

# Эрудит

Журнал для родителей умных детей

SPB

№4 май 2012

**Афиша**  
детских  
спектаклей

**Выздоровливаем  
быстро!**

**Театр:**  
первые  
впечатления

**Будущая мама:  
к родам готова?**

**Читаем:**  
важные книги детства

**Эрудит клуб представляет:**

*Летняя дача. Неповторимый Петербург*

Игры от Горынчика!





# 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  
десятки 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



# ЦЕНТР МЕДИЦИНЫ ПЛОДА

Северо-Западный пренатальный генетический центр  
Учебно-методический центр НИИ АГ им. Д.О. Отта СЗО РАМН

- Все виды УЗИ при беременности – диагностика пороков развития плода на экспертном уровне (2D, 3D и 4D) с записью на DVD, печать цветных фотографий плода
- Эхокардиография (осмотр сердца) плода
- Комбинированный ультразвуковой и биохимический скрининг болезни Дауна в 11-13 недель за 1 визит
- Инвазивная пренатальная диагностика хромосомных болезней (хорионбиопсия, плацентобиопсия и кордоцентез)
- Экспертное консультирование в сложных случаях
- Врач-генетик, акушер-гинеколог, детский кардиолог, уролог и др.
- Обучение и повышение квалификации врачей пренатальной диагностики



14-я линия Васильевского острова, д. 7 931-25-05, 931-24-25

Филиалы:

Ул. Лени Голикова, д. 29/3 (ЖК №13)	919-74-07, 308-57-02
Ул. Турку, д. 5/13 (ЖК №19)	410-98-10, 963-02-26
Ул. Бадаева, д. 6	952-05-09, 952-52-20
Пр. Приморский, д. 3 (КДП №1)	952-05-08, 952-35-05
Ул. Сикейроса, д. 10 (ЖК №22)	954-60-35, 908-35-55
Ул. Орджоникидзе, д. 21 (ЖК №5)	726-33-96, 931-40-50
Пр. Тореза, д. 72 (больница РАН)	553-34-89, 944-31-94
Выборг, пр. Ленина, д. 12	(921) 420-82-22, (921) 301-21-00



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



ГРУППА КОМПАНИЙ  
**MEDIKA**

## ЦЕНТР УЗИ ДЕТЯМ

(УЗИ всех органов и сосудов для всей семьи. Эхокардиография, нейросонография, УЗИ тазобедренных суставов)

пр. Энгельса, д. 117 тел. 919-85-89, 248-96-19

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

## ЦЕНТР ПЛАНИРОВАНИЯ СЕМЬИ

(гинеколог, уролог-андролог, маммолог, эндокринолог, диагностика и лечение бесплодия, ведение беременности, анализы)

пр. Тореза, д. 72 тел. 919-82-39, 553-34-11

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

## КАРДИОЦЕНТР

(кардиолог, эхокардиография, стрессэхокардиография, УЗИ органов и сосудов, анализы)

ул. Олеко Дундича 8/2 тел. 992-22-79, 366-48-03  
пр. Тореза, 72 тел. 944-31-94, 553-34-89

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

## ЦЕНТР ЛУЧЕВОЙ ДИАГНОСТИКИ [www.medika-med.ru](http://www.medika-med.ru)

(компьютерная томография, УЗИ органов и сосудов, остеоденситометрия)

пр. Тореза, 72 тел. 944-31-94, 553-34-89

## МНОГОПРОФИЛЬНАЯ КЛИНИКА [www.profimedika.ru](http://www.profimedika.ru)

(акушер-гинеколог, онкогинеколог, маммолог, гинеколог-эндокринолог, терапевт, хирург, педиатр. УЗИ, ЭКГ, лабораторные исследования и др.)

Богатырский пр., д. 64, корп. 1, тел. 699-99-88, (964) 377-19-90

## СОЦИАЛЬНАЯ АПТЕКА. ОРТОПЕДИЧЕСКИЙ САЛОН.

(ограничители на суставы, медицинская техника, инвалидные кресла, кресло-туалеты, массажеры, корсеты, ходунки, стельки; в наличии широкий спектр медикаментов, трав, косметики, средств гигиены; доставка в пределах СПб.)

ул. Некрасова, д. 17, тел. 320-05-58, 275-43-63

Предъявителю  
скидка 10%  
на все услуги  
+  
дисконтная карта  
в подарок



# Эрудит

Журнал для родителей умных детей

# SPB

№4 май 2012

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, г. Санкт-Петербург, ул. Мебельная, д. 1, корп. 2) Тираж: 20 000 экз.

Отпечатано в типографии «Премиум-пресс» г. Санкт-Петербург, пр. Оптиков, д. 4

Главный редактор: Букурова Н.П.

Адрес редакции: 197277, г. Санкт-Петербург, пр. Комендантский, д. 8, корп. 1

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

## На обложке:



Модель: Никита Ладыженский

### Директор:

Мария Мардаровская

### Главный редактор:

Наталья Букурова

### Шеф-редактор:

Татьяна Букурова

### Над номером работали:

Виктория Чеботарева

Ирина Третьякова

Светлана Степанова

Марина Федорова

Марина Соковых

Александра Регентова

### Директор сети клубов

#### «Эрудит»:

Татьяна Ладыженская

### Дизайн:

Мария Мардаровская

### Фотографы:

Светлана Алехина

Надежда Сокологорская

Наталья Хаухия

Мария Петрова

Наталья Законова

### Художник:

Егор Колобов

### Автор комиксов:

Светлана Пирогова

### Модели:

Амелия Смолина

Анна Павага

Михаил Павага

Мария Нахушева

### Руководитель курьерской службы:

Юлия Рожкова

### Редакция:

тел. (812) 703-85-75

### Отдел рекламы:

тел. (812) 982-86-06

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



*Правительство Санкт–Петербурга  
Комитет по культуре  
Санкт–Петербургское государственное  
бюджетное образовательное учрежде-  
ние дополнительного образования детей  
«Санкт–Петербургская детская школа  
искусств имени С.В.Рахманинова».*

*Санкт–Петербургское государственное  
бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования детей  
«Санкт–Петербургская детская школа искусств  
имени С.В.Рахманинова»*

*приглашает для обучения  
в подготовительных группах  
детей 4–6 лет.*

***Программы обучения:***

*общего музыкального развития, скрипки, фортепиано, народные инструменты.*

*В 1 класс принимаются дети с 7 лет на отделения: фортепиано, струнные, народные,  
джазовые, духовые инструменты, театральное отделение.*

*Школа одна из старейших, элитных детских школ искусств Центрального района, в  
которой работают высокопрофессиональные преподаватели и создают все условия  
для раскрытия творческих способностей детей.*



*Адрес: г. С–Петербург, улица Короленко, дом 2  
Телефоны: 272–52–79, 272–61–67, 273–69–86, 272–53–81 (факс)  
E–mail: [info@rahmaninowschool.spb.ru](mailto:info@rahmaninowschool.spb.ru)*

# Коротко от главного...

Фото: Светлана Алехина  
Модели: Дани и Андреа



Попробуйте просто любить...

Людей, зверей, целый мир! Любить бескорыстно, безвозмездно, абсолютно свободно и спокойно! А весна поможет вам! Обернитесь кругом и искренне улыбнитесь всему окружающему – природе, погоде, домам и, главное, встреченным людям! Выделите несколько минут в день на слова благодарности близким и далеким, на улыбку и любовь! Просто скажите Вашей сотруднице, что сегодня она по-весеннему прекрасна, похвалите от души ребёнка за какую-нибудь милую ерунду, признайтесь (пусть далеко не первый раз) в любви своей половинке.

И позвоните маме! Просто за тем, чтобы узнать, как у нее дела или сообщить, что Ваш гибискус завял и требует внимания! Спросите у нее совета, как быть... Может, он и не

завял вовсе – зато мама почувствует, что нужна Вам...

Любить легко! Попробуйте! Откройте ваше сердце, и, поверьте, это обязательно будет взаимно... Не бойтесь показать свои чувства!! Жизнь у нас с вами одна – успеете подарить друг другу позитив и светлое весеннее настроение. Поделитесь тем, что наболело и тем, что радует! Настоящие друзья почувствуют, помогут и просто окажутся рядом!

Люди! Весна! Снова весна! Такая светлая и мудрая! Радуйтесь сами и радуйте других! Любите и вас полюбят тоже! Обязательно!

Поверьте, я знаю, что это так!

*Искренне Ваша,  
Букурова Наталья*

# 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!*

# Содержание

## *Будущим родителям*

### *10 К родам готова?*

Посещение курсов подготовки к родам.  
А стоит ли?

### *14 Стройность во время декрета*

Как правильно питаться и  
оставаться в форме.

## *Психолог рекомендует...*

### *16 Вы лечитесь?! А мы выздоравливаем!*

Проявите ласку и заботу!  
Станьте волшебницей!

### *22 Сон малыша!*

Как правильно выбрать кроватку...

## *Тема номера*

### *26 Интервью с Любовью Кирилловской*

Мама бизнесвумен - тоже мама.

## *Будьте здоровы!*

### *32 Транстехнологии*

Опережающий шаг

## *Выходные с детьми*

### *34 Места исполнения желаний*

Желания сбываются - «утрите нос» Остапу,  
сфотографируйтесь под руку с бронзовым  
фотографом

## *Ученье свет*

### *38 Мои «Руслан» и «Лукоморье»*

Не лишайте ребенка радости от общения с  
чудом сказок Пушкина

### *42 Чудеса своими руками. Театр*

Отправляемся в увлекательное путешествие  
по страничкам истории нашего города

### *46 Как хорошо уметь читать*

## *Эрудит клуб*

### *52 Неповторимый Петербург.*

### *54 Летняя дача*

Во Всеволожск на лето!

16



10



## *Игры для детей*

### *56 Игры с Горынчиком*

Новые игры и забавы с другом Горынчиком

## *Семейный клуб*

### *62 Мамочки и доченьки*

Балуйте дочерей но в меру! Будьте строги, но в меру! А мерой должна стать любовь!

## *Куда пойти*

### *66 Афиша детских спектаклей*

## *Остатки сладки*

### *70 Стихи для семьи*

Читайте! Учите! Улыбайтесь!



32

photo by Elena Kameeva



52



Как хорошо  
уметь читать!

46

# К родам готова!?



Фото: Мария Петрова

*Часто будущая мама задается вопросом – а нужно ли посетить курсы подготовки к родам? Что они могут дать? Может ли женщина обойтись без них? Ведь как-то рожали раньше без всяких там курсов!*

Да, рожали, наши мамы, и достаточно послушать их рассказы о родах, чтобы понять – знание сила! К тому же в современном потоке информации, который идет на нас через социальные сети, очень легко увязнуть. Наполнив свою копилку знаний о родах через интернет, без всякой системы, читая отзывы и «страшилки», сформировать представление о родах можно, но какое?

Как правило, сами будущие мамы говорят, что прочитали много, и от этого в голове «каша». Именно поэтому, неплохо посетить хотя бы несколько занятий по подготовке к родам, чтобы прояснить темные пятна в имеющемся у вас представлении о родах, задать вопросы ведущему.

Возможно, вы будете приятно удивлены, что столько узнали всего за пару

занятий! Так же желательно посетить занятие для пар, для будущего папы и мамы, если вы планируете партнерские роды. Как известно, неподготовленной паре приходится нелегко перед лицом родов на практике, если пара не подкована в теории, а медики открыто заявляют, что неподготовленной паре на родах делать нечего!

**Что дают занятия по подготовке к родам будущей маме?**

Во-первых, структурированную информацию о процессе родов, во-вторых, помогают развеять мифы, связанные с беременностью и родами, в-третьих, помогают сформировать свою философию родов.

Хорошие курсы помогут будущей маме преодолеть страхи

и опасения относительно предстоящих родов, помогут сформировать практические навыки по дыханию и поведению в процессе родов, позволят определиться с выбором родильного дома и врача или акушерки.

Вы получите практические советы по грудному вскармливанию. Успешное грудное вскармливание зависит от хорошего старта. Чем больше вы знаете до начала кормления грудью — особенно о важности правильной позы и правильном прикладывании к груди младенца, — тем легче вам будет кормить ребенка. Будущая мама будет чувствовать себя более уверенно перед предстоящей встречей с ребенком, будет доверять себе, а не уповать только на помощь медиков и близких как в родах,

так и в уходе за ребенком.

**Как же выбрать подходящие курсы к родам? На что обращать внимание?**

В нашем городе, центров для будущих родителей множество. Выбирая занятия, определите для себя приоритеты — цена, удаленность от дома/работы, время начала лекции, продолжительность курса и продолжительность самой встречи, периодичность.

**Продолжительность курсов**

Продолжительность курсов самая разнообразная — это и несколько встреч, и 4 лекции, и 8-10, бывает и больше.

Сами встречи могут продолжаться от 2 часов до 4-х. Как правило, центры предлагают занятия 2 раза в неделю, но

*Перинатальный психолог должен иметь как минимум высшее психологическое образование, а также пройти специализацию по перинатальной психологии.*

Фото: Ольга Газафеева





Фото: Ольга Галафеева

могут быть и 1 раз в неделю. Также центры подготовки могут предлагать будущей маме занятия фитнесом, аквааэробикой в бассейне, посещение бани, программы по дыхательным техникам и расслаблению.

### **Отзывы**

Выбирая центр, не полнитесь почитать отзывы бывших слушателей, об условиях в которых проводятся занятия, о ведущих. Условия для будущей мамы важны, ведь время, проведенное несколько часов в маленьком, душном помещении, может стать настоящей пыткой! Желательно, чтобы количество слушателей

было пропорционально залу, в котором проводится занятие. Обратите внимание, на чем сидят будущие мамы. Удобно, когда для вашего комфорта предложены и стулья, и пуфы, и мячи. Подумайте, что еще для вас важно в центре подготовки к родам и обязательно, задайте вопрос, когда будете определяться с курсом.

### **Информация о ведущих клуба**

Не стесняйтесь узнать полную информацию о ведущих клуба. Как правило, это две категории – перинатальные психологи, акушерки, либо акушер-гинекологи. Пери-

## Будущим родителям

натальный психолог должен иметь как минимум высшее психологическое образование, а также пройти специализацию по перинатальной психологии.

Медицинский работник и психолог могут делать упор в лекциях на разные вещи: психолог поможет настроиться на процесс родов, будет объективно информировать о процессе родов, поможет преодолеть страхи. Врач или акушерка чаще всего информируют о процессе родов, уделяя меньше внимания настрою женщины и преодолению тревоги. Так же имеет значение личный опыт родов лектора. Трудно рассказывать о родах, когда знаешь о них лишь из учебников, не правда ли?

Не менее важным знать, какой философии родов придерживается сам центр подготовки к родам? Не навязывают ли там свою точку зрения относительно родов дома, выбора конкретного родильного дома, прививок и пр.

Информация, полученная на курсах подготовки к родам, должна быть объективной, нейтральной, достоверной, актуальной.

Чтобы проведенное время на курсах подготовки было действительно полезным и интересным, попробуйте составить список требований к центру подготовки или вопросов, которые вас волнуют, и ответы на которые вы бы хотели получить во время посещения центра.

Удачного выбора!

*Виктория Чеботарева,  
перинатальный психолог*



# Клуб будущих родителей **Родник**

Быть мамой - красиво!  
Быть мамой - приятно!  
Быть мамой - легко!  
Не верите?  
Приходите в «Родник»

## ФИТНЕС

## АКВААЭРОБИКА

## ЛЕКЦИИ

*для беременных*



# 448-68-88

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

Комендантский пр. 8, к. 1  
Светлановский пр. 70 к. 1  
ул. Коммуны, 61  
ул. Солдата Корзуна, 4  
Загородный пр., 28  
ул. Капитанская, 4  
ул. Ленская, 4  
пр. Культуры, 4  
ул. Тамбасова, 23  
ул. Симонова, 5  
ул. Байконурская, 13

## Мы находимся в вашем районе!

# Стройность во время декрета

## Важный шаг в процессе снижения веса - различение голода и аппетита.

К приему пищи нас побуждают всего 2 механизма: голод физиологический и психологический, или как его еще называют «голод головы» или аппетит.

### Физиологический голод

– потребность организма в питательных веществах. Вся пища, съеденная по голоду, усваивается, «сгорает», потому, что организм потребляет ровно столько энергии, сколько ему необходимо в данный момент.

### Психологический голод

– человек ест, не будучи голодным, ошибочно принимая эту потребность за желание поесть. Здесь важно разобраться, что аппетит – это сигнал, что в данный момент что-то в жизни не удовлетворяет, чего-то не хватает именно душе. Все, что мы съедаем по аппетиту, откладывается про запас, потому что для организма это лишняя, ненужная энергия, которая не расходуется.

Основное умение стройного человека, позволяющее сохранить стройное тело и не переедать – различение чувства голода и аппетита.

### Важно есть!

Что делать, если голод? Важно есть! Как для снижения веса, так и для его сохранения! И если хотим снизить вес, то, естественно нужно ограничить калорийность пищи. И здесь есть свои «хитрости».

### Меню

Правильно составленное меню – это то, что может помочь для успешного похудения. Распланируйте свой рацион заранее. Сейчас много информационных ресурсов о качестве и калорийности продуктов, так что, отправляясь за покупками, можно составить «домашнюю заготовку» из списка продуктов.

### Что делать, если аппетит?

Осознанное отношение к своим ощущениям, мыслям, желаниям, действиям. Зачастую переедание осуществляется неосознанно, неконтролируемо, импульсивно, и предотвратить это можно только отследив пусковой момент такого поведения. Зачастую, одна из главных причин переедания по аппетиту – это накопленная усталость, скука, одиночество (особенно, если мама надолго остается наедине только с ребенком). Перед тем, как съесть тот или иной кусочек, спросите себя, действительно ли вы сейчас голодны? Или это просто привычка доедать за ребенком, или привычка кусочничать? Или на самом деле вам хочется что-то другое?

### Ведение пищевого дневника

Для осознанного контроля за питанием хорошо помогает ведение пищевого дневника, куда нужно записывать все, что вы потребляете (только честно).

Второй шаг – забота о себе, необходимо находить время и силы на себя.

### Режим дня для мамы!

С появлением ребенка, жизнь мамы сильно меняется: ограни-

чивается пространство (около ребенка), ограничивается время, а так же появляется масса дел, которые нужно сделать одновременно. И все это вызывает стресс, накапливается усталость.

Многие специалисты говорят о режиме дня для ребенка, и как важно его соблюдать. Но мало кто говорит о важности распорядка дня для мамы. Хотя от самочувствия и настроения мамы зависит состояние и настроение ребенка.

Четко определите режим дня и распределите все задачи, которые надо выполнить в ближайший день, составьте план на неделю. Когда будет «все разложено по полочкам» у вас появится время на себя.

Молодой маме обязательно нужно отвлекаться от повседневных забот. Ведь раздраженная и уставшая мама не сможет дать всю ту заботу и любовь. Поэтому, особенно в первые месяцы, когда малыш больше спит, чем бодрствует, старайтесь не прыгать по дому в заботах, а заняться собой или устроить тихий час.

Проявляя к себе внимание и заботу, тем самым вы передаете этот навык вашему ребенку, ведь наши дети учатся всему, глядя на вас! Основа стройности – жизнь в согласии с собой, что означает понимание сигналов о потребностях своей души и тела.

Регентова Александра

психолог центра «РИТМ», специалист в области снижения веса и коррекции пищевого поведения.

# Мило-Кормило

всегда удобный шоппинг для мам -  
до рождения малыша и сразу после

## БЕЛЬЕ ДЛЯ КОРМЛЕНИЯ - ЖЕНСТВЕННОСТЬ В КАЖДОЙ МОДЕЛИ!



ВАШИ ПРЕИМУЩЕСТВА

# - 20%

на один продукт по выбору\*



Все модели на сайте [www.milo-kormilo.ru](http://www.milo-kormilo.ru)

или в магазине б линия, дом 61, проходная 3, телефон 956 23 02

Данное предложение не может быть использовано совместно или суммировано с любыми другими специальными предложениями или скидками, действующими в магазине в момент предъявления данного письма.

Распространяется только на коллекцию белья DIA-mama. Данным предложением можно воспользоваться только один раз.



Фото: Ольга Коваленко  
Модель: Амелия Смолина

# Вы лечитесь?

## А мы выздоравливаем!

### О мыслеформе.

Малыш заболел... Мы выбиты из привычной колеи, в доме витает ощущение тревоги... Жалеем, вызываем доктора, бежим в аптеку... Думаем о болезни, о лечении... А мысль-то материальна, это уже и ученые доказали.

Официальная медицина тоже не спорит, даже расхожая фраза есть, что все болезни «от нервов». Итак, будем лечиться! А может быть выздоравливать?

Скажите мысленно: «Я болею...» или «я лечусь...», и ощутите себя в этом образе. Этот образ связан с болезнью. А затем произнесем другую фразу: «Я выздоравливаю!» Разницу почувствовали?

Наши мудрые предки недаром очень щепетильно относились к словам. Каждое слово – это образ, и мы либо болеем и лечимся (порой долго и безуспешно), либо выздоравливаем (в этом слове - образ здоровья).

### Жалость или любовь?

Жалость – эмоция отрицательная и не отождествляйте её с любовью. Жалуют ушибленных, несчастных и больных, и малыш подсознательно начинает себя таким чувствовать.

Став взрослыми, дети чаще обижают именно жалеющих матерей, поскольку те отнимают у них личную силу и, отнюдь, не вдохновляют. А любовь светит и греет. Любовь – это дарение.

В чем больше всего наши дети нуждаются? В нашем с ними общении. В общении тотальном – душа с душой. Они и болеют чаще по этой причине. Конечно, дети этого не осознают, никто сознательно заболеть не хочет. Но желание общения есть в подсознании, а все наши желания, как известно, реализуются. Причем часто не таким образом, каким бы нам хотелось. И тогда родители

забывают о своих «важных» делах и готовы заниматься делами «несерьезными» - играть, рисовать, книжки читать. Кстати, неплохо бы и поговорить... Например, о том, с какой целью кашель-то к тебе «привязался», как ты думаешь? И, возможно, услышим, много интересного...

Будучи молодым доктором и бегая по вызовам, у меня (так я считала) не было возможности весь день находиться с 4-хлетним сыном, когда он болел, потому что всегда уговаривали «взять хотя бы вызова». А муж был занят с утра до вечера.

Утром поила сынулю микстурами и антибиотиками, бежала на вызова, прибегала после обеда, а он грустно сидел у окошка, такой покладистый во время болезни. И обструктивные бронхиты длились по две недели...

Однажды меня не смогли «уговорить», и мы общались с ним целую неделю. Лечение антибиотиками заменила игровая дыхательная гимнастика утром и вечером, и теплое питье. Пресловутый обструктивный бронхит исчез через 5 дней.

Конечно, быстрое выздоровление я тогда объяснила регулярными дыхательными упражнениями. К сожалению, в мединститутах нет такого предмета, как «психология»...

Значительно позже, став детским психологом, я поняла причину быстрого выздоровления – просто был восполнен дефицит общения. Незаменимых людей на работе нет, поверьте. А вот маму не заменишь... Сейчас молодые мамы боятся потерять работу престижную и денежную. Вот только здоровье самых дорогих для нас малышей за деньги потом не купишь. Они ведь и покруче чего-нибудь могут выдать (сахарный диабет, например), чтобы вместо няни мама вернулась. Реализоваться, как специалист, успеете, «у Бога много дней».

## *Любая болезнь – это сигнал.*

Если малыш болеет часто или заболевание достаточно тяжелое, задумаемся. Часто дети болеют от беззащитности. Просто потому, что не чувствуют родительской любви. Если у родителей отношения напряженные, ребенок пытается «подсознательно» их соединить. Беда ведь объединяет. Или чтобы вразумить родителей.

Дети чувствуют семейные отношения на тонком плане, как бы мы не притворялись. Гармония в семейной паре – защита от многих детских болезней. Например, бронхиальная астма, аллергии, частые ОРЗ и многие другие заболевания – психосоматического характера (т.е. сначала ребенок испытывает серьезный психологический дискомфорт, лишь затем проявляются нарушения на уровне тела).

Причиной могут быть напряженные отношения в семье, или его не понимают, или воспитательница в садике недобрая.

Психологический дискомфорт вызывает усиленную работу гормональной системы, на что тратятся защитные силы организма. Если иммунитет слабоват, начинаются болезни: частые ОРЗ, аллергии. Когда психологическая проблема ребенка не решается годами, он может стать астматиком.

Чтобы эта «цепочка» прервалась, и ребенок остался здоровым, надо помочь ему эту самую проблему «вытащить на свет божий», проговорить, проиграть...

Представьте, что мы едем в машине, и загорелась красная лампочка, сигнал тревоги. Мы выходим и разбираемся в причине. Знаем, что если проигнорируем, может авария произойти. А любая боль или болезнь – тот же сигнал. Дали таблетку – все прошло, сигнал заглушили. Потом еще раз... Не задумаемся о причине, до аварии недалеко.

А если возраст малыша меньше года или полутора лет? Маме надо искать причину не только во внешних факторах, но и в себе, потому что до 1,5 лет у мамы с малышом общее психологическое пространство. Например, если мама тревожная, у малыша чаще от-

мечаются кишечные колики. А если сыпь аллергическая периодически появляется у малыша, задумаемся, кто меня так сильно раздражает, кого отторгаю? Или чего я так сильно не «перевариваю», что у него расстройство стула? На кого обиду держу, но слова обидные сдерживаю, а малыш кашляет? Обычно, это бывает, когда нарушены отношения с близкими, даже на «тонком» плане.

## *Бороться с болезнью или подружиться?*

Есть мудрое изречение: «Обвиняя других, передаем им свою личную силу». Выходит, что когда мы боремся с болезнью, своей или ребенка, направив на неё все

отрицательные эмоции, мы только усиливаем её разрушительные силы. Либо она уйдет, но вскоре вернется.

Так же и с нашими страхами происходит. Пока на свет божий их не вытащим, не познакомимся с ними, не трансформируем во что-нибудь привлекательное, будут появляться в самые неподходящие моменты. Если боремся, то не с болезнью, а за здоровье – вспомним о правильной мыслеформе.

## *Вошебство феи Ривочки.*

Несколько месяцев назад я общалась по телефону со своей подругой из Крыма. Она с восторгом рассказывала мне об удивительной женщине Ривиль Кофман, на встрече с которой побывала, и о её «волшебных» методах исцеления онкобольных детей.

Подруга рассказала о том, как «фея Ривочка» (так её зовут дети, потому что появляется она



Фото: Ольга Коваленко  
 Модель: Амелия Смолина

перед ними в костюме волшебницы) направляет детские мысли на добрые дела, чтобы отвлечь их от болезни.

Ривиль дает им задания – придумать 10 добрых дел в день. Увидел грязную мусорку, представь на этом месте цветник; бомжа представь чистоплотным, работающим, счастливым отцом и мужем; больного человека представь здоровым...

У детей мышление образное, им это нетрудно. Меня это впечатлило... А история её жизни и её благородной деятельности просто потрясли.

Этой замечательной женщине из Киева в 2007 году был присвоен титул «Гордость Украины». За несколько лет до этого по прогнозам врачей её болезнь считалась неизлечимой – рассеянный склероз, 5 лет химиотерапии...

И вот на канале «Дискавери» однажды

Ривиль увидела сюжет о маленьком американце, который сам излечил себя от рака: он расстреливал свою опухоль из воображаемого ружья. А оставшиеся кусочки, из которых могли вырасти новые опухоли, посыпал волшебным порошком и растворял.

«Я решила пойти тем же путем и представила, что запустила в свое тело бригаду спасателей, которые устраняют аварию на линии передач - реставрируют каждый нерв. Часами договаривалась со своим телом, чтобы оно снова меня слушалось», - вспоминает Ривиль..

Это было гораздо сложнее, чем выпить таблетку. Она представляла себя на операционном столе на небесах, где консилиум хирургов-ангелов принял решение менять печень Ривиль - по частям, восстанавливая дольку за долькой.

Когда спустя пару лет ее направили на УЗИ,

врач не поверил своим глазам: печень (разрушенная длительной гормональной терапией) была здорова. В своем воображении Ривиль купалась под струями небесного водопада, вымывавшими болезнь из каждой клеточки. Она боролась с рассеянным склерозом творческим мышлением.

Немногим взрослым это под силу, потому что разучились верить в чудеса. А главное преимущество ребенка в том, что он верит в волшебство, в сказку, в чудо. Именно это помогает выздороветь. Врачи в недоумении: ей удалось спасти больше 80-ти тех, кого считали безнадежными.

«Я занималась с двенадцатилетней девочкой, которая была дважды прооперированной, – рассказывает Ривиль. – У нее была стволовая опухоль в спинном мозге. За рубежом такие новообразования считают смертельными, неоперабельными. У нее уже пошли метастазы в близлежащие органы.

Мы работали в ванной комнате, украшали ее декорациями, расставляли свечи. И с закрытыми глазами визуализировали точки опухоли и сказочные снегоборочные машины, которые собирали и увозили их. Потом включали душ, и девочка представляла, как свежий майский дождь смывает с нее все остатки болезни.

Когда она говорила, что чувствует аромат цветов в саду, воду выключали. Через три месяца занятий контрольные снимки МРТ показали, что опухоль практически рассосалась. Врачи были шокированы. Потом эта семья эмигрировала в Канаду. Через пять лет они позвонили – моя пациентка в полном порядке».

В её арсенале множество волшебных средств, с которыми она приходит к тяжелобольным детям. Она сочиняет сказки, благодаря которым ребенок начинает понимать – ему надо выжить, чтобы что-то давать другим, чтобы делать добро... У него цель появляется.

Слава богу, дети не мыслят стандартно, и для них еще не существует ограничений ума. Кстати, «Эйнштейн был великим специалистом по раскрытию тайн мироздания, потому что лучше всех умел нарушать правила. Это общая черта всех гениев». Фея Ривочка, по моему, из таких.

Надеюсь, я вас убедила, что даже «неизлечимые» болезни не бывают приговором? А уж на какой-то кашель или аллергию разве «волшебных» средств не найдется?

Ведь каждая мама – в душе фея, а каждый папа – волшебник.

## *Итак, какие волшебные средства используем?*

### **1. Волшебная исцеляющая палочка.**

Почему бы не иметь её в своем «волшебном сундучке (корзинке, мешочке)? Какую-нибудь блестящую, с камнями на макушке и цветными перьями (впрочем, это может быть и волшебный ключик наших желаний...) Взмахнуть палочкой, дотрагиваясь до головы или плеча малыша, и произнести, например: «С каждой минутой кашель у Саши уменьшается - испаряется, носик дышит все лучше и лучше! Температура улетает землю обогревать! Да будет так! Крибле-Крабле-Бумс!» В волшебном сундучке могут быть и целительные конфетки, и волшебная Живая вода в бутылочке, и камешки, исполняющие заветные мечты и многое другое... Исцеляющую палочку может заменить волшебный платок. В ход могут пойти и ваши волшебные руки, и волшебное дыхание.

### **2. Хорошее настроение и позитивный настрой**

Создаем хорошее настроение и позитивный настрой, так как любая депрессия (а потом и болезнь) начинается с испорченного однажды и не исправленного настроения. Вспомним о веселой песенке или любимой музыке. Придумываем позитивные аффирмации (утверждения), которые произнесет малыш и родители. Это хорошее начало дня. Например: «Сегодня в жизнь мою входит радость, сегодня в жизнь мою входит здоровье!» или «Я здоровый, я смелый...» Соответственно, мама или папа – от своего лица: «Я рада видеть Максима здоровым!» Условие – не употребляем частицу «не» или приставку «без». Говорят, Вселенная их не слышит...

### **3. Обнимайте детей!**

Вирджиния Сатир (замечательный детский психолог) утверждала, что для полноценной жизни ребенку (взрослому – тоже) важно

иметь восемь полноценных объятий в день. Полноценно, это когда с объятием любовь передают...

#### 4. Лечебная сказка

Можно сочинить лечебную сказку, где речь идет о маленьком герое, попадающем в трудные обстоятельства, а затем успешно преодолевающим их и выходящем победителем. А лучше всего помогает та сказка, которую ребенок придумывает сам, где характер главного героя – ключ к детским страхам, комплексам, обидам. В сюжете может скрываться причина болезни и секрет выздоровления.

#### 5. Совместные действия, приносящие радость.

Например, пускать солнечные зайчики; смотреть на облака и придумывать, на что они похожи; делать «секретки»; сидеть в темноте, при свечах и говорить о мечтах; объясняться знаками; петь хором (прекрасная дыхательная гимнастика); починить игрушку, сшить кукле волшебный наряд; смотреть на мир через цветные стеклышки; наклеить солнышко на окно (с глазками, веснушками, улыбкой) из цветной бумаги, фольги, ткани, желтых ленточек.

#### 6. Приказ о выздоровлении

Пишем приказ о выздоровлении волшебной ручкой.

#### 7. Волшебный душ

Устроить волшебный душ, под которым можно растворять все свои болячки – внутри и снаружи.

#### 8. Добрые дела

Не забудем и о рецепте феи Ривочки – придумать 10 добрых дел в день.

Выздоровливайте радостно!

Светлана Степанова,  
педиатр-неонатолог,  
детский практикующий  
психолог

**INFANT**  
Медицинская служба  
для ваших наследников!

**Вызов педиатра**

**Прием детских специалистов на дом**

**Вакцинация европейскими вакцинами**

**Детский ЛОР**

**Справки в школу и детский сад**

**Всеволожск, Октябрьский пр, 122  
8 (81370) 219-31**

**Санкт-Петербург, ул. Сизова, 25  
600-10-03**



# СОН

## малыша

### *Как организовать сон младенца так, чтобы всем было хорошо?*

Вопрос, который волнует всех родителей без исключения. Ведь от того, как спит ребенок зависит очень многое. Ребенок спит – мама высыпается, папа высыпается, у мамы с папой есть время друг на друга. Ребенок спит – и становится здоровее, растет во сне.

### *Как хотел бы спать младенец?*

Ну конечно рядом с мамой! Ведь если мама рядом, то и молочко рядом, и родной запах, и дыхание. Если мама рядом – значит все хорошо, и можно спать дальше. Многие мла-

денцы во сне «проверяют», рядом ли мама. Пискнули спросонья – если мама ответила, спят дальше, если нет – подняли крик. А еще младенец хотел бы спать так, чтобы ночью можно было хотя бы несколько раз подкрепиться. Ведь ночь такая длинная, а кушать хочется всегда. Я, конечно, слышала рассказы о детках, которые спят всю ночь, не просыпаясь. Но в жизни таких не видела.

### *Как хотела бы спать мама?*

На этот вопрос ответить легче. Мама просто хотела бы спать. Причем желательно всю ночь. Особенно мама грудного младенца. Особенно когда понимает, что убедить мла-

денца не есть ночью трудно, может даже невозможно, а может и не нужно.

Ну, с папой все ясно. Он хотел бы, как и прежде, спать рядом с мамой. И желательно, чтобы ночью его никто не будил.

### Организация сна

Давайте разберемся, какие решения для организации сна предлагают производители кроваток для младенцев.

При всем многообразии выбора, отечественные производители нам предлагают модели следующих товаров:

- детская кроватка
- детская колыбелька (люлька)
- манеж-кровать
- кроватка-трансформер

### Совместный сон

Кроме того, некоторые опытные родители и специалисты предлагают в качестве решения совместный сон, когда ребенок спит в кровати родителей.

Существует масса сторонников и противников совместного сна, как среди родителей, так и среди специалистов. Внимательные родители могут изучить литературу и принять собственное взвешенное решение. Жаль только, что при его принятии невозможно узнать мнение ребенка.

Из недостатков совместного сна хочется сказать только об одном, о чем никто почему-то не пишет. Как показывает опыт многих семей, совместный сон родителей с ребенком нередко превращается в совместный сон мамы с ребенком. Потому что втроем на двухместной кровати тесно. И папа уходит спать на диван. Ну а это конечно не лучшим образом сказывается на семейных отношениях.

В этой статье я попробую охарактеризовать особенности организации сна младенца при использовании существующей на российском рынке мебели для младенцев.

### Детская кроватка

етские кроватки, представленные в магазинах, в основном сделаны из дерева. Существуют

различные модели, но конструктивно все они более чем однотипны.

Первое, что приходит в голову при взгляде на «традиционные» детские кроватки - «Детки в клетке». Ассоциацию вызывают боковые решетки, сделанные из деревянных реек. Большинство кроваток оснащены механизмами качания – продольным и поперечным.

Если покупатель выбирает такую кроватку, он предполагает следующее:

- *младенец самостоятельно засыпает в кроватке;*
- *ночью мама встает, чтобы покормить младенца;*
- *как только ребенок подрастет лет до 2-х – 3-х, ему нужно будет поменять кровать, так как в такую кроватку он самостоятельно залезть не сможет.*

### Детская колыбелька (люлька)

Детские колыбельки гораздо уютнее кроваток. Они не выглядят, как клетка, скорее как гнездышко. Колыбельку можно приставить к взрослой кровати и отодвинуть от нее совершенно без усилий. У некоторых колыбелек можно снять боковую спинку, когда они приставлены к взрослой кровати. Если ребенок искусственник – кормить его ночью можно, почти не просыпаясь.

Есть люльки, которые можно повесить к потолку. Такие качаются гораздо «эффективнее» кроваток, детки в них действительно засыпают. Казалось бы, идеальное решение, но есть и у него свои «но». Вот они:

- *Люлька подходит ребенку очень короткое время – только до тех пор, пока ребенок не сядет, то есть где-то до 6 мес. Потом вопрос появится снова.*
- *Кормить ребенка в люльке удобно только из рожка.*

### Манеж - кровать

Такую кровать удобно взять с собой на дачу или к бабушке. Она складывается в удобную (правда довольно тяжелую) сумку. К недостаткам кровати можно отнести преиму-

щественное использование синтетических материалов при производстве. Постоянно спать в такой кровати я бы не рекомендовала из-за статического напряжения.

### *Кроватки-трансформеры*

Такие кроватки на первый взгляд кажутся самым экономичным вариантом. Ведь в кровати трансформере ребенок может спать до школы, а то и дольше. Но и здесь есть вопросы. Захочет ли 6-летний ребенок спать в кроватке с малышковым дизайном? Насколько сохранится эта мебель?

Итак, у каждого вида мебели для младенцев есть свои плюсы и минусы. Выбирая кроватку для своего еще не рожденного ребенка, ответьте себе на вопрос: что для Вас самое главное при выборе:

- *Является ли для Вас ключевым фактором, чтобы стиль детской идеально подходил к стилю оформлению всей квартиры*
- *Планируете ли вы практиковать стиль сближения с ребенком?*
- *Планируете ли Вы частые поездки с ребенком?*

Возможно, после ответов на эти вопросы, выбрать кроватку будет проще.

И, наконец, нельзя не сказать и о некоторых нестандартных решениях в вопросах организации детского сна.

В Америке и некоторых европейских странах появились so-sleeper (приставные кроватки). Эти кровати адресованы родителям, которые хотят спать рядом с ребенком, но не вместе с ним.

Для организации сна новорожденных заслуживают интереса так называемые «коконы» - небольшие подушки, повторяющие положение младенца в утробе. Кокконы подходят для младенцев до 3-х месяцев, их можно положить в любую кроватку, и потом убрать. Интересно и то, что «коконы» удобно брать с собой.

Думайте, решайте, творите, и у Вас с малышом будет счастливое и радостное детство!

*Марина Федорова,  
к.э.н., мама троих детей.*



Санкт-Петербург, проспект Бакунина, 33  
тел.: (812) 274 05 04, +7 911 202 01 71  
www.domjudvin.ru  
e-mail: dom.judvin@gmail.com



[www.udmirspb.ru](http://www.udmirspb.ru)  
947-06-47



# ЦЕНТР ОРГАНИЗАЦИИ ДОСУГА «Удивительный мир»

- эксклюзивные экскурсии и мероприятия для детей от 2 лет
- организация праздников, выпускных и тематических встреч
- центр развития
- адаптационный детский сад
- подбор домашнего персонала
- детские лагеря



Для читателей журнала  
Эрудит - скидка 3 %



# Любовь. Женщина года.

Все ли знают, что ежегодно в Петербурге проводится множество различных бизнес-конкурсов, в которых женщинам присуждаются различные высокие престижные звания за успехи в работе.

Нам показалось интересным поговорить с женщиной, которая стала победительницей не в одном конкурсе, а сразу в нескольких. «Да ладно?!» – скажут скептики, «Одна женщина? В нескольких конкурсах? Ничего не путаете, может, в конкурсе красоты, или на лучшую домохозяйку, кулинарку, вышивальщицу?» Ан, нет! Все правильно! Любовь Кирилловская – удивительная женщина, ставшая победительницей в нескольких престижных бизнес-конкурсах! Судите сами: 2009 год – лауреат конкурса «Успешный дебют в бизнесе» 2008 и 2010 годы – «Женщина года» в серьезном конкурсе «Деловая петербурженка», а еще «Женщина года» в конкурсе «Сфера услуг». Кто же она, что ей интересно, какая у нее семья, есть ли у нее дети, чем живет такая ЖЕНЩИНА! Наш корреспондент встретилась с Любовью и задала ей несколько вопросов. Вашему вниманию предлагается блиц: ответ – вопрос!

## ИМЯ:

Любовь Кирилловская

## ДОЛЖНОСТЬ:

Генеральный директор «Женского такси»

## ОТКУДА ВЗЯЛАСЬ ТАКАЯ НЕСТАНДАРТНАЯ ИДЕЯ:

Мысль о создании «Женского такси» родилась в Англии, женское такси есть в Арабских Эмиратах, уже появилось такое такси и в Москве. Мы решили, а чем Питер хуже?

## В ЧЕМ ОСОБЕННОСТЬ «ЖЕНСКОГО ТАКСИ»:

«Женское такси» – это в первую очередь безопасный транспорт для женщин, в том числе для женщин с детьми. Водители там – только женщины. «Женское такси» на сегодня – это единственное в Питере профессиональное такси, в котором можно возить маленьких детей без сопровождения взрослых, без родителей,

бабушек и дедушек.

## ЭТО КАК? МОЖНО ЛИ, НАПРИМЕР, ЗАКАЗАТЬ ВАМ ОТВЕЗТИ РЕБЕНКА К БАБУШКЕ И ПОТОМ ПРИВЕЗТИ ДОМОЙ?

Можно. Все такси оборудованы детскими креслами, мама посадит свое чадо в машину, скажет адрес, а бабушка встретит. И ничего опасного в такой поездке с ребенком не случится. Внимательные водители или, точнее, «водительницы» доставят ваших ребят туда, куда нужно.

Раньше мы возили вообще только женщин, но сейчас и про пап не забываем. А нашим партнерам мы даже подарок придумали на 23 февраля – сертификаты на поездки в нашем такси.

## ЛЮБОВЬ! У ВАС ЕСТЬ ПОМОЩНИКИ, МОЖЕТ МУЖ ПОМОГАЕТ, ИЛИ ВСЕ САМА, САМА?

Конечно, сама! У мужа свое дело. В мой бизнес он по мере сил не вмешивается, но поддерживает, как может, в основном финансово.

## БИЗНЕС НАЛАЖЕН, ВСЕ КРУТИТСЯ! ТРУД ОЦЕНЕН! А НОВЫЕ ИДЕИ, ЦЕЛИ ЕСТЬ?

Никаких новых целей пока нет! Есть желание трудиться, есть возможности для развития, но пока хочется довести до совершенства начатое дело! Мне оно очень нравится! Огромное удовольствие, когда людям нравится то, что я делаю, когда меня и моих сотрудников благодарят и возвращаются к нам снова и снова! Это дорогого стоит!

## А МОЖНО О СЕМЬЕ? КТО У НАС МУЖ? ЕСТЬ ЛИ ДЕТИ?

Мой муж, папа дочки Ярославы – Денис Александрович юрист, директор и совладелец коммерческой структуры, занимающейся юридической помощью, гражданскими делами. Папа у нас спокойный товарищ, много и со вкусом работает, ведёт кучу проектов. Если ему нравится идея, он с удовольствием и энтузиазмом берется за ее реализацию. Но работа – это работа, а семья – это семья, и папа наш умеет это со-

вмещать не в ущерб ни тому, ни другому! Он старается отключаться от работы, приходя домой. Сейчас Ярослава подросла, и папа стал уделять ей гораздо больше внимания, чем раньше. Теперь ролики, коньки, лыжи – все это с папой! Он правильно понимает главное: работа не должна быть самоцелью, заработанные деньги должны приносить радость семье! И, поверьте, они приносят эту радость!

### **ПАПА - РАБОТАЕТ! МАМА - БИЗНЕС-ЛЕДИ! КТО ЖЕ ДОМА?**

По российской традиции – бабушка! Она

наша главная надежда и опора в быту.

Дочке Ярославе сейчас 8 лет. Ей столько всего интересно! Сейчас она занимается в испанской школе, ходит на занятия бальными танцами. Еще она участвует во всевозможных интересных и престижных конкурсах – «Спортивные надежды», «Кубок губернатора», «Санкт-Петербург опен», «Кубок Адмиралтейского района»... В планах у нее – занятия рисованием. Кстати, она 3 года занималась в Вашем замечательном «Эрудите», ей очень нравилось!

### **А КАК С ОТДЫХОМ? ЕСТЬ ВРЕМЯ НА ЭФФЕКТИВНЫЙ ОТДЫХ ОТ НАПРЯЖЕННОЙ РАБОТЫ?**

Отдых тяжело дается, так как мы оба действительно много работаем, и не всегда удается вырваться отдохнуть всем вместе. Но наша бабушка третий год ездит с Ярославой в Болгарию с «Эрудитом». Им там очень нравится, там интересно – много разных увлекательных занятий, разнообразных летних праздников, но при этом есть великолепное ощущение свободы для детей! А мы с папой, если есть возможность, присоединяемся и тогда отдыхаем вместе!

А еще мы любим путешествовать: Испания, Болгария, Бельгия, Германия, много, что еще! Без ребёнка в отпуск – ни за что! Весь отдых с семьей ориентирован на ребёнка. Хотела посмотреть Слава на парк тюльпанов – отравились в Голландию. Слава уже почти свободно общается по-английски, если ошибается, не робеет, тушуется, спокойно продолжает дальше! Это хорошо! Но мысли остаются



## Тема номера

за границей у нас не было никогда, там все чересчур рафинировано, скучновато, одним словом. Красиво, ухожено, цивилизованно, но скучно. Мы любим Россию, тут мы дома!

### **КАК ПРАЗДНУЕТЕ ПРАЗДНИКИ, ДНИ РОЖДЕНИЯ?**

Давно уже не так, как в нашем детстве, с готовками и шумными сборищами. Нравится отмечать праздники в клубах, ресторанах, кафе. А насчет дней рождений... У Ярославы день рождения необычный - 29 февраля, в этом году мы праздновали его второй раз! Она даже немного огорчилась, один раз в году поздравляли, обычно поздравляли дважды: 28 февраля и 1 марта. И каждый раз с подарками... Забавно, но первый вопрос акушерки, когда родилась Слава, был таким: «Когда же девочка ваша пойдет на пенсию?»

### **СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ МОЖЕТЕ ДАТЬ? КАК СОВМЕСТИТЬ ДЕЛО И СЕМЬЮ?**

Можно совместить и нужно, но без помощников не обойтись! Мама занимается делом, она активная и успешная, она состоялась, как личность! Это хорошо. Таких мам дети уважают и ценят в сто раз больше, чем маму, которая в большей степени домохозяйка. У детей к ней появляется потребительское отношение. Мама уберет, приготовит, помоеет, постирает... Тяжело в таком случае привить ребенка к домашнему хозяйству. А наша Ярослава помогает прибираться, готовить. Бабушка для нее просто Галя, подруга.

И главное! Ничего не надо бояться! У меня всегда было и есть и, надеюсь, будет желание работать! Останавливаться я не хочу! Не исключено, что «Женское такси» и не станет главным делом моей жизни. Может быть, захочется заняться чем-то другим... Но это случится еще не скоро! Сейчас я буду развивать дальше то, чем я занимаюсь, то, что мне нравится!

Подготовила Татьяна Букурова



### **Медицинский центр «XXI век»: новые направления и филиалы**

Многопрофильный медицинский центр «XXI век» с 1999 года успешно работает на рынке платных медицинских услуг, осуществляя полный спектр амбулаторно-поликлинической помощи взрослым и детям. Сегодня он включает в себя 7 амбулаторных отделений в различных районах Санкт-Петербурга, а так же филиал в Новосибирске.

#### **НОВЫЙ ФИЛИАЛ В КУПЧИНО для взрослых и детей**

**Адрес: Моравский пер., д. 3, к. 2**

- Консультации врачей: педиатры, терапевты, гастроэнтерологи, гинекологи, дерматологи, кардиологи, ЛОР-врачи, неврологи, ортопеды, урологи, эндокринологи и др.;
- Диагностика (все виды анализов, УЗИ, ЭКГ);
- Вакцинация;
- Физиотерапия.

#### **НОВОЕ НАПРАВЛЕНИЕ: ОТДЕЛЕНИЕ КОМПЛЕКСНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ для взрослых и детей**

**Адрес: Б. Сампсониевский пр., д. 45**

- Комплексная реабилитация детей с ДЦП (Войта-терапия);
- Лечение болевого синдрома при неврологических заболеваниях;
- Восстановление детей после родовых травм;
- Реабилитация после инсультов и травм;
- Индивидуальные и групповые занятия ЛФК;
- Занятия в бассейне с теплой водой.

**Открывая новые филиалы и отделения,  
мы стремимся стать доступнее для Вас!**

**Режим работы с 8:00 до 22:00, включая  
выходные и праздничные дни.**

**(812)38-002-38**

**(звонки принимаются круглосуточно)**

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

# Я со стоматологом дружу!

Сложно найти взрослого человека, который идет к стоматологу, как на праздник. По данным медицинских исследований, 80% взрослых людей в России ощущают страх и выраженный дискомфорт при посещении стоматолога, связанный, в основном, с ожиданием боли и неприятных ощущений.

Страх заставляет нас бесконечно откладывать визит к врачу. Мы тянем до последнего, не можем преодолеть себя. Как же нам, взрослым, хочется, чтобы подобные сложности не коснулись наших детей, чтобы ребенок сейчас и в будущем шел к стоматологу легко и с улыбкой. Возможно ли это?

## Пять шагов к дружбе: как сделать так, чтобы ребенок подружился со стоматологом?

### 1. Первый и самый важный шаг – привести ребенка к стоматологу, пока его зубы здоровы.

Большинство наших юных пациентов, которые в первый визит в Клинику испытывают сильную тревогу перед лечением, ранее общались со стоматологом только в связи с острой болью и с последующим удалением зубов.

Эти неприятные воспоминания запускают естественный защитный механизм: ребенок начинает нервничать, как только слышит о намерении мамы отвести его к доктору. Тогда требуется много внимания, терпения, совместного труда стоматолога, ассистента, родителей, чтобы вернуть утерянное доверие маленького пациента и начать лечение.



Если же ребенок с ранних лет приходит в Клинику на регулярные осмотры, у него накапливаются положительные впечатления

- заботливый врач, улыбчивый ассистент, мультики в кабинете, подарки за смелость.

В современной детской стоматологии есть быстрые и комфортные процедуры: профессиональная чистка, фторирование, серебрение. Кроме стоматологической пользы, есть в них несомненная психологическая ценность – легкое знакомство со стоматологическими инструментами и процедурами.



В результате, если и появляется необходимость лечить кариес или пульпит, ребенок уже достаточно доверяет доктору. А сотрудничество врача и пациента – это всегда залог успешного лечения.

### 2. Второй шаг – не лечите ребенка, удерживая его насильно.

Это не лучшее начало для дружбы. Держать ребенка можно при кратковременной и безболезненной процедуре, такой как осмотр, например. Регулярно удерживая ребенка во время лечения, Вы формируете устойчивое негативное отношение к стоматологу на «взрослую жизнь». В случае, когда объем работы большой, а ребенок не может достаточно время сидеть неподвижно, не исключайте такой метод как лечение под общей анестезией.

### 3. «Золотая середина»

Не обманывайте ребенка. Сколько взрослых мучительно вспоминают истории, когда родители «вели тебя гулять» или «в зоопарк», а приводили к врачу. И обещали, что ничего не будут делать, а делали. И было не так больно от самой процедуры, сколько от чувства, что тебя предали. Так не дружат.

С другой стороны, не пугайте ребенка лишней информацией. Так что же говорить? «Хорошо, что есть такой доктор, который умеет считать зубы. Доктор посмотрит твои зубки, а ты посмотришь мультфильм». Чтобы рассказать о будущем лечении, у детских стоматологов есть «свой язык», и родители наших маленьких пациентов осваивают его довольно быстро.



#### 4. Если первый прием прошел неудачно, тщательно проанализируйте его.

Каково было Ваше эмоциональное состояние? Вы волновались, жалели ребенка? Слышал ли ребенок истории на тему «Как мне вырывали зуб, делали укол, сверлили с жутким звуком»? Удачным ли было время визита? Был ли малыш голодным, уставшим, простуженным? Как Ваш ребенок, в целом, переживает ограничения? Готов ли он сделать то, что нужно, или привык делать только то, что хочет? Был ли персонал в Клинике приветливым? Достаточно ли времени и внимания уделил врач, чтобы ребенок пошел на контакт?

#### 5. И, наконец, пятый шаг напрашивается сам - тщательно выберите клинику и доктора.

Не ведите ребенка к своему стоматологу, если он не работает с детьми. Детский стоматолог – это призвание. Убедиться в этом можно в детских клиниках «Вероника».

#### Уникальный рецепт от Пчелы Вероники: как избавиться от страха?

Вы, наверное, обращали внимание, что дети умеют справляться со страхом через игру. Проигрывая ту или иную ситуацию, вызвавшую негативные переживания, ребенок ощущает себя сильнее, он обретает контроль над ситуацией и над своими эмоциями.



На основе этой психологической особенности детского возраста разработан уникальный проект детских клиник «Вероника» -

экскурсии «В гости к пчелке Веронике, или Хочу Стать Стоматологом». Мы путешествуем по Клинике, узнаем, как ухаживать за зубами, и играем в стоматолога. Каждый ребенок самостоятельно производит осмотр, считает зубы и делает профессиональную чистку игрушечному «зубастик». А как можно бояться того, что делаешь сам?

Мы гордимся тем, что превратили посещение детского стоматолога в праздник!

*Дербина Марина Леонидовна,  
психолог сети стоматологических  
клиник «Вероника»*

## ПРИГЛАШАЕМ

Вашего ребенка  
на бесплатную\* консультацию

Приглашение действительно  
по 31.05.2012.

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



Журнал «Эрудит», май 2012 2

**ВЕРОНИКА**  
СТОМАТОЛОГИЯ

Детские клиники «Вероника»  
ул. Савушкина, 12А  
ул. О. Дундича, 17, к.1  
Средний пр. В.О., 48/27

777-77-09  
www.veronica.ru

# Транс-Технологии: опережающий шаг...



**Р**езультатом совместной работы российских ученых и Санкт-Петербургского банка стволовых клеток «Транс-Технологии» стало расширение возможностей диагностики и профилактики заболеваний новорожденных. Теперь возможно уже с первых дней жизни малыша провести комплексную Аллергодиагностику по крови, забранной из пуповины в момент родов (пуповинной крови).

Аллергия - одно из наиболее распространенных заболеваний в мире. По статистике, сегодня каждый пятый житель нашей планеты

имеет проблемы аллергического характера. За последние двадцать лет заболеваемость аллергией выросла в три-четыре раза. Причем часто заболевание протекает в тяжелой форме, и сопровождается не только поражением кожи (атопический дерматит, крапивница, отек Квинке), но и поражением органов дыхания (аллергический ринит, бронхиальная астма).

## **Факторы риска**

Возникновение аллергических заболеваний у детей во многом зависит от двух факторов: наследственной предрасположенности и влияния окружающей среды. Если мама, папа или

## Будьте здоровы

старшие дети страдают от аллергии, то риск возникновения подобных сложностей у нового члена семьи во много раз выше, чем у ребенка из семьи без наследственной отягощенности. Наследственность изменить нельзя, но можно воздействовать на факторы окружающей среды, влияющие на возникновение аллергии у ребенка, на возраст проявления аллергических реакций и степень их тяжести. Все эти мероприятия относятся к профилактическим, и задуматься о них лучше еще до рождения ребенка.

### Особый контроль

Со своего первого вдоха ребенок начинает контактировать с аллергенами, находящимися в окружающем его воздухе или в грудном молоке. Поэтому именно с этого момента важно обратить особое внимание на питание кормящей мамы или выбор смеси для искусственного вскармливания, а также получить рекомендации специалиста по организации так называемого «гипоаллергенного» быта. Для проведения профилактики аллергических заболеваний необходимо, чтобы на первом году жизни за малышом наблюдал специалист-аллерголог: в этот очень показательный период жизни потенциального аллергика нужен контроль возможного развития повышенной чувствительности к аллергенам.

### Как провести тестирование?

Для проведения теста потребуется пуповинная кровь, собранная во время родов и периферическая кровь матери. Процедура сбора пуповинной крови абсолютно безопасна как для ребенка, так и для матери и занимает всего несколько минут. Собранная пуповинная кровь направляется в лабораторию Банка стволовых клеток «Транс-Технологии», где из нее выделяют стволовые клетки, закладываемые на длительное криогенное хранение. Одновременно с выделением стволовых клеток из пуповинной крови, можно провести ее тестирование на предрасположенность к аллергическим заболеваниям. По результатам общего тестирования врачи-аллергологи дадут реко-

ТРАНС



БАНК СТВОЛОВЫХ КЛЕТОК  
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

мендации по профилактике и снижению риска проявлений болезни.

По словам специалистов компании «Транс-Технологии», пуповинная кровь – это уникальный и очень ценный источник знаний о маленьком человечке, получить которые родители могут уже в самом начале его жизни, что крайне важно для правильной организации питания и быта малыша.

Телефоны: 677-21-63, 929-49-02  
[www.trans-t.ru](http://www.trans-t.ru)



## **Выходные с детьми.** *Места исполнения желаний...*

*Вот и наступил долгожданный май. Но, увы, не всегда получается выехать за город. Не стоит скучать – отправимся по маршруту исполнения желаний. В нашем городе есть достаточно интересных и необычных мест, которым народная молва приписывает поистине волшебные свойства.*

### **Грифоны Банковского моста.**

Если сила любви двух сердец велика, то фантастические птицы поднимают мост с влюбленными в воздух и показывают им город с высоты птичьего полета. Так гласит легенда.

Другая история обещает финансовое благополучие, что если поцеловать грифона выше хвоста и положить ему на лапу монетку.

Есть еще и третья легенда. Если погладить

левое бедро тому грифону, что ближе всех к Казанскому собору, и при этом загадать желание, оно непременно сбудется.

### **Бронзовый Остап.**

Если финансы поют романсы, отправимся на Итальянскую. Рядом с рестораном «Золотой Остап» стоит памятник «великому комбинатору». Появился он здесь не случайно. Оказывается здесь жил прототип Остапа Бендера - Осип Шор. Он учился в Технологическом институте и работал в уголовном розыске. Его жизнь была полна авантюрных приключений. Свою историю Шор как-то поведал Валентину Катаеву, а тот в свою очередь Илье Ильфу и Евгению Петрову. Так появилась знаменитая диалогия «12 стульев» и «Золотой теленок». Говорят, что если посидеть на знаменитом бронзовом стуле, мастера Гамбса, то деньги просто потекут рекой. А если «утереть нос» Остапу, то удача будет неотрывно следовать за Вами.



### **Чижик–Пыжик.**

На Фонтанке, у Пателеймоновского моста, поселился Чижик-Пыжик. Высота самого маленького памятника в Петербурге всего 11 см., а вес 5 кг. Все знают известную песенку: «Чижик–Пыжик, где ты был?...»

Однако, поется в ней вовсе не о маленькой птичке. Недалеко от этого места находилось училище правоведения. Его студенты носили форменные мундиры, которые напоминали оперенье чижики, а зимой еще и пыжиковые шапки. Будущие юристы любили заглянуть в трактир и пропустить пару стаканчиков. Так и появилась песенка-дразнилка.

Чижик может исполнить ваше желание. Надо загадать его и кинуть монетку так, чтобы она осталась на постаменте у птички.



Фото: Наталья Хаухия

# Детские музеи г. Санкт-Петербурга

## Музей артиллерии и инженерных войск

Александровский парк, 7, тел. 232-02-96

## Зоологический музей

Университетская наб.1 тел. 328-01-12

## Музей хлеба

Лиговский пр., 73, тел. 764-11-10

## Военно-морской музей,

пл. Труда, 5, временно не работает

## Музей железнодорожного транспорта

ул. Садовая, 50, тел. 315-14-76

## Музей кукол

ВО, Камская, 8, 327-72-24

## Ботанический сад,

ул. Профессора Попова, 2, тел. 234-17-64

## Музей микроминыатюры

«Русский левша» Невский пр., 81 тел. 717-60-39

## Музей гигиены

ул. Итальянская, 25, тел. 311-70-33

## Музей метро

ул. Одоевского 29, тел. 301-98-99

## Планетарий

Александровский парк, 4, тел. 233-26-53

## Планета динозавров

Александровский парк, 4, тел. 233-26-53

## Музей воды

ул. Шпалерная, 56, тел. 275-43-25

## Крейсер «Аврора»

Петровская наб.

## Музей железнодорожной техники

наб. Обводного канала, 118, тел. 768-20-63

## Музей живых бабочек

ул. Ропшинская, 17, тел. 235-09-77

## Музей почвоведения

Биржевой проезд, 6, тел. 328-54-02

## Музей связи

Почтамтский пер., 4, тел. 571-00-60

## Музей-выставка «Тело человека»

ул. Льва Толстого, 9, тел. 050

## Интерактивный музей-театр

«Сказкин дом»

ул. Александровский парк, д. 1А, тел. 325-97-77

## Интерактивный музей «Лабиринт Ум»

ул. Льва Толстого, 9, тел. 328-000-8

## Интерактивный научный театр «Умняшки»

пр. Королева, 2, тел. 997-20-42

## Памятник Петру I.

На Замковой улице перед входом в Инженерный замок стоит памятник Петру I. Этот монумент был задуман еще при жизни основателя города, но установлен только в царствование Павла I. Говорят, что если оказаться рядом с памятником белой ночью в три часа, то можно увидеть, как монумент шевелится. Все что попросите в этот момент, Петр I исполнит. У этого памятника есть одна загадка. Если посмотреть на монумент слева или прямо, то не заметите ничего необычного. А если подойти к нему с правой стороны, то можно заметить, что одна нога у лошади напоминает женскую ножку в бальной туфельке. Но и это еще не все. Если потереть пятку магросу, забирающемуся в лодку, на барельефе «Битва при Гангуте», что на постаменте, обещают, что Вы никогда не утонете.

Малая Садовая - самая короткая улица в Петербурге. Всего 179 метров. Здесь на каждом шагу можно загадывать желания.

Если сфотографироваться с Бронзовым фотографом под правую руку - к удаче. Если дотронуться до его мизинца - это к деньгам. Для завершения ритуала обязательно надо погладить его бронзового английского бульдога.



Фото: Наталья Хаухия



Фото: Наталья Хаухия

### Фонтан-каскад «Вращающийся шар».

Надо встать перед каменным шаром, внимательно в него всмотреться, увидеть замочную скважину, загадать желание и бросить через плечо монетку. На какую ступеньку она попадет, через такое количество месяцев желание исполнится.

Охраняют чудо-фонтан кот Елисей и кошка Василиса. Елисея можно увидеть рядом с одноименным магазином. А вот его подружка, скромно прячется. Если встать спиной к Елисею, можно увидеть как грациозно Василиса «шагает» по карнизу. Одна из версий появления этих необычных памятников такова. В блокадном Ленинграде не осталось ни одной кошки, крысы решили этим воспользоваться и занять город. Для борьбы с ними прибыл специальный «кошачий десант» из Ярославля, и успешно

справился с поставленной задачей. Люди в память о своих защитниках решили поставить им памятник.

Для того чтобы исполнилось ваше желание нужно его загадать, а потом подкинуть монетку так, чтобы она осталась лежать рядом с кошками. Тогда все в точности исполнится.

После того как все желания загаданы, самое время подкрепиться. Для тех, кто любит сладкое, здесь же на Малой Садовой, кафе с говорящим названием «Сладкоежка». Здесь есть все от пирогов, до шоколадных тортов и пирожных. Но самое вкусное - ягодные десерты. Чай из красных ягод и клубника со сливками - достойное завершение маршрута исполнения желаний.



Фото: Наталья Хаухия

Ирина Третьякова,  
историк



# Мои «Руслан»... и «Лукоморье»...

*Сколько помню себя, я помню книги. Много книг – большие мамы книжные шкафы с туго набитыми книгами в 2 ряда полками. Там было множество разных собраний сочинений: большие черные тома Советской Энциклопедии, темно-синие томики Пушкина, таинственный светло-синий узорный Бунин, черный с фиолетовым Цвейг, серый запретный Мопассан, огромный блекло-желтый с толстой картонной обложкой том «Войны и мира» Толстого, сказки Бажова, русские сказки Афанасьева ... Одним словом много-много книг, которые я жаждала взять в руки и читать, читать, читать...*

**Н**о начну сначала... Самое первое воспоминание о книге... Были тогда детские книжки-раскладушки, крепкие, надежные. Не разорвать ни за что! У меня это был Пушкин! «Лукоморье». Яркая обложка с «дубом зеленым, златой цепью и котом ученым» на ярко-синем фоне, с прекрасными рисунками, иллюстрирующими стихи на каждой странице.

Главным удовольствием для меня было развернуть книжку во всю длину и рассмотреть галерею ярких картинок с уже наизусть заученными знакомыми словами. А потом перевернуть ее и смотреть еще, наслаждаясь чудом!

Мы с сестрой (нам было тогда соответственно 6 лет и 4 года) лежали на полу в нашей комнате и часами разглядывали развернутое во всю длину удивительное волшебное «Лукоморье». И шепотом проговаривали: «Там чудеса, там леший бродит, русалка на ветвях сидит».

Мне почему-то больше всего нравились строчки «Там королевич мимоходом пленяет

грозного царя, там в облаках перед народом, через леса, через моря колдун несет богатыря». Я любовалась красавцем королевичем, летящим в небесах с каким-то страшным бородатым карликом в одной руке и сверкающим мечом в другой. Я тогда еще ни сном, ни духом не ведала о «Руслане и Людмиле», но это «королевич мимоходом пленяет грозного царя» положило начало последующей любви моей к Пушкину, которая осталась на всю жизнь.

Потом я влюбилась именно в «Руслана...», и каково же было мое удивление, когда я узнала, что мое любимое «Лукоморье» только вступление к чудо-сказке. Мне было 8 или 9 лет, когда мама привезла из Москвы большую белую книгу «Руслан и Людмила» в яркой суперобложке, которая, правда, как-то сразу потерялась. Книга так и осталась белой, но со временем обложка стала весьма затертой, потому, что я читала ее беспрестанно. Я была заморожена всем в ней происходящим: и пиром у князя Владимира-солнце и соперниками Руслана:

*«То три соперника Руслана;  
В душе несчастные таят  
Любви и ненависти яд.  
Один – Рогдай, воитель смелый,  
Мечом раздвинувший пределы  
Богатых киевских полей;  
Другой – Фарлаф, крикун надменный,  
В пирах никем не побежденный,  
Но воин скромный средь мечей;  
Последний, полный страстной думы,  
Младой хазарский хан Ратмир:  
Все трое бледны и угрюмы,  
И пир веселый им не в пир.*

Уж не говорю, про чудеса, которые происходили с Людмилой в саду Черномора, про сражение с головой, про коварную Наину, про вероломство трусливого Фальстафа, а еще про бой Руслана с басурманами. Как же он был хорош, мой любимый Руслан!

*«И видят: в поле меж врагами,  
Блестая в латах, как в огне,  
Чудесный воин на коне  
Грозой несется, колет, рубит,  
В ревущий рог, летая, трубит...  
То был Руслан. Как божий гром,  
Наш витязь пал на басурмана;  
Он рыщет с карлой за седлом  
Среди испуганного стана.  
Где ни просвищет грозный меч,  
Где конь сердитый ни промчится,  
Везде главы слетают с плеч  
И с воплем строй на строй валится»*

Ну, и конечно, любила я перечитывать счастливый конец поэмы, когда очнулась от волшебного сна красавица Людмила, слава и почести достались, конечно, Руслану, а не противному толстому негодю Фальстафу. Одним словом: «Владимир в гриднице высо-

кой запиrowал в семье своей. Дела давно минувших дней, преданья старины глубокой». Книга прочитана и перечитана, со временем я прочитала ее детям, сейчас отдам книжку внуку.

Но есть у меня большие подозрения, что внуку будет не так интересна моя любимая книжка. Сегодня на дворе другое столетие, новый век формирует другие ценности. Компьютер заслонил хорошие книги, мобильные телефоны и социальные сети уносят живое общение, чтение хорошей достойной литературы становится уделом немногих, возможно, на чей-то современный взгляд несколько старомодных людей.

Мне было интересно, как оценивают сегодняшние дети «Руслана». Все оказалось просто, зашла в «Интернет», нашла отзывы школьников и не школьников тоже о поэме. Стало грустно, но не удивилась ничуть... Что ж, посмотрите сами (орфографию сохраняю):

- Надя: А я сыну на ночь читала. Очень красиво и поэтично – приятно и полезно для детского слуха (сынишке около 3х)
- Instalator: Ох, не люблю я этого Пушкина, птомучто очень большие и нифсигда интиресные у него прозведения. но ващета эт школпрога. чит нада
- Анна: Хорошая поэма! Нам по литературе давали читать... (Наверное, одна я и прочитаю, другие-то читать не любят...)
- Аноним: ОЧЕНЬ долгая, сидела 2 часа, непонятная и не интересная, вот оценочка – 2!
- Эльвира: блин так много читать!!!!бесит тупая литература!!!!!!
- Наташа: хороший конец всё так запущено, я не знаю как вы но по моему мнению этот рассказ очень даже ничего! мне 12 лет.и мне тоже задали по литературе и я в 5 "а" классе
- Илья: задали читать я думал будет скучно, а оказывается еще хуже!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!
- Елена : А мне нравится. Если честно, не питаю я особой любви к произведениям Пушкина, но это понравилось. Читается, кстати, очень легко. Некоторые комментарии сильно расстроили.

Вот вы пишете “скучно”, “читать не люблю”. Потому и скучно, что читать не любите. Зачем писать такие грубые комментарии? Вот захочет кто-нибудь ознакомиться, а тут такое... У любого отпадёт желание читать. А если действительно не понравилось, то хоть напишите почему. (15 лет, 9 класс)

• Женя: Сначала посмотрела... большое произведение...но читать надо было...а вообще мне понравилось...интересно достаточно вроде...

Вот такие дела! Оцените, как хотите, но все именно так и никак иначе!

Но, несмотря на эти невеселые, на мой взгляд, комментарии, мне очень хотелось бы, чтобы сегодняшние молодые родители не лишали ребенка радости от общения с чудом сказок Пушкина. Пусть в их ребячьей жизни будет, обязательно будет наш удивительный Пушкин с его «Лукоморьем» и «Русланом», со сказкой «О рыбаке и рыбке», с «Балдой» и «Мертвой царевной». Пусть будут потом, в юности у них стихи о любви и потрясающие поэмы, пусть будет открытие нежной и светлой «Барышни-крестьянки», трагичного «Станционного смотрителя», грустной и счастливой «Метели». Потом пусть придут к ним письма Пушкина, Цветаевский «Мой Пушкин», исследования ученых о его жизни и поэзии. Пусть обогатится ваша душа и душа вашего ребенка на-

стоящим богатым русским языком, историей нашей и могучим талантом великого гражданина России. Пусть будет так!

*Татьяна Букурова,  
руководитель комиссии по делам  
несовершеннолетних и защите  
их прав*

COGITO ERGO SUM

**Ю**

ЧАСТНАЯ ШКОЛА  
**ЮВЕНТА**

Обучает детей уже более 20 лет,  
реализуя образовательную систему «Школа – 2100»,  
основанную на принципах непрерывности  
развивающего и вариативного обучения.

**ул. Б.Зеленина, 22**  
(м. «Чкаловская»)  
Дошкольники – т. 912-79-67

**В.О., Средний пр., 28/29**  
(м. «Василеостровская»)  
5-11 классы – т. 323-28-49,  
323-30-56,  
323-14-79

Начальная школа – т. 235-14-44,  
235-34-13

Курсы подготовки к ЕГЭ  
т. 323-30-56, 8(911)908-57-36

**Продолжается  
набор учащихся  
на  
2012/13  
учебный год**

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

# Чудеса своими руками. Театр...

*В арсенале современных родителей есть не только аудиосказки, мультфильмы и кино, но и всевозможные компьютерные игры. Так стоит ли тратить время и деньги на ... театр? Конечно же, стоит!*

В театральной сказочной атмосфере ребенок не просто следит за «ожившей» иллюстрацией к литературному произведению, потребляя готовую информацию, он активно участвует, сопереживая, «проговаривая» с актером текст, подражая его мимике и жестам, старается помочь актеру найти выход из сложной ситуации. Включается не только зрение и слух, начинает активно работать обоняние и осязание. Театр способствует развитию эмоциональности ребенка, формирует его как личность и способствует духовному развитию.

Так с какого возраста надо начинать воспитание театральной культуры? Возраст первого знакомства - это 2-3 года. Для начала лучше выбрать кукольный театр, знакомую пьесу с простым сюжетом, в этом возрасте детям нравятся истории про животных. Малышам сложно удерживать внимание долгое время, поэтому театральная постановка для этой возрастной категории не должна длиться дольше 40 минут.

Замечательно, если первое знакомство с театром этой возрастной категории пройдет в камерной и интерактивной обстановке. В Петербурге в этом направлении работают «Смарт театр», «Тарабум» и «Карлсон Хаус».

Дошкольникам смело можно начинать зна-

комство с драматическим театром. Желательно специализированным. Например, «Театром Юного Зрителя». Спектакли «Все мыши любят сыр» и «Волшебник изумрудного города» всегда вызывают восторг маленьких зрителей. Длительность представления увеличивается. Можно посещать спектакли с одним антрактом.

По мере взросления ребенка расширяется «театральная география». Младшие школьники с успехом могут посещать постановки для детей во взрослых театрах.

Большим успехом пользуются «История Кая и Герды» в «Молодежном театре на Фонтанке», спектакль по произведениям Г.-Х. Андерсена в «Театре за Черной речкой», «Том Сойер» в театре Музыкальной комедии, и, конечно же «Щелкунчик», в знаменитой Мариинке.

*Для того чтобы знакомство с театром прошло успешно есть несколько простых правил:*

## **Выбор спектакля**

Удачно выбранный спектакль – это половина успеха. Прежде чем, отправится за билетами надо собрать информацию о спектакле, почитать отзывы.



Фото: Светлана Алехина  
Модель: Мария Нахушева

### Покупка билета

Покупка билета и выбор места. Не стоит откладывать это на последний день, в надежде раздобыть лишний билетик. Нервная обстановка не создаст положительного настроения, а впечатление от театра, если билетика не окажется, может быть испорчено надолго.

При покупке надо поинтересоваться у кассира, откуда лучше всего смотреть спектакль с маленьким ребенком. Стоящая перед ним колонна или слишком высокий ярус, не позволяя малышу в полной мере насладиться спектаклем.

### Время проведения спектакля

Выбрать удобное время. Ребенок не сможет оценить самый великолепный спектакль, если в этот момент по распорядку у него сон.

### Прибытие в театр

В день спектакля лучше выйти заранее и не бежать «сломя голову». Страх опоздания не добавит положительных эмоций. Идеальное время прибытия в театр - за 30 минут до начала представления.

### Нарядный костюм

Праздничный, но в тоже время функциональный наряд придаст этому событию определенную торжественность. Обязательно захватите сменную обувь.

### Правила поведения в театре

Перед походом расскажите ребенку о правилах поведения в театре. Маленький зритель сможет сам отнести одежду в гардероб и взять номерок.

### Театральный буфет

Театральный буфет – это еще один атрибут театра. Только посетить его лучше в антракте. Чтобы не стоять большую очередь и не устраивать скоростное поедание пирожка после третьего звонка, можно захватить с собой из дома сок и печенье, и «сходить» за ними в буфет.

### Покидание зрительного зала

Как говорил Штирлиц, «запоминается последнее». Не стоит, в финале, толкаясь, торопиться в гардероб. Лучше проводить актеров аплодисментами, и не спеша, может быть даже с чувством небольшого сожаления, покинуть зрительный зал.

### Впечатления

После спектакля спросите у ребенка, что ему больше всего запомнилось. Вспомните имена персонажей. Детям постарше можно предложить пересказать историю для своих родных. А дома устроить свой театр.

## Смастерим фланелеграф

Для самых маленьких смастерим фланелеграф. Сделать это очень просто. Берем рамку для фотографий. Убираем стекло, здесь оно нам не понадобится. Вынимаем из рамы плотный картон. Сверху на него кладем кусок фланели, припуски по краям 1 см. Загибаем припуски ткани за картон и вставляем ее с картоном в рамку. Загибаем держатели, и все. Фланелеграф готов.

Теперь только остается вырезать фигурки из бумаги. Закреплять их на ткани ничем не нужно. Они будут держаться на ткани за счет ворсистой поверхности фланели.

## Смастерим пальчиковый театр

С детьми постарше можно смастерить пальчиковый театр. Склеиваем небольшие кольца из картона высотой по 2 см. Диаметр кольца подбирается индивидуально. Для этого надо обернуть палец и не забыть про припуск на склеивание. После этого можно вырезать из бумаги фигурку и наклеить ее на поверхность кольца. Актер готов. Сценой для театра может стать поверхность стола. Игра с пальчиковыми куклами не только формирует у детей образное мышление, но и развивает мелкую моторику.

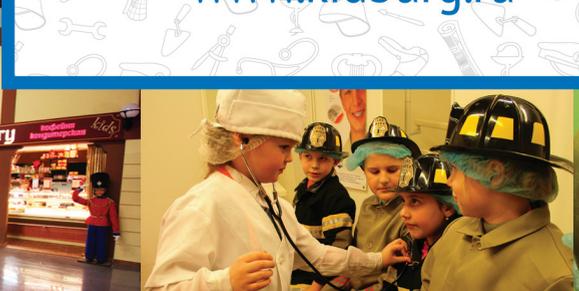
Ирина Третьякова,  
историк




Кто в детстве не мечтал стать летчиком  
 или врачом? Пожарным или художником?  
 Какой ребенок не хотел хотя бы на час  
 стать взрослым?  
 Осуществить мечту ребенка можно  
 в новом уникальном городе профессий  
 для детей!

# Добро пожаловать в Кидбург!

Интерактивный город профессий «Кидбург»  
 Санкт-Петербург, пр. Энгельса, 154  
 ТРК «Гранд-Каньон», 3-й этаж, тел. 924-60-30  
[www.kidburg.ru](http://www.kidburg.ru)



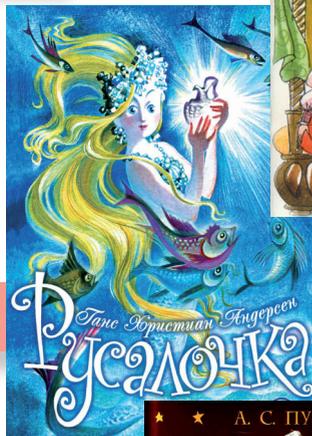
A young boy with short brown hair, wearing a blue and white plaid shirt and dark pants, is sitting on a light-colored wooden floor. He is leaning against a white wall on his left side, resting his head on his left hand. He is holding an open book with a green cover and is looking down at it. To his right, on the floor, lies a closed book with a dark cover. The background shows a white wall with a decorative pattern and a window with white curtains.

# Как хорошо уметь читать!

*Книги - это величайшее изобретение человечества. В них заключена вся мудрость мира. У «человека читающего» богатый внутренний мир, грамотная речь и прекрасная память. Родители часто задаются вопросом, какую книгу купить ребенку, чтобы она соответствовала его возрасту и развитию.*

### От 6 месяцев до 1 года

Для самых маленьких, надо покупать яркие картонные книжки, с яркими крупными картинками. Малыш будет с удовольствием изучать их вместе с мамой. А мама в свою очередь объяснять малышу, что нарисовано на страницах. Хорошо если эти книги будут с разной текстурой.



### От 1 до 2-х лет

**Лучше всего в это время дети воспринимают рифмованные произведения.**

В этом возрасте ребенку трудно надолго концентрировать внимание, и поэтому надо выбирать небольшие произведения. Русские народные сказки «Колобок», «Репка», «Теремок» и т.д.

Песенки – потешки.

Сказки В. Сутеева.

**С.Я. Маршак**

«Усатый полосатый»

«Где обедал воробей»

**А. Барто**

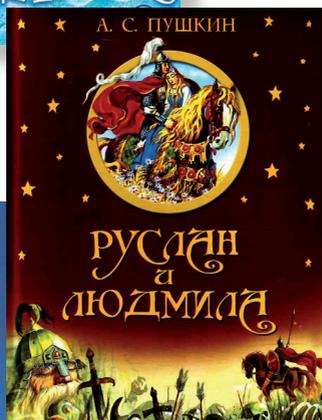
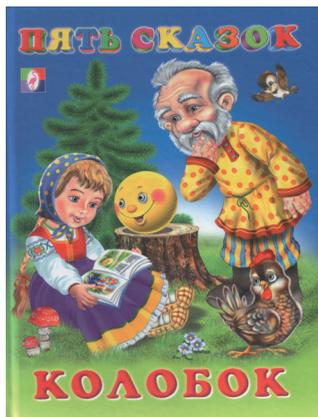
«Стихи»

**И. Токмакова**

«Стихи»

**С. Михалков**

«Трезор»



«100 первых слов»

«100 первых слов о природе»

«100 первых слов о животных»

«Обед зверей» серия Маша и Медведь.

Продолжается знакомство с рифмованными произведениями.

### От 2-х до 3-х лет

Большой интерес вызывают интерактивные книги. Книжки с подвижными картинками и окошками позволяют ребенку сопоставить предметы, явления и действия, происходящие с этим предметом. И, кроме того, прекрасно развивают мелкую моторику.

**К. Чуковский**

«Телефон»

«Айболит»

**С.Я. Маршак**

«Стихи»

**Г. Остер**

«Котенок по имени Гав»

**А.С. Пушкин**

«Лукоморье»

## От 3-х до 5-ти лет

**Дети в этом возрасте активно осваивают прозу.**

**Ш. Перро**

«Спящая красавица»  
«Мальчик-с-пальчик»  
«Кот в сапогах»

**Г.-Х. Андерсен**

«Гадкий утенок»  
«Дюймовочка»  
«Огниво»  
«Стойкий оловянный солдатик»

**Э. Успенский**

«Про Веру и Анфису»

**Е. Чарушин**

«Тюпа, Томка и Сорока»

**А. Усачев**

«Стихи»

**И. Румянцева, И. Баллод**

«Про маленького поросенка Плюха»

**А. С. Пушкин**

«Сказка о рыбаке и рыбке»  
«Сказка о мертвой царевне и семи богатырях»  
«Сказка о царе Салтане...»

**Б. Житков**

«Что я видел»

**Мамин- Сибиряк**

«Серая шейка»  
«Аленушкины сказки»

**Н. Носов**

«Незнайка и его друзья», рассказы

**С. Т. Аксаков**

«Аленький цветочек»

## От 5-ти до 7 лет

**Интерес вызывают такие книги, как, например, звуковые «Алфавит», «Веселые буквы» (дети с их помощью научатся читать), так и различные книги с секретками «Пираты»,**

**«Рыцари», «Феи и эльфы» издательства Махаон.**

Продолжается знакомство с классикой мировой литературы.

**П. Ершов**

сказка «Конек-горбунок»

**Н. Носов**

рассказы «Фантазеры»  
«Телефон»  
«Мишкина каша»  
«Живая шляпа»  
«Ступеньки»  
«Заплатка»  
«Милиционер»  
«На горке»  
сказка «Бобик в гостях у Барбоса»

**А. Линдгрэн**

«Мальчи и Карлсон»  
«Пепти Длинныйчулок»  
«Приключения Эмиля из Ленненберги»

**В.В. Бианки**

Сказки

**Н. Сладков**

Сказки

**А. Волков**

«Волшебник Изумрудного города».

**В. Катаев**

«Цветик – семицветик»  
«Дудочка и кувшинчик»

**Г. Остер**

«Вредные советы»  
«38 попугаев»

**А. Милн**

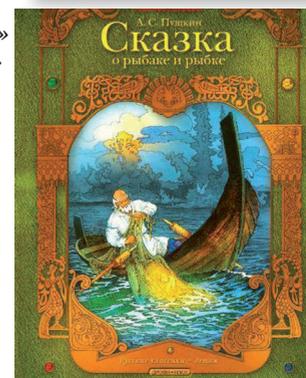
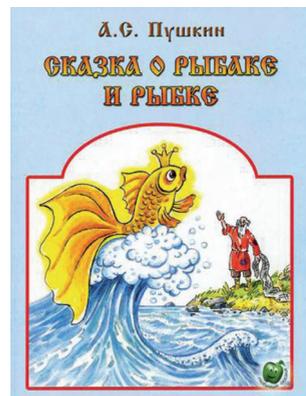
«Винни Пух и все-все-все»

**Туве Янссен**

Сказки про Мумми Троллей

**Памела Трэверс**

«Мэри Поппинс»



**Сельма Лагерлеф**

«Путешествие Нильса с дикими гусями»

**В. Драгунский**

«Денискины рассказы»

**Майкл Бонд**

«Все о медвежонке Паддингтоне»

**Б. Житков**

«Беспризорная кошка»

**В. Чаплина**

«Фомка – белый медвежонок»

*От 7-ми до 10-ти лет.*

**Большой интерес вызывают приключения.**

**А. Толстой**

«Приключения Буратино, или Золотой ключик»

**Ф. Зальтен**

«Бемби»

**Г.Х. Андерсен**

«Русалочка»  
«Снежная королева»  
«Дикие лебеди»

**Пройслер**

«Маленькая Баба Яга»

**М. Твен**

«Том Сойер»

**Сетон-Томпсон**

«Маленькие дикари»  
«Рольф в лесах»

**А. С. Пушкин**

«Сказка о золотом петушке»  
«Руслан и Людмила»

**Ю. Олеша**

«Три толстяка»

**Л. Кэрролл**

«Алиса в стране чудес» (в переводе Б. Заходера)

**С. Прокофьева**

«Приключения желтого чемоданчика».  
«Пока бьют часы»  
«Лоскутик, и облачко»  
«Ученик волшебника»  
«Часы с кукушкой»

**Р. Стивенсон**

«Остров сокровищ»

**В. Крапивин**

«Стражи Лопухастых островов»

**С. Михалков**

«Праздник непослушания»

**В. Губарев**

«Королевство кривых зеркал»

**Р.Э. Распэ**

«Приключения барона Мюнхгаузена»

**Н. Носов**

«Витя Малеев в школе и дома»

**Ю. Коваль**

«Альп»  
«Недopesок Наполеон III»

**О. Генри**

«Вождь Краснокожих»

**Л. Гераскина**

«В стране невыученных уроков».

**Конечно же, это далеко не полный список литератур, но он сможет послужить путеводной звездой в безбрежном книжном море. Мы надеемся, что с нашей помощью вы составите свой собственный список и соберете свою библиотеку, которая с каждым последующим поколением будет расти и пополняться. Приятного вам чтения!**

Ирина Третьякова,  
историк

## Отдых

- отдых в Болгарии
- летняя дача во Всеволожске
- экскурсии по Санкт-Петербургу



## Детские сады

- полный день
- неполный день
- 4-х разовое питание
- группы до 10 человек

*Комендантский пр., 8 к. 1  
Светлановский пр., 70, к. 1  
ул. Коммуны, 61  
ул. Косыгина, 33, к. 1  
ул. Солдата Корзуна, 4  
ул. Капитанская, 4  
**Всеволожск**  
Всеволожский пр., 12  
ул. Сергиевская, 10*

## Развивающие клубы

- английский язык
- подготовка к школе
- бальные танцы
- хореография
- ушу
- песочная терапия
- дизайн
- изо-студия
- логопед
- психолог
- шахматы
- легоконструирование
- монтессори

*Комендантский пр., 8 к. 1  
Светлановский пр., 70, к. 1  
ул. Коммуны, 61  
ул. Косыгина, 33, к. 1  
ул. Солдата Корзуна, 4  
ул. Капитанская, 4  
**Всеволожск**  
Всеволожский пр., 12  
ул. Сергиевская, 10*



## Бассейн

- занятия для детей с 3 месяцев до 12 лет с инструктором

Комендантский пр., 2  
ул. Байконурская 13/2  
ул. Отважных, 12

## Праздники

- аренда залов
- аниматоры
- фокусы
- батут
- фото-, видеосъемка
- заказ шаров
- выпускные

## Клубы для будущих родителей

- подготовка к родам
- фитнес
- дыхательная гимнастика
- занятия для пар
- аквааэробика
- семинары
- лекции ведут психологи, акушеры, педиатры

Комендантский пр., 8 к. 1  
Светлановский пр., 70, к. 1  
ул. Коммуны, 61  
ул. Косыгина, 33, к. 1  
ул. Солдата Корзуна, 4  
ул. Капитанская, 4  
ул. Ленская, 4  
ул. Тамбасова, 23  
пр. Культуры, 4  
ул. Симонова, 5  
ул. Байконурская 13/2  
Загородный пр., 28

**Всеволожск**  
Всеволожский пр., 12  
ул. Сергиевская, 10



# Неповторимый Петербург

*Где разливается Нева,  
На реки, речки-рукава,  
Где островки и острова  
Толются у залива,  
Где толь, болотная трава,  
Где в дымке моря синева –  
Там Петр Великий основал  
Столицу всем на диво.*

...Загадочна, таинственна и полна величия история славного города Санкт –Петербург... Города, в котором дома, улицы дворы, строения хранят и помнят каждое мгновение, каждый миг своей жиз-

ни. Северная Венеция... Северная столица... Жемчужина России...

Задумывались ли мы о том, что знают наши дети об истории города, в котором живут?...

А что, если пригласить ребенка в увлекательное путешествие по страницам истории нашего города и, под руководством опытного педагога, обратить внимание на архитектуру, убранство зданий, привить любовь и интерес к своему городу, обогатить багаж его знаний о памятниках, крепостях, соборах, мостах, главных проспектах?



### **Познавательные путеше- ствия**

В такие путешествия, каждую среду, отправляются наши ребята из «Эрудита» на Всеволожском пр, 12, вместе с опытным, креативным педагогом Соковых Мариной Владимировной. Занимательные материалы наполняют детей знаниями, увлекательные беседы, диалоги о городе, слушание и выразительный рассказ стихотворений, развивают речь, фантазию, внимание, мышление, учат высказывать свои мысли, помогают ребенку осознавать себя личностью, расширяют кругозор и память.

### **Наши эрудиты**

Наши эрудиты свободно ориентируются в названии памятников архитектуры, узнают их на иллюстрациях и слайдах, строят их макеты при помощи конструктора «Лего», палочек Кюизенера, блоков Дьенеша, изображают их в своих рисунках и дизайнерских работах, знают главных архитекторов, скульпторов и людей, прославивших наш город.

### **Всей семьей о Петербурге**

Вне нашего центра ребята продолжают познавать Санкт-Петербург вместе с родителями. Они составляют фотоотчеты на тему: «Где мы были», создают гербы своего рода, создают творческие работы по пройденным темам. За активную семейную работу наши эрудиты получают почетные грамоты, адресованные всей семье.

Приглашаем ваших эрудитов, отправиться в увлекательное путешествие по страничкам истории нашего великого города.

### **Мы желаем Вам доброго пути!**

*Марина Соковых,  
педагог-психолог*



*По всем вопросам  
обращайтесь по  
телефону  
448-47-77*

# Летняя дача



*Клуб «Эрудит» приглашает  
на отдых и оздоровление  
детей от 1,5 до 10 лет.*

Летняя дача поможет работающим родителям решить вопрос с организацией летнего пребывания ребенка. В течение недели малыш находится под присмотром опытных педагогов и медицинского работника, получает разнообразное полноценное питание, участвует в спортивных и оздоровительных мероприятиях.

Для ребенка, посещавшего ранее детский сад или школу, не стоит недооценивать пользу режима, активного движения, свежего воздуха и сбалансированного питания в летний период.

А вот для тех, кто раньше не ходил в детский сад, этот период

может стать мягким вхождением в режимные моменты.

С точки зрения психологов, отдых в летнем детском саду особенно подойдет робким детям, так как различные игры и состязания, проводимые воспитателями, помогут малышам повысить самооценку и активизировать свою деятельность.

Если ребенок очень стеснительный и малообщительный, для него станут полезными творческие задания, это позволит ему найти друзей, близких по интересам.

Ребенок, заряженный солнцем, свежим воздухом, здоровьем, новыми впечатлениями и умениями, будет на 100% готов к следующему учебному году!

## Преимущества летней дачи:

- Дача расположена в уютном и красивом коттедже, в очень тихой, спокойной и зеленой зоне г. Всеволожска, который славится здоровым климатом и живописной местностью.
- Своя огороженная, охраняемая и оборудованная детскими площадками территория.
- Просторные светлые игровые и спальные комнаты, уютная, домашняя атмосфера.
- Квалифицированные педагоги, профессиональный повар и медицинский работник.
- По-домашнему вкусное 6-разовое сбалансированное питание с учётом индивидуальных особенностей (завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник, ужин, лёгкий поздний ужин).
- Интересные занятия (творческие, двигательные), оздоровительные и развлекательные мероприятия.
- Надувной бассейн на прогулочной площадке.
- Экскурсии, прогулки и мини - походы.
- Возможность выбора графика пребывания:

Бронирование и просмотр сада на лето 2012 уже началось! Запись и все вопросы по телефону 448-68-88

А также уже три года подряд клуб «ЭРУДИТ» приглашает Вас и Ваших детей в привлекательный, большой комплекс GRAND RESORT (Панорама Форт Бич, Марина Вью Форт Бич) на солнечном побережье Болгарии.

Самая большая территория, пляж в нескольких метрах от Вашего апартаментов, рестораны, парковые зоны, бассейны и, конечно, развивающие занятия вместе с клубом «Эрудит».

Все подробности на сайте [www.eruditclub.ru](http://www.eruditclub.ru) или по телефону 448-47-77





GORUN  
KIDS

Это самый добрый друг из друзей и из подруг. Унывать он не привык-ведь он знатный озорник, весельчак и запевала, знает толк во всех забавах! Ты Горынчика встречай и скорее с ним играй!

## “Пришей заплатки”

*подбери правильную заплатку  
к каждой паре шорт!*



# “Помоги художнику”

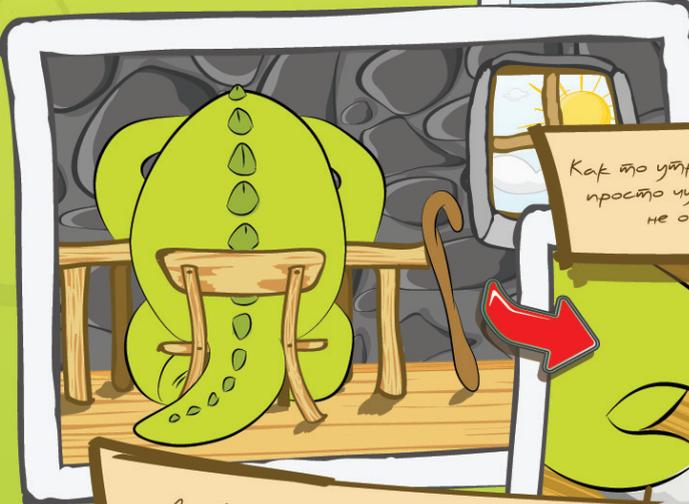


*Скажи, что забыл дорисовать  
художник и дорисуй сам!*

# GORBYN History



Как это утром, когда погода за окном была просто чудесная — такая, что только ленивый не отправился бы гулять во двор...



...Дед Аркадий позвал Горыныча пускать самодельные кораблики на реку...



Маленький шалун слотя голову побежал одеваться.





...Дед, поднимая глаза, чуть не упал со стула: на пороге стоял Горыныч, одетый совершенно неапрятно: все наперекосяк: пуговицы застегнуты не правильно, майка поверх рубашки и ботинки совсем без шнурков, казалось они вот-вот спадут:



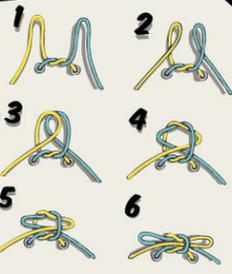
-Горыныч, ну как же так, все так не аккуратно и где твои шнурки?!



-Деда, я так торопился, а шнурки я совсем забывать не умею.



-Это же очень просто, я покажу тебе!



## "Завяжи Шнурки"

Ребята, помогите Горынычку зашнуровать ботиночки, он очень хочет гулять!



Вырежи ботинок, наклей его на плотный лист картона и сделай в нем дырочки, а затем возьми шнурок из своих ботинок и попробуй завязать как показывает Дед Аркадий!

-Ну вот Горынычек, теперь Ты совсем взрослый и самостоятельный дракошка. Ты просто молодец!



И они отправятся на прогулку...

Продолжение в следующем номере...



**ДИЗАЙН**  
**И ХУДОЖЕСТВЕННОЕ**  
**ОФОРМЛЕНИЕ**



**ДЕТСКИХ**  
**КОМНАТ**

**И ДЕТСКИХ**  
**ИНТЕРЬЕРОВ.**



**KOLOBOVEGOR.COM**

**8(981)889-2313**



# Мамочки и доченьки

*Здравствуйте, дорогие мои мамочки девочек! О мальчиках поговорим в следующий раз. А сегодня о девочках, о будущих мамочках. Не в разрезе подготовки к материнству. А несколько в другом разрезе.*

*Поразмышляем вместе о плюсах и минусах воспитания, посоветуемся, пометим, может, всплакнем за компанию украдкой.*

*Но все на пользу дела!*

Для начала пример из жизни!

Живет на свете девочка Юля 14 лет, живет не дома, как положено хорошей девочке из приличной семьи, а где угодно, у подружек, уже у дружков, иногда в подъезде, иногда в теплое время года на дачах. В школу Юля ходит и учится не самым худшим образом. Еще и другим пример в учебе подает!

Только учителя почему-то в панике, засыпали письмами органы опеки, комиссию по делам несовершеннолетних, полицию, тревожатся учителя за Юлину судьбу... Почему спросите, может мама у Юли пьянчужка подзаборная, может лупят Юлю дома смертным боем, может голодом морят?

А не пьет Юлина мама, не бьет ее, и холодильник полон и одежда у девочки есть неплохая и модная. Все дело в том, что Юлина мама в соответствии со своими весьма странными понятиями о воспитании дочери, так допекла девочку свою любимую (?) придирками по поводу и без повода, постоянным криком, абсолютным неприятием дочкиной точки зрения на все на свете, начиная с одежды и заканчивая телепрограммами, что убежала хорошая, неспорченная «улицей», девочка из дома, не разбирая дороги. Никакого понятия о нормальных принципах воспитания и понимания психологии ребенка мама не имеет, и, что очень интересно, слушать мама никого не намерена, советы учителей и психологов презирает, мол мы «сами с усами».

Дело дошло до того, что девочка Юля горько плачет и категорически отказывается общаться с мамой, открыто заявляя, что с ней она жить ни за что не будет! А это вызывает у мамы очередной всплеск гнева! «Я еще буду эту соплячку слушать, она у меня еще узнает, а вы не лезьте, сама знаю, как ...» Бедная девочка... Несчастливая мать. Не понимает она простых вещей, а самое главное, того, что она лишает себя дочерней любви на всю

оставшуюся жизнь...

Как выяснилось позже, эта мама своим своеобразным воспитанием совсем уже было разрушила жизнь старшей дочери. Девушка, дабы скорее расстаться с авторитарной и

жесткой маменькой, вышла замуж за первого встречного, родила двоих детей, но осознав, что она попала в другую, еще более страшную ловушку – запила и пустилась во все тяжкие! Слава Создателю, час прозрения к ней все же пришел, спустя несколько лет этого безобразия пить она бросила, вернула себе почти утраченных детей, но навсегда забыла слово «мама». Эта женщина, «мама» не поддерживала ее, не пожалела, не протянула ей руку помощи, а сделала все, чтобы опорочить ее, доказать везде и всюду ее полную никчемность и несостоятельность, как матери. Не нашлось у мамы ни одного доброго слова о дочери. Вот такая своеобразная «материнская любовь».

*Дорогие мамочки девочек, ваши дочки однажды станут мамами и только от вас зависит, какими мамами они будут. Балуйте дочерей, но в меру. Будьте строги, но в меру. А мерой должна стать любовь! Настоящая добрая и умная материнская любовь без конца и края!*

Замечательный педагог Януш Корчак гениально сформулировал 10 правил для родителей по воспитанию ребенка.

*Когда-то Мэрилин Монро, красивая женщина и более чем популярная актриса, которая, к большому ее сожалению, никогда не была матерью, сказала замечательные слова:*

*«Детям, а особенно девочкам, надо всегда говорить, что они красивые и, что их любят. Если у меня будет дочка, я всегда буду говорить ей, что она красивая, буду расчесывать ей волосы и не буду оставлять ее одну ни на одну минуту».*



Вот они, эти правила – очень простые, понятные и исполненные глубокой мудрости! Почитайте, подумайте, возможно, благодаря эти правилам у нас с вами будет меньше ошибок в воспитании девочек. И мальчиков тоже!

- 1) Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты или таким, как ты хочешь. Помогите ему стать не тобой, а собой.
- 2) Не требуйте от ребенка платы за все, что вы для него сделали. Вы дали ему жизнь, как он может отблагодарить тебя? Он даст жизнь другому, тот – третьему, и это необратимый закон благодарности.
- 3) Не вымещайте на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо, что посеешь, то и взойдет.
- 4) Не относитесь к его проблемам свысока. Жизнь дана каждому по силам и, будьте уверены, ему она тяжела не меньше, чем тебе, а может быть и больше, поскольку у него нет опыта.
- 5) Не унижайте.
- 6) Не забывайте, что самые важные встречи человека – это его встречи с детьми. Обращайте больше внимания на них, ведь сам Господь посещает родителей в их детях.
- 7) Не мучьте себя, если не можете сделать что-то для своего ребенка. Мучьте, если можете – но не делаете. Помните, для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.
- 8) Ребенок – это не тиран, который завладевает всей вашей жизнью, не только плод плоти и крови. Это та драгоценная чаша, которую Бог дал тебе на хранение и развитие в нем творческого огня. Помните, что у родителей растет не «наш», «свой» ребенок, но душа, данная на хранение.
- 9) Умейте любить чужого ребенка. Никогда не делайте чужому то, что не хотели бы, чтобы делали вашему.



Модель: Анна Павлова

- 10) Любите своего ребенка любым – неталантливым, неудачливым, взрослым. Общайтесь с ним – радуйтесь, потому что ребенок – это праздник, который пока с вами.

Радостных дней вам, мамы!

*Татьяна Букурова  
руководитель комиссии по делам  
несовершеннолетних и защите  
их прав*



ПРАЗДНУЙТЕ ЯРКО  
ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ  
В НАШЕМ ПАРКЕ!



**5D**  
КРУИЗ

ЛАЗЕРНЫЙ  
ПЕЙНТБОЛ



МИНИ  
БОУЛИНГ

8-800-100-00-20  
[www.happylon.com](http://www.happylon.com)  
м. Пл. Восстания, Лиговский пр-т, 30А  
ТРЦ "ГАЛЕРЕЯ", 5 ЭТАЖ





# Театральная

Дата	Начало	Спектакль	Где проходит	Адрес
1.05.12	16.00	<p><b>«Путешествие в Бразилию для детей»</b></p> <p>Интерактивный спектакль из цикла «Страноведение», с «живыми» музыкальными номерами и танцами. Дети попадут в атмосферу Бразильского карнавала и узнают: какие животные живут в Бразилии, почему бразильцы лучше всех играют в футбол, на каком языке говорят в Бразилии, как танцевать самбу.</p> <p>Возраст: 4-6, 7-10, 11-15</p>	Арт-центр «Чеширский кот»	ул. Льва Толстого, д. 9 тел. 448-77-49.
5.05.12	15.00	<p><b>«Американская мечта, или Путешествие на Дикий Запад для детей»</b></p> <p>Спектакль из цикла «Страноведение», с «живыми» музыкальными номерами. Дети узнают о жизни и мифах Североамериканских индейцев и о Христофоре Колумбе. Познакомятся с первым американским президентом и символом Америки – Американским лысым орлом. Побывают в ковбойском салуне и увидят настоящую ковбойскую драку. Побывают в мастерской Уолта Диснея и узнают, как он создал своего Микки Мауса. Узнают, кто такие Элвис Пресли, Мэрилин Монро и почему хиппи называют «дети цветов».</p> <p>Возраст: 4-6, 7-10, 11-15</p>	Арт-центр «Чеширский кот»	ул. Льва Толстого, д. 9 тел. 448-77-49.
6.05.12	12.00	<p><b>Праздник для детей в Неверлэнд</b></p> <p>На территории комплекса под открытым небом организованы детские аттракционы и игры: качели, «лазалки», батут, уличные настольные шахматы, стрельба из лука, городки, дартс, мини-гольф. Развлекать детей будут клоуны и аниматоры. Родители во время праздника могут отдохнуть в ресторане, поиграть в мини-гольф.</p> <p>Возраст: 4-6, 7-10, 11-15</p>	Neverland (Неверлэнд)	ул. Турку, д. 11 тел. +7 (909) 586-95-09; (812) 241-00-15



Дата	Начало	Спектакль	Где проходит	Адрес
11.05.12	17.00	<p><b>Книжный театр</b></p> <p>Спектакль-чтение для детей 7-10 лет с участием Ксении Раппопорт. Актриса читает детям и родителям книгу «Анна и подарок Луны» (автор — Иоанна Даколия), после чего они смогут все вместе ее обсудить и выразить свои впечатления, создавая картины вместе со специалистом по арт-терапии.</p> <p>Возраст: 7-10</p>	Литературно-мемориальный музей Ф. М. Достоевского	Кузнечный пер., д. 5/2 тел. (812) 764-69-50
12.05.12	15.00	<p><b>«Путешествие в Японию для детей»</b></p> <p>Познавательный спектакль-интерактив из цикла «Страноведение» по мотивам японских народных сказок. Что такое икебана, бонсай и кимоно? Кто такие борцы сумо? И как устроить чайную церемонию, научиться танцевать с веерами и бить в японский барабан?</p>	Арт-центр «Чеширский кот»	ул. Льва Толстого, д. 9 тел. 448-77-49.
13.05.12	12.00	<p><b>Занятие из цикла «Крошка-этнограф» в Этнографическом музее</b></p> <p>Программа основана на праздниках традиционного русского календаря, включает в себя изучение экспозиций музея, а также игры и представления на площадке детского центра.</p> <p>Возраст: 4-6, 7-10</p>	Российский этнографический музей	ул. Инженерная, д. 4 А
13.05.12	13:15, 14:30, 15:45, 10:30	<p><b>Экскурсия «Веселый зоопарк»</b></p> <p>Центр досуга «Удивительный мир» проводит экскурсии для детей от 2 до 10 лет по Ленинградскому зоопарку. Экскурсии пройдут в форме игры-прогулки, дети не просто будут смотреть на животных, но считать, рисовать, сравнивать, прыгать, бегать. В экскурсию включена и обучающая программа.</p> <p>Возраст: 1-3, 4-6</p>	Зоологический музей	Университетская наб., 1 тел. (812) 328-01-12



Дата	Начало	Спектакль	Где проходит	Адрес
13.05.12	16.00	<p><b>Спектакль «Путешествие во Францию для детей»</b></p> <p>Познавательный спектакль-интерактив из цикла «Страноведение». Дети окунутся в историю Франции: встретятся со знаменитыми галлами Астериксом, Обеликсом и с их противниками римлянами, с мушкетерами и кардиналом, увидят, как танцует Эсмеральда, познакомятся с братьями Люмьер, с импрессионистами и французскими мимами, узнают, кто и как создал Эйфелеву башню, попытаются понять, что такое любовь к искусству, к свободе, к Родине.</p> <p>Возраст: 5-13 лет</p>	Арт-центр «Чеширский кот»	ул. Льва Толстого, д. 9 тел. 448-77-49.
15.05.12	10.00	<p><b>Кот Леопольд</b></p> <p>Музыкально-интерактивный спектакль</p> <p>Возраст: от 2 до 6 лет</p>	Эрудит	Солдата Корзуна ул. 4 Тел. 411-29-01
16.05.12	10.00	<b>Гуси-Лебеди</b>	Эрудит	Коммуны ул. 61 Тел. 521-54-21
17.05.12	11.00	<b>Как котенок научился мяукать, а щенок научился дружить</b>	Эрудит	Комendantский пр. 8, к. 1 тел. 340-41-95
19.05.12	11.00	<b>Шоу сухим льдом</b>	Эрудит	г. Всеволожск Всеволожский пр.12 Тел. 448-68-88



Дата	Начало	Спектакль	Где проходит	Адрес
20.05.12	11.00	<b>Песенка про всех на свете</b>	Эрудит	Косыгина ул. 33, к.1 Тел. 521-54-21
20.05.12	11.00	<b>Карамба-барамба</b>	Эрудит	Светлановский пр. 70, к. 1 Тел. 590-54-33
20.05.12	12.00	<b>Занятие из цикла «Крошка-этнограф»</b> Программа основана на праздниках традиционного русского календаря, включает в себя изучение экспозиций музея, а также игры и представления на площадке детского центра.  Возраст: 4-6, 7-10	Российский этнографический музей	ул. Инженерная, д. 4 А
23.05.12	11.00	<b>Гуси-Лебеди</b>	Эрудит	Командантский пр. 8, к. 1 тел.340-41-95
25.05.12	12.00	<b>«Детский карнавал в Северной Венеции»</b>  Праздник окончания учебного года для школьников. В программе: костюмы и маски, живая музыка (флейта, гобой, кларнет, саксофон, арфа, фортепьяно), театральное представление в стиле итальянской комедии «del arte» на открытом воздухе при участии Коломбины и Арлекина, игры, забавы, музыкальные сценки, прогулка по парку, поиск сокровищ с Доктором Философии и танцы в самом нарядном зале усадьбы (от старинной гальярды до польки-еньки и фокстрота), а также шоколадный фонтан с фруктами и сюрприз на прощание.  Возраст: 7-10, 11-15	Музей-усадьба Г. Р. Державина	наб. р. Фонтанки, д. 118 тел. (812) 335-09-82
25.05.12	19.00	<b>Спектакль «Бал вампиров»</b>  Мюзикл в двух действиях в оригинальной версии Романа Полански: профессор Абронсиус и его молодой помощник-ассистент Альфред пытаются спасти население трансильванской деревушки от вампира - таинственного графа фон Кролока - и его свиты.	Санкт-Петербургский государственный театр музыкальной комедии, театральная студия	Итальянская ул., д. 13 тел. (812) 570-53-16

*Нам в редакцию приходит много писем с детским творчеством, стихами и рассказами. Мы с удовольствием опубликуем некоторые из них. Если Ваш малыш - «юный талант» (поэт или писатель), присылайте его произведения на [eruditchlub@mail.ru](mailto:eruditchlub@mail.ru) и, возможно, именно его стишок появится в следующем номере! Ждем Ваших писем, друзья!*

На станции Удельной  
Билет лежал поддельный.  
Проходил мимо кот,  
Тепленький живот.

Увидел кот билет.  
Другого думает  
Такого на свете белом нет.  
Взял кот билет.

Съезжу-ка я в Сестрорецк на банкет  
К той красивой кошке,  
Которая купила босоножки.  
Недолго ехал кот тепленький живот.

Высадили его под Удельной,  
Потому что билет был... поддельный!

*Никита Третьяков г. Санкт-Петербург*

Почему ты не пишешь?  
Мир тобою объят.  
Почему ты не пишешь?  
Кто из нас виноват?

Мелкий дождь на окошке,  
Как слеза на щеке...  
Ты помнишь это трудно –  
Жить одной на земле.

Почему ты не пишешь?  
Ты ведь знаешь – я жду.  
Почему ты не пишешь?  
Ты ведь знаешь – люблю!

*Мартиросьянц Кристина 14 лет, г. Пикалево*





Если бы я был папой...

Чтобы быть папой, мне нужно сначала стать взрослым. Для того, чтобы я считал себя взрослым мне нужно стать старше, получить образование и профессию. Когда человек образован, ему не составит труда найти достойную работу.

И вот я – взрослый! За спиной школа, университет. У меня хорошая работа. Пора задуматься о семье. Что такое семья? Семья - это жена, муж, ну и, конечно, же их дети. Я попытался поразмышлять о том, каким бы я был папой. Я бы очень хотел быть похожим на своего папу. Я бы очень любил своих детей, старался бы все своё свободное время быть с ними. У меня с детьми было бы много общих интересов и нам было бы интересно и весело проводить время. Например, кататься на роликах, на велосипедах, на коньках, ходить в походы, путешествовать, смотреть кино. Ходить в музеи, посещать театры.

Я думаю, что не буду строгим отцом. Я буду развивать в своих детях тягу к знаниям и любовь к спорту. Всегда буду поддерживать их интересы и начинания. Своих детей я бы баловал: часто покупал бы мороженое и разные сладости, ходил бы с ними на аттракционы и другие весёлые развлечения. Думаю, что мои дети тоже бы очень любили меня.

Но... Чтобы быть папой, нужно стать взрослым. А пока я обычный мальчик, которому всего 9 лет. И становиться взрослым пока не очень-то тороплюсь.

*Ладыженский Никита 9 лет, Санкт-Петербург*

Верхняя часть изображения содержит логотип павлина (феникса) с текстом «Торт Вашей Мечты» и «Мы превращаем мечты в реальность!». В центре и нижней части изображены фотографии: сверху — торт с изображением павлина, снизу — торт с изображением кролика (Бонни) в окружении зелени, цветов и фруктов. В нижней части изображения находится баннер с текстом «Изготовление заказных тортов».

**Мы превращаем  
мечты в реальность!**

+7 921 752-34-83  
294-72-91

[vkontakte.ru/tortvasheimechti](http://vkontakte.ru/tortvasheimechti)  
[www.tortvm.ru](http://www.tortvm.ru)

**Изготовление  
заказных тортов**

Если я была бы мамой,  
То скажу я вам всем прямо  
Я полы бы все помыла,  
Всю семью бы накормила,  
На работу бы пошла  
Репортаж бы свой сняла.

Я хочу быть журналистом  
Или может быть стилистом?  
Был бы муж миллионер,  
Очень он любил детей,  
Всей семьей мы очень часто  
Проводили дни прекрасно!

Очень много отдыхали,  
И гуляли и летали  
В страны жаркие купаться  
Загорать и развлекаться.

Но ведь чтобы так случилось  
Надо чтобы я училась  
На отлично! Чтобы стать  
Той, о ком могу мечтать!

*Шленева Настя 9 лет, г. Санкт-Петербург*

Мячик скачет по тропинке!  
Только вот у мячика черненькая  
спинка.  
Мордочка! А глазки – точно как  
маслинки!  
А какой красивый он, словно на  
картинке!  
Лает, заливается, маленький  
комочек!  
Кто такой хорошенький? Это мой  
щеночек.

*Настя Гусельникова, 12 лет,  
Северодвинск.*



ЦЕНТР РАННЕГО РАЗВИТИЯ

# СМЕШАРИКИ

ОСТРОВ



🕒 Развивающие занятия  
для детей от 3-х месяцев

🕒 Детский сад полного  
и неполного дня

тел.: 642-88-68  
Капитанская ул., 4



**Baby Sport**

**более  
300 моделей**



**Спорткомплексы  
для дачи**



**Спорткомплексы  
для дома**



**Детские  
площадки**



**Качели, горки,  
домики**



**Батуты**

**Электромобили**



**Детская  
мебель**



**Бесплатная  
доставка, сборка!**

**и многое другое**

**Каждому  
покупателю -  
дисконтная  
карта!**

**т. 640-06-06 (многоканальный) [www.lazalka.ru](http://www.lazalka.ru)  
- м.Лесная Литовская, 17**