

ЭР ИТ

СТЕПАН ЛЕДКОВ

«Дети - это наше зеркало!»

*Волишебная
Ирена Понарошку*

МАМА МАЛЕНЬКОГО СЕРАФИМА

ВЫХОДНЫЕ С ДЕТЬМИ

МИХАЙЛОВСКИЙ САД

mothercare



Контакты Baby K (Бэби К) и брендированной одежды Mothercare

Россия

Магазины mothercare в Санкт-Петербурге: СЦ «МБА Дыбенко», СЦ «МБА Парнас», ТЦ «Гармон», ТЦ «Приморский», ПК «Рада Мэлси», ПК «Лето», Чекарист «Нарский», ТК «Новый центр», ТРЦ «Академ-Парк» • Мы открыты: ТЦ «Питерленд», ТЦ «РМО»

  MothercareRussia

www.mothercare.ru



БУДУЩИМ РОДИТЕЛЯМ

12 Роды в Майами

ЗВЕЗДНЫЕ РОДИТЕЛИ

26 Ирена Понарошку

Мама маленького Серафима

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ

36 Гаджеты для самых маленьких

ПСИХОЛОГ РЕКОМЕНДУЕТ

46 Блиц-опрос

УЧЕНЫЕ-СВЕТ

52 Книги октября

Осень, начало учебного года!

ВЫХОДНЫЕ С ДЕТЬМИ

60 Михайловский сад

Настоятельно рекомендуем побывать в Михайловском саду осенью!

ЧУДЕСА СВОИМИ РУКАМИ

66 Осень увлекательно

ОТЦЫ-МОЛОДЦЫ

72 Папа в поликлинике

ВСЕ МЫ РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА

78 Ильф и Петров

КЛУБ ЭРУДИТ

86 Праздник с «Эрудитом»

ФОТОПРОЕКТ

92 В стиле Chanel

ПО СЛЕДАМ ЭРУДИТА

96 Адреса



Вместе легче

ОКтябрь... Он навевает на многих грусть, тоску и уныние. Бабье лето, золотая осень — даже эти минимальные радости сентября прошли, оставив нам серые пальто, теплые шарфы и грустные лица прохожих на улицах. Невольно пытаешься отыскать что-то, что согреет в это серое промозглое время. Я стараюсь не грустить и питаться энергией близких, любящих меня людей. Согласитесь, среди нас множество уверенных в своей правоте эгоистов, знающих только свое мнение и видящих только свой правильный путь. Но вот я — неотъемлемая часть большого круга своих близких. Комфортное состояние для меня — быть в большой дружной компании, в состоянии шума, гама и веселого смеха. Это — моя жизнь и моя вселенная.

К счастью, в последнее время я замечаю порывы единения людей и примеры взаимопомощи: мы помогаем всей страной, если где то возникает беда (Ведь вы отправили смс со словом «ВМЕСТЕ» в помощь пострадавшим при наводнении на Дальнем Востоке). Мы вступаем в группы поддержки и переводим средства детям, болеющим

страшными болезнями и ВМЕСТЕ радуемся успешно проведенным операциям, ВМЕСТЕ отстраиваем дома погорельцам и собираем одежду для тех, кому совсем плохо.

Все-таки ВМЕСТЕ мы — большая сила! Давайте верить в свои силы и помогать друг другу, а не оправдывать себя обстоятельствами или бездействием других.

Потом мы ВМЕСТЕ соберемся, посмеемся и пошутим, и еще раз убедимся, что друг — это не только тот, кто вовремя окажется рядом с попавшим в беду, найдет силы и средства, чтобы помочь, а еще и тот, кто рад разделить счастье поровну.

Будем же внимательными и безразличными, будем вместе.



*Искренне Ваша,
Наталья Букурова*

ЖУРНАЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ УМНЫХ ДЕТЕЙ

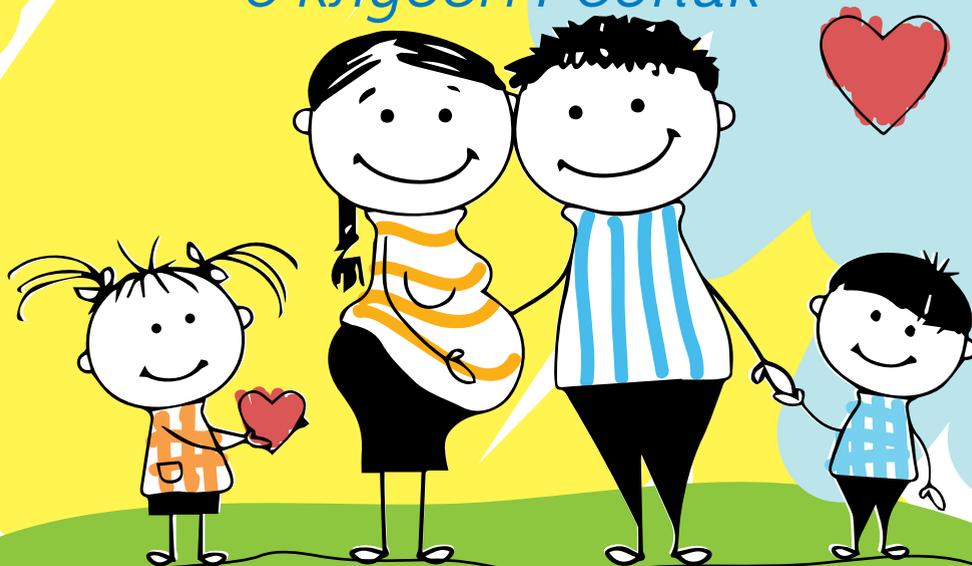
ЭРУДИТ



Родник



Праздник детства и материнства с клубом Родник



14⁰⁰ 9 ноября ★

Клуб Родник
Комendantский пр. 8, к. 1

Мастер-классы для будущих родителей.

- Дыхательный тренинг во время родов
- Психология развития малыша первого года жизни
- Встреча с новорожденным

Подарки и представление новинок товаров от партнеров клуба. Розыгрыш призов и подарков от клуба Родник

17⁰⁰ 10 ноября ★

Ресторан «Истерия»
ул. Сикейроса 10

Розыгрыш ценных призов и подарков от партнеров праздника.

Показ последних коллекций для беременных, новорожденных и детей. Развлекательная программа, угощения и фотосессия. Товары и услуги наших партнеров на презентационных стойках.

Ждём всех желающих!

Запись на мероприятия по телефону (812) 642-00-37

ВХОД БЕСПЛАТНЫЙ

ЖУРНАЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ УМНЫХ ДЕТЕЙ

ЭРУДИТ

№18, ОКТЯБРЬ 2013

ДИРЕКТОР

Мария Мардаровская

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР

Наталья Букурова

РУКОВОДИТЕЛЬ ОТДЕЛА МАРКЕТИНГА

Юлия Бежанова

РЕГИОНАЛЬНЫЙ ПРЕДСТАВИТЕЛЬ В МОСКВЕ

Оксана Абдуханова

НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ

Алиона Хильт, Татьяна Журавлева, Надежда Щепкина, Татьяна Шапошникова, Ирина Третькова, Мария Лебедева, Татьяна Букурова, Виктория Чеботарева, Анна Якина

ДИРЕКТОР СЕТИ КЛУБОВ «ЭРУДИТ»

Татьяна Ладыженская

ФОТОГРАФЫ

Gera Skandal, Женья Котова, Александр Меерсон, Наталия Цыгина

ДИЗАЙНЕР

Юлиана Коршунова

КОРРЕКТОР

Константин Минин

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ

Елена Быкова
Мария Калашникова

РУКОВОДИТЕЛЬ КУРЬЕРСКОЙ СЛУЖБЫ

Юлия Рожкова

РЕДАКЦИЯ

197277, Санкт-Петербург, Комендантский пр., д. 8, корп. 1. Тел. (812) 982-8606

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ

Тел. (812) 703-8575

ЖУРНАЛ «ЭРУДИТ» В КОНТАКТЕ

vk.com/vkerudit

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



На обложке:
Степан Ледков
(солист группы
«Марсель», жена
Катя Кляйн, сын

Данил, дочь
Адриана).
Photo: Фотограф:
Владислава
Елисеева.

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

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

Тираж: 30 000 экз.

Отпечатано в типографии ООО «Скай ЛТД»
г. Санкт-Петербург, ул. Взлетная, 11, корп. 2, лит. А

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

РОСТ, РАЗВИТИЕ И ЗАЩИТА – для малыша важно все!

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



Известно, что в силу строения белковых молекул козье молоко усваивается легче коровьего. Кроме того, козье молоко богаче коровьего по содержанию некоторых природных витаминов и минералов (витамины А, D, минералы Са и Se), а фолиевая кислота, витамин В₁₂ и Zn обладают более высокой биодоступностью.

Существуют и другие преимущества, которые мы рассмотрим на примере недавно появившейся в России смеси на основе козьего молока Kabrita® GOLD (Голландия). С целью максимально возможной адаптации к грудному молоку в натуральное козье молоко добавляются:

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

соответствии с возрастными физиологическими особенностями ребенка младшего возраста.

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

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

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

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

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

чивает продолжение эффекта грудного вскармливания.

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

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

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

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

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

www.kabrita.ru

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



Готовьте сами в «Самса»

Ginza Project знает, как порадовать своих любимых маленьких гостей, поэтому каждый **уик-энд полон сюрпризов** и экспериментов.

По воскресеньям ресторан «Самса» приглашает юных повара на увлекательные и познавательные кулинарные мастер-классы, в ходе которых ребята не только смогут овладеть навыками приготовления вкусных блюд, но и подтянут свои знания в области английского языка благодаря профессиональным педагогам.

Ну а Вы в это время сможете отдохнуть и насладиться общением и многообразием ярких вкусов узбекских блюд.

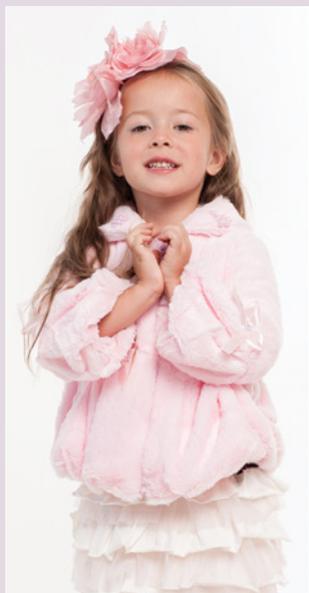
Уважаемые родители, вы можете быть абсолютно спокойны за своих малышей, потому что Ваши дети окажутся в руках настоящих профессионалов своего дела. Ребята не только смогут весело и беззаботно провести время, но и в игровой форме узнают много нового и интересного.

«Самса» – здесь начинается Ваш творческо-гастрономический путь!



«Самса»

Ленинский пр., 84, корп. 1:
+7 (812) 646-75-71



НОВАЯ КОЛЛЕКЦИЯ BRAVO!

Бутик детской одежды «BRAVO» рад представить новую осеннюю коллекцию итальянских брендов ARTIGLI, TO BE TOO.

Среди ассортимента шоу-рума вы найдете красивые болеро и платья, многочисленные лонгсливы и боди, игривые юбочки, бамбуковые колготки и многое другое. Каждая юная леди в возрасте от 6 месяцев до 18 лет почувствует себя настоящей модницей в изысканных нарядах из Милана от брендового бутика «BRAVO». А каждая мама маленькой красавицы будет приятно удивлена уровню цен на все представленные товары.

В честь своего открытия бутик брендовой одежды «BRAVO» дарит каждому гостю карту постоянного покупателя со скидкой 20%!

Ждем Вас в гости в шоу-руме бутика «BRAVO» по адресу Новоизмайловский пр., д. 81, к. 2.

Подробная информация:
928-83-77, www.joykids.su,
uk.com/dear_kids

бутик
Bravo
Когда покупкам хочется аплодировать!

Домашний йогурт

Мало кто знает, что йогурт можно **приготовить своими руками.**

Оказывается, этот продукт прост в приготовлении и очень полезен: отличный прикорм малышам, полдник или лакомство для всей семьи, одновременно хорошая профилактика дисбактериоза кишечника.

Ингредиенты:

1 пакетик закваски «Свой йогурт» (в составе только полезные бактерии);

- 1-3 литра молока.

Способ приготовления:

1. Смешать теплое молоко (38-40 г) с закваской.
2. Оставить на 7-10 часов сквашиваться при температуре 38-40 °С. Используйте термос, йогуртницу, мультиварку или другой прибор.
3. Когда молоко загустеет – все готово!
4. Охлаждайте и подавайте с любимым наполнителем по своему вкусу: варенье, мед, фрукты.

При помощи заквасок также можно готовить ряженку, кефир, творог, сметану.

Используйте йогурт для соусов и своих рецептов. Йогурт получается очень вкусным, свежим и полезным! Приготовление занимает не более 5 минут времени.

(812) 71-680-71, www.своййогурт.пф, vk.com/svooy



Во благо Вашего здоровья!



Отделение Отоларингологии (ЛОР)

- прием пациентов всех возрастов, включая детей первого месяца жизни
- диагностика ЛОР-заболеваний [компьютерная томография ЛОР-органов в 3D-формате, эндоскопия, МРТ и другие услуги для пациентов любого возраста, включая детей первого года жизни]
- ЛОР-операции [аденотомия, операции на глотке, операции на гортани, эндоскопическая ринохирургия, санлирующие и слухоулучшающие операции на ухе]
- сокращенные сроки пребывания в стационаре
- европейские стандарты наркоза

+7 (812) 336-33-33

г. Санкт-Петербург, ул. Марата, д. 6
www.medem.ru

Лиц. № 78-01-002890 от 24.07.2012г.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ,
НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

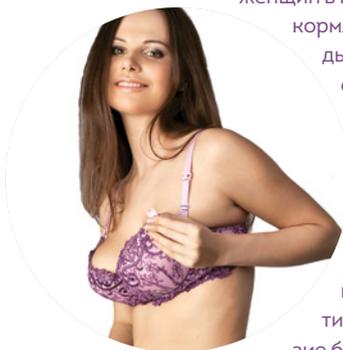
НИЖНЕЕ БЕЛЬЕ ИЗ НАТУРАЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ

Нижнее белье из натуральных материалов для самых красивых и желанных женщин в прекрасный период кормления ребенка грудью. Удобство и красота

совмещаются в нижнем белье DiA-mama.

Мы хотим, чтобы Вы восторгали взоры и наслаждались каждым мгновением жизни. Только у нас Вы сможете найти такое разнообразие белья для сна и отдыха

(майки, топы, бюсты без косточек), а также бюстгалтеры для более открытого декольте.



**DiA-mama,
8 (911) 153-88-09;
www.DandA.ru**



ВЫПУСКНОЙ В ДЕТСКОМ САДУ

Летят дни, не успеешь оглянуться – вот и выпускной в детском саду!

Первый жизненный рубеж – первый класс школы – и ваш малыш уже взрослый. Теперь его ожидает новая жизнь – жизнь, наполненная интересными занятиями, уже взрослыми обязанностями и ответственностью. Совсем скоро появятся новые учителя, новая жизнь за пределами родных и любимых стен. Для детей этот праздник очень долгожданный, они готовятся к нему, учат песни и стихи!

Мы предлагаем вам оставить память о первых детских годах в коллективе друзей и воспитателей. Что же поможет сохранить выпускнику память о детском саде? Это – самая большая «головная боль» для всех родителей и, конечно же, родительского комитета, которому поставлена задача сделать этот праздник ярким и запоминающимся!

Наша компания предлагает Вам фото-книжки с рассказом о детском саде, кружки с фотопечатью и именные медали! У нас постоянно действуют акции, скидки и подарки!

www.sagra-rus.ru
E-mail: sagra@bk.ru
+7 (812) 921-51-73

Сягра

ПИТЕРСКИЕ «НЕПОСЕДЫ»

УРА! Наконец-то! Свершилось! Теперь все петербургские родители талантливых и одаренных детей могут вздохнуть с облегчением, ведь **с 16 сентября в северной столице открыт филиал известной детской студии «НЕПОСЕДЫ».**

Именно «Непоседы» подарили нам таких прекрасных артистов, как **Сергей Лазарев, Влад Топалов, группа «Тату» и Настя Задорожная**, которые, в свою очередь, никогда не забывают родной коллектив и с удовольствием принимают участие во многих

концертах, клипах и других мероприятиях, организованных «Непоседами».

И вот теперь, спустя почти четверть века, филиал студии открылся в Петербурге, что, безусловно, вызвало бурю эмоций и ажиотажа среди родителей. Изначально руководство петербургской студии планировало набрать не более 50-60 талантливых малышей, но только на первый кастинг поступило более 1500 заявок. А ведь это только начало...



диспетчерская служба
ВЕЗЁТ
ЗАКАЗА ТАКСИ

318-0-318



**Везёт
по жизни!**



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

Роды во Флориде

Где рожать ребенка? Этот вопрос актуален для всех без исключения будущих мам.

В ПОСЛЕДНЕЕ ВРЕМЯ СТАЛИ ОЧЕНЬ ПОПУЛЯРНЫ РОДЫ ЗА ГРАНИЦЕЙ — в Майами. Рожать в Америку летят не только звезды шоу-бизнеса и жены олигархов, но и самые обычные люди, которые заботятся о здоровье и комфорте — и своем, и своего будущего малыша.

Почему же роды в Майами — это то, что Вам нужно?

- 1 Высочайший уровень американской медицины дает полную уверенность в том, что роды пройдут максимально естественно, сравнительно безболезненно и без последствий. И цены на роды в Майами доступны для российских семей: сумма контракта сопоставима с аналогичными услугами частных клиник России.
- 2 Теплый климат побережья Атлантического океана поможет укрепить иммунитет и подготовиться к родам: ежедневные прогулки по берегу, купания в океане, свежие овощи и фрукты, пренатальная гимнастика
- 3 Флорида славится не только теплом и солнцем: все россияне отмечают позитивное, искренне доброжелательное отношение местных жителей к будущим мамам.
- 4 Рожая ребенка в Майами, Вы обеспечиваете для него будущее: каждый малыш, рожденный в Америке, автоматически становится гражданином США (и это не отменяет его российское гражданство). В будущем он сможет учиться в лучших учебных заведениях мира, путешествовать без виз практически по всему миру, и т. д.
- 5 За 4 месяца в США Вы можете значительно улучшить свой английский. Если с Вами придет семья, то и для них найдутся полезные спортивные и образовательные занятия, а также шопинг для родителей и малыша.



- 6 Заодно можно всесторонне изучить возможность иммиграции в США, лично встретиться с юристами, узнать обо всех вариантах. *Согласитесь, мы перечислили весомые аргументы в пользу родов в Майами. Но как же всё организовать и учесть многие нюансы?*

Роды в другой стране, с другим языком и менталитетом... без помощи специалистов тут не обойтись. Согласитесь, будущей маме вредно волноваться, поэтому в Америке уже давно существует понятие *maternity concierge* — консьерж-сервис для беременных.

Компания, которая обеспечивает этот сервис — *Miami Kids Company* — заботится о будущих мамах с момента обращения в фирму и до проводов домой.

Miami Kids Company — это компания, которая выбрала своим девизом «Максимум комфорта и безопасности для каждой мамы и ребенка». Все четыре месяца действия контракта сотрудник *Miami Kids Company* находится рядом с будущей мамой: оформляет документы, помогает с выбором госпиталя и жилья, возит на прием к врачу и за покупками, решает проблемы. С такой поддержкой рожать в Америке совсем не страшно. И это уже знают многие мамочки — клиенты *Miami Kids Company*!



ДЕТСКИЙ ИНТЕРНЕТ МАГАЗИН
www.votonia.ru

Телефон (812) 309-44-22



Уникальная **БОНУСНАЯ ПРОГРАММА** позволяет экономить на покупках и оплачивать товары только баллами.



АССОРТИМЕНТ
более 10 000 товаров



ЛЕГКИЙ ВОЗВРАТ
в любом магазине сети



ЭКСПРЕСС-ДОСТАВКА
в день заказа



ОБМЕНЯЙТЕ купон на комплект бонусных карт в любом розничном магазине «Вотоня»



0+



САМОВЫВОЗ из любого магазина сети:

- ул.Есенина, 32/1
- ул.Уточкина, 5
- пр.Испытателей, 6/1
- М.Каштановая ал., 9/1
- ул.Л.Голикова, 27/3
- Северный пр., 63/1
- ул.Васенко, 12
- ул.Дыбенко, 16
- Девяткино, Привокзальная пл., 5/1
- Ст.Петербург, ул.Халтурина, 1
- Колпино, ул.Ижор.Батальона, 4/35
- Шушары, ул.Орловская, 4



группа vk: vk.com/votonia





Нормальная реакция на стресс бывает у тех женщин, которые спокойно и с удовольствием ожидают родов, когда радость от рождения малыша преобладает над страхом, связанным с родами.“

Роды в радость

Среди современниц существует достаточно распространенное убеждение: роды без боли невозможны. Эта идея передается из уст в уста, от матери – к дочери, от опытной подруги – к той, которой роды предстоят впервые. Мы ждем боль, потому что так, вроде бы, положено, и не удивляемся тому, что она, в конце концов, обязательно есть.

АВТОР:

ИННА АНТОНОВА, акушерка, перинатальный психолог

МЕЖДУ ТЕМ, ЖЕНЩИНЫ, ЖИВУЩИЕ ВДАЛЕКЕ ОТ ЦИВИЛИЗАЦИИ, РОЖАЮТ СОВСЕМ ИНАЧЕ. В ЧЕМ ЖЕ ЗДЕСЬ СЕКРЕТ? ДАВАЙТЕ РАЗБИРАТЬСЯ.

Вдали от цивилизации

Путешественники, посетившие в прошлом столетии те районы Северной Америки, где жили индейские племена, были удивлены рассказами туземок о легких и большей частью безболезненных родах. Некоторые врачи отправились в эти края, чтобы проверить правдивость этих сообщений. Одним из них был доктор Фолкнер, который провел несколько месяцев среди индейцев племени Сиу и был поражен легким течением родов у тамошних женщин. Однажды зимой он шел за беременной женщиной, отправившейся за дровами в лес, который находился в нескольких милях от ее хижины. На обратном пути у нее неожиданно начались роды. Женщина присела на корточки и родила ребенка, не проявляя при этом никаких признаков страдания. Потом она спокойно завернула ребенка в платок, положила на вязанку хвороста,

взвалила все на спину и продолжила путь домой, сияя от счастья.

Подобные факты собрал и доктор Клигютт, наблюдавший роды женщин индейского племени кутенайсов. Во время охоты, в которой принимали участие женщины и дети, он не раз видел, как одна из наездниц останавливала коня, отходила в сторону, расстилала на снегу накидку и спокойно рожала ребенка. Потом, завернув младенца в тряпки, она снова садилась на коня и, как ни в чем не бывало, догоняла своих соплеменников.

Врачи, наблюдавшие это явление, пытались найти причину легких родов, отыскивая различия в сложении индейских и европейских женщин. Они измеряли размеры и форму их таза, но не нашли никаких различий. Поэтому был сделан вывод, что причина легких родов заключается в том, что индианки живут в непосредственной близости к суровой природе и привыкли выполнять

тяжелую работу. При этом ученые не брали в расчет психопрофилактическую работу местных шаманов.

Значительно больших успехов достигли врачи, наблюдавшие роды женщин южноамериканского государства Перу. Индейские племена, с незапамятных времен обитающие на территории этого государства, часто вели между собой войны за землю, скот или женщин. Чем больше воинов было в племени, тем больше надежд было на победу. А поэтому и рождение ребенка — будущего воина или хотя бы будущей жены воина — ожидалось с необыкновенной радостью. Радовалась в первую очередь сама роженица, поскольку с появлением ребенка она становилась уважаемой женщиной; радовался ее муж и весь род, рождение ребенка в течение нескольких дней широко праздновалось всей индейской деревней. И вот тут мы подошли к главному. Всем известно, что роды происходят благодаря гормонам. В первую очередь это окситоцин — «гормон любви», вызывающий родовые схватки, раскрытие шейки матки, способствующий выталкиванию ребенка. На втором месте — эндорфины, замечательные гормоны, отвечающие за расслабление и обезболивание. Именно благодаря им рожаящая женщина не испытывает болевого шока, а иногда даже находится в состоянии, напоминающем эйфорию. Ну и конечно в родах вырабатываются «гормоны стресса» — и именно о них мы в данной статье и поговорим.

Связь тела и сознания

Если сознание расслаблено, то тело тоже расслабляется, и — наоборот. Мозг и нервы общаются друг с другом не только посредством нервных импульсов, но и при помощи гормонов. Эти особые вещества сообщают телу, как именно оно должно вести себя при различных обстоятельствах. Все люди вырабатывают гормоны стресса. Без них невозможно ни жить, ни рожать. Эти гормоны

называют катехоламин и кортизол. Они помогают телу быстро приспосабливаться к внезапным переменам. Например, ночью сквозь сон Вы услышали необычный шум. Вы просыпаетесь, а гормоны помогают телу мгновенно собраться с силами. И хотя пробуждение было внезапным, мозг работает удивительно четко. Это является нормальной и здоровой реакцией на стресс. Но как только обнаружится, что шум исходил от Вашей домашней кошки — мозг расслабляется, тело наливается усталостью, и Вы снова засыпаете. Однако может случиться так, что сон и не придет. Тогда Вы будете продолжать лежать, обливаясь холодным потом и слушая, как

Когда мать долго находится в состоянии стресса, или этот стресс слишком сильный, ребенок переходит в состояние дистресса, или, говоря научным языком, наблюдается патологическое состояние плода.



колотится сердце. Это — пример перехода стресса в дистресс. Сначала гормоны помогли Вам, но затем стали работать против Вас. Похожие вещи происходят и во время родов.

Да, разумеется, роды — это стресс, в связи с чем и вырабатываются гормоны стресса. И их должно быть достаточно, чтобы можно было справиться с предстоящей задачей, но не слишком много, чтобы стресс не перешел в дистресс. Если реакция на стресс нормальная, то гормоны стресса помогают женщине: перераспределяют приток крови от одних органов к другим, более жизненно важным в данный момент, способствуют адекватному поведению роженицы, помогают вытолкнуть ребенка. Нормальная реакция на стресс бывает у тех женщин, которые спокойно и с удовольствием ожидают родов, когда радость от рождения малыша преобладает над страхом, связанным с родами. Если же стрессовое состояние усиливается (от страха, паники, непонимания ситуации и т. п.), поступление крови в матку может сократиться. В результате



 **Lapsi**[®]

с заботой о самом дорогом

детские коляски
автокресла
мебель

скидка*
5%



*Скидка действует только при предъявлении рекламы и совершении покупки в салонах Lapsi на товары в наличии до 30.11.13г. Скидка на товары, участвующие в других акциях и спецпредложениях, не распространяется. Дополнительные скидки не действуют.

ТЦ «Эврика» ☞ Елизаровская, ул. Седова, 11,
тел.: (812) 309 78 92;

ТМ «Светлановский» ☞ Удельная, пр. Энгельса,
33, тел.: (812) 309 34 46

www.lapsi.ru

http://vk.com/lapsi_ru



матка будет хуже снабжаться кислородом, что приведет к затяжным родам и может вызвать патологическое состояние у ребенка. Кроме того, организм мамы будет работать на пределе своих возможностей и силы закончатся очень быстро.

А поэтому и рождение ребенка – будущего воина или будущей жены воина – ожидалось с необыкновенной радостью. Родовалась в первую очередь сама роженица, поскольку с появлением ребенка она становилась уважаемой женщиной.“

Так что же можно сделать до и во время родов?

- Получайте информацию. Детальный, и главное – грамотный разбор самого процесса родов заранее позволит снизить стресс более чем в половину! Сегодня к Вашим услугам многочисленные курсы для будущих родителей – подберите для себя подходящие и обязательно воспользуйтесь ими.
- Учитесь владеть своим телом. Йога, бассейн, ЛФК, вариантов – масса. Главное, чтобы Ваше тело было гибким и подвижным, а Вы имели достаточно сил и выносливости для предстоящего марафона.
- Заранее тренируйте правильное дыхание. Ваше тело должно привыкнуть дышать определенным, весьма непривычным в обычной жизни способом.
- Пользуйтесь правом выбора.

Сегодня выбрать можно все: место, где родится Ваш малыш, врача и акушерку, которые будут контролировать процесс, профессиональных помощников на время родов (доула), в конце концов, даже сам способ родоразрешения. Помните: Вы должны доверять тем, на ком остановились, поэтому ищите союзников.

- В родах создайте себе максимально расслабляющую обстановку, например, можно прикрыть дверь, ведущую в общий коридор, выключить лишний свет, использовать ароматерапию или любимую музыку в плеере, если доктор не против – съесть немного шоколада или меда, выпить несколько глотков мятного чая!

Получается, один из главных навыков в родах — умение расслабиться. Сжатые кулаки, стиснутые зубы и сведенные вместе брови — именно так выглядит напряжение со стороны. Причем, это напряжение зачастую возникает еще, собственно, до всяких физических ощущений, только от ожидания боли и страха, ведь мы же знаем: роды — это боль! Сигналы же от этих мышц «сверху» передаются «вниз», в мышцы родовых путей, которые ментально напрягаются тоже — так возникают реальные болевые ощущения. Мышцы умеют обмениваться информацией! Кстати, именно поэтому когда-то давно повитухи наставляли молодую маму: «дита в мир приглашай

с улыбкой!», а современные акушерки просят женщину выдыхать воздух через расслабленные приоткрытые губы.

Релаксация при родах за двоих

Стрессовые гормоны оказывают действие не только на матку, но и на малыша внутри. Чутко реагируя на изменение гормонального состава крови матери, ребенок тоже начинает вырабатывать гормоны стресса, чтобы быстрее адаптироваться к грядущим изменениям. В норме электромониторинг (КТГ) плода регистрирует уменьшение частоты сердечных сокращений плода во время схватки и восстановление нормального сердцебиения по ее окончании. Гормональное равновесие помогает маленькому человечку приспособиться к работе матки, а также ко всем происходящим в организме матери биохимическим и физическим изменениям. Но когда мать слишком долго находится

в состоянии стресса, или этот стресс слишком сильный, ребенок переходит в состояние дистресса, или, говоря научным языком, наблюдается патологическое состояние плода. После родов гормоны помогают ребенку адаптироваться к новой окружающей среде. После спокойных, гармоничных родов дети могут почти целый час не спать и смотреть на своих родителей широко раскрытыми влюбленными глазами. Это действительно непередаваемое ощущение! Если же гормональное равновесие было нарушено, ребенок подвергается длительному воздействию гормонов стресса. Его нервная система перегружается и после рождения он долго испытывает беспокойство, плачет, неохотно берет грудь.

Таким образом, становится очевидным: боль в родах можно и нужно контролировать.

И напоследок: доверяйте себе, своему телу, вашему врачу, природе и...радуйтесь празднику, ведь сегодня — День рождения вашего сына или дочки!



Мама знает, что лучше.

Натуральная детская косметика WELEDA на основе календулы дарит коже Вашего малыша бережную защиту, которая так необходима в первые годы жизни, и поддерживает ее естественную мягкость. Это идеальный способ сохранить здоровье кожи ребенка с самых первых дней - **в согласии с человеком и природой.** www.welada.ru

*Вся продукция сертифицирована.

Какие подгузники выбирают современные мамы?

Сегодня сложно представить себе современных родителей, которые не используют одноразовые подгузники или трусики для ухода за ребенком.

ЯПОНИЯ СЧИТАЕТСЯ САМОЙ ВЫСОКОТЕХНОЛОГИЧНОЙ СТРАНОЙ: ПОСЛЕДНИЕ НАУЧНЫЕ РАЗРАБОТКИ ПРИМЕНЯЮТСЯ ТАМ АБСОЛЮТНО ВО ВСЕХ СФЕРАХ ЖИЗНИ. Мамочки балуют своих малюток продвинутыми игрушками, а современные японские подгузники дарят малышам комфорт и здоровье.

В 2011 году лучшим средством по уходу за детьми в Японии была признана продукция «TM Goo.N». Торговая марка Goo.N стала лидером независимого голосования, в котором приняли участие тысячи японских мам, оценивших любимые средства по уходу за детьми. Подгузники новой коллекции TM Goo.N воздушные и очень нежные. Мягкий материал, из которого изготовлены резиночки и бортики вокруг ножек, не допускает раздражений, натертостей и сдавливания. «Дышащая» поверхность подгузника с особой ячеистой структурой не допускает перегрева и опрелостей. Инновационный 3D-рельеф внутреннего слоя подгузника, максимально сокращает площадь поверхности, которая соприкасается с кожей малыша. Все материалы, из которых изготовлены подгузники, гипоаллергенны, поэтому они идеально подходят для новорожденных даже с самой чувствительной кожей.

Производители подгузников GOON стараются не отставать от заданного темпа в постоянно меняющемся мире.



Когда двойной «индикатор наполнения» станет синим, подгузник пора заменить. Подгузник стал тоньше, но при этом впитывает еще больше жидкости. Он надежно удерживает большое количество влаги благодаря качественным материалам и современным технологиям, а не за счет толщины изделия. Продукция TM Goo.N производится на самом современном оборудовании, которое постоянно обновляется и улучшается.

Качеству TM Goo.N доверяют покупатели 15 стран мира, включая Россию. Goo.N — новые подгузники нового времени!

www.goonrussia.ru



торговая галерея
Буду мамой
всё для будущих мам



Администрация
Красногвардейского района,
Комитет
по социальной политике
Санкт-Петербурга

9 ноября 2013

в театре БуФФ
ст. м. Новочеркасская,
Заневский пр. 26

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ

ТЕАТР
БуФФ

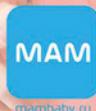
Фестиваль
беременных
**«Ура!
я Буду мамой!»**

Всех гостей
фестиваля
ждут
подарки!

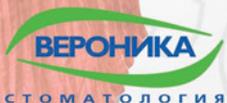
в программе:
дефиле
конкурс красоты
шоу-программа
МИНИ-выставка
розыгрыш призов

Пригласительный билет
можно получить после 20 октября
в магазинах ТГ "Буду мамой".

Справки по телефону: 543-36-44



Спонсоры:



Информационные
спонсоры:





Степан и Катя. Два таланта.

Сегодня с «Эрудитом» – такие молодые и такие успешные родители! Степан Ледков – вокалист группы Марсель, обладатель двух «Золотых граммофонов», начинающий режиссер и продюсер, Катя Кляйн – очаровательная жена Степана и директор питерского клуба «РукиВверх Бар». Однако главный успех молодой пары – это сын Даня и дочь Адриана.

БЕСЕДОВАЛА:

МАРИЯ КАЛАШНИКОВА
.....

Начнем с того, что вам наиболее близко — с музыки. Поскольку наш журнал для родителей, нас в первую очередь интересуют вопросы о влиянии семьи на формирование взглядов и интересов подрастающего ребенка. Скажите, а как Ваши родители относились к Вашему выбору музыкального направления?

Катя: Когда я была совсем маленькой, я выбирала ту музыку, которую слушали мои мама и папа. Бегала с плеером по квартире и напевала песни. Мои родители никогда не пытались меня оградить от того, что мне нравится, скорее наоборот. За это я им очень благодарна.

Степан: Насчет классического образования: я не сказал бы, что это очень важно. Вообще, заниматься музыкой — очень полезно, но с использованием современных методик, чтобы ребенку самому очень нравилось, чтобы он хотел идти на занятия снова и снова, чтобы занятия проходили как некая игра, по крайней мере, когда ребенок еще совсем маленький. Вообще, творчеством заниматься очень полезно.

Даже если ваш ребенок разрисовал обои, на диване нарисовал каляку-маляку, не ругайте его сильно, потому что он это сделал как творческая единица, не губите в нем талант.

Кроме вас, насколько музыкальная ваша семья? Получили ли вы традиционное музыкальное образование? Нужно ли современному ребенку музыкальное образование в его классическом виде?

Катя: Считаю, что музыкальное образование априори ничего плохого дать не может. Музыка развивает, да и в жизни, даже если ребенок выбирает профессию, не связанную с музыкой, это не будет лишним.

Степан: У меня в семье нет музыкантов и никогда не было, музыкантом я стал отчасти случайно: однажды в классе, наверное, в девятом, я вышел погулять у себя в городе Нарьян-Мар

и встретил на улице своего друга Игоря Ружникова, он шел с гитарой куда-то вечером. Я спросил, куда он идет, а он ответил, что у них в культурно-спортивном комплексе один парень организует группу, и его позвали туда гитаристом играть. Я напросился пойти с ним, а когда при-

шел, то увидел, что там уже собрались барабанщик, басист, клавишник, а не пришел только вокалист. Мне предложили спеть, и так я оказался в первой своей группе. Назвали группу «Дядя Степа».

А вообще, образование у меня — режиссер шоу-программ. Музыке я нигде не учился и не занимался.

Музыканты нередко признаются, что часто исполняют на концертах ту музыку, которая нравится слушателям, а наедине с собой предпочитают слушать совсем другую музыку. А Вы отдыхаете от своей музыки? Какую музыку любите?

Степан: Конечно, не стоит все время слушать свою музыку. Важно, чтобы собственный материал не надоедал, если он не надоедает тебе спустя

годы — значит, это действительно хорошая музыка. Если каждый день слушать свое, то можно перестать вкладывать душу в песни на концертах, а так хочется, чтобы зрители, проходящие на концерты, получали сто процентов от того, что должны получать.

Есть ли какие-нибудь традиции и ценности, которые были привиты вам вашими родителями, и которые вы сегодня прививаете своим детям?

Степан: Меня моя бабушка почти никогда не ругала, а если и ругала, то только за дело, и я стараюсь к своим детям точно так же относиться: проявлять любовь, уделять им много времени, играть вместе.

Поэтому мы стараемся все праздники отмечать семьей, правда, с моей профессией это сделать очень сложно. Но, несмотря на такой ритм жизни, мы стараемся каждую свободную минуту проводить вместе. На выходных, например, были в Петергофе, правда, недолго: все очень замерзли.

Считаете ли вы, что детям нужно давать разностороннее образование: танцы, музыка, спорт и т. д., или лучше сосредоточиться на каком-то одном направлении?

Катя: Однозначно за разностороннее образование! Я сама с детства увлекалась разными вещами: хореография, плавание, вязание, вышивание, музыка, танцы, училась с мамой готовить. Сейчас понимаю, что мне очень это в жизни пригодилось! Считаю это вообще очень важной частью воспитания: дать ребенку возможность пробовать себя во всем и выбирать то, что ему по душе, не навязывая что-то одно.

Степан: Я считаю, что насильно ребенка ничем заставлять заниматься не нужно. Нужно сделать так, чтобы ему самому понравилось. Не хочет ходить на футбол — не надо заставлять.

Но считаю, что музыкальное образование априори ничего плохо дать не может. Музыка развивает, да и в жизни, даже если ребенок выбирает профессию, не связанную с музыкой, это не будет лишним.



Мои родители никогда не пытались меня оградить от того, что мне нравится, скорее наоборот. За это я им очень благодарна.“

Ничего хорошего из этого не выйдет: будет только напрягаться, нервничать, это очень плохо. А если проявляется к чему-то тягу, то нужно, наоборот, поддерживать.

Екатерина, чем вы балуете дома своих детей и мужа, что вы им готовите, в социальных сетях мы ви-

дели фото ваших блюд. Давно ли интересуетесь кулинарией?

Катя: Я обожаю готовить! Я — просто фанат этого процесса! Люблю ощущение, когда есть возможность экспериментировать, каждый раз придумывая что-то новое. Балую всем: выпечкой, итальянской кухней... Делюсь со своими подписчиками фотографиями и рецептами, так как меня читает очень много мамочек.

Катя, вы уже не первый день мама. Что посоветуете тем, кто завтра вернется из роддома с малышом на руках?

Не обрабатывайте пупок зеленкой! (смеется). Руки все будут зеленые и животик у малыша тоже!

Я стала мамой впервые, когда мне было 18. Это — весьма юный возраст. Многие боятся, и кажется, что не получится: большая ответственность, недостаток информации, страх, паника. Осознание того, что ты «мама», приходит не сразу. И когда оно приходит, когда эти маленькие ручки тянутся к тебе, и ты понимаешь, что для этой крохи ты — огромная планета, самый важный человек, наступает ни с чем не сравнимое счастье. Не бойтесь, учитесь, ошибайтесь, снова учитесь. Это нормально, это циклично и это правильно.

Спасибо большое за интересную беседу. Пожелайте что-нибудь нашим читателям?

Дружите со своими крохами, любите их, смотрите на мир их глазами! Дети — это наше зеркало. Помните, что только мы сами можем сделать наших детей либо счастливыми, либо несчастными. Все проходит. А детки наши всегда остаются с нами!





Мне хочется воспитывать сына на зверушках: Винни-Пухах, Чебурашках и так далее, а папа приносит какие-то огромные бластеры, турбопулеметы и дом превращается в оружейный склад или межпланетную станцию.

Волшебная Ирена Понарошку.

Позвольте представить – Ирена Понарошку. Виджей, журналист, телеведущая – это все о ней. Но главное звание этой прекрасной, яркой, энергичной девушки – мама маленького Серафима.

БЕСЕДОВАЛА:
АННА ЯКИНА

МЫ ЛЕГКО И НЕ СПЕША ПОГОВОРИЛИ С ИРЕНОЙ О ПРЕЛЕСТЯХ ЕСТЕСТВЕННЫХ РОДОВ, О КАПРИЗНОЙ ДАМЕ — ТВОРЧЕСКОЙ МУЗЕ, А ТАКЖЕ О МАЛЕНЬКОМ РЕБЕНКЕ ВНУТРИ КАЖДОГО ПАПЫ.

Ирена, у вас такая легкая, можно сказать, несерьезная фамилия. Никогда в жизни она вам не мешала? Не было ситуаций, когда хотелось фамилию посерьезнее?

Пока что я не знаю о тех случаях, когда моя фамилия мне помешала. Может, те самые работодатели, которых она смущает, просто мне не звонят, и я даже не знаю о каких-то упущенных возможностях. Так что — нет, на моей памяти не было такого, чтобы моя фамилия мне мешала.

Вы попали на «MTV» в шестнадцать лет. Сейчас это уже пройденный этап. Глядя со стороны, как оцениваете этот период жизни? Чему научились, что вынесли важного?

История MTV была такая долгая, как хороший любовный роман. Очень яркая в начале и немножко грустная в конце. Сейчас я и все мои коллеги по каналу вспоминаем с ностальгией эту жаркую, страстную пору начала MTV, когда у всех горели глаза, когда нам очень нравилось все это делать практически бесплатно (улыбается). Было очень весело и круто! И все пытаемся опустить

как-то в своих воспоминаниях то время, которое предшествовало закрытию MTV, потому что уже очень сильно поменялась команда, поменялись ценности, настроения. И, в принципе, телеканал умер вовремя, хотя мог бы еще раньше, в общем-то. Как говорят испанцы, с праздника нужно уходить вовремя. Это было уже не MTV. По-моему, так никто и не всплакнул по этому поводу. Каждый из сотрудников, который работал там с самого начала, похоронил его уже давно. Кто-то семь лет назад, как Ольга Шелест и Антон Комолов. Кто-то чуть позже, как Иван Ургант, который ушел пять лет назад. Кто-то, как я, когда родил ребенка. Хотя я и не сразу ушла после этого, но чувствовала уже какую-то свою инородность в этой истории.

В интервью прошлых лет вас часто спрашивали про детей, про то, как вы себе это видите. Где-то вы говорили, что пока вообще никак не представляете, где-то, что цель — родить к тридцати годам. Все-таки, в итоге все было спланировано или случилось спонтанно?



Как-то все само собой произошло оптимальным образом. Вообще, у меня есть ощущение, что за мной сверху не только наблюдают, но еще и помогают. Все само собой происходит. Думаю, что и дальше уже все решено тоже в той или иной мере. Мне остается спокойно плыть по течению. Я в большей мере, в принципе, фаталист. И когда меня

Тебе кажется, что весь мир крутится только вокруг младенческого диатеза и пищевой аллергии. И, конечно, сейчас я часто пишу об этом и в интернете получаю огромный отклик именно на эту тему.“

спрашивают, когда у меня будет следующий ребенок, я говорю, что он точно будет, но когда — неизвестно.

А как вы воспитываете Серафима? Есть какая-то договоренность в семье? Делитесь на плохого-хорошего полицейского или наоборот, солидарны друг с другом?

Ну, по идее, мы, конечно, договорились о том, что у нас будет единая концепция. Если мама говорит «нет», то и папа говорит «нет». Но так бывает не всегда (смеется). Например, я недолюбиваю роботов, бакуганов, трансформеров и прочую нечисть, а папа Серафима регулярно все это в дом несет. И вот на этой почве у нас возникает конфликт. Мне хочется воспитывать сына на зверушках: Винни-Пухах, Чебурашках и так далее, а папа приносит какие-то огромные бластеры, турбопулеметы и дом превращается в оружейный склад или межпланетную станцию.

Может папа Серафима и для себя тоже покупает эти игрушки?

Да-да! А он говорит, что ему в детстве родители не купили игру «За рулем» и он до сих пор очень сильно по этому поводу переживает, чувствует себя обделенным. Муж с удовольствием играет во все эти безумные автоматы, стреляющие руки айронменов, шпионские часы, летающие на пультах управления вертолеты. Поэтому да, во многом папа и себя радует. Ему нравится зайти в магазин и купить там все! (смеется).



А бабушки-дедушки участвуют в процессе воспитания?

Да, участвуют. И, слава богу, они достаточно строгие с Серафимом. Хотя бы не балуют его. У них он узнал, например, что это такое — мыть полы в два года. С бабушкой он убирается, регулярно собирает игрушки и вообще, он живет там по правилам «Строгость, послушание и дисциплина».

Вы еще и пишущий журналист. Семья и рождение ребенка на ваш творческий стиль, как писателя, повлияли? Или на интересы, на то, о чем хочется писать? Что интересует, чем хочется поделиться?

У нас на MTV один режиссер всегда шутил, что как только девушка беременеет, сразу приносит концепт программы

Организм женщины сам помогает ей справиться с ощущениями. Мне очень понравилась эта механика, физиология этого процесса. Но это касается здоровых женщин, я сразу говорю!“

Ирена Понарошку с сыном.

Это действительно один из самых волшебных моментов в моей жизни. Не только тот момент, когда ребенок появился и закричал, а вот все в целом. Мне показалось, что это какое-то волшебство!

для мам, о детях и так далее (улыбается). Я тоже почувствовала это на себе. Конечно, родив и погрузившись в мир газоотводных трубочек и молокоотсосов, у тебя возникает желание говорить и писать только об этом. Тебе кажется, что весь мир крутится только вокруг младенческого диатеза и пищевой аллергии. И, конечно, сейчас я часто пишу об этом и в интернете получаю огромный отклик именно на эту тему! Я заметила, что молодые мамы, оказавшись взаперти дома, получают в интернете то самое окно в мир, некую возможность все обсудить с подругами по счастью. И мне это очень приятно! Очень помогает и бодрит. Потому что узнать, что кому-то так же, как тебе — бесценно! (смеется).

Не зовут в новые издания в этом, детском, направлении?

Только что писала комментарий для книги «Путешествие с ребенком»,



которая выпускается издательством «Эксмо». Возможно, у нас с ними будет какой-то совместный проект. Но для того, чтобы прямо написать книгу или стать редактором детского журнала, мне, кажется, надо родить еще пару детей (улыбается).

А для мужчин не стало сложнее писать? В том же журнале «Максим». Нет, вы знаете, для мужчин по-прежнему пишу с удовольствием! (смеется). Все как-то лояльно перенесли мой период лактации длиной в полтора года, терпеливо. И вроде не было жалоб на качество материалов и правок больше, чем прежде, тоже не стало. Все нормально, слава богу!

То есть себя, как отдельную творческую единицу, вы сохранили? Вы делите себя на Ирену-мать и Ирену-творца?

Моя муза — женщина ночная, сова. Она приходит ко мне только когда ребенок спит. И никогда у меня не получилось написать текст, качая коляску одной рукой и мешая кашу другой. Мне нужно, чтобы все спали: и муж, и ребенок, и телевизор чтобы был выключен, и город чтобы утих. Вот тогда только меня начинают посещать какие-то творческие идеи. Поэтому, видимо, ночью просыпается мое прежнее творческое начало, а Ирена-мама засыпает на это время.

С мужем нет разговоров о том, чтобы вам вообще оставить карьеру и заниматься только семьей?

Нет! Наш папа вообще очень рад, что я работаю! У него, видимо, до этого было несколько неработающих девушек и он знает, что это самое худшее на свете, когда девушке нечем заниматься! (смеется). Поэтому, когда Серафиму было два месяца и я начала потихоньку сходить



Вот я желаю всем мамам не только единственного ребенка, но и двойни, и тройни, быть быстрыми, энергичными и успевать получать от этого процесса удовольствие!

с ума в этом прекрасном пленочном плену, он сказал: «Иреночка, мне кажется, вам пора на работу уже пойти. Давай мы найдем вам няню, будете вместе с Серафимом ездить. Няня будет гулять вокруг офиса, вы будете кормить его, все будет хорошо!» Действительно, всем полегчало, как только я вышла опять на работу. Это было раз в неделю на два часа, но и то, сделать макияж на съемки и прическу в этом материнском угаре дорогого стоит! Помню, что до рождения ребенка делала укладку два-три раза в неделю: то на съемку, то просто так,

потому что нечего делать. Когда родился ребенок, я даже в душ, по-моему, перестала ходить и зубы чистить. Он плакал все время! Серафим у нас буйным, энергичным мальшом был с самого начала. Я реально не могла даже в ванну от него отойти. Так что поехать на съемки — это было просто праздником!

На кого он больше похож?

Он родился похожим на своего папу, а сейчас не похож ни на кого. Тем более, он блондин, а у нас блондинов в роду нет! (смеется). Ни у папы, ни у меня!

Вопросов не возникает?

Ну, у папы, конечно, возникают вопросы (улыбается), но он настолько чувствует свою внутреннюю связь с ним, что эти вопросы остаются просто в такой юмористической сфере.

Ирена, а каким вы сами были ребенком? Послушным, баловным?

По-моему, я была очень дисциплинированным ребенком. Я точно помню, как я из-под шкафа доставала чемоданчик с игрушками, играла около этого чемоданчика, далеко не отходя, потом складывала все обратно и задвигала на место. И вообще, не помню такого, чтобы я досаждала родителям до подросткового возраста. Ну а потом, конечно, пришли четырнадцать лет...

Я помню, у меня было главным желанием врезать замок в дверь своей комнаты. Так что я морально готовлюсь к сложным временам. И с Серафимом, и следующими детьми.

Вы бунтовали?

Ну да! Помню, волосы отрезала длиннющие... Причем мама почти во всем была права! Но эта потребность бунта была почти физиологическая. Не знаю, наверное, это такой психологический этап, когда кажется, что никто ничего не знает, ничего не понимает. Что ты точно знаешь как любить, как страдать, как



жить, как веселиться, как тусоваться. Я делала столько глупых и порой опасных для жизни вещей, что можно сказать: Бог спас меня... Много раз. Мне, конечно, не хотелось бы, чтобы мой ребенок совершал такие же глупости.

Когда вы вынашивали Серафима, ходили на какие-то курсы, читали специальную литературу о беременности, о родах? Или все по наитию?

Так сложилось, что у меня к этому моменту был круг общения из мам, которые являются сторонницами

У меня есть ощущение, что за мной сверху не только наблюдают, но еще и помогают. Все само собой происходит. Думаю, что и дальше уже все решено“

естественных родов. Я уже настолько подробно вникла в этот вопрос, что, в общем-то, определилась к моменту рождения сына, что буду рожать дома, естественным путем, и я знала про это все. Ко мне акушерка приходила домой, я задавала ей все вопросы, какие у меня были. Пересмотрела все ролики на YouTube и про больничные роды, и про домашние.

В принципе, я прекрасно знала, что со мной происходит и ни один из моментов меня не удивил. Удивило меня только то, что это достаточно быстро заканчивается, все-таки. То есть, когда это все случилось, и я уже перешла из ванны в постель, сказала: «И что, и все?! Я так еще могу!» (улыбается). Хотя, конечно, в какой-то момент адской боли были и вопросы, типа: «А нельзя ли все это отложить и перенести на пару дней?» (смеется). Потом, когда моя подруга, которая шла следующей за мной в очереди за ребенком, спросила, к чему готовиться, я честно сказала: «Будь готова к тому, что очень-очень больно будет точно!» И она потом, когда родила тоже дома, сказала мне большое спасибо за то, что услышала правду и хотя бы была к этому готова морально. По ее рассказам, она все время думала: «Интересно, а это уже сейчас очень-очень больно или будет еще больше?!» (смеется). Так что всем, кто еще не рожал, мой совет — не бояться! Не обязательно это будет самым худшим воспоминанием в вашей жизни, а, возможно, и лучшим, как у меня, например. Я с удовольствием смакую эту ночь в памяти, и мне очень приятно вспоминать, как это все было. Это действительно один из самых волшебных моментов в моей жизни. Не только тот момент, когда ребенок появился и закричал, а вот все в целом. Мне показалось, что это какое-то волшебство!

То есть на фоне всего этого воспоминание о боли вообще уходит?

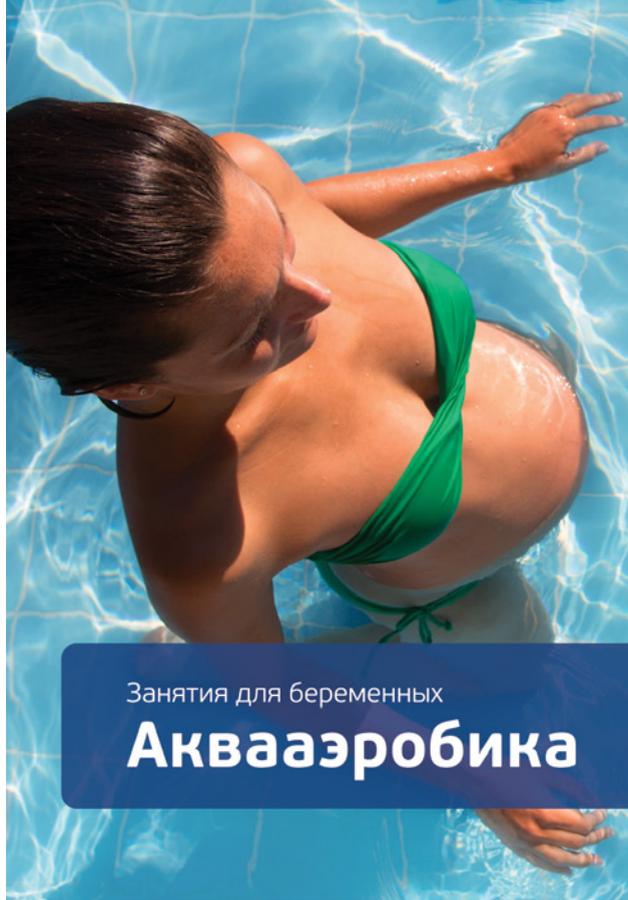
Ну, нет. Я помню, что было больно. Знаю, что будет больно в следующий раз. Я не делала никакого обезболивания, но при этом момент самой жесткой боли вспоминается как в тумане, в дымке. Совершенно очевидно, что организм женщины сам выбрасывает в мозг какой-то обезболивающий гормон, потому что на трезвую голову выдержать это действительно сложно. Организм женщины сам помогает ей справиться с ощущениями. Мне очень понравилась эта механика, физиология этого процесса. Но это касается здоровых женщин, я сразу говорю! У которых все хорошо с беременностью, которые уверены в себе и готовы. Мне показалось, что это очень продумано. Такой естественный, волшебный, физиологический процесс, который может произойти очень благополучно, светло и радостно!

Аж родить захотелось! Уже не так страшно! (смеются). Что можете пожелать молодым мамам?

Недавно в одной социальной сети мама двойни написала мне такую фразу: «Мама двойни — как ковбой: либо быстрый, либо мертвый!» (смеется). Вот я желаю всем мамам не только двойни, но и единственного ребенка, и тройни, быть быстрыми, энергичными и успевать получать от этого процесса удовольствие! Иногда это бывает непросто, но нужно во всей этой педиатрической гонке не забывать о том, что это, все-таки, радость и счастье. Ловить эти моменты, смаковать и наслаждаться ими!



*Благодарим магазины «Mothercare»
за помощь в организации съемки:
м. Черная речка; м. Старая Деревня;
ТЦ «Питерленд»,
Приморский пр., 72;
м. Бухарестская;
ТРЦ «РИО», Фрунзенский район,
ул. Фучика, 2*



Занятия для беременных

Аквааэробика

Лекции по подготовке к родам, йога, аквааэробика, фитнес, семинары для пар — «Встреча с новорожденным», «Партнерские роды»

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

**(812) 448-68-88
www.rodnikclub.ru**





Пловцы-младенцы

Питерский фотограф Александр Меерсон провел ряд фотосессий «Жизнь под водой». «Маленькие пловцы очень расслабленно чувствуют себя под водой, что отлично видно на фотографиях» – уверяет Александр.





Справка

Плавание в раннем возрасте имеет для малыша массу положительных моментов и благотворно влияет на детский организм: укрепляются мышцы спинки, животика, шейки, ручек и ножек. Кроме того, грудничковое плавание стимулирует кровообращение, развивает сердечную мышцу, а также тонизирует кожу малыша.



Для того чтобы попасть в бассейн, родителям понадобятся:

- 1 справка от терапевта для ребенка;
- 2 справка от дерматолога и гинеколога для матери;
- 3 купальник, тапочки, банные принадлежности для мамы;
- 4 специальные трусики-подгузники для малыша.



Фотографии сделаны на занятиях в клубе «Родник» по адресу:
Байконурская ул., 13/2.

Записаться на занятия может каждый желающий (мама и ребенок до 3-х лет) по телефону: 448-68-88



К 6 месяцам малыш освоил важный навык – он уже научился хватать предметы. Во втором полугодии ребенок проходит большой путь от простого схватывания предмета до исследования мира. Для гармоничного развития в этом возрасте особенно важно подобрать игрушки, которые заинтересуют ребенка и помогут его развитию.



Гаджеты для самых маленьких

В этом возрасте крохе уже недостаточно простого общения с близкими, он все больше интересуется окружающим. Для гармоничного развития в этом возрасте особенно важно подобрать игрушки, которые заинтересуют ребенка и помогут его развитию.

Второе полугодие жизни ребенка иногда называют возрастом ползунков. А ведь именно ползая, малыш изучает самого себя и экспериментально устанавливает границы своих возможностей. Это лучшая зарядка для ребенка в возрасте 3-8 месяцев. Она укрепляет мышечный аппарат, улучшает координацию, повышает устойчивость нервной системы. Важную роль в обучении ползанию могут сыграть привлекательные игрушки, которые стимулируют движение вперед. Например, интерактивный щенок Фред от компании Tiny Love. Он умеет двигаться по прямой или, если согнуть его гибкое тельце-гармошку, — по кругу. Чтобы щенок начал движение, крохе достаточно легко дотронуться до него. Малыш с интересом попытается догнать Фреда,

такие «гонки» помогут ему овладеть навыком ползания, совершенствуя координацию движений. Песик может напомнить о себе, заскулив или рассмешить хозяина лаем.

При ощупывании мягкой мордочки, шуршащих ушек, пластикового тельца будет совершенствоваться мелкая моторика крохи.

Компания Tiny Love продумала все до мелочей, обеспечив максимальную безопасность карапуза: если во время движения малыш переворачивает щенка, то колесики в лапках останавливаются. В задней лапке встроена прозрачная погремушка с цветными бусинками, которая гремит при движении, а грызунки дополняют функциональность игрушки и позволяют ребенку в любой момент почесать десны и прорезывающиеся зубки.

С веселым другом Фредом малыш начнет с удовольствием ползать, и не за горами будет то время, когда он сделает первые шаги!



БОЛЕЕ ПОДРОБНУЮ ИНФОРМАЦИЮ О РАЗВИТИИ МАЛЫША СМОТРИТЕ НА САЙТЕ WWW.TINYLOVE.COM. КОМПАНИЯ TINY LOVE — НАДЕЖНЫЙ СОВЕТЧИК, СПОСОБНЫЙ ПОМОЧЬ РОДИТЕЛЯМ НАЙТИ ГРАМОТНЫЙ ПОДХОД К ВОПРОСАМ РАЗВИТИЯ МАЛЫШЕЙ В ПЕРВЫЕ ГОДЫ ЖИЗНИ.

Проведение детских праздников



Дни рождения



Новогодние елки



Тематические праздники



Выезд аниматоров фокусников



Заказ шаров, тортов



Цирковые представления



www.curag.ru

(812) 448-47-77

Curag.ru



Зубная боль: осеннее обострение

АВТОР:

БАРАНОВСКАЯ Н. В., главный врач детских стоматологических клиник «ВЕРОНИКА»

ОСЕНЬЮ МАЛЫШИ ЧАСТО СТРАДАЮТ ПРОСТУДАМИ, ЧТО ПРИВОДИТ К ОСЛАБЛЕНИЮ ИММУНИТЕТА И ОБОСТРЕНИЮ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ В ОРГАНИЗМЕ. В полости рта очагами хронической инфекции являются зубы, пораженные кариесом и его осложненными формами (пульпитом и периодонтитом). На фоне ослабленного иммунитета микробы, которые находятся в невылеченных зубах, способствуют обострению этих очагов и провоцируют зубную боль. Это и называется обострением хронического процесса. Если зуб заболел после того как ребенок простыл, значит в нем имеется очаг инфекционного поражения.

Воспалиться могут как пораженные кариесом, так и здоровые на первый взгляд зубы, а также зубы, которые уже были вылечены от осложненных форм кариеса (так называемые «мертвые»).

Лето прошло, закончились каникулы, отстоял теплый сентябрь. Наступают пасмурные осенние дни, становится холодно. Часто именно в холодное время года детей начинают беспокоить здоровые на первый взгляд зубы.

Пролеченный зуб воспаляется, только если внутри осталась инфекция. Если зуб вылечили хорошо, то даже при холодной сырой погоде и при простудных заболеваниях он не будет

болеть. Поэтому если малыша беспокоят здоровые на первый взгляд зубки в холодную погоду, необходимо срочно показаться стоматологу.

Практика показывает, что родители приводят деток на лечение уже при осложненных формах кариеса (пульпит, периодонтит). Дело в том, что из-за своеобразного строения временных зубов, кариес у детей развивается очень быстро, родители не замечают его на ранних стадиях и приходят к доктору, когда кариозная полость уже большая и легко различима невооруженным глазом. В детских стоматологических клиниках «Вероника» в дополнение к традиционным методам диагностики кариеса и его осложнений используется камера «Vista Proof», которая позволяет обнаружить кариес даже на ранней стадии. Благодаря этой оптической камере стала возможна диагностика бляшек и зубного налета, кариеса фиссур и гладких поверхностей.

Летом большинство деток отдыхали без присмотра родителей — у бабушек, в детских лагерях и других местах. Стоит допускать, что малыши не так часто и тщательно чистили зубы, как они обычно делают это дома. При нерегулярной чистке на зубах скапливается налет, в котором обитают микробы, вызывающие кариес.

Поэтому после летних каникул обязательно нужно проверить состояние полости рта ребенка и, при необходимости, провести лечение.



*Пусть Ваш ребенок ходит
В школу и детский сад с хорошим настроением и здоровыми зубами!*

ПРИГЛАШАЕМ Вашего ребенка на бесплатную* консультацию



Приглашение действительно по 31.12.2013

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



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

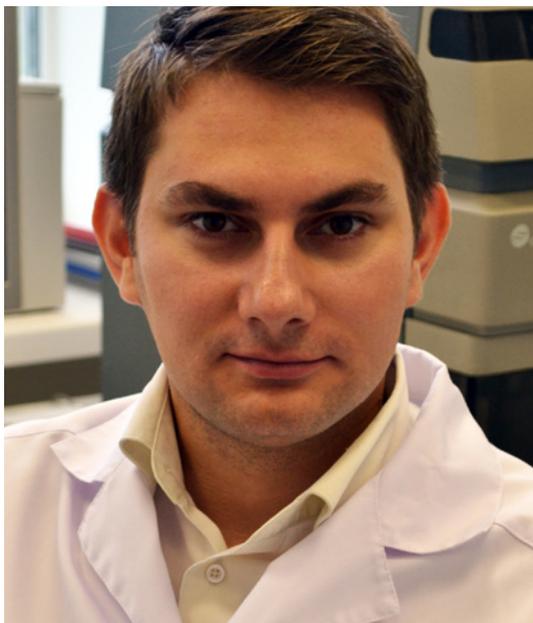
777-77-09
www.veronica.ru

О ВОЗМОЖНОСТИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

Лиц.: № 78-01-003446 СП6

Журнал «Эрудит», октябрь 2013

Транс-технологии: СТВОЛОВЫЕ КЛЕТКИ ЧЕЛОВЕКА



РОДИОН КОРАБЛЕВ, врач-консультант

.....

Что такое стволовые клетки?

Стволовые клетки являются предшественниками всех клеток человеческого организма. Проходя стадии дифференцировки (развития), эти клетки становятся зрелыми клетками. Уникальность стволовых состоит в их способности самообновляться, образуя новые клетки. Свое название они получили из-за способности ассиметричного деления, при котором в результате деления одна клетка остается «материнской», т. е. стволовой, а другая

Забор пуповинной крови во время родов имеет ряд преимуществ по сравнению с забором стволовых клеток из красного костного мозга.

специализируется в зрелую клетку. Таким образом, поддерживается популяция этих клеток.

Существуют несколько типов стволовых клеток: эмбриональные, фетальные, которые присутствуют только до рождения, мезенхимальные и гемопоэтические, выявляемые после рождения. Количество стволовых клеток уменьшается с возрастом человека. Так, при рождении у человека этих клеток примерно 1 на 10 000, в то время как у пожилых — 1 стволовая на несколько миллионов клеток. Именно поэтому биологически целесообразным является сбор стволовых клеток, находящихся в пуповинной крови сразу после рождения ребенка.

Как сохранить стволовые клетки?

Источниками стволовых клеток являются красный костный мозг и пуповинная кровь. Забор пуповинной крови во время родов имеет ряд преимуществ по сравнению с забором стволовых клеток из красного костного мозга. Во-первых, процедура сбора пуповинной крови безболезненна и безопасна

в отличие от пункции костного мозга, являющейся малоинвазивным оперативным вмешательством. Во-вторых, в пуповинной крови содержится больше стволовых клеток, чем в красном костном мозге на единицу объема, и они менее дифференцированы (т. е. менее зрелые). После сбора в родильном доме пуповинная кровь доставляется в банк стволовых клеток, где концентрат стволовых клеток подвергается плавной криоконсервации в парах жидкого азота при температуре 196 °С.

Опыт применения стволовых клеток.

Трансплантация стволовых клеток является стандартом лечения онкогематологических заболеваний. Также стволовые клетки успешно применяются при аутоиммунных, генетических нарушениях и иммунодефиците. По данным Мирового общества по трансплантации крови и костного мозга (WBMТ) ежегодно в мире регистрируется более 50 000 трансплантаций гемопоэтических стволовых клеток, половина из которых выполняется в Европе. При этом доминируют аутологичные трансплантации, когда источником стволовых клеток является сам человек. В январе 2013 года в мире был зафиксирован первый миллион выполненных трансплантаций гемопоэтических стволовых клеток, что стало важной вехой в истории трансплантологии.

Последние достижения в области клеточных технологий.

Японские генетики из Киотского университета, где созданием человеческих органов в лабораторных условиях занимаются уже более 5 лет, при участии российского ученого Константина Агаладзе, впервые из стволовых клеток была выращена человеческая сердечная ткань. Это стало важным событием в кардиологии, поскольку искусственно выращенные ткани сердца смогут,

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 банкингования стволовых клеток.
- Все образцы и хранилище застрахованы.

Тел.: (812) 677-21-63, 929-49-02

www.trans-t.ru

Предъявителю купона 3% скидка

по мнению Константина Агаладзе, заменять патологические участки сердца больных кардиологического профиля, а также служить материалом для проведения исследований, которые впоследствии спасут миллионы больных. Ученым из Университета Йогогамы во главе с Такебе Таканори удалось получить миниатюрную человеческую печень из человеческих стволовых клеток. Работоспособность выращенной печени подтвердилась после трансплантации нового органа мышши с терминальной стадией печеночной недостаточности. В течение нескольких суток после восстановления кровоснабжения печень начала расти до необходимого мышши размера.

● ● ● ● ● ● ●

**Информация на сайте: www.trans-t.ru,
www.vk.com/trans_tehnologii;
консультации: 677-21-63, 929-49-02**

Казалось бы, все очевидно: нужно просто употреблять в пищу больше продуктов, богатых омега-3 жирными кислотами, и кожа будет себя прекрасно чувствовать!

Красота холода не боится

ОСЕННИЕ ХОЛОДНЫЕ ДОЖДИ И ПРОМОЗГЛЫЕ ВЕТРА НЕ ТОЛЬКО ПОРЯТ НАМ НАСТРОЕНИЕ, НО И ОКАЗЫВАЮТ ПРЯМОЕ ВЛИЯНИЕ НА НАШ ОРГАНИЗМ. Хуже всего приходится нашей коже. Кожный покров испытывает двойной удар: во-первых, она подвергается внешнему воздействию по-осеннему агрессивной окружающей среды, а во-вторых, на нее влияют факторы, от которых страдает организм в целом, например, недостаток витаминов, обострение аллергий, а также осенняя меланхолия. И если с первой проблемой можно бороться с помощью теплых вещей и косметических средств, то ко второй нужно подойти более тщательно. Помочь коже противостоять осенним холодам, а также поддержать здоровье организма и сохранить красоту и молодость могут омега-3 кислоты.

Помощь коже

Чтобы разобраться в этой проблеме, нам нужно понимать, какие факторы сильнее всего воздействуют на нашу кожу.

- 1 Основным агрессором является атмосферный кислород. Являясь сильными антиоксидантами, омега-3 кислоты защищают кожный покров от разрушительного влияния кислорода.
- 2 Холода часто сопровождаются развитием аллергий и других проблем с кожей. Омега-3 кислоты играют важную роль в лечении различных дерматитов, ускоряют заживление. Во многом этому способствует сильный противовоспалительный эффект омега-3.

3 Проблема с иммунной системой в период холодов как никогда стоит остро. Омега-3 кислоты укрепляют иммунитет, стабилизируют его работу. Кстати, развитие аллергий напрямую связано со сбоями в работе иммунной системы, поэтому прием омега-3 кислот помогает бороться с аллергиями.

Настроение тоже немаловажно, депрессия очень сказывается на нашей коже. Ученые выяснили, что значительная часть депрессий связана с дефицитом омега-3 кислот в центрах настроения, расположенных в головном мозге. Восполнение дефицита помогает справиться с депрессией и сделать настроение позитивным.

В конце концов, омега-3 кислоты защищают от разрушения коллаген, который, по своей сути, является основой нашей кожи.

В результате под действием омега-3 кислот кожа легче переживает холода и стрессы, сохраняет упругость и молодой вид. На данный момент неизвестны другие вещества, способные непосредственно тормозить ключевые механизмы старения кожи, поэтому омега-3 кислоты в этом плане находятся вне конкуренции.

Казалось бы, все очевидно: нужно просто употреблять в пищу больше продуктов, богатых омега-3 жирными кислотами, и кожа будет себя прекрасно чувствовать. К сожалению, оказалось, что проблему не решить просто путем изменения диеты, поскольку современные продукты питания крайне бедны омега-3 кислотами. Дело в том, что в мясе стало намного меньше омега-3, ведь животных стали кормить комбикормами вместо травы. В растительных маслах этих кислот недостаточно из-за выбора сырья, ведь кукуруза и подсолнечник содержат мало омега-3 кислот. Даже рыба сегодня выращивается на специальных фермах, где вместо естественной пищи она также получает

специальный корм. Получается, дефицита омега-3 жирных кислот нам никак не избежать, как бы мы не формировали нашу диету. Именно по этой причине сегодня единственным выходом является использование специальных омега-3 комплексов.

Из серии представленных в аптеках препаратов омега-3 особого внимания заслуживает Норвесол. На сегодняшний день это единственный на российском рынке высокочистый препарат, полученный из тканей морских млекопитающих. Норвесол не вызывает аллергии, поскольку производится в Норвегии при строжайшем контроле качества на каждом этапе производства. В итоге получается уникальный качественный продукт, заслуживший доверие у ответственных косметологов и дерматологов. Норвесол не содержит искусственных добавок и примесей, что позволяет комбинировать его с любыми витаминами и препаратами.



NORWESOL™
УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ОМЕГА-3 КОМПЛЕКС

Самый биодоступный источник омега-3 из Норвегии. Не содержит искусственных примесей и добавок. Гипоаллергенен.

Norwesol на долгие годы сохраняет красоту и здоровье.
Помогает без осложнений выносить и родить здорового малыша.

8 800 333 33 02 www.norwesol.ru

A photograph of two young girls with long blonde hair. The girl in the foreground is smiling broadly and holding a white sign with black text. The girl behind her is also smiling and has her arm around the first girl's shoulder. The background is a plain, light-colored wall.

**Выходные
с детьми.
Михайлов-
ский сад
стр. 60**



**С «Эрудитом»
веселее!**

стр. 86

**ТОП-10
осенних
идей**

стр. 66

Модели Macaronis Kids, фотограф Женя Fotokot

Дети Мороз

Несмотря на юный возраст, герои этой статьи – деловые и талантливые личности. Сегодня это – брат и сестра Антон и Оля Мороз, которым на двоих всего 10 лет, а они уже снимаются в фотосессиях, участвуют в танцевальных проектах, дефилируют по подиуму и успевают сделать еще много всего интересного.

Об Оле



Олечке Мороз легко удается перевоплощаться из одного образа в другой!“

Досье

Так как Олина мама — фотограф (Мария Мороз, член Ассоциации детских и семейных фотографов), то снимается Оля с самых первых дней жизни. У других же фотографов начала сниматься с 5 лет. Это было связано с тем, что Олю выбрали для съемок афиши юбилейного концерта школы-студии «ArTiS-BaLLeT», где она занималась.

Снималась у таких фотографов, как Антон Миллер (творческая съемка в отеле «БИП» и имиджевая съемка для «Infiniti Lingerie»), Марина Айдинян, Юлия Мелентьева, Мария Касилова, Алёна Скорая (каталог детской парикмахерской «Кудряшка»), Анна Шура, Ольга Кравина и др.

У Оли, конечно, есть опыт и в показах. Но упор в занятиях ставится не на модельную карьеру, а на балет, которым она занимается с 4 лет: начала в районной школе искусств, затем продолжила в образцовой школе-студии «ArTiS-BaLLeT». Сейчас же учится в ДШБ Ильи Кузнецова, в классе Елены Никифоровой.

БЛИЦ-ОПРОС

Любимый мультфильм

Это «Понивиль». Он про лошадок, которые умеют говорить, танцевать, собирать яблоки.

Любимая игрушка

Лошадка. Только у меня ее еще нет. Она красивая, и на ней можно кататься.

Что нравится в фотосессиях

Нравится надевать разные платья, нравится сидеть у мамы на коленях, когда она обрабатывает фотографии. Смотреть свои фотографии не очень нравится, это скучно.

О чем мечтает

Я мечтаю о жи-

вой лошади. Буду на ней кататься, водить ее на полянку с вкусной травой. Там она сможет есть любую траву, которую сама захочет.

Чем любит заниматься

Люблю купаться в озере, даже если вода холодная. Люблю играть с друзьями и кататься на велосипеде.

Кем хочет стать

Хочу стать знаменитой балериной, как Диана Вишнева. Или, может, лучше наездницей на лошади... Ладно, хватит вопросов. Я побежала!



Об Антоне



Антон – жизнерадостный мальчик! Настоящий Том Сойер! Однако на съемках он может быть и грустным, как маленький Принц..."

Досье

К ак и Оля, снимался у мамы (фотограф Мария Мороз) с самого рождения.

В 2008 году на международном фотоконкурсе детского обаяния завоевал премию «Мистер солнышко 2008». Фотографии с участием Антона попали в следующие каталоги и рекламы: «VIAGGIO bambini», boutique.ru, «ACoola», новогодняя коллекция «Infiniti Lingerie 2012», «Дети», «Лента».

Имеет опыт модных показов.

Несколько месяцев занимался в школе модельного агентства «Macaronis Kids». С 2-х лет занимается плаванием.

Поклонница Антона из Китая Zhang Huaibi организовала фан-клуб, посвященный Антону. Его страничку можно найти в сети weibo.com, где у Антона 3135 поклонников.

БЛИЦ-ОПРОС

Любимый мультфильм

«Звездные войны».

Любимая игрушка

Конструктор «Лего».

Люблю собирать космические базы, корабли, шаттлы

и устраивать между ними войны.

Что нравится в фотосессиях

Нравится, когда есть интересные декорации, и когда

выдают зарплату.

О чем мечтает

Об айпаде. Еще, чтобы никто никогда

не умирал, и у всех была бы нормальная жизнь.

Чем нравится заниматься

Кататься на велосипеде с друзьями, жечь костры.

Кем хочет стать

Хочу стать военным генералом, командовать армией,

участвовать в боях, защищать свою

страну. xxxxxxxxxx

xxxxxxxxxxxxxxxxxxxx

xxxxxxxxxxxxxxxxxxxx

xxxxxxx

Комната детства

Комната для ребенка – как одежда, ее с возрастом необходимо менять, покупать что-то больших размеров и «на вырост», не забывая, конечно, о вкусах проживающего. О том, как справиться с этой задачей – в материале ниже.

Детская комната для детей до 3-х лет

Говорить об обустройстве детской комнаты для новорожденных будет не совсем правильно, так как это больше «рабочая» зона для мамы. В ней, помимо кровати, располагается пеленальный стол, тумба или шкафчик с предметами первой необходимости и кресло.

Детская комната для детей от 3-х до 6-ти лет

С каждым годом детская комната все больше будет принимать вид игрового пространства.

Мебель играет главную роль в обустройстве детской комнаты. Главные критерии при ее выборе (особенно кровати) — это безопасность, надежность и соразмерность возрасту малыша. Кровать для малыша превращается в его игровой сказочный домик. На этом этапе в детскую комнату желательно добавить спортивный уголок. Это поможет его физическому развитию, будет способствовать воспитанию правильного поведения на игровых площадках во дворе. Также в детской комнате, особенно от 3-х до 6 лет, необходим «домик-укрытие», который станет любимым местом уединения. Сюда совершенно не обязательно звать родителей, «Свой» мир нужен каждому ребенку

Детская комната для детей от 6-ти лет и старше

По мере взросления ребенка в детской комнате должны появиться новые функциональные зоны. Теперь он школьник, а это значит, что необходимо добавить учебную зону в детскую комнату. Она должна быть эргономична для правильного роста и развития ребенка. Мебель стоит выбирать из расчета ее удобства как в 6, так и в 10, и в 12 лет.

С началом школьного периода ребенку необходим личный письменный стол. В среднем за годы учебы в школе ребенок вырастает на 55–60 см, поэтому письменный стол непременно должен «расти» вслед за ним, т. е. иметь возможность для увеличения высоты положения столешницы в пределах 53-79 см от уровня пола. Отлично, если у ребенка будет письменный стол с регулируемым углом наклона столешницы — при наклоне от 6 до 16 градусов удобнее писать и делать чертежи.

Стул школьника, как и его стол, должен быть также регулируемым по высоте. Регулируемым по высоте должно быть не только сиденье, но и спинка стула, к тому же стул должен трансформироваться и по глубине сидения. Кроме этих важных свойств, универсальный стул непременно должен обладать еще одним — хорошей устойчивостью, которая особенно важна для детей младшего возраста.

При обустройстве детской комнаты берите с собой ребенка при покупке мебели, предметов отделки или декора. Пусть малыш участвует, видит, как устанавливается его мебель. Это позволит ребенку по-настоящему полюбить свою детскую комнату.

Детская комната для детей от 12 лет и старше

Обустройство комнаты для подростка — довольно непростая задача, так как в этом возрасте у ребенка уже

Терминология

Детская комната – особое помещение в доме, требующее ответственного подхода к его обустройству, причем подхода, меняющегося по мере перехода ребенка из одной возрастной группы в другую. Поэтому, в отличие от других комнат, обустройство детской должно выполняться с учетом обязательных будущих перестановок и переоборудований, необходимых для удовлетворения меняющихся с

возрастом функциональных потребностей и характера активности ребенка. Характер обустройства детской должен последовательно отражать особенности следующих возрастных периодов жизни ребенка: «младенческий» (1–3 года), активно-моторный дошкольный (3–6 лет), активно-моторный школьный (6–12 лет) и подростковый (12–15 лет).



Сюда совершенно не обязательно звать родителей, только если очень попросят. «Свой» мир нужен каждому ребенку.

появляются собственные идеи на этот счет. В подростковом возрасте дети начинают критически оценивать обстановку своей комнаты и желают, чтобы она была такой, как в комнате взрослого человека. Подростки стесняются перед сверстниками «детскости» своей комнаты; не любят кровати (теперь им больше нравится диван-кровать), критически смотрят на ставшую «низкорослой» мебель, на детские расцветки обивки. Интерьер комнаты для подростка должен быть приближен по мебелировке и оформлению к типовому интерьеру общей комнаты. При этом с помощью различных аксессуаров дизайн комнаты можно сделать более индивидуальным, соответствующим увлечениям повзрослевшего ребенка.



- «Мир Детской Мебели» на Просвещения
ул. Шостаковича, д. 8, к. 1, Мебельный Центр «Гранд Каньон», 2 этаж, секция 210; Тел.: (812) 454-04-96
- «Мир Детской Мебели» на Савушкина
ул. Савушкина, д. 141, ТРК Меркурий, Мебельный Центр «Грэйт», 2 этаж, секция № 271 (ДИСКОНТ-ЦЕНТР)
Тел.: (812) 333-23-05, +7 (921) 098-17-45 (Дисконт-центр)
- «Мир Детской Мебели» на Лесной
ул. Кантемировская, д. 37, Мебельный Центр «Мебель-Сити 2», 2 этаж, секция № 2.25;
Тел.: (812) 635-83-90
- «Мир Детской Мебели» на Варшавской
ул. Варшавская, д. 3А, Мебельный Центр «Мебельный Континент», этаж 3, секция № 334,
Тел.: (812) 640-46-97
- «Мир Детской Мебели» на Большевиков
Дальневосточный пр., д. 14, Мебельный Центр «МебельWood», 2 этаж, секция 2-20;
Тел.: (812) 449-23-47
- «Мир Детской Мебели» в Купчино
пл. Балканская, д. 5, Мебельный Центр «12 Стульев»,
2 этаж, секция С1; Тел.: (812) 677-04-95

WWW.MIRDM.RU

A young girl with long blonde hair in pigtails, wearing a white shirt and a red plaid vest, is smiling and holding a stack of books. The background shows shelves filled with books in a library or bookstore.

КНИГИ ОКТАБРЯ



Осень, начало учебного года – это время для родителей школьников особенно волнительно.

ПОДГОТОВИЛА:
ТАТЬЯНА ШАПОШНИКОВА

В КАЖДОЙ СЕМЬЕ ПО-РАЗНОМУ ПРЕОДОЛЕВАЮТ ТРЕВОГИ, СВЯЗАННЫЕ С НАЧАЛОМ ОБУЧЕНИЯ В ШКОЛЕ. МЫ ХОТИМ ПРЕДЛОЖИТЬ НАШИМ ЧИТАТЕЛЯМ УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СПОСОБ НЕМНОГО УСПОКОИТЬ СЕБЯ И СВОЕГО РЕБЕНКА. КНИГИ О ШКОЛЬНЫХ БУДНЯХ ПОМОГУТ ПЕРВОКЛАССНИКАМ ПРЕОДОЛЕТЬ ВОЛНЕНИЕ. ДЛЯ УЧЕНИКОВ ПОСТАРШЕ МЫ ВЫБРАЛИ ИНТЕРЕСНЫЕ ИСТОРИИ ИЗ ЖИЗНИ СВЕРСТНИКОВ.

Юз Алешковский. Кыш, Двапортфеля и целая неделя. – Астрель, Москва, 2010

Повесть «Кыш, Двапортфеля и целая неделя» была написана в 1970 году, а в 1974 по ней был снят детский фильм. Поэтому тем современным родителям, чье детство прошло в Советском Союзе, книга Юза Алешковского хорошо знакома.

История о первокласснике Алеше Сероглазове, которому в школе за маленький рост дали прозвище Двапортфеля, не потеряла своей актуальности и по сей день. Ведь проблемы, заброшенные Алешковским, близки каждому маленькому человеку вне зависимости от времени и места проживания. Первая неделя в школе, первая в жизни собака, первые настоящие друзья и враги. Главный герой книги, совсем обычный мальчик, еще не успел за этот

Повесть «Кыш, Двапортфеля и целая неделя» подарит прекрасное настроение и обязательно добавит уверенности в себе перед началом школьной жизни.»



короткий срок научиться читать и писать, но уже понял, как важно быть честным и смелым. Не оставил без внимания автор такие непростые для первоклассника понятия, как дисциплина и ответственность. При всем при этом, книга читается очень легко. Увлекательный детектив, яркие характерные образы, простой язык. Многие родители без труда узнают себя в семействе Сероглазовых. А появление в доме щенка по имени Кыш будет близко всем, кто когда-либо заводил домашнее животное. Строки, посвященные собакам, не только очень точны, но и пронизаны огромной любовью и теплотой. Каждый согласится с тем, что «не собаки виноваты, если они злые и неблагородные, а хозяева».

Повесть «Кыш, Двапортфеля и целая неделя» подарит прекрасное

настроение и обязательно добавит уверенности в себе перед началом школьной жизни.

С. А. Могилевская. Марка страны Гонделупы. – АСТ. Москва, 2011

Детская повесть «Марка страны Гонделупы» — это очередной привет из нашего общего советского прошлого. Книга была впервые издана в 1941 году. Затем, по требованиям цензуры, Софья Могилевская фактически переписала повесть: были изменены имена героев, убраны украинизмы, добавлены нравоучительные пассажи. В таком переработанном виде книга вышла в 1958 году. Именно этот вариант «Марки страны Гонделупы» взят за основу современного переиздания.

Многих родителей может испугать литературно-политический шлейф этого произведения. Но, поверьте, даже сильно



отредактированная повесть не потеряла своего обаяния. Захватывающий сюжет привлекает юных читателей, несмотря на некоторые анахронизмы.

Софья Могилевская точно подметила все тревоги будущего первоклассника. «Ах, мама! Вот

Яркие характеры, узнаваемые ситуации, Вечные мальчишеские проблемы. Все это делает повесть Софьи Могилевской Востребованной и В наши дни.“



ты и не понимаешь. Пенал — это самое главное. Самое-самое главное». И детям, собирающимся в первый класс, и их родителям будут понятны заботы Пети Николаева, с юмором описанные автором.

Главные герои «Марки страны Гонделупы» — мальчики из маленького рабочего поселка. Первые школьные дни, первые радости и первые огорчения. И первое настоящее хобби — коллекционирование марок. Один из героев повести покорен новым увлечением. «Марок, марок, марок... Откуда угодно, каких угодно, лишь бы их стало как можно больше!» В книге раскрыты все особенности поведения охваченного страстью коллекционера. Вместе с открытием увлекательного мира филателии, Петя знакомится и с негативной стороной собирательства. Столкнувшись с подлостью и обманом, герои «Марки страны Гонделупы» проверяют на прочность свою дружбу, узнают цену чести и достоинства. Яркие характеры, узнаваемые ситуации, вечные мальчишеские проблемы. Все это делает повесть Софьи Могилевской востребованной и в наши дни.

У современных школьников нет перьев и промокашек, но они по-прежнему отвечают у доски, учатся аккуратно писать и волнуются перед контрольными. И так же, как и полвека назад, что-нибудь коллекционируют. Поэтому книги с четко определенными нравственными ориентирами необходимы сегодня и будут нужны всегда.

В. Медведев. Баранкин, будь человеком! – Махаон, 2013

Сказочную повесть «Баранкин, будь человеком!» Валерий Медведев написал в 1961 году. Книга была очень тепло воспринята читателями. В 1980-м Международный Совет по детской книге наградила сборник «Фантазии Баранкина» Почетным дипломом на конкурсе имени Ганса Христиана Андерсена.

Не слишком усердные школьники, Юра Баранкин и Костя Малинин, вдруг приобрели возможность усилием воли превращаться в любое животное. Им показалось, что жизнь птиц и насекомых гораздо легче и беззаботнее, чем жизнь человека.



«Достаточно было взглянуть один раз, чтобы убедиться, что жизнь птиц и разных насекомых была беззаботной и просто замечательной: никто из них никого не ждал, никто ничему не учился, никого никуда не посылали». Дальнейшие события носят совершенно неожиданный характер. Друзья на собственном опыте узнают все тяготы быта в животном мире. И, в конце концов, понимают, что быть человеком — это совсем не так уж плохо.

Валерий Медведев в своей книге сочетает реалистическое изображение действительности и элементы фантастики. Живой, разговорный язык, множество смешных ситуаций, пронзительные лирические моменты — вот отличительные черты этого произведения. Автор поднимает

Живой, разговорный язык, множество смешных ситуаций, пронзительные лирические моменты – вот отличительные черты этого произведения. Автор поднимает сложные нравственные и философские проблемы, излагая их читателям в доступной художественной форме.“

сложные нравственные и философские проблемы, излагая их читателям в доступной художественной форме.

Книга «Баранкин, будь человеком!» одновременно и веселая, и мудрая. Ответственность за свои слова и поступки, трудолюбие и стремление к знаниям, дисциплинированность — эти вечные истины все родители внушают детям и, часто, без особого успеха. Но поданные в виде остроумной сказочной повести, жизненные аксиомы воспринимаются легче и обладают более сильным педагогическим воздействием. Динамичный сюжет и простота изложения делают книгу близкой и понятной школьникам восьми-десяти лет. И если Ваши дети еще не являются поклонниками фантазера Баранкина, спешите их познакомить с этим замечательным персонажем.

И. Пивоварова. О чем думает моя голова. — ИДМ, Москва, 2013

Повесть «О чем думает моя голова» была написана Ириной Пивоваровой в далеком 1965 году. С тех пор история Люси Синициной пользуется неизменным успехом у читателей и достаточно часто переиздается. Книга, о которой пойдет сейчас речь, вышла в серии «Bibliogид рекомендует». Это воспроизведение издания 1975 года с замечательными иллюстрациями Анатолия Иткина, заслуженного мастера книжной графики.

Главная героиня повести Люся Синицина — самая обычная ученица третьего класса. Она не очень прилежна в учебе и не имеет каких-то особых талантов. Но будни этой девочки насыщены событиями не меньше, чем страницы приключенческого романа. Она собирает металлолом, ищет потерявшуюся собаку, делает из свиной-копилки экспонат для школьной



Книга «О чем думает моя голова» написана легко. В ней присутствует детское ощущение радости бытия. Читая, забываешь, что автор был взрослым человеком. Тем более, что повествование ведется от первого лица.“

выставки. Шалуныя и непоседа, Люся Синицина — совсем не образец для подражания. Однако ее живой непосредственный характер, искренность и доброта покорили уже не одно поколение детей. Ведь ее черты можно обнаружить почти в каждом ребенке. Люся Синицина совершает ошибки и необдуманные поступки, спорит и сорится с друзьями. Именно эта обыкновенность и делает героиню Ирины Пивоваровой близкой и понятной большинству школьников. Книга «О чем думает моя голова» написана легко. В ней присутствует детское ощущение радости бытия. Читая, забываешь, что автор был взрослым человеком. Тем более что повествование ведется от первого лица. Несмотря на то, что у современных детей практически отсутствует дворовая жизнь в том виде, какой ее помнят дети шестидесятых, да и бытовые реалии значительно



отличаются, история Люси Синициной по-прежнему актуальна. Ирина Пивоварова смогла простыми словами, с любовью и юмором создать в своей повести такую душевную атмосферу детства, в которую невольно хочется окунуться с головой.

Озорные рисунки Анатолия Иткина прекрасно отражают задорный стиль повествования. Прозрачные двухцветные акварели не отвлекают от чтения и создают достоверное представление о времени, в котором живет Люся Синицина.

«О чем думает моя голова» — светлая и добрая книга, и читать ее — одно удовольствие. Такие книги из прошлого поддерживают связь между поколениями и создают общий культурный код, передаваемый от родителей детям.

Книги о школьных буднях помогут первоклассникам преодолеть волнение

В нашем обзоре мы представили далеко не полный список детской литературы на школьную тему. Множество отличных произведений осталось за рамками нашей статьи. Мы лишь наметили путь, по которому стоит идти юным читателям. И очень надеемся, что наши усилия помогут вам сориентироваться в море издаваемых сегодня книг.





Негосударственное образовательное учреждение
дополнительного образования

«Методики Н. Зайцева»

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

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

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

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

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

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



233-24-42 • 233-24-45 • 936-21-69

www.metodikinz.ru



Вперед,
в Михайловский сад!



Фотограф: Женя Котова

Настоятельно рекомендуем побывать в Михайловском саду осенью – там необыкновенно красиво! Яркие кроны деревьев, лужайки, прозрачные пруды – и все это в самом сердце Петербурга.

ПОДГОТОВИЛА:
ИРИНА ТРЕТЬЯКОВА

Я ПОЧЕМУ-ТО НИКОГДА НЕ ВЫДЕЛЯЛА Михайловский сад из остальных парков ПЕТЕРБУРГА. СЕРДЦЕ МОЕ ПРИНАДЛЕЖАЛО ЛЕТНЕМУ САДУ. Михайловский я всегда проходила мельком. Любовалась лаконичностью Михайловского дворца, восхищалась невероятной красотой Спаса-на-Крови, но сам сад не производил на меня впечатления.

Но вот однажды волею судеб я попала туда в самый разгар золотой осени. Как же там оказалось красиво! Это были какие-то невероятные акварели. Стальное нависающее небо перестало раздражать, а, наоборот, как умело подобранная оправа, представило сад во всей красе. Я даже сначала подумала, что уже зажгли фонари, но нет, это золотые листья кленов так «освещали» все вокруг. Уходить не хотелось. Этот уголок живой природы в центре мегаполиса стал для меня настоящим оазисом. Можно было остановиться и отдохнуть от вечной суеты, полюбоваться прекрасной природой и получить заряд невероятного вдохновения. Вспомнилась романтическая музыка Шопена, и почему-то очень захотелось сочинять стихи.

*«И пальцы просят к перу, перо к бумаге,
Минута — и стихи свободно потекут».*

Но стихов я, к сожалению, сочинять не умею, поэтому пришлось ограничиться фотосъемкой. Фотографий оказалось так много, что я даже не заметила, как карта памяти была полностью заполнена. С тех пор Михайловский сад — одно из моих самых любимых осенних мест в городе.



Во времена Петра Первого

В начале XVIII века здесь находили охотничьи угодья шведского феодала. После того, как эти земли были завоеваны в ходе Северной войны, Петр Великий повелел на этом месте разбить сад. Жан Батист Леблон великолепно справился с этой задачей. Было создано три Летних сада. Они сообщались и дополняли друг друга. Знакомый нам Летний сад был разделен на две части — Первый и Второй, а на месте Михайловского располагался Третий. Здесь находилась резиденция Екатерины I «Золотые хоромы». Вокруг нее располагались деревья, подстриженные в форме геометрических фигур.

Этот уголок живой природы в центре мегаполиса – настоящий оазис. Можно остановиться и отдохнуть от вечной суеты, полюбоваться прекрасной природой и получить заряд невероятного Вдохновения..“

Росли фруктовые деревья, в оранжереях росли бананы, ананасы, пели соловьи. Эти певчие птицы были специально завезены в количестве 50-ти штук из Московской, Псковской и Новгородской губерний.



Изюминки от Елизаветы

Сад неоднократно перестраивался. В период правления Елизаветы Франческо Барталомео Растрелли придал ему черты «французского» регулярного парка. Здесь появился зеленый лабиринт, крестообразные аллеи, декоративные беседки и павильоны, а также качели и катальные горки. Изюминкой сада стала панорамная беседка. Она располагалась в кроне одного из больших деревьев, подниматься туда нужно было по винтовой лестнице. На месте Инженерного замка тогда находился Летний дворец. В эпоху Павла I Летний дворец был снесен, а на его месте

построили неприступный замок. Облик места опять поменялся. Стали отчетливо проступать черты пейзажного парка.

Михайловский дворец

В 20-х годах XIX века начинается строительство Михайловского дворца (сейчас — Русский музей) для великого князя Михаила Павловича. Руководил строительством дворцового ансамбля Карл Росси. Перед фасадом Михайловского дворца появляется неправильной формы английский луг, прежние строгие геометрически выверенные бассейны не годились для новой концепции. Необходимо было придать им неправильные, живописные очертания. На берегу Мойки была построена пристань и лаконичный павильон, который в наше время стал известен как Павильон Росси. Здесь можно было выпить чашку чая или просто уединиться. Но не все радикально меняет Карл Росси. Некоторые находки своих

Перед фасадом Михайловского дворца появляется неправильной формы английский луг.





предшественников Растрелли и Леблон он удачно встраивает в новый облик парка. Появляются великолепные цветники и живописные кустарники.

В начале XX века в парке появляется чудесная кованая решетка с растительным орнаментом. По одним источникам ее автор — Альфред

В октябре учеников студии ждет «День рождения дуба» – прогулка по Михайловскому саду, где дети познакомятся с тайнами парка и, конечно же, создадут свои шедевры в мастерской музея.

После революции парк был заброшен. В блокаду здесь прятали от бомбежек многие скульптуры. В том числе — конную статую Александра III. В начале XXI века была проведена масштабная реконструкция.

Парланд, по другим — Кверфельд. После революции парк был заброшен. В блокаду здесь прятали от бомбежек многие скульптуры. В том числе — конную статую Александра III. В начале XXI века была проведена масштабная реконструкция.

Фестиваль «Императорские сады России»

Вот уже несколько лет в начале июля в Михайловском саду проходит

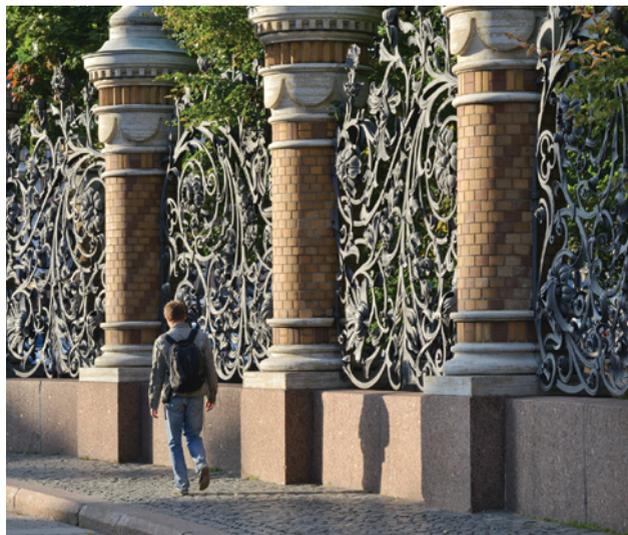
При правлении Екатерины здесь росли фруктовые деревья, в оранжереях росли бананы, ананасы, пели соловьи. Эти певчие птицы были специально завезены в количестве 50-ти штук из Московской, Псковской и Новгородской губерний.“

международный фестиваль «Императорские сады России». Здесь можно увидеть замечательные произведения известных ландшафтных дизайнеров. В парке очень часто проводят свои занятия ученики арт-ателье «Палитра». Это совместный проект Русского музея и фонда «В поисках гармонии». Заниматься там могут дети с 3-х лет. Здесь учат говорить на языке изобразительного искусства, осваивают художественные техники. В октябре учеников студии ждет «День рождения дуба» — прогулка по Михайловскому саду, где дети познакомятся с тайнами парка и, конечно же, создадут свои шедевры в мастерской музея.

После прогулки...

После осенней прогулки по саду заглянем в ресторан с забавным названием «Фрикадельки». Тут можно подкрепиться на славу на любой вкус и кошелек. Наваристые супы и бульоны, нежнейшие сырники, ароматный кофе и свежевыжатые соки. Линейка вторых блюд и десертов просто поражает своим разнообразием.

Удачной осенней прогулки и приятных впечатлений!



В начале XX века в парке появляется чудесная ковкая решетка с растительным элементом.



На берегу Мойки была построена пристань и лаконичный павильон, который в наше время стал известен как павильон Росси.





Осень увлекательно

Вот и наступила «унылая пора, очей очарованье». Природа начинает активно вмешиваться в наши планы. Дождь, слякоть и отсутствие солнца. Даже причудливо раскрашенные листочки деревьев не радуют.

ПОДГОТОВИЛА:

ИРИНА ТРЕТЬЯКОВА, историк

КАК ТУТ НЕ ЗАРАЗИТЬСЯ ПЛОХИМ НАСТРОЕНИЕМ, РАЗДРАЖИТЕЛЬНОСТЬЮ И СКУКОЙ? Но не стоит отчаиваться — на помощь придет фантазия. С ее помощью можно даже наискуднейший осенний день превратить в сказку..

Вечнозеленый мир

Обычно террариум делают для черепах, ящериц и прочей живности. Мы же его сделаем для красоты и развития воображения. Берем круглую вазу «аквариум» — продается в цветочных магазинах. Если таковой нет, то можно взять обычную стеклянную банку. Насыпаем на дно дренаж, это может быть керамзит, купленный в цветочном магазине, или просто мелкие камушки. Некоторые источники советуют позднее выложить небольшой слой древесного угля для поддержания химического баланса и для защиты от плесени. Затем — садовая земля и мох сверху, его можно принести домой с прогулки или купить в цветочном магазине. Формируем «ландшафт», устраивая небольшие

горки и овражки. Опрыскиваем пульверизатором. А теперь — самое интересное. Сюда можно поместить фигурки гномиков, принцесс, рыцарей, животных — кого угодно. Смастерить из пластики домики, потом их раскрасить. Если пластики нет, можно использовать пластилин и веточки. Из мелких камушков «вымостим» дорожку. А дальше — как подскажет вам ваша фантазия. Ставим на подоконник, не забываем поливать, наблюдаем и сочиняем истории о том, что происходит в этой волшебной стране. Предлагаем ребенку придумать свою сказку. Население «страны» можно менять.

Трехмерный лес

Во время прогулки соберите природный материал — веточки, коряги, шишки, желуди. Все это богатство несите домой, начинаем сочинять!



За этим занятием можно изучать цвета, форму листочков, принадлежность их к определенному виду деревьев, и даже обучаться счету.

Для основы нашего леса можно взять кусок пенопласта или же просто разделочную доску. Закрепляем на ней ветки, на доске это можно сделать с помощью пластилина.

За окном — осень, а значит, на веточках должны быть разноцветные листья. Изготавливаем листочки и прикрепляем на веточки. За этим занятием можно изучать цвета, форму листочков, принадлежность их к определенному виду деревьев, и даже обучаться счету. Так как осенью деревья начинают сбрасывать свои листочки, чтобы выпавший зимой снег не повредил само дерево, некоторые листочки можно оставить на «земле».

Затем можно населить лес животными — вырезать фигурки зайчиков,

медведей, волка и так далее. Сочиняем про них истории. Потом начинается листопад — сбрасываем листочки с «деревьев», они падают на «землю» и начинается «зима». Выпадает «снег» — закрепляем кусочки ваты на деревьях и устраиваем «сугробы» на земле. Сочиняем истории про зимний лес. И так далее. Весной появляются листочки, цветы, зеленая трава и новые истории. Потом приходит лето. Это — очень интересное, увлекательное и долгоиграющее занятие. Наглядное пособие по окружающему миру.

Лист как кисть

Собираем на прогулке осенние листья, различные по форме и размеру. Принесим домой и начинаем творить. Берем лист бумаги, осенний листок, краску и... зубную щетку. Листок кладем на бумагу, набираем на щетку краску и без сильного нажима проводим пальцем по щетке. Краска разбрызгивается

Потрясающий рисунок можно получить, если положить цветочки или листочки на акварельную бумагу, закрыть бумажным полотенцем и постучать по ним молоточком. Получится великолепный экопринт.“

мелкими капельками по листу. Вместо щетки можно налить краску в пульверизатор и разбрызгивать. После того как пятнышки краски покроют поверхность листа, осенний листочек поднимаем и получаем необычную картинку-трафарет. А еще краску можно нанести с тыльной стороны листочка, приложить его красящей стороной к поверхности, на которой мы хотим рисовать, и прогладить по листочку валиком. Если валика нет, можно просто аккуратно придавливать листок тряпкой. Убираем листок и получаем великолепный растительный орнамент.

Так можно «рисовать» картины, оформлять открытки и обновлять одежду и аксессуары. Например, отпечатать осенние листики на футболке или на сумочке. Краску в этом случае надо брать специальную по ткани и не забыть закрепить ее, следуя инструкции по использованию краски. Потрясающий рисунок можно получить, если положить цветочки или листочки на акварельную бумагу, закрыть бумажным полотенцем и постучать по ним молоточком. Получится великолепный экопринт.

4 Украшение для себя и дома

Берем двусторонний скотч, оборачиваем вокруг руки, а нижнюю сторону не отклеиваем. На верхний клейкий слой приклеиваем листочки, веточки, желуди, рябинки, цветочки — все, что подскажет фантазия. Так же можно сделать корону. Привет из детства — бусы



из рябины и шиповника. Еще можно сделать гирлянду для дома. Набрать шишек и привязать их к пряже. Для этой цели подойдут желуди, орехи и даже веточки. Берем разноцветный фетр (его можно купить в магазинах для рукоделия), вырезаем из него листочки и пришиваем их на толстую нитку или ленту. Делаем несколько таких лент и украшаем окошко.



Весной появляются листочки цветы, зеленая трава и новые истории. Потом приходит лето. Это — очень интересное, увлекательное и долгоиграющее занятие. Наглядное пособие по окружающему миру.

Главный по тарелочкам

Берем одноразовые тарелки — приклеиваем к их тыльной стороне перчатки, и вот — универсальный сгребатель листьев готов. А теперь — быстрее на улицу проводить испытания! С помощью таких тарелок можно сгребать осенние листья в кучу, подкидывать вверх и даже играть музыку.

Домашний пикник

Если на улице плохая погода, устроим пикник дома. Разложим на полу теплое одеяло и приготовим корзинку с вкусными бутербродами. На такое угощение можно пригласить своих друзей и мягких плюшевых зверей.

Охотники за облаками

Вырезаем рамку из плотного картона, например, из обложки альбома для рисования. К рамке приклеиваем ручку, а по краям — вырезанные изображения облаков из журналов





или распечатанные из интернета. Теперь — на улицу. Ищем облако на небе, смотрим на него в рамку и классифицируем его, соединяя похожее облако на рамке с настоящим на небе.

Солнечный витраж

На альбомном листе вырезаем по краям рамку, заклеиваем ее прозрачной самоклеящейся лентой (продается в строительных магазинах, можно использовать также пленку для обложки учебников). На эту липкую пленку наклеиваем осенние листочки. Ставим на подоконник и любимся.

Театр пальцев

Набираем на прогулке шляпки желудей. Надеваем их на пальчики. На пальчиках рисуем забавные рожицы. Получаются забавные гномики-пальчики. Теперь можно сочинить историю и показать целое представление. Очень

Набираем на прогулке шляпки желудей. Надеваем их на пальчики. Получаются забавные гномики.“

полезно для развития фантазии и мелкой моторики.

Домик дома

На улице — проливной дождь, пасмурно и холодно, поэтому делаем берлогу. Если есть домик-палатка — стелим туда одеяло, кладем подушки. Берем фонарик, интересные книжки и вкусные яблоки. Забираемся в домик вместе с малышом. Читаем сказки с фонариком, едим вкусные яблоки и сочиняем свои истории в уютном теплом гнездышке. Если готового домика нет, то можно такой смастерить, накрыв стол пледом.



Поликлиника без истерики



Если вам, папам, после новости о том, что ребенка нужно вести в поликлинику, самим поплохело, дело – дрянь. Завести будильник пораньше, чтобы быть одним из первых на приеме – не так сложно. А вот бабушки в очередях – это один из вызовов, который тебе, Отец, придется принять на сложном пути посещения поликлиники. Как



НУ ВОТ И ДОБРАЛАСЬ ДО НАС ОСЕНЬ, И ВМЕСТЕ С НЕЙ, ПОМИМО ВСЕХ КРАСОТ И РАДОСТЕЙ, ПРИБЫВАЮТ И ЕЕ ВЕРНЫЕ СПУТНИКИ — ОРЗ, ОРВИ, БРОНХИТЫ, ЛАРИНГИТЫ И Т. Д. Если члены вашей семьи — счастливые обладатели ДМС — от всей души поздравляем! Ну а если нет, то вам, к сожалению, не избежать похода в детскую поликлинику. Ну а что это за зверь и как его победить — мы вам, дорогие папы, сейчас и расскажем.

Итак, мама, по каким-то, несомненно, очень важным причинам, «не смогла», а ваш ребенок незамедлительно требует врачебного осмотра. Без паники, составляем план! Обращаем ваше внимание на то, что в этой статье мы будем говорить только про детскую поликлинику, исключив ситуации, когда врач должен нанести вам визит самостоятельно.

Навести справки

Как известно, без бумажки ты — букашка, и поликлиника свято соблюдает это неписаное правило.

Отправляясь в путь, не забудьте прихватить документы. Основной — полис обязательного медицинского страхования на ребенка. Кроме этого, хорошо бы уточнить, где находится медицинская карта малыша.“

Следовательно, отправляясь в путь, не забудьте прихватить документы. Основной — полис обязательного медицинского страхования на ребенка. Кроме этого, хорошо бы уточнить, где находится медицинская карта малыша. Конечно, официально место ей в поликлинике, но многие родители предпочитают держать ее дома (и, в общем-то, правильно делают). Если это ваш случай — берем карту с собой. Помимо

документов, прихватите некоторую сумму денег (и вовсе не для того, чтобы отдать ее врачу), о ее назначении поговорим попозже.

Закон о талоне «Э, талон!»

Кстати говоря, неплохо было бы заранее выяснить правила приема именно вашей поликлиники. Кое-где уже всю процветает электронная очередь, а некоторые медицинские учреждения до сих пор предпочитают толпу в коридорах. Если ваша поликлиника из их числа — не лишним будет положить в сумку книжку для малыша, игрушку, воду, а то и легкий перекус.

Кстати, про электронную очередь: запись на неделю обычно начинается в понедельник и заканчивается... в понедельник же. Так что если вы планируете посетить врача в пятницу, не думайте, что до четверга можно спать спокойно. Рано утром первого дня недели открываем сайт поликлиники и... Может быть, вам даже удастся записаться на удобное время.

В любом случае, первое, что вы обязаны сделать, придя в поликлинику, это получить так называемый талон в регистратуре. Регистратура — это почти всегда очередь. Причем живая. Поэтому, если вы записаны на определенное время, выходите из дома с небольшим запасом, поскольку, прибежав в мыле за минуту до часа икс, вы рискуете пропустить прием, задержавшись в очереди за талоном, без которого врач, по идее, и разговаривать с вами не должен.

Разведка перед боем

Талон получен? Прекрасно! Можно смело сдавать верхнюю одежду в гардероб и надевать бахилы. Тут-то вам впервые пригодится та сумма денег, о которой мы говорили раньше. Бахилы, и на вас и на ребенка, можно приобрести в специальном автомате или в гардеробе. Перед тем, как отправиться



В походе к врачу как никогда действует волшебное слово «надо», причем действует в первую очередь на вас. Помогите врачу, помогите ребенку, но не заигрывая и не раздражаясь.»

к врачу, еще два слова о записи (или ее отсутствии). В большинстве поликлиник существуют так называемые «грудничковые дни» и «дни здорового ребенка», когда врачи принимают только детей до года или только «неорганизованных», то есть не посещающих детский сад и школу, детей. Соответственно, в такие дни в поликлинику лучше не приходить, если вы не готовы к масштабному скандалу с родителями грудничков. Да и врач имеет полное право вас не принимать. Между прочим, пару раз в году в любой поликлинике случается стихийное бедствие под названием «диспансеризация старшеклассников», когда все любовно запланированные очереди перестают действовать. Хорошо бы и об этом узнать заранее.

В ожидании с чадом

Итак, вы почти у цели (кстати, не забывайте уточнять в регистратуре номер



*Соглашайтесь на Все анализы.
Берите от поликлиники Все,
В том числе, направления.“*

цели, в смысле, кабинета, в котором ведет прием необходимый вам врач, поскольку информация на стендах часто расходится с действительностью). Если вас ждет живая очередь — время включать фантазию. Есть вероятность, что малыш найдет себе товарищей по игре из таких же ожидающих

страдальцев, но если этого не произошло, роль живой игрушки придется исполнять именно вам. Подросткового ребенка вполне можно засадить за книгу или планшет, но до определенного возраста такой номер не пройдет. Тут-то и пригодятся взятые из дома мелочи-сюрпризы. Если же вы их забыли — лезем в кошелек за суммой денег. Практически в любой поликлинике есть киоск с недорогими одноразовыми «развлекалками», которые помогут вам продержаться до начала приема.

Прием

В кабинете врача не забудьте вручить талон и медкарту, а потом максимально кратко и по делу изложите цель визита. Постарайтесь запомнить все то, что



ДВА НОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯ

прием звонков круглосуточно

 **38-002-38**
www.mc21.ru

Красносельский р-н:

**ул. Пограничника
Гарькавого, 15, к. 3**

Василеостровский р-н:

пр. КИМа, 28



О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

лиц. 78-01-002663 от 29.03.12

говорит и делает врач во время приема. Для надежности можно даже записывать. Кстати, для упрощения процедуры осмотра для всех его участников ребенок должен быть максимально удобно одет. Согласитесь, вам же будет тяжело стаскивать сто одежек с разными застежками, поэтому одеваем ребенка так, чтобы наряд можно было быстро снять, а впоследствии вернуть в исходное положение.

Надеемся, вы хорошо изучили все особенности вашего чада, и помимо того, что можно, а что нельзя, знаете, как ребенок ведет себя на осмотре. Если малыш привык демонстрировать горло самостоятельно, и делает это хорошо, ни в коем случае не пытайтесь на пару с врачом уговорить его на шпатель. Пусть делает так, как он привык. Если кровь всегда сдается со скандалом, лучше спокойно и твердо придержать ребенка, чем выплясывать вокруг него половецкие пляски и все равно вернуться к удержанию. Ни в коем случае не стыдите и не ругайте ребенка. В походе к врачу как никогда действует волшебное слово «надо», причем действует в первую очередь на вас. Помогите врачу, помогите ребенку, но не заигрывая и не раздражаясь.

Надо брать!

В конце приема наступает время получить рекомендации. Обычно врач записывает их сам, но если этого не происходит, зафиксируйте их самостоятельно. Надеемся, вы помните, на какие препараты у ребенка возможна аллергия? Конечно, это должно быть зафиксировано

в медицинской карте, но на практике далеко не всегда это правило выполняется. Поэтому следите за тем, что прописывают ребенку, и по необходимости просите скорректировать назначения. Соглашайтесь на все анализы. Берите от поликлиники все, в том числе, направления. Обычно они выбиваются с большим трудом, поэтому если врач предложил вам их самостоятельно, не отказывайтесь от такой удачи.

В лучших традициях

Очень может быть, что у малыша уже сформирован определенный «поликлинический ритуал». Даже в муниципальных учреждениях многие врачи по окончании приема награждают маленького пациента наклейкой или конфетой «за храбрость». А, может быть, ребенок привык покататься на качалке, которые зачастую стоят в холлах поликлиники, получить



После визита в поликлинику не торопитесь сразу бежать в аптеку. Возьмите рецепт, посидите в интернете и почитайте аннотации.

пирожок или горячий шоколад в местном буфете или маленький сюрприз из уже знакомого нам киоска или автомата? Не нарушайте традиций и воспользуйтесь уже знакомой нам суммой денег!

На холодную голову

После визита в поликлинику не торопитесь сразу бежать в аптеку. Возьмите рецепт, посидите в интернете и почитайте аннотации. Давайте ребенку только те препараты, в благотворном действии которых абсолютно уверены. Посоветуйтесь с мамой вашего малыша, и если какой-либо препарат хоть у одного из вас вызывает сомнения, постарайтесь получить по нему дополнительную консультацию.

Секция бокса

Да! Еще один момент! Если вы привели в поликлинику заболевшего ребенка,

вас обязаны проводить в бокс, а лечащий врач обязан незамедлительно спуститься туда! Не поддавайтесь на уговоры и отправку «без очереди в общую очередь». Ваш ребенок должен получить медицинскую помощь в боксе, и вовсе не должен бродить по всей поликлинике, ухудшая свое состояние и заражая по дороге окружающих.

Дорогие папы, мы надеемся, что вы вооружены до зубов и фраза «Ребенок пришел с папой!?» никогда не станет диагнозом в медицинской карте вашего малыша.

Будьте здоровы!



BABADÜ
Онлайн гипермаркет детских товаров

СКИДКА 10%
КОД: OSEN_V_BABADU

Наш сайт: www.babadu.ru
Тел.: 8(812) 648-23-38

- **20** тысяч товаров для детей!
- **72** тысячи довольных клиентов
- **Круглосуточная служба поддержки**
8(812) 648-23-38



Одежда



Игрушки



Книги



Подарки



Мебель

Мы работаем для тех, у кого дома живет счастье!

* Код на скидку вводится на сайте babadu.ru при оформлении заказа и действителен до 31.10.2013г.



Оперный театр в Одессе.

*Одесса стоит, прекрасная, солнечная,
распахнутая своими улицами и бульварами
к морю, вобравшая в себя жизнелюбие и тепло
многих и многих живших там людей.*

Жизнь прекрасна, невзирая на недочеты!

Гуляя со своими маленькими детьми под одесскими платанами с фисташковыми стволами, встречаю соседку по лестничной площадке, жизнерадостную 50-летнюю Ларису Максимовну...

АВТОР:
ЕЛЕНА МАРДАРОВСКАЯ

ЯРКАЯ, ПЫШНОГРУДАЯ РАЗГОВОРЧИВАЯ ОДЕССИТКА БЕЗ ПРЕДИСЛОВИЙ ДЕЛИТСЯ СО МНОЙ СВОИМ ОГОРЧЕНИЕМ: «Представьте себе, Леночка, пошла я себе в гастроном за сливочным маслом, а там мне дают только бочок! Так я иду через дорогу, в другой магазин, чтобы купить серединку!» Прошло 25 лет, а я не забыла своего ощущения провинциальной растерянности: только в Одессе я узнала, что сливочное масло поступает в магазин в коробках, и режут его леской... И можно выбрать не бочок, а серединку. В северном городе, откуда я приехала, мы делили только синюшного цвета кусочки по 300 граммов на человека, которые получали по талонам раз в месяц... Так и вспомнишь: «Не делайте из еды культа!»

С жаром поделившись со мной всевозможными огорчениями одесской жизни, начиная с досмотра в аэропорту и заканчивая утренним шумом дворников у конторы ЖЭКа, Лариса Максимовна вдруг говорит: «Леночка, как я люблю Одессу! Знаете, о чем я только жалею? Как она останется без меня, моя красавица Одесса, когда я умру?» Лариса Максимовна была тогда пышущей здоровьем дамой... Сейчас ее нет в живых, она умерла во Франции, куда уехала ее дочь в поисках более сытой жизни. А Одесса стоит, прекрасная, солнечная, распахнутая своими улицами и бульварами к морю, вобравшая в себя жизнелюбие и тепло многих и многих живших там людей...

Наверное, именно Одесса и должна была стать родиной и источником вдохновения для авторов двух замечательных, самых остроумных в нашей литературе романов — «Двенадцать стульев» и «Золотой теленок», которые народ давно растащил на цитаты. Михаил Жванецкий назвал «12 стульев» «учебником юмора». А секрет успеха одесситов он определил так: «Надо как



ДЕТСКИЕ САДЫ ЭРУДИТ для детей от 1 года до 7 лет

- Развивающие занятия по возрасту
- Логопедическое сопровождение
- Языковые программы
- Физическое развитие
- Сбалансированное питание
- Прогулки на свежем воздухе
- Медицинское сопровождение!



Мы работаем с 8.00 до 20.00
(812) 448-47-77
www.eruditclub.ru



- Солдата Корзуна, ул., д. 4
- Комендантский пр., д.8 к.1
- Светлановский пр., д. 70
- Косыгина, ул., д. 33
- Коммуны, ул., д. 61
- Капитанская ул., д. 4
- Приморский пр., д. 137, к. 2
- Всеволожский пр., д. 12
- Сергиевская, ул., д. 10
- Садовая, ул., д. 61

Старшее поколение писателей уехало в эмиграцию, а они остались, чтобы прожить свою жизнь и написать свои книги.“

угодно изловчиться, но родиться в Одессе, а дальнейшее образование следует ехать получать в Москву». Как известно, авторы романов, Ильф и Петров, и изловчились...

Евгений Петров — это Евгений Петрович Катаев, превративший свое отчество в псевдоним, чтобы отличаться от своего старшего брата Валентина Катаева, автора романа «Белеет парус одинокий». Он родился в 1903 году в семье учителя русского языка и литературы. Это была замечательная семья настоящих интеллигентов.

Мама была украинкой из Полтавы по фамилии Бачей (помните Петю и Павлика из романа «Белеет парус...»)? Их фамилия была Бачей!). Отец был родом из Вятки. Познакомились родители в Одессе и были очень счастливы в браке. Мама Евгения умерла очень рано, и его воспитывала тетка, сестра матери.

Евгений учился в знаменитой Пятой одесской гимназии, откуда вышли Валентин Катаев, Корней Чуковский, Борис Житков. Старший брат Евгения, Валентин, был совершенно одержим литературой. Он мечтал стать писателем, и свой первый рассказ опубликовал в тринадцать лет. Вы можете себе представить современного 13-летнего подростка, который бегаёт по издательствам и таскает за собой своего младшего брата? А Валентин Катаев бегал! Зато у младшего брата вся эта одержимость вызывала стойкое неприятие, и он увлекался книгами Стивенсона





и Пинкертона, мечтал стать сыщиком, как Шерлок Холмс.

Самое удивительное, что ему это удалось. Не успев снять гимназическую шинель, он поступил на службу в одесский уголовный розыск и в скором времени стал одним из самых его успешных и деятельных сотрудников. Его первым «литературным произведением», как он сам написал в автобиографии, стал «протокол осмотра трупа неизвестного мужчины». Сохранилось его личное дело: множество благодарностей и успешно расследованных уголовных дел. Евгению, как мы понимаем, было 18-19 лет, а в Одессе в 1920-1921 годах правила преступность, и надо было обладать мужеством, чтобы бороться



**Писатели Ильф и Петров.
Иллюстрация «12 стульев».**

Первым «литературным произведением» Петрова, как он сам написал в автобиографии, стал «протокол осмотра трупа неизвестного мужчины».

с нею. Наверное, ему помогал здоровый авантюризм, свойственный молодому человеку, к тому же одесситу.

Илья Ильф был на шесть лет старше своего будущего соавтора. Они выросли на соседних улицах, а познакомились только в Москве, что и неудивительно: в подростковом возрасте разница в 5-6 лет — это целое поколение.

Как часто дети сворачивают с пути, который выбрали для них родители... И никто не может знать заранее, чей выбор правильный.

Ильф — псевдоним Ильи Файнзильберга, родившегося в семье бухгалтера одного одесского банка, в доме 9 по улице Малой Арнаутской, где, как мы помним, делалась вся контрабанда.

В семье Файнзильбергов было четверо сыновей. Их отец, всю жизнь проживший на грани бедности, решил, как настоящий еврейский папа, дать своим детям практическую профессию. Никакого искусства, никакой науки! В мечтах он видел своих сыновей солидными служащими, а, может, дай бог, и директорами банков. Какое разочарование ждало его... И первый, и второй сыновья после учебы в коммерческом училище стали... художниками! Раздосадованный отец отдал третьего сына, Илью, в ремесленное училище, подальше от гуманитарных соблазнов в виде курсов литературы и рисования. В 16 лет Илья оканчивает это училище и становится... нет, не чертежником, не слесарем, не телефонным монтером, а начинающим писателем! И только младший сын, Вениамин, стал таки инженером в утешение своему отцу. Правда, в отличие от старших братьев, слава прошла мимо него... Как часто дети сворачивают с пути, который выбрали для них родители... И никто не может знать заранее, чей выбор правильный.

Кстати, училище Илья Файнзильберг закончил летом 1913 года. Это последнее лето довоенной России, очень важное и для него самого, и для всего его поколения, вступавшего в большую жизнь и в большую литературу.

Предвоенная Одесса была удивительным городом: многонациональная, живая, деятельная. Эта атмосфера энергии и созидания стала той питательной средой, которая дала нашей литературе Бабеля, Олешу, Катаева, Багрицкого, Ильфа и Петрова. Культурная жизнь в Одессе кипела, выпускались многочисленные литературные альманахи, создавались поэтические кружки. Всеобщий творческий подъем



Мы Все-таки сберегли себя для капитализма, женщины, как и раньше, любят молодых, политически грамотных и длинноногих, а жизнь прекрасна, невзирая на недочеты!“

увлек и молодых Илью Файнзильберга и Евгения Катаева.

Революционные годы были драматическими для Одессы. Городом по очереди владели большевики, Антанты, Деникин, Петлюра и воровская армия Мишки Япончика. Позиционные бои велись у вокзала, и все норовили направить артиллерийский выстрел

прямо на привокзальные часы, наверное, самоутверждаясь таким образом. Как только на фасаде появлялась зияющая дыра, одесситы, которые очень гордились своими часами, немедленно заделывали дыру и устанавливали на фасаде вокзала новый сияющий циферблат. В какой-то момент город был разделен между двумя враждующими армиями прямо по улицам, и сферы влияния определялись натянутыми вдоль улиц веревочками, за которыми стояли пулеметы, направленные друг на друга прямой наводкой. Так вот, горожане, продолжавшие жить мирной жизнью, задирали ноги, переступали через эти шпагаты, стараясь не попасть под обстрел, который мог начаться в любую минуту. Как это по-одесски: война войной, а Привоз никто не отменял... В эти холодные и голодные годы, в отсутствие бумаги и типографской краски, молодые писатели продолжали творить, читая друг другу свои сочинения в скверах и на площадях Одессы. Старшее поколение писателей уехало в эмиграцию, а они остались, чтобы прожить свою жизнь и написать свои книги.

Мы смеемся, читая книги Ильфа и Петрова. Одесские ироничность, внутренняя свобода и здравый смысл немного отстраненно посмеиваются над пошлостью, пафосом, жадностью денег, которые вечны. Что изменилось в нашей жизни за прошедшие восемьдесят лет? По-прежнему, спасение утопающих — дело рук самих утопающих, большой город — транспортное гетто для пешеходов, мы все-таки сберегли себя для капитализма, женщины, как и раньше, любят молодых, политически грамотных и длинноногих, а жизнь прекрасна, невзирая на недочеты!



Развивающие занятия с 6 месяцев

АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК
ПОДГОТОВКА К ШКОЛЕ
БАЛЬНЫЕ ТАНЦЫ
ХОРЕОГРАФИЯ, УШУ
ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ
ДИЗАЙН, ИЗО-СТУДИЯ
ЛОГОПЕД, ПСИХОЛОГ
ШАХМАТЫ
ЛЕГОКОНСТРУИРОВАНИЕ
МОНТЕССОРИ

www.eruditclub.ru

(812) 448-47-77

Солдата Корзуна, ул., д. 4
Комендантский пр., д. 8 к.1
Светлановский пр., д. 70
Косыгина, ул., д. 33
Коммуны, ул., д. 61
Капитанская ул., д. 4
Приморский пр., д. 137, к. 2
Всеволожский пр., д. 12
Сергиевская, ул., д. 10
Садовая, ул., д. 61



КЛУБ «Э»



Отдых

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



Детские сады

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



Развивающие клубы

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

Наши адреса

Санкт-Петербург

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

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

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

ЭРУДИТ»



Бассейн

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



Праздники

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



Клубы для будущих родителей

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

www.eruditclub.ru ● (812) 448-4777;
www.rodnikclub.ru ● (812) 448-6888

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

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

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



Угодить чем угодно

Детский Праздник с ЭРУДИТОМ! Большие события для маленьких друзей! С любовью к каждому!

АВТОР:

ВАЛЕНТИНА ПАЧЕНЦЕВА, руководитель по организации праздников центров "Эрудит"

День Рождения – это всегда значимое и волнительное событие не только для малыша, но и для его родителей. Уже 10 лет Эрудит занимается организацией радостных детских событий с особой внимательностью и любовью, учитывая возрастные и психологические особенности ребенка и его гостей, их пристрастия, а также индивидуальные пожелания и видение родителей. Для каждого отдельного праздника мы создаем уникальную авторскую концепцию, незабываемую

сказку, чтобы все, от малыша до взрослого, погрузились в волшебный мир!

Наши актеры, неизменные профессионалы и мастера своего дела с огромным опытом работы с детьми, приветливые администраторы и домашняя уютная атмосфера создают поистине непревзойденный уровень комфорта!





Вас ждут:

Любые герои;

- 1 Профессиональные артисты;
- 2 Огромный выбор авторских и эксклюзивных программ;
- 3 Декорирование шарами;
- 4 Шоу мыльных пузырей;
- 5 Химическое «крио» шоу;
- 6 Дрессированные животные;
- 7 Фокус-шоу;
- 8 Бумажное шоу;
- 9 Детский спектакль;
- 10 Эксклюзивные торты;
- 11 Любые индивидуальные пожелания клиента.
- 12 Все самое лучшее, что только можно сделать для ребенка!



Для получения подробной информации по вопросам организации детских мероприятий обращайтесь по тел. 642-66-15



ЗАКАЗ ДЕДА МОРОЗА И СНЕГУРОЧКИ



www.eruditclub.ru
(812) 448-47-77

Скидка 20%

при предъявлении данного купона и заказе до 20 ноября 2013 г.



Методика Монтессори

Система воспитания и развития детей, разработанная детским врачом и педагогом Марией Монтессори, давно полюбилась современным родителям. Клуб «Эрудит» идет в ногу со временем и рад предложить детям курс занятий по этой уникальной методике, где каждый ребенок рассматривается индивидуально как неповторимая и талантливая личность, способная самостоятельно развиваться и познавать мир.

Помоги мне сделать это самому!

Метод Монтессори основан на наблюдении за ребенком в естественных условиях и принятии его таким, какой он есть. Девиз метода: «Помоги мне сделать это самому». Основная задача — подвигнуть ребенка к самообучению в специально подготовленной с помощью Монтессори-материалов среде, подвигнуть его к саморазвитию и самообучению. Попадая в Монтессори-среду, ребенок получает отличную базу для формирования всесторонне развитой, ответственной, счастливой и образованной личности. С помощью специально разработанных материалов и индивидуального подхода ребенок учится самоконтролю, самостоятельному распознаванию собственных ошибок и их исправлению. Учитель

Мария Монтессори

Мария Монтессори – известный итальянский педагог-гуманист, посвятившая свою жизнь созданию специальной методики воспитания детей, которая отличается от традиционных учреждений дошкольного образования. Мария окончила Римский университет в 1896 году и стала одной из первых женщин, получившей степень доктора медицины. Как ассистент врача одной из психиатрических клиник она работала с умственно-отсталыми детьми. А став профессором и лектором педагогической антропологии в университете Рима, Мария подвергала резкой

критике традиционную школу за игнорирование естественных запросов ребенка. После того, как дети, воспитанные по методике Монтессори, были представлены к экзаменам вместе с детьми начальной школы муниципального совета в Риме, и сдали их лучше нормальных детей, правительство создало Ортофренический институт по подготовке учителей для умственно-отсталых детей. В 1898 году Монтессори возглавила его и руководила им до 1900 года. Школы Монтессори были созданы в США, Франции, Великобритании, Дании, Нидерландах, Индии и др.

здесь не учит, а помогает ребенку в его самостоятельной деятельности. Дети в Монтессори-классах занимаются разновозрастные. Малыши 2-х лет отлично уживаются с дошколятами, не мешая, а помогая друг другу.

Методика Монтессори в детских центрах «ЭРУДИТ»

Детский центр «ЭРУДИТ» активно пропагандирует излюбленную во всем мире методику Марии Монтессори. Наши воспитанники приобретают не только

огромную внутреннюю мотивацию к обучению, но и учатся концентрироваться на работе, становятся коммуникабельными и самостоятельными. Система Монтессори оказывает положительное влияние на мыслительную деятельность, не загоняя сознание ребенка в определенные рамки.

С первых лет жизни наши педагоги формируют у детей волю, послушание, высокое чувство ответственности, трудолюбие и желание самосовершенствоваться. Мы помогаем ребенку организовать свою деятельность самостоятельно, пойти своим уникальным путем, чтобы реализовать свой потенциал в полном объеме.



Более подробно ознакомиться с методикой Монтессори центров детского развития «ЭРУДИТ», узнать об истории ее возникновения и о принципах действия Вы всегда можете узнать на нашем сайте eruditclub.ru/metod_montessori, или посетив занятие.





Продюсер и стилист: Оксана Абдуханова.
Фотограф: Нэтэли Вайн.
Агентство: President Kids.

На Александре: платье Massimo Dutti,
шапка и аксессуары Accessorize.



На Ире: платье Uterque,
аксессуары и сумочка Accessorize;
на Карине: брюки, рубашка
и джемпер Massimo Dutti.

Если наступили холода – это вовсе не значит, что нужно надевать скучное серое пальто и грубые теплые ботинки. Наши дети могут выглядеть более чем элегантно и модно, если мама проявит совсем чуть-чуть фантазии. Пастельные оттенки, джемпера и платья в стиле Chanel, изящные аксессуары сделают школьниц утонченными натурами! Вперед по магазинам Вместе с Эрудитом!



На Ксюше: джемпер
и кожаные брюки Uterque, аксессуары
Monsoon и Accessorize; на Соне: рубашка
и пальто Monsoon, брюки Uterque,
аксессуары Accessorize.

На Насте:
брюки и джемпер
Massimo Dutti,
рубашка Monsoon,
аксессуары
Accessorize;
на Даше: рубашка
и брюки Massimo
Dutti, аксессуары
Accessorize.

По следам «Эрудита»

Покупки



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

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



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



М. «Комендантский проспект»,

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

БЭБИ - ХАУЗ

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

Открытие летом



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

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

Велодрайв - Kids:

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

www.velodrive.ru

АВТОШТАДТ

Официальный дилер Volkswagen

АВТОШТАДТ — эксперт по автомобилям марки Volkswagen. Наши опытные консультанты помогут разобраться во всем многообразии наших услуг:

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

М. «Обводный канал»,

Рыбинская ул., 1, (812) 334-1-334,

www.vw-stat.ru

ATLANTIC CITY

Ул. Савушкина, 126А,

(812)777-11-01,

www.atlantic-city.ru



Невский пр., 141,

8 (812) 640-66-12,

www.bonpoint.com



Шоупрум Società Italia.

Пер. Крылова, 7/5,

(812) 572-66-44,

societa@mail.ru,

www.societaitalia.it



Интернет магазин товаров

для детей MINNIE MOUSE;

vk.com/club.minnie.mouse



Ул. Шостаковича, 8, корп. 1,

«Гранд Каньон», 2-й этаж,

(812) 454-04-96 ;

ул. Савушкина, д. 141

ТРК Меркурий, Мебельный,

«Грэйт», 2 этаж

(812) 333-23-05;

ул. Кантемировская, 37

Мебельный Центр «Мебель-Сити

2», 2-й этаж,

(812) 635-83-90;

ул. Варшавская, 3А, «Мебельный

Континент», 3-й этаж,

(812) 640-46-97;

Дальневосточный пр., д. 14,

«МебельWood», 2-й этаж;

пл. Балканская, д. 5, «12 Стульев»

2-й этаж,

(812) 677-04-95

Образование

Susanna Models
PROFESSIONAL

Модельное Агентство Susanna Models

Professional

и Модельная Школа. Susanna Models

scholl,

Казанская ул., 25,

(812) 941-72-34,

www.susannamodels.com,

vk.com.susannamodelschool



Atlantic International School.Лахтин-

ский проспект, 40/2.

(812) 244 50 44,

www.atlanticschool.ru



Детский город профессий

"КидБург",

М. «Пр. Просвещения».

Пр. Энгельса, 154, лит. А,

ТРК «Гранд Каньон», Дивный город,

3-й этаж. (812)677-33-07,

(911) 924-60-30,

www.kidburg.ru, info@kidburg.ru



Интерактивный научно-развлекательный центр «Умникум».

Умникум- это занимательная нау-

ка, увлекательные опыты, интересные эксперименты.

М. «Пл. Восстания», «Маяковская».

Лиговский проспект, 30 А,

ТРЦ «Галерея», 4-й этаж.

(812) 456-76-76,

info@umnikum.com,

www.umnikum.com



Школа телевидения "КАДР",
ул. Чапыгина, 6, офис 202,
(812) 329-05-38, (812) 974-74-85
E-mail: school@kadrtv.ru;
www.kadrtv.ru

Здоровье



Клиника «Мать и дитя».
Средний пр. В. О., 88,
(812) 676-30-60,
(812) 980-37-37,
www.mamadetki.ru



Кардиоцентр, www.spbcardio.ru
ул. Олеко Дундича, 8, корп. 2,
(812) 992-22-79, пр. Тореза, 72,
(больница РАН), (812) 944-31-94,
ул. Бадаева, 6, корп. 1,
(812) 952-52-20,
ул. Пулковская, 8, корп. 1,
(812) 965-78-28.

Центр лучевой диагностики, www.
medika-med.ru

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

Центр УЗИ детям,
www.uzidetyam.ru,

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

Центр планирования семьи, www.
crpmed.ru,

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

Многопрофильная клиника, www.
spbclinic.com,

ул. Бадаева, 6, корп. 1,
(812) 952-52-20,
ул. Пулковская, 8, корп. 1,
(812) 965-78-28



Сеть клиник
для женщины и её семьи

Сеть клиник «ОНА»:
Клиника эстетической медицины.

Стоматология.
Графский пер., 7
(812) 327-54-34,

www.ona-center.ru

Многопрофильная клиника.
Педиатрический центр,

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

Центр Неврологии и МРТ,

Рижская ул., 12,
(812) 320-65-20,

Центр МРТ,

пр. Ветеранов,
(812) 756-88-35,

www.ona-clinic.ru



ДЕТСКАЯ КЛИНИКА НА ГОРОХОВОЙ 33

Детская клиника «Бейби».

Гороховая ул., 33,
(812) 310-11-88, 407-50-00,
www.babyclinic.ru



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

включая выходные и праздники:

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

Ул. Погр. Гарькавого, 15, корп. 3
Круглосуточный координационный
центр,
(812) 38-002-38
www.mc21.ru



Сеть стоматологических клиник «Ве-
роника».

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



Банк стволовых клеток
пуповинной крови Транс-Технологии.
Железнодорожный пр., 40,
(812) 929-49-02, 677-21-63,
8-800-333-66-01 — звонок по России
бесплатный.
info@trans-t.ru,
www.trans-t.ru



Международная клиника «МЕДЕМ».
Ул. Марата, 6,
(812) 336-3333
Скорая и неотложная помощь: (812)
336-3336,
www.medem.ru

Услуги



ТК «Атлантик Сити».

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

М. «Крестовский остров»,

наб. Мартынова, 38 А,
(812) 313-00-00.

М. «Сенная площадь»,

ул. Ефимова, 4А, (812) 313-00-00



Имидж лаборатория «Персона». Не-

вский пр., 20,
(812) 315-49-88



Салон красоты «ДОМИНГО».

Тихорецкий пр., 8, корп.1,
(812) 297-77-47;

Пр.Культуры, 6, корп.1,
(812) 598-30-13.

Работаем каждый день с 9.00 до 21.00,
domingosalon@mail.ru.



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

сервис делают Ваше пребывание в отеле поистине комфортным.

12-ая линия В. О., 27, (812)449-88-77,
(812)323-18-67,

info@mpolo-spb.ru,

www.mpolo-spb.ru,

www.mpolo-restaurant.ru

Отдых и развлечения



Серия ресторанов «Марчелли's».

Ул. Восстания, 15,
(812) 986-91-11;
Ленинский пр., 120,
(812) 985-53-35;

Космонавтов, 39/27,
(812) 984-41-41

Невский пр., 43,
(812) 984-41-44

Командантский пр., 13,
(812) 983-87-77;

Одоевского ул., 34,
(812) 983-36-63

MAMALIGA

Ресторан «МАМАЛЫГА».

Пр. Энгельса, 27,
(812) 600-24-25

Доставка: (812) 998-00-98,
(812) 640-33-73,

www.mamaliga-mamaliga.com



Ресторан «Шурпа».

Пр. Энгельса, 27, 2-й этаж,
(812) 600-25-75,

Доставка: (812) 955-42-55,
shurpa.ginza@gmail.com,

www.shurpa.info



Ресторан «Плюшкин»,

Командантский пр., 9,
корп. 2, ТК «Променад»,
2-й этаж, (812) 622-12-25

Доставка: (812) 938-55-60,
www.plyshkin.com



Ресторан «На речке».

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

Доставка: (812) 959-12-30,
(812) 640-33-73,

www.narechke.com



Кафе-кондитерская-бар
«Счастье»,

Малая Морская ул., 24,
(812) 680-24-44;

Невский, 55,
(812) 328-85-55;

Ул. Рубинштейна, 15,
(812) 572-26-75,

www.schastye.com



Курорт «Терийоки»,

г. Зеленогорск,
ул. Гаванная, 1, лит. А,
(812) 611-03-00, www.yct.ru



Загородный отель RAIVOLA
Лен. обл., Выборгский район, пгт. Ро-
щино, ул. Песочная, 1,
Служба бронирования:
(812) 322-50-60, (921) 425-25-00,
(812) 714-14-11;
www.raivola.spb.ru



Happylon – семейный развлекатель-
ный парк аттракционов,
Лиговский пр., 30 А,
ТРЦ «Галерея» 5 этаж,
8 800-100-00-20,
www.spb.happylon.com, сайт сети –
www.happylon.com,
vk.com/spb_happylon



Сеть кофеен
«Шоколадница»,
М. «Пл. Александра Невского», МФК
«Москва», 2-й этаж
М. «Командантский проспект», «ОКЕЙ
Богатырский»
М. «Проспект Просвещения», «МЕГА
Парнас»,
М. «Старая Деревня»,
ТРК «Подсолнух»
М. «Озерки», пр. Энгельса,
128, лит.А
М. «Электросила»,
«ОКЕЙ Электросила»
М. «Адмиралтейская»,
Невский пр., 18
М. «Дыбенко»,
«МЕГА Дыбенко»
М. «Купчино»,
ТРК «Балкания Нова»

М. «Международная»,
ТЦ «РИО»
М. «Пионерская»,
ТРК «Капитолий»
М. «Парк Победы»,
ТРЦ «Радуга»
М. «Ладжская»,
ТРК «Июнь»
Узнай адрес ближайшей кофейни
8-800-100-33-60,
shoko.ru/sanktpeterburg/
vk.com/shokospb



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



Ресторан «Русская рыбалка»,
на Крестовском острове, южная до-
рога, 11,
(812) 323-98-13
Ресторан «Русская рыбалка»
в Комарово,
пос. Комарово, Приморское ш., 452А,
(812) 983-80-55,
(812) 640-52-32



Детская шоу-группа «Саманта», ком-
позитора Евгении Зарицкой,
(921) 959-98-26,
(921) 959-94-28;

www.samanta.su,
www.samanta.spb.ru,
www.newsong.ru



Фотостудия LeonaStage,
М. «Нарвская», Старо-Петергофский
пр., 34, корп. 407, (территория завода
«Красный Треугольник»),
(812) 932-09-22,
leonaphotostage@gmail.com,
www.leonastage.ru



Футбольный клуб «Зенит»



Интерактивный музей занимательной
науки для детей и взрослых.
М. «Горьковская»,
ул. Льва Толстого, 9А,
МФЦ «Толстой сквер»,
(812) 328-000-8,
www.labirint-um.ru

mamas&papas®

МЕГА Дыбенко, Мурманское шос-
се, 12-й км;
МЕГА Парнас, пересечение КАД (коль-
цевой автодороги);
пр. Энгельса;
mamasandpapas.ru



Формула здоровья®

для самых маленьких

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

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

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

Ренессанс®
страхование

www.renins.com
+7 (812) 320 50 85
+7 (812) 325 40 40



**ATLANTIC
INTERNATIONAL
SCHOOL**



UNIVERSITY of CAMBRIDGE
International Examinations

CAMBRIDGE INTERNATIONAL CENTRE

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



МЕЖДУНАРОДНАЯ ШКОЛА ATLANTIC

полноценное британское образование

в Санкт-Петербурге

для детей от 2 до 18 лет



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

(495) 661 86 91 • www.atlanticschool.ru • (812) 244 50 44