

ЭРУДИТ

СПб



ТУТТА ЛАРСЕН

«СЕМЬЯ — ЭТО ПРОЦЕСС, ТРУД,
СОВМЕСТНОЕ СТРОИТЕЛЬСТВО»

РОЖАТЬ ?
ПЛАТНО ИЛИ
БЕСПЛАТНО ?

КАК
АДАПТИРОВАТЬ
РЕБЕНКА К
ШКОЛЕ



Занятия для беременных

Аквааэробика

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



Клуб для Будущих Родителей
Мы находимся в Вашем районе.

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

britax
römer

10
ЛЕТ В РОССИИ
2005-2015

Лидер в детской
безопасности!

Реклама: ООО «ЭДМ», Гравировка: ООО «ЭДМ», Москва, ул. Малахова, д. 12, к. 2

* По результатам тестирования EURO NCAP в 2013 г.



PRIMO

Группа 0+ (с рождения до 13 кг)

NEW



3-точечные ремни безопасности
с мягкими накладками



Вкладыш для новорожденных в виде
вставки в сиденье и подголовника



Установка в автомобиле с помощью
штатного ремня или базы Primo



СДЕЛАНО В
ГЕРМАНИИ

Original

Эксклюзивный дистрибьютор
в России компания «ЭДМ»

EDM

www.edmgroup.ru
+7 (495) 648-6424

10 ЛЕТ
ВМЕСТЕ!



www.roemer.ru

Фирменные магазины в Москве и Санкт-Петербурге «Детский №1»
www.детский1.pf

ЖУРНАЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ УМНЫХ ДЕТЕЙ

ЭРУДИТ

№ 36 АВГУСТ 2015

ИЗДАТЕЛЬ И ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР Татьяна Ладыженская 9405067@mail.ru	•	PUBLISHER AND CHIEF DIRECTOR Tatiana Ladygenskaya 9405067@mail.ru
ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР Валентина Паченцева 6426615@mail.ru	•	EDITOR-IN-CHIEF Valentina Pachenzeva 6426615@mail.ru
ДИРЕКТОР ИЗДАНИЯ Мария Калашникова eruditclub@mail.ru	•	DIRECTOR Mariya Kalashnikova eruditclub@mail.ru
ПРЕДСТАВИТЕЛЬ СВЕТСКОЙ РЕДАКЦИИ В МОСКВЕ Диана Пегас	•	THE REPRESENTATIVE OF THE SECULAR EDITION IN MOSCOW Diana Pegas
РУКОВОДИТЕЛЬ ОТДЕЛА РЕКЛАМЫ Анастасия Окулич	•	MARKETING DIRECTOR Anastasia Okulich
МЕНЕДЖЕР ПО РЕКЛАМЕ Елена Быкова	•	MARKETING MANAGER Elena Bikova
КОРРЕКТОР Диана Савинкова	•	PROOF-READER Diana Savinkova
ДИЗАЙН И ВЕРСТКА Людмила Молодан	•	DESIGNER Ludmila Molodan
ФОТОГРАФЫ Екатерина Миронова, Настя Околот, Андрей Мишуоров	•	PHOTOGRAPHERS Ekaterina Mironova, Nastya Okolot, Andrew Mishurov
ДИЗАЙНЕР Ирина Пабуева	•	DESIGNER Irina Pabueva

РЕДАКЦИЯ:

197277, Санкт-Петербург, Комендантский пр., д. 8, корп. 1. Тел. (812) 982-86-06

Отдел рекламы: (812) 642-00-37

www.eruditpress.ru



На обложке:
**Тутта Ларсен с мужем
Валерием**

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 «Колорит»

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



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

КОЛОНКА РЕДАКТОРА 6

С НАМИ РАБОТАЛИ 8

ВЫБОР РЕДАКЦИИ 9

СОБЫТИЯ В ГОРОДЕ 10-17



РОДЫ:
ПЛАТИТЬ
ИЛИ НЕ
ПЛАТИТЬ?

СЛОВЕНИЯ: РОДЫ БЕЗ
ГРАНИЦ

26-30



БУДУЩИМ РОДИТЕЛЯМ:

«Клсточные» технологии
на спасение детей 22-25

Как правильно выбрать
детскую кроватку 32-34

Детское питание HiPP 36-37

ТУТТА ЛАРСЕН

38-42



СЕМЬЯ. УСПЕХ:

Поговорим о воспитании... 44-45

Сколько стоит собрать в школу
первоклассника в 2015 году 46-47

Адаптация к школе после каникул 48-49

Владислава Елисеева 54-55

Дети-ждут.рф 56-59

АЛЕСА КАЧЕР

50-53



КЛУБ «ЭРУДИТ»:

Детский праздник от А до Я 60-62

КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ:

После каникул: как не забыть
о самом главном 70-71

Омега-3 для будущей мамы 72-73

ДЕТСКИЙ САД «ЭРУДИТ»
В ПЕТЕРГОФЕ

64-68



74-75

НОВЫЙ УЧЕБНЫЙ ГОД:
СОВЕТЫ ВРАЧЕЙ

БИБЛИОТЕКА:

Серия «Лес дружбы»:
волшебные истории о зверятах 76-77

Как подготовить ребенка к школе:
советы от Ольги Узоровой 78-79

СВЕТСКАЯ ХРОНИКА 80-81

КОЛОНКА РЕДАКТОРА

Когда становишься взрослым, порой не замечаешь того, что лето прошло, а, живя в Петербурге, зачастую не замечаешь и того, что оно когда-то начиналось, зато осень в наших краях воистину золотая. Недаром именно эту пору так самозабвенно любил Пушкин и вдохновлялся ею. Я тоже очень люблю петербургскую осень, для меня это период новых свершений, проектов и идей! Золотые листья, цикламенные закаты, подернутая рябью Нева и яркое холодноватое солнце — все это невероятно сильно заряжает меня энергией. Так что в осени есть свое неповторимое глубокое и магическое очарование.

А для всех тех, кто не совсем готов расстаться с летом, я собрала с мира по нитке небольшой чек-лист чудесных осенних семейных дел, который обязательно должен порадовать вас и ваших малышей.

Итак, золотой осенью нужно сходить за грибами; пошуршать осенними листьями в парке; посмотреть на дождь из окна, сидя на подоконнике; испечь шарлотку с яблоками; попробовать свежий урожай меда; собрать букет из листьев; купить новый теплый и уютный плед и яркий смешной зонт; попробовать новые сорта чая; во время грозы считать вместе с детьми от молнии до грома; достать свою теплую пижаму; собрать шишки и каштаны для поделок и украшения дома; напечь тыквы или сварить с ней кашу; пожарить каштаны; испечь цветное печенье в форме листьев; устроить осеннюю фотосессию; посадить цветок в горшок, чтобы у вас была частичка лета; оформить летние фотографии; устроить вечер воспоминаний о лете; сделать гербарий; проводить журавлей в теплые края, помахав им рукой; начать вести дневник; пить горячий шоколад в любимом кафе; съездить за город, чтобы насладиться

последними теплыми денькам; устроить пикник; посмотреть любимый фильм; взять с собой на прогулку термос с горячим ароматным чаем; посмотрев на первоклашек с горящими глазами, тоже начать учиться чему-то новому; включить в меню как можно больше сезонных продуктов, скоро цены на них взлетят до небес; перечитать любимую книгу; вечером зажигать свечи; пожарить шашлык или зефир на костре; навести порядок в гардеробе, достать любимые теплые вещи; купить новый осенне-зимний парфюм себе и мужу; сходить в театр на открытие сезона; позвонить или написать своим учителям и поздравить с праздником! Еще можно вновь отправиться в отпуск, чтобы немного продлить лето.


В завершение я позволю себе немного перифразировать слова одного гениального итальянского учителя, который сказал своим ученикам: «Лето — это магия. В искрящемся солнечном свете утра и жаркими летними вечерами мечтайте о том, какой может и должна быть жизнь. Сделайте все от вас зависящее, чтобы никогда не сдаваться на пути к мечте». Я скажу, что любое время года — это магия! Ищите и замечайте лучшее, что дают вам природа и каждый новый день, будь он дождливый или солнечный. Обнимайте родных! Будьте хорошими. Будьте с нами и будьте счастливы!



Валентина Паченцева,
главный редактор

ШКОЛЬНЫЕ КОЛЛЕКЦИИ




кенгуру
 для детей и будущих мам

Dior GUCCI John Galiano **DOLCE & GABBANA** **BURBERRY**® ARMANI **DSQUARED2**
Chloé Moncler **MONCLER** **ERMANNO SCERVINO** **MONNALISA**® **STELLA MCCARTNEY** **MSGM**

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ: П. С. Большой проспект, 17, т. (812) 232 20 03 • Московский проспект, 82, т. (812) 570 93 50
 МОСКВА • НИЖНИЙ НОВГОРОД • КРАСНОДАР • ЕКАТЕРИНБУРГ • УФА • ОМСК • КРАСНОЯРСК • ХАБАРОВСК
 информационная служба сети 8 (800) 234 93 93 • www.keng.ru • [Instagram Kenguru_spb](https://www.instagram.com/Kenguru_spb)



Анна Юмалова

Профессиональный фотограф. На каждой съемке стремится получить уникальный красивый снимок, который отразит индивидуальность человека, его стиль и настроение. Любит снимать портреты и обожает детей.
 +7 (921) 335-40-50
vk.com/foto_ann.yumalova



Наталья Колесникова

Фотограф. Основная специализация – сохранение традиции семейных фотоальбомов, фотосъемка беременности и семьи!
www.photoKolesnikova.com
 +7 (921) 960-40-06



Виктория Данилюк

Мастер по макияжу, ученица гуру визажа Оли Петровой, выпускница Olya Petrova makeup school. Обожают развиваться, совершенствоваться в своем деле и радовать своих моделей.
[@veraviktory](https://vk.com/veraviktoryofficial)



Екатерина Васильева

Фотограф. Девиз: «Фотография – как терапия». Индивидуальный подход к клиенту. Если вы не любите фотографироваться и редко получаете на фото хорошо, приходите! Недовольных не бывает!
vk.com/kudravaja_ja



Лана Гоглева

Ведущий преподаватель школы макияжа и грима Virginia Verg, координатор стажировок для визажистов в рамках постучебной адаптации выпускников B&SS Virginia Verg.
 +7 (950) 000-63-89



Анастасия Парфенова

Фотограф. Запечатлит ваши самые счастливые моменты.
vk.com/kaets
 +7 (921) 403-44-58



Валентина Паченцева,
главный редактор

В преддверии отпуска побаловала себя потрясающим маникюром в студии Time-Beauty! Была приятно удивлена высоким профессионализмом и премиальным уровнем сервиса! Time Beauty является первой специализированной студией наращивания ресниц в СПб и предлагает все виды наращивания ресниц, спа-уход, ламинирование ресниц, качественный ногтевой сервис, моделирование бровей, оформление бровей пинцетом, стойкими красками, а для тех, у кого поврежденные брови, — ручные техники татуажа бровей. Техника микропигментирования бровей бД является самой реалистичной на данный момент!

Ул. Гжатская, 22, корп. 2,
(921) 903-2012



Татьяна Ладыженская,
издатель

Мой выбор бархатного сезона — это древняя и величественно прекрасная Прага. В преддверии осени хочется совершить небольшой вояж с любимыми в этот город. Кстати, Прага входит в топ-10 самых романтичных городов мира! Население — 1,3 млн человек (2013 год), 14-й по величине город в Евросоюзе. Расположена на берегах реки Влтавы в 40 км от ее впадения в Лабе. Главный политический, экономический и культурный центр Чехии. Крупный туристический центр Европы: количество туристов в 2012 году превысило 5,4 млн человек.



Мария Калашникова,
директор издания

Рождение ребенка — одно из самых долгожданных и важных событий в жизни семьи. От того, какое пространство окружает малыша, во многом зависят его настроение и самочувствие, мировосприятие и дальнейшее развитие. Подготовьтесь к рождению малыша в Mampas'e. Это мультибрендовый магазин конвертов на выписку, крестильных наборов и первых нарядов для малышек. Все изделия — из натуральных, экологически чистых материалов на основе дизайнерских эскизов по мотивам славянских мифов и русских сказок с использованием элементов

ручной работы.

www.mampase.ru

900-82-83

ул. Седова, 11а, 3-й этаж,
302-я секция.





VostokPark в Санкт-Петербурге

Наскучили музеи и классические экскурсии, хотите получить море адреналина и впечатлений? Отправляйтесь в VostokPark! Мы предлагаем множество детских и семейных аттракционов. В Санкт-Петербурге мы приглашаем посетить три парка на выбор: VostokPark у «МЕГА Парнас», VostokPark у ТРК «Рио», VostokPark у ТРК «Лондон Молл».

В ходе уникальных развлекающих и обучающих квестов с катанием на аттракционах участников ждет захватывающий игровой маршрут, каждый пункт которого таит в себе необычное задание, загадку и препятствие!

Опытные аниматоры возьмут в свои руки организацию отдыха ваших детей.

**Количество человек в группе:
10+1, 20+2, 30+2.**

**Стоимость на человека:
1900 руб., 1600 руб., 1100 руб.**

В стоимость тура входит:

- транспортное обслуживание;
- гид-сопровождающий;
- игровой квест;
- входные билеты на аттракционы по сценарию квеста;
- сопровождающие в группе;
- комиссия агентствам.

Организация квеста возможна только при группе не менее чем 15 человек!

(812) 930-47-62

(812) 327-46-11

Andrey@vostokpro

www.vostokpark.ru

vk.com/vostokrides

Все лучшее детям! Ginza Project

Для приятного отдыха своих гостей в ресторанах позаботились о самых маленьких, дав возможность приятно проводить время всей семьей. Конечно же, это в первую очередь большие, яркие и интересные интерактивные детские комнаты, которые есть почти во всех ресторанах холдинга. Горки, домики, разнообразные лазалки, игрушки и конструкторы. Это большой пиратский корабль, на котором можно смело выходить в путешествие в «Пряности&Радости» на Васильевском. Или самая большая из всех ресторанов холдинга детская площадка, почти что мини-городок с горками, батутами, лазалками и домиками. Детская комната в одноименном ресторане на Белинского — настоящий парк аттракционов, где можно вдоволь покататься на настоящей карусели. Или же оформленная в виде настоящего сказочного домика с причудливыми лесенками и горками чудесная комната в «Шурпе» на Энгельса, 27 или в ресторане «Мамалыга» на Ленинском, 84. На Приморском шоссе в новом ресторане «Наша dacha» есть все, чтобы юные гости забыли о том, что они в ресторане, и унеслись на сказочном воздушном шаре в мир веселья! Вдоль стены стоит компактная детская кухня, ничем не уступающая ее настоящей коллеге. Яркие элементы моментально переносят на страницы книг братьев Гримм — да так, что забываешь счет времени! Занимательные игры, забавные игрушки и заботливая няня, работающая каждый день с 12:00 до 20:00! Школа чародейства и волшебства «Хогвартс» распахивает свои двери для самых маленьких гостей в ресторане Ginza! Детская комната в точности повторяет интерьер самого известного в мире магического учебного заведения, а стены украшены портретами выдающихся учеников: Гарри



Поттера, Рона Уизли и Гермионы Грейнджер. Здесь каждый ребенок почувствует себя частью увлекательного и неизведанного мира магии! Игры здесь становятся интереснее, а мультфильмы — красочнее, так что порой даже не хочется прерываться на обед! Волноваться за детишек не придется, за ними всегда присматривает опытная няня. По, конечно же, на этом внимание к маленьким гостям не заканчивается. Как и для взрослых, в ресторанах Ginza Project устраивают интересные, познавательные и увлекательные мероприятия для малышей. Кулинарные мастер-классы, на которых вместе с шеф-поварами ресторанов детки весело учатся готовить любимые блюда. Тематические костюмированные праздники с аниматорами, сказочными героями. По воскресениям в ресторанах «На речке», «Мамалыга» на Энгельса, «Бричмула» и Sunday Ginza, «Плюшкин», Jamies Italian, «Корюшка», «Москва», «Пряности&Радости» на Посадской и Васильевском, «Хочу Харчо» — дети участвуют в интересных конкурсах, познают много нового, учатся общаться, поют и танцуют. Приходите и отдыхайте в ресторанах холдинга всей семьей!

Театр «ТиПо»: шоу принципиально нового формата!

Известный формат детских развлечений Edutainment, доказавший свою эффективность в развитии детей, включает в себя одновременно развлечение и обучение (education + entertainment). Артисты театра «ТиПо» пошли дальше и добавили в шоу еще один элемент — развитие личности.

Каждого ребенка вдохновят своим примером люди, повлиявшие на развитие всего человечества. Эти достойные восхищения личности так же когда-то были обычными детьми, играли, мечтали и познавали мир. Но особые черты характера и образ мышления помогли им достичь больших высот и получить признание в любимом деле.

Зрители познакомятся с интересными историями из жизни известных ученых и изобретателей, таких как Никола Тесла, Фан Янг, Архимед, Томас Эдисон, Альберт Эйнштейн.

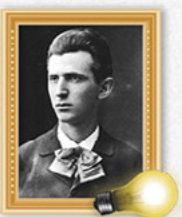
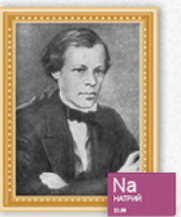

Каждая история будет сопровождаться своим шоу!

Ваш ребенок поймет, что у способностей нет предела, — проявляя упорство и настойчивость, их можно развивать и добиваться самых невероятных результатов. Проведя вместе с актерами опыты и эксперименты изобретателей, он увидит, что все гениальное — просто.

Посетите один спектакль, чтобы увидеть сразу десять интерактивных научно-развлекательных шоу:

- 1) иллюзион-шоу;
- 2) шоу мыльных пузырей;
- 3) шоу безопасных взрывов;
- 4) шоу с азотом;
- 5) эксперименты с лазером;
- 6) энергетическое шоу;
- 7) химическое шоу;
- 8) бумажное шоу;
- 9) дымовое шоу;
- 10) шоу гигантских роботов.

Спектакль дает детям то, чего им так не хватает в школе, — вдохновение и радость открытий, обучение самому главному — быть собой, верить в себя и двигаться к своим собственным целям.

<p>Никола Тесла всемирноизвестный физик и инженер</p>	<p>Альберт Эйнштейн создатель теории относительности, лауреат Нобелевской премии</p>	<p>Дмитрий Менделеев великий русский ученый- энциклопедист</p>	<p>Ваш ребенок</p>
			
<p>Никола, несмотря на страх перед отцом, отказался быть священником и отстоял свою мечту быть инженером.</p>	<p>Сомнения учителей по поводу полноценности Альберта не помешали ему сделать открытие, поразившее мир...</p>	<p>Достойный пример родных и близких помог Диме поверить в себя и стать великим ученым.</p>	<p>Помогите ему верить в себя, и однажды на этой стене славы будет его фото!</p>

0+

www.детское-шоу.рф

bileter.ru

ВПЕРВЫЕ В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ

Мечты, меняющие мир

ШОУ ДЛЯ БУДУЩИХ ГЕНИЕВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

18-20 СЕНТЯБРЯ

театр «Лицедей»

10

Вдохновляющих
к познанию мира шоу

100

Минут удовольствия
и восторга

7

Всемирно известных
примеров для подражания

4-15
лет

Для детей всех
возрастов





ЭДГАР ТЕМИРОВ

ЗАПИСАЛ САУНДТРЕК К НАШУМЕВШЕМУ МУЛЬТФИЛЬМУ
«ТРИ БОГАТЫРЯ: ХОД КОНЕМ»

Сейчас во всех кинотеатрах страны идет полнометражный мультфильм «Три богатыря: ход конем». Главным саундтреком к нему стала композиция «Занесло», автором музыки является М. Чертищев, автором текста — А. Боярский. Исполнил же ее Эдгар Темиров, участник шоу «Голос», который вместе с Романом Троевым (бывшим солистом группы «Санкт-Петербург») недавно создал новый дуэт «ДвАрпяги». Его голос отлично лег на эту песню, она звучит целостно и гармонично, но мало кто знает, что Эдгар даже не планировал принимать участие в проекте.

«Чтобы выбрать вокалиста для "Занесло", был организован целый конкурс. Певцы проходили кастинг у Чертищева, распевая на весь

Ленфильм "Занесло-о-о, эх, занесло куда-то". Мы с Мишей знакомы давно и периодически делаем какие-то совместные работы. И вот я в очередной раз позвонил ему по какому-то вопросу, заговорили про мультфильм и музыку для него, работа над которой на тот момент у Миши все время отнимала. Допутились до того, что я приехал, встал к микрофону и исполнил какую-то свою вариацию на тему "Занесло". И, как выяснилось позже, на выходе Миша получил именно то, что соответствовало концепту его произведения».

Сейчас Эдгар активно готовится к записи еще одной песни, которая станет одной из главных в проекте «Энджел Бейби», который вот-вот стартует на одном из центральных каналов.

18+

LOOK info TV

WHITE PARTY

23:00

PUNCH
КЛУБ-ГОСТИНАЯ
Думская, 4

ANTONSOSED
ROYALDANCE OF
SCHOOL CHOCOLATE

YULIANA TINUS
EMELYANOV ESSENT
DIANA ST.D MF

ILYA FORS
НАШЕВРЕМЯ
RICHI RICH OFFBAR

Look TV info заявляет о запуске нового проекта — серии специализированных молодежных вечеринок с эксклюзивной программой Look TV story. Первая вечеринка White Party пройдет 29 августа в ночном клубе Punch на Думской, 4. Белые ночи окончены, но Look TV info продлит их для тебя!

Вход: 100/200/300/1000 руб. Подробная информация на сайте looktv.info и vk.com/looktvstory.



НОВОСТИ «ЭРУДИТА»

НОВАЯ ПЛОЩАДКА НА РОССИЙСКОМ ПР., 14

ГК «Эрудит» спешит порадовать своих друзей и читателей отличной новостью! С сентября стартует новая супероснащенная площадка, расположенная на стыке Невского и Красногвардейского районов, по адресу Российский пр., 14! «Эрудит» на Российском — это уже 14-я «звезда» в плеяде «Эрудит»! В этом детском комплексе дружелюбно распахнет свои двери не только детский сад и развивающий центр, но и спортивный клуб! Главной же особенностью нового «Эрудита» станет потрясающе оснащенный огромный зал для проведения детских и взрослых праздников, в арсенале которого сцена для выступления профессиональных шоу-коллективов, музыкантов и во-

калистов, музыкальное и световое оборудование, надувной и каркасный батуты, дымовые завесы, дождик из мыльных пузырей и, конечно, по нашей неизменной традиции гостеприимная дружелюбная атмосфера и возможность реализации любых эксклюзивных пожеланий наших маленьких гостей и их родителей! Все детали по вопросам организации самого фееричного события всегда можно уточнить по номеру (821) 642-66-15.

С любовью (как для себя) мы продолжаем создавать большие события для маленьких друзей... а теперь и для тех, кто постарше!

Следите за новостями на eruditclub.ru

КАЖДЫЙ ВЫБИРАЕТ ДЛЯ СЕБЯ САМ

Пить воду из-под крана, пусть даже и кипяченую, согласитесь, сегодня опасно. Именно поэтому питьевая вода в многолитровых бутылках пользуется такой популярностью. На псковском рынке питьевой воды появился новый бренд «Веселый Водовоз». Мы попросили рассказать о продукции компании «Веселый Водовоз» ее регионального представителя Галину Валерьевну Шулякооскую.

Наша компания «Веселый Водовоз» более трех лет работает на рынке Северо-Запада, занимаясь доставкой экологически чистой питьевой воды в бутылках в дома и офисы. Миссия нашей компании — это удовлетворение потребности жителей города в качественной природной питьевой воде, то есть воде, разлитой на месте происхождения и не подвергнутой изменению природной структуры и минерально-солевого баланса. И, конечно, мы рады предложить горожанам собственную воду премиум-класса «Снятогорская» под торговой маркой «Веселый Водовоз Premium», добываемую из артезианской скважины, расположенной в санитарно-охранной зоне города Пскова на Снятой Горе. Подтверждает высокое качество нашей питьевой воды тот факт, что она является дипломантом регионального конкурса «100 лучших товаров России» за высокое качество продукции. Кроме того, постоянный контроль органов Роспотребнадзора позволяет гарантировать стопроцентное качество выпускаемой нами экологически чистой питьевой воды. Питьевая вода под брендом «Веселый водовоз Premium» в полной мере соответствует рекомендациям Всемирной организации здравоохранения.

Что позволяет вам выпускать воду такого высокого качества?

Для получения воды, отвечающей самым высоким требованиям и стандартам качества, наше предприятие оснащено итальянской линией розлива Ferrero, не имеющей аналогов в Северо-Западном регионе. И ее производство

организовано с учетом ведущих отечественных и зарубежных технологий, благодаря чему возможно мягко скорректировать состав воды по микроэлементам и солям и обеспечить физиологическую полноценность макро- и микроэлементного состава воды. Нашу природную воду можно пить без кипячения детям и взрослым.

Сейчас на рынке питьевой воды достаточно сильная конкуренция. Компании настолько дорожат заказчиками, что готовы даже подставлять своих оппонентов. Как вы будете бороться?

Высоким качеством воды, сервиса и созданной нами схемой взаимодействия с потребителями. Конкурентная борьба — только на пользу потребителям. Коллектив нашего филиала заинтересован в формировании партнерских отношений с клиентами. Мы практикуем индивидуальный подход к заказчику, учитываем его потребности и пожелания. Мы гордимся тем, что за короткое время смогли завоевать доверие горожан, предприятий и организаций. И нам очень приятно, что многие приходят к нам по рекомендации наших клиентов. Глупо бороться методами, о которых вы говорите. Воду все равно выбирает клиент.

(812) 493-50-93





ПЛАТИТЬ ИЛИ НЕ ПЛАТИТЬ, ВОТ В ЧЕМ ВОПРОС?

Каждая будущая мама задает себе этот вопрос, и решить его надо уже в начале третьего триместра беременности. Что же является залогом благополучных родов для вас и вашего ребенка? Попробуем разобраться в этой статье, что влияет на исход родов.

Начнем с того, что определим участников родового процесса. Это, конечно же, малыш, будущая мама и помощники. Доказано, что переживание родов, в частности ощущений от схваток, зависит от психологического настроения женщины. Процесс родов требует высокого уровня физической, интеллектуальной и эмоциональной активности женщины. В родах женщине необходимо работать над собой, чтобы оставаться спокойной, настроенной на положительный результат и вообще радоваться наступившему событию. Этому будет способ-

ствовать знание о том, как протекают роды, как работать с болью в родах, какие техники использовать и в какой момент полностью положиться на медицинский персонал. Женщина хорошо рождает там, где чувствует себя в безопасности. Обстановку роддома необходимо сделать знакомой. В настоящее время это совсем нетрудно, у многих родильных домов есть веб-сайты и 3D-туры. Там же можно познакомиться и с врачами, хотя бы виртуально. Но также исследования показывают, что успешность родов зависит не только от самой

женщины. В родах важна правильная позиция всех участников: медицинского персонала, женщины, супруга (если роды семейные). Про присутствие супруга можно упомянуть лишь то, что этот вариант всегда решается в каждой семейной паре индивидуально, и, если вы выбираете семейные роды, важна его активная помогающая и поддерживающая позиция. Обеспечить себе необходимый уровень готовности к родам — задача будущей мамы. И здесь стоит исходить из личностных особенностей каждой женщины: кто-то справится в условиях бесплатных родов, а кому-то необходим персональный подход.

Давайте разберемся, что подразумевают под собой платные и бесплатные роды. В основном плата взимается за индивидуальный подход и комфортные условия пребывания. И все родильные роддома предлагают разный перечень услуг.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ РОДЫ

а) Вы будете рожать в отдельном родильном зале, куда есть возможность взять с собой сопровождающего. Чаще всего это муж, подруга или специально подготовленный психолог. У вас будет возможность сконцентрироваться только на своей работе в родах и получать необходимую поддержку партнера.

б) Вы можете выбрать врача, который будет вести ваши роды. Выбор врача позволит вам заранее обговорить характер ведения родов, оценить профессиональную позицию врача, а также понять вашу психологическую совместимость. Это особенно стоит сделать, если ваша беременность протекает с осложнениями, — чтобы врач заранее смог оценить все риски и выбрать тактику ведения родов. Врач присягает кошкретно на ваши роды и посвящает вам все время. Иногда выбранный врач оказывается недоступен, например по болезни, тогда он обычно рекомендует замену. В некоторых роддомах также нет

возможности выбора врача, роды принимает только дежурная бригада даже в платном индивидуальном родильном зале.

В) Выбрать можно также акушерку, или же вам порекомендует выбранный вами врач. Обычно врач и акушерка работают в паре и образуют давно слаженный коллектив, поэтому не стоит настаивать на выборе акушерки, с которой врач никогда вместе не работал. Иногда при беременности, протекающей без осложнений можно обойтись выбором одной только акушерки, в непредвиденных случаях в отделении всегда есть дежурный врач. При родах в бесплатном отделении вы всегда попадаете на дежурную бригаду, которая может оказаться только что заступившей на смену или наоборот. Дежурная бригада может оказаться той, с которой роженицы заключают многочисленные платные договоры, она может вам лично понравиться — и вы быстро наладите контакт, или не понравиться, и поменять ее не будет возможности. Дежурная бригада обычно ведет несколько родов одновременно, в разных родильных залах или в одном. Вы также можете оказаться бесплатно в индивидуальном родильном зале и даже с мужем (есть такие роддома) или, что случается чаще, в родильном зале на несколько рожениц. Здесь хочется обязательно отметить позицию врачей — настоящие профессионалы не делают рожениц на «платных» или «бесплатных», а просто качественно выполняют свою работу.

УСЛОВИЯ РАЗМЕЩЕНИЯ ПОСЛЕ РОДОВ

а) Отдельная палата или место в выбранной вами палате. Здесь важно узнать, какие варианты условий предлагает роддом, в идеале совершить некую экскурсию, чтобы понимать, что предлагается в кошкретном роддоме под названием «одноместная палата». Одноместное размещение имеет ряд преимуществ: ваш малыш точно будет пребывать вместе с вами, вы сможете отдохнуть, ког-

да ваш малыш спит, ваш малыш не будет просыпаться от прихода чужих посетителей или плача других малышей в палате, вы сможете подстроиться под малыша, полностью погрузившись в палаживание контакта с ним. Это исключительно актуально в первые дни после родов. Но, если вы общительный человек, вам может стать скучно. После родов нередко переполняют эмоции, и ими обязательно хочется делиться со всем миром. Часто в послеродовой палате завязывается дружба на долгие годы.

б) Выбор меню на послеродовом отделении. Новая услуга, когда вам может быть предоставлен выбор питания по разным преysкурантам. Один будет из общей столовой, другой, например, — из кафе для персонала.

В) Возможность посещения родственниками в удобное время. Вариант актуален, когда необходимы визиты вне обычных часов, выделенных для посещения правилами родильного дома. Но тут важно понять, нужны ли вам такие посещения каждый день, кто вам необходим и зачем, остальные гости вполне могут дожидаться вас после выписки. Или, наоборот, вам хотелось бы, чтобы супруг круглосуточно находился с вами в это незабываемое для вашей семьи время.

При поступлении в роддом на основании родового сертификата вам будет предоставлена палата на усмотрение медицинского персонала, которая будет в наличии в послеродовом отделении. Это может быть и место в многоместной палате (чаще двухместной), и одномест-



ная палата (часто за дополнительную плату). Все будет зависеть от количества рожающих одновременно с вами женщин и от популярности роддома. Здесь актуально рассматривать родильные дома с наименьшей загрузкой. И можно помнить, что пребывание в послеродовом отделении занимает всего несколько дней, скоро вы окажетесь дома и окунетесь в новые захватывающие впечатления.

В условиях родильного дома на любых основаниях вы будете обеспечены необходимым вам современным медицинским оборудованием и ежедневным наблюдением за мамой акушером-гинекологом и неонатологом за малышом.

Последний момент, который стоит упомянуть, — это как добраться до родильного дома. Если вы выбрали роды на общих основаниях, вас беспрепятственно отвезет скорая помощь в ближайший приймающий родильный дом. В случае родов по договору лучше всего воспользоваться личным автотранспортом (только если за рулем будет ваш супруг), помощью друзей или родственников. Скорая помощь имеет право отказать в транспортировке по вашему выбору даже на основании договора между вами и родильным домом. Служба такси также может отказать брать на себя ответственность при осуществлении маршрута, где конечно точкой будет родильный дом.

При рассмотрении платных услуг выбрать можно как отдельно индивидуальные роды, а пребывание на общих основаниях, так и все услуги вместе. Обычно в договоре, куда включен весь перечень услуг, оговаривается, что малыш и мама обеспечиваются всеми необходимыми средствами гигиены и медицинского ухода, то есть вам необходимо будет приехать в родильный дом, имея на руках только договор,

никаких сумок в роддом собирать не нужно. Часто такой договор подразумевает проведение в послеродовом периоде курса физиотерапии и восстановительной гимнастики, а также наблюдение мамы и малыша в течение одного месяца после родов.

Это, пожалуй, все основные вопросы, которые необходимо рассмотреть при выборе между родами по договору и родами на бесплатной основе. Очевидный минус родов по договору — высокая стоимость. Но очень важно понять, какие условия позволят именно вам полностью погрузиться в вашу первую важную материнскую деятельность, сделать работу, которая

требует от женщины большого напряжения и эмоциональной и интеллектуальной подготовки. Если при ответе на этот вопрос возникает необходимость в повышенном внимании и индивидуальном подходе — стоит задуматься о платной стороне вопроса.

Какие бы условия вы ни выбрали, начать надо с интеллектуальной подготовки и самообразования. Желательно посещать курсы подготовки к родам или прочитать книги. Работа ума — наилучшее средство против страхов. Доказано, что знание, правильная психофизическая подготовка дают будущей маме уверенность в своих силах, спокойствие и помогают осознать, что она сделает все необходимое в родах, чтобы обеспечить малышу наилучший старт в жизни. После посещения курсов у женщин улучшается эмоциональное состояние, уменьшаются количество и интенсивность волнений и страхов, связанных с родами. Курсы подготовки для беременных помогут с выбором той или иной программы родильного дома и научат управлять своим состоянием в родах.



Шерзод Фархадович Адылов,
генеральный директор
Покровского банка стволовых клеток



Фото предоставлено фотостудией Натальи Колесниковой

«КЛЕТОЧНЫЕ» ТЕХНОЛОГИИ НА СПАСЕНИЕ ДЕТЕЙ

Регенеративная терапия или лечение стволовыми клетками — это принципиально новые медицинские технологии, дающие шансы на оздоровление тем, кому не может помочь традиционная медицина, будь то ДЦП, неврологические, терапевтические или даже онкологические заболевания. Разобраться и даже привыкнуть к звучанию сложных терминов «клеточной» терапии, например, «пуповинная кровь» или «стволовые клетки пупочного канатика», с первого раза непросто. Однако Шерзод Фархадович Адылов, новый руководитель Покровского банка стволовых клеток, одного из крупнейших в России банков персонального и общественного хранения стволовых клеток, терпеливо и последовательно объясняет, что и по какому принципу работает и как это помогает в лечении детей. Общаясь с этим специалистом с широкой улыбкой и внимательными добрыми глазами, отмечаю, с какой особой теплотой и радостью он рассказывает о тех детках, кого удалось в буквальном смысле поставить на ноги в результате регенеративной терапии. Предвосхищая мой вопрос, говорит: «Я сам отец двоих детей, у меня сын и дочь. И для обоих детей мы сохранили образцы пуповинной крови. Они находятся в Покровском банке стволовых клеток наряду с другими более



чем 7 тыс. именных и донорскими образцами пуповинной крови».

Как рассказал Шерзод Адылов, стволовые клетки могут спасти не только ребенка, у которого их непосредственно взяли, но и его родных братьев и сестер в случае наличия у них тяжелых наследственных или уже приобретенных заболеваний. «К нам приходят семьи, в которых старший ребенок страдает, например, неврологическим заболеванием. При рождении второго ребенка родители сохраняют его пуповинную кровь и стволовые клетки пупочного канатика. Эти образцы исследуются, и если мы не видим противопоказаний, то применяем их для лечения старшего ребенка», — поясняет руководитель Покровского банка стволовых клеток. Помогают и тем родителям, у которых нет своего «клеточного» материала: здесь на выручку приходят донорские образцы. В Покровском банке стволовых клеток создан один из немногих в России общественный регистр доноров стволовых клеток пуповинной крови, в котором сегодня около 4 тыс. единиц. Благодаря их генетическому разнообразию подходящие образцы подбирают всегда.

Оттого и спешат за помощью в Покровский банк стволовых клеток отчаявшиеся родители не только из Санкт-Петербурга и всей Рос-

сии, но и из других регионов. Благодаря им многие дети получают шанс на выздоровление. В Покровском банке стволовых клеток работают специалисты, которые помогают родителям разобраться в тонкостях процедуры и обеспечивают безопасность хранения образцов. В банке также проводятся регулярные проверки качества образцов и соблюдение всех необходимых санитарных норм.



сии, но из стран ближнего и дальнего зарубежья. Люди находят информацию в интернете, звонят, узнают подробности и приезжают в Санкт-Петербург. Так, на лечении в Покровском банке стволовых клеток была 14-летняя девочка, у которой обнаружился рак печени с поражением около 70%. После удаления опухоли и курса химиотерапии состояние девочки было тяжелым. В Покровском банке стволовых клеток ей провели четыре курса введения пуповинной крови, в результате чего последние полтора года ребенок живет обычной жизнью. Приведем еще один невыдуманный случай — с мальчиком, который страдал ДЦП, из-за которого даже не двигался. «Чтобы установить точный диагноз, мы провели генетические исследования, после чего сдали ему три процедуры введения стволовых клеток. Сегодня ребенок уже ходит, опираясь на ходунки. Кроме этого, он стал спокойнее, научился концентрировать внимание. Сейчас, через год и три месяца, мальчика привезут к нам снова. Ему назначен еще один курс введения стволовых клеток, и мы надеемся, что после этого мальчик выздоровеет окончательно», — говорит доктор Адылов.

Для приема пациентов в Покровском банке стволовых клеток созданы все условия: есть свой многопрофильный медицинский центр, где осуществляются как традиционное стандартное лечение, так и клеточная терапия. Оборудованы палаты премиум-класса. Покровский банк стволовых клеток имеет еще одно важное преимущество: после забора кровь сразу же доставляется в лабораторию. Есть у Покровского банка стволовых клеток и своя курьерская служба, благодаря которой собранная пуповинная кровь попадает в лабораторию в течение нескольких часов после родов. Кстати, короткий срок доставки образца позволяет везти пуповинную кровь даже из самых крайних уголков России.



**ПОКРОВСКИЙ БАНК
СТВОЛОВЫХ КЛЕТОК**

Покровский банк стволовых клеток не только собирает и хранит образцы, здесь еще ведется и серьезная научная работа, привлекаются молодые и опытные ученые. В результате такой работы создаются уникальные технологии лечения различных заболеваний.

Для ожогового отделения института НИИ скорой помощи имени И.И. Джанелидзе был создан дермальный эквивалент. Эта «искусственная кожа» в два раза ускоряет заживление ожогов и делает рубцы менее заметными. Совместно с Северо-Западным государственным медицинским университетом имени И.И. Мечникова проводится исследование возможностей применения стволовых клеток пуповинной крови для лечения больных с хроническими гепатитами.

С НИИ особо чистых биопрепаратов проводились лабораторные эксперименты, которые позволили сделать вывод о возможностях применения стволовых клеток пупочного канатика для лечения аллергологических реакций и бронхиальной астмы.

Использование стволовых клеток жировой ткани для лечения артрозов от научных разработок сегодня уже перешло в клиническую практику. Артрозы лечат преимущественно при помощи имплантации суставов. Но, к сожалению, организм не всегда их принимает, импланты необходимо менять время от времени. Поэтому новые способы лечения с применением хондроцитов, полученных при помощи клеточных технологий, могут стать прекрасной альтернативой эндопротезированию.

С Военно-медицинской академией планируется начать исследования по применению хондроцитов при межпозвоночных грыжах.

«За клеточными технологиями будущее! Я рад, что могу помогать людям, работая в компании, которая использует все возможности передовой медицины», — говорит Шерзод Фархадович Адылов.



Заготовка и хранение стволовых клеток пуповинной крови и пупочного канатика

*Сохраните то,
что спасет завтра жизнь*

(812) 336-50-02

www.stemcellbank.spb.ru



РОДЫ БЕЗ ГРАНИЦ: СЛОВЕНИЯ

ЧАСТЬ 1

Мне повезло оказаться в Словении, осмотреть Люблянский роддом, пообщаться со специалистами. Организацией нашей встречи, согласованием нашего присутствия, интервью мы обязаны профессору Вислава Великопя, клиническому психологу Люблянского роддома при Люблянском клиническом центре (далее ЛКЦ), специалисту в области перинатальной психологии и психологии репродуктивных проблем, родоначальнице психологии репродуктивной сферы в Югославии, имеющей более чем 30-летний опыт работы с семьей на этапе планирования ребенка, ожидающей ребенка, имеющей сложности репродуктивного характера, и многих других.



Светлана Вотякова,
психолог репродуктивной
сферы,
votiakovasvetlana@gmail.com

Профессор, благодарю вас за то, что согласились встретиться с нами. Цель нашей сегодняшней встречи — интеграция знаний в перинатологии, перинатальной психологии, знакомство с системой родовспоможения в Словении.



Люблянский клинический центр

Как устроена система здравоохранения в Словении в общем и как обстоят дела с областью репродуктивной помощи?

Все граждане Словении имеют медицинское страхование, это значит, что у них есть доступ ко всем благам медицинской системы. Иностранные граждане платят за наши услуги. Например, естественные роды стоят 1500 евро, роды путем кесарева сечения — 2500 евро.

Расскажите, пожалуйста, подробнее про отделение репродукции.

Тут получают помощь пациенты, имеющие сложности репродуктивного характера, примерно тысяча пар в год. В Словении самый высокий процент детей, которые рождены с помощью ВРТ (вспомогательные репродуктивные технологии. — Прим. автора), и это отличный результат. Для словенцев шесть попыток ЭКО оплачивает государство. Для лиц без страховки стоимость ЭКО-протокола колеблется от 1450 до 2500 евро.

Работа психолога с парами, имеющими сложности репродуктивного характера, многогранна. Психологические факторы, участвующие в репродукции, часто являются определяющими на пути к родительству. Совместная работа врача, психолога, биолога и пациента является наиболее эффективной.





Как ведется беременность в Словении, сколько раз женщина посещает врача, какие анализы сдает?

Обычно за всю беременность женщина 10 раз посещает врача и два раза делает УЗИ. Это касается физиологической беременности. Если же есть какая-либо патология, вопрос о ко-

личестве посещений и исследований решается индивидуально.

Что касается собственно родов. Как устроена система психопрофилактической помощи?

Во всей Словении работают школы для родителей, где они получают информацию о беременности, родах, уходе за новорожденным. В АКЦ есть курс обучения для ранних сроков беременности и собственно подготовка к родам. На занятия приглашаются разные специалисты: психолог, акушерка, стоматолог, специалист по безопасности, педиатр, анестезиолог и другие. Темы, освещаемые психологом: психологические изменения в семье в связи с беременностью, особенности эмоционального состояния беременной, психологические аспекты грудного вскармливания, отношения со старшим ребенком, послеродовая депрессия. Посещаемость — около 90%, поэтому в роддом женщины приезжают подготовленными.





Послеродовая палата

Какие варианты обезболивания вы используете?

Весь мир движется в сторону снижения боли в родах, все современные технологии используем и мы. Медицинские и естественные способы обезболивания. Из медицинских наиболее известны эпидуральная анестезия и анальгетики различных групп. О естественных способах обезболивания рассказываем в школе для родителей.

Медицинские показания для использования эпидуральной анестезии всем хорошо известны. Есть ли психологические показания?

Да, конечно. Например, токофобия (боязнь родов. — Прим. автора). Отметка в карту беременной в этом случае ставится психологом и учитывается врачом.

Проходя по отделениям и осматривая помещения родильного дома, вы обязательно обратите внимание на чистоту. Ничего лишнего, но есть

все необходимое в палатах. Контактность и участие персонала, гостеприимность и доброжелательность.

Отделение детской интенсивной терапии осматриваем совместно с доктором Лилианой Кронхаусером Церар — заведующей отделением. Она с гордостью рассказывает про де-





тей, находящихся в отделении. Мальчика, преждевременно рожденного с весом 320 г, вместе хвалим за прибавку в весе. В настоящее время чувствует он себя хорошо и выглядит на 2 кг.

О работе отделения доктор Церар рассказывает с неподдельным воодушевлением и абсолютной вовлеченностью.

Психологическое сопровождение семей, чьи дети находятся в реанимации, имеет особое значение. В АКЦ этому уделяется много внимания со стороны специалистов. В конце беседы получаю приглашение на День недоношенного ребенка и чудесную книгу «Ваш недоношенный ребенок», написанную сотрудниками отделения.

Главная акушерка Анита Прелец говорит с нами в свой выходной. Проходя по отделению, получает вопросы от подчиненных, чувствует, что она тут хозяйка в полном смысле слова. Проходим с Анитой по родильному отделению, она рассказывает про работу отделения и оснащение, все производит приятное впечатление как в техническом плане, так и в плане комфорта и оформления.

С позволения молодой пары Анита проводит меня в родильную палату, где не более часа назад родился новый человек. Лежит на животе у мамы, наслаждается новыми ощущениями. Счастливая пара общается с новорожденным,

знакомится. Интересуюсь у них тем, как прошли роды, поздравляю родителей и малыша. Следующая пара, с которой мы познакомилась, еще в родах. Акушерка помогает женщине, хотя она и сама отлично держится, к родам готовилась, посещала курсы, это чувствуется. Подбадриваю ее, желаю ей легких родов и удаляюсь.

Какое впечатление в общем оставил этот день? Если говорить о самой системе здравоохранения в Словении, то она относительно адаптирована под социальный запрос. Примечательным является целостный подход к пациенту: учитываются и физиологические, и психологические составляющие здоровья. Конкретно Люблянский клинический центр отличает направленность на высокие европейские стандарты, научную поддержку, высокий профессионализм ключевых кадров. А проще говоря, понимаешь, что многое хорошее и даже невероятное, что удалось увидеть, — заслуга людей, которые каждый день своей жизни посвящают своему делу, первыми встречая человека.

Выражаем огромную благодарность всем участникам нашей встречи!

Читайте в следующем номере:

«Роды без границ: Словения. Часть 2. Альтернативный взгляд на роды».



МАГАЗИН Детский №1

САЛОНЫ ЕВРОПЕЙСКИХ ТОВАРОВ ДЛЯ ДЕТЕЙ

ООО «Бад Трейд» ИНН 50/0777007505, Москва, ул. Аллатинская, д.12, к.2



Elegance —
новая роскошная коллекция
мебели от Baby Expert



БОЛЕЕ 3500 ТОВАРОВ

• Мебель • Автокресла • Коляски • Электроника для малышей

Фирменные магазины в Москве и Санкт-Петербурге

www.детский1.рф

Эксклюзивный дистрибьютор
в России компания «ЭДМ»



www.edmgroup.ru
+7 (495) 648-6424

КАК ПРАВИЛЬНО ВЫБРАТЬ ДЕТСКУЮ КРОВАТКУ

К выбору детской кроватки, бывает, подходят без должного внимания. Можно взять такую вот симпатичную, беленькую с бантиками или, может, ту, подешевле... они же все одинаковые, верно? На самом деле нет, не одинаковые. Будущие папы и мамы часто даже не подозревают о тех сложностях, с которыми им придется столкнуться с появлением малыша.

Разобраться с этими трудностями как раз и должна помочь правильная детская кроватка.

Итак, давайте разберемся, на что нужно обратить внимание, чтобы не промахнуться с выбором кроватки. Ведь именно в ней ваш малыш может провести так много времени в первые, самые важные годы своей жизни. Отталкиваться мы будем от детских кроваток Wundermобel («Вундермебель»), в которых разработчики действительно продумали практически все, что вам может понадобиться от детской кроватки.

Безопасность

Безопасность всегда на первом месте. У кроватки не должно быть острых углов и заостренных граней. Это очевидный момент, но не забудьте обратить внимание на рейки: они тоже должны иметь скругленные грани. В идеале рейки должны быть такими по ширине, чтобы малышу было удобно держаться за них. Расстояние между рейками обязательно должно соответствовать ГОСТу (7-10 см). Это поможет уберечь вашего ребенка от серьезных травм и вывихов.

Весь крепеж должен быть как минимум утоплен в дерево. В идеале — как у кроваток Wundermобel, дополнительно закрыт заглушками. Все фиксаторы и подвижные механизмы тоже должны быть вне пределов досягаемости малыша. У кроваток «Вундермебель», например, этот вопрос решен с помощью фирменных смарт-фиксаторов, с которыми легко управляться взрослым и которые не сможет открутить ребенок.

Между ложем и рамой кроватки не должно быть зазоров, куда может провалиться-



ся ножка малыша. У кроваток Wundermобel, например, не только отлично подогнано ложе, но и в комплекте сразу идет фирменный матрас, не оставляющий даже минимально опасных зазоров.

Надежность и качество

Чтобы кроватка служила долго, она должна быть изготовлена из твердых пород дерева, покрытого безопасными материалами. В случае кроваток фирмы «Вундермебель» это цельный массив бука, покрытый цветной эмалью на водной основе, которая абсолютно безвредна (что выгодно отличает ее от обычных мебельных лаков).

Кроватка, скорее всего, прослужит не очень долго, если ее стенки будут скрепляться самим ложем. Такое решение сделает конструкцию хлипкой, «одноразовой» и сильно ограничит кроватку по функциональности. У кроваток Wundermобel есть полноценная рама, которая не только гарантирует долгий срок службы, но и позволяет использовать кроватку как конструктор: снимать боковые стенки и варьировать высоту положения ложа в любых комбинациях.

Функциональность

Кстати, именно инженерное решение с полноценной рамой вывело кроватки Wundermобel на недосягаемую высоту по функциональности и комфорту использования. Кроватка фирмы «Вундермебель» работает как конструктор, который вы можете собирать под разные этапы взросления вашего малыша. Этому также способствуют восемь положений ложа с широким диапазоном между самым низким и самым высоким положениями (такого нет ни у одного другого производителя).



Когда малыш совсем маленький, кроватку можно использовать как большую люльку. Выставьте ложе на максимальную высоту, положите матрас жесткой стороной вверх. Установите фирменные бесшумные маятники и опустите откидную секцию у передней стенки. Откинутая секция примагнитится к раме кроватки и не будет стучать при укачивании. Уникальная конструкция маятников обеспечит очень комфортную амплитуду укачивания (укачивать, кстати, можно буквально одним пальцем). Высота стенки с откинутой секцией образует естественный бортик безопасности, обеспечивая при этом легкий доступ к малышу. Маме не придется нагибаться, это снимет нагрузку с ее спины.

Кроватку также очень удобно пристыковывать к родительской. Трудно переоценить, насколько это удобно, ведь малыш находится рядом с мамой и при этом спит в своей кроватке, привыкает к ней. Для стыковки достаточно всего лишь снять заднюю стенку и установить ложе на один уровень с высотой своей кровати (восемь уровней регулировки в этом помогут).

У фирменного матраса, идущего в комплекте с кроваткой, есть специальная пристегивающаяся секция, которая устранил возможный зазор между кроватями. Стенка с откинутой секцией

обеспечит легкий доступ к малышу со стороны комнаты. И да, кстати: уникальная конструкция маятников позволит укачивать малыша даже при плотной стыковке к родительской кровати.

Когда малыш начнет подрастать, маятники можно будет снять, поставив на их место продолжение обычных ножек (идут в комплекте). Ложе кровати можно будет постепенно опускать, подстраивая под рост ребенка. Когда ребенок начнет ходить, ложе кровати Wundermобel можно будет опустить в са-

мый низ, переднюю стенку снять, а на ее место установить два деревянных бортика (идут в комплекте), которые не позволят малышу выпасть из кроватки во сне и при этом сохранят возможность самостоятельно выбираться из кроватки и залезать в нее. В этом режиме кроватки-дивана она прослужит до времени, когда ребенку не наступит пора перебираться уже в полноценную подростковую кровать.

По замыслу разработчиков кроваток «Вундермебель», родители должны выбрать лишь подходящие расцветку (из девяти вариантов) и постельное белье. Прочие вопросы их волновать не должны. Этому способствует и собственное производство в Петербурге, гарантирующее быстрый сервис и наличие любых деталей (по условиям трехлетней гарантии бракованные детали, если такие обнаружатся, не ремонтируются, а просто меняются на новые).

Выбирайте правильные кроватки, и пусть ваше время будет посвящено своему малышу, а решские бытовых псевдобств возьмут на себя кроватки Wundermобel!



• • • • •
wundermобel.ru
(812) 988-56-26,
8 800 700-48-66
ул. Седова, 11,
ТЦ «Эврика», 2-й этаж,
пав. 213

Маленькие пачки GOO.N впервые в продаже!

То же качество по доступной цене!



*Внутренняя поверхность содержит Витамин E

как подарок

Друзьям, у которых родился малыш хочется подарить лучшие подгузники...



для того, чтобы попробовать

Вы хотели попробовать подгузники GOO.N, но были не готовы купить сразу большую пачку...



в отпуске и на выходных

Подгузники в упаковке перевозить гигиенично, а брать с собой большую пачку тяжело...



Подгузники на ленте GOO.N
размер NB 22шт.



Подгузники на ленте GOO.N
размер S 21шт.



Подгузники на ленте GOO.N
размер M 17шт.



Подгузники на ленте GOO.N
размер L 15шт.



ЯПОНСКИЕ ПОДГУЗНИКИ GOO.N - КАЧЕСТВО С ПЕРВЫХ ДНЕЙ ЖИЗНИ

ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ

С ЭКОЛОГИЧЕСКИ ЧИСТОЙ ФЕРМЫ!

HiPP — экологически чистое детское питание. Его с удовольствием кушают малыши в Европе и в России.

Хозяйства HiPP находятся в самых чистых уголках Европы: в заповедниках и природоохранных зонах, вдали от городов, автомобильных дорог и заводов. Там плодородная земля, чистые вода и воздух. Их чистота постоянно контролируется с помощью новейших технологий. У каждой фермы есть особый сертификат. Его получают, если ферма проходит регулярные проверки на соответствие стандартам чистоты. Их в Европейском союзе защищает особое экологическое законодательство. Кстати, стандарты чистоты, принятые в HiPP, на 10 лет старше и до сих пор значительно строже стандартов Евросоюза. Чтобы почва не истощалась, на фермах HiPP никогда не сажают одни и те же растения по много лет на одном месте, земля регулярно отдыхает. Если нужно восстановить ее плодородие, на пастбищах и полях пользуются только естественными удобрениями. Сажают только самые здоровые и полноценные семена и саженцы, не проходившие никаких химических обработок. На фермах HiPP растут и живут только те растения и животные, которые выведены естественным путем. На генетически модифицированные растения, как и на животных, наложен строгий запрет. Животные, выращиваемые в экологически чистых условиях, содержатся на свежем воздухе, питаются органическими кормами и много двигаются. Их молоко и мясо более ценные по составу, чем молоко и мясо животных, выращенных в стойле.

Молочные смеси HiPP Combiotic. Преимущества bio-молока

Поскольку молоко является главным ингредиентом молочных смесей, особую значимость для нас имеет происхождение молока. Итак, на протяжении последних 20 лет мы используем исключительно органические ингредиенты, прошедшие строгий контроль, от производств, гарантирующих отсутствие ГМО.

Что касается выбора сырья, то компания HiPP превышает строгие государственные требования к производству и качеству детских молочных смесей. Такое большое внимание и забота, которую проявляет компания HiPP, приносят пользу не только вашему малышу, но также и окружающей среде, в которой он растет.

Молочные смеси HiPP Combiotic дополнительно обогащены пробиотиками — культурой живых молочнокислых бактерий, а также пребиотиками — галактоолигосахаридами (ГОС), которые стимулируют рост пробиотиков.

По данным клинических исследований, комбинация пробиотиков и пребиотиков усиливает оздоровительное влияние на состояние микрофлоры кишечника и иммунной системы ребенка, что особенно важно при склонности к аллергии.

Из множества известных видов пробиотиков HiPP использует особенно ценный штамм лактобактерий *Lactobacillus fermentum hereditum*, который принадлежит к естественной микрофлоре кишечника ребенка и присутствует также в грудном молоке. Безопасность *Lactobacillus fermentum hereditum* подтверждена соответствующим сертификатом Европейского ведомства по безопасности пищевых продуктов (EFSA).

Молочные смеси HiPP дополнительно



HiPP Combiotic® – новое поколение молочных смесей.

Вдохновлено самой природой.

Составляющие молочной смеси HiPP Combiotic®:

- ✓ **PROBIOTIK**
Пробиотики
- ✓ **PREBIOTIK**
Пребиотики
- ✓ **ARA / DHA Omega-3 / Omega-6** –
полиненасыщенные
жирные кислоты
- ✓ **Нуклеотиды**



Материнское молоко – лучшее питание для вашего малыша. Питание, которое находится на искусственном вскармливании, не должно быть лишь тем преимуществом, которое дает грудное молоко, поэтому мы создали молоко еще ближе к своему первоначальному виду – био-молоко. Уникальная формула HiPP Combiotic® содержит выделенные из грудного молока пробиотики, а также пребиотики, подобные содержащимся в сыром молоке, необходимые для полноценного развития и стабильной иммунной системы.

Из поколения в поколение мы работаем за это общее значение.
Клеер-Штайфман-Битто *Andreas Meyer Stefan Hoff*

Рекомендовано с 6 месяцев. Идеальной пищей для грудного ребенка является молоко матери. Необходима консультация специалиста. Товар Сертифицирован. На правах рекламы.

hipp.ru

обогащены полиненасыщенными жирными кислотами омега-3 и омега-6. Содержание жизненно необходимых витаминов, минералов и микроэлементов полностью отвечает требованиям по составу стартовых молочных смесей.

Био-молоко — это молоко, полученное от домашних животных, выращенных естественным образом на экологически чистых пастбищах. Био-молоко несет в себе значительные преимущества. Результаты ряда научных исследований подтвердили питательную ценность органического био-молока. Согласно полученным данным, содержание полезных питательных веществ и витаминов в молоке, полученном в условиях био-органического животноводства, в целом

значительно выше, чем в молоке коров, выращенных на неорганических фермах.

HiPP, самый большой в мире производитель питания из экологически чистого сырья, предлагает заменители грудного молока Combiotic на основе био-молока.

HiPP заботится о качестве детского питания. Поэтому при производстве молочных смесей HiPP BIO используется только экологически чистое молоко — био-молоко. Это подтверждается знаком «био-органическое молоко» на упаковке, что гарантирует, что сырье для молочных смесей HiPP получено при помощи естественного выращивания домашних животных на экологически чистых пастбищах, без использования химических удобрений, пестицидов и регуляторов роста.

Идеальной пищей для грудного ребенка является молоко матери. Проконсультируйтесь с вашим педиатром, чтобы подобрать молочную смесь.

Тутта Ларсен

Сегодня в нашей рубрике «Звездные родители» экс-виджей MTV, популярная теле- и радиоведущая, создатель и ведущая канала для родителей *tutta.tv*, мама троих детей Татьяна Романенко, известная под псевдонимом Тутта Ларсен.



Текст Мария Калашникова

Татьяна, расскажите, как вы познакомились с вашим супругом Валерием.

Мы познакомились на работе, на съемках. Я вела один из сезонов программы «Секрет успеха», а он участвовал в ней в качестве курсанта. Тогда он еще занимался музыкой. Съемки длились не один месяц, процесс был долгим, в общем, мы там все перезнакомились, передружились — и вот.

В чем, по-вашему, секрет крепких семейных взаимоотношений?

В работе над собой. В любом конфликте, ссоре нужно начинать предъявлять претензии в первую очередь самому себе. И не забывать, что семья — это процесс, труд, совместное строительство. Не бывает идеальных людей, ваш муж имеет право ошибаться, иметь дурные привычки и прочее. И еще очень важно говорить, не копить обиды, не таить досаду — сразу озвучивать, что не так.

Совсем недавно у вас родился третий ребенок, сын Ванечка. Расскажите, как протекала ваша последняя беременность.

По большей части так же, как и предыдущие. Много работы, много энергии. В этот раз, пожалуй, ожидание было особенно радостным.



« **НАДО ПРОСТО ЖИТЬ ВМЕСТЕ
И ЗАБЫТЬ ОБ ИДЕАЛЬНОЙ
КАРТИНЕ МИРА** »





« В ЛЮБОМ КОНФЛИКТЕ
НУЖНО НАЧИНАТЬ ПРЕДЪЯВЛЯТЬ
ПРЕТЕНЗИИ В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ
САМОМУ СЕБЕ »

Нам казалось, что мы в увлекательном путешествии, в конце которого нас ждет захватывающее приключение. Так и вышло.

С каждой новой беременностью вам было все легче и легче? Опыт помогал?

У всех все очень разное. Говорят, третьи-четвертые роды бывают тяжелее первых. Мне повезло, можно сказать, что с каждым разом было все проще и понятнее.

Валерий при рождении Ивана присутствовал?

Да. И с Марфой тоже.

А вы с Валерием заранее решили, что будете рожать вместе, или все случайно получилось? Как вы относитесь к присутствию пап на родах?

Этот вопрос очень индивидуальный, каждая пара решает для себя. Валера сам захотел присутствовать на родах, и мы пошли на курсы в Центр традиционного акушерства, где его подготовили к тому, что нас ждет. Думаю, если пара принимает решение рожать вместе, они обязательно должны готовиться.

Как мама троих детей, поделитесь своим опытом, как удастся равномерно распределять внимание между Лукой, Марфой и маленьким Ванечкой, чтобы никто не обиделся, не начал ревновать, чтобы у них всегда все было поровну.

Да никак. Надо просто жить вместе и забыть об идеальной картине мира. Не надо быть перфекционистом — нереально все успевать и во всем быть хорошей. Решать проблемы по мере поступления, быть с детьми. Когда старшие дома, у нас такой хаос, что можно только си-



деть спокойно в состоянии дзена на диване с Ваней на руках и на груди и раздавать ЦУ.

Чем сейчас увлекаются Лука и Марфа?

Лука прыгает на батуте и играет на фортепиано. Много читает. Марфе нравится танцевать и петь.

В вашей семье есть какие-нибудь особенные традиции?

Да, каждые выходные уезжать за город и проводить время только семьей.

Расскажите, как любите проводить семейный выходной?

На даче со всеми атрибутами: шашлыками, лесом, речкой, велосипедами-самокатами. У нас там плохо ловит сотовая связь и нет интернета. **Татьяна, как вы решились на участие в проекте «Беременные» на телеканале «Домашний»?**

Этот проект снимает и продюсирует моя коллега и однокурсница Тая Семкив. Она прекрасный журналист, профессионал. Я ей доверяю и знала, что проект будет интересным и



достойным, что нас там не выставят в каком-то невыгодном свете и не обманут. К тому же мне очень нравится «Домашний» — это прекрасный душевный телеканал, без черпухи, криминала и лишнего стресса.

Татьяна, расскажите о вашем новом проекте, канале tutta.tv.

Tutta.tv — это новый формат «субъективного телевидения», — о том, что волнует меня и многих других женщин. Первая программа канала называется «Какие наши роды?» — о беременности, родах, послеродовом периоде и, конечно, о психологии семейных отношений. Следить за нашими передачами вы можете в любом месте, в удобное для вас время. Я всегда призываю аудиторию активно участвовать в обсуждении передач, предлагать темы и делиться личным опытом. Сделать это можно прямо под видео той или иной передачи на сайте tutta.tv. Наш главный ориентир — это вы! **Ваши пожелания нашим читателям.**

Я от всей души желаю вашим читателям мира в душе и в семье, взаимопонимания и дружбы с близкими и смотреть нас на tutta.tv!



АКВАЛАЙН

Вода. Создана Природой



**ВОДА «АКВАЛАЙН» —
ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ В ВАШЕМ ДОМЕ**

МЫ ДОСТАВЛЯЕМ ВОДУ ТАКОЙ, КАКОЙ ЕЁ СОЗДАЛА САМА ПРИРОДА

Т.: 325-1000
www.aqline.ru



 aqline

 aqline.ru

 @aqlinespb



ПОГОВОРИМ О ВОСПИТАНИИ...

Думаю, что практически все молодые родители задаются вопросами о воспитании своего малыша: «Как воспитывать правильно?», «Как не навредить ему?», «Где грань между дисциплиной, любовью и свободой?», «Как наказывать?», «Можно и/или нормально ли это – злиться на своего ребенка?». Мнений и советчиков на этот счет всегда находится крайне много – родственники, интернет и т.д. Возможно, для того, чтобы компетентно в этом разобраться, необходимо обратиться... да-да, к собачкам Павлова.

Для начала необходимо понять, что такое поведение, а именно поведение ребенка. Согласно теории академика И.П. Павлова, поведение – это условно-рефлекторная реакция*. Павлов доказал это посредством общеизвестных опытов на собаках (исследователи многократно повторяли стереотипное действие – кормили собак только при включенной лампочке, наблюдая при этом за выделением слюны; затем включали лампочку без кормления, в результате у собак также выделялась слюна). Таким

образом, можно вызывать (натренировать) или погасить практически любое желательное поведение (рефлекс) у воспитуемого. Однако человек устроен достаточно сложно – он сам воздействует на свое окружение и получает на это какой-то ответ, то есть «поведение контролируется его последствиями» (Закон эффекта Э. Торндайка).

Бихевиоризм (behavior – в пер. с англ. «поведение») – это направление психотерапии, основной целью которого является измене-

ние поведения человека. Педагогика (наука о воспитании) включает в себя некоторые биохевиоральные техники, основными элементами которых являются поощрение, наказание, личный пример, контроль и стереотипность (многократные повторения).

*** Безусловный рефлекс — реакция, данная нам от природы (например, при приеме пищи начинает выделяться слюна); условный рефлекс — искусственно сформированная реакция путем многократных повторений и подкреплений (например, при виде холодильника начинает выделяться слюна).**

1 Если мы хотим, чтобы желаемое родителями поведение ребенка повторялось снова и снова, то нужно отпрыска поощрить. Очень важно, чтобы поощрение было значимым для малыша, соответствовало его интересам (например, ребенок самостоятельно убрал игрушки или выполнил домашнее задание — похвалим, подарим игрушку, конфету и т.д.).

2 Искореняем шалости, капризы: если ребенок плохо себя ведет, то мы его наказываем. Наказание должно вызывать дискомфорт, быть для ребенка неприятным (все зависит от изобретательности родителя, его морали и самого ребенка). Игнорирование наказания в процессе воспитания приведет к непредсказуемым последствиям (шкодливость будет нарастать, ребенок может стать тревожным). Здесь очень важна стереотипность (одинаковость) наказания (например, если ребенку неприятно стоять в углу, то за проказы всегда ставим в угол). Наказание удалось, если ребенок больше таким образом не поступает.

3 Для растущего поколения очень важен личный пример взрослого, то есть научение новому поведению посредством под-

ражания (например, если ребенок не убирается в своей комнате, обратите внимание на чистоту в вашей). Таким образом, во-первых, даем пример для подражания; во-вторых, если у ребенка не хватает навыка, помогаем ему и демонстрируем как надо; в-третьих, он сделает все сам; в-четвертых, вы проконтролируете, сделал или не сделал (для закрепления поведения очень важен контроль).

Система поощрений и наказаний определяет для ребенка меру его возможностей, ставит для него первые социальные рамки и нормы.

Всегда нужно помнить, что дети и их «поведение» — это «лакомая букашка» взаимоотношений между родителями, и, если ребенок плохо себя ведет, причина может крыться в ваших отношениях.

P.S. Стоит отметить, что законы биохевиоризма универсальны для всего вашего окружения: супруга/супруги, родственников, коллег по работе и домашних животных.

Виктория Варфоломеева





СКОЛЬКО СТОИТ СОБРАТЬ В ШКОЛУ ПЕРВОКЛАССНИКА В 2015 ГОДУ

Эта тема по-прежнему для многих чрезвычайно актуальна. Цены растут, и сумма потребительской корзины на будущего первоклассника стремительно увеличивается. Попробуем подсчитать, сколько средств надо потратить, чтобы первоклассник имел все необходимое.

РАНЕЦ, ПОРТФЕЛЬ, РЮКЗАК

Обращаем внимание на ранцы и рюкзаки с ортопедической спинкой и широкими мягкими лямками. Они относятся к более высокой ценовой категории, чем простые рюкзаки и сумки, но лечение сколиоза будет однозначно дороже. Стоимость — от 2500 руб.

ШКОЛЬНАЯ ФОРМА

Самая внушительная часть расходов. Здесь у каждой школы и даже каждого класса и параллели свои требования. Очень часто форму за-

казывают централизованно, классами, чтобы сократить расходы. Костюм для мальчика из полушерсти будет стоить около 5000 руб., из полиэстера и синтетики — примерно на 1000 руб. дешевле. Для девочек стоимость зависит от комплектации: сарафан, сарафан + жакет, юбка + жакет, брюки + жакет. Стоимость сарафана — от 2300 руб.

Пиджак как вариант школьной формы — хороший вариант для праздничных мероприятий. Но в школьной суете очень тяжело содержать его в должном виде, особенно после

занятий физкультурой. Лучше дополнительно приобрести кардиган в цветах школьной формы вашего учебного заведения. Предпочтение лучше отдавать моделям из натуральной пряжи (хлопок, шерсть) В среднем кардиган для первоклассника — 1000 руб.

Рубашки для мальчика и блузки для девочки примерно одинаковые по стоимости. Синтетический вариант — от 600 руб. Изделия, в которых максимальное содержание хлопка, — от 1200 руб. Таких блузок, рубашек понадобится как минимум пять штук — на каждый день рабочей недели. Не занавиваются, и всегда опрятный вид. Для удобства и быстроты переодеваний, например в те дни, когда у ребенка физкультура, лучше надевать в школу бадлон — цена от 300 руб.

Галстук — от 200 руб.

Ремень для брюк — от 250 руб.

Сменная обувь — в среднем 2500 руб.

СПОРТИВНАЯ ФОРМА

Здесь два комплекта формы. Для занятий на улице: спортивный костюм (хлопок) от 1200 руб., футболка от 250 руб., кроссовки от 1400 руб. Для занятий в зале: спортивные брюки (шорты) — от 700 руб., футболка от 250 руб., спортивная обувь легкая с легко сгибаемой белой подошвой — от 600 руб.

Пенал с наполнением — от 400 руб. Без наполнения — от 170 руб. С наполнением удобнее, без него есть возможность укомплектовать дешевле и качественней.

Дневник стоит покупать с твердой обложкой, чтобы он сохранился до конца учебного года. Ценник — от 70 руб.

Канцелярия (ручки, карандаши, тетради, обложки, фломастеры и пр.) — около 2000 руб.

Букет — от 300 руб.

Итого, чтобы экипировать первоклассника в школу, надо потратить около 20 тыс. руб.





АДАПТАЦИЯ К ШКОЛЕ ПОСЛЕ КАНИКУЛ

Автор: Ирина Третьякова

Скоро в школу. Но не все родители знают, что не только первоклассникам нужно помочь адаптироваться к школе. Ведь даже взрослые не могут моментально войти в рабочий ритм после отпуска. Специально для вас мы подготовили советы, как сделать переход к учебе позитивным и продуктивным.

Плавный переход к школьному распорядку дня

Здесь два ключевых слова — «плавный» и «распорядок». За лето многие отвыкли ложиться рано и вставать рано. Для того, чтобы учеба не отнимала у ребенка все его жизненные силы, ему необходимы высыпаться. Поэтому постепенно выстраиваем школьный режим дня. Вечером только спокойная атмосфера. Играем в спокойные игры и читаем интересные книги. «Мис правится» — отличная игра перед сном. Каждый игрок начинает свою фразу словами «Мне нравится» и дальше продолжает, что ему нравится в жизни, в членах семьи, в школе, в отдыхе и пр. Маме интересно будет услышать, что нравится ребенку, а детям ин-

тересно послушать о том, что же в них нравится их родителям. Позитивно и приятно и развивает словарный запас и умение строить предложения.

Интересные выходные как продолжение каникул

Можно заранее составить план уикендов на месяц. Здесь могут быть интересные маршруты по городу (для младшей школы — по стопам героя «Мойдодыра», для старшеклассников — по местам съемок фильма о Шерлоке Холмсе), отправиться на пикник и организовать квест «Найти сокровища», съесть шоколадные медалики можно и так, но найденные как клад будут намного вкуснее.

Покупаем школьные принадлежности

Не надо откладывать покупку на последний день каникул, чтобы излишне не утомлять ребенка и не создавать атмосферу суеты и тревожности. Покупаем постепенно. Предоставляем свободу выбора ребенку, но, разумеется, ограниченную (из подходящих по ценовой категории рюкзаков предложите ему выбрать тот, который нравится больше). Даже если вы не планируете покупать школьную форму, рюкзак и прочее (старые могут еще послужить и на будущий год), купите какой-нибудь красивый аксессуар, красивые ручки и тетради. Поход в кафе сделает школьный шопинг еще более приятным.

«Рука бойца писать устала»

За лето школьники обычно отвыкают писать, скорость письма падает, и от этого часто страдает успеваемость. Не надо насаждать на чистописание и устраивать дома изматывающие тренировки.

На помощь придут игры, которые развивают мелкую моторику. Играем все семьей в «Дженгу», «Балансир», «Пальчиковый твистер» и пр. Старших можно увлечь занятиями каллиграфией. Надо купить перьевую ручку, тушь, крафт-бумагу, распечатать алфавит красивым шрифтом и включить красивый ролик по каллиграфии, в котором рассказывается об этом новомодном увлечении. Писать тушью опять становится модно. Не надо дома тренировать все лето сочинения и диктанты, достаточно просто всей семьей начать писать книгу. Берем общую тетрадь и начинаем творить. Вместе с ребенком по очереди пишем по странице увлекательную историю, а потом все вместе читаем, что же в итоге получилось.



Устраиваем дружескую вечеринку

В последнюю неделю лета, когда все возвращаются в город, обзваниваем друзей и приглашаем их в кино или на пикник.

Первое сентября — всегда праздник

Отметьте его в семейном кругу. Купите торт и устройте чаепитие. Интересная книга станет лучшим подарком ко Дню знаний. Говорим о приятном. Обращаем внимание на положительные моменты в будущем учебном году: новые предметы, которые позволят ему узнать много нового и интересного, новые учителя, новые ребята. Все это расширит его кругозор и обязательно пригодится в будущем. Рассказываем свои увлекательные истории из своей школьной жизни.

Не забываем о питании

Важно, чтобы в рационе школьника присутствовали не только белки, но также холин и лецитин (защитники и строители нервной системы), а также магний и жирные кислоты омега-3.

Формируем ситуацию успеха

Даже если ребенок не успевал в прошлом, в этом году он сможет все преодолеть, если вы будете в него верить. Спрашивайте не «Что ты сегодня получил?», а «Что нового ты узнал?», «Что получилось, а что нет?». Подскажите, как справиться с трудностями. Не торопитесь, не стыдитесь неудач своего ребенка. Научитесь гордиться им, его победами, пусть даже маленькими, верьте, что у него постепенно все получится. Ключевые слова: «любить», «верить», «понимать», «не торопить» и «формировать позитив».



Алеса Качер

Алеса Качер — молодая, талантливая актриса театра и кино. За ее хрупкими плечами уже более 20 киноработ. Поклонники полюбили Алесу за фильм «12 месяцев», в котором она исполнила главную роль — своеобразной красавицы Маши. Алеса успешна не только в театре и кино, в 2013 году она завоевала титул «Краса Москвы». О кино, детях и счастливой жизни — в интервью с Алесой Качер.

Алеса, расскажите нам о вашей семье. Какую роль она играет в вашей жизни?

Моя семья — моя поддержка, опора, мой тыл, моя крепость, отдушина, радость, мое счастье. Семья — мое все. Поэтому нетрудно догадаться, что она играет самую главную роль в моей жизни. Работа, победы, достижения, профессиональная реализация — это, безусловно, крайне важно для меня, но второстепенно, ведь теряет свой смысл и ценность без любимых людей.

Какие традиции есть в вашей семье?

В моей семье есть любимая мной традиция, которая переходит из поколения в поколение: собравшись с близкими людьми за праздничным столом, поем все вместе под гитару. Есть песни только нашего рода — семейные, которые больше никогда нигде не слышала. «Скучно идет моя жизнь одинокая...» — помню, пели еще с дедами, прадедами, когда я была совсем маленькая. Так и теперь, приезжаю в Минск к родителям, собираемся с близкими и запеваем

с папой. Песни придают посиделкам душевность, оживляют воспоминания, наталкивают на теплые беседы о жизни... Жаль, что в современном обществе эта традиция умирает. Нынешнюю молодежь в большинстве своем интересует другое времяпровождение. К счастью, в моей семье традиции живы, и мне хотелось бы их продолжать.

Вы с детства хотели стать актрисой? Что именно повлияло на ваш выбор?

У меня не было выбора. Точнее, он мне не нужен был, потому что артисткой я, по всей видимости, родилась. Сколько помню себя, всегда знала, что буду актрисой, и другой профессии для себя не представляла. Мои первые спектакли начались, как только я научилась ходить и говорить. Приходили гости, а я устраивала для них представления — пела, танцевала, стихи рассказывала. В детском саду, на утренниках, естественно, играла все главные роли: Травушку-муравушку, Ночку, котенка. Одним словом, была звездой пашей группы и блистала на детских праздниках. Родители очень много со мной занимались: мама разучивала со мной стихи, папа — песни и танцы. Когда чуть подросла — отдали в развивающие кружки: вокал, хореография, театральная студия «РОНД». Все, что подразумевало сцену и зрителей, безумно нравилось мне. Когда в «РОНДе» начались репетиции спектаклей, первые выступления, роли, пусть третьим цветочком слева, я поняла, что это захватывает меня полностью. В 11 лет я впервые снялась в кино. Дипломная работа А. Кудиненко «Шуточка» и моя первая главная роль — школьницы Ванды. Кстати, трагическая. Прикоснувшись к магии кинематографа, влюбилась в актерскую профессию окончательно и бесповоротно. Потом пошли главные роли и в детском театре — одна за одной, участие в молодежных театральных фестивалях, первые награды «За лучшую женскую роль». Я занималась любимым делом и точно знала, чего хочу. До сих пор не могу по-

нять, как можно доучиться до 11-го класса и на вопрос «Куда поступать и кем быть?» не иметь ответа. У меня такой дилеммы не было — я четко шла к своей цели. Не могу сказать, что все давалось мне легко. Наоборот, очень сложно. Всегда. Работать над собой постоянно, не жалея здоровья, нервов и времени, необходимо в моей профессии. Но сегодня я счастливая актриса. Ведь мечта моего детства осуществилась. Я стала тем, кем хотела. И не ошиблась — для меня это лучшая профессия на свете. И даже больше: актриса — это предназначение. Абсолютно мое.

Верите ли вы в судьбу человека и в то, что она определяет его жизненный путь?

Я верю в Бога. И в то, что на все Его воля. Но Он всегда предоставляет нам право выбора. Поэтому каждый человек — творец своей судьбы. Да, безусловно, мы зависим от обстоятельств, ситуаций, людей, которые посылает Всевышний. Но, как поступить и кем являться, учитывая все жизненные данности, решать только нам. Согласна с Коко Шанель: «Все в наших руках, поэтому нельзя их опускать».

Что у вас стоит на первом месте? Карьера, семья, самосовершенствование?

Любовь. Она же и семья. Она же и совершенствование. А совершенствование — оно же и работа, и карьера, и вдохновение. В жизни все взаимосвязано. Но бессмысленно без любви и любимых людей.

Расскажите нам о вашей любимой роли в кино и о роли, которую вы мечтаете сыграть.

Знаете, я очень увлекающийся человек. Читая интересное произведение или сценарий, творчески влюбляюсь в какой-нибудь женский персонаж и непременно желаю сыграть именно эту героиню. В этот момент кажется, что она мне нужна больше всего. И так всегда. Мне нравятся сильные характеры. Сложные, противоречивые. Судьбы, насыщенные событиями. Интересно было бы сыграть исторически



известных женщин. По поводу моей любимой героини в кино — каждая сыгранная мной роль по-своему дорога мне! Каждая из них — часть меня. Они плачут моими слезами, улыбаются моими губами, смотрят моими глазами, говорят моим голосом. У них мои эмоции. Вместе с моими героинями я переживаю их горести и печали, радуюсь их счастью. Пропускаю их через себя, через свою душу, проживаю их жизни. Работаю над ними, придумываю свойственные только им черты и особенности. Я даже становлюсь внутренне опытнее и взрослее, сыграв ту или иную роль. Конечно, есть особенно дорогие героини, над которыми работала больше времени, которые, как правило, получались не сразу. Моя сильная Лала в азербайджанском фильме «Актриса». Моя нежная и чистая Ферида во «Вкусе граната», на которую за ее короткую жизнь свалилось множество испытаний. Моя кроткая и одновременно роковая Светлана из фильма «Соврешь — умрешь», который совсем скоро выйдет на экраны. Моя взбалмошная девчонка Маша из фильма «12 месяцев» на протяжении всего съемочного периода дарила мне нескончаемое счастье, до сих пор вспоминаю ее с особой теплотой. Все мои героини совершенно разные, но одинаково любимы мной.

Вы очень красивая девушка, крестная мама прекрасного малыша. Как вы справляетесь

со своими обязанностями. Не подумываете ли о своих детишках?

Скажу больше: я многодетная крестная мама. У меня две дочурки Александры и один сыночек Иван. Кстати, я тоже крещена под именем Александра, и мою крестную маму зовут так же. Интересное и неслучайное, на мой взгляд, Божье совпадение. К сожалению, свою крестную я видела только в неосознанном детском возрасте — не знаю и не помню ее. Сейчас очень ощущаю нехватку духовного родителя, поэтому особенно понимаю, насколько важна его роль в жизни каждого человека. Я своих духовных чад обожаю и стараюсь уделять им как можно больше внимания. Мои девочки живут в Минске, поэтому, приезжая домой, обязательно навещаю их. Мы много времени проводим вместе: гуляем, играем, общаемся, ходим в церковь. В этом году на Пасху научила креститься мою племянницу — трехлетнюю крестную дочку. Вернулась в Москву, а она через пару дней показывала всем, как умсет креститься, и с гордостью рассказывала, что это я ее научила. В Москве у меня есть крестный сыночек Ванечка — родной сыночек моей близкой подруги Маши Кожевниковой. К ним в гости приезжаю каждую неделю на выходные. Хочу видеть, как малыш растет, меняется, принимать участие в его развитии. С Машей тоже часто водим ее сынишек в церковь, молимся за них, ведем к Богу. Быть крестными родителями — это большая ответственность, и я подхожу к своим обязанностям крайне серьезно. Ведь я несу ответственность за духовный мир моих детей, поэтому должна о них заботиться. Признаться, мне это очень нравится. Подумываю ли я о своих детях? Конечно, я мечтаю о большой и дружной семье. Хотела бы родить пятерых-шестерых детишек, дай Бог. Хотела бы усыновить малыша, чтобы хотя на одного счастливого ребенка в мире стало больше. Но такие решения в одиночку принимать нельзя. Оно зависит и от мнения моего будущего мужа.

Время покажет. Дети должны быть желанными, рожденными в браке от большой любви. Хочется, чтобы и в моей жизни все сложилось именно так. Пока я не замужем, поэтому о своих детях говорить рано. Всему свое время.

Вы создатель фонда благотворительных программ и акций, которые помогают детишкам из детских домов почувствовать тепло и заботу. Что для вас благотворительность?

Благотворительность — это желание помочь нуждающимся, подарить им частичку радости, сделать их чуть счастливые, вызвать улыбки на их лицах. Я, не задумываясь, принимаю предложения об участии в благотворительных мероприятиях, также придумываю и организовываю их сама. Провожу для детей различные мастер-классы: учимся рисовать, лепить, делать аппликации, даже мультики создаем. Вожу их на концерты, спектакли. Привожу к ним звездных гостей, с которыми они мечтают познакомиться, — актеров, режиссеров, спортсменов, музыкантов. К счастью, всегда находятся единомышленники, которые вместе со мной участвуют в проведении моих акций добра. Радостно осознавать, что отзывчивых людей гораздо больше, чем равнодушных.

Есть ли у вас свои собственные секреты успеха? Какие качества необходимы человеку для достижения поставленных целей?

Часто задаваемый вопрос. Я выработала свою формулу успеха: «Максимум желания, умноженное на максимум усилий». Максимум — и не меньше. Стремиться, действовать, идти вперед, не бояться преград и испытаний, ошибаться, делать выводы, всегда подниматься после падений и снова двигаться к поставленной цели. Работать над собой. Непрерывно. Все просто. И одновременно сложно. Но возможно. Даже невозможное. Проверено на себе.

Какие творческие проекты вы бы хотели реализовать в ближайшее время?

Сейчас работаю в очень интересном 24-се-

рийном проекте «Гроздья винограда». Казаки, станица, послевоенное время. Во мне течет казачья кровь, поэтому эта тема мне очень близка. Гены, видимо, откликаются и берут свое. Сыграть казачку — моя мечта. Роль сложная, но безумно интересная. В картине представлена жизнь моей героини Ольги от восьми до 42 лет, насыщенная множеством событий — от большого счастья до глубочайшего горя. Я начинаю играть Олю, когда ей 16 лет. У меня замечательные партнеры — Вячеслав Разбегаев, Владимир Гостюхин, Евгений Сидихин. Работать с такими профессионалами — большое удовольствие, есть чему поучиться. Надеюсь, этот проект найдет отклик в сердцах зрителей и не оставит их равнодушными.

Чтобы вы хотели пожелать читателям журнала «Эрудит»?

Ф.М. Достоевский завещал: «Красота спасет мир». Но на самом деле мир спасет любовь, и лишь одна она. Самое мощное и объемное чувство, которое творит чудеса: дает новую жизнь, воскрешает, возвышает, вдохновляет на подвиги, делает нас лучше и добрее, наполняет нашу жизнь смыслом. И все прекрасное, что было, есть и будет в нашем мире, — во имя любви. Будьте любимы и любите сами — это самое главное.





Владислава Елисеева

О прекрасном мире детской моды и фотографии с нами беседует художественный вдохновитель и руководитель модельного агентства Владислава Елисеева – детский фотограф Beauty Fashion в городе Санкт-Петербурге.

Влада, вы профессиональный детский фотограф. Как вы начали увлекаться именно детской фотографией?

Увлечение фотографией было очень спонтанным, но очень предсказуемым. Я всегда стремилась к прекрасному... еще в детстве любила рассматривать красиво украшенные витрины больших магазинов, по-детски наслаждалась огоньками и видами вечернего Петербурга и тихонько всматривалась в лица пробегающих прохожих. Фотография — это возможность соединить все эти компоненты воедино и сохранить на долгую память.

Любовь к фотографии мне привили родители: с папой мы осваивали пленочный «Зенит», а с мамой — кассетный «Полароид». Но к детской фотографии я пришла с рождением дочки. Мне безумно хотелось сохранить каждый момент ее жизни.

Как пришла к вам идея о создании детского модельного агентства?

Наверное, с того момента, как я выбрала приоритетным направлением съемки детский fashion. Появились заказы на рекламные съемки, а с ними и необходимость в создании собственной базы моделей.

Какую пользу деткам, на ваш взгляд, приносит модельная школа?

В первую очередь дает детям мощный толчок к будущему успеху. Участие в показах и фотосессиях, выступления на публике развивают самостоятельность ребенка, формируют понимание ответственности и, конечно же, чувства вкуса и красоты. Но наша школа — это не просто школа, где дети занимаются только моделингом, это еще школа развития. Помимо подиумного шага и фотопозирования, дети занимаются актерским мастерством, танцевальной пластикой, изучают психологию, этикет и историю моды.

Не считаете ли вы, что детские фэшн-показы не совсем благотворно влияют на психику ребенка?

Наоборот! Каждый наш показ — это маленький праздник для детей, где каждый ребенок может почувствовать себя настоящей звездой. Главное — объяснить ребенку, что это не смысл жизни, а занятие через которое можно реализовать себя.

В последнее время в Петербурге появилась практика сбора организованных взносов с родителей детей за участие в показах. Вы поступаете так же?

Наша школа такое не практикует. А даже наоборот, мы против «поборов» с родителей. Детский труд должен быть оценен, и если уж не гонорарами и зарплатами, то хотя бы игрушками и вкусняшками.

Как относитесь к широкомасштабным детским конкурсам красоты? Не считаете ли вы, что участие в подобных мероприятиях плохо влияет на психику ребенка?

Любые конкурсы и соревнования — это испытание для психики, и не только детской. Но они существуют, как в танцах, так и в спорте. Что касается конкурсов красоты, то мне непонятны критерии, по которым должен быть выбран самый-самый. Каждый ребенок — это индивидуальность, и во всех нас заложена природная

красота. Вбивать комплексы детям с самого детства, мне кажется, совершенно ни к чему!

Практика показывает, что призовые места во всех широкомасштабных детских конкурсах стоят немалых денег. Что вы можете сказать об этом? Как с этим бороться?

Я очень далека от подобных конкурсов, никогда не сталкивалась с ними и не присутствовала на них. Дети из моей школы не участвуют и не участвовали. Наверное, у родителей такая же позиция, как и у меня. Им не надо доказывать, что их ребенок самый красивый.

Борьба с такими конкурсами — это борьба прежде всего с родителями, которые готовы платить любые деньги, чтобы удовлетворить собственные амбиции и эго.

Что вас вдохновляет в вашей работе?

Конечно же, это моя семья, это теплый дом, куда стремлюсь я каждый день! И счастливые глаза моих маленьких моделей!



«РЕБЕНОК ПРИХОДИТ В НАШУ ЖИЗНЬ, ЧТОБЫ МЫ МОГЛИ С НИМ ПОДЕЛИТЬСЯ СВОЕЙ ЛЮБОВЬЮ И ЛЮБОВЬЮ К ЖИЗНИ»

Дорогие друзья, вы много помогаете нам, интересуетесь новостями и наверняка следите за работой нашего усыновительского портала дети-ждут.рф, где размещены фото детей, подлежащих устройству в семью. Нам часто задают вопросы, которые возникают у каждого, кто задумывается о возможности стать усыновителем или уже сделал первые шаги на пути к этому непростому, но такому важному и значимому решению. Какого возраста ребенка брать в семью, стоит ли оставлять работу, можно ли одинокому человеку быть усыновителем, как вести себя в момент первой встречи с ребенком, существуют ли «плохие гены» и говорить ли правду об усыновлении – на эти и другие вопросы мы попросили ответить нашего психолога по работе с приемными семьями Галину Михайловну Галушкину.



Галина Михайловна
Галушкина,
психолог по работе
с приемными семьями

Как решить, какого возраста ребенка брать в семью? Есть ли на этот счет какие-то рекомендации психолога или это как сердце подскажет будущим папе и маме? Зависит ли это от того, есть ли уже в семье дети, или еще от каких-то других условий?

Если в семье есть дети, то ребенок, которого вы хотите взять в семью, должен быть младше ваших кровных детей, так как вы уже готовы (подготовлены своими детьми) к особенностям ребенка, его возрастным кризисам. А вообще, все очень индивидуально, надо этот вопрос обсуждать со специалистом.

Если оба родителя работают и не хотят оставлять работу, может ли это помешать адаптации ребенка в семье? Как поступить — отдать малыша в садик или нанять няню? Или в этом случае определенно лучше пожертвовать работой?

Узнавание друг друга, привыкание к новым условиям требуют времени и взаимного погружения в этот процесс, причем не только для ребенка, но и для родителей. Меняются роли в

семье: до приема в семью ребенка были роли жены и мужа, а теперь появились новые роли — мамы и папы, если в семье не было детей; или была роль единственного ребенка, а теперь появился брат или сестра. Это кризис для семьи (радостный и долгожданный, но кризис), надо учиться иначе распределять время и силы, выстраивать отношения в семье. И это лучше делать неспешно, чтобы получилось качественно. Если родители отдают ребеночка сразу в детский сад, то он меняет одно учреждение на другое, одна тетя меняется на другую, а где семья? Поэтому лучше будет для всех членов семьи, если ребенок полгода-год проведет дома: вы будете узнавать его, он будет узнавать вас, будут выстраиваться отношения, расти взаимопонимание, а это залог для дальнейшей адаптации и роста привязанности. Ведь нет ничего дороже близости дорогих нам людей.

Сохранять ли тайну усыновления — говорить или нет ребенку, что он приемный? Если да, то в каком возрасте это сделать лучше всего? И как это сделать максимально правильно, чтобы потом неосторожное слово людей не ранило ребенка?

Я работаю как семейный психолог и знаю, что любая тайна в семье способствует повышению тревоги. Тревога — это напряжение, это уходящие силы, усталость, раздражительность,

ожидание плохого; с тревогой трудно жить полноценно и радостно, постоянно существующая в семье тревога разрушительна. Ребенок чувствует тревогу родителей, поэтому лучше сказать ему правду. Говорить о том, что ребенок приемный, следует ближе к трем годам, когда он хорошо понимает речь, для этого есть сказки о том, как по-разному появляются дети в нашей жизни, можно придумать свою историю, можно обратиться к психологу и подумать об этом вместе. Главное для родителя в этот момент — быть эмоционально включенным и любящим, не жалеющим, а сострадательным. Может быть, именно с этого момента начнется ваша истинная близость.

Если со временем ребенок захочет найти своих биологических родителей или они сами найдут его и появятся в жизни семьи, как правильно реагировать на такую ситу-

ацию? Не испортит ли это отношения внутри семьи?

Обычно в подростковом возрасте появляются вопросы: «Откуда я?», «Какой я?», «Кто я?». И ребенок хочет увидеть своих биологических родителей не потому, что не любит вас, а потому, что хочет узнать и понять, принять себя. Хорошо, если у вас хватит сил и мужества помочь ему в этом, потому что корни делают нас сильнее, лучше (какими бы они ни были). Вы можете помочь ребенку в поисках, если о его родителях ничего не известно, будет лучше, если вы сами позвоните или встретитесь (или просто посмотрите на них), чтобы поддержать ребенка, уже представляя себе, с кем и чем он может столкнуться. История сложная, но она вам поможет стать еще ближе и дороже друг другу. Отношения с биологическими родителями тоже нужно выстраивать, если они захо-



тят видеть ребенка, а ребенок — их. Если очень сложно, можно обратиться к психологу.

Наши читатели часто задают вопрос: если это одинокий человек — без супруга или супруги, стоит ли ему быть усыновителем, разрешат ли органы опеки взять ребенка?

Органы опеки разрешают одиноким людям брать на воспитание детей, оставшихся без попечения родителей. Конечно, ребенку нужна полная семья, именно полная семья имеет огромный ресурс для личностного роста. Главное, не забывать, что ребенок не обязан заполнять пустоты в нашей жизни, что мы должны с этим разбираться сами, может, с помощью специалиста. А ребенок приходит в нашу жизнь, чтобы мы могли с ним поделиться своей любовью и любовью к жизни.

Пожалуй, миф о «плохих» генах — один из основных, наиболее волнующих наших читателей. Мы в обычной кровной семье часто замечаем, что дети по характеру совсем не похожи на своих родителей, и удивляемся, почему у хороших, внешне благополучных мамы и папы сын вырос алкоголиком или в трудолюбивой семье ребенок лентяй, которого трудно заставить работать. Значит, гены все-таки не влияют на характер — дело в воспитании? Или это неверно?

Редко ли мы слышим в семьях, где есть кровные дети, фразы от уставшей, обиженной на мужа мамы или расстроенного папы: «Ты такой же грубый, как твой отец!», «Ты такая же глупая, как твоя мать!»? Это еще мягко, и, вероятно, вы думаете, что это про гены. А ребенок думает, что это про то, что он какой-то не такой, плохой и не очень любимый. А я думаю о странной коммуникации в этой семье, которая отравляет всем жизнь. Ведь можно прямо сказать мужу: «То, что ты сделал (как сказал), расстроило и обидело меня, я злюсь на тебя», — и дальше был бы разговор с мужем и выяснение отношений с ним. Это может быть неприятно и часто болезненно, но имеет смысл, так

как дает опыт ребенку об отношениях и о том, что в семье бывают сложности, но их можно и нужно репать, а не вымещать на ком-то. А еще это про то, что, невзирая на ссоры, обиды и неприятности, все в семье дороги друг другу. Конечно, есть гены, но отношение к себе, к другим, к жизни закладывается в семье.

Момент первой встречи с ребенком. Момент очень волнительный, особенно когда у потенциальных родителей еще нет опыта общения с детьми из соц. учреждений. Ребенок может произвести не то впечатление, которого ожидали, замкнуться. Нет таких тестов на совместимость, чтобы понять, твой это ребенок или придется продолжить поиск. Что бы вы рекомендовали приемным родителям в этот момент — на что обратить внимание, как понять себя и маленького человека, который стоит перед ними?

Момент первой встречи, конечно, волнителен. Важно быть доброжелательным и спокойным, чтобы не испугать ребенка своим состоянием сильной встревоженности. Чтобы понять ребенка, нужно встречаться с ним не один раз, для этого дается время опекой. А как понять, мой ли он, — не знаю. Как мы узнаем, что любим человека? Думаю, по какой-то нежности внутри нас, по готовности не спать ночами, по готовности чем-то хорошим, дорогим, важным для нас поделиться с этим человеком. Только надо помнить, что будут моменты, когда я буду злиться, раздражаться, может даже буду в какой-то момент жалеть, что я взялась за это, но если мое чудо разобьет коленку, то я уже готова мазать ее зеленкой и дуть на эту дорожку для меня коленку.

Мы благодарим Галину Михайловну за интервью и приглашаем всех присылать интересные их вопросы на усыновительский портал дети-ждут.рф в раздел «Задать вопрос». Будем рады помочь вам и вашим друзьям.

«Социальная адаптация»

Дорогие друзья! Совсем скоро начинается новый учебный год и, значит, новые занятия и открытия в наших просктах. Мы приглашаем к сотрудничеству тех, кто хотел бы помогать детям из детских домов в их развитии и социализации, регулярно проводя и ассистируя на занятиях по социальной адаптации.

Требования к волонтерам:

- готовность к регулярным (один раз в неделю) посещениям детского дома на Парке Победы (сб/вс);
- психологическое или педагогическое образование либо опыт работы с детьми или волонтерский опыт;
- наличие справки об отсутствии судимости;
- готовность к обучению и тренингам в проекте.

Мы ждем ваши мотивационные письма с информацией о вас и причинах интереса к проекту по адресу volonter@otkazniki.spb.ru.

Дополнительную информацию о проекте можно получить по номеру 941-00-90 (Татьяна).



«Право выбора»

В сентябре мы набираем новую группу волонтеров на обучение для участия в проекте «Право выбора», в рамках которого волонтеры индивидуально работают с детьми, становясь для них теми самыми значимыми взрослыми, которые являются проводниками во взрослую жизнь. Это долгосрочные, серьезные отношения, на построение и развитие которых требуется немало времени. Но и та поддержка, которую в них получает ребенок, очень значительна для него.

Нам с вами по пути, если:

- у вас есть свободное время (много свободного времени!);

- у вас есть внутренние силы и желание серьезно и плодотворно помогать детям;

- вам важен результат;

- ну и, конечно, вы харизматичны, легкообщасмы, стрессоустойчивы и коммуникабельны.

Все занятия ведут психологи РОД «Петербургские родители» Кудряшова Мария и Дорофеева Татьяна Владимировна.

Записаться на обучение и задать все вопросы можно в теме:

vk.com/topic-51327795_32379874.

Принять участие:

28-30 АВГУСТА, Ленэкспо, школьный базар:
vk.com/topic-13580681_32300515.

30 АВГУСТА — фестиваль ростовых кукол.

9-11 СЕНТЯБРЯ — интерьерная выставка Design&Decor, ждем волонтеров: vk.com/topic-83538011_32201461.

15 СЕНТЯБРЯ с 12:00 до 20:00 наше движение проводит акцию в магазинах METRO cash&carry по сбору школьных принадлежностей к 1 сентября. В этот день любой покупатель сможет не только совершить

покупки для своей семьи, но и помочь детям! Просто приобретите что-либо из указанного в листовке, которую вам вручат на входе в магазин, и передайте волонтерам на выходе. Все собранные вещи поедут к детям, проживающим в детских домах и интернатах Санкт-Петербурга, а также в больницы города. Для проведения акции нам необходима помощь волонтеров.

Тема для записи:

vk.com/topic-13580681_32293123.

20 25 ОКТЯБРЯ, крафт-базар:

vk.com/topic-83538011_31074503.

Ждем вас на наших мероприятиях!



Фотограф: Анна Юмалова

ДЕТСКИЙ ПРАЗДНИК ОТ А ДО Я!

Детский день рождения — это непроходящая семейная традиция, которая сплавляет семью, помогает в воспитании детей, способствует их развитию и, конечно, позволяет найти настоящих друзей! Такие праздники помогают детям и родителям наслаждаться общением с родными и друзьями, дают возможность ребенку ощутить себя любимым и важным, а также проявить и показать свои способности, а родителям — окунуться в мир детства. Уже более пяти лет в группе компаний «Эрудит» существует детское ивент-агентство «Кураж», в арсенале которого более 14 невероятно оснащенных площадок, профессиональные талантливые артисты и шоу-коллективы, волшебное праздничное оборудование, самые вкусные и красивые дизайнерские сладости, а также множество фееричных идей и авторских программ

для проведения поистине незабываемого торжества!

В этой статье директор агентства делится простыми, но очень важными советами по подготовке к детскому дню рождения!

Самое важное — подготовка к празднику, она важна для осознания и ощущения самого праздника, его атмосферы! Чем интересней подготовка, тем с большим нетерпением ребенок ждет самого события и тем приятней его наступление. Кроме того, само ощущение и настроение праздника приходят как раз во время подготовки.

Начать подготовку нужно за две-три недели до торжества. Вопросы подготовки обсуждаются в семейном кругу, но малыш может поговорить и с друзьями, выяснить их пожелания. Инициатива и первенство в обсуждении должны при-

надлежать ребенку, а если это подготовка ко дню его рождения, то он должен понимать, что это праздник не только для него, но и для тех, кто его любит, что гости — это люди, которые не только приносят подарки и делают, что их попросят, но это прежде всего лучшие друзья и близкие люди, разделяющие с ним радость этого дня.

Пониманию этого нужно обязательно уделить некоторое время, иначе праздник будет испорчен или ребенок будет вести себя эгоистично, а гостям будет неуютно. Такой подход научит ребенка относиться к людям с любовью и уважением, научит его быть коммуникабельным и общительным, особенно если взрослые сами искренне покажут, что они рады гостям. Профессиональные артисты ивент-агентства «Кураж», имеющие огромный опыт работы с детьми, всегда следят за настроением детей во время самого события и, если что, вовремя готовы прийти на помощь и аккуратно направить ход событий в нужное русло.

Поговорите с ребенком о подарках, помогите ему научиться радоваться любому подарку и видеть в нем внимание и любовь к себе. Расспросив ребенка о том, что он хотел бы, чтобы ему подарили, можно обзвонить близких друзей и родственников, поделиться с ними желаниями ребенка.

Можно воспользоваться традиционным письмом деду Морозу, Волшебнице или другому персонажу. А когда ребенку подарят желаемое, хорошо бы отметить это словами: «Вот видишь, как тебя любят и понимают, даже угадали, что ты хотел». В сценарии наших анимационных программ по желанию родителей обычно включается блок и награждения призами и подарками всех маленьких гостей, пришедших поздравить именинника.

В обсуждение праздника должно входить следующее:

Бюджет. Сколько средств можно потратить на праздник (обсуждается родителями, ребенок



привлекается). Мы всегда четко проговариваем с родителями, что бы они хотели видеть на торжестве (фокусы, крио-шоу, батут, эксклюзивные угощения и т.д), и в зависимости от возможностей разрабатываем оптимальный сценарий. Если ребенок хочет много дорогих подарков, а вам это не по карману, постарайтесь заранее предупредить его, что это невозможно. Учите его получать удовольствие не от денег, а от творчества. Активно привлекайте ребенка в процесс подготовки праздника.

Время и дата проведения, длительность праздника. Важно заранее в обсуждении с ребенком ограничить время, так как очень длинный вечер утомляет детей и родителей, провоцирует ссоры и капризы. Сценарный тайминг всегда зависит от возраста детей.

Список приглашенных. Ребенок, и это естественно, хочет пригласить очень много гостей. Дайте ему высказаться, потом скорректируйте список. Наши площадки сети клубов «Эрудит» предоставляют прекрасные возможности для приглашения и большого количества гостей, как детей, так и взрослых. Продуманное зонирование позволяет разделить взрослые и дет-

ские компании таким образом, что у каждого своя зона игры и общения, но детки все равно находятся в поле зрения мам и пап!

Оформление приглашений. В какой форме сделать приглашение: позвонить и вежливо пригласить, сделать необычные приглашения в виде открыток или чего-то еще — зависит от темы вечера. Приглашения могут быть в виде купленных или самодельных открыток разных форм и размеров!

В современном мире давно появилась традиция проведения детских дней рождений вне дома, такой подход позволяет сэкономить время и силы и порадовать себя и гостей беспрецедентными шоу-программами. «Эрудит» и «Жураж» позволяют провести незабываемое торжество в семейной уютной атмосфере, в наших клубах и детки, и родители чувствуют себя комфортно, как дома, а внушительная

площадь наших залов дает возможность проведения разнообразных шоу, мастер-классов и даже пригласить дрессированных животных. В последнее время огромной популярностью пользуется мастер-класс по мини-футболу от настоящих футбольных тренеров, но самое потрясающее — эта динамичная, веселая программа рассчитана на деток от двух лет! А дрессированные мини-пиги, костюмированное шоу собачек, иллюзион-шоу или бумажное шоу приведут в восторг и взрослую аудиторию. Все вопросы по организации детских и взрослых мегафееричных событий вы можете задать по телефонам (812) 642-66-15 и 448-47-77! Наши индивидуальные консультанты предложат готовые решения по сценарию мероприятия и помогут с подбором оптимальной площадки! С любовью (как для себя) мы создаем большие события для маленьких друзей!





ВЫСТАВКА-ПРОДАЖА И ПРОГРАММА СЕМИНАРОВ

ДЛЯ ПОЛНОЦЕННОЙ ПОДГОТОВКИ К НОВОМУ УЧЕБНОМУ ГОДУ

ПРИ ПОДДЕРЖКЕ



КОМИТЕТА ПО ОБРАЗОВАНИЮ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТА ПО ТРУДУ И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ОТДЕЛА ОБРАЗОВАНИЯ ПЕТРОГРАДСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ПРИ СОТРУДНИЧЕСТВЕ С ОТДЕЛОМ ОБРАЗОВАНИЯ ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

УНИКАЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС СОБЫТИЙ В ПРЕДДВЕРИИ УЧЕБНОГО ГОДА:

- ВЫСТАВКА-ПРОДАЖА ТОВАРОВ И УСЛУГ
- КОНСУЛЬТАЦИИ, ТЕСТЫ, СЕМИНАРЫ, ТЕМАТИЧЕСКИЕ КРУГЛЫЕ СТОЛЫ И ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И УЧИТЕЛЕЙ, КАСАЮЩИЕСЯ ВОПРОСОВ ВОСПИТАНИЯ И ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ
- ЗОНА МАСТЕР-КЛАССОВ ДЛЯ ДЕТЕЙ И МОРЕ ОСОБЕННЫХ СОБЫТИЙ



МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ: ЭКСПОЦЕНТР ЛАХТА
В ГАРДЕН СИТИ, ЛАХТИНСКИЙ ПР. Д.85В

БЕСПЛАТНЫЙ ТРАНСФЕР ОТ М. СТАРАЯ ДЕРЕВНЯ



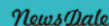
ПАРТНЕРЫ ВЫСТАВКИ



МЕЖОТРАСЛЕВОЙ
ЦЕНТР КАДРОВОГО
ПРОЕКТИРОВАНИЯ



ИНФОРМАЦИОННЫЕ ПАРТНЕРЫ



ДЕТСКИЙ САД «ЭРУДИТ» В ПЕТЕРГОФЕ

Елена Анатольевна
Ушакова, управляющая
детским садом «Эрудит»
в Петергофе



Отдавая ребенка в детский сад, родители всегда выбирают лучшее. А если выбор встает между детским садом в городе и за городом? В городе удобно, так как, возможно, ваш сад в соседней парадной или соседнем дворе. Не придется тратить время на дорогу и вся необходимая инфраструктура и транспорт удобны, комфортны. После проведенного в детском саду дня можно с малышом за ручку сходить и в булочную, и в магазин, и на дополнительные занятия, и вечером провести больше времени всей семьей. А какие же преимущества у загородного детского сада? Для каждого родителя на первом месте здоровье ребенка, а что может быть полезнее чистого воздуха? В XXI веке остро стоит вопрос о загрязнении экологии, и, приведя ребенка в детский сад, где в окрестностях нет промышленности, мусороперерабатывающих заводов, хотя бы внутри дворовой парковки, где газуют

утром машины, а малыши, идя в сад, всем этим дышат, в первую очередь родители дают детям возможность расти здоровыми.

Благодаря комфортной оборудованной огороженной собственной территории наши детки дольше гуляют в теплое время года, несмотря на частые ветра и дожди этого лета. В нашем загородном детском саду чудесная беседка, в которой мы прячемся от жаркого солнышка, появляется возможность отвлекаться от активных спортивных забав, чтоб почитать художественную литературу, импровизируем театрализации, которые сплачивают детский коллектив, а также лепим из пластилина, рисуем красками, поем песни и слушаем музыку. А еще у нас есть плодово-ягодный сад, из даров которого мы пьем компоты.

Нередко в загородных коттеджах есть бассейны, и наш коттедж не исключение. В летний период мы укрепляем здоровье сбалансированным питанием, длительными прогулками на свежем чистом воздухе. Детки запасаются так необходимым витамином D, а зимой продолжаем укреплять здоровье занятиями в бассейне. Благодаря этому у нас стабильная посещаемость.





Ксения Сергеевна
Кузьмина, воспитатель
старшей группы детского
сада «Эрудит» в Петергофе



Быть воспитателем — это не просто работа или труд, это призвание. Воспитатель от Бога — это человек по-настоящему любящий детей, желающий преподнести своим воспитанникам как можно больше интересных и необходимых для жизни знаний. В своей профессии я нахожусь пятый год. Кто-то скажет, что это много, а кто-то — капля в море. Однако я считаю, что эти годы, безусловно, дали огромный опыт. Воспитатель должен постоянно совершенствоваться, находить интересные подходы к занятиям. Для каждого занятия необходимо сочинять и вживаться в сказочные истории с различными персонажами, чтобы знания пре-

подписались не сухими уроками, как в школе, а в игровой форме. Так дети лучше запоминают информацию и с интересом участвуют в работе.

В пополнении знаний воспитателя о новых играх, заданиях и подходах в работе с детьми нам помогают семинары от нашего методиста. Так, к примеру, можно отметить семинар на тему развивающих игр. Они очень занимательные и полезные для развития воображения, мышления, внимания, логических и математических способностей детей. После таких семинаров можно смело практиковать новые методы в своих ежедневных занятиях.

В нашей старшей группе проводятся занятия интеллектуального блока, такие как элементарные математические знания, грамматика, представления об окружающем мире. В творческую мастерскую входят рисование, лепка и аппликация. Знакомимся с детскими писателями, литературными произведениями, учим



стихотворения. Мы используем в работе дошкольные прописи, что позволяет деткам подготовить руку к письму в дальнейшем.

Детки старшей группы разновозрастные. Благодаря небольшому составу групп мы легко делим деток на подгруппы и занимаемся в соответствии с возрастом. Есть также возможность заниматься индивидуально, что позволяет наладить контакт с каждым ребенком.

Наш детский сад находится в загородном доме в Петергофе. Петергоф совсем недалеко от города, однако сразу чувствуются близость к природе и чистота воздуха. Особенно это важно в летний период. На улице хорошая погода и светит солнце, такое время нельзя пропускать, сидя в помещении. Наше расположение позволяет деткам большую часть времени проводить на улице в играх и занятиях. На случай дождя над большей частью площадки установлен навес, что позволяет деткам дышать свежим воздухом в любую погоду.

В летний период активно практикуются кружковые занятия на улице. Все садятся за столики и творят или рассуждают на разные темы. Во дворе у нас находится фруктовый сад. Что может быть интереснее, чем наблюдать, как цве-

тут яблони, зреют ягоды на кустах смородины и крыжовника, самим собирать урожай и варить вкусный компот!

В зимнее время пребывание в загородном доме также имеет много преимуществ. Детки могут видеть целые поля снега, настоящие сугробы. Весело учиться катать снежки и строить крепости, лепить снежных баб. К Новому году можно украшать территорию детского сада своими поделками.

На нашей территории дети также приучаются к поведению на улице и заботе об участке:

- спускаться по лестнице пешком;
- не толкать идущих рядом;
- не разбрасывать игрушки по площадке;
- соблюдать чистоту на площадке, под навесом;

« При выборе детского сада мы ориентировались на несколько параметров:

- персонал;
- оснащение;
- территория;
- расположение;
- возраст, с которого ребенок может посещать сад.

Детский сад "Эрудит" отвечал всем требованиям: профессиональный, внимательный персонал, который относится к ребенку, как к родному; отдельное здание с прекрасным оснащением: есть спальни, музыкальный зал, игровые, столовая, комнаты для занятий; много развивающих игр, пособий, игрушек; большая зеленая территория с хорошо оснащенной детской и спортивной площадкой.

- не высыпать песок из песочницы;
- подметать пол беседки от песка и т.д.

Вся работа нашего коллектива вносит большой вклад в развитие воспитанников детского сада. Очень важно и приятно получать обратную связь, наблюдать за тем, как те знания, навыки, которые даем мы, воспитатели и педагоги, нашим детям, не пропадают, а проявляются в поведении и работах деток, видеть, как за год дети растут и развиваются. Однажды один мальчик четырех лет в ответ на вопрос на занятии ответил так: «Я не запомнил! Я ведь еще не совсем умный». Моя работа, мое призвание доставляет мне большую радость, заряжает энергией и дает возможность почувствовать себя с детьми на одной волне.



ми, большая открытая веранда с защитой от дождя, снега и ветра, где дети могут играть в непогоду, и территория отлично освещена, поэтому у детей две прогулки ежедневно; детский сад расположен в экологически чистом, зеленом месте, вдали от дорог; детей берут в садик от года до полутора лет; есть две группы: младшая и старшая, у каждой свой воспитатель.

Наш младший сын ходит в "Эрудит" с сентября 2014 года, на момент поступления ему было чуть больше года и трех месяцев. Конечно, мы опасались, как он адаптируется, но все прошло замечательно. Уже через три дня сын находился в саду полный день. Почти каждый день приносит из сада рисунок или поделку. В конце осени был первый музыкальный праздник, посвященный осени. Мы были поражены увиденным, малыши за короткое время освоили танцевальные движения, играли на простых музыкальных инструментах. Во всем был виден огромный профессионализм музыкального педагога и всех сотрудников. Ребенок очень быстро научился сам одеваться и проситься на горшок. За весь год почти не болел.

Еще хочется отметить спектакли для детей. Практически каждый месяц к детям приезжают артисты и показывают сказки. Летом в сад стал ходить паш второй сын, ему почти четыре года. Сначала у него плохо получалось делать что-то своими руками (в предыдущем саду почти не было занятий по рисованию и лепке), но уже через неделю у него стало получаться, и он очень гордится своими достижениями. Сын также очень хвалит еду в "Эрудите", говорит, что каждый день просит добавку. Поэтому отдельная благодарность повару и помощнику воспитателя.

Наша семья очень рада, что дети посещают этот сад, это счастье, когда дети с удовольствием каждое утро едут в "Эрудит". Еще раз большое спасибо всему коллективу» .

семья Новиковых



Наталья Ивановна
Зеленина, воспитатель
младшей группы детского
сада «Эрудит» в Петергофе



Ранний возраст ребенка — это чрезвычайно ответственный период в развитии человека, когда происходит закладка фундамента его личности. Развитие — это не только новые приобретения, но и закрепление ранее достигнутого. В этом плане особое значение имеет вид деятельности ребенка на данном возрастном этапе становления личности. Основа становления личности ребенка до трех лет — предметно-игровая среда. Поэтому с детьми в нашем детском саду проводятся игры — занятия, в которых усвоение какого-либо материала протекает незаметно для малышей, в практической деятельности.

«Главное — расширить для ребенка мир, помочь ему реализовать его сегодняшние возможности и создать условия для развития завтрашних», — подчеркивает В. Аламовская в книге «Если — это серьезно».

Таким образом, то, в каком направлении пойдет развитие ребенка, зависит от нас, взрослых. В растущем человеке в первую очередь надо видеть личность с собственными формирующимися взглядами. Поэтому передо мной как воспитателем деток до трех лет стоят задачи:

- обеспечивать эмоционально комфортную, благоприятную обстановку в группе, основанную на любви, терпении, понимании;
- окружить детей душевным теплом, заботой, ответственностью;
- дать малышам духовную пищу, открыть мир музыкальных звуков, красок, цветов;
- утолять жажду в познании всего вокруг, признавая важность прикосновения к вещам, стремления сделать что-то самим.

« Мы живем в Ломоносове и поэтому выбрали сад в Петергофе. Ребенок посещает его уже второй год, он очень любит свою воспитательницу, ходит с удовольствием на музыкальные занятия, а домой ежедневно приносит разные поделки и рисунки, которые дарит мне. Персонал очень отзывчивый и внимательный, все постоянно занято с детьми, дети никогда не сидят без дела. Даня не всех подпускает к себе, он достаточно осторожный, но наши воспитатели нашли к нему подход, в чем помог и местный психолог. Сад находится за городом, вдалеке от шумных дорог, ведь свежий воздух всем полезен и район достаточно спокойный. А еще сад работает все лето, и это большой плюс. Единственное, хотелось бы, чтобы в хорошую погоду дети гуляли подольше, и занятия на улице можно проводить » .



Ксения Владимировна
Балакерова

www.fcity.ru
vk.com/clubfun_city

FunCity

город развлечений

ОТКРЫЛСЯ НОВЫЙ ПАРК АТТРАКЦИОНОВ В ТРК «ПИК»

КАРУСЕЛИ

**ШКОЛЬНЫЕ
ВЫПУСКНЫЕ**

**ДНИ
РОЖДЕНИЯ**

**ИГРОВЫЕ
АВТОМАТЫ**

АТТРАКЦИОНЫ

ВИДЕОСИМУЛЯТОРЫ

ИГРОВОЕ ПРОСТРАНСТВО ДЛЯ САМЫХ МАЛЕНЬКИХ

New



СЕННАЯ
ПЛОЩАДЬ

ТРК «ПИК»

8-921-583-93-95



ПРОСПЕКТ
ПРОСВЕЩЕНИЯ

ТРК «Гранд Каньон»

8-921-865-37-18



КОМЕНДАНТСКИЙ
ПРОСПЕКТ

ТРК «Атмосфера»

8-921-993-23-06



ЗВЕЗДНАЯ

ТРК «Континент»

8-921-186-42-32

Г. КОЛПИНО

ТРК «ОКА»

8-921-959-84-88



ПОСЛЕ КАНИКУЛ КАК НЕ ЗАБЫТЬ О САМОМ ГЛАВНОМ

**ПОДГОТОВКА К НОВОМУ УЧЕБНОМУ ГОДУ
— ДЛЯ КОГО-ТО УЖЕ СТРЕСС. А ТУТ ЕЩЕ
ВАШ РЕБЕНОК ЖАЛУЕТСЯ НА БОЛЬ
И ДИСКОМФОРТ ВО РТУ...**

Практика показывает, что именно после каникул у детей появляются жалобы на кровоточивость десен и чувствительность зубов, а иногда даже и боли. Эта ситуация объяснима: в летний период, когда ребенок находится у бабушки или в лагере, родители не могут наблюдать за гигиеной полости его рта. Зачастую дети чистят зубы недостаточно качественно, а иногда и вовсе про это забывают. Кроме того, зубы наиболее активно растут в летнее время, поэтому возможны изменения в прикусе.

Необходимо понимать, что в школьной суете важно не упустить главного. Зубы — значимая часть общего качества жизни ребенка и его здоровья. Вот почему подготовку к новому учебному году необходимо начинать с диспансеризации.

На осмотре после летних каникул:

- при благоприятной ситуации в полости рта детский стоматолог назначит время следующего визита (как правило, через 4-6 месяцев);
- при кариозном поражении врач наблюдает и лечит ребенка.

Важно помнить: все процессы в растущем организме развиваются быстрее, именно поэтому ребенок должен посещать стоматолога чаще, чем взрослый.

Как подготовить ребенка
к визиту в клинику.
Советы психолога

1 Приведите ребенка к стоматологу,
пока его зубы здоровы.

Если ребенок с ранних лет приходит в клинику на регулярные осмотры, посещает гигиениста, у него накапливаются только положительные впечатления.

2 Не обманывайте ребенка.

Сколько взрослых мучительно вспоминают истории, когда родители «вели гулять» или «в зоопарк», а приводили — к врачу. Общали, что ничего не будут делать, а делали... Так что же говорить? «Доктор посмотрит твои зубки, а ты посмотришь мультфильм».

3 Тщательно выбирайте
клинику и доктора.

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



Кислородно-азотная седация.
Теперь и в клинике «Вероника»
в Купчино!

На протяжении нескольких лет в детской стоматологической клинике «Вероника» на ул. Савушкина, д. 12а проводится лечение с применением кислородно-азотной седации. А летом 2015 года эта услуга стала доступна и в клинике «Вероника» в Купчино!

Преимущества седации:

- для ребенка — возможность успокоиться настолько, что лечение зубов будет ассоциироваться у него только с позитивными эмоциями (во время лечения ребенок остается в полном сознании);
- для врача — возможность выполнить свою работу более быстро и качественно;
- для родителя — спокойствие и уверенность в том, что ребенок будет ходить к стоматологу с удовольствием.

Подробнее о седации — www.veronica.ru

Давайте дружить!
Детские стоматологические
клиники «Вероника» «Вконтакте»:
vk.com/detskaya_stomatologia_veronica

Скидка 10%

Не распространяется
на ортодонтию, лечение
в медикаментозном сне
и седацию

Срок действия — 30.11.2015
Журнал Эрудит

**Бесплатная
консультация**
с составлением
плана лечения

Срок действия — 30.11.2015
Журнал Эрудит

**Стартовый
капитал**

Эквивалент 4-м наклейкам
буклета Программы лояльности,
которые выдаются после первого
оплаченного визита в клинику

Срок действия — 30.11.2015
Журнал Эрудит



Детские стоматологические клиники «Вероника»

- ул. Савушкина, 12А
- В.О., 7-я линия, 62
- ул. О.Дундича, 17, к.1
- ул. Савушкина, 14
- +7(812) 777-77-09
- veronica.ru



Омега-3

ДЛЯ БУДУЩЕЙ МАМЫ

Знаете ли вы, что сегодня мы получаем в 20 раз меньше жирных кислот омега-3, чем наши далекие предки? Сложно представить, как сильно изменился наш рацион, а причиной 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 жирные кислоты омега-3 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 комплексов омега-3.

Во время беременности организм будущей мамы ежедневно теряет как минимум удвоенную суточную норму жирных кислот омега-3. 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 жирных кислот омега-3 может привести к преждевременным родам и увеличивает риск выкидыша.

Во-вторых, эти кислоты помогают избежать осложнений при беременности. Когда организм испытывает недостаток этих полезных 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 невынашива-

ния беременности. Кислоты омега-3 делают кровь более текучей, благодаря этому снижается артериальное давление.

В-третьих, жиры 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 зубки.

В-пятых, эти жирные кислоты благотворно влияют на иммунитет, что очень важно для будущей мамы и малыша в любое время года, особенно зимой, ведь никто не хочет заболеть во время беременности.

Не менее важны жирные кислоты омега-3 для развития организма будущего малыша. Большое количество омега-3 требуется для формирования клеток мозга и построения нервной системы, эти 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 жиры омега-3 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 жирных кислотах омега-3 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.

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

Из серии представленных в аптеках препаратов омега-3 особого внимания заслуживает **Норвесол**. На данный момент 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

СОВЕТЫ ВРАЧЕЙ ДЕТСКОГО МЕДИЦИНСКОГО ЦЕНТРА «РОДНИК»! ГОТОВИМСЯ К НОВОМУ УЧЕБНОМУ ГОДУ!

Лето пролетело стремительно, и вот уже начинается новый учебный год. Кто-то пойдет в первый класс, а кто-то еще ходит в детский сад. Врачи детского медицинского центра «Родник» дают советы, как во время интенсивного учебного года правильно следить за здоровьем детей!

*Алина Романовна
Карпова, педиатр*

КАК ЛЕЧИТЬ КАШЕЛЬ?



Кашель — это, пожалуй, самая частая проблема, с которой встречаются родители. А частая причина кашля — вирусная инфекция. Вирусы могут вызывать поражение дыхательных путей на разных уровнях — от носа (при обычном насморке) до бронхов, бронхиол и легких, причем кашель — обычный симптом при всех этих болезнях. В отличие от вирусного бронхита пневмония чаще вызывается бактериями и, помимо кашля и одышки, сопровождается лихорадкой.

Если кашель сопровождается отделением мокроты (влажный продуктивный кашель), для облегчения откашливания нужно стимулировать выделение мокроты. Давайте ребенку больше пить (например, можно давать яблочный сок или теплый куриный бульон, если разрешено по возрасту и если нет аллергии на эти продукты). Если воздух в детской спальне су-



хой, установите увлажнитель воздуха, делайте чаще влажную уборку, проветривайте помещение каждый час по 10 минут. Обязательно следите за температурой в помещениях, оптимальной считается температура 18-20 градусов.

Бороться с непродуктивным (сухим) кашлем можно, уменьшая раздражение верхних дыхательных путей. Чтобы смягчить кашель и успокоить дыхательные пути, давайте ребенку попить воды или яблочного сока, это помогает и при приступе кашля. Избегайте давать газированные напитки или напитки из цитрусовых, так как они могут вызвать раздражение воспаленных слизистых оболочек. Если ребенок переносит мед, попробуйте давать его. Детям старше шести лет можно рассасывать леденцы от кашля. Если кашель мешает спать, ходить в детский сад и школу, обратитесь к врачу, он назначит противокашлевое средство.

Лекарственные средства, такие как антибиотики и ингаляции с бронхорасширяющими, противовоспалительными и муколитическими препаратами, назначаются только врачом и требуются далеко не в каждом случае!

*Ольга Валентиновна
Величко, невролог*

**СИНДРОМ ХРОНИЧЕСКОЙ
УСТАЛОСТИ РОДИТЕЛИ
МОГУТ ПРИНЯТЬ ЗА ЛЕНЬ,
НО НА САМОМ ДЕЛЕ ЭТО
ЗАЩИТНАЯ РЕАКЦИЯ
ОРГАНИЗМА**



Не секрет, что нагрузка у дошкольника и школьника растет год от года. Изменяется школьная программа, меняются требования для поступления в первый класс. В результате дети испытывают колоссальную психоэмоциональную нагрузку.

Конечно, родители не могут повлиять на школьную программу. Но любой родитель может посчитать, сколько у ребенка в сутки уходит на сон, сколько — на занятия и прогулки, и на основании этого скорректировать его нагрузку. Оптимальная продолжительность ночного сна для младшего школьника — 9,5-10 часов в сутки. Общая продолжительность занятий вместе с приготовлением домашних заданий сейчас у детей очень большая — около 10 часов. Поэтому в оставшиеся четыре часа родители просто обязаны обеспечить ребенку прогулку на свежем воздухе и эмоциональную разгрузку. Сон, режим и прогулки — это три главных фактора в борьбе с детской усталостью и плохим настроением. Если же у ребенка уже есть серьезные изменения в состоянии здоровья — появились головные боли, бессонница, у него повышается артериальное давление, беспокоит учащенное сердцебиение, то здесь один путь — к врачу.



*Татьяна Валентиновна
Васильева, ортопед*
НАРУШЕНИЕ ОСАНКИ

Родители и сотрудники дошкольных и школьных учреждений должны постоянно следить за формированием осанки у детей, строго контролировать позу детей при сидении, стоянии, ходьбе. Важное значение имеют регулярные прогулки, массаж, гимнастика, подбор мебели для занятий в соответствии с длиной тела, правильная организация места для сна!

Отчетливо ухудшают осанку, особенно у детей со слабой мускулатурой, привычки стоять подолгу на одной ноге; читать лежа на боку или лежа на спине, подложив под голову большую подушку, носить в одной и той же руке тяжести (портфель, туго набитый книгами), носить по модному сумку через плечо или под мышкой.

Отрицательно действует на формирование осанки катание на велосипеде в согнутом положении или на самокате (из-за отталкивания все время одной ногой).

Врачи детского медицинского центра «Родник» желают вашим детям успехов в учебе и здоровье! Приглашаем вас в наш центр на массаж и лечебную гимнастику!

www.rodnikmed.ru | vk.com/club68521828
(812) 336-63-06, ул. Учительская, д. 18, корп. 3,
м. Гражданский проспект



СЕРИЯ «ЛЕС ДРУЖБЫ. ВОЛШЕБНЫЕ ИСТОРИИ О ЗВЕРЯТАХ»

ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-9 ЛЕТ

Дейзи Медоус – автор более ста книг для детей, среди которых серия Rainbow Magic – всемирный бестселлер о приключениях фей. Представим вашему вниманию ее новый проект! Лили и Джесс – лучшие подруги, они обожают животных и даже помогают в ветклинике. Однажды девочки знакомятся с необычной кошкой Голди, которая привела их в волшебное место – Лес дружбы, где все животные умеют разговаривать. С этого дня приключения следуют одно за другим! Милые пушистые друзья из волшебного леса не оставят равнодушными ни маленьких читателей, ни родителей. К тому же эти животные умеют разговаривать! Помимо новых друзей, девочкам придется еще столкнуться с вредными троллями, которые своими проделками норовят испортить жизнь обитателей леса. Но дружба девочек и зверей поможет преодолеть любые трудности!

Характеристики книг:

небольшой формат (12,5х20,5 см, 128 стр.),

твердый переплет (обложка с элементами лакировки и глиттера),

качественная белая офсетная бумага, крупный шрифт, черно-белые иллюстрации.



**КОТЁНОК БЕЛЛА,
ИЛИ ЛЮБОПЫТНЫЙ НОСИК**

Лили и Джесс подружились с котёнком Беллой Когтилло, которая мечтает стать знаменитой исследовательницей. А пока жажда приключений привела Беллу в таинственное подземелье, где по стенам мечутся тени и разносится зловещий хохот. Лили и Джесс поспешили на выручку котенку — но сначала надо найти вход в подземелье...

**МЫШОНОК МОЛЛИ,
ИЛИ ЯРМАРКА ЧУДЕС**

На Ярмарке чудес — прекрасном и веселом празднике — Лили и Джесс познакомились с мышкой Молли. Молли стремится всем помогать и приходит на помощь даже вредным троллям. Но благодарность им неведома, и теперь, чтобы спасти Молли, подружки должны повернуть реку вспять и собрать сокровища...

**УТЁНОК ЭЛЛИ,
ИЛИ УКРАДЕННЫЙ ПРАЗДНИК**

Маленькая уточка Элли О'Клюв пригласила Лили и Джесс на свой день рождения! Но гадкие тролли украли баржу, на которой должен был проходить праздник, а вместе с баржей — именинницу. Теперь, чтобы вызволить Элли, подружки должны пройти через таинственный лабиринт...

**КРОЛЬЧОНОК ЛЮСИ,
ИЛИ ВОЛШЕБНАЯ ВСТРЕЧА**

Первой, кого встретили Лили и Джесс, оказалась Люси Длинноус, любопытный крольчонок. Но внезапно, прямо на глазах у девочек, Люси похитили злые тролли! Что же делать? Джесс и Лили пускаются в погоню, но троллей и след простыл. Помочь подружкам может только мудрый филин...



КАК ПОДГОТОВИТЬ РЕБЕНКА К ШКОЛЕ

СОВЕТЫ ОТ ОЛЬГИ УЗОРОВОЙ

Родитель, помни! Ребенок ничего тебе не должен. Единственное, что может заставить его учиться, — живой интерес к предмету обучения. Ищите нужную «козу», на которой можно беспрепятственно подыхать к уму и сердцу своего дошкольника!

У разных детей разные «точки входа» информации: одни лучше усваивают материал, просматривая картинки, других картинки в книге отвлекают, третьи вообще предпочитают только карточки. Покупая литературу для подготовки в школе, ищите то, что подойдет именно вашему ребенку.

Удалось заинтересовать ребенка? Отлично! Следующая задача — отнять у него обучающую книжку раньше, чем она ему наскучит. Не забывайте: чем младше ребенок, тем быстрее он переключается с одного занятия на другое.

Лучший помощник будущего школьника — четко выстроенный режим. Подготовительные занятия с дошкольником также должны носить организованный характер. Заниматься лучше ежедневно по несколько минут, чем раз в неделю по полчаса, ведь неделя для малыша — это целая вечность!

Мальчики и девочки — это два разных мира, и подход к их обучению тоже разный. Девочки более старательны и чаще работают за похвалу. Мальчикам же нужна конкретная мотивация на результат: если ты будешь хорошо учиться, то станешь умным, сильным, умелым, как папа, как Бэтмен, как водитель большого КамАЗа.

Обучать ребенка чтению с планшета нежелательно: для последовательного усвоения информации детскому мозгу жизненно необхо-



дима синхронизация с моторикой пальцев рук. Малышу важно водить пальчиком по строчкам, запоминая последовательность букв и направления чтения.

Чтобы выучить букву, надо ее несколько раз повторить. У логопедов старой советской школы есть такой прием: чтобы буква запомнилась, надо каждому пальчику рассказать, что это за буква. Вот уже десять повторений плюс развитие мелкой моторики. Можно пойти дальше и предложить ребенку пофантазировать, как эту букву сказала бы корова, мышка, кошка.

Знать буквы и уметь читать — это два разных умения, между которыми пролегает огромная пропасть. Как ее преодолеть? Начать читать слова и предложения уже с двух лет, когда буквы еще не успели надоест малышу. Секрет прост: это должны быть слова, которые состоят из одной, максимум двух букв. Девочка упала и плачет: «Ааа!» Это уже не просто буква, а ситуация, которую можно прочитать.

Для будущего первоклассника важно выбирать не школу, а учителя. Маленькие дети учатся не

для того, чтобы получить хороший аттестат, а для того, чтобы не расстроить своего первого учителя — человека, который становится им почти родным. Нашли педагога, который вызвал у ребенка симпатию? Прекрасно — теперь записывайтесь к нему на подготовительные занятия.

В заключение хотелось бы сказать о самом главном. Ваш залог успеха — безусловная любовь и полное принятие своего ребенка. И в те моменты, когда у него все получается, и в те, когда не получается ровным счетом ничего. Помните о том, что у каждого свой темп, любите своих детей любими, и все у них обязательно получится.

Удачи вам, дорогие родители!

Ваша Ольга Узорова, профессиональный педагог с 25-летним стажем, автор более 700 подготовительных пособий для дошкольников и учащихся младших классов



«ВКонтакте» и «Рекорд» сделали первый в истории «Фестиваль "ВКонтакте"»!

18 и 19 июля в парке 300-летия Санкт-Петербурга

десятки тысяч людей стали свидетелями события, не имеющего аналогов по своим масштабам и насыщенности программы: 15 тематических зон, 50 артистов на трех сценах и более 300 интерактивных точек на карте фестиваля.

На музыкальных сценах звучала совершенно разная музыка! Группа «Звери», Uma2man и «Би-2» дали рока, «Каста», Макс Корж и L'One качали, а диджеи «Рекорда» два дня без остановки устраивали пляжные вечеринки. Холм у «Белой сцены» был полностью усеян людьми во время выступлений Tesla Boy, Ромпреа и Дельфина.

Хочется отметить замечательных спикеров фестиваля. На площадке «Еда» своему мастерству публику обучали именитые рестораторы и шефы. В «Лектории» Эвелина Хромченко рассказала о том, что главный мужской тренд сезона — бороды, Владимир Довгань поделился бизнес-секретами, а Михаил Пиотровский рассказал о новых экспозициях Эрмитажа. ЕеOneGuy, Катя Клэп и другие видеоблогеры собрали вокруг себя толпы фанатов, которые преследовали их по парку. Некоторых блогеров даже пришлось «спасать».





КЛУБ «Э»



Отдых

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



Детские сады

- Полный день
- Неполный день
- Четырехразовое питание
- Группы до 10 человек



Развивающие клубы

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



Медицинский центр

- Консультация специалистов
- Лабораторные исследования
- Остеопатия

Наши адреса

Санкт-Петербург

Командантский пр., 8, к. 1 ● ● ● ● ●

Светлановский пр., 70, к. 1 ● ● ● ● ●

Коммуны ул., 61 ● ● ● ● ●

Косыгина ул., 33, к. 1 ● ● ● ● ●

Солдата Корзуна ул., 4 ● ● ● ● ●

Капитанская ул., 4 ● ● ● ● ●

Энтузиастов пр., 39а ● ● ● ● ●

Тамбасова ул., 23 ● ● ● ● ●

Учительская ул., 18, корп. 3 ● ● ● ● ●

Байконурская ул., 13/2 ● ● ● ● ●

Просвещения пр., 53 ● ● ● ● ●

Приморский пр., 137, к. 2 ● ● ● ● ●

Стачек пр., 170 ● ● ● ● ●

Непокоренных пр., 10 ● ● ● ● ●

Авиаконструкторов пр., 28, лит.А ● ● ● ● ●

РУДИТ»



Бассейн

- Занятия для детей с трех месяцев до трех лет с инструктором
- Бассейн для беременных

Бонус!

Запишись в бассейн, назови кодовую фразу «Журнал «Эрудит» — получи бесплатное пробное занятие в подарок

* Подробности по телефону 448-68-88



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



Сделай Instagram с пометкой местоположения — получи бесплатное занятие по дыханию



За чекин подарок — мини-набор от компании Vubchen



Вступи в группу клуба www.vk.com/rodnikclub1 и получи скидку на полный курс 500 рублей

www.eruditclub.ru ● (812) 448-4777;
www.rodnikclub.ru ● (812) 448-6888;
www.rodnikmed.ru ● (812) 336-6306

Варшавская ул., 5А ●
Чкаловский пр., 12/20 ●
Красутиловская ул., 39А ●
Ленская ул., 4 ●

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

Петергоф
1-й Проезд, 7 ● ● ● ●

Пушкин
Тярлево, ул. Садовая, 2 ● ● ● ●



Александр 2 года

Саша – эмоциональный, ранимый, пугливый мальчик. Ему очень важно быть в хорошо знакомой предсказуемой обстановке, с хорошо знакомыми предсказуемыми людьми. Незнакомые люди и неизвестная обстановка Сашу очень путают, он ищет помощи и поддержки у знакомых взрослых людей, со стороны похоже, что мальчик готов влезть внутрь человека, чтобы спрятаться – так ему страшно. Но воспитатели говорят, что Саша улыбочивый, очень ласковый мальчик, готов целые дни проводить на руках воспитателя. Саша самостоятельно ходит, учится самостоятельно кушать, лепечет. Саше очень нужна семья, где он почувствует себя нужным и любимым.

**Хотите взять ребенка в семью?
Звоните (812) 576-26-31!**

Фотовыставка «Дети ждут» — совместный проект Комитета по социальной политике Санкт-Петербурга, Уполномоченного по правам ребенка в Санкт-Петербурге, Благотворительного фонда «Дети ждут» и Благотворительного фонда «Азбука Надежды». Проект направлен на привлечение внимания общественности к вопросам усыновления и вовлечение гражданского общества в обеспечение права ребенка жить и воспитываться в семье.



Александр 3 года

Очень обаятельный, смешливый малыш. Когда Саша хохочет, это никого не оставляет равнодушным. Очень любит ласку. Саша очень любопытный, он очень и очень старается научиться всему новому. Саша неплохо говорит, соотносит размеры и формы, знает основные цвета, знает животных и как они говорят и вполне самостоятельный. Саша добрый, отзывчивый мальчик, легко идет на контакт со взрослыми и ладит с детьми. Может и постоять за себя: если у Саши отберут игрушку, он, конечно, громко огорчится и... отберет игрушку обратно. Сашеньке очень нужны любящие и терпеливые родители.

**Хотите взять ребенка в семью?
Звоните (812) 576-26-31!**

Фотовыставка «Дети ждут» — совместный проект Комитета по социальной политике Санкт-Петербурга, Уполномоченного по правам ребенка в Санкт-Петербурге, Благотворительного фонда «Дети ждут» и Благотворительного фонда «Азбука Надежды». Проект направлен на привлечение внимания общественности к вопросам усыновления и вовлечение гражданского общества в обеспечение права ребенка жить и воспитываться в семье.



Азбука
надежды





Семинары для пар

Партнерские роды

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



Клуб для Будущих Родителей
Мы находимся в Вашем районе.

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

SPA&Wellness центр
SPASSO
курорт в городе

БАССЕЙН С МОРСКОЙ ВОДОЙ

Занятия для детей и беременных

- Обучение плаванию *(от 3,5 лет)*
- Детский аквадайвинг *(от 6 лет)*
- Аквааэробика для беременных



www.spasso-spb.ru
(812) 335-47-91