

ЭРУДИТ

*ЛИЗА
АРЗАМАСОВА*

ПАПИНА ДОЧКА ВЫРОСЛА

Кто такой Эрудит?

.....

ОТВЕЧАЮТ МАЛЫШИ

mothercare



BabyK

by myleene klass

Коллекция Baby K (Беби К) от английского дизайнера Майлин Класс

реклама

Магазины **mothercare** в Санкт-Петербурге: СТЦ «МЕГА Дыбенко», СТЦ «МЕГА Парнас», ТРЦ «Галерея», ТЦ «Приморский», ТРК "Радуга Молл", ТРК «Лето», Универмаг «Нарвский», ТК «Невский центр», ТРЦ «Академ-Парк» • Мы открылись: ТЦ «Питерленд», ТЦ «РИО»

  MothercareRussia

www.mothercare.ru

**КЛУБЫ ЭРУДИТ ПРИГЛАШАЮТ
ДЕТЕЙ ОТ 1 ГОДА ДО 10 ЛЕТ
НА НОВОГОДНИЕ УТРЕННИКИ
С 18 ПО 25 ДЕКАБРЯ
ПО СЛЕДУЮЩИМ АДРЕСАМ:**



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

В программе утренника:
новогоднее представление,
дед мороз и снегурочка,
малочисленные группы по
возрасту до 15 человек,
удобное время проведения,
домашняя обстановка,
каждому ребенку подарок!

А также клубы Эрудит
приглашают всех деток
на **ОБЩЕГОРОДСКУЮ ЕЛКУ**
5 января!



Отель ParkInn Прибалтийская
С 11 до 13 для возраста от 1,5 до 5
с 13.30 до 15,30 от 6 до 10 лет ●
с 16.30 до 18 Благотворительная елка для детей сирот

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

В программе елки: новогоднее представление (спектакль), дед мороз и снегурочка, шоу мыльных пузырей, выступление дрессированных животных, каждому ребенку подарок, плюс подарки от спонсоров!

ЖУРНАЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ УМНЫХ ДЕТЕЙ

ЭРУДИТ

№19, НОЯБРЬ 2013

ДИРЕКТОР

Мария Мардаровская

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР

Наталья Букурова

РУКОВОДИТЕЛЬ ОТДЕЛА МАРКЕТИНГА

Юлия Бежанова

НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ

Алиона Хилт, Татьяна Журавлева, Ирина Третькова, Елена Мардаровская, Анна Якина, Инна Антонова

ДИРЕКТОР СЕТИ КЛУБОВ «ЭРУДИТ»

Татьяна Ладыженская

ФОТОГРАФЫ

Женя Котова, Александр Меерсон

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:

**Лиза
Арзамасова.**
Photo:
Мария Радаева

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 Ca и Se), а фолиевая кислота, витамин B₁₂ 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 колик
- **Лактоза** – для адаптации углеводного состава смесей Kabrita® GOLD
- **Витаминно-минеральный комплекс** – для достижения рекомендованного уровня витаминов, минералов и микроэлементов.

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

соответствии с возрастными физиологическими особенностями ребенка младшего возраста.

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

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

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

И, конечно, в состав смеси включены **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





Папина дочка
Выросла

24

БУДУЩИМ РОДИТЕЛЯМ

- 16 Плоский живот
 - 22 Аквааэробика
- БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ
- 32 Вопросы логопеду
Речь пойдет о речи
 - 42 Норвесол
Омега-3 для будущей мамы

КАЖДЫЙ ЭРУДИТ ДОЛЖЕН ЗНАТЬ

- 46 Гаджеты для самых маленьких

АНОНС

- 48 Одеваемся красиво
- ПСИХОЛОГ РЕКОМЕНДУЕТ
- 52 Блиц-опрос
Даша Скребнева и Алина Селиванова

КТО ТАКОЙ ЭРУДИТ

- 54 Потомучка
Взрослые задают вопросы детям!

ПСИХОЛОГ РЕКОМЕНДУЕТ

- 56 Музыка
Музыка для карапузика

ВЫХОДНЫЕ С ДЕТЬМИ

- 60 Вечнозеленый сад
*Приходит зима, зелени и цветов не хватает никому.
И только в Ботаническом саду — лето круглые сутки.*

ВСЕ МЫ РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА

- 66 Байрон
- КЛУБ ЭРУДИТ
- 78 Лесенка знаний
 - 80 Новый год в Азимуте
 - 82 Медицинский центр Родник
Новый детский медицинский центр «Родник»

ВРЕМЯ СОБЫТИЯ. ЛЮДИ

- 84 Большая мода для маленьких
Неделя детской моды



Вечнозеленый сад

60



54



86



СЕМЬЯ. УСПЕХ

86 Алена Цветаева

Жизнь как праздник

МОДА

92 Для самых стильных родителей

Тренды в детской моде

ПИТЕР, Я ЛЮБДЮ ТЕБЯ

98 Известные люди
о любимом городе

ПО СЛЕДАМ ЗРУДИТА

100 Адреса



**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

Два этажа счастья

Нет большей родительской радости, чем видеть счастливые детские глаза! **Именно поэтому «Шурпа» открывает уникальную двухэтажную детскую комнату**, в которой ребята смогут с пользой и радостью проводить время

Оформленная в виде настоящего сказочного домика с причудливыми лесенками и горками, она станет любимым местом для игр ваших малышей, ведь два этажа увлекательных занятий и положительных эмоций не дадут им скучать!

Для безопасности детишек домик оборудован мягкими матами, а заботливые нянечки с удовольствием присмотрят за ребятами, пока те будут играть.

20 октября состоялся веселый праздник по случаю официального открытия детской комнаты. Море улыбок и радости и, конечно же, большой сладкий торт ждали детей. Посетите этот волшебный уголок детского счастья первыми!

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



БРИОШ ХОРОШ

Кафе-кондитерская «Бриош» находится в двух шагах от любимого места отдыха жителей Приморского района: вблизи Юнтоловского заказника, на пересечении Богатырского и Шуваловского проспектов.

Здесь любят заходить родители с детишками, влюбленные парочки, а также деловые люди и прогуливающиеся на свежем воздухе мамочки с колясками.

В «Бриош» всегда можно вкусно и недорого перекусить днем, приятно провести вечер в кругу семьи за чашечкой кофе и аппетитным десертом, встретиться с друзьями за бокалом пива.

Из кафе можно взять с собой свежую выпечку, хлеб, багеты,

а также захватить в дорогу ароматный кофе.

Кафе «Бриош» приглянулось многим как уютное место недалеко от дома, где можно отметить День рождения, провести детский праздник, отпраздновать семейный юбилей.

«Мастера-кондитеры «Бриош» предлагают для вашего праздника восхитительные торты на заказ из натуральных продуктов, украшенные изысканным декором и мастичными фигурками!"

Богатырский пр., 64-1, 659-92-94



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 восторглами 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 так же бюстгалтеры для более открытого декольте.



Dia-mama
8 (911) 724-65-97
www.DandA.ru

ДУМАЕТЕ, МЯГКИЕ ИГРУШКИ – ЭТО ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО ДЕТСКАЯ ЗАБАВА? ВЫ ОШИБАЕТЕСЬ!

Добро пожаловать в наш Интернет-магазин мягких игрушек!

Почему мы?

- Широкий ассортимент разных плюшевых зверят от 30 см до 230 см в одном месте.
- Помимо мягких игрушек у нас представлены всем известные детские качалки каркасные и поролоновые, различные рюкзачки и подушки, а также детская мебель (креслица и диванчики в виде разных зверят), которые так любят наши покупатели.

- Приемлемые цены от 167 рублей.
- Нашими производителями являются фабрики из России и Белоруссии, поэтому Вы можете быть уверены в качестве игрушек.

- Действует гарантия качества и гарантия возврата денег.

- Десятки довольных клиентов по всей стране. Мягкая игрушка – это классический подарок! Она универсальна и живет вне времени и модных тенденций.



Наш сайт:

www.plushkolpino.ru

Мы вконтакте:

vk.com/plushkolpino

ИТАЛЬЯНСКИЙ РЕСТОРАН СЕМЕЙНЫХ РЕЦЕПТОВ «FRA.TELLI»

Говорят, Бог создал пиццу, а дьявол – поваров. Это действительно так.

Деревянные стеллажи во всю стену, диваны вдоль всего пространства ресторана, уютная игровая комната со множеством игрушек, светлая и жизнерадостная обстановка с итальянскими мотивами и внимательный персонал обеспечат Вам уютный вечер в компании любимых друзей и близких.

«Fratelli» удастся разместить посетителя в такой точке пространства, которая позволяет огордиться



как от вида окрестных многоэтажек, так и от специфического обаяния тех, кто предпочитает отдыхать ночью «на районе».

ITALY
FRA.TELLI
PIZZA, PASTA, SUSHI

ПР. ИСПЫТАТЕЛЕЙ Д. 37
ТК "МИЛЛЕР" 3-Й ЭТАЖ ПЕРЕХОДА
986-26-65
WWW.FRA.ITALY-GROUP.RU



Семейный вечер в ресторане «Истерия»

Ресторан «Истерия» – принципиально **новый подход к комфортабельному семейному отдыху!**

Наших гостей ждут уютные залы, великолепный сервис и изысканная кухня на любой вкус. **Ресторан «Истерия» – это место,** где можно и нужно отдыхать всей семьей. Вашему вниманию представлены четыре обособленных зоны: основной зал, выполненный в нежных розово-лиловых тонах, **Veranda**, детская комната и караоке-зона, открывающая свои двери в вечерне-ночное время. Для юных посетителей мы предлагаем сытное детское меню, специально

разработанное нашим шеф-поваром для самых маленьких гурманов. По желанию мы всегда рады предоставить веселых аниматоров, которые смогут занять ребенка в детской зоне. И, конечно же, никого не оставят равнодушными невероятные десертные лакомства в исполнении шеф-кондитера ресторана! Выбирая ресторан «Истерия», Вы выбираете лучшее. isteriya.com, vk.com/isteriyaclub; Подробности и заказ

VERANDA

столов: 248-93-00

«АПРЕЛЬ САФЕ»

«Апрель safe» – семейный ресторан, наполненный удивительным теплом и уютom. В меню вы найдете итальянское и японское направления, тщательно и со вкусом проработанные. Ресторан разделен на удобные отдельные зоны, где можно отпраздновать семейные торжества.

В «Апрель safe» вам не придется скучать: на больших экранах можно посмотреть спортивные трансляции: футбольные и хоккейные матчи, бокс и многое другое. Дети тоже найдут для себя массу развлечений: здесь оборудованы две детские комнаты: для подростков и для малышей. В их распоряжении – раскраски, книги, видеоигры. Все десерты в «Апрель safe» собственного производства, они сведут с ума любого сладкоежку.

Для гостей ресторана, расположенного в ТК «Атлантик-сити», всегда найдется повод для хорошего настроения: создаст его вкусная качественная кухня, доброжелательный сервис и гостеприимная атмосфера ресторана.

ул. Савушкина, 126,
 ТК «Атлантик-Сити»,
 2-й этаж, 900-09-88
www.aprilcafe.ru,
vk.com/aprilcafe



318-0-318

С Новым 2014 годом!

Везёт по жизни!

iPhone Android Java

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

СКАЗКИ НА ЛЬДУ

Илья Авербух продолжает ставить новогодние ледовые шоу для всей семьи. В канун 2014 года он привезет в Петербург русскую народную сказку с чемпионами мира, Кощеем Бессмертным и Леди Ягой.

28 и 29 декабря 2013 года и со 2 по 7 января 2014 года Илья Авербух и «Kinder» представляют новогоднюю музыкальную сказку на льду «Морозко». Во Дворце спорта «Юбилейный» Авербух даст рекордное количество спектаклей: артисты выйдут на лед 21 раз! В постановках Ильи Авербуха, как всегда, нет недостатка в настоящих профессионалах на льду. В «Морозко» принимают участие чемпионы мира и Европы, призеры Олимпийских игр Оксана Домнина и Максим Шабалин, двукратные чемпионы мира Албена Денкова и Максим Ставиский, двукратные чемпионы мира среди профессионалов Елена Леонова и Андрей Хвалько, чемпионы мира по спортивной акробатике Владимир Беседин и Алексей Полищук. Сюжет сказки развивается быстро и динамично, одна сцена сменяет другую.

«Морозко», как и другие постановки Ильи Авербуха, сделан на высшем техническом уровне: русская печь самостоятельно передвигается по льду, библиотека Кощея эффектно разворачивается перед зрителями, а пожар захватит в огненное кольцо Настеньку. Роль Бабы Яги озвучена актрисой МХТ им. Чехова Анной Большовой, Царь Агофон говорит голосом актера театра и кино Вадима Колганова, Марфушу озвучила актриса Алиса Гребенщикова.

«Морозко» от Ильи Авербуха – это традиционно спектакль для всей семьи. Для малышей это будет, прежде всего, красивое зрелище, волшебная сказка о дружбе и любви, которая заставит сопереживать знакомым героям и в которой добро непременно победит зло.

ИЛЬЯ АВЕРБУХ: «Постановка новогодних спектаклей, на которые с удовольствием ходят не только дети, но и их родители, для нашего коллектива стала уже хорошей традицией. В сказке «Морозко» зрителей ждут неожиданные повороты сюжета,

и, конечно же, счастливый финал в последние секунды уходящего года».

По уже сложившейся доброй традиции партнером новогодних постановок «Ледовой симфонии» является Kinder®. Не стал исключением и спектакль «Морозко»: каждого маленького зрителя в возрасте до четырнадцати лет ждет БЕСПЛАТНЫЙ подарок, потому что Kinder® всегда дарит радость!

СОЗДАТЕЛИ НОВОГОДНЕЙ МУЗЫКАЛЬНОЙ СКАЗКИ НА ЛЬДУ

«МОРОЗКО»:

Режиссер-постановщик – Илья Авербух.

Автор либретто – Алексей Шнайдерман.

Композитор – Роман Игнатьев («Монте-Кристо», «Граф Орлов», «Огни Большого Города»).



ТЕЛ.: (812) 600-1-999




МИР
ДЕТСКОЙ
МЕБЕЛИ



«Мир Детской Мебели» на Дальневосточном

Дальневосточный пр., д. 14, 2 этаж, секция 2-20,
МЦ «МебельWood»
тел.: (812) 449-23-47, (с 11.00 до 21.00)

«Мир Детской Мебели» на Шостаковича

ул. Шостаковича, 8 кор 1, ТЦ «Гранд Каньон»,
2 этаж, секция 210, тел.: (812) 454-04-96, (с 11.00 до 21.00)

«Мир Детской Мебели» на Лесной

ул. Кантемировская, д. 37, МЦ «Мебель-Сити 2»,
2 этаж, секция № 2.25
тел.: (812) 635-83-90, (с 11.00 до 21.00)

«Мир Детской Мебели» на Савушкина

ул. Савушкина, д. 141, ТРК «Меркурий», МЦ «Грэйт»,
2 этаж, секция № 271 (ДИСКОНТ-ЦЕНТР),
тел.: (812) 333-23-05, +7 (921) 098-17-45, (с 11.00 до 21.00)

«Мир Детской Мебели» на Варшавской

ул. Варшавская, д. 3А, МЦ «Мебельный Континент»
(БРЕНД-СЕКЦИЯ RAIDI), к. 1, этаж 3, секция № 334
тел.: (812) 640-46-97, (с 10.00 до 20.00)

«Мир Детской Мебели» на Балканской

пл. Балканская, д. 5, МЦ «12 Стульев», 2 этаж, секция 2.69,
тел.: (812) 677-04-95, (с 11.00 до 21.00)

НЕПРАЗДНЫЙ ПРАЗДНИК

«Студия праздников Алены Цветаевой»

организует позитивные и оригинальные детские праздники для ваших детей: Дни рождения,

новогодние утренники, праздники для первоклашек, выпускные балы, шоу для детей.

К сожалению, День рождения только раз в году. Крокодил Гена, малыши и их родители, не расстраивайтесь – ведь нам подвластны чудеса! Праздник непослушания с Карлсоном и Пеппи, День знаний с Незнайкой, а может быть «День валяния на диване» с клоуном Невалышкой? Мы воплотим в жизнь любую Вашу задумку! Для любимой бабушки мы можем провести юбилей в русско-народном стиле, а для папы – организовать сигарный вечер в стиле мафии 30-х



годов. Красавице-маме подберем фешенебельную площадку для вечера в стиле «Премии Оскар», ну а сестре организуем свадьбу в любом желаемом стиле.

Дорогие дети, а также их родители, только для читателей журнала «Эрудит» при заказе детского праздника в «Студии Алены Цветаевой» Вы в подарок получаете «Шоу мыльных пузырей», а при заказе взрослого праздника в подарок – «Бумажное шоу».

Подробности по тел.: 984-36-48, 8-906-269-92-66,

www.alena-cvetaeva.ru,
vk.com/alenacvetaeva



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!

Проведение детских праздников

-  Дни рождения
-  Новогодние елки
-  Тематические праздники

-  Въезд аниматоров фокусников
-  Заказ шаров, тортов
-  Цирковые представления



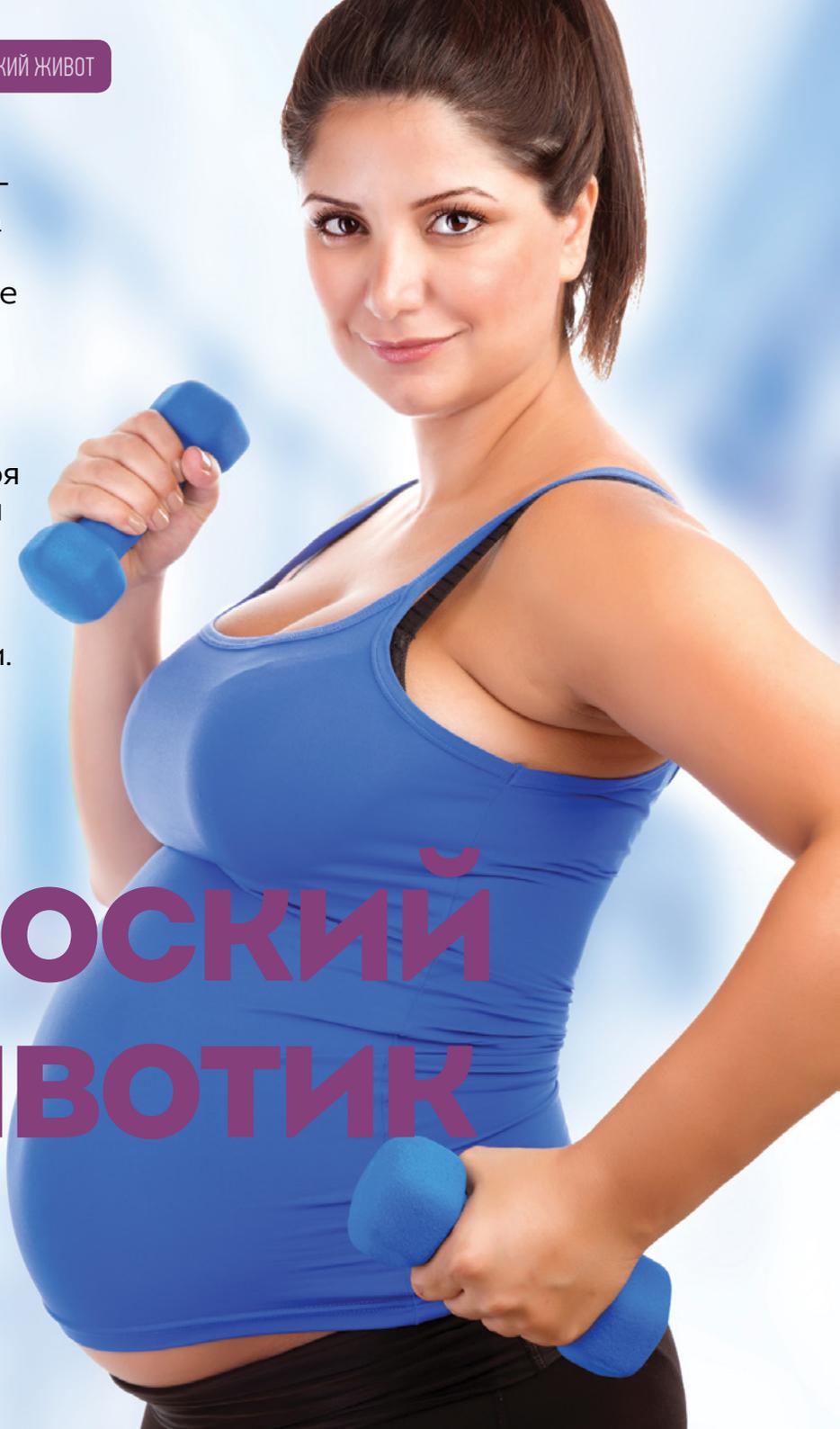
www.curag.ru
(812) 448-47-77

Curag.ru

Многим молодым мамам знакома проблема возвращения к былой фигуре после рождения малыша. К сожалению, очень многие махнули на себя рукой во время беременности, а потом и при грудном вскармливании.

АВТОР:
АЛИОНА ХИЛЬТ
.....

ПЛОСКИЙ ЖИВОТИК



ВО-ПЕРВЫХ, я хочу поделиться с Вами одним важным секретом: накачанные мышцы живота существенно помогают во время родов! Конечно, во время беременности не стоит усиленно качать пресс, если Вы до этого не занимались спортом вообще. Посетите специальные курсы для беременных (йога, пилатес, шейпинг для беременных — это Ваш лучший выбор). На этих курсах опытный инструктор объяснит Вам, какие упражнения для укрепления мышц живота вам необходимо выполнять.

Что же делать, если всю беременность по тем или иным причинам (плохое самочувствие, предписание врача, нехватка времени) Вы не занимались спортом вообще? Не отчаивайтесь! Вернуть плоский животик после беременности вполне возможно, и не так сложно, как это кажется на первый взгляд! Главное — запастись терпением.

Даже если Вы кормите грудью, нагрузка низкой интенсивности Вам абсолютно не противопоказана, скорее, наоборот! Поэтому ноги в руки, коврик на пол — и поехали делать упражнения!

Начало

Один важный момент. Сразу после родов не рекомендуется делать прямые скручивания. Дело в том, что во время беременности мышцы брюшного пресса как бы раздвигаются, и между ними образуется пространство, которое можно усугубить неправильными упражнениями. Что же делать? Прорабатывать косые мышцы, выполнять упражнение «велосипед», боковые планки. На первых парах этого вполне достаточно — Ваши мышцы укрепятся, и это поможет в уменьшении зазора между ними. Как только «щель» посередине живота исчезнет, Вы можете приступать к выполнению всех остальных упражнений: прямые, обратные скручивания, обычные планки — все, на что хватит Вашей фантазии!

Поймать и обезжирить

Второй, не менее важный момент. Даже если Ваш пресс сильный, никто не увидит его под слоем жира. Поэтому важной составляющей в достижении плоского живота является



Вернуть плоский животик после беременности вполне возможно, и не так сложно, как это кажется на первый взгляд! Главное — запастись терпением.“

кардионагрузка. Для оптимального сжигания жира выберите нагрузку малой или средней интенсивности, при которой пульс лежит в пределах 120-140 ударов в минуту: это может быть быстрая ходьба (с коляской), велотренажер, эллипсоид, танцы.

Минус 200

И, наконец — третий кит, на котором держится Ваш пресс. Это правильное питание. Ни в коем случае не садитесь на жесткую диету, которая предлагает урезать Ваш рацион до 1200 калорий, а то и ниже!

«Ни в коем случае не садитесь на жесткую диету, которая предлагает урезать Ваш рацион до 1200 калорий, а то и ниже!»



Вы только подорвете свой обмен веществ. Особенно это касается кормящих мам. Помните, Ваш рацион должен быть сбалансированным и достаточным по калорийности для поддержания Вашей жизнедеятельности, активности и хорошего самочувствия. Чтобы избавиться от лишних килограммов и сантиметров, достаточно лишь слегка сократить калорийность Вашего питания. Что это значит? То, что расход Вашей энергии должен незначительно превышать потребление. Незначительно — это 10 %. То есть,

Пример идеально сбалансированного меню:

ЗАВТРАК: Овсянка с яичными белками и ягодами.

ПЕРЕКУС: Творог с яблоком, цельнозерновой хлебец.

ОБЕД: Куриная грудка или рыба с овощами и рисом.

УЖИН: Мясо с овощами.

Сила воли, проявленная при выполнении упражнений и кардионагрузок, вкуче с ненавязчивой диетой – вот все, что нужно для получения плоского красивого живота. Удачи!

«Во время беременности мышцы брюшного пресса как бы раздвигаются, и между ними образуется пространство, которое можно усугубить неправильными упражнениями.»

если Вы потребляли 2000 ккал, то при 1800 ккал Вы уже будете худеть! Конечно, надо следить за тем, откуда приходят эти калории: если Вы съедаете тортики и шоколадок на 1800 ккал, то вряд ли добьетесь желаемых результатов. А вот мясо, рыба, птица в сочетании с овощами и крупами обеспечит Вас здоровой энергией.





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.Петергоф, ул.Халтурина, 1
- Колпино, ул.Ижор.Батальона, 4/35
- Шушары, ул.Орловская, 4



группа vk: vk.com/votonia





Правильный выбор - Goo.n

Уже давно прошло время марлевых подгузников, самостоятельно изготавливаемых нашими бабушками собственными руками. Время не стоит на месте и сегодня трудно представить себе мамочку, которая не использовала бы подгузники для своего малыша с первого дня его жизни.

О ГРОМНОЕ КОЛИЧЕСТВО МАРК НАПЕРЕБОЙ ПРЕДЛАГАЮТ СВОИ «САМЫЕ ЛУЧШИЕ» ТОВАРЫ, полки магазинов ломятся от «супердышащих» до «самых непромокаемых». Как и на чем остановить свой выбор? Ведь каждый родитель хочет для своего ребенка только самое лучшее.

Подгузники прошлых лет намного уступают тем, что сегодня можно встретить на прилавках магазинов. Мир не стоит на месте, и производители стараются следовать заданному темпу и идти в ногу со временем. Япония издавна славится не только передовыми высокими технологиями, но и своим традиционным трепетным отношением к детям. И благодаря сочетанию этих двух факторов, при производстве японских подгузников используются самые последние разработки, позволяющие совершенствовать и делать подгузники еще более комфортными и удобными для Вашего малыша. Goo.N — подгузники нового времени



Подгузники Goo.N состоят из 100 % гипоаллергенного хлопкового сырья, которое предотвращает раздражение нежной чувствительной кожи ребенка.

За счет инновационного 3D-рельефа внутреннего слоя площадь соприкосновения с поверхностью кожи максимально снижена, а «дышащая» поверхность подгузника с особой ячеистой структурой не допускает перегрева и опрелостей.

Подгузники Goo.N оснащены специальным «индикатором наполнения», который меняет свой цвет и показывает маме, когда пора переодеть малыша.

Подгузники Goo.N являются одними из самых тонких, при этом они способны впитывать гораздо больше влаги, чем раньше. Такой эффект достигается благодаря высококачественным материалам и новым технологиям, используемым при их производстве. Российские мамы отдают предпочтение именно Goo.N, ведь выбирая Goo.N Вы выбираете лучшее. www.goonrussia.ru



торговая галерея

Будумамы

всё для будущих мам



с 15 по 24 ноября
СКИДКИ
от 7% до 20%!



подарки в честь
Дня Матери!*

Адреса 23 магазинов

по  050

и на сайте

www.budumamoy.ru

*Подарки будут вручаться 24 ноября.

Сроки проведения: с 15.11.13 по 24.11.13. Информация об организаторе, месте и порядке проведения акции по тел.: (812) 543 32 52 и на сайте www.budumamoy.ru

Аквааэробика – это занятия в бассейне под руководством инструктора. Что же дают такие занятия во время беременности?

Аэробика в стиле аква



ПРЕЖДЕ ВСЕГО, НУЖНО ИМЕТЬ В ВИДУ, ЧТО «БЕРЕМЕННАЯ» АКВА — ЭТО СО ВСЕМ НЕ ТО, ЧТО МЫ ПРИВЫКЛИ ВИДЕТЬ В ФИТНЕС-ЦЕНТРАХ. ЭТО СКОРЕЕ ЛФК, ТОЛЬКО В ВОДЕ. Такие занятия — отличная тренировка для всех групп мышц. А так как в воде тело ощущается легче, заниматься можно на любых, даже самых поздних сроках, и даже тем, кто до беременности со спортом не дружил вообще.

Чтобы посещение бассейна принесло пользу и удовольствие, соблюдайте следующие правила:

- 1 Выбирайте бассейн с современной системой очистки, без хлора.
- 2 Подхватить ужасные инфекции в бассейне невозможно — они не передаются через воду и скамейки, к тому же, вода в бассейне не только очищается постоянно, но и фильтруется, по сути, являясь проточной. Что



действительно можно подхватить, так это грибок. Чтобы этого не случилось — используйте ТОЛЬКО свои принадлежности: купальник, полотенце, закрытые тапочки.

- 3 Не садитесь в мокром купальнике на общие скамейки, особенно в сауне. Постелите, например, полотенце.
- 4 В воде не заметно, что у Вас есть животик, и Вы можете получить случайную травму от соседа по дорожке. Посещайте бассейн с группой других беременных в специальное время или выберите утренние часы в будние дни, когда не слишком людно.
- 5 Сауна полезна для борьбы с отеками и для тренировки сосудов. Однако при пользовании сауной



Аквааэробика поможет:

- Укрепить мышцы, необходимые для родов;
- Увеличить выносливость организма;
- Снять нагрузку с суставов и позвоночника, что избавит от усталости и болей в спине;
- Улучшить циркуляцию крови и тонус сосудов (профилактика варикоза);
- Улучшить работу почек и избавиться от отеков;
- Научится ритмичному глубокому дыханию, которое пригодится при родах;
- Оставаться в форме до самых родов и быстро восстановиться после них.

не допускайте перегрева и не находитесь там в одиночестве. Оптимально заходить туда часто, но всего на несколько минут.



Фото сделаны на занятиях клуба **РОДНИК** на площадке Байконурская 13/2; Записаться на аквааэробику можно по телефону 448-68-88



Папина дочка выросла

Лизе Арзамасовой – актрисе, наиболее запомнившейся нам по роли Галины Сергеевны из сериала «Папины дочки», всего 18 лет, но уже сейчас она рассуждает бойко, мудро и как будто с высоты огромного опыта. Мы встретились с Лизой и ее мамой Юлией и поговорили о детских воспоминаниях, необходимости "менять направления", о жизни сегодняшним днем, мудрых детских советах и о многом другом.

БЕСЕДОВАЛА:
АННА ЯКИНА

КОГДА МОИ ДРУЗЬЯ УВИДЕЛИ ИТОГИ НАШЕЙ ФОТОСЕССИИ С ЭТОЙ ЮНОЙ АКТРИСОЙ, ОНИ ДАЖЕ НЕ СРАЗУ ПОНЯЛИ, КТО СМОТРИТ НА НИХ С ФОТО. Но стоило мне произнести волшебные слова «Папины дочки», как реакция не заставила себя ждать: «Это она?! Ничего себе! Какая взрослая! Какая красивая! Принцесса!» Да, уверенно заявляю — «папина дочка» Лиза Арзамасова выросла, превратившись в юную, нежную, прекрасную девушку!

Мы встретились с Лизой и ее мамой Юлией и провели несколько прекрасных часов. Редко увидишь такую слаженную команду матери и дочери. Юлия одновременно является для Лизы и мамой, и подругой, и, конечно, менеджером и помощником в ее карьере.

Юная Лиза уже имеет внушительный послужной список ролей, является участницей большого количества телевизионных и театральных проектов. И останавливаться ни в коем случае не собирается!

Мы поговорили с семьей Арзамасовых о детстве Лизы, воспитании, первых воспоминаниях из детства и, конечно, о ее творческой карьере.

Лиза, Вы начали сниматься аж с четырех лет. И дальше вся ваша жизнь стала связана с кино, сценой, шоу-бизнесом. Сейчас учитесь на продюсера. Никогда не возникало желания вообще уйти из этой сферы и попробовать себя в чем-то совершенно другом? Или поучиться по какой-то другой спе-

Я никогда не любила заглядывать в завтрашний день. Мне нравится жить здесь и сейчас и наслаждаться моментом.“

циальности? Экономика, например, иностранные языки, журналистика, политика. Что угодно!

Если бы у меня возникло такое желание, то я бы обязательно все в своей жизни поменяла. Не исключено, что когда-нибудь еще поменяю, и не раз. Просто мама с детства мне говорила, чтобы я не боялась менять свою жизнь, и что если мне что-то перестало быть интересным, нужно разворачиваться

Я не помню никаких специальных приемов воспитания или строгости, хотя, возможно, они и были. Я просто помню и знаю, что меня очень любили и сейчас любят, и что мама – мой самый лучший и надежный друг.“



*Сериал «Достоевский».
Режиссер В. И. Хотиненко.
Из личного архива*



*Лиза в спектакле Ромео и Джульетта.
Фотограф Жан Гаспарян*

и уходить, не держаться за привычное. Это не значит быть безответственной. Никогда нельзя бросать начатое дело на полпути, невозможно подвести своих товарищей. Но когда ты чувствуешь, что тебе больше не интересно дело, которым ты занимаешься, стоит обратить внимание на что-то другое. Вообще в жизни так многое хочется попробовать, так многому хочется научиться! И чем полярнее занятия, тем увлекательнее. К слову сказать, на первом курсе продюсерского факультета мне пришлось сдавать экзамены по высшей математике и по экономике. Мне было интересно, и я сдала эти экзамены на «пятерки». Не думаю, что это то, чем я бы хотела заниматься всю жизнь, но вот так ненадолго переключиться или хотя бы иметь элементарное понятие о предмете — очень полезно. Это я к тому, что иногда не обязательно что-то менять. Можно очень многие вещи в жизни совмещать. Изучать языки, например. В актерской профессии это обязательно пригодится!



Юная Лиза уже имеет внушительный послужной список ролей, является участницей большого количества телевизионных и театральных проектов.



Юлия, Вы сами разместили Лизины фотографии в интернете, после чего началась ее карьера. Вы сразу знали, что ваша дочь будет актрисой? Как вы к этому пришли?

- Нет, конечно. Просто Лиза не ходила в детский сад, поэтому, когда ей исполнилось четыре года, мы отвели ее во все детские студии, которые только нашли рядом с домом: танцы, музыкальная школа, кружок рисования, театральная студия. Ей было весело везде, но больше всего понравилось в театре. Ну а главное ведь, чтобы ребенку было интересно. Случайно попали на первый кастинг в кино. Ну а дальше просто как-то все само собой пошло.

Лиза, какая ваша самая любимая, самая близкая роль? Не считая Галины Сергеевны, конечно, с которой за столько лет вы, видимо, уже успели сродниться?

Роль Галины Сергеевны я не могу назвать самой любимой, просто она была одна такая «долгоиграющая». С одной стороны, с такой ролью можно и сродниться, а с другой — есть опасность, что тебя и дальше будут воспринимать только в этом, хорошо запомнившемся образе.

Семья - это самое большое счастье, которое может быть у человека

Я думаю, что мне очень повезло, потому что во время съемок сериала «Папины дочки» у меня были и другие роли. Одними из своих самых любимых ролей в кино я могу назвать роль Лады в фильме «Свои дети», роль Евы в фильме Владимира Ивановича Хотиненко «Поп».

Когда ты чувствуешь, что тебе больше не интересно дело, которым ты занимаешься, стоит обратить внимание на что-то другое. В жизни так многое хочется попробовать!"



*У меня никогда
не было,
да и сейчас нет
роли мечты*

А в театре — Джульетта в спектакле «Ромео и Джульетта» режиссера Сергея Алдонина и роль Ивонны в спектакле Мирзоева «Принцесса Ивонна» в театре Вахтангова.

Цитата из Википедии: «Популярность получила после исполнения одной из главных ролей — роли эрудита и вундеркинда Галины Сергеевны Васнецовой в сериале «Папины дочки». Вам была близка Галина Сергеевна? Какая вы сама

в жизни? Усидчивая и вдумчивая или более легкая и эмоциональная?

Я с большим уважением и благодарностью отношусь к моей «Галине Сергеевне», хотя общего у меня с ней почти ничего нет. Пожалуй, нас с этим персонажем объединяет только любовь к семье и чувство самоиронии. Мне нравилось играть заумную девочку, которая умеет посмеяться над собой. В жизни я с такими девчонками не встречалась. Мне вообще не приходилось общаться с моими сверстниками, обладающими энциклопедическими знаниями. Я понимаю, что в жизни быть такой девочкой очень непросто. Такая вот зубрилка, в бабушкиных очках и старомодной одежде обязательно бы нарвалась на шуточки одноклассников. Мне очень нравится, что сценаристы придумали не зубрилку-размазню, а бойкую, смелую девочку, которая умеет словом постоять за себя. Я так не умею. Я в реакциях медленная и не сразу нахожу, что ответить в споре. Информацию я тоже воспринимаю и усваиваю медленно. Но Галина Сергеевна научила меня, например, учить огромные тексты, бывало, и на китайском языке. Это очень помогло мне во время подготовки к выпускным экзаменам.

Какая роль вашей мечты? Или она уже сыграна?

У меня никогда не было, да и сейчас нет роли мечты. Я люблю элемент неожиданности, люблю, когда мне вдруг выпадает шанс сыграть роль, о которой я и мечтать не могла. Или о существовании которой я и не знала, но влюбилась в нее с первых строчек сценария или пьесы. Так произошло с ролью Принцессы Ивонны, например. Я и не слышала никогда о такой пьесе, пока не пришла на репетиции в театр. Мне было пятнадцать лет. Я не думаю, что многие мои сверстники знакомы с драматургией Гамбровича. Вот и я не имела ни малейшего представления ни о пьесе, ни об авторе.



Но не влюбиться в такую роль невозможно! Мне кажутся такие роли настоящим подарком судьбы. Жалко, что спектакль уже не идет.

Вы приняли участие в различных проектах: съемки в кино и сериалах, театральные постановки, музыкальная карьера, озвучка мультфильмов, даже есть опыт в карьере фигуристки! А есть какая-то сфера в шоу-бизнесе, где бы вы очень хотели себя попробовать, но еще не успели?

Самая большая прелесть и радость во всем этом то, что ты не загадываешь, не планируешь, не мечтаешь, даже не думаешь, что бы ты еще хотел попробовать. Дать ответ на этот вопрос невозможно. Откуда же я знаю, какая еще дверь передо мной приоткроется? А глупо не посмотреть, что за этой дверью. Вот, например, какой замечательный был случай в цирке, когда меня пригласили сделать номер в программе, посвященной 90-летию Юрия Никулина.

*Фотографии Лизы из проекта «Лед и пламень» на 1-ом канале. Лизе 15 лет.
Фотограф Ирина Петровская*

Предполагалось, что я должна была сделать какой-то акробатический номер, и мы даже начали его репетировать. А я всегда с обожанием смотрела на воздушных акробатов, но я очень боялась расстроить маму и только в конце тренировки сказала, что хотела бы летать под куполом. Мама схватилась за голову, а ребята в цирке сказали: «Не проблема! Летать, так летать!» И в результате у меня было счастье полета с замечательным воздушным гимнастом Александром Волковым! И главное, что оно продолжается: после этого опыта в цирке у меня были воздушные номера в ледовых спектаклях Ильи Авербуха: «Винкс» и «Тайна острова сокровищ».

Какое первое воспоминание из вашего детства?

У меня много воспоминаний из самого раннего детства. Какое из них первое, сложно сказать. Я очень люблю моменты, детали, настроения. Поэтому и воспоминания связаны с тем, как меня погладили по голове, или как все сидели на даче и кутались в пледы и вели

Мне кажется, что было бы интересно иногда почитать, что сами актеры пишут о себе и о своих работах.“

какие-то тихие разговоры, или как здорово было бежать к входной двери наперегонки с мамой, когда услышишь звонок и кричать: «Ура! Гости, гости!» Я помню то, что мне было очень хорошо. И еще мне казалось, что меня все любят, что я самая любимая девочка на свете, и что все взрослые женщины красивые, а мужчины — добрые. Думаю, что родители создали в детстве вокруг меня такую атмосферу любви и какую-то почти идеальную картину мира. Потом я сама увидела, что реальность гораздо жестче, чем тот мир — в детстве, но ощущение полного счастья помнится почти на физическом уровне, когда носу щекотно и мурашки по спине.

Как вас воспитывали? Были какие-то правила или особой строгости никогда не наблюдалось?

Моя мама говорит, что воспитывать детей — вредно (смеется). Нужно просто их любить и быть рядом. Вот, наверное, у меня так и было. Я не помню никаких специальных приемов воспитания или строгости, хотя, возможно, они и были. Я просто помню и знаю, что меня очень любили и сейчас любят, и что мама — мой самый лучший и надежный друг. Это здорово, когда с мамой можно поговорить абсолютно обо всем!

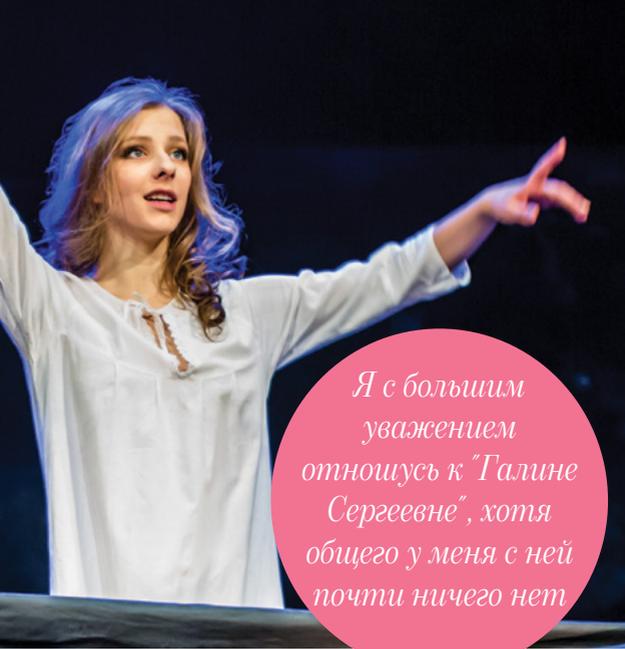


Мама с детства мне говорила, чтобы я не боялась менять свою жизнь, и что если мне что-то перестало быть интересным, нужно разворачиваться и уходить, не держаться за привычное.“

Лиза, Вы уже представляете себе как-то свою будущую семью? Есть мечты о детях или представления о том, как бы хотелось видеть свой будущий дом?

Разве можно заглядывать в будущее? Семья — это самое большое счастье, которое может быть у человека. Конечно, я, как и все девушки, хочу когда-то быть счастливой женой и счастливой мамой, и чтобы в доме была любовь. Но запланировать все это невозможно. Можно только очень надеяться и верить, что все сложится.

Юлия, есть что-то, чтобы вы хотели изменить в прошлом? В воспитании Лизы, в пройденных трудностях, каких-то моментах?



Я с большим уважением отношусь к "Галине Сергеевне", хотя общего у меня с ней почти ничего нет.

Я бы не хотела ничего менять. Мне кажется, что Лиза выросла сама, не благодаря тому, что говорили ей мы, взрослые, а даже во многом вопреки. Она сделала свои выводы о жизни, во многом у нас разные взгляды на жизнь. И мне ее отношение к жизни нравится больше. Вот, что я, пожалуй, изменила бы, если бы было возможно, в себе — начала бы раньше к ней прислушиваться. Часто дети в своих чистых, незамутненных суждениях о жизни оказываются гораздо мудрее нас, взрослых.

Что бы вы пожелали дочери как будущей маме?

Любви!

Лиза, Пожелайте, пожалуйста, что-нибудь нашим читательницам — молодым мамам. Некоторые из них — Ваши ровесницы, которые выбрали для себя тоже очень важную карьеру — карьеру мамы!

Я хочу пожелать читательницам журнала любви и здоровья деткам. Я думаю, что быть мамой — это большое счастье. А быть другом своему ребенку — счастье вдвойне!

 **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 31.12.13 г. 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

Из 10 детей сейчас хорошо говорящих на свой возраст мы имеем 2-3 человека, остальные – с различными задержками речи.“

Ольга Борисовна, в каком возрасте дети должны начинать говорить? Если ребенок не хочет говорить в два года, нужно ли бить тревогу?

Сейчас дети начинают говорить позже, чем их сверстники лет 15-20 назад. Это связано и с экологией, и с особенностями течения беременности у мамы, и с осложнениями при родах. Из 10 детей сейчас хорошо говорящих на свой возраст мы имеем 2-3 человека, остальные — с различными задержками речи.

К двум годам ребенок должен уметь произносить простейшие фразы из двух слов: «мама дай», «мама иди», «кто пришел» и т. д. Мальчики начинают говорить позже, чем девочки, ближе к 3 годам. Если к трем годам ребенок говорит



Речь пойдет о речи

Мы побеседовали с логопедом высшей категории Ольгой Борисовной Моисеевой и получили ответы на самые популярные вопросы родителей о детской речи.



Если к трем годам ребенок говорит буквально 10-15 слов, не связывает слова в фразы, то это уже задержка.“

буквально 10-15 слов, не связывает слова в фразы, то это уже задержка.

К кому родители должны в первую очередь обратиться, если что-то в развитии речи их настораживает?

У каждого ребенка есть педиатр, который наблюдает его с рождения, видит, как он развивается, когда начинает держать головку, переворачиваться и т. д. Если ребенок все делает с задержкой, если что-то не так было во время беременности и родов, с большой вероятностью будут и проблемы с развитием речи. Обычно к логопеду отправляет педиатр или невролог. Хорошие результаты получаются именно при комплексном подходе к проблеме. Невролог может назначить препараты, обследования, возможно, потребуется сделать энцефалограмму головного мозга, доплер шейного отдела позвоночника. Логопед посоветует специальные упражнения, гимнастику, логопедический массаж.

Что должны родители делать для того, чтобы у ребенка не было проблем с речью?

Речевые зоны у нас находятся на кончиках пальцев, есть простые упражнения, которые может делать любая мама: катать по ладони ребенка маленький массажный мячик с пупырышками, рассказывая стишок или потешку. Особое внимание нужно уделять подушечкам пальцев.

Мелкая моторика тесно связана с речью. Очень хорошо помогает

лепка, игры с пластилином и крупами, когда крупинки вдавливаются пальцами в пластилиновый узор.

Занимаясь изо дня в день пальчиковой гимнастикой, массируя пальчики, мама помогает ребенку подготовиться к первым словам. Если родители хотят, чтобы ребенок без проблем заговорил, нужно обязательно с ним заниматься даже в том возрасте, когда, казалось бы, до первых осмысленных слов еще далеко.

Также стоит уделить внимание развитию фонематического слуха.

Фонемы — это слова, близкие по звучанию, например: крыса — крыша. Развитие фонематического слуха у маленьких детей очень важно для формирования речи в дальнейшем, для профилактики дисграфии в школе. Есть простой способ для развития фонематического слуха. Можно насыпать в пустые бутылочки или баночки, например, из-под детских йогуртов, разные крупы: горох, манку, рис. Если потрясти эти баночки, они будут звучать по-разному. С ребенком можно угадывать, где какая крупа, меняя баночки, увеличивая их количество. С детьми постарше можно играть в повторение похожих звуков: «за-за-са», «за-са-за», «ка-га-га», «во-го-во» и т. д.

Какие еще упражнения полезны?

Речевые зоны у нас находятся на кончиках пальцев, есть простые упражнения, которые может делать любая мама: катать по ладони ребенка маленький массажный мячик с пупырышками, рассказывая стишок или потешку.“

Нужно много читать вслух, разговаривать с ребенком. Сначала накапливается пассивный словарь, слова, которые ребенок слышит и понимает, а потом — активный, слова, которые ребенок произносит.“



Есть очень хорошие упражнения для формирования речевого выдоха. Задача — научить ребенка дуть, правильно выдыхать. Хорошо подходят для этого вертушки из фольги, которые нужно заставить крутиться, подув на них, мыльные пузыри, бульканье через соломинку в стакане с водой.

Для того чтобы ребенок учился не «проглатывать» звуки,

не торопиться, произносить слова полностью, есть упражнение с хлопками в ладоши. Мама хлопает в ладоши на каждый слог, а ребенок повторяет за ней слова, разделяя на слоги, по хлопкам. Сколько ребенку лет, столько слогов в норме ребенок должен произносить. Например, в два годика: «ма-ма», «па-па» и т. д. В три года слова из трех слогов: «со-ба-ка», «кон-фе-та».

Ну и, конечно, нужно много читать вслух, разговаривать с ребенком. Сначала накапливается пассивный словарь, слова, которые ребенок слышит и понимает, а потом — активный, слова, которые ребенок произносит.

Если ребенок в 5 лет не выговаривает звук «Р», что делать?

Сначала встают свистящие звуки, потом шипящие звуки, «трудные буквы» «Р» и «Л» обычно встают к 4-5 годам. Начинать постановку звука «Р» нужно с рычания, когда тренируется просто один звук «Р-р-р-р-р». Потом добавляется гласная буква, чтобы получился слог, например, «РА», «РУ». Потом — обратный слог: «АР», «УР». Повторять эти упражнения нужно часто, каждый день, это — непростая совместная работа с ребенком. Хорошо, когда у родителей получается проводить ее в виде игры.

Почему ребенок заикается, и как это исправить?

Одна из основных причин заикания — логоневроз, когда ребенок долго не говорил, заговорил поздно, начал догонять сверстников. Информации много, он все уже знает, все хочет сказать, а как сказать, еще не знает. Он торопится, нервничает, и, как следствие, начинает заикаться. В этом случае нужно обязательно следить за тем, чтобы ребенок не был

Нужно вовремя обратиться к невропатологу, назначить лечение, потом уже – занятия с логопедом. Если Вовремя отреагировать, не запустить проблему, логоневроз хорошо лечится и проходит без последствий.“

перегружен, не переутомлялся. Ограничить или даже исключить на время телевизор и компьютер, массовые зрелищные мероприятия. Нужно вовремя обратиться к невропатологу, назначить лечение, потом уже — занятия с логопедом. Если вовремя отреагировать, не запустить проблему, логоневроз хорошо лечится и проходит без последствий.

Если у маленького ребенка короткая уздечка языка, могут ли из-за этого возникнуть проблемы с речью?

Если показання есть, и подъязычная связка действительно короткая, рекомендуется подрезать пораньше. Чем раньше, тем легче эта процедура переносится. Часто на прием попадают дети 4-5 лет с серьезными проблемами с произношением звуков, потому что язык просто не поднимается настолько, насколько нужно. И все равно приходится подрезать, но это уже и более тяжелое психологическое переживание для ребенка, и сама процедура сложнее — приходится накладывать шов.

Большое спасибо за беседу!



8·800·555·07·70



KASSIR.RU



www.smeshariki.ru

ЛЕДОВЫЙ ДВОРЕЦ
МАЛЫЙ ЗАЛ
2-6 января

для всей семьи

Шоу

Новогодние

ПРИКЛЮЧЕНИЯ

с ИГОГОШЕЙ

Нам
10
лет



0+

Почему петербуржцы выбирают банк стволовых клеток «Транс-Технологии»?



ЮРИЙ ПАВЛОВИЧ МАРКОВ,

*руководитель отдела развития
банка Транс-Технологии*



Начиная с 2002 года многие родители сохранили стволовые клетки пуповинной крови своих малышей в банке «Транс-Технологий».

ЗА ЭТО ВРЕМЯ БАНК СТВОЛОВЫХ КЛЕТОК СТАЛ ВЫСОКОТЕХНОЛОГИЧНЫМ ПРЕДПРИЯТИЕМ, ПОСТРОЕННЫМ СОГЛАСНО МЕЖДУНАРОДНОМУ СТАНДАРТУ GMP. Мы побеседовали с руководителем отдела развития Юрием Павловичем Марковым, который ответил нам на часто задаваемые вопросы.

Здравствуйте, Юрий Павлович! Рады видеть Вас на страницах нашего журнала. Нам известно, что «Транс-Технологии» — это первый банк стволовых клеток в Санкт-Петербурге. Расскажите немного о Транс-Технологиях сегодня и о спросе на услуги банкирования пуповинной крови.

Здравствуйте! Действительно, наш банк существует с 2002 года. За это время мы накопили большой опыт в сфере сохранения биологических материалов. Основным направлением

деятельности по-прежнему остается персональное банкирование стволовых клеток пуповинной крови, а также проведение ряда собственных клинических исследований в области клеточных технологий. Например, сейчас ведутся совместные исследования с университетом из Великобритании, в Ньюкасле. Спрос на услугу банкирования стволовых клеток пуповинной крови в России стабильно растет, хотя, конечно, на Западе эта услуга популярнее.

Каковы преимущества банка «Транс-Технологии»?

Во-первых, хотелось бы сказать, что «Транс-Технологии» входит в крупнейший на Северо-Западе

биотехнологический холдинг «Алкор Био», что существенно увеличивает наши финансовые гарантии. Во-вторых, стоимость договора на услугу банкирования стволовых клеток пуповинной крови — самая низкая по России при соблюдении абсолютно всех необходимых этапов обработки и хранения. Наш банк располагается в собственных помещениях, специально спроектированных для работы с клеточными культурами. Такие помещения — единственные такого рода на Северо-Западе России. Несмотря на огромные вложения, мы можем предложить будущим папам и мамам идеальные условия банкирования стволовых клеток пуповинной крови: кроме самой низкой стоимости услуги можно воспользоваться беспроцентной рассрочкой оплаты на 1 год.

Является ли кесарево сечение противопоказанием к забору пуповинной крови и как происходит сама процедура?

При кесаревом сечении пуповинная кровь собирается точно так же, как и при естественных родах. Данная процедура абсолютно безопасна и безболезненна как для мамы, так и для малыша: кровь собирается уже после рождения ребенка.

Можно ли собрать пуповинную кровь, если роды происходят в других регионах или за границей?

Да, конечно. Пуповинная кровь может быть собрана в любом родильном доме. По заявке клиента банк отправляет все необходимые материалы, организует доставку материала из аэропорта в лабораторию для обработки, выделения и криозаморозки концентрата стволовых клеток. Продолжительность всех этапов, начиная с родов и заканчивая доставкой образца в банк стволовых клеток, должна составлять до 24 часов.

Что нас ожидает в ближайшем будущем в сфере клеточных технологий?

В настоящее время уже завершаются клинические испытания препаратов на основе мезенхимальных стволовых клеток. Мы надеемся на то, что в ближайшем будущем специалисты докажут эффективность размножения гемопоэтических стволовых клеток. Это будет прорыв в сфере клеточных технологий, расширится спектр заболеваний, при которых будут применяться стволовые клетки. Особые надежды ученые связывают с лечением онкологических больных.

Большое спасибо за интересную беседу. Успехов!

Подробная информация на сайте: www.trans-t.ru

Консультации по телефонам: 677-21-63, 929-49-02

«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 банкирования стволовых клеток.
- Все образцы и хранилище застрахованы.

Тел.: (812) 677-21-63, 929-49-02
www.trans-t.ru
 Предъявителю купона 3% скидка

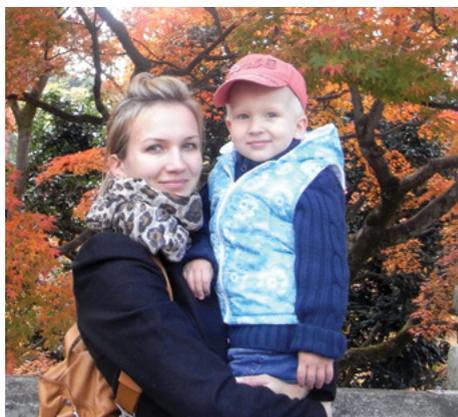


Лечим зубки без страха. Родителями – проверено!

Вот уже почти год в петербургских стоматологических клиниках «Вероника» детям лечат зубы с применением кислородно-азотной седации. Это не наркоз и не анестезия, а безвредный газ, который используется для снятия нервозности пациента в кресле стоматолога. Для Европы и США седация уже давно не новинка.

Врачи клиник «Вероника» вооружены современными технологиями и оборудованием, а также — большим опытом общения с детьми. Это позволяет сделать лечение

зубов по-настоящему безболезненным, а главное — «нестрашным» для детей. Многие родители на практике убедились в пользе применения седации.



Прусакова Марина и сын Федор (2 года).

ВРАЧ: **ВАСИЛЬЧИШИН Д. Б.**

«Федя очень боялся идти к стоматологу. Но заболел зуб и все-таки пришлось идти. На приеме наш доктор быстро расположил Федю к себе. Чтобы снять эмоциональное напряжение, лечили Федю с применением седации. Я видела, что ребенку было комфортно во время лечения, его ничто не беспокоило. Теперь, когда мы приходим на прием, ребенок сам садится в кресло, позволяя доктору провести необходимое лечение. Мы очень довольны!».

.....

Лисаченко Мария и сын Илья (5 лет).

ВРАЧ: ТРЕГУЛОВА Г. М.

«На приеме Илья нервничал и наш врач предложила воспользоваться седацией. Во время лечения он смотрел мультик и был полностью спокоен, под конец даже заснул. Когда лечение закончилось и маску сняли, Илья быстро пришел в свое обычное состояние. Мы и дальше будем лечиться с применением седации. Другим родителям я бы тоже посоветовала воспользоваться этой услугой, если без нее ребенок боится лечения».



Мишина Ирина и сын Кирилл (2 года).

ВРАЧ: ВАСИЛЬЧИШИН Д. Б.

«У Кирилла с нашим врачом сложились дружеские отношения с первого знакомства. Поэтому поход к доктору мы называем «пойти в гости» и обязательно берем с собой какую-нибудь новую машинку, чтобы показать ее дяде Денису. Седация для нас — единственный способ лечения зубов в данный период жизни Кирилла. Без нее мы так до сих пор и ходили бы с кариесом, а сейчас зубки белые и красивые. Никакой разницы между Кирей до и после седации не замечаю ни в поведении, ни в самочувствии. Когда в первый раз мы лечились под седацией, Киря не испытывал никакого страха перед маской — а наоборот, ему было интересно после объяснений доктора, что же за вкусный запах живет в этой маске. Очень рада, что нашли этот способ лечения кариеса в таком раннем возрасте, и без ущерба для здоровья ребенка. Жалко только, что не все родители знают о седации. Так как нет ничего лучше здоровой улыбки родного чада!»..



Многие родители маленьких пациентов клиник «Вероника» мечтательно говорят: «Вот если бы нас в детстве так лечили!». Все они довольны тем, что их дети без страха, а часто и с радостью идут лечить зубки. И уж точно не будут бояться стоматолога, когда станут Взрослыми.»

ПРИГЛАШАЕМ

Вашего ребенка на бесплатную* консультацию

Приглашение действительно по 31.12.2013.

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



ВЕРОНИКА
СТОМАТОЛОГИЯ

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

777-77-09
www.veronica.ru

Омега-3 для будущей мамы

Сегодня беременные женщины могут компенсировать недостаток необходимых веществ только с помощью специальных омега-3 комплексов.



ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО СЕГОДНЯ МЫ ПОЛУЧАЕМ В 20 РАЗ МЕНЬШЕ ОМЕГА-3 ЖИРНЫХ КИСЛОТ, ЧЕМ НАШИ ДАЛЕКИЕ ПРЕДКИ? Сложно представить, как сильно изменился наш рацион, а виной всему послужил переход от естественной пищи к продуктам, выращенным искусственно. Мясо животных, которые питаются комбикормами, не может быть полезнее мяса гуляющего на пастбищах скота. Рыба, выращенная на ферме, тоже не может похвастаться наличием полезных веществ в большом количестве. А ведь омега-3 жирные кислоты необходимы для организма любого человека и особенно важны в период беременности как для будущей мамы, так и для развития малыша. Сегодня беременные женщины могут компенсировать недостаток этих

необходимых веществ только с помощью специальных омега-3 комплексов.

Во время беременности организм будущей мамы ежедневно теряет как минимум удвоенную суточную норму омега-3 жирных кислот. Они крайне необходимы для здоровья беременной женщины по многим причинам.

Во-первых, омега-3 помогают выносить и родить ребенка в срок. Дело в том, что недостаток омега-3 жирных кислот может привести к преждевременным родам и увеличивает риск выкидыша.

Во-вторых, омега-3 кислоты помогают избежать осложнений при беременности. Когда организм испытывает



недостаток этих полезнейших веществ, создается опасность развития позднего токсикоза беременности — опасного состояния, которое может сопровождаться повышением артериального давления, отеками, поражением почек, печени, нервной системы и плаценты. В особо тяжелых случаях возникает риск для жизни матери и угроза невынашивания беременности. Омега-3 кислоты делают кровь более текучей, благодаря этому снижается артериальное давление.

В-третьих, омега-3 благотворно влияют на области мозга, отвечающие за наше настроение. Тем самым эти кислоты помогают бороться с депрессией и не позволяют преобладать негативным эмоциям. Настроение становится оптимистичнее и стабильнее.

В-четвертых, омега-3 предотвращают вымывание кальция из организма, что позволяет маме оставаться здоровой, а малышу иметь крепкие кости и хорошие зубы.

Не менее важны омега-3 жирные кислоты для развития организма будущего малыша. Большое количество омега-3 требуется для формирования клеток мозга и построения нервной системы, кислоты также необходимы для создания иммунной системы ребенка. Кроме того, омега-3 необходимы для профилактики развития гипертонической болезни, аллергий и диатезов, препятствуют развитию депрессий у малыша. Научно доказано, что дети, получавшие омега-3 жирные кислоты в утробе матери, рождаются с более крепкой нервной системой и иммунитетом. Дети, получавшие омега-3 при грудном вскармливании, опережают своих сверстников в интеллектуальном развитии и остроте зрения.

Кормящей маме без омега-3 тоже не обойтись: при грудном вскармливании потребность организма матери в омега-3 жирных кислотах возрастает вдвое, поскольку часть этих веществ отдается малышу с молоком. Природа устроила так, что материнский организм

пожертвует последним, лишь бы малыш вырос здоровым. Дефицит этих веществ может пагубно сказаться как на организме мамы, так и на здоровье грудничка.

Из серии представленных в аптеках препаратов омега-3 особого внимания заслуживает Норвесол. На сегодняшний день это единственный на российском рынке качественный, чистый и безопасный 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 отечественных врачей акушеров-гинекологов. 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

Советы от клиники МЕДЕМ

Первая помощь ребенку до приезда скорой помощи.



*Педиатры
не рекоменду-
ют снижать
температуру
искусственно, если
она ниже 37,8°C*

При несчастных случаях или внезапных заболеваниях необходимо срочно вызвать «скорую медицинскую помощь». Но как оказать ребенку первую помощь до прихода врача? Вот несколько советов от клиники МЕДЕМ, которые помогут Вам справиться с проявлениями заболевания до прибытия скорой.

Высокая температура и судороги

Педиатры МЕДЕМ не рекомендуют снижать температуру искусственно, если она ниже 37,8°C. Легкая одежда, обильное дробное питье, прохлада в комнате — лучшее средство в такой ситуации. Если температура тела ребенка выше 38,5°C, надо вызвать врача. До его прихода детям до 6 месяцев и детям, у которых раньше при повышении температуры были судороги, следует дать парацетамол (из расчета 10 мг на год возраста ребенка). Не давайте более одной дозы парацетамола в течение четырех часов.

Ожоги

Самое эффективное средство при температурных ожогах — это охлаждение обожженной поверхности холодной (ледяной) водой или льдом в полиэтиленовом мешке в течение не менее 10 минут. При ожогах химическими веществами обожженный участок надо обильно промыть проточной прохладной водой. При ожогах дыхательных путей к врачу обращайтесь немедленно!

При ожогах нельзя:

- смазывать обожженную поверхность маслом и закрывать ее пластырем;
- вскрывать пузыри;
- снимать или стягивать одежду (ее осторожно разрезают, чтобы дополнительно не травмировать поврежденную поверхность);
- кормить и поить ребенка.

Инородное тело в дыхательных путях

Если после попадания инородного тела в дыхательные пути ребенок находится в сознании, дышит самостоятельно, кашляет, не пытайтесь извлечь инородное тело. С кашлем предмет может выйти. Если у ребенка начался приступ удушья, немедленно нужно вызвать «скорую помощь», и до её прибытия Вы оказываете первую помощь.

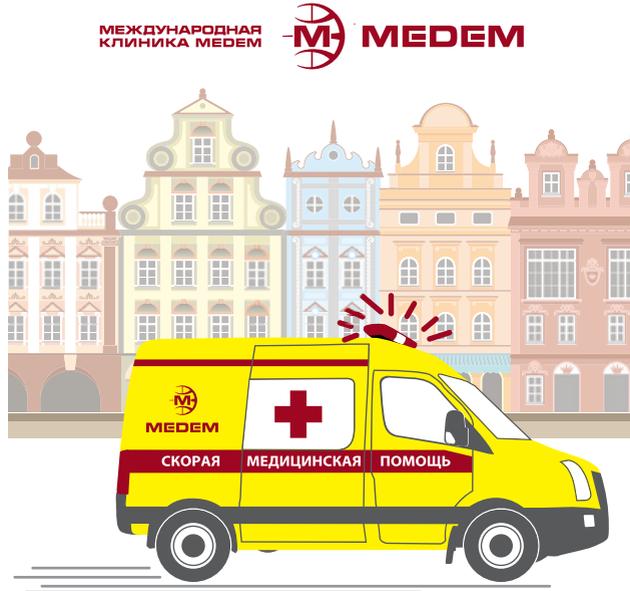
Сядьте, положите ребенка лицом вниз себе на руку, поддерживая грудь и нижнюю челюсть так, чтобы голова была ниже тела. Для опоры руки используйте колени. Другой рукой нанесите 4 резких удара по спине.

Если дыхание не появилось, поверните ребенка на спину (его голова должна быть ниже уровня тела), поставьте два пальца на грудину на уровне сосков. Сделайте 4 быстрых толчка в грудь.

Большим пальцем надавите на язык ребенка. Если при этом удастся увидеть инородное тело, постарайтесь вытащить его пальцами. Не пытайтесь извлекать инородное тело вслепую. При неэффективности этих действий повторяйте удары по спине и толчки в грудь.

Переохлаждение, обморожение

До приезда врача пострадавшего ребенка надо поместить в теплое помещение и переодеть в сухую и теплую одежду. Обмороженные участки тела согревайте в воде комнатной температуры в течение 30-45 минут, постепенно повышая температуру воды до 38-42°C. Большим пальцем надавите на язык ребенка. Если при этом удастся увидеть инородное тело, постарайтесь вытащить его пальцами. Не пытайтесь извлекать инородное тело вслепую. При неэффективности этих действий повторяйте удары по спине и толчки в грудь.



ЦЕНТР ПЕДИАТРИИ

широкий спектр медицинских услуг
от профилактики до диагностики
и лечения заболеваний
для детей любого возраста
[от 0 до 18 лет]

вызов врача на дом

336 33 33

педиатрическая бригада
скорой помощи

336 33 36

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

Лиц. № 78-01-002890 от 24.07.2012г.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ,
НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



КАЖДЫЙ ЭРУДИТ

Интересные факты, цифры и утверждения в нашей новой рубрике. Сегодня мы узнаем маленькие секреты животных и птиц.



*ЛЕНИВЕЦ
ПРОВОДИТ ВО СНЕ. 20
ЧАСОВ В СУТКИ И 75%
ЖИЗНИ*



*ДИКОБРАЗ НЕ МОЖЕТ
УТОНУТЬ. ЕГО ИГОЛКИ
ПОЛЫЕ, И В НИХ
НАХОДИТСЯ ВОЗДУХ.
ВОТ ТАКОЙ У НЕГО
СПАСАТЕЛЬНЫЙ КРУГ*



ДОЛЖЕН ЗНАТЬ



*ДЕЛЬФИНЫ
НА НОЧЬ ОДИН ГЛАЗ
НЕ ЗАКРЫВАЮТ*



*КОЛИБРИ
НЕ УМЕЮТ ХОДИТЬ*



*САМАЯ ЗУБАСТАЯ –
УЛИТКА. У НЕЕ 25000
ЗУБОВ*



Модели Macaronis Kids – Ева, Меланья и Милана,
одежда Vonpoint, фотограф Женя Fotokot

Одеваемся стильно вместе с «Эрудитом»

54 стр. Потомучка. Отвечают дети

56 стр. Музыка для карапузика

60 стр. Выходные с детьми



Даша Скребнева

Актриса, модель, певица, спортсменка - все это можно сказать об одной маленькой петербургской красавице - Даше Скребневой. К своим 6-ти годам она является одной из самых известных и востребованных детей-моделей нашего города. А сейчас Даша пробует себя в спорте, ведь именно с ним она мечтает связать свою будущую жизнь.



О Даше



Открытый кубок «Ice Diamonds».
Даша заняла 2-е место

Досье

НЕСМОТЯ НА СВОЙ ЮНЫЙ ВОЗРАСТ, ДАША СКРЕБНЕВА УЖЕ УСПЕЛА ДОБИТЬСЯ БОЛЬШИХ УСПЕХОВ КАК В МОДЕЛЬНОЙ, ТАК И В ИНДУСТРИИ КИНО. СВОЙ ТВОРЧЕСКИЙ ПУТЬ ДАША НАЧАЛА С 3-х лет и сразу же стала одной из самых востребованных детских моделей в Петербурге.

В первый же год она успела стать лицом мультибрендового бутика, снялась для немецкого каталога и в рекламном ролике теплых полов «THERMO» для телеканала ТНТ. Дальше лор — больше. Многочисленные съемки и показы делают Дашу достаточно популярной среди детей-моделей в северной столице, поэтому, когда ей исполнилось 4 года, ее начинают активно приглашать на съемки в кино.

Сегодня Даша пробует себя в спорте. Почти год она занимается фигурным катанием и уже успела стать призером открытого кубка по фигурному катанию «Бриллиантовый лед». А с начала 2013 года юная спортсменка пробует себя и в художественной гимнастике. Правильно говорят: «Если человек талантлив, он талантлив во всем». Это как нельзя лучше отражает сущность нашей сегодняшней героини. Мы желаем Дашеньке больших побед и успехов во всех ее начинаниях.

“Я люблю сидеть на диване и смотреть мультики. А еще я люблю конфеты!”

БЛИЦ-ОПРОС

Кем больше нравится быть: моделью, актрисой или спортсменкой?

Спортсменкой, потому что нравится заниматься спортом.

Любимая игрушка-Какой твой любимый мультфильм?
 «Дружба – это чудо!»

Кем хочешь стать, когда вырастешь?
 Фигуристкой, но гимнастика и танцы тоже нравятся.

Какая твоя любимая игрушка?

Я играю лошадкой «май литл пони» и в «петшопы».

О чем ты мечтаешь?

О новых игрушках, например, о наборе «Школа» от «Хазбро».

Как любишь отдыхать?

Сидеть на диване и смотреть мультики, встречаться с друзьями. А еще я люблю конфеты.

Алина Селиванова

Многократная чемпионка и член сборной России по акробатическому рок-н-роллу - Селиванова Алина - еще одна героиня нашего номера. В свои 11 лет Алине выпала честь представлять Россию на Кубке Мира в Словении.

Об Алине



Алина Селиванова с партнером
по акробатическому рок-н-роллу Артемом
Горбачевым. Павловск, сентябрь 2013

... Выступали на главных площадках в «Universal Studios» и «Walt Disney World Downtown Disney Orlando, USA»

Досье

Алина Селиванова – ПРИЗЕР И ОБЛАДАТЕЛЬНИЦА МНОГОЧИСЛЕННЫХ КУБКОВ И НАГРАД ПО АКРОБАТИЧЕСКОМУ РОК-Н-РОЛЛУ, ЧЛЕН СБОРНОЙ РОССИИ, ДВУКРАТНАЯ ПОБЕДИТЕЛЬНИЦА ИТАЛЬЯНСКОГО ФЕСТИВАЛЯ «Felicita», проходившего под председательством самого маэстро Аль Баню.

В свои 11 лет юная спортсменка уже успела выступить и на спортивной арене, и на крупнейших площадках страны со звездами зарубежной эстрады. А в марте 2013 года Алина со своим партнером стали участниками грандиозного тура по США, выступали на главных площадках в «Universal Studios Orlando USA» и «Walt Disney World Downtown Disney Orlando, USA».

В сезоне 2013-2014 Алина и ее партнер Артем Горбачев будут защищать честь нашей страны на Кубке Мира в Словении. Пожелаем нашим спортсменам громких побед и творческих успехов!

БЛИЦ-ОПРОС

Чем еще, кроме рок-н-ролла любишь заниматься?

Люблю петь песни на английском языке.

Какой твой любимый мультфильм?

Последний мультфильм, который я смотрела, «Гадкий я». Мне он очень понравился!

Кем хочешь стать, когда вырастешь?

Я хочу стать режиссером шоу

и хореографом-постановщиком.

Какая твоя любимая игрушка?

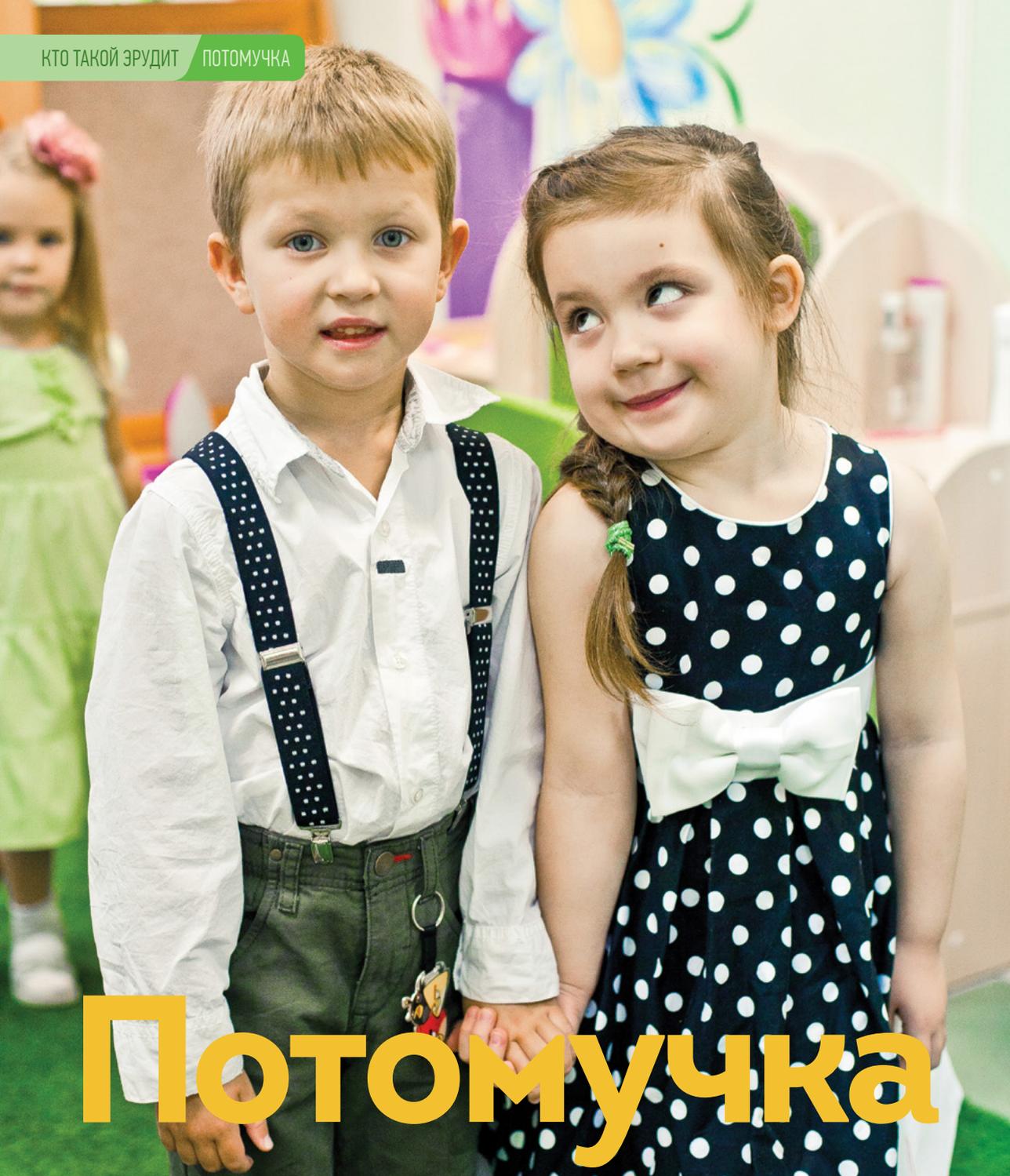
Любимая игрушка – мой спортивный талисман – рыжий котик.

О чем ты мечтаешь?

Мечтаю стать чемпионкой мира и мастером спорта.

Как любишь отдыхать?

Люблю отдыхать с родителями на море.



Потомучка

Начнем с самого простого: кто такой «Эрудит» и чем он занимается? Сегодня эрудицией блеснут детки из детского сада на Комендантском. В следующий раз мы отправимся на поиски ответов на очередной вопрос в детский сад на Капитанской, ждите!



Обычно дети пытаются взрослых вопросами «Что это?», «Почему?» и «Зачем?»
Нынешние родители должны помнить, что в советское время была детская энциклопедия под названием «Почемучка». Журнал «Эрудит» запускает новую рубрику, в которой все наоборот: взрослые задают вопросы детям, чтобы получить выдуманные, подслушанные, наивные, забавные, но такие честные ответы.



1. Алина, 5 лет: Эрудит – это умный человек, мне бабушка сказала. Она все знает. Я и моя мама – эрудиты. А бабушка – нет.

2. Андрей, 3 года: Эрудит – это тот, кто много знает и много умеет. Жалко, что я еще не большой эрудит.

3. Берсан, 2 года:
Эрудит, это я – Берсан!

4. Ксюша, 3 года: Эрудит – это мой садик. Это моя работа. И мой дедушка.

5. Гоша, 6 лет: Эрудит... Я хожу в него.

6. Никита, 3 года:
Эрудит – это человек, который много кушает и гуляет.





Музыка для карапузика

Не факт, что у малыша разовьется прекрасное чувство слуха и ритма, если Вы будете включать ему классику или напевать колыбельные. И все же, мелодичные звуки в раннем возрасте оказывают положительное влияние на малыша и маму, какое и как – в нашей статье про музыку для самых маленьких слушателей.

АВТОР:

НАДЕЖДА ЩЕПКИНА, старший преподаватель музыкального факультета ПИРиЦИ

ДОРОГИЕ МАМЫ И ПАПЫ! ДАВАЙТЕ ВМЕСТЕ ПОРАЗМЫСЛИМ О ЦЕННОСТИ МУЗЫКИ В ВОСПИТАНИИ РЕБЕНКА. КАК ВЫ ДУМАЕТЕ, КОГДА НУЖНО НАЧИНАТЬ ПЕТЬ ЕМУ ПЕСЕНКИ? КТО ДОЛЖЕН ИХ ПЕТЬ? МОЖЕТ ЛИ МАЛЫШ УСЛЫШАТЬ МУЗЫКУ, ЕЩЕ БУДУЧИ В МАМИНОМ ЖИВОТИКЕ? ПОКУПАЯ ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ, ВЫ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОИНТЕРЕСУЕТЕСЬ О ЕГО СОСТАВЕ И ПРОИЗВОДИТЕЛЕ. ПОКУПАЯ ДЕТСКУЮ ОДЕЖДУ, ИГРУШКИ ИЛИ МЕБЕЛЬ, ВЫ ТАКЖЕ БУДЕТЕ СЛЕДИТЬ ЗА КАЧЕСТВОМ ПРИОБРЕТАЕМОЙ ПРОДУКЦИИ. МУЗЫКА, КАК И ЛЮБОЙ ВИД ИСКУССТВА, ФОРМИРУЕТ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ РЕБЕНКА ОБ ОКРУЖАЮЩЕМ МИРЕ. КАКИЕ ОБРАЗЦЫ МУЗЫКИ БУДЕТ СЛЫШАТЬ ВАШ МАЛЫШ, КАКИМИ ОБРАЗЦАМИ ВЫ БУДЕТЕ ЕГО ОКРУЖАТЬ, ТАКИМ И БУДЕТ ДЛЯ НЕГО ЭТОТ МИР.

Музыка извне

Всем известно, что, когда мама или папа прикладывают к животу руку, малыш может толкнуть ножкой, ответить. Во время беременности малыш также может Вас услышать, внимая мелодии маминого голоса. Именно в это время, еще до рождения, нужно начинать разговаривать с ним, петь первые песенки на ночь. Колыбельные песни помогут Вам и Вашему малышу настроиться на доверительное общение друг с другом на пороге новой жизни — жизни ради будущего ребенка.

Колыбельная

Колыбельная песня — это один из древнейших жанров фольклора. Назначение ее — размеренным ритмом и монотонным

Голоса в аудиозаписи и мультфильмы никогда не заменят ребенку неповторимой интонации живого голоса близкого ему человека.“

НОЯБРЬ 2013 **ЭРУДИТ**



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



мотивом успокаивать и усыплять ребенка, а также регулировать движение колыбели. У всех народов мира колыбельная не требует каких-либо инструментов для ее исполнения, достаточно только голоса. Есть среди напевов колыбельных более распространенные, нейтральные, а есть и такие, которые обладают своей характерной, более очерченной интонацией. На любой из напевов можно распевать «километры» текста, пока малыш (или мама) не заснет. Сюжет колыбельной обычно складывается из нескольких свободно чередующихся тем. Начинайте петь с того, что Вам особенно близко, например, вот так:

Баю-баюшки-баю,
Живет барин на краю.
Он не беден, не богат -
У него много ребят.
Все по лавочкам сидят,
Кашку с маслом едят,
Пирожочки с творожком,
Пышки с кислым молочком...

Преобладающие темы колыбельной — убаюкивание, приглашение помощников для убаюкивания, мысли о будущем ребенка, нередко — явления и предметы окружающей действительности, способные заинтересовать и позабавить ребенка. Среди героев колыбельных можно назвать Дрему, Котика, Зайку, Петю-Петушка, Волка. Колыбельные не являются, как некоторые думают, лишь некоей «музыкой для релаксации». Когда мы поем ребенку колыбельную, возникает глубочайшее чувство единения между мамой и малышом, проявляется их взаимная любовь.

Когда мы поем ребенку колыбельную, возникает глубочайшее чувство единения между мамой и малышом, проявляется взаимная любовь.“



Кроме колыбельных, *в течение первого года жизни малыша* очень важно разучить и употреблять в ежедневном общении игровые песенки, потешки, прибаутки, небылицы, считалки, различные присказки. Детские песенки имеют в своей основе простейшие музыкальные формы, передававшиеся из уст в уста десятками поколений наших предков. Не стоит пытаться использовать найденные Вами аудио или видеозаписи для самостоятельного прослушивания их ребенком без Вашего участия. Во-первых, все игровые песенки связаны с каким-либо действием и без него не достигают своей главной цели — общения ребенка и взрослого, их совместного творчества. Во-вторых, чужие голоса



Развивающие звуки

Петушки

(от устаревшего слова «п стовать» – заботливо нянчить дитя) – напевные приговорки, которые нужны для усиления всевозможных упражнений. Этими упражнениями мы развиваем физические силы ребенка, а слово пробуждает душу, рождая в ней яркие образы. Вот, например, проснулся наш малыш, мы его поглаживаем, помогаем расправить затекшие ручки, ножки:

Потягушечки,
порастущечки,
вдоль да поперек
толстущечки.

Ручки – хватущечки,
ножки – ходушечки,
роток – говорок,
а в головку – разумок.

в аудиозаписи, мультфильмы никогда не заменят ребенку неповторимой интонации живого голоса близкого ему человека.

Поэтому не стесняйтесь своего незнания, учите песни! Очень скоро Вы выучите то, что Вам необходимо, да еще и прибавите к Вашему запасу то, что вспомнят Ваши родные, тети и бабушки, а они обязательно вспомнят, нужно только хорошенько их расспросить. Мелодическое богатство этих песенок издревле

А ведь существуют еще и многие другие песенки – для массажа, кормления, купания! Все они – образцы неподдельного русского фольклора, записанные из уст наших остроумных бабушек и прабабушек. Не спешите доверять свое Сокровище часто сомнительной теле-няне, позвольте себе и ему в вашем

ежедневном обиходе прикоснуться к ярким образцам богатейшего наследия высокой певческой культуры. Поверьте, в дальнейшем это принесет свои плоды, и, подрастая, Ваш малыш будет успешно развиваться, слушать, петь, и легче сможет воспринимать более сложные музыкальные формы.



передавалось из уст в уста, поэтому некоторые слова и интонации могут варьироваться, изменяться.

Скок-скок-поскок,
Молодой дроздок
По водичку пошел,
Молодичку нашел.
Молодиченька,
Невеличенька,
Сама с вершок,
Голова с горшок.

Так, например, эту считалку пела еще моя бабушка 1900 года рождения, и в ее тексте были две дополнительные строчки (Круглоличенька, Симпатичненька).



Ботанично. Вечнозеленый сад

Приходит зима, зелени и цветов не хватает никому.
И только в Ботаническом саду – лето круглые сутки.

ПОДГОТОВИЛА:

ИРИНА ТРЕТЬЯКОВА, историк

Я очень люблю Ботанический сад. Здесь в любое время очень красиво. Зимой можно «путешествовать» по жарким странам среди пальм и орхидей. Весной цветут азалии, необыкновенные ирисы и пионы. Летом розы и водяные лилии. Осень раскрашивает чудесные клены, которых здесь великое множество (225 штук) в невероятные цвета. На дворе ноябрь, который не балует нас хорошей погодой. «Спасение утопающих — дело рук самих утопающих», поэтому отправимся на прогулку в жаркие тропики. Сделать это проще простого — надо просто купить билет в Ботанический сад.

В 1713 году по личному указу Петра Великого на острове Корписсаари бы заложен Аптекарский огород. Там выращивались лекарственные травы для нужд армии и флота. Потом к лекарственным растениям прибавились «куриозные и чуждые планты», которые император велел привозить из разных стран и беречь их зимой. К 1735 году небольшой огород назывался уже Медицинский сад. Долгое время оранжереи сада использовались для выращивания экзотических фруктов к императорскому столу, но к середине XIX века сад стал одним из крупнейших ботанических в мире. Его коллекция насчитывала около 15000 экземпляров. Уникальное собрание растений сильно пострадало в годы Октябрьской революции и блокады. После войны буквально всем миром восстанавливали утраченные экземпляры. Семена растений и саженцы приходили не только из Москвы, Сухуми, Батуми, но даже из Лиссабона. Сейчас оранжерейная коллекция — самая крупная в России, а Пальмовая — самая крупная в Европе.



Занятия для беременных

Лекции по подготовке к родам

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



Здесь можно увидеть «королеву пустыни» — финиковую пальму, знакомую всем по сладким плодам — финикам, которые можно купить в любом супермаркете. Это растение изображено на гербе Финикии, оно стало самым популярным в государствах Юго-Восточной Азии и Северной Африки. Финикийцы очень любили путешествовать и везде, где были, сажали финиковые пальмы. Из плодов этого растения можно приготовить до 300 блюд, и даже пальмовый сыр. В пальмовой оранжерее Ботанического сада можно увидеть необычное растение — Капустную пальму. Ее молодые побеги жители Юго-Восточной Азии используют в пищу.

Эритьеру крупнолистную стали называть «серебряное дерево». Потому что внутренняя сторона листа этого растения серебристая и напоминает зеркало. Это для того, чтобы не было ожогов от отраженных в воде солнечных лучей.

*«В пустыне чахлой и скупой,
На почве, зноем раскаленной,
Анчар, как грозный часовой,
Стоит — один во всей вселенной».*



«Это тропический кактус, который еще называют змеиным. Его стебли, причудливо изогнутые и колючие, действительно напоминают змей.»



Это знаменитое растение, воспетое Пушкиным можно также увидеть в Пальмовой оранжерее сада. На самом деле Анчар растет во влажных тропических лесах острова Ява, а не в раскаленной пустыни. Но вот сок его действительно очень ядовит.

Благодаря Жюль Верну и Майн Риду мы узнали о Хинном дереве. Оно ценно тем, что в его коре содержится хинин, который помогает от малярии. Это чудесное растение растет в Южной Америке, а мы его круглый год можем видеть в Ботаническом саду.

Для знаменитой кувшинки Виктории Амазонской в конце XIX века была построена специальная Водная оранжерея. Эта оранжерея считается самым большим бассейном в Европе. Здесь каждый год в конце мая — в начале июня цветет самая большая в мире кувшинка и всего только три дня. Первый день лепестки цветка белые, второй — розовые, а на третий день становятся малиновыми. В остальное время приходится любоваться ее гигантскими листьями. Они около двух метров в диаметре и могут выдержать



вес около 50 кг. Чтобы выжить в Амазонке, нужно уметь защищаться. И Виктория это умеет мастерски. Ее листья внизу покрыты острыми длинными шипами — это отпугивает травоядных рыб и других водных животных.

Здесь же можно полюбоваться на Египетский лотос. Его цветки поднимаются из воды вместе с солнцем и опускаются на закате. Корневища лотоса считаются съедобными, их египтяне ели в отварном виде, так же как мы — картошку. Звездой Ботанического сада стала знаменитая Царица ночи. Это тропический кактус, который еще называют змеиным. Его стебли, причудливо изогнутые и колючие, действительно напоминают змей. Только на одну ночь распускается большой цветок больше двадцати сантиметров в диаметре, и все вокруг наполняется ванильным ароматом. В ночь цветения двери Ботанического

После войны буквально всем миром восстанавливали утраченные экземпляры. Семена растений и саженцы приходили не только из Москвы, Сухуми, Батуми, но даже из Лиссабона. Сейчас оранжереинная коллекция — самая крупная в России, а Пальмовая — самая крупная в Европе.



сада открыты для посетителей. Великолепный цветок увядает с первыми лучами солнца. С этим растением связано много легенд. Говорят, что если в момент его цветения загадать желание, то оно непременно сбудется.



Для знаменитой кувшинки Виктории Амазонской в конце XIX Века была построена специальная Водная оранжерея. Эта оранжерея считается самым большим бассейном в Европе.“

его называют чайным? Во время своей экспедиции в Австралию Джеймс Кук готовил из листьев этого дерева напиток, который отличался приятным

Корневища лотоса считаются съедобными, их египтяне ели в отварном виде, так же как мы – картошку.“

Мало кто знает, что легендарный цветок культивируется в Центральной и Южной Америке не только из-за чудесных цветов. Его плоды употребляют в пищу, и по вкусу они похожи на наш крыжовник. Стебли и цветки этого кактуса используются при производстве гомеопатических лекарств.

Я как-то прочитала одно высказывание о том, что в Петербурге есть 4 чуда: Янтарная комната, Эрмитаж, фонтаны Петергофа и Царица ночи.

В Ботаническом саду растет мое любимое чайное дерево, или малелука. Это вечнозеленое дерево родом из Австралии. Листья его содержат эфирные масла и очень сильно пахнут. Почему же



вкусом и ароматом. В начале XX века ученые открыли, что эфирные масла чайного дерева обладают мощным бактерицидным и антисептическим действием. Его стали применять для изготовления многих лекарств, кремов и гелей.

Моих детей заинтересовало земляничное дерево. Это необычное растение есть на гербе Мадрида. Растет оно в западной Европе, Средиземноморье и в Центральной Америке. Цветки земляничного дерева похожи на ландыш, а плоды — это розовые шарики, которые напоминают по форме землянику. К концу лета эти деревья сбрасывают кору, у них должна вырасти новая. При сбрасывании возникает необычный шорох, за что жители Америки прозвали эти деревья «шептунами».

В январе начинается цветение азалий. В коллекции Ботанического

сада ее более 100 сортов, и находятся азалии и рододендроны в специальной Вересковой оранжерее.

23 ноября в Ботаническом саду откроется выставка орхидей «Осколки радуги». Добро пожаловать в царство красоты и вечного лета.



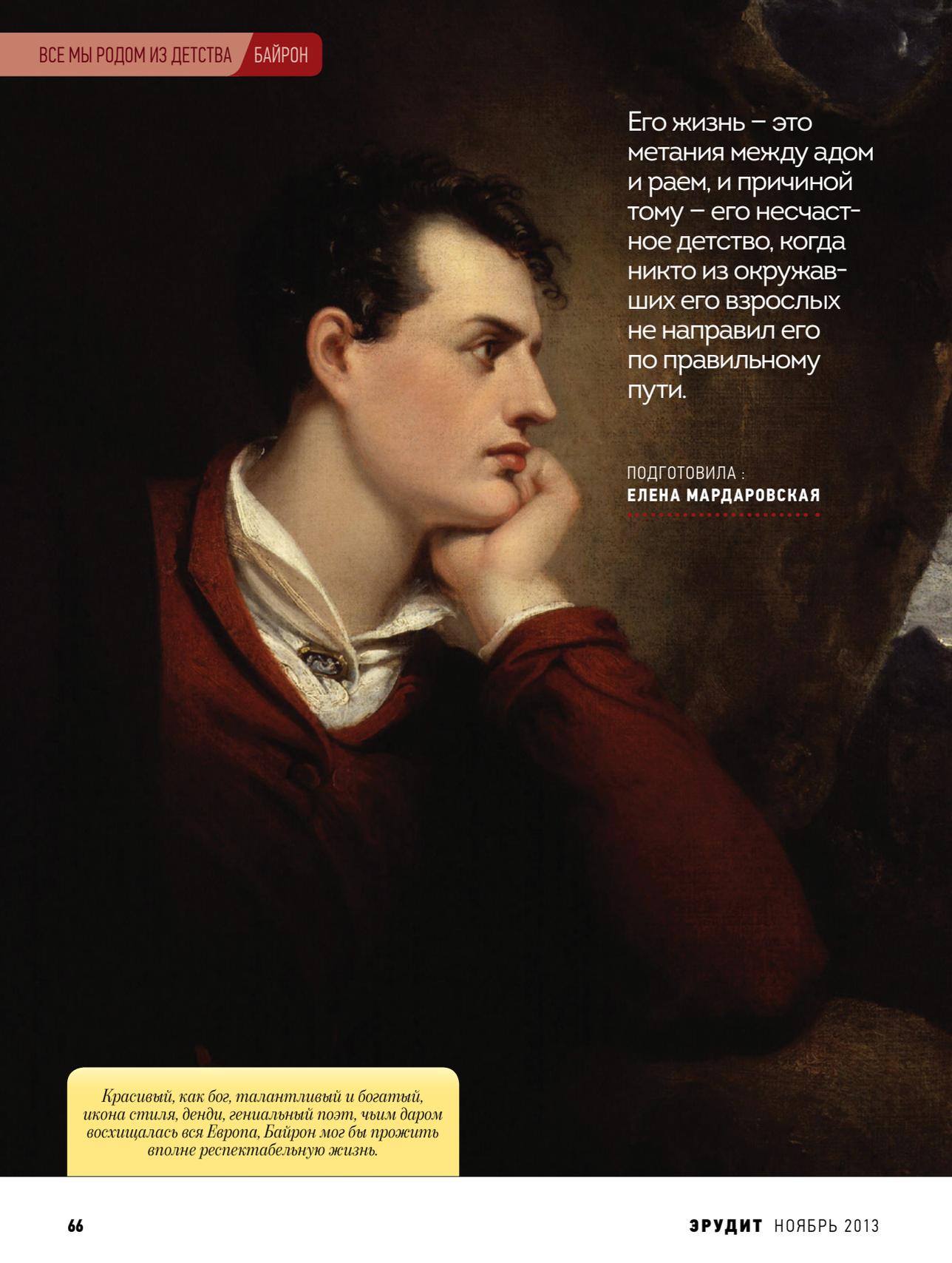
В Ботаническом саду растет чайное дерево, или малелука. Это Вечнозеленое дерево родом из Австралии. Листья его содержат эфирные масла и очень сильно пахнут.“



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.weleda.ru



A detailed oil painting of Lord Byron, shown in profile from the chest up. He has dark, curly hair and is looking thoughtfully to the right. His right hand is resting against his chin. He is wearing a dark red coat over a white lace-trimmed shirt. The background is dark and indistinct.

Его жизнь – это метания между адом и раем, и причиной тому – его несчастное детство, когда никто из окружающих его взрослых не направил его по правильному пути.

ПОДГОТОВИЛА :
ЕЛЕНА МАРДАРОВСКАЯ

Красивый, как бог, талантливый и богатый, икона стиля, денди, гениальный поэт, чьим даром восхищалась вся Европа, Байрон мог бы прожить вполне респектабельную жизнь.

Бездушными буду за душу судим

В РОСКОШНОМ, ПРЕКРАСНО ИЛЛЮСТРИРОВАННОМ ОКСФОРДСКОМ ИЗДАНИИ «ИСТОРИЯ АНГЛИЙСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ» ИЩУ СТРАНИЦЫ, ПОСВЯЩЕННЫЕ ВЕЛИКОМУ АНГЛИЙСКОМУ ПОЭТУ XIX ВЕКА БАЙРОНУ (1788-1824), в надежде еще раз прояснить для себя английский взгляд на их знаменитого соотечественника. И что я вижу? В тексте, написанном элегантно словесной вязью, гладкой, невозмутимой и холодной, как воды северного моря ранним утром, нет слов «бунтарь», «революционный», «справедливость», «тирания», «народ», столь привычных русскому уху в разговоре о Байроне. Зато есть: «эпатажный», «дебошир», «одинокий», «насмешливый», «аристократ»... Нет, не любит английский истеблишмент своего выдающегося поэта, не любит. Впервые это чувство посетило меня много лет назад, после просмотра британского фильма «Леди Каролина Лэм», где Байрон был выставлен бессердечным негодяем, разбивающим женские сердца и презирающим всякие условности. Помню ощущение окатившего меня холодного душа... А как же Пушкин и декабристы, боготворившие Байрона, и Лермонтов с его «Нет, я не Байрон, я другой, Еще неведомый избранник, Как он, гонимый миром странник, Но только с русскою душой»?

Байрона невозможно описать только черными или только белыми красками. В его личности и судьбе все неоднозначно: надменный, самовлюбленный плейбой и рефлексирующий одинокий затворник, остро переживающий свой физический недостаток — тяжелую хромоту; грешник, стремящийся примерить на себя все возможные

человеческие пороки и, в то же время, борец за свободу, сложивший голову на чужбине. Спросите греков, кто такой Байрон, и они ответят: национальный герой, погибший в борьбе за независимость Греции от турок. И поставят ему памятники. Английский же истеблишмент стыдливо не разрешит хоронить своего знаменитого соотечественника, которого в Европе ставили в один ряд с Наполеоном, в Вестминстерском Аббатстве, усыпальнице выдающихся представителей нации.

В имени Джордж Гордон Байрон слились не только фамилии двух знатных родов — английских лордов Байронов и шотландских Гордонов, ведущих свою родословную от шотландских королей. Вместе с родословной он унаследовал

Самовлюбленный плейбой и одинокий затворник, остро переживающий свой физический недостаток — тяжелую хромоту; грешник, стремящийся примерить на себя все возможные человеческие пороки и, в то же время, борец за свободу.“

неукротимый темперамент, бешеный нрав и аристократическую надменность предков по отцовской и материнской линиям. Отец Байрона, Джон Байрон, был гвардейским офицером. За бешеный характер, безумные поступки и невероятное количество долгов его прозвали Безумный Джек. В двадцать лет он покорила сердце маркизы Кармэрсин, молодой и очень красивой женщины, которая бежала с ним, бросив мужа с тремя детьми. Можно было бы не упоминать этот роман в череде других любовных историй Джона Байрона, если бы не то обстоятельство, что маркиза произвела на свет дочь, Августу Байрон, и вскоре после этого умерла. В будущем Августа станет сводной сестрой Джорджа Байрона и сыграет роковую роль в его судьбе. Эта изящная, миловидная молодая женщина станет Байрону по-настоящему близким человеком, которую он полюбит не только как сестру. Греховность этого чувства будет мучить Байрона всю его жизнь, презрение света заставит его развестись с женой, Анабеллой Милбенк, и покинуть Англию, как окажется, навсегда...

Его жизнь — это метания между адом и раем, и причиной тому — его несчастное детство, когда никто из окружавших его взрослых не направил его по правильному пути. Жизненные принципы Байрона — плод его собственного познания людей и обстоятельств.

Отец Байрона познакомился с Кэтрин Гордон Гайт на водах Бата, куда он отправился развеять свое горе. Молоденькая сирота-шотландка не отличалась красотой, но была наследницей огромного состояния. Она безумно влюбилась в красавца-капитана и вышла за него замуж, невзирая на увещевания родных. Тот быстро пустил по ветру шотландское наследство и сбежал от кредиторов во Францию, где и умер в нищете спустя некоторое время. В 23 года Кэтрин Гордон осталась одна, с маленьким сыном на руках, дочиста обобранная

своим мужем. Какой пример семейной жизни видел ребенок за те четыре года, пока был жив отец? Там не было любви, зато была нетерпимость друг к другу, злобные крики, жалобы и упреки. Он видел, что служанки считают его родителей сумасшедшими, опасными людьми, а иногда смеются над ними. С детства он понимал, что его семья отличается от других семей, где родители живут вместе и любят друг друга.

Но еще большую обособленность и отчуждение от других людей он испытывал от своей врожденной хромоты, которая не поддавалась лечению. Стоять он мог только на цыпочках, мучительные процедуры не давали улучшения, и он всегда стеснялся своего увечья. Став взрослым и известным, он предпочитал на балах стоять в углу, мрачно разглядывая присутствующих, и это нежелание танцевать публично приписывала его чайльд-гарольдовской усталости от жизни...

Потерявшая все свое состояние и все связанные с ним надежды на будущее, миссис Байрон жила с ребенком и двумя служанками в меблированных комнатах в захолустном шотландском Абердине. Всю свою женскую неустраоенность мать, которая страстно любила сначала мужа, а потом и сына, как это часто бывает, вымещала на ребенке. Она то душила его в своих объятиях, то оскорбляла последними словами в приступах неожиданной ярости. Мальчик любил

В будущем Августа станет сводной сестрой Джорджа Байрона и сыграет роковую роль в его судьбе. Эта изящная, миловидная молодая женщина станет Байрону по-настоящему близким человеком, которую он полюбит не только как сестру.

свою мать, понимая, что она несчастна, но, став взрослым, охладел к ней, стеснялся ее полноты, которая не соответствовала его романтическим представлениям о красоте, и не мог простить ей своих детских обид.

Ребенок был развитой, начитанный и очень отзывчивый, с пылким сердцем. В нем рано проснулись чувства, но первая любовь была безответной, и он долго и тяжело переживал это разочарование. Он всегда очень остро чувствовал потребность в искренней любви, но очень мало ощущал ее и от матери, и от женщин, с которыми его сводила судьба. Во взрослой жизни это стало причиной повышенной чувствительности, дикой гордости, мнительности Байрона и его желания мстить женщинам.

Чувствуя себя ненужным близким людям, Байрон в отрочестве с особым трепетом относился к школьной дружбе. В Хэрроу-Скул, куда его отдали учиться, он быстро завоевал авторитет среди товарищей благодаря своему рыцарскому отношению к дружбе. Рано лишившись отца, он с детства презирал чей бы то ни было авторитет. Он не готов был подчиняться, если не чувствовал уважения к человеку. Но мог без оглядки броситься с кулаками на защиту униженного товарища, остро чувствуя всякую несправедливость.

Когда ему исполнилось десять лет, умер дядя его отца, лорд Байрон, и маленький Джордж Гордон Байрон сделался шестым лордом Байроном, унаследовав титул пэра и родовое поместье — Ньюстедское Аббатство. На следующий день на переключке в ветхой школе, когда учитель назвал его не просто Байрон, а господин Байрон, мальчик не смог ответить «Я здесь» и разразился слезами. Слишком долго он вел в своей душе борьбу между бешеной гордостью потомка шотландских королей и постыдной бедностью и презрением, в которых ему с матерью приходилось жить.



*Леди Ада.
Дочь Байрона и Аннеллы Милбенк*

Красивый, как бог, талантливый и богатый, икона стиля, денди, гениальный поэт, чьим даром восхищалась вся Европа, Байрон мог бы прожить вполне респектабельную жизнь. Но жестокие уроки детства научили его обостренно чувствовать несправедливость, унижение, безразличие. Можно по-разному относиться к самому Байрону и к его творчеству, но ясно одно: законопослушный обыватель, который ест на завтрак овсянку, прогуливается по аллеям парка и пьет «five o'clock tea», не бросит в топку борьбы за независимость чужого ему народа все свое состояние, здоровье, жизнь, наконец. В своем последнем стихотворении «В день, когда мне исполнилось 36 лет» (а цыганка в молодости нагадала ему смерть в 36 лет, о чем он мало кому признавался), Байрон написал:

*Найти легко тебе среди боя
Солдата гроб: взгляни кругом,
И место выбери любое,
И ляг на нем....*

И он выбрал. И погиб.

КЛУБ «Э»



Отдых

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



Детские сады

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



Развивающие клубы

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

Наши адреса

Санкт-Петербург

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

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

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

ЭРУДИТ»



Бассейн

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



Праздники

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



Клубы для будущих родителей

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

www.eruditclub.ru ● (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 ● ● ● ●



Лесенка ЗНАНИЙ





Наша «Лесенка знаний» – это специально разработанная система развивающих занятий для малышей от 8-ми месяцев до 2-х лет, направленная не только на развитие основных психологических процессов: мышления, внимания, памяти и воображения, но и на развитие мелкой моторики пальцев рук, необходимой для правильного развития речи ребенка.

Сегодня мы знакомим вас с Лесенкой Знаний 1 – для самых маленьких! Добро пожаловать в мир музыки и творчества для юных Эрудитов!

ЗАНИЯ ДЛИТСЯ 1 ЧАС И ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ ДВА БЛОКА ПО 30 МИНУТ. НАЧИНАЕТСЯ ВСЕ С РАЗВИВАЮЩИХ ИГР С ПСИХОЛОГОМ, ОСНОВАННЫХ НА МЕТОДАХ МОНТЕССОРИ, ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКЕ И ДРУГИХ ПРОГРАММАХ, СПЕЦИАЛЬНО РАЗРАБОТАННЫХ ЛУЧШИМИ ПЕДАГОГАМИ И ПСИХОЛОГАМИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА. НАШИ ЗАНЯТИЯ ПРОХОДЯТ В СПЕЦИАЛЬНО ОБОРУДОВАННОЙ КОМНАТЕ РАННЕГО РАЗВИТИЯ, ГДЕ ЕСТЬ ВСЕ НЕОБХОДИМЫЕ РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРУШКИ И ПОСОБИЯ, А ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ УЮТ СОЗДАДУТ КРАСИВАЯ ДЕТСКАЯ МЕБЕЛЬ, МЯГКИЙ КОВЕР И ПОЛ С ПОДОГРЕВОМ.

После развивающих занятий малышам предлагается окунуться в мир искусства. Известно, что дети очень эмоционально воспринимают музыкальные произведения, поэтому главное внимание здесь уделяется активной участию ребенка во всех видах музыкальной и танцевально-ритмической деятельности. В игровой форме Ваши дети разучат элементарные танцевальные движения, научатся подпевать простейшие песенки и даже попробуют поиграть на различных музыкальных инструментах. Такие занятия и игры не только развивают музыкальный слух и чувство ритма, но и способствуют лучшему развитию речи ребенка.

В зависимости от возраста Вашего малыша, мы предлагаем две программы: «Лесенка-нулевочка» для деток до 1 года, и «Лесенка-1» для детей с года до двух лет.



За более подробной информацией обращайтесь по телефону 448-47-77





Снова Новый год

Главная Елка года «Рождество в кругу друзей» – это грандиозное событие для маленьких людей!

НОВЫЙ ГОД УЖЕ НЕ ЗА ГОРАМИ! НЕ УСПЕЕМ ОГЛЯНУТЬСЯ, КАК НАСТУПИТ ПОРА ГОТОВИТЬ РОЖДЕСТВЕНСКИЕ СЮРПРИЗЫ И НАРЯЖАТЬ КРАСАВИЦУ-ЕЛКУ. Именно поэтому «ЭРУДИТ» спешит напомнить своим дорогим друзьям и партнерам о приближении главного праздника Года «Королевской Елке – Рождество в кругу Друзей».

Из года в год мы дарим нашим гостям незабываемые впечатления: новогоднюю классику лучших детских театров, сладкое угощение, и, конечно, множество сюрпризов и замечательных подарков от наших партнеров!

В грядущем году «Мистическая Феерия с Эрудитом» состоится 5 января в историческом центре города, великолепном Голубом зале отеля «Park Inn Прибалтийская» на Васильевском острове. В программе сезона 2014: воспитательная новогодняя интермедия и чудесный кукольный спектакль в исполнении актеров одного из ведущих детских театров Санкт-Петербурга, веселые игры у королевской елки, сказочные персонажи, фотосессии, настоящий королевский бал и множество незабываемых впечатлений. Бронирование билетов уже началось!

Благотворительный марафон

Наша Елка давно уже стала доброй традицией, и, благодаря полным залам, блестящей программе и широкому общественному резонансу, была признана одним из наиболее значимых и запоминающихся праздников Петербурга!

Но ничего этого не случилось бы без наших благодарных зрителей и замечательных партнеров, которые на протяжении многих лет поддерживают наши мероприятия!

Полагаясь на Вашу поддержку, «ЭРУДИТ» снова объявляет об организации третьей «Благотворительной Елки»! Это будет специальный праздник для тех малышей, которым не представилась возможность прийти, держа за руку маму или папу! Ведь главное

В грядущем году «Мистическая Феерия с Эрудитом» состоится 5 января в историческом центре города, великолепном Голубом зале отеля «Park Inn Прибалтийская» на Васильевском острове.“



в жизни — это счастливые глаза детей, блестящие от восторга, а не от слез. И мы хотим, чтобы в грядущем 2014 году с магией Нового года и Рождества соприкоснулось как можно больше маленьких людей!

«ЭРУДИТ» выражает огромную благодарность всем тем, кто был с нами в 2013 году. Это такие компании, как «Нирр» и «Фрутоняня», уникальная детская парикмахерская «Воображуля», замечательные детские издательства «Азбука — Аттикус» и «Поляндрия», сладкий «Торт Вашей Мечты», яхт-клуб «Герий-оки», «Hand Made Bazaar».

А подготовка к новому сезону, тем временем, началась, и мы приглашаем своих неизменных спонсоров и новых партнеров к столь необходимому для всех участию в нашем празднике «Рождество в кругу друзей 2014»!

Для Вас: лучшие промо-места, первое место в блоке упоминаний ведущих, задник сцены, арка центрального входа, лого-плейсмент и много других дружественных бонусов!



По всем вопросам спонсорского и партнерского участия в программах «Рождество в кругу друзей 2014» и «Благотворительная Елка 2014» звоните по телефону: 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.



*Наш адрес:
Учительская ул.,
18, корп.3
Rodnikmed.ru*

Новый, но родной

Новый детский медицинский центр «Родник», открывающийся в рамках 10-летия клуба для будущих родителей «Родник» и детских центров развития «Эрудит», предлагает своим клиентам не только высококвалифицированную медицинскую помощь, но и школу подготовки к родам, обучение и консультации по вопросам грудного вскармливания, а так же оздоровительно-профилактические программы для детей.



В рамках программы для будущих мам наш центр предлагает консультации по грудному вскармливанию с возможностью выезда специалиста на дом или в роддом.

Помимо консультаций специалистов и врачей, детский медицинский центр «Родник» предлагает Вам посетить интересные занятия и тренинги, отработать навыки ухода за малышом, избавиться от тревог и волнений, стать грамотным и ответственным родителем!

Для будущих мам

Беременные смогут получить комплексную и высокопрофессиональную информацию:

- об уходе за новорожденным;
- о правилах и сроках прикорма;
- о вакцинации и первых признаках распространенных заболеваний;
- стандарты оказания первой доврачебной помощи малышам.

Малыш родился

Медицинский центр «Родник» предлагает Вам консультации у лучших неонатологов и педиатров, которые могут наблюдать за Вашим малышом с первых дней жизни, выезжая как в роддом, так и на дом.

А когда малыш подрастет и начнет посещать центры детского развития и/или детский сад «Эрудит», то осматривать и консультировать его будет известный Вам специалист, который знает все нюансы, касающиеся здоровья Вашего ребенка.

Наши специалисты

Наш центр предлагает Вашему вниманию консультацию логопеда, логопеда-дефектолога, а также детского психолога, которые смогут оказать квалифицированную помощь



У нас Вы и Ваши малыши сможете пройти курсы массажа, мануальной терапии и рефлексотерапии.

малышам с особенностями развития, детям, страдающим тревожными состояниями, помогут адаптироваться к детским дошкольным учреждениям и т. д.

Также мы предлагаем консультации узких специалистов (невролог, остеопат, ортопед, физиотерапевт и др.), полный спектр анализов и вакцинацию детей и взрослых, которую можно получить не только в нашем центре, но и во всех центрах «Эрудит», а также заказать услугу на дом.





Большая мода для маленьких

В начале октября в «Буквоеде» на Невском, 46 прошла неделя детской моды «Kids Fashion Shows Week» от детского клуба «Буквоежка».

Дети-модели из «MACARONIS KIDS» представили осенне-зимние коллекции ведущих брендов разных стран для наиболее полного представления о трендах в детской моде на новый сезон.

Дни модных показов делились по странам-производителям одежды. Каждый день царил разная атмосфера, музыка и стиль в соответствии с духом страны. К примеру, на День России после показа «Acoola Kids» выступила Настя Сайнакова с акробатическим номером «Калинка» в русском народном костюме.

Из выступающих стоит отметить и самого артиста: Виталик Олечкин (3 года) дважды выступил на неделе моды с песнями в живом сольном исполнении.





Фотографы: Дмитрий Тибекин; Катя Бугрова (GAP)



1. 1 октября – показ детской одежды России (бренд Acoola Kids)
2. 2 октября – показ детской одежды Франции (марки LC Waikiki и Jacadi)
3. 3 октября – показ детской одежды Италии (бренд TERRANOVA)
4. 4 октября – показ детской одежды Швейцарии (бренд Stillini)
5. 5 октября – показ детской одежды США (марка GAP)
6. 6 октября – показ детской одежды Англии (показ вечерней коллекции Monsoon Children и показ коллекции сезона осень-зима 13-14 Monsoon Children)



Жизнь как праздник

Алене Цветаевой, владелице популярного в Питере агентства по организации праздников с одноименным названием, удалось достигнуть карьерных высот, создав при этом семью своей мечты.

БЕСЕДОВАЛА:
ЮЛИЯ БЕЖАНОВА
.....

Личные соображения и советы молодым, но успешным и амбициозным мамам — в этой статье.

Алена, я знаю, что Вы со своим мужем знакомы, прямо скажем, «с пеленок». Расскажите Вашу историю.

Да, действительно, мы знакомы с детского сада. Были еще с детства «жених и невеста, тили-тили тесто», т. к. наши родители дружили, мы много времени проводили вместе, и нам было интересно. Для него я впервые нарисовала губы, с ним я впервые танцевала медленный танец под песню группы Секрет «Привет», он таскал мой портфель, его я впервые приревновала к соседке по парте.

К сожалению, когда я была в 4-м классе, наша семья переехала в другой город, и мы переписывались еще 5 лет. Эти детские письма до сих пор сохранились в нашем семейном архиве. А через 11 лет мы встретились, уже будучи взрослыми, и поняли, что это — судьба.

Говорят, все счастливые семьи похожи друг на друга, так и есть. Потом, как у всех, поженились, родился самый лучший на свете сын Даниил, на 7-ю годовщину мы обвенчались, и на 10-ю годовщину родилась Настенька, наша долгожданная дочка. Наверное, я могу сказать, что пока все происходит так, как я мечтала.

Как Вам удается сохранить любовь после стольких лет вместе?

Секрета никакого нет, как и у всех, бывают какие-то невзгоды, но мы стараемся всегда поддерживать друг друга. Муж для меня — и мама с папой, (мои родители далеко живут), и моя совесть, и моя подруга, и любимый человек, мое все. У нас есть на кого равняться: родители Миши знакомы с 1-го класса, поженились в 18 лет и вместе уже 40 лет, до сих

пор друг друга называют «зайчиками», это так трогательно!

Вы вышли на работу на 4-ый день после рождения дочери. А кто был с малышкой?

Да, так и есть. По моим подсчетам, между родами и работой у меня должно было быть 2 недели, но получилось так, что моя дочка немного задержалась с выходом в свет. И я, можно сказать, из роддома пошла на свадьбу (смеется).

Помогал только муж, было лето, и он гулял с дочкой вблизи моей работы, а я по расписанию выходила кормить малышку, пока выступали артисты или танцевали гости. Слава Богу, все прошло хорошо. Дочка мирно спала, муж был в отпуске и все свое время посвящал нам, а мои клиенты получили праздник и даже не поняли, что я стала мамой. Многие подумают, что я — сумасшедшая, но в этом есть свои плюсы! Во-первых, я очень быстро пришла в форму, во-вторых, не потеряла работу. В нашей профессии очень сложно все начинать с начала, очень важна постоянная практика — работать с публикой, говорить, не потерять своих клиентов.

Главное для меня — чтобы все в моей жизни было гармонично. Нам удалось совместить работу и ребенка только потому, что мы с мужем были в команде.

Вы работаете ведущей и организатором праздников. А где этому учат и как Вы поняли, что это — Ваше?

Я — фанат своей любимой работы. Работаю по призванию уже

много лет. Сколько себя помню, начиная со школьных лет, я всегда занималась творчеством. Постановкой вечеров, КВН, танцами; я вела школьные и студенческие вечеринки, работала старшей вожатой в детских лагерях, развлекала детей и взрослых. Поэтому учеба в Петербургском университете культуры и искусств была не только очень интересной, но и пригодилась в жизни. Начинала я свою карьеру ведущей с детских праздников, параллельно работала организатором мероприятий и знакомилась со всеми артистами и коллегами. Потом начались свадьбы, корпоративные праздники, «тим билдинги», интересные и масштабные проекты. Я открыла «Студию праздников Алёны Цветаевой», привлекла своих коллег-друзей и уже вплотную занялась организацией праздничных мероприятий.

Ключевое слово в нашей профессии — это «профессионализм». Любить свою работу, делать ее не для галочки. Постоянно совершенствоваться — это и есть настоящий профессионализм.

Хочу сказать спасибо всем ребятам, кто со мной работает, я их очень ценю за отличную работу.

А в чем разница между ведущей и тамадой?

Когда меня зовут тамадой, я не обижаюсь, мне смешно, ведь многие люди до сих пор не понимают разницу между ведущим и тамадой. Тамада в переводе с грузинского — распорядитель пиршества-мужчина. В России стали называть тамадой только ведущих свадьбы, но, спустя время, значение приобрело более широкое значение и стало означать ведущего любого мероприятия. Но отличие ведущего от тамады, все-таки, есть. Тамада ведет в основном только свадьбы и по одному сценарию, а профессиональный ведущий хорош как на свадьбе, так и на корпоративном

У нас есть на кого равняться: родители Миши знакомы с 1-го класса, поженились в 18 лет и вместе уже 40 лет, до сих пор друг друга называют «зайчиками», это так трогательно!»



Хочу сказать
«спасибо» всем
ребятам, кто
со мной работает,
я их ценю за от-
личную работу

**На фото: Алена, сын
Даниил, дочь Анастасия**

*Молодые мамы — самые
красивые, и с рождением
детей становятся еще краше
и женственнее. А ваши близкий
и любимый человек всегда
и во всем вас поддержит.
Вместе вы — сила!*



мероприятии. Готов провести «тим билдинг», юбилей компании и частные стилизованные мероприятия любого формата. У него отлично поставлена сценическая речь, он умеет работать на камеру и готов импровизировать. Плюс он стильный, современный и использует профессиональный подход.

Я знаю, что вскоре Вы планируете открыть свою школу ведущих.

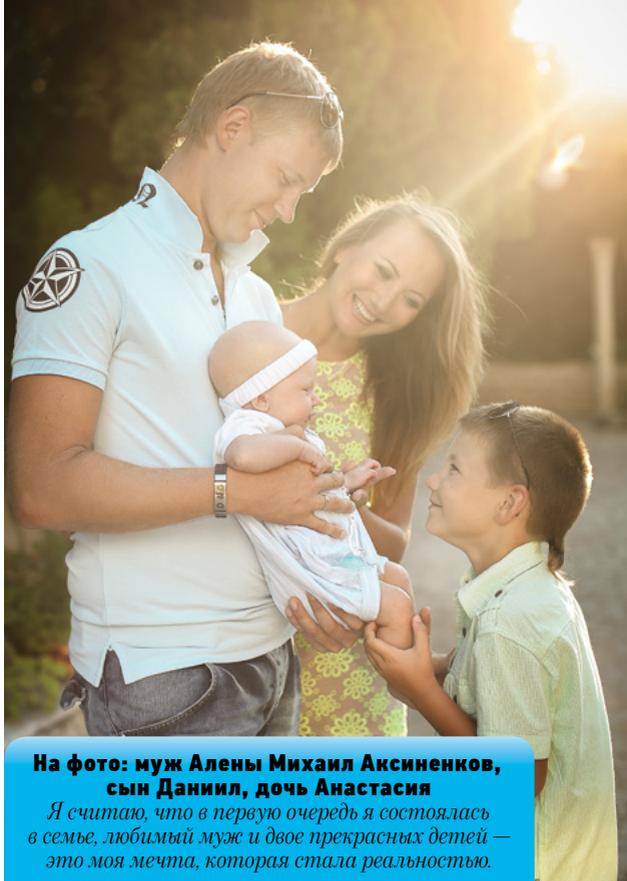
Расскажите о ней.

Я занимаюсь многими проектами. В данный момент мы готовимся к новогодним корпоративам и детским праздникам, новым новогодним шоу и детским елкам.

Весной будем готовиться к свадебному сезону, участвовать в выставках и проводить семинары для молодоженов.

Но моим любимым проектом является открытие школы ведущих. «Студии праздников Алёны Цветаевой» не хватает event-менеджеров, аниматоров, ди-джеев, ведущих. Я готова обучить творческих людей тому, что сама умею, а отличникам мы предоставим работу. Сейчас идет набор учеников, так что ждем креативных молодых и стильных людей в нашей школе ведущих.

Ведь, по сути, получается, что Вы будете воспитывать своих же конкурентов в будущем. Не боитесь,



На фото: муж Алёны Михаил Аксиненков, сын Даниил, дочь Анастасия

Я считаю, что в первую очередь я состоялась в семье, любимый муж и двое прекрасных детей — это моя мечта, которая стала реальностью.

что более молодые и упорные смогут встать у Вас на пути?

Я нормально отношусь к здоровой конкуренции, более того, стараюсь сама все время совершенствоваться, чтобы быть в тренде. Наш рынок праздничных услуг за последние несколько лет слишком расширился, что меня удручает. Масса так называемых «ведущих» и праздничных агентств считают, что делать праздники — это легкая работа. Возможно, но сделать качественный праздник — это очень большой труд, и справиться с этим могут только профессионалы с огромным опытом работы.

Самое ключевое слово в нашей профессии — это «профессионализм». Любить свою работу, делать ее не для галочки. Постоянно совершенствоваться.»

И мне жалко людей, которые ждут важного события в своей жизни, и из массы предложений выбирают непрофессионалов, а праздник в итоге оказывается испорчен. Поэтому я решила поделиться опытом с креативными и творческими ребятами и привлечь их к работе в нашей студии.

Вы считаете себя успешной состоявшейся женщиной?

Сложно говорить о себе. Думаю да, хотя мне еще есть к чему стремиться, планы — Наполеоновские (смеется). Я считаю, что в первую очередь я состоялась в семье, любимый муж и двое прекрасных детей — это моя мечта, которая стала реальностью.

Во-вторых, у меня есть любимая благодарная работа, и я нужна людям, я дарю им счастье, и от этого сама счастлива. У меня есть настоящие друзья, которые меня во всем поддерживают. Я очень рано начала самостоятельную жизнь и всегда старалась всего добиться сама и ни от кого не зависеть. Было трудно, но хочу сказать спасибо родителям, они воспитали сильного человека.

Вам есть что сказать нашим читателям?

Да, конечно. Хочу обратиться к успешным женщинам, которые боятся рожать детей, дабы не потерять карьерный рост и красоту. Девушки, не бойтесь, рожайте, и не одного ребенка, а хотя бы двоих, это такое счастье! Ваши клиенты никуда от вас не денутся, если вы — настоящий профессионал в своей области, работа будет всегда.

Молодые мамы — самые красивые, и с рождением детей становятся еще краше и женственнее. А ваш близкий и любимый человек всегда и во всем вас поддержит. Вместе вы — сила! И, конечно, обращайтесь к нам за качественными праздниками!



**СЕТЬ ДЕТСКИХ САДОВ
ПОЛНОГО ДНЯ**

**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

Для самых стильных родителей

Тщательно отобранные нашим стилистом тренды в детской моде помогут Вам одеть своего ребенка стильно и интересно.

Журнал Эрудит СПб представляет: новая рубрика МОДА для самых стильных родителей. Для вашего удобства мы сделали подписи к фотографиям: названия марок и магазинов, где можно найти эти вещи. Рубрика не является рекламной. Журнал Эрудит СПб желает Вам продуктивного шоппинга для Ваших детей!

На Кристине:
рубашка Burberry, шорты Monsoon Children,
сапоги, Dolce&Gabbana

FunCity

город развлечений

- Игровые аттракционы
- Занимательные Fun-Уроки
- Уникальные опыты и невероятные открытия
- Незабываемый День рождения
- Самые долгожданные Новогодние Елки и представления с 1 по 8 января 2014 г.



Детский корпоративный Новый год Весь декабрь

www.fcity.ru

Модели детского агентства «Little Steps»

Пятна, за которые не ругают!



Юбка,
GAP



Сапоги, **UGG**



Куртка,
Justice

Брюки, **Orby**

Кольцо,
Nach Jewellery
boutique.ru



Украшение,
Nach Jewellery
boutique.ru

Брюки, **Orby**

Дети очень любят пятна!
Особенно случайные,
которые приходится застирывать.
Леопардовая детская мода позволит
ребенку быть пятнистым в радости!



Шапка,
Accessorize



Сумка,
GAP

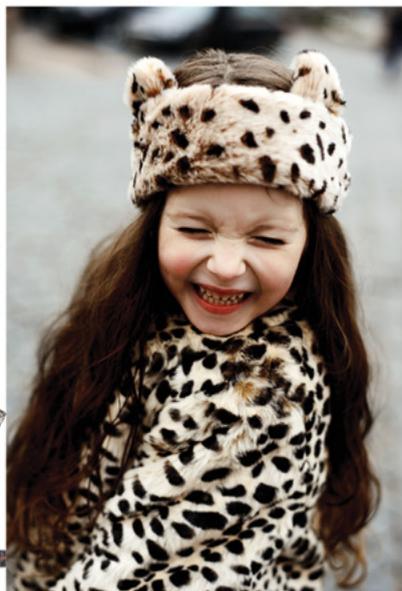
Игрушка,
WWF



Рубашка,
Gulliver



Ремень, **Terranova**





На Майе:
шубка Lindex,
повязка Monsoon Children

Мальчики

casual street style



Пальто, **Stillini**

Шапка, **Ворpoint**



Ботинки, **Timberland Earthkeepers**

Зеленые брюки - хит сезона. Они представлень в многих осенне-зимних коллекциях разных брендов. Не бойтесь делать цветные акценты, одевая мальчика. Чтобы не переборщить - сочетайте привычные нейтральные оттенки и выбирайте однотонные вещи.



Рюкзак, **Beatrix New York**
boulisque.ru



Рубашка, **Acoola Kids**



Свитер, **Orby**

Брюки, **Orby**



Брюки, **Scorpion bay**



Брюки, **Terranova**



Показ Ворpoint,
7 сентября,
Парадный Квартал



Ha Calle
ZARA (total look)



Питер, я люблю тебя!

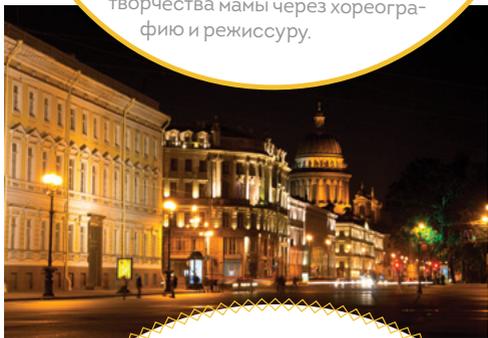
Мы снова и снова обращаемся к интересным людям Петербурга, чтобы узнать о любимых местах в Северной столице. Сегодня о дорогих сердцу уголках рассказывают Арина Зарицкая, Александр Муратаев, Татьяна Ладыженская и Дмитрий Грызлов. Давайте и мы побываем в этих удивительных местах вместе с нашими друзьями.

Арина Зарицкая

хореограф шоу-студии «САМАНТА»,
лауреат премии «Учитель Года»;

Люблю Невский проспект ночью, канал Грибоедова: вечная дорога в университет Культуры и искусств начиналась именно с него. Дворцовая площадь – место частого выступления «Саманты» на городских праздниках и, конечно, стрелка Васильевского острова, где я живу и работаю.

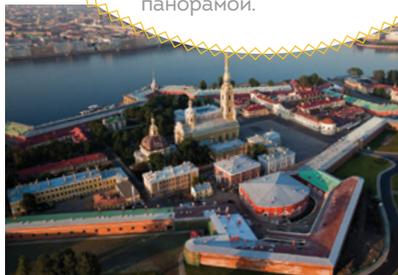
Питер для меня не просто красивый город, это город, где я родилась, получила образование и продолжаю линию творчества мамы через хореографию и режиссуру.



Татьяна Ладыженская,

директор сети клубов «Эрудит».

Есть такой частный зоопарк, называется «Приют Белоснежки». Там всегда можно посмотреть на ухоженных животных, кроме того, владельцы зоопарка – очень интересные люди. Неопишуемая красота в Пушкинских горах, туда можно выехать на пару дней с семьей и ребенком! А что за славное место Тервенический монастырь! Здесь есть живописное озеро и парк, по которому можно бесконечно гулять, а еще – приобщать детей к истории. Более поздней осенью в самом Питере обожая Петропавловку: просто гулять, наслаждаясь великолепной панорамой.



Питер, я люблю тебя

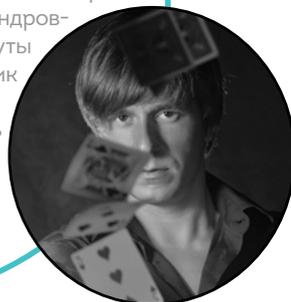
Думается, отыщется совсем немного людей, кого не восхищает наружное убранство Санкт-Петербурга. Однако, помимо безусловной внешней красоты, у Питера есть и особенная, внутренняя красота, причем у каждого – своя. В нашей новой рубрике заметные люди Петербурга



Александр Муратаев,

иллюзионист:

Одним из самых любимых мест в городе является Александровский садик, который находится около Дворцовой площади. Для меня важно иногда отвлечься от городской суеты и огромного количества машин. Я могу отвлечься от насущных проблем и привнести свои мысли в порядок. А когда выхожу за пределы Александровского сада, то можно за считанные минуты снова влиться в рабочий процесс. Садик не имеет никакого ограждения, он расположен в центре города, но находясь внутри него, создается ощущение, что это удивительное место находится где-то за городом.



Дмитрий Грызлов,

политик, телеведущий:

Мое самое любимое место в Питере – это Большеохтинский мост или мост Петра Великого, с ним у меня связано много воспоминаний. Он всегда напоминал мне Тауэрский мост. Величественный, красивый и по настоящему питерский, этот мост в детстве переносил меня в туманный Лондон. Сейчас же, если я собираюсь начать новое дело или что-то поменять в своей жизни, я сначала приезжаю к нему. Мой талисман, мост Петра Великого, еще ни разу меня не подвел.



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. Бельи Куна, 3;
ТРК «Международный»
Будапештская ул., 97, корп. 2;

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



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. Лахтинский 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 наука,

увлекательные опыты, интересные эксперименты.

М. «Пл. Восстания», «Маяковская».

Лиговский проспект, 30 А,

ТРЦ «Галерея», 4-й этаж.

(812) 456-76-76,

info@umnikum.com,

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



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



Формула здоровья®

для самых маленьких

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

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

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

Ренессанс®
страхование

www.renins.com
+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