежедневное меню?**

Сравнительно недавно продукты из козьего молока начали использоваться в качестве компонента здорового питания не только детей, но и взрослых. Разведение коз — очень сложное и трудоемкое занятие. Важно, чтобы животные содержались в идеальной чистоте. В результате козье молоко и продукты из него стоят дороже коровьего.

### **С какого возраста можно пить козье молоко?**

До 1,5—2 лет ребенку рекомендуется исключительно грудное молоко. В случае перевода ребенка на смешанное или искусственное вскармливание, доказана биологическая и пищевая ценность адаптированных смесей на основе козьего молока. Яркий представитель — линейка голландских смесей Kabrita®.

### **Что нужно знать при выборе смесей на основе козьего молока?**

Смеси обязательно должны быть адаптированными, т. е. приближенными по белковому составу к грудному молоку. Проверяйте этикетку смеси — сывороточные белки должны преобладать над казеиновыми в соотношении 60:40 (для смесей с рождения) и 47:53 (для смесей с 6 месяцев).



*Смеси обязательно должны быть адаптированными, т. е. приближенными по белковому составу к грудному молоку.*

Наличие пребиотиков (пищевых волокон) и пробиотиков (живых бактерий) способствует улучшению пищеварения и формированию иммунитета. В смесях Kabrita®Gold используется также специальный липидный комплекс DigestX®, который приближен к жировому составу грудного молока, что не только повышает усвоение жира и дает ребенку необходимую энергию, но и улучшает процессы пищеварения и всасывание кальция.

**Правда ли, что смеси на основе козьего молока могут применяться в качестве питания при аллергии на коровье молоко?**

В случае выбора питания при аллергии на белки коровьего молока обязательно посоветуйтесь с опытным



врачом. Хотя в козьем молоке, по сравнению с коровьим, отсутствует наиболее аллергенная составляющая — 1s-альфа-казеин, и содержится значительно меньше бета-лактоглобулина. Смеси на основе козьего молока рекомендуются на этапе расширения меню при диетотерапии аллергии на белки коровьего молока, но их не стоит рекомендовать в качестве специального питания без учета индивидуальных особенностей ребенка.



Спрашивайте в магазинах сети «Дети»: Богатырский пр., дом № 5; Колпино Октябрьская, 8, Просвещения, 37 и в других магазинах и аптеках города.



# РОСТ, РАЗВИТИЕ И ЗАЩИТА – для малыша важно все!

Грудное молоко – лучшее питание для Вашего малыша. Но что делать, если жизненные обстоятельства сложились так, что Вы не можете продолжать грудное вскармливание? В таких случаях врач обычно рекомендует молочные смеси. Все знают, что они производятся из коровьего молока, но существуют еще и смеси на основе козьего молока. Об их преимуществах стоит поговорить подробнее.

Известно, что в силу строения белковых молекул козье молоко усваивается легче коровьего. Кроме того, козье молоко богаче коровьего по содержанию некоторых природных витаминов и минералов (витамины А, Д, минералы Са и Се), а фолиевая кислота, витамин В<sub>12</sub> и Zn обладают более высокой биодоступностью.

Существуют и другие преимущества, которые мы рассмотрим на примере недавно появившейся в России смеси на основе козьего молока Kabrita® GOLD (Голландия).

С целью максимальной возможной адаптации к грудному молоку в натуральное козье молоко добавляются:

- **Сывороточные белки** натурального козьего молока – для адаптации белкового состава смесей Kabrita® GOLD
- **Комплекс DigestX®** – для адаптации жирового состава смесей Kabrita® GOLD, комфортного пищеварения и снижения вероятности запоров и колик
- **Лактоза** – для адаптации углеводного состава смесей Kabrita® GOLD
- **Витаминно-минеральный комплекс** – для достижения рекомендованного уровня витаминов, минералов и микро-нутриентов.

Белковый состав смесей Kabrita® GOLD адаптирован по своему составу к грудному молоку. Это значит, что наиболее растворимая сывороточная фракция сбалансирована с казеиновой в

соответствии с возрастными физиологическими особенностями ребенка младшего возраста.

Кроме того смеси Kabrita® GOLD обогащаются комплексом современных ингредиентов подобных ингредиентам грудного молока. Они помогают гармоничному росту, развитию и защите малыша.

Незаменимые **омега-кислоты DHA (ω-3) и ARA (ω-6)** способствуют правильному развитию мозга и зрения.

**Пять основных нуклеотидов** грудного молока, входящие в состав смеси Kabrita® GOLD, положительно влияют на повышение иммунного ответа.

И, конечно, в состав смеси включены **пребиотики ГОС - ФОС и пробиотик Bifidobacterium BB-12®**, которые в сочетании друг с другом способствуют поддержанию здоровой микрофлоры кишечника, развитию и укреплению иммунной системы.

Важно отметить, что формула для малышей от 12 месяцев также обогащена комплексом полезных нутриентов, что обеспе-

чивает продолжение эффекта грудного вскармливания.

Смеси Kabrita® GOLD обладают мягким сливочным вкусом. *Производитель прилагает все усилия к минимизации содержания ингредиентов, которые естественным образом не присутствуют в грудном молоке.* В составе Kabrita® GOLD отсутствуют мальтодекстрин, соевый лецитин, кристаллический сахар, вкусовые добавки и ароматизаторы. Такое бережное отношение к созданию рецептур для малышей снижает риск развития аллергии.

**Kabrita® GOLD - здоровая и вкусная альтернатива смесям на коровьем молоке, которая может применяться в качестве ежедневного питания детей.**

Однако, конечно, самую оптимальную смесь для Вашего малыша порекомендует педиатр!

Правильный подбор смеси будет первым вкладом в полноценное развитие Вашего малыша!

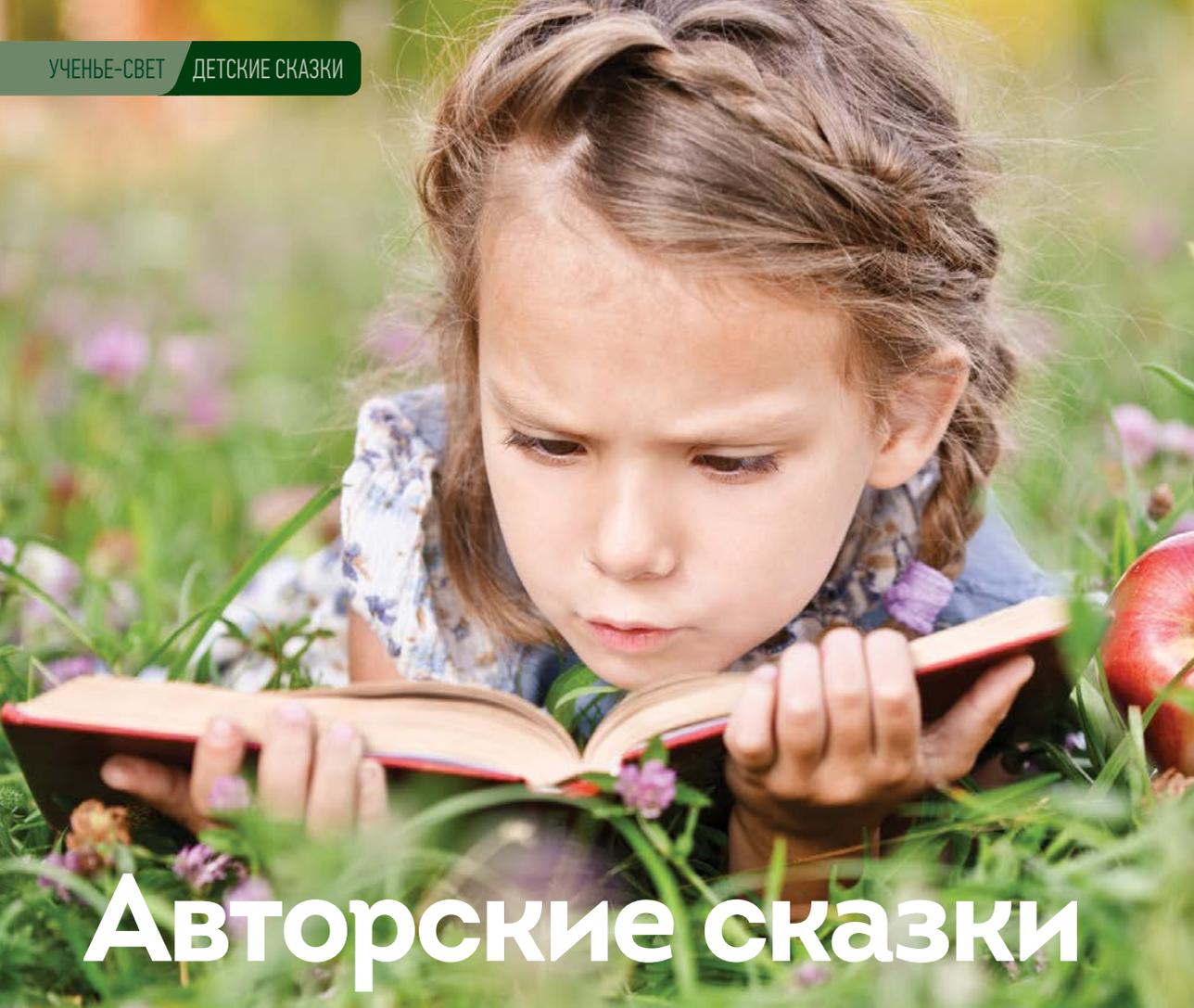
Смесь на козьем молоке Kabrita® GOLD – это качественное, полезное и сбалансированное питание для малыша.



[www.kabrita.ru](http://www.kabrita.ru)

- Kabrita 2® GOLD -**  
47% сывороточного белка : 53% казеина
- Kabrita 3® GOLD -**  
37% сывороточного белка : 63% казеина





# Авторские сказки

Июль – середина лета, разгар каникул и сезон отпусков. В это время года детям совершенно не хочется думать о книгах и вспоминать об уроках. Самый теплый месяц в нашем регионе больше располагает к прогулкам на свежем воздухе, играм в воде и прочим видам активного отдыха. Но все же вечером, когда необходимо успокоить ребенка перед сном, хочется что-нибудь почитать. Как раз для таких случаев мы подобрали несколько интересных книг.

АВТОР:  
**ТАТЬЯНА ШАПОШНИКОВА**  
.....



## Карел Чапек. Сказки и веселые истории. – Москва, Махаон, 2012



Карел Чапек известен, прежде всего, своими фантастическими и сатирическими произведениями для взрослых. Но его замечательные сказки для детей достойны внимания ничуть не меньше.

В сборник «Сказки и веселые истории» вошло десять произведений. Это самое полное издание детских сказок Чапека на сегодняшний день.

Герои чешского писателя — самые обычные люди: почтальоны, доктора, бродяги. Но с ними происходят совершенно удивительные истории. То полицейский найдет на улице заколдованное яйцо дракона, то водяной, страдающий ревматизмом, придет на прием к доктору. Разбойники, волшебники, русалки, домовые-почтовики, птицы — всем нашлось место на страницах книги Карела Чапека. Но больше всего внимания автор уделил собакам. Всю свою жизнь Карел Чапек держал собак и как никто другой понимал особенности поведения этих замечательных животных. Он не только придумал «Собачью сказку» про приключения славного песика Орешка, но и написал трогательную «Историю щенячьей жизни» про маленькую «беленькую чепуховинку» — фокстерьера Дашеньку:

**Н**АША подборка посвящена авторским сказкам. В таких произведениях писатели не ограничивают своей фантазии и придумывают совершенно невероятные образы и события. Авторские сказки привлекают детей и взрослых своей неординарностью, будоражат воображение и заставляют задуматься. Для многих историй характерно спокойное лиричное настроение и тонкий юмор. Все издания, представленные в нашей статье, отличаются прекрасным качеством печати, крупным шрифтом и самобытными иллюстрациями. Эти книги подходят как для самостоятельного изучения читающими детьми, так и для чтения родителями вслух



*Авторские сказки привлекают детей и Взрослых своей неординарностью, будоражат Воображение и заставляют задуматься...“*

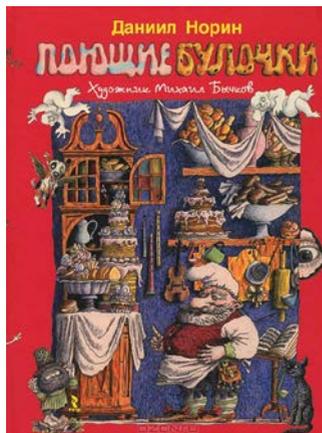
«Выросло из нее позвоночное (потому что у нее голос как звоночек) из отряда плутоватых собакообразных, подотряд непосед, род озорников, вид безобразников, порода «сорванец черноухий».

Карел Чапек с любовью и добротой относится к своим персонажам и их слабостям. Все его герои положительны, и даже если они совершают какие-нибудь проступки, то потом обязательно раскаиваются и исправляются.

Рассказы и сказки написаны таким легким и увлекательным языком, что от чтения просто невозможно оторваться. За это удовольствие, конечно, нужно поблагодарить переводчика книги — Бориса Заходера. Ему удалось сохранить неподражаемый авторский стиль и искрометный юмор Чапека.

Добрые, веселые и очень необычные истории будут интересны и младшим школьникам, и их родителям. Забавные иллюстрации Надежды Богуславской являются еще одной изюминкой данной книги. Не упустите возможность познакомить своих детей с неистощимой фантазией чешского писателя.

### **Даниил Норин. Поющие булочки. Речь, 2012**



Книга «Поющие булочки» привлекла меня своим названием. Сразу захотелось узнать подробности об этих загадочных кондитерских изделиях. После прочтения могу сказать, что книга меня не разочаровала. В ней не только булочки поют, но и зонтики разговаривают, и даже отражения из зеркала могут убежать. Каждый раз, читая подобные сказки, я удивляюсь безграничному воображению авторов. Самые неожиданные предметы становятся

героями повествования. Даниил Норин находит волшебство в таких обычных вещах, как сбежавшее молоко или старый будильник. Искусный автор пробуждает детское воображение, предлагая взглянуть на мир по-новому и увидеть сказку рядом с собой. Его рассказы балансируют на тонкой грани между абсурдом и реальностью, соединяя в себе элементы того и другого.

Мой сын, первоклассник, прочитал сборник Даниила Норина за один вечер, не отрываясь. Его единственной претензией к этой книге было: почему так мало? Действительно, в книгу вошло всего десять коротких историй. Но небольшой объем сказок компенсируется потрясающими иллюстрациями петербургского художника Михаила Бычкова. Рисунки есть на каждой странице, и они настолько удачно сочетаются с текстом, что лучшего визуального воплощения идей Даниила Норина невозможно представить. Михаил Бычков создал целое художественное пространство, населенное персонажами сказок. Старинные часы, средневековые шпили с флюгерами, рыбка под зонтиком, жеребенок в шортах — можно бесконечно рассматривать эту книгу и каждый раз удивляться необычным деталям.

«Поющие булочки» — удивительно теплая, душевная книга для детей пяти-шести лет и для младших школьников. Сборник очень качественно издан: большой формат, твердый переплет, плотная офсетная бумага, крупный шрифт. Читайте и наслаждайтесь, ведь «чудо не повторяется дважды...».

**Имант Зиедонис.**  
**Разноцветные сказки.**  
**РИПОЛ Классик, Москва,**  
**2011**

В 1973 году народный поэт Латвии, детский писатель и сценарист Имант Зиедонис придумал удивительные «Цветные сказки». Намного позже,

в 1987 году, классик отечественной детской литературы Юрий Коваль перевел их на русский язык, а замечательный художник Сергей Коваленков



тонко и бережно проиллюстрировал. Благодаря объединению трех ярких талантов под одной обложкой получился настоящий шедевр книжного искусства. Сегодня издательство «Рипол Классик» возвратило нам эту книгу в отличном качестве. Большой формат, плотная мелованная бумага и воздушные рисунки Сергея Коваленкова, идеально подходящие к загадочным текстам Зиедониса.

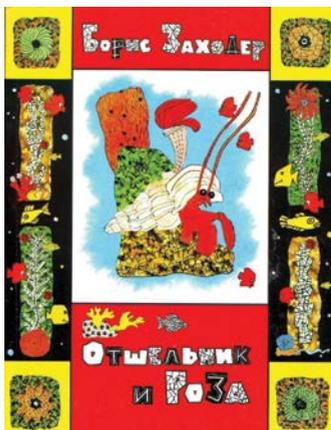
Крупный шрифт «Разноцветных сказок» вполне подходит для самостоятельного чтения. Но гораздо лучше прочитать эту книгу ребенку вслух, не торопясь, на ночь. Именно так можно почувствовать настроение сказок, их красоту. «Разноцветные сказки» напоминают стихи в прозе. Ни одного лишнего слова. Каждая фраза подчинена четкому ритму и общему стилю. Мелодичный язык, яркие живые образы, необычные сюжеты, немного напоминающие сказки Андерсена.

Героями повествования у латвийского писателя становятся самые разные предметы: пуговица, не желающая быть пришитой, наперсток,

мечтающий стать колокольчиком или Пыленок, путешествующий по свету. В «Синей сказке» можно увидеть «Синего коня надежды», а в «Янтарной сказке» — узнать, о чем разговаривают кроты в янтарной мастерской. И про серый цвет есть сказка, и про желтый, и даже про черный. «Сказок ведь очень много, и они никогда не кончаются». Только скучных сказок нет в этом сборнике.

Очень теплую, душевную книгу удалось создать Иманту Зиедонису. Лиричные спокойные истории очаровывают своей прибалтийской неспешностью, погружают в атмосферу уюта и гармонии. В наше время, когда жизнь несется в бешеном ритме, детям совершенно необходимо читать такие мудрые и добрые книги, созданные с любовью и фантазией.

### **Б. Заходер. Отшельник и Роза. – Речь, Санкт-Петербург – Москва, 2013**



Борис Заходер известен в нашей стране, прежде всего, как замечательный переводчик. В его переводах и пересказах советские дети познакомились с Винни Пухом, Мэри Поппинс и многими другими персонажами детской литературной классики. И далеко не все знают, что Борис Заходер является автором

необычных сказок. Сборник «Отшельник и Роза» — прекрасная возможность познакомиться с творчеством Бориса Заходера как писателя.

В книгу вошло шесть историй из цикла «Сказки для людей», проиллюстрированных Геннадием Калиновским. Издание получилось очень гармоничным: тонкие, изящные рисунки Калиновского полноценно раскрывают сущность располагающей к размышлениям прозы Заходера.

Главные герои книги — животные, рассказывающие интересные истории из своей жизни. Автор, будучи биологом по образованию, придумал романтическое объяснение симбиозу рака-отшельника и актинии, жабы и садовых растений. Истории Заходера неожиданны и поучительны. В них сильна нравственная составляющая. Сказки четко и внятно дают представление о справедливости, честности, доброте. Юмор и душевная теплота, столь присущие переводам и стихам Заходера, конечно, есть и в его авторских сказках. Но, все же, главная особенность данного сборника — мудрость и глубина текстов в сочетании с лаконичностью. Как найти настоящего друга, что важнее — внутренняя красота или внешняя, стоит ли искать себе кумира, или лучше оставаться самим собой. О таких сложных вещах Борис Заходер говорит легким и понятным языком: «Если ты нашел друга и поешь с ним веселую песню, значит, у тебя есть все, что нужно для полного счастья».

Многие проблемы, затронутые в книге, можно и нужно обсуждать с детьми. Ведь разговор о прочитанном не менее важен, чем само чтение. Книги, сочетающие в себе увлекательное повествование и философский подтекст, довольно редки в детской литературе. Сказки Бориса Заходера относятся именно к таким произведениям.



kao

Enriching lives, in harmony with nature.

# Прекрасно защищают кожу малыша от опрелостей



Реклама

Оригинальная  
волнистая поверхность

МЯГКО

Попка малыша



Вид сбоку

1

Свободная циркуляция  
воздуха между кожей  
малыша и подгузником  
предотвращает  
возникновение опрелостей

2

Изумительная мягкость

3

Превосходное поглощение влаги,  
благодаря особой абсорбционной  
прослойке



Дышащая поверхность



Подгузники номер один в Японии\*

No.1

Сделано в Японии

\*Самая большая доля рынка в Японии в количественном исчислении в категории «подгузники на липучках». Данные синдикативных исследований, проводившихся компанией Intage с августа 2010 г. по март 2012 г. по всей Японии.

Более подробная информация о Merries  
[www.kao.com/ru/merries](http://www.kao.com/ru/merries)



# Воспитать сына. Под силу?

Все молодые папы пытаются вылепить из своего сына настоящего мужчину, при этом не все знают – как. Частые ошибки, их последствия, советы и просто мысли по вопросу воспитания юных представителей сильного пола – в рубрике «Психолог рекомендует»

АВТОР:

**МАРИЯ ЛЕБЕДЕВА**

**Д**ОРОГИЕ ПАПЫ! Ваша мечта сбылась — у вас родился сын. Вы счастливы, взволнованы и... встревожены. Сын — ваша радость, гордость и, как кажется всем новоиспеченным отцам — громадная ответственность: ведь именно вам предстоит воспитать из него настоящего мужчину.

А давайте задумаемся: кто такой этот «настоящий мужчина», и каким образом можно из собственного сына его воспитать (и можно ли его воспитать)? Когда «перестать сюсюкать и начать жить»? Действительно ли «парни не плачут»?

Попробуем найти ответы на эти вопросы.

## Когда и как начинать воспитывать мальчика?

С момента рождения, всю жизнь и личным примером.



Можно сколько угодно говорить подростку сыну о том, что мужчина — глава семьи и добытчик, опора и защита, но, если вы в это время сливаетесь с горячо любимым диваном, пользы от таких разговоров будет немного. Можно бесконечно рассуждать о бережном отношении к женщине, но, если вы сами в то же время выносите мусор из дома неделю, не подаете руку при выходе из транспорта, не проявляете обычную бытовую заботу, ваши правильные, в общем-то, слова так и останутся теорией, которая пойдет гулять в качестве легенды по следующим поколениям вашей семьи. Как сказал теперь уже совсем взрослый и даже зрелый мужчина, когда был еще маленьким мальчиком пяти лет от роду: «Мужчина не должен сидеть, пока хоть одна женщина стоит». И вот уже сорок лет он неуклонно соблюдает это правило, которому его научил отец.

Еще хуже, если вы позволяете себе при ребенке ссоры со своей второй половинкой, грубость по отношению к ней или, что совсем ни в какие ворота не лезет, рукоприкладство. Будьте уверены, уже годам к трем-четырем вы увидите в сыне себя, услышите свои слова и интонации — в общем, об уважении к матери можно будет забыть, и, скорее всего, навсегда.

### «Сюсюканье» или необходимая нежность?

Очень многие папы опасаются проявлять нежность к своим сыновьям («отрываясь» впоследствии на дочках) под предлогом того, что «из такого зацелованного вырастет слюнтяй». Давайте разберемся. Ваш сын сейчас (и еще долгое время) будет ребенком,



*Очень многие папы опасаются проявлять нежность к своим сыновьям под предлогом того, что "из такого зацелованного вырастет слюнтяй."*

которому, как и всем детям, жизненно необходима нежность, в том числе и отцовская. Поэтому, пока этот ребенок еще дается в руки — обнимайте, целуйте и тискайте его, придумывайте ласковые домашние прозвища и учите своего сына быть не «слюнтяем», но нежным и заботливым мужчиной, который во взрослом возрасте сможет сам дарить любовь и нежность, в первую очередь — своим же собственным детям.

Кстати, о будущих детях (вернее, ваших будущих внуках). Многие папы впадают то в ярость, то в ступор, когда их младший дошкольник «вдруг» просит купить коляску для кукол или игрушечную посуду. Не торопитесь с далеко идущими и чаще всего неверными выводами о полоролевых предпочтениях вашего чада. Во-первых, коляски до определенного возраста — игрушка универсальная,





детям просто нравится ее катать. Во-вторых, загляните в ясли или младшую группу детского сада — практически все дети, и мальчики и девочки, дружно варят воображаемую кашу. В конце концов, есть прекрасная профессия — повар (кстати говоря, изначально — мужская, о чем к нашему веку многие благополучно забыли), может быть, у вас растет второй Лазерсон и старость вам предстоит провести, поживая на лаврах вашего же сына и прекрасно питаясь? Коляска же... Чаще всего мальчишки катают в ней игрушечные машинки. Но даже если (ужас каждого отца) сын попросил купить ему куклу, чтобы посадить ее в коляску, не паникуйте — вы же сами, в конце концов, не так давно пару лет кряду катали коляску со своим сыном и наверняка не чувствовали, что с вами что-то не так. Кроме того, вы, как мы надемся, свое чадо кормили, купали и всячески разделяли обязанности по уходу за ним. Позвольте же и вашему сыну подготовиться к предстоящей ему со временем роли. В конце концов, в игре «дочки-матери» тоже должен быть папа.



## *А кто же такой настоящий мужчина?*

Вы удивитесь, насколько разными будут ответы. От классики: «Настоящий мужчина — это тот, кто любит только двух женщин: свою мать и мать своих детей» до другой классики: «Настоящий мужик могуч, вонюч и волосат».

Пожалуйста, подумайте, что именно вы вкладываете в это понятие, а главное — что случится, если ваш сын будет, с вашей точки зрения, немного «ненастоящим»? Задайте себе вопрос: почему для вас так важно, чтобы ваш сын был похож (или наоборот, не похож) на вашего внутреннего кумира или анти-кумира? И постарайтесь честно на него себе ответить. Знаете, уважаемые отцы, самая большая ошибка — пытаться реализовать себя в собственных детях. Чаще всего она ведет к обоюдному разочарованию (в лучшем случае), в худшем же — к поломанным судьбам. Разрешите вашему ребенку помимо того, чтобы быть вашим сыном, быть самим собой. Дайте ему уверенность, что в любой ситуации он сможет опереться на ваше надежное плечо. Разрешите ему быть счастливым — только так можно вырастить мужчину.

### **Парни не плачут?**

А вы сами? Правда? Никогда-никогда? Откроем вам секрет — плакал даже Питер Пэн, который во всем мире считается образцом настоящего мальчишки. Поверьте, ничего страшного

или противоестественного в этом нет. Конечно, это не означает, что мужчинам всей планеты следует дружно рыдать над «Титаником», но... Скажите честно, вам самим никогда не хотелось зареветь? От боли, обиды, несправедливости? И не становилось ли еще больше обидно и больно, когда вы слышали: «Не реви, ты же будущий мужчина»? Знаете, почему женщины более адаптивны и стрессоустойчивы, почему болевой порог у них выше, да и живут они дольше, чем среднестатистический мужчина? Потому что у женщин всегда есть возможность всласть наплакаться и не получить осуждение. Так что давайте беречь здоровье ваших наследников смолоду — если у него есть всякая причина для слез, не мешайте ему, не стыдите и не дразните. Загнанные в себя эмоции рано или поздно прорвутся, иногда самым печальным образом — не доводите до этого.

### Мачо или ботаник?

Дорогие папы, бывают такие мальчики, которые не могут. Вот не могут и все. А что не могут? Оправдать ваши ожидания. Вы надеялись, что ваш сын будет боксером, футболистом, космонавтом, офицером (желательно, одновременно), а получили вместо этого классического худенького «ботаника» в очках, со скрипочкой и манной кашей вместо бицепсов... Пожалуйста, не пытайтесь его переделать, это бесполезно. Так называемая «брутальность» — это не что иное, как уровень тестостерона в крови и никакими силами (кроме очень опасной для здоровья гормональной терапии) вы не сможете эту данность изменить. Есть мальчики, которые не способны ударить человека. Не потому что они боятся, а потому что не могут, для них это противоестественно. В этом случае о боксе придется

забыть. Есть мальчики, которые никогда не возьмут в руки оружие. Есть мальчики, которым не дано освоить коньки и лыжи. Есть самые разные мальчики. Любите своего сына и принимайте его таким, какой он есть. Да, он не Руни, но вдруг он — Шостакович? Ваша задача в этом случае если не поддерживать, то, по крайней мере, не обижать и не унижать своего сына. И еще — научить его правильно действовать в ситуациях, которые требуют «кулака». Поверьте, это возможно. Нужное слово может остановить даже беснующуюся толпу.

*Так называемая «брутальность» — это не что иное, как уровень тестостерона в крови и никакими силами вы не сможете эту данность изменить.“*



# Детское меню в Кофе Хауз

Горячие блюда



Напитки



Спроси у  
официанта  
раскраски и  
мелки!

Дессерты



Детский набор  
с пазлами



Все лучшее—детям!

*Кофе в ритме жизни!*

# Выбор пал на Выборг:

*57 стр. Отправляемся в путешествие  
на машине Времени*

*63 стр. Топ-10 летних идей!  
Играем в пиратов, строим железную дорогу*

*68 стр. Must Have  
С ярким летом! С ярким платьем!*



Фотограф: Женя Котова (Fotokot).  
Модели Masaronis Kids : Камилла Ушакова,  
Марьяна Кока, Полина Дайбова



# Выбор пал на Выборг

Побывать в средневековом замке, принять участие в настоящем рыцарском турнире и научиться ремеслу можно, совершив воскресное путешествие в Выборг. Своеобразной машиной времени послужит электричка с Финляндского вокзала, автобус от станций «Парнас» и «Девяткино» или ваш собственный автомобиль.

ПОДГОТОВИЛА:

**ИРИНА ТРЕТЬЯКОВА**, историк

**В**ЫБОРГ — это маленький городок, в котором живет около тысячи жителей. Он всегда оказывался в гуще событий и переходил от одного государства к другому. Когда-то здесь жили карелы, и земли эти принадлежали Новгороду. Но шведский маршал Торгилье Кнутссон направил в эти земли войска и приказал основать здесь крепость. Так в 1293 году здесь был построен замок-крепость. Так как замок находился на перекрестке торговых путей, здесь очень быстро стали селиться ремесленники и купцы. В 1403 году поселение Выборг, что в переводе означает «святой город», получило официальный статус города. В 1710 году в ходе Северной войны город был взят русскими войсками. В начале XX века перешел к Финляндии, а перед началом Великой Отечественной был присоединен к СССР.

В советское время этот город называли домашней заграницей. Здесь всегда было много торговцев импортными вещами, необычная архитектура и природа.

### Вокзальная площадь

На вокзальной площади всех приезжих поражает гигантская буква W. Вот такой «загадочной» встречает нас город. Первое, что приходит

*В советское время этот город называли домашней заграницей. Здесь всегда было много торговцев импортными вещами, необычная архитектура и природа.“*

на ум — реклама Volkswagen. На самом деле, это — символ города, так как название города начинается именно с этой буквы — Wiburg.

### Корабли-драконы

Недалеко от гостиницы «Дружба» на берегу стоят драккары — деревянные корабли древних викингов. Приводились они в движение веслами и парусом. Парус шили из овечьей шерсти. Жировой слой (ланолин), покрывавший овечий волос, предотвращал парус от намокания. Чтобы изготовить один большой парус, надо было использовать около 2-х тонн овечьей шерсти и труд 144 человек в течение месяца. Если бы работало всего 4 человека, то делать его

#### Корабли-драконы.

*На носу корабля обязательно крепилась голова дракона, отсюда и драккар — буквально — корабль-дракон. Сейчас здесь находится один из самых известных ресторанов в Выборге.*



им пришлось бы целых 3 года! Драккары достигали до 60 метров в длину. На носу корабля обязательно крепилась голова дракона, отсюда и драккар — буквально — корабль-дракон.

Когда корабль приближался к дружелюбным землям, то голову дракона убирали, чтобы она не напугала добрых духов.

Драккары у гостиницы «Дружба» появились благодаря фильму Станислава Ростоцкого «И на камнях растут деревья»: точные копии средневековых кораблей викингов были сделаны для съемок фильма, которые проходили здесь, а по окончании были подарены городу.

### Круглая башня.

*Если вы хотите полностью погрузиться в атмосферу средневековья, то в «Информационном туристическом центре» Выборга можно заказать интерактивные программы. Например, «Средневековые танцы».*



### Круглая башня и XV век

В XVI веке здесь была построена крепостная стена для дополнительной защиты города, а рядом со скотопронными воротами была построенная круглая башня. Стены ее были сложены из огромных валунов, а в бойницах располагались пушки. Боевое

*Замечательно просто прогуляться по Выборгу. Пройтись по узким улочкам, бульжным мостовым, полюбоваться необычными зданиями финского модерна.“*

крещение башня получила во время штурма города московскими войсками.

Со временем крепостные укрепления разобрали, а башню использовали и как тюрьму для скота, и как аптечный склад. Сейчас здесь находится один из самых известных ресторанов в Выборге. В сезон наплыва туристов без предварительного заказа столика сюда не попасть. Здесь есть специальное средневековое и детское меню.

Если вы хотите полностью погрузиться в атмосферу средневековья, то в «Информационном туристическом центре» Выборга можно заказать интерактивные программы. Например, «Средневековые танцы». Представьте: атмосфера XV века, танцевальные номера очаровательных горожанок и парадный танец со свечами, даже мастер класс основных танцевальных элементов! Выбор короля и королевы вечера из числа гостей, посвящение в рыцари. И, конечно же, настоящий средневековый обед с оригинальной сервировкой, где есть можно даже без столовых приборов.

На рыночной площади часто устраиваются средневековые ярмарки. Одна из них будет проходить с 24 по 28 июля, в дни проведения международного фестиваля «Балтийское лето». Здесь можно купить сувениры и заморские вкусности, а также поучаствовать в различных мастер классах.

### Выборгский замок и рыцарские турниры

Это единственный хорошо сохранившийся в России памятник

средневековой европейской военной архитектуры. Находится он на острове. Со старым городом его соединяет Крепостной мост. На территорию замка можно попасть бесплатно, если там не проводятся рыцарские состязания. Главная башня — башня Святого Олафа; на ней расположена смотровая площадка, с которой можно увидеть весь город с высоты птичьего полета. Лифта, естественно, нет, и подниматься нужно будет по узенькой лестнице. Плата за вход — весьма умеренная.

На территории замка находится музей инквизиции и сувенирные лавочки. А еще — можно пострелять из настоящего лука! Но самое интересное здесь происходит в дни рыцарских турниров. Ближайший из них, «Рыцарский замок», будет проходить 26—28 июля. Зрители увидят конные и пешие состязания средневековых рыцарей, городские средневековые танцы, чудеса колдуна из Флоренции и световую мистерию. Правда, на дневную и вечернюю программы фестиваля надо будет покупать отдельные билеты. С программой турнира лучше ознакомиться заранее и выбрать те представления, которые вам интересны. Билеты тоже можно забронировать заранее: <http://timeago.ru>.



## Анненские укрепления

После того, как Петр I завоевал Выборг, было решено построить новую линию укреплений, которые назва-



### Анненские укрепления.

*16–18 августа на территории этих укреплений будет проходить фестиваль средневековой культуры «Выборгский гром».*

ли Анненские. Поучаствовать в сражениях им не пришлось, поэтому они достаточно хорошо сохранились. 16—18 августа на территории этих укреплений будет проходить фестиваль средневековой культуры «Выборгский гром», посвященный 610-летию города Выборга.

## Парк Монрепо

Одно из самых красивых и романтических мест Выборга — это скальный парк Монрепо (в переводе с французского — «мой покой»). Это уникальный природный ландшафт, слегка отредактированный человеком. Вода, необыкновенное небо, гранитные скалы, деревья и мхи — все это находится здесь в исключительной гармонии. Красота и мощь северной земли.

Ранее в уголках сада находились различные беседки, павильончики



**Парк Монрепо. Вид на финский залив.**

*Скальный парк Монрепо (в переводе с французского – «мой покой»). Вода, необыкновенное небо, гранитные скалы, деревья и мхи – все это находится здесь в исключительной гармонии.*

и сюрпризы, но до нашего времени они, к сожалению, не сохранились. Поражает своим величием белоснежная капелла Людвигсбург на Острове Мертвых. Там находится фамильная усыпальница Николаи.

Замечательно просто прогуляться по Выборгу. Пройтись по узким улочкам, булыжным мостовым, полюбоваться необычными зданиями финского модерна. На многих из них на нас смотрят необычные каменные маски. Заглянуть на Крепостную, 22. Там находится витражная мастерская «School glass», в которой можно не только приобрести украшения и предметы интерьера, но и изготовить сувенир своими руками. Мастер-класс от замечательного мастера Константина Телицкого длится 3 часа и стоит 700 р. Если вы приехали на один день, то записаться лучше заранее.

На Крепостной, 3 открылась «Лавка вкусок». Здесь можно продегустировать вкуснейшие сыры, колбасы, орешки в меду и многие другие

«Одно из самых красивых и романтических мест Выборга – это скальный парк Монрепо (в переводе с французского – «мой покой»).»



**Парк Монрепо. Храм Нептуна.**

*Вода, необыкновенное небо, гранитные скалы, деревья и мхи – все это находится здесь в исключительной гармонии.*

блюда. Все это сделано из экологически чистых продуктов по уникальным рецептам. Здесь же вам предложат отведать знаменитый выборгский крендель. Продавцы в средневековых костюмах и стильный интерьер воссоздают атмосферу средневекового города.

Приятного вам путешествия и прогулок по средневековому городу!





Негосударственное образовательное учреждение  
дополнительного образования

# «Методики Н. Зайцева»

**Хотите, чтобы ваш ребёнок  
научился читать и считать в 3-4 года?  
Не имел проблем с русским языком и  
математикой в школе?**

**Предлагаем пособия  
Н.А.Зайцева по обучению  
чтению, математике, русскому и  
английскому языкам.**

Пособия предназначены для занятий дома, в группе, классе.  
Вы можете обучать ребёнка в семье, создав дома развивающую среду.  
Обучение проходит в игре, в движении и быстрее привычных сроков.

Методики Н.Зайцева рекомендованы видными физиологами и педагогическими психологами как здоровьесберегающие, природосообразные, отвечающие естественному стремлению ребенка к познанию.

Родители, воспитатели,  
учителя смогут приобрести  
пособия, записаться на  
авторские курсы, получить  
квалифицированную  
консультацию по адресу:

**ул. Большая 54  
Пушкарская,  
пн.-пт.  
с 11 до 18 часов**



**233-24-42 • 233-24-45 • 936-21-69**

**[www.metodikinz.ru](http://www.metodikinz.ru)**

# Горячая десятка летних идей

Пассивный отдых не для вашего ребенка? Совместить отдых с развивающими играми – проще простого. Немного времени на подготовку и участие в процессе – это все, что нужно

ПОДГОТОВИЛА:

**ИРИНА ТРЕТЬЯКОВА**

**В**от и наступило долгожданное лето. Ура! Мы едем на дачу! Но вот прошла первая неделя, все стало привычным и ваше чадо стало скучать. Как сделать дачный отдых ярким и запоминающимся как для ребенка, так и для его родителей? Предлагаем вам горячую десятку летних идей.

## На поиски сокровищ

Основная идея — поиск сокровищ. Великолепная игра для всех возрастов. Малышам можно незаметно «подбросить» в песочницу камушки, предварительно покрытые золотой краской. С детьми постарше сооружаем настоящий пиратский корабль из подручных материалов: ветки, картон, простыни, одеяла. «Веселого Роджера» — знаменитый флаг флибустьеров — рисуем и торжественно водружаем на мачте. Изготовление костюмов и пиратской атрибутики надолго увлекут ваших детей. Если нет настоящей тельняшки — не беда — на старой белой майке можно фломастерами для ткани нарисовать полоски. Подзорную трубу изготавливаем из картонной основы для бумажных полотенец. Можно обклеить ее двусторонним скотчем и наклеить на нее мелкие камушки или даже ракушки. На пиратском корабле читаем Стивенсона «Остров сокровищ» или смотрим





замечательный смешной мультфильм с одноименным названием.

Ну вот, все приготовления завершились, и тут ранним утром появляется бутылка с посланием. В нем зашифровано место нахождения карты сокровищ. Для того чтобы карта производила впечатление старинной, помещаем ее в стакан с чаем или кофе и потом высушиваем. Если дети — выпускники детского сада или школьники, карту разделить на несколько частей и спрятать в разных уголках участка. Теперь все на поиски клада! В поисках сокровищ можно отработать навыки счета, например, пять шагов налево, пятнадцать направо, ориентировку по сторонам света с помощью компаса. Ищем карту, соединяем ее вместе, и, наконец, находим заветный сундук с сокровищами. Шоколадные монетки, конфеты, маленькие сюрпризы могут стать настоящим кладом. Для девочек можно положить в сундучок бусы. Или бусинки, чтобы их потом можно было самостоятельно превратить в украшения.

### Железная дорога

Замечательная игра на все лето. Если есть электрическая железная дорога — выносим ее на улицу. Сооружаем тоннели, станции, мосты из подручных материалов. Если готовой железной дороги нет — не беда. Ее можно сделать из веточек, а сам паровоз



*Для активных живчиков сооружаем полосу препятствий. Самое простое — протянуть ленту на разной высоте между деревьями.“*

и вагоны — из более толстых веток или из пластилина. На игровом поле можно воплотить различный ландшафт на небольшом участке садика, сделать или фантастическую страну, или копию любого уголка нашей планеты.

### Юный натуралист

Если вы отправляетесь с ребенком в лес, сделайте ему таблички с изображением всех возможных лесных растений. Например, картинки листьев различных деревьев: береза, клен, дуб и т. д. Шишки ели, сосны и лиственницы тоже различаются между собой. Ягодные кустарники. Мох. Всевозможные жучки и так далее. Во время прогулки ребенок будет сверяться со своим альбомом и внимательно смотреть по сторонам. Если

найдет то, что вы ему отметили в альбоме, напротив соответствующей картинки сделает отметку. Альбом будет содержать различные предметы в зависимости от того, куда вы направляетесь. Это может быть «дачный альбом», «морской», «лесной», «степной», и даже «городской». Подобное занятие развивает внимательность у ребенка и расширяет его кругозор. Если такой альбом делать нет времени и возможности, можно купить его в книжном магазине.

### Полоса препятствий

Для активных живчиков сооружаем на даче полосу препятствий. Самое простое, что можно сделать — протянуть ленту на разной высоте между деревьями. Чтобы пройти через нее, надо будет наклоняться, перешагивать, а иногда даже и проползти под ней.

*Делаем фигурки динозавров: для этого надо развести гипс, положить его в подготовленные емкости и залить гипсовым раствором. Только заливать надо так, чтобы часть фигурки выглядывала.*



*Для активных живчиков сооружаем полосу препятствий. Самое простое – протянуть ленту на разной высоте между деревьями...*



### Дача Юрского периода

Отправляемся на поиски динозавров. Для этого берем гипс (продается в строительном магазине), любые емкости — это могут быть даже пластиковые коробочки из-под творога или йогурта. Делаем фигурки динозавров: для этого надо развести гипс, положить его в подготовленные емкости и залить гипсовым раствором. Только заливать надо так, чтобы часть фигурки выглядывала. После того как раствор застыл, надо извлечь содержимое из емкости-формочки и спрятать «окаменевшие» фигурки в разных уголках сада. Теперь предлагаем ребенку отправиться на поиски динозавров. Для того чтобы обнаружить фигурку, придется изрядно потрудиться и разбить гипс молотком. Во время работы с инструментами надо контролировать ребенка, чтобы он не нанес себе травму. После удачной поисковой «экспедиции» можно



*Предлагаем детям стать малярами, но вместо краски дать им... Ведро с водой. Малярными кистями, валиком и распылителями можно рисовать различные фигуры.“*

посмотреть серию мультфильмов «Земля до начала времен».

### **Цветовая гимнастика**

Берем коробку из-под яиц и раскрашиваем каждую ячейку в свой цвет. После того как это все высохнет, предлагаем ребенку найти предметы такого цвета на участке. Например, веточка коричневая — положить ее надо в коричневую ячейку. Зеленую травинку — в зеленую ячейку и так далее.

### **Рисование водой**

Предлагаем детям стать малярами, но вместо краски дать им... ведро с водой. Малярными кистями, валиком и распылителями можно рисовать различные фигуры. А если очень жарко, заодно и побрызгаться.

### **Игры с лентами**

Привязываем ленточку к палочке и, вот — можно устраивать «чемпионат мира» по художественной

гимнастике. Лента с помощью такой «волшебной палочки» при малейшем движении руки будет принимать различные формы. Короткие ленточки можно привязать к браслетикам или резиночкам, надеть их на руки или на ноги и устроить танец. При желании такие браслеты можно украсить еще и бубенчиками.

### **Звездное небо**

Перед тем как лечь спать, устроим в комнате звездное небо. Делается это чрезвычайно просто. Берем дуршлаг. Под него помещаем зажженный фонарик, выключаем свет и вот — на потолке и стенах появились настоящие звезды. В такой обстановке можно придумать волшебную историю, почитать с фонариком любимую сказку или просто вспомнить приятные события прошедшего дня и пометать об интересных приключениях, которые ждут завтра.



Жаль, что день рождения случается только раз в году. Но ведь можно провести этот день так, чтобы даже воспоминания о нем заставляли улыбаться оставшиеся 364 дня!



## День рождения - это тема

**В** «КидБурге» каждый может найти себе занятие по душе. Здесь создан целый взрослый мир в миниатюре: почтальоны разносят газеты, врачи принимают пациентов, а милиционеры следят за порядком. Поэтому посетителям города никогда не бывает скучно. На входе они получают паспорт «кидбуржанина» и стартовый капитал, который можно потратить на освоение одной из многочисленных профессий, которых на территории «КидБурга» более пятидесяти. Так что, если хочешь запомнить свой день рождения надолго, приходи в «КидБург»! Примеры празднования Дня рождения в «КидБурге»

### Загадки мистера Зеро

Этим летом в КидБург приехал маг и волшебник, чародей в третьем поколении — мистер Зеро! У загадочного мага есть черный ящик и другие магические приспособления, с помощью которых он творит чудеса. Откуда ни возьмись вылетают голуби, ложки и вилки гнутся сами собой, предметы начинают перемещаться. Хотите научиться делать настоящие фокусы? В день рождения открывается прием в Школу магии!

### Найти и обезвредить!

Банда одноглазого Джо похитила золотой запас КидБурга! Город на грани разорения, банк закрыт, магазин разграблен, на улицах паника. На помощь приходит знаменитый ковбой Билли, гроза всех бандитов. Он находит улику и пытается раскрыть

преступление. Но победить разбойников в одиночку невозможно. В команду смелых набираются отважные джентльмены. А ты готов отправиться на поиски золотого запаса и спасти город?

### Суперстар

Съемки клипа — это чуть ли не круче, чем сам клип. И снова на съемочной площадке твоя веселая компания. Режиссер Вальдемар Вспышкин, его помощник Семен Принесиподайко и оператор Кадр Петрович снимали клипы для самого Старика Хоттабыча и Винни-Пуха. Стань героем клипа!

Продолжительность праздников — 2 часа: полуторачасовая праздничная программа, плюс оставшиеся 30 минут отводится на чаепитие.



Подробнее о программах празднования дня рождения в «КидБурге»:  
+7 (812) 677 33 07, +7(911) 924 60 30.

пр. Энгельса, 154А, ТРК «Гранд Каньон», 3 этаж, «Дивный город», ежедневно с 10:00 до 20:00, [info@kidburg.ru](mailto:info@kidburg.ru).



Платье, **Mayoral**, интернет-магазин **Nikki**.



Шляпа, **Chloe**



Платье, **Mayoral**, интернет-магазин **Nikki**.



Футболка, **Gucci**



Балетки, **Kidmoda**



Лосины, **Gucci**



Босоножки, **Gucci**

## SummerDay – SummerDress!

С ярким летом! С ярким платьем!  
Наши дети в этом году самые нарядные!



Майка, **Marc Jacobs**



Шорты, **Ralph Lauren**



Кардиган, **Gucci**



Кеды, **Guess**

Рубашка, **Полю Mayoral**



Шляпа, **Mayoral**

Шорты, **Mayoral**



Сандали, **Fendi**



Шляпа, **Paul Smith**



Кардиган, **Paul Smith**



Джинсы, **Catimini**



Кеды, **Ralph Lauren**



Да, в этот раз все по-настоящему летнее. Набивные рисунки поднимают настроение, яркие краски заставляют острее почувствовать солнце и лето! Ничто так не ассоциируется с детством, как эта пора! И именно поэтому ретро-нотки здесь не случайны: легкие платья в стиле 50-х и шляпы для юных джентльменов. Зеленый и желтый – цвета как никогда сегодня в тренде. А лаконичные кардиганы и поло прочно обосновались в гардеробе, не собираясь сдавать свои позиции даже осенью! Но это – потом. А сейчас – веселые принты от Marc Jacobs и невероятно приятательные цветы от Gucci!

Благодарим за помощь в подготовке материала интернет-магазин [www.nikkibelleshop.com](http://www.nikkibelleshop.com) и бренд-группу «Твой Шопер»

# КЛУБ «Э»



## Отдых

- Путевки в Болгарию
- Летняя дача во Всеволожске
- Экскурсии по Санкт-Петербургу



## Детские сады

- Полный день
- Неполный день
- 4-х разовое питание
- Группы до 10 человек



## Развивающие клубы

- Английский язык
- Подготовка к школе
- Бальные танцы
- Хореография
- Ушу
- Песочная терапия
- Дизайн
- Изо-студия
- Логопед
- Психолог
- Шахматы
- Легоконструирование
- Монтессори

## Наши адреса

### Санкт-Петербург

Комендантский пр., 8, к. 1 ● ● ● ● ● ●  
 Светлановский пр., 70, к. 1 ● ● ● ● ● ●  
 Ул. Коммуны, 61 ● ● ● ● ● ●

Ул. Косыгина, 33, к. 1 ● ● ● ● ● ●  
 Ул. Солдата Корзуна, 4 ● ● ● ● ● ●  
 Капитанская ул., 4 ● ● ● ● ● ●

Энтузиастов пр., 39а ● ● ● ● ● ●  
 Ул. Тамбасова, 23 ● ● ● ● ● ●  
 Дегтярная ул., 2а ● ● ● ● ● ●

# ЭРУДИТ»



## Бассейн

- Занятия для детей с 3 месяцев до 12 лет с инструктором
- Бассейн для беременных



## Праздники

- Аренда залов
- Аниматоры
- Фокусы
- Батут
- Фото- и видеосъемка
- Заказ шаров
- Выпускные



## Клубы для будущих родителей

- Подготовка к родам
- Фитнес
- Дыхательная гимнастика
- Занятия для пар
- Аквааэробика
- Семинары (лекции ведут психологи, акушеры, педиатры)

[www.eruditclub.ru](http://www.eruditclub.ru) ● (812) 448-4777;  
[www.rodnikclub.ru](http://www.rodnikclub.ru) ● (812) 448-6888

Байконурская ул., 13/2 ● ●  
Пр. Просвещения, 53 ●  
Загородный пр., 28 ●

Приморский пр., 137, к. 2 ● ● ●  
Ул. Отважных, 12 ●  
Фурштатская ул., 36 а

**Всеволожск**  
Всеволожский пр., 12 ● ● ●  
Сергиевская ул., 10 ● ● ●  
Садовая ул., 61 ● ● ●



# Ах, если бы дети могли выбирать

Вот и заканчивается теплое лето, а это значит, что остались позади летние лагеря, домики в деревне и заграничные отпуска. Впереди – трудовые будни, причем не только для родителей, но и для детей, ведь каждодневные походы в школу или детский сад – тоже своеобразная работа

**Т**АК ВОТ, КЛУБ «ЭРУДИТ» ПОМОЖЕТ ПРЕВРАТИТЬ СЕРЫЕ БУДНИ ВАШЕГО МАЛЫША В ИНТЕРЕСНЫЕ И ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ПРАЗДНИКИ КАЖДЫЙ ДЕНЬ.

Мы предлагаем домашний уют и индивидуальный подход. Каждый родитель сможет найти то, что наиболее подходит именно для его малыша.

## Детский сад «Эрудит»

Ежедневно с понедельника по пятницу с 8:00 до 19:00 двери нашего детского сада открыты. Каждого малыша здесь ждут игры и веселые праздники, развивающие занятия и дружелюбная атмосфера.





*Услуга «няня на час» предполагает как индивидуальный присмотр, так и возможность оставить малыша в группах мини-сада или группах выходного дня.“*

Особое внимание мы уделяем полноценному и разнообразному питанию наших юных «эрудитов». Именно поэтому в обязательное меню помимо основных блюд всегда входят фрукты и овощи. А при необходимости для детей, нуждающихся в особом рационе, блюда готовятся согласно рекомендациям родителей и медицинских работников.

### **Мини-сад «Эрудит»**

Мини-сад «Эрудит» — это идеальное место для детей тех родителей, чей график не предполагает ежедневной занятости с утра до вечера. Наш мини-сад предлагает 4-х часовое пребывание Вашего малыша в мини-группах до 7 человек по удобному для Вас графику — 3 или 5 раз в неделю.

За время нахождения в мини-саду Ваш ребенок получит целый комплекс игр и развивающих занятий, сокопаузу и чаепитие, чтение, рисование, прогулки на свежем воздухе, а также



огромный заряд отличного настроения на целый день.

### **Няня на час**

В случае необходимости в любое удобное время Вы можете доверить своего малыша опытному педагогу-воспитателю в любом клубе «Эрудит». С нашей «няней на час» Ваш малыш с пользой и огромным удовольствием проведет время, ведь у нас для этого созданы все необходимые условия. Услуга «няня на час» предполагает как индивидуальный присмотр, так и возможность оставить малыша в группах мини-сада или группах выходного дня.

Помимо детских садов клуб «Эрудит» предлагает Вашему вниманию различные развивающие и обучающие программы для детей от 0 до 12-ти лет.

Развивающие занятия в центрах «ЭРУДИТ» проходят таким образом, чтобы в доступной игровой форме сформировать у детей необходимые знания и навыки, раскрыть их творческие



*Танец – один из самых прекрасных видов искусства. Именно в танце человек наиболее ярко проявляет свою личность и имеет огромный потенциал для ее развития.“*

способности, научить их самостоятельно мыслить и рассуждать.

Иностранные языки

Мы предлагаем обучение в игровой форме английскому, французскому и немецкому языкам. Все наши педагоги — профессионалы высочайшего класса, имеющие опыт работы с детьми дошкольного и школьного возрастов. В ходе занятия дети прослушивают и исполняют песенки на иностранном языке; двигаются под музыку, изображая персонажей песен, учат стихи, считалочки, играют, рисуют, разыгрывают сценки — все это помогает ребенку постигать азы общения.

Занятия проходят в мини-группах (до 6 человек) два раза в неделю по 45 минут.

### **Методика Монтессори**

Система воспитания и развития детей, разработанная детским врачом и педагогом Марией Монтессори, давно

полюбилась современным родителям. Клуб «Эрудит» идет в ногу со временем и рад предложить детям и родителям курс занятий по этой уникальной методике, где каждый ребенок рассматривается индивидуально как неповторимая и талантливая личность, способная самостоятельно развиваться и познавать мир.

Система Монтессори способствует развитию мыслительной деятельности, не загоняя сознание ребенка в определенные рамки.

Более подробно узнать о том, что же такое «Методика Монтессори», об истории ее возникновения и о принципах действия Вы всегда можете узнать на нашем сайте в соответствующем разделе.

### **Спорт**

Приучать ребенка к спорту и здоровому образу жизни рекомендуется с самого раннего возраста.

Клуб «Эрудит» предлагает спортивные программы различного уровня сложности и для самых разных возрастных категорий.

Программы «Крепыш» и «Baby-fitness» рассчитаны на самых маленьких. Здесь малыши знакомятся с элементами различных видов спорта, проходят полосу препятствий, ползают, бегают, прыгают. Так мы прививаем любовь к спорту и активной жизни!

Для любителей восточных единоборств мы рады предложить такие виды боевого искусства, как Ушу и Тэквондо. Зародившись несколько тысячелетий назад в Китае и Корее, эти виды спорта оказывают неимоверное влияние на всестороннее развитие ребенка — как физическое, так и духовное.

Цель занятий тэквондо и ушу — воспитание физически развитой личности с высоким уровнем развития морально-волевых качеств и стремления к здоровому образу жизни.

### Театральная студия

Чтобы раскрыть и приумножить артистические таланты Вашего малыша, обязательно приводите его в театральную студию клуба «Эрудит».

Здесь ребенок учится эмоциональному и психологическому раскрепощению, развивает воображение и коммуникативность, а занятия вокалом помогут выявить вокальные способности

Занятия длятся 1,5 часа и включают в себя: актерское мастерство, работу над техникой и выразительностью речи, упражнения для развития пластики и постановки правильного дыхания.

Доказано, что дети, которые в дошкольном возрасте начали играть в шахматы, отлично успевают в школе. Такие дети не испытывают проблем с точными науками, быстро выполняют домашние задания. Наши педагоги имеют достаточный опыт работы с детьми и необходимую психологическую подготовку, поэтому найдут общий язык с любым ребенком, пришедшим на занятия в шахматную школу клуба «Эрудит».

## Программы

Помимо всего вышеперечисленного центр детского развития «Эрудит» предлагает множество занятий и программ как для грудничков, так и для школьников:

- **Занятия в бассейне с грудничками.** Эта программа рассчитана на детей от 2-х недельного до 9-ти месячного возраста. Занятия включают в себя подготовительный массаж, дыхательную гимнастику, комплекс плавательных упражнений, закаливание и обливание под ласковые слова и похвалу юного пловца.
- **Обучение пластике на занятиях балльными танцами и хореографией.** Танец — один из самых прекрасных и гармоничных видов искусства. Именно в танце человек наиболее ярко проявляет свою личность и имеет огромный потенциал для ее развития. Занятия хореографией позволяют развить не только координацию и пластику, но и способствуют физическому и умственному развитию ребенка. Мы приглашаем детей от 4-х лет на занятия танцами к педагогам высочайшего класса.
- **Развитие интеллекта на занятиях шахматами.** Издавна известно, что шахматы оказывают колоссальное влияние на интеллектуальное развитие человека. В клубе «Эрудит» мы проводим занятия по обучению этой игре для детей с 4-х летнего возраста.

Клубы детского развития «ЭРУДИТ» — то, что необходимо Вашему ребенку!

Для получения более подробной информации заходите на наш сайт: [eruditclub.ru](http://eruditclub.ru), (812) 448-47-77



# Алиона. Одна из миллиона

Насколько необычно имя Алиона, настолько же и необычна его обладательница – Алиона Хильт: она растит дочь, выпускает собственную линию одежды, работает моделью, занимается бодибилдингом, собирая награды во всех конкурсах, в которых может проявить себя

БЕСЕДОВАЛА:  
**ЮЛИЯ БЕЖАНОВА**

.....

**А**лиона Хильт, мама, дизайнер, модель, занимается бодибилдингом, собирает награды во всех конкурсах, в которых может проявить себя. О том как все удается в нашем интервью.

## **Алиона, что для Вас — успех?**

Самореализация, удовлетворенность, достижение целей, занятие любимым делом. Я считаю, что успех должен быть внутри человека. Для меня успех — это, прежде всего, внутренняя гармония, ощущение того, что ты на своем месте, что ты движешься вперед, что ты развиваешься, что ты живешь полной жизнью. Успех — это быть счастливой и дарить счастье и радость окружающим. Это — делать мир немного лучше.

**Считаете ли Вы себя поистине успешной женщиной, или Вы не намерены останавливаться на достигнутом, и главные победы еще впереди?**

Я счастлива там, где я есть и горжусь тем, чего достигла. Но я — такой человек, который никогда не останавливается, постоянно совершенствует все, что в его руках: себя, как внешне, так и внутренне, свое дело, свои способности, свой дом, свою жизнь... На сегодняшний день я могу сказать с полной уверенностью, что самая моя главная победа — над самой собой — состоялась, я иду вперед с гордо поднятой головой по намеченному пути, не сворачивая.



### **Алиона Хильт.**

*Алиона много снимается в рекламе и пропагандирует здоровый образ жизни и правильное питание*

Планов у меня — огромное множество, и я обязательно воплощу все свои идеи в жизнь!

**Вы сейчас живете в Германии. Скажите, женщине добиться успеха в России сложнее, чем в Европе? Или успешность не зависит от места пребывания?**

А до этого я уже успела пожить и в России, и в Турции, и в Индии. И везде была по-своему успешной. В разные периоды жизни у меня были разные

*Добиться успеха можно абсолютно в любой стране, главное это верить в себя и не сидеть на месте.*



цели, и все, что я себе намечала, я осуществила. Добиться успеха, на мой взгляд, можно абсолютно в любой стране, главное — это верить в себя и не сидеть на месте, не ждать, когда придет добрый дядя и все за тебя сделает. Индия, например, научила меня тому, что все границы мы создаем себе сами, они все — в нашей голове, и от этого нужно уходить, ломать стереотипы, и даже иногда наперекор всем обстоятельствам продолжать идти своей дорогой. В конце концов, все усилия оправдаются, и Вас будет ждать заслуженный успех (не важно, в чем — в работе ли, в познании ли себя, в личной ли жизни — он обязательно будет).

**Вы — владелица салона свадебной и вечерней моды. Как Вам пришла в голову эта идея и как долго Вы шли к созданию собственного бренда?**



С малых лет я увлекалась дизайном. Я никогда не любила шить, но обожала придумывать модели шикарных платьев (сначала, как водится, для своих кукол), а также любила украшать свою одежду — расшивать, вышивать, придумывать замысловатые узоры из бусин и камней. Я всегда мечтала создать именно свой бренд красивой одежды — нарядной, в чем-то экстравагантной, женственной, где-то немного с вызовом. Когда я училась в Художественной школе, то декоративная композиция и сценический костюм были моими любимыми предметами. Когда я жила в Индии, то создавала аксессуары — вечерние шляпки, нарядные сумочки для местной элиты (в числе моих постоянных клиентов были несколько звезд Голливуда). Переехав в Германию, я обнаружила, что с красивыми платьями тут беда — женщины одеваются достаточно просто, и магазины не предлагают по-настоящему красивых вещей. Это и подтолкнуло меня к осуществлению детской мечты — созданию не просто коллекции одежды, а именно своего бренда, Cinderella's Dream by Aliona Hilt. «Мечта Золушки» — это свадебные, вечерние, сценические платья, а также танцевальные костюмы (для стандарта, латиноамериканских танцев), а также очень женственная и нарядная повседневная одежда. Сейчас у меня на подходе еще и коллекция купальников для выступлений спортсменок — изящные, блестящие, необычные. Все мои платья отшиваются в Германии профессиональными швеями, а декорирую и расшиваю и их лично вручную, так что каждое мое творение — настоящий эксклюзив!

**Помимо участия в многочисленных конкурсах красоты недавно Вы заняли 3 место в МЧСГ по бодибилдингу. При этом Вы не являетесь профессиональной спортсменкой. Кто привил Вам любовь**



#### **Алиона с дочерью.**

*Алиона с малышкой на съемке для каталога детской и взрослой праздничной одежды Cinderella's Dream by Aliona Hilt.*

*«Переехав в Германию, я обнаружила, что с красивыми платьями тут беда - женщины одеваются достаточно просто.»*

**к фитнесу и здоровому образу жизни?**

С 2005 года я работаю моделью. Это, скорее, хобби, приятное

времяпровождение для меня. Отсюда и любовь к конкурсам, мероприятиям, запоминающимся событиям. Живя в Санкт-Петербурге, я поучаствовала, как мне кажется, во всех конкурсах, фестивалях, выставках, проводимых в этом прекрасном городе! Практически всегда доходила до финала, и даже несколько раз попадала в тройку победительниц. В конце концов, я решила попробовать для себя нечто новое. Спортом я занимаюсь уже 8 лет, это был, в основном, шейпинг, аэробика, йога, немного фигурное катание и бокс. К слову сказать, в 10 лет мне поставили диагноз «артрит», и врачи запретили мне не то, чтобы спортом заниматься, но и по лестнице самостоятельно ходить! Только лифт. И до 18 лет я жила с освобождением от физкультуры и свято верила в то, что мне «нельзя». В 18 лет я как прозрела — записалась в спортклуб и стала ходить три раза в неделю, вопреки всем предупреждениям врачей. И что Вы думаете? Я забыла о дискомфорте, отеках суставов и боли в коленях при ходьбе! В этот же год я решила, что обязательно буду заниматься спортом, а также задумалась и об углублении знаний в этом предмете. В то время я училась параллельно в колледже и институте на менеджера туризма и гостиничного дела, менять факультет мне не хотелось, и я решила сначала закончить колледж, а потом получать спортивное образование. И получила! И даже работаю в свое удовольствие по специальности — помогаю людям становиться лучше, здоровее, выносливее. Кстати, мой муж — тоже в прошлом тренер, но не по фитнесу,

*С 2005 года я работаю моделью. Это приятное времяпровождение для меня. Отсюда и любовь к конкурсам, мероприятиям.*“



как я, а по бодибилдингу. Вместе с ним-то мы и решили — а чем черт не шутит — попробовать свои силы в соревнованиях по бодибилдингу и фитнесу. К тому времени именно бодибилдингом я занималась где-то около полугода, за два месяца до соревнований мы решили участвовать. Подготовка была — экспресс, но, тем не менее,

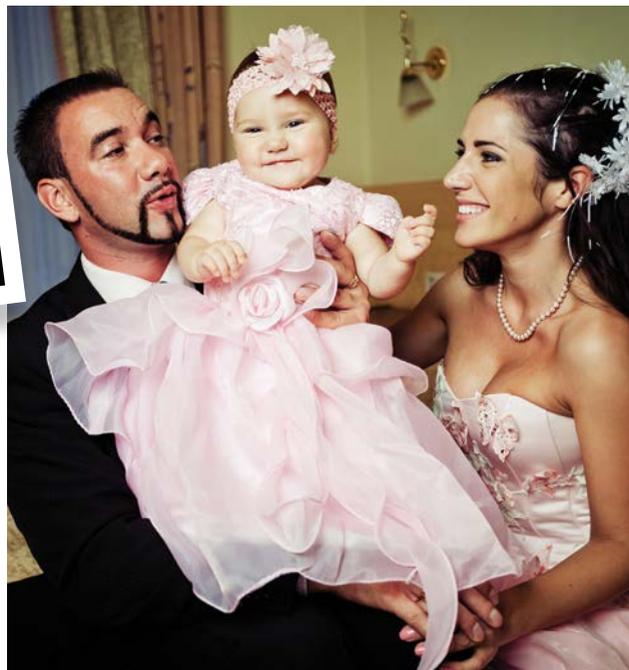


*Моя дочь которой сейчас почти 2 года, тренируется вместе со мной – пытается повторять асаны йоги.“*

я заняла третье место на таких важных соревнованиях, как МЧСГ и получила, тем самым, квалификацию на Международный Чемпионат Германии по бодибилдингу от Федерации IFBB в ноябре 2013. К нему я сейчас усиленно готовлюсь, тренируюсь каждый день, иногда по два раза, правильно питаюсь. Кстати, моя дочь, которой сейчас почти 2 года, тренируется вместе со мной — пытается повторять асаны йоги, упражнения на растяжку и гибкость! Я очень надеюсь на то, что она будет любить спорт так же, как люблю его я!

**Какие планы у Вас на будущее, как в профессиональной, так и в личной жизни?**

Всех секретов раскрывать не буду, но скажу, что планов очень много, причем во всех областях. В плане спорта — покорять новые вершины: Чемпионат Германии, Европы, Мира, почему нет? Что касается моего бренда одежды, то в данный момент у меня появились постоянные клиенты как в Германии, так и в России, Швейцарии, Франции, и даже в Австралии и Америке! Сейчас



**Алиона с мужем и малышкой.**  
*Отмечают годовщину свадьбы, по традиции, в Санкт-Петербурге.*

я создаю сценические костюмы для нескольких звезд российской и немецкой эстрады, осенью планирую представить сразу две новые коллекции: вечерних платьев (включая платья для маленьких принцесс) и купальников для спортсменок. А в личной жизни — с мужем мы мечтаем об усыновлении малыша или малышки, хотим подарить кому-нибудь любящую и заботливую семью, а нашей дочке — братика или сестренку.



Продюсер и стилист: Оксана Абдуханова.  
Фотограф: Ирина Бачинская.  
Ассистент фотографа: Алина Кулькова.



*А у нас еще лето!*

*Может быть, многие родители уже готовятся к новому учебному году и покупают школьные принадлежности, форму и теплую одежду, но сами дети еще вовсю отдыхают! Выбор маленьких моделей очевиден – короткие рукава, яркие летние цвета и хорошее настроение! Отложим приход осени в дальний ящик! До первых уроков можно еще столько всего успеть!*

**На Денисе: футболка, рубашка и шорты GAP Kids.  
На Веронике: юбка, футболка и джемпер GAP Kids.**



На Карине: юбка и футболка Beba Kids.  
На Александре: платье Beba Kids.



На Маше: сарафан и куртка GAP Kids.  
На Алисе: юбка, футболка и кофта GAP Kids.

На Майе: сарафан, ободок и браслеты Accessorize - Monsoon.  
На Кирилле: шорты, джемпер и жилет Accessorize - Monsoon.





На Наталье: футболка, шорты, жилет GAP Kids и шляпа Accessorize - Monsoon.  
На Алине: сарафан GAP Kids и шляпа Accessorize - Monsoon.



СОЗДАЕМ  
ПОБЕДИТЕЛЕЙ

**World Class**

СЕТЬ ФИТНЕС-КЛУБОВ №1



## Екатерина Назаренко,

телеведущая, «Пятый канал»

Мы с дочерью Настей на все лето приехали в поселок Рожино Ленинградской области.

Здесь мы гуляем до головокружения, Настюша обожает кормить рыбок в пруду, играть с водой центральных фонтанов, плясать на сцене под музыку. Забирает у меня микрофон и гудит в него со сцены, пока я танцую с детишками! Кроме того, здесь есть ферма, где ходят козочки, поросята – это, конечно, большая радость для детей. Такие места – редкость, нет ощущения, что живешь в гостинице – как будто приехал в деревню к бабушке. Детшек тут много, Настя очень быстро развивается, много ест и спит. Мы довольны, тем более Рожино – поселок моего детства, здесь жила раньше семья моего двоюродного брата. Очень люблю Выборгское направление – для меня это – родная природа.

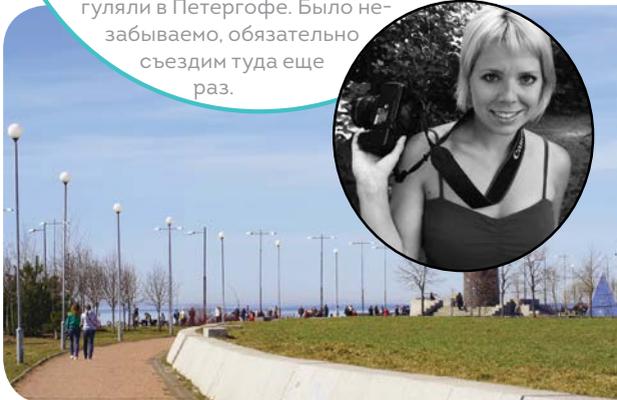


## Ольга Галафеева,

фотограф

Летом мы с моей пятилетней дочкой любим гулять в «Парке 300-летия». Там она играет на детских площадках, гоняет на роликах, бегает по воде и строит песочные замки. Недавно нас пригласили на День рождения на «Диво-остров». Конечно, дочке понравились все аттракционы, но особенно – машинки (не знаю точно, как они называются, те, что на электрических проводах).

А еще этим летом мы первый раз погуляли в Петергофе. Было незабываемо, обязательно съездим туда еще раз.



## Питер, я люблю тебя

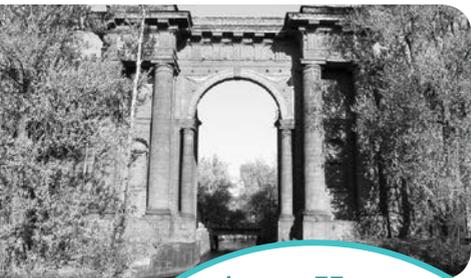
Думается, отыщется совсем немного людей, кого не восхищает наружное убранство Санкт-Петербурга. Однако, помимо безусловной внешней красоты, у Питера есть и особенная, внутренняя красота, причем у каждого – своя. В нашей новой рубрике заметные люди Петербурга признаются в любви к городу и рассказывают о местах, которые особенно дороги именно им.

## Игорь Гуляев,

дизайнер и телеведущий

У меня есть свой топ самых красивых городов мира. Среди них – Париж, Вена, и, конечно же, родной Петербург. Что касается любимого места в Питере, то это – исторический центр: Английская набережная, Исаакиевский собор, Сенатская площадь и Медный всадник. Эти места ассоциируются у меня со студенчеством. Здесь неподалеку мы готовились к сессиям, сдавали экзамены, а после – гуляли, разводили мосты и наслаждались удивительными белыми ночами. Каждый раз теперь, когда я проезжаю мимо, я вспоминаю то время, и не перестаю удивляться, какой же красивый у нас город!





## **Анна Нова,**

певица, галерист

Я люблю исторические места нашего города... Сама живу между Таврическим садом и Смольным собором, а галерея, где я работаю, находится вблизи Невского проспекта. Так что это у меня – основной маршрут! Люблю прогулки на лодке по рекам и каналам, гулять до Новой Голландии – это вообще для меня особое место в городе. Люблю город из окон квартир моих друзей, тех, что живут на Петроградке или в центре... Без сомнения, Петербург – один из самых красивых городов мира. Каждый раз он открывается для меня с новых ракурсов!



## **Татьяна Спирidonова,**

Руководитель школы телевидения «Кадр»

Часто ходим с семьей гулять в Диво Остров. Пока мы еще совсем маленькие и нас, к сожалению не пускают на многие карусели. Зато там есть прекрасная площадка, где Гоша с удовольствием играет, катается на горках, машинках...



## **Евгения Зарицкая,**

Руководитель детской шоу-группы «Саманта»

Я по гороскопу «Ракушка», а это значит, что любимое место для меня – мой дом! Люблю создавать интерьер в чисто петербургском стиле, ведь дом, в котором я живу, построен в 1910 году. Второе мое любимое место – это мой второй дом детская шоу-группа «Саманта» – там моя семья и мое творчество! В Санкт-Петербурге больше всего люблю Васильевский остров. Особенно стрелку.





## Вечеринка у кота Мити!

**Ц**ЕЛЮ МЕРОПРИЯТИЯ БЫЛО ПОКАЗАТЬ, КАК ВАЖНЫ В НАШЕЙ ЖИЗНИ ДОМАШНИЕ ПИТОМЦЫ И КАК ИХ ЛЮБЯТ ДЕТИ. А САМОЕ ГЛАВНОЕ — У ВЕЧЕРИНКИ БЫЛА МИССИЯ ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ С ДИАГНОЗОМ ДЦП — Егору Щепелину.

Организаторы мероприятия бутик одежды для животных Pet Paradise и Бренд-группа «Твой Шопер» выражают благодарность удивительным людям! Певце мирового уровня Наталье Орловой, певцу, актеру театра и кино Игорю Ключникову и всему коллективу ансамбля «Вдохновение»!

Особенную благодарность хочется выразить Миссис Санкт-Петербург2012 — Юлии Иониной! Все смогли убедиться, какой это светлый добрый человек. Юлия Ионина провела награждение маленьких моделей в номинации «Мисс Наххаи»

от бренда Naffta и благотворительный аукцион в поддержку Егора Щепелина! Спасибо художнику Любови Ульяновой за ее вклад! Картину для аукциона — «Рапсодия Черного Кота с бабочкой». Что же касается программы и сюрпризов, то их было предостаточно! Например, свадьба собак, двух очаровательных йоркширских терьеров. Такой проект прошел впервые под руководством Юлии Джимма. Церемонию вела известная модель Nika Pingvin в платье от бутика Mancini. Настоящее лето почувствовалось в коллекциях от сети магазинов «Беби Хауз», интернет-магазина «Никки» и шоу-рума игрушек и одежды из США Minni Mouse!



## Модный август. Агентство «President Kids».

**Д**ети от 3 до 16 лет весь год усердно посещали занятия по дефиле и актерскому мастерству, фото-тренинги, участвовали в рекламных проектах, съемках и модных показах. Теперь же пришло время продемонстрировать свои навыки и опыт, накопившийся за этот год.

Выпускной показ проходил в бальном зале шикарного пятизвездочного отеля «Hilton Ленинградская». Журнал «Эрудит» выступил информационным партнером мероприятия, потому как не в силах оставаться в стороне от модных детских проектов. Партнерами праздника выступили известные бренды одежды: Beba Kids, Tommy Hilfiger Kids, Monsoon Kids, GAP и GAP Kids. Было приятным сюрпризом увидеть здесь известных

фотографов, стилистов, актеров. В дефиле приняли участие не только модели агентства, но и дети известных родителей, таких как Екатерина Стриженова, Лариса Гузеева, Данко, Роман Жуков, продемонстрировали одежду модных марок. Все они пришли на праздник со своими семьями в этот воскресный день и великолепно провели время. Отличная организация мероприятия, дефиле и фуршет никого не оставили равнодушными, все гости насладились прекрасным семейным праздником в центре города. До следующего июня, наши московские партнеры по модным делам!



## Велоколепные гонки

**Т**ридцатого июня на Пухтоловой горе (Лен. область) состоялись самые масштабные вело-соревнования на северо-западе в дисциплине «Кросс-кантри» — «ВелоДрайв Trek Cup 2013», которые проходят уже в 5 раз. Мероприятие посетило более 600 человек, из них около трехсот — спортсмены.

Одной из особенностей стало наличие заездов самых разных категорий, что позволило соревноваться как любителям, так и профессионалам в возрасте от полутора до 50 лет. «ВелоДрайв Trek Cup» пятый год является «велогонкой для всех», для участия в которой достаточно иметь велосипед, шлем и желание испытать себя на трассе кросс-кантри. Помимо привычных соревнований прошел «Fun Jumping» — зрелищные прыжки с трамплина на велосипеде в воду, всегда вызывающие большой интерес у публики. На стартовой поляне посетителей развлекали жонглеры, аква-гримеры, певцы и танцоры. Среди приглашенных можно было увидеть депутата законодательного собрания Ольгу Галкину, многократных чемпионов по велоспорту Анатолия Мустафаева, Сергея Кускова, Юрия Добрынина, Алексея Пешкова, Владимира

Никитина, Валентина Мосиенкова и других. Победители получили призы и подарки от сети магазинов «ВелоДрайв» и партнеров мероприятия: абонементы в фитнес-центры Alex Fitness, молочные корзинки от «Лосево», коробки с американскими пончиками от лавки «Глазурь», рюкзаки от Ogio, билеты в театр Ленсовета. Протяженность трассы составила порядка 7 км. Многим спортсменам-любителям она показалась непростой: на особо крутых участках велосипедисты спешивались и преодолевали подъемы на ногах. А вот участники в категории «Элита», похоже, наслаждались препятствиями: «Трасса — отличная, — заявила одна из спортсменок. — Я просто каталась в свое удовольствие». Напомним, что «ВелоДрайв Trek Cup» — это ежегодные соревнования, принять участие в которых может любой желающий.





## Открытие летнего сезона

**Т**РИДЦАТЬ ПЕРВОГО МАЯ — ОТКРЫТИЕ ЛЕТНЕГО СЕЗОНА В РЕСТОРАНЕ GINZA. «ЛУЖАЙКА OPEN AIR»!

«Лужайка» — это прекрасное место для отдыха на открытом воздухе, где вашему вниманию представлено великое многообразие блюд на любой вкус и море развлечений для детей. 31 мая на открытии летнего сезона гости смогли побывать на аутентичном пикнике, не выезжая за пределы города, попробовали блюда-гриль от настоящих профессионалов, которые устроили незабываемое барбекю-шоу. Любители свежей рыбы смогли самостоятельно порыбачить, а затем отведать улов в качестве ужина, приготовленного

шеф-поваром ресторана. Самые маленькие гости мероприятия «Лужайка Open Air» не остались без внимания. Специально для них на территории ресторана работали аниматоры, фокусники, проходили занимательные мастер-классы. Розыгрыши полезных подарков, завораживающее живое выступление GINZA BAND, запуск небесных фонариков — вся радость лета и летнего отдыха для гостей Лужайки теперь открыты!



# По следам «Эрудита»

## Покупки



Сеть магазинов обуви для детей и подростков:  
 Индустриальный пр. 26/27;  
 Пр. Испытателей 90, корп. 2; ТЦ «Миллер»;  
 Ул. Одоевского 27;  
 ТК «Платформа»,  
 Пр. Науки 19, корп. 3;  
 ТК «Платформа»,  
 Транспортный пер. 1, лит. А; ТК «Платформа»  
 Заневский пр. 65, корп. 5; ТК «Платформа»,  
 ул. Типанова 27/39;  
 ТК «Космос»,  
 пр. Ветеранов, 130,  
 Коломяжский пр. 19;  
 ТЦ «Капитолий»,  
 Московский пр. 137;  
 ТГ «Электра»,  
 ул. Бельи Куна, 3;  
 ТРК «Международный»  
 Будапештская ул., 97, корп. 2;

ул. Савушкина 119, корп. 2; ТК «Подсолнух»  
 пр. Энгельса, 154;  
 ТРК «Гранд Каньон»,  
 Тепловозная ул., 31А;  
 ТК «Порт Находка»,  
[www.tufelka.spb.ru](http://www.tufelka.spb.ru)  
 (812) 610-06-70



Магазины JACADI  
 Невский проспект, 117,  
 (812)717-89-05, 4-й этаж, ТК  
 Стокманн-Невский Центр (Невский 114-116),  
 (812)648-19-85,  
[www.jacadi.fr](http://www.jacadi.fr),  
[www.jacadi.com](http://www.jacadi.com),  
[vk.com/jacad](http://vk.com/jacad)



М. «Комендантский проспект»,

Комендантский пр., 17, корп.1,  
 (812) 493-42-61,  
 пр. Славы,  
 30, (812) 360-37-39.  
[www.sweetmama.ru](http://www.sweetmama.ru).

## БЭБИ - ХАУЗ

Большой пр. П. С. 64,  
 ул. Полозова, 2  
 (812) 924-08-61,  
 Выборгское шоссе, 17, корп. 1,  
 (812) 924-08-62;  
 Ленинский пр.,  
 82, (812) 924-08-63,  
[www.babyhouse.spb.ru](http://www.babyhouse.spb.ru).

Открытие летом



Велодрайв — сеть магазинов, занимающаяся продажей велосипедов, аксессуаров и запчастей. В магазине Велодрайв — Kids представлены

транспортные средства для детей и подростков от 6 месяцев до 18 лет. В ассортименте магазина: самокаты, беговелы, двухколесные велосипеды, а также трехколесные с ручкой и без. Производители: Author, Trek, Stels, Forward, Giant, Kawasaki, Stark, Merida и др.

#### Велодрайв - Kids:

пр. Энгельса 109, корп.2, (812) 296-10-64,

[www.velodrive.ru](http://www.velodrive.ru)

## АВТОШТАДТ

Официальный дилер Volkswagen

**АВТОШТАДТ** — эксперт по автомобилям марки Volkswagen.

Наши опытные консультанты помогут разобраться во всем многообразии наших услуг:

- 1 Продажа автомобилей;
- 2 Прием на комиссию, выкуп, Trade-in;
- 3 Помощь в получении кредита и страховании;
- 4 Обслуживание автомобилей;
- 5 Продажа запчастей и аксессуаров;
- 6 Мы уважаем Ваши привычки, время и доходы!

М. «Обводный канал»,

Рыбинская ул., 1, (812) 334-1-334,

[www.vw-stat.ru](http://www.vw-stat.ru)

## ATLANTIC CITY

Ул. Савушкина, 126А,

(812)777-11-01,

[www.atlantic-city.ru](http://www.atlantic-city.ru)

*Bonpoint*  
PARIS

Невский пр., 141,  
8 (812) 640-66-12,

[www.bonpoint.com](http://www.bonpoint.com)



Шоупрум Societa Italia.

Пер. Крылова, 7/5,

(812) 572-66-44,

[societa@mail.ru](mailto:societa@mail.ru),

[www.societaitalia.it](http://www.societaitalia.it)

## Образование

Susanna Models  
PROFESSIONAL

Модельное Агентство Susanna Models Professional

и Модельная Школа. Susanna

Models scholl,

Казанская ул., 25,

(812) 941-7-234,

[www.susannamodels.com](http://www.susannamodels.com),

[vk.com.susannamodelschool](http://vk.com.susannamodelschool)



Atlantic International School. Лах-

тинский проспект, 40/2.

(812) 244 50 44,

[www.atlanticschool.ru](http://www.atlanticschool.ru)



Детский город профессий

"КидБург",

М. «Пр. Просвещения».

Пр. Энгельса, 154, лит. А,

ТРК «Гранд Каньон», Дивный

город, 3-й этаж. (812)677-33-07,

(911) 924-60-30,

[www.kidburg.ru](http://www.kidburg.ru), [info@kidburg.ru](mailto:info@kidburg.ru)



Интерактивный научно-развлекательный центр «Умникум».

Умникум- это занимательная наука, увлекательные опыты, интересные эксперименты.

М. «Пл. Восстания»,

«Маяковская».

Лиговский проспект, 30 А,

ТРЦ «Галерея», 4-й этаж.

(812) 456-76-76,

[info@umnikum.com](mailto:info@umnikum.com),

[www.umnikum.com](http://www.umnikum.com)

## Здоровье



Клиника «Мать и дитя». Сред-

ний пр. В. О., 88,

(812) 676-30-60,

(812) 980-37-37,

[www.mamadetki.ru](http://www.mamadetki.ru)



Кардиоцентр, [www.spbcardio.ru](http://www.spbcardio.ru)

ул. Олеко Дундича, 8, корп. 2,

(812) 992-22-79, пр. Тореза, 72,

(больница РАН), (812) 944-31-94,

ул. Бадаева, 6, корп. 1,

(812) 952-52-20,

ул. Пулковская, 8, корп. 1,

(812) 965-78-28.

Центр лучевой диагностики,

[www.medika-med.ru](http://www.medika-med.ru)

пр. Тореза, 72 (больница РАН),  
(812) 944-31-94.

Центр УЗИ детям,  
[www.uzidetyam.ru](http://www.uzidetyam.ru),

пр. Энгельса, 117 (д/п-ка №71),  
(812) 919-85-89.

Центр планирования семьи,  
[www.cpsmed.ru](http://www.cpsmed.ru),

пр. Тореза, 72 (больница РАН),  
(812) 919-82-39.

Многопрофильная клиника,  
[www.spbclinic.com](http://www.spbclinic.com),

ул. Бадаева, 6, корп. 1,  
(812) 952-52-20,

ул. Пулковская, 8, корп. 1,  
(812) 965-78-28



Сеть клиник «ОНА»:

Клиника эстетической медици-  
ны. Стоматология.

Графский пер., 7  
(812) 327-54-34,

[www.ona-center.ru](http://www.ona-center.ru)

Многопрофильная клиника.

Педиатрический центр,  
наб. реки Фонтанки, 108-110  
(812) 320-65-33.

Центр Неврологии и МРТ,  
Рижская ул., 12,  
(812) 320-65-20,

Центр МРТ,

пр. Ветеранов,  
(812) 756-88-35,

[www.ona-clinic.ru](http://www.ona-clinic.ru)



Детская клиника «Бейби».

Горховая ул., 33,  
(812) 310-11-88, 407-50-00,

[www.babyclinic.ru](http://www.babyclinic.ru)



Девять амбулаторных  
отделений открыты  
для пациентов каждый день  
с 8:00 до 22:00,

включая выходные  
и праздники:

Б. Сампсониевский пр., 45,  
ул. Марата, 48,  
ул. Сикейроса, 7, корп. 2,  
пр. Косыгина, 34, корп. 1,  
ул. Гастелло, 22,  
Коломяжский пр., 28,  
Моравский пер., 3, корп. 2,  
Б. Пушкарская ул., 20,  
ул. Щербакова, 11,

Круглосуточный координацион-  
ный центр,

(812) 38-002-38

[www.mc21.ru](http://www.mc21.ru)



Сеть стоматологических клиник  
«Вероника».

Ул. Савушкина, 8, корп. 2,  
ул. Савушкина, 12а,  
В. О., Средний пр., 48/27,  
ул. О. Дундича, 17, корп. 1,  
(812) 777-77-09,

[www.veronica.ru](http://www.veronica.ru)



Банк стволовых клеток  
пуповинной крови Транс-  
Технологии.

Железнодорожный пр., 40,

(812) 929-49-02, 677-21-63,

8-800-333-66-01 — звонок по Рос-  
сии бесплатный.

[info@trans-t.ru](mailto:info@trans-t.ru),

[www.trans-t.ru](http://www.trans-t.ru)



Международная клиника

«МЕДЕМ». Ул. Марата, 6,

(812) 336-3333

Скорая и неотложная помощь:

(812) 336-3336,

[www.medem.ru](http://www.medem.ru)

## Услуги



ТК «Атлантик Сити».

Ул. Савушкина, 126, лит. А,  
(812) 313-00-00.

М. «Крестовский остров»,  
наб. Марьинова, 38 А,  
(812) 313-00-00.

М. «Сенная площадь»,  
ул. Ефимова, 4А,  
(812) 313-00-00



Имидж лаборатория «Персона».

Невский пр., 20,

(812) 315-49-88



Салон красоты «ДОМИНГО».

Тихорецкий пр., 8, корп.1,

(812) 297-77-47;  
Пр.Культуры, 6, корп.1,  
(812) 598-30-13.  
Работаем каждый день с 9.00  
до 21.00,  
[domingosalon@mail.ru](mailto:domingosalon@mail.ru).



**Marco Polo Saint-Petersburg** — это изысканный отель в стиле «Старый Петербург», расположенный в самом центре Васильевского Острова в доме, возведенном в 1874 году архитектором Ф. Ф. Рудольфом. К услугам гостей представлены 46 номеров, авторский дизайн которых гармонично сочетается со стилем здания XIX века, а уютная атмосфера и индивидуальный сервис делают Ваше пребывание в отеле поистине комфортным.

12-ая линия В. О., 27,  
(812)449-88-77,  
(812)323-18-67,  
[info@mpolo-spb.ru](mailto:info@mpolo-spb.ru),  
[www.mpolo-spb.ru](http://www.mpolo-spb.ru),  
[www.mpolo-restaurant.ru](http://www.mpolo-restaurant.ru)

## Отдых и развлечения



Серия ресторанов «Марчелли's».  
Ул. Восстания, 15,  
(812) 986-91-11;  
Ленинский пр., 120,  
(812) 985-53-35;  
Космонавтов, 39/27,

(812) 984-41-41  
Невский пр., 43,  
(812) 984-41-44  
Комендантский пр., 13,  
(812) 983-87-77;  
Одоевского ул., 34,  
(812) 983-36-63

## MAMALIGA

Ресторан «MAMALIGA».  
Пр. Энгельса, 27,  
(812) 600-24-25  
Доставка: (812) 998-00-98,  
(812) 640-33-73,  
[www.mamaliga-mamaliga.com](http://www.mamaliga-mamaliga.com)



Ресторан «Шурпа».  
Пр. Энгельса, 27, 2-й этаж,  
(812) 600-25-75,  
Доставка: (812) 955-42-55,  
[shurpa.ginza@gmail.com](mailto:shurpa.ginza@gmail.com),  
[www.shurpa.info](http://www.shurpa.info)



Ресторан «Плюшкин»,  
Комендантский пр., 9,  
корп. 2, ТК «Променад»,  
2-й этаж, (812) 622-12-25  
Доставка: (812) 938-55-60,  
[www.plyshkin.com](http://www.plyshkin.com)



Ресторан «На речке».  
М. «Крестовский остров»,  
ул. Ольгина, 8,  
(812) 230-03-47,

Доставка: (812) 959-12-30,  
(812) 640-33-73,  
[www.narechke.com](http://www.narechke.com)



Кафе-кондитерская-бар  
«Счастье»,  
Малая Морская ул., 24,  
(812) 680-24-44;  
Невский, 55,  
(812) 328-85-55;  
Ул. Рубинштейна, 15,  
(812) 572-26-75,  
[www.schastye.com](http://www.schastye.com)



Курорт «Терийоки»,  
г. Зеленогорск,  
ул. Гаванная, 1, лит. А,  
(812) 611-03-00, [www.yct.ru](http://www.yct.ru)



HappyLyon – семейный развлекательный парк аттракционов,  
Лиговский пр., 30 А,  
ТРЦ «Галерея» 5 этаж.  
8 800-100-00-20,  
[www.spb.happylon.com](http://www.spb.happylon.com), сайт сети  
– [www.happylon.com](http://www.happylon.com),  
[vk.com/spb\\_happylon](http://vk.com/spb_happylon)



Сеть кофеен  
«Шоколадница».

М. «Пл. Александра Невского»,  
МФК «Москва», 2-й этаж

М. «Комendantский проспект»,  
«ОКЕЙ Богатырский»

М. «Проспект Просвещения»,  
«МЕГА Парнас»,

М. «Старая Деревня»,  
ТРК «Подсолнух»

М. «Озерки», пр. Энгельса,  
128, лит.А

М. «Электросила»,  
«ОКЕЙ Электросила»

М. «Адмиралтейская»,  
Невский пр., 18

М. «Дыбенко»,  
«МЕГА Дыбенко»

М. «Купчино»,  
ТРК «Балкания Нова»

М. «Международная»,  
ТЦ «РИО»

М. «Пионерская»,  
ТРК «Капитолий»

М. «Парк Победы»,  
ТРЦ «Радуга»

М. «Ладожская»,  
ТРК «Июнь»

Узнай адрес ближайшей кофей-  
ни 8-800-100-33-60,  
[shoko.ru/sanktpeterburg/](http://shoko.ru/sanktpeterburg/)  
[vk.com/shokospb](http://vk.com/shokospb)



Семейный развлекательный  
центр «Прыг-Скок»,  
ул. Савушкина 119/3,  
ТК «Подсолнух», 3-й этаж,  
(812)385-2-385,  
[www.pryg-skok.ru](http://www.pryg-skok.ru)



Ресторан «Русская рыбалка»,  
на Крестовском острове, южная

дорога, 11,  
(812) 323-98-13

Ресторан «Русская рыбалка»  
в Комарово,  
пос. Комарово, Приморское ш.,  
452А, (812) 983-80-55,  
(812) 640-52-32



Детская шоу-группа «Саманта»,  
композитора Евгении Зарицкой,  
(921) 959-98-26,  
(921) 959-94-28;  
[www.samanta.su](http://www.samanta.su),  
[www.samanta.spb.ru](http://www.samanta.spb.ru),  
[www.newsong.ru](http://www.newsong.ru)



Фотостудия LeonaStage,  
М. «Нарвская», Старо-Петер-  
гофский пр., 34, корп. 407, (тер-  
ритория завода «Красный  
Треугольник»),  
(812) 932-09-22,  
[leonaphotostage@gmail.com](mailto:leonaphotostage@gmail.com),  
[www.leonastage.ru](http://www.leonastage.ru)



Футбольный клуб «Зенит»



Интерактивный музей занима-  
тельной науки для детей и взрос-  
лых.

М. «Горьковская»,  
ул. Льва Толстого, 9А,  
МФЦ «Толстой сквер»,  
(812) 328-000-8,  
[www.labyrinth-um.ru](http://www.labyrinth-um.ru)

mamas&papas®

МЕГА Дыбенко, Мурманское  
шоссе, 12-й км;  
МЕГА Парнас, пересечение КАД  
(кольцевой автодороги);  
пр. Энгельса;  
[mamasandpapas.ru](http://mamasandpapas.ru)





# Формула здоровья®

для самых маленьких

Страхование детей  
в Ренессанс® страхование –  
это гарантия комфорта  
при получении  
медицинских услуг.

Наши страховые программы  
предполагают лечение и  
профилактику в максимально  
комфортных условиях –  
на дому. О качестве услуг  
заботится специальная Служба  
врачей-экспертов, специалистов  
– педиатров, а также Центр  
контроля качества  
нашей Компании.

Вы можете выбрать из более чем  
десятка программ страхования:  
от базовых, обеспечивающих  
предоставление самых  
необходимых медицинских  
услуг, до люкс-программ,  
предусматривающих  
дополнительные опции.

Ренессанс®  
страхование

[www.renins.com](http://www.renins.com)  
+7 (812) 320 50 85  
+7 (812) 325 40 40



ATLANTIC  
INTERNATIONAL  
SCHOOL



UNIVERSITY of CAMBRIDGE  
International Examinations

CAMBRIDGE INTERNATIONAL CENTRE

- Superior Education
- Truly International Spirit
- Multicultural Environment
- Bright Modern Facilities
- Qualified teachers from Great Britain,  
United States and Canada



**МЕЖДУНАРОДНАЯ ШКОЛА ATLANTIC**

**полноценное британское образование**

Санкт-Петербург, Москва



**для детей от 2 до 18 лет**

СПб., Лахтинский пр., 40/2 • Москва, ул. Шарикоподшипниковская, 30А, стр. 1  
Москва, ул. Фестивальная, 7/А • Московская обл., пос. Заречье, ул. Березовая, 6А

(495) 661 86 91 • [www.atlanticschool.ru](http://www.atlanticschool.ru) • (812) 997 12 57, 244 50 44