

# Эрудит

Журнал для родителей умных детей

SPB

№2 март 2012

**Будущая  
мама:  
ЧТО ВЗЯТЬ В  
РОДДОМ?**

**Выходные с детьми.  
ИНТЕРЕСНОЕ РЯДОМ**

**Афиша**  
детских спектаклей

**НЯНЯ** —  
**лучший друг**

**КОМИКС**  
для детей

**ВНУТРИ**  
стр. 74

**Эрудит клуб представляет:  
развивающие занятия**

**Логопед. Летний отдых в Болгарии**



**(812) 493 20 20**  
ЕДИНАЯ СПРАВОЧНАЯ СЛУЖБА

# 45%

**СКИДКА  
НА ЛЮБУЮ ПАРУ  
ДЕТСКОЙ ОБУВИ**



**RICHTER**

**В ОРТОПЕДИЧЕСКИХ САЛОНАХ  
ТЕРАПЕВТИКА**

- ✓ АНАТОМИЧЕСКИ ПРАВИЛЬНАЯ КОНСТРУКЦИЯ
- ✓ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НАТУРАЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ (КОЖА ИЛИ НУБУК)
- ✓ НАДЕЖНОЕ АВСТРИЙСКОЕ КАЧЕСТВО

СКИДКА НЕ СУММИРУЕТСЯ СО СКИДКОЙ ПО ДИСКОНТНОЙ КАРТЕ  
И СКИДКОЙ ПО ДРУГИМ АКЦИЯМ

СРОКИ АКЦИИ УТОЧНЯЙТЕ НА САЙТЕ

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



**ТЕРАПЕВТИКА**  
ортопедические салоны

# Эрудит SPB

Журнал для родителей умных детей

## №2 март 2012

Журнал зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций  
Свидетельство ПИ №ТУ78-00996 от 24 октября 2011 г.  
Учредитель и издатель журнала: ООО «Система» (197374, г. Санкт-Петербург, ул. Мебельная, д. 1, корп. 2)  
Адрес редакции: 197277, г. Санкт-Петербург, пр. Комендантский, д. 8, корп. 1  
Тираж: 20 000 экз.  
Отпечатано в типографии «Премиум-пресс» г. Санкт-Петербург, пр. Оптиков, д. 4

Главный редактор: Букурова Н.П.  
Перепечатка и любое воспроизведение материалов и иллюстраций журнала «Эрудит SPB» возможны лишь с письменного разрешения Учредителя.

На обложке:



Модель: Ксения Смирнова  
Фото, стиль: Ольга Галафеева  
Визаж: Ирина Михайловская

**Директор:**  
Мария Мардаровская

**Главный редактор:**  
Наталья Букурова

**Над номером работали:**  
Татьяна Букурова  
Виктория Чеботарева  
Ирина Третьякова  
Татьяна Махоткина  
Наталья Губина

**Директор сети клубов «Эрудит»:**  
Татьяна Ладыженская

**Дизайн:**  
Мария Мардаровская

**Фотографы:**  
Ольга Галафеева  
Мария Петрова  
Кристина Розова

**Художник:**  
Егор Колобов

**Автор комиксов:**  
Светлана Пирогова

**Автор стихов:**  
Татьяна Букурова

**Модели:**  
Ксения Смирнова  
Ксения Белякова  
Вероника Гущина  
Эмилия Бахланова  
Ксения Лысенко  
Алина Лунева  
Ариадна Чеботарева  
Дарья Бутрова  
Артем Коняшкин  
Иван Баллюзек  
Софья Чёрная  
Таисия Чекенёва

**Визажист:**  
Ирина Михайловская

**Одежда предоставлена:**  
Магазин французской одежды  
Jacadi, Невский пр. 117

**jacadi**  
PARIS

**Телефон редакции:**  
(812) 703-85-75

**Телефон отдела рекламы:**  
(812) 982-86-06

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



# ЦЕНТР МЕДИЦИНЫ ПЛОДА

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

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



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

Филиалы:

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



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



ГРУППА КОМПАНИЙ  
**MEDIKA**

*Диагностика  
экспертного класса  
стала доступной каждому!*

## ЦЕНТР УЗИ ДЕТЯМ

(УЗИ всех органов и сосудов для всей семьи. Эхокардиография, нейросонография, УЗИ тазобедренных суставов)  
пр. Энгельса, д. 117 тел. 919-85-89, 248-96-19

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

## ЦЕНТР ПЛАНИРОВАНИЯ СЕМЬИ

(гинеколог, уролог-андролог, маммолог, эндокринолог, диагностика и лечение бесплодия, ведение беременности, анализы)  
пр. Тореза, д. 72 тел. 919-82-39, 553-34-11

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

## КАРДИОЦЕНТР

(кардиолог, эхокардиография, стрессэхокардиография, УЗИ органов и сосудов, анализы)  
ул. Олеко Дундича 8/2 тел. 992-22-79, 366-48-03  
пр. Тореза, 72 тел. 944-31-94, 553-34-89

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

## ЦЕНТР ЛУЧЕВОЙ ДИАГНОСТИКИ

(компьютерная томография, УЗИ органов и сосудов, остеоденситометрия)  
пр. Тореза, 72 тел. 944-31-94, 553-34-89

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

## МНОГОПРОФИЛЬНАЯ КЛИНИКА

(акушер-гинеколог, онкогинеколог, маммолог, гинеколог-эндокринолог, педиатр, УЗИ, ЭКГ и др.)  
пр. Богатырский пр., д. 64, корп. 1, тел. 699-99-88, (964) 377-19-90

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

# Коротко от главного

**В** поисках интересных историй для нового номера журнала я встрети-лась с главным режиссером театра «Упсала» Анной Осипенко. Разговор был долгий и, к моей радости, очень интересный.

Я узнала, что главное дело организации «Упсала» - это работа на сцене, на которой выступают дети. Они жонглируют, занимаются сложнейшей акробатикой и другими завораживающими цирковыми и театральными жанрами, ставят спектакли. Ребята эти - настоящие артисты, они уже объехали несколько городов России, участвовали в нескольких фестивалях. Они получали награды и уже, как самые настоящие признанные артисты, давали интервью журналистам.

Но это не обычные дети – это ребята из проблемных семей, которых специалисты называют семьями, «находящимися в трудной жизненной ситуации», или «семьями социального риска». Да и сами ребята с весьма непростыми судьбами, одним словом - «трудные» дети. Сейчас уже бывшие «трудные»!

Посмотрев им в глаза, посетив их очаровательное театрализованное цирковое действо, я получила не просто эстетическое наслаждение от творчества и хорошей крепкой работы, я еще и сильно задумалась. Задумалась о людях, которые придумали это дело и претворили идею в жизнь. Понимаю, что все это было не очень просто.

Ближе познакомиться с направлениями работы организации «Упсала», с его организаторами Вы можете на страницах этого номера.

Я же, познакомившись с этими детьми, теперь другими глазами смотрю на детей, которым досталась непростая судьба. И хотела бы пожелать и Вам, дорогие читатели, того же. Если после нашей публикации хотя бы небольшая часть нас с Вами изменит свой взгляд на таких детей и не будет отворачиваться от них при встрече – будет здорово. Им не повезло в жизни, и это их беда, а не вина. А в беде надо помогать! Всем вместе, всем миром!

Клуб «Эрудит» теперь, как может, помогает этим детям, из нашего бюджета выделена часть средств на подарки маленьким артистам к Дням Рождения и на другие мероприятия, ведь они абсолютно обычные дети. Только им нужно немного больше нашего доброго внимания и ласки.

Прошел месяц со дня выхода нашего первого номера. Мне хочется поблагодарить Вас, дорогие читатели, за Ваши отзывы и предложения! В электронном ящике редакции много ваших писем: доброжелательных и критичных, поддерживающих и... наоборот. Мы рады с Вами общаться, прислушиваемся к Вашим пожеланиям, предложениям, замечаниям и всегда готовы на встречу с Вами и Вашими малышами!

Команда «Эрудит Spb» продолжает трудиться для Вас – мы расширили театральную афишу, добавили комиксы для детей и много что еще! Одним словом, смотрите, читайте, пишите нам!

Искренне ваша, Наталья Букурова





10

### Будущим родителям

**10** Частые жалобы

*Почему это происходит и что можно сделать?*

**20** Сумка в Родильный дом

*Всё самое необходимое берём с собой.*

### Психолог рекомендует...

**24** Чем занять ребёнка-подростка?

*Отправляемся в лагерь.*

**44** Няня - лучший друг

*Что должна знать Ваша новая няня?*

### Ученые свет

**30** Выходные с детьми

*Петропавловская крепость. Поднимаемся на башню, узнаём историю, загадываем желание...*



54

ФОТОПРОЕКТ

### Тема номера

**36** Театр «Упсала»

*Начинаем дружить!*

### Будьте здоровы!

**50** Массаж для детей.

*Что может сделать родителей счастливыми, если не здоровый малыш?*

### Фотопроект

**54** Фотопроект Ольги Галафеевой

«Маленький Эрудит»



76



Солнечная Болгария

66

ЛОГОПЕД от клуба Эрудит

64

# 30



Петропавловская крепость

## Эрудит клуб

64 Логопед

*Правильная речь - залог жизненного успеха.*

66 Солнечная Болгария

*Отдых в Болгарии с клубом «Эрудит»*

70 Праздники с «Эрудитом»

*Подарите Вашему ребёнку незабываемые впечатления!*

## Игры для детей

72 Игры и забавы с Горынчиком

Семейный клуб *Поговорим за жизнь...*

76 Немного о нас, наших детях, бабушках и дедушках...

*Размышления на тему...*

# 44



Няня - лучший друг

## Куда пойти

82 Афиша детских спектаклей

## Остатки сладки

86 Стихи для семьи

*Читайте! Учите! Улыбайтесь!*

# 70 Праздники для детей!



# 36



## Массаж

# 50

# Будущая мама: ЧАСТЫЕ ЖАЛОБЫ

Фото: Кристина Розова  
Модель: Вероника Гушина

## Боль в спине

Обычное явление, особенно в пояснице, распространяющееся на ягодицы и вниз по ногам. Возникает, если вы долго стоите с плохой осанкой или после поднятия тяжестей, особенно в третий триместр. Сильная боль в пояснице может возникнуть после поворотов позвоночника и таза в разных направлениях, например, когда вы ворочаетесь в постели.

### Почему это происходит?

Из-за высокого уровня прогестерона связки костей таза размягчаются и растягиваются для того, чтобы мог родиться ребенок. Растягиваются и связи позвоночника, из-за чего дополнительная нагрузка ложится на суставы спины и бедер. Во время отдыха тело опирается на крестцово-подвздошное сочленение, которое находится примерно на 7,5 см выше ягодиц. При вращательных движениях позвоночника и таза это сочленение открывается и закрывается, что и вызывает боль.

### Что можно сделать?

Вам может помочь массаж. Выполняйте упражнения для укрепления спины. Спи-те на твердом. Поднимайте тяжести правильно. Старайтесь улучшить осанку и избегайте обуви на высоких каблуках. Если боль спускается вниз, к ступням, проконсультируйтесь с врачом, нет ли у вас смещения диска. Манипуляции с костями помогают даже в самых сложных случаях. Обычно боль в спине становится меньше к пятому месяцу, когда плод продвигается вперед; хотя Вам, возможно, будет трудно ждать так долго.

### Есть ли риск для развития ребенка?

Нет

## Запястный синдром

это «иголочки», особенно в большом и указательном пальцах, а также онемение и слабость. Иногда затрагивает всю ладонь и предплечье. Может проявляться с момента зачатия.

### Почему это происходит?

Причина - давление на нерв, проходящий через запястье. Давление вызвано отеком канала запястья (кольцо волокон в суставе, под которыми проходит нерв) из-за задержки жидкости.

### Что можно сделать?

Симптомы могут снять диуретики, которые пропишет ваш доктор. Можно использовать повязку на запястье на ночь или просто держать руку над головой, согнув пальцы. Во время сна держите руку на подушке. Симптомы обычно исчезают вскоре после родов.

### Есть ли риск для развития ребенка?

Нет

## Судороги

это резкая и продолжительная боль в бедре, икре и/или ступне. Чаще возникают в третьем триместре; обычно от них просыпаются ночью.

### Почему это происходит?

Считается, что судороги возникают из-за недостатка кальция в крови или дефицита соли. Проконсультируйтесь с вашим врачом.

### Что можно сделать?

С силой помассируйте больной участок. Выгните стопу вверх и потянитесь пяткой вперед. Вам могут прописать таблетки кальция или соли, если в вашем организме не хватает этих элементов, но не начинайте принимать их самостоятельно, без назначения врача.

### Есть ли риск для развития ребенка?

Нет

## Бессонница

состояние, когда вы не можете заснуть ночью, от чего устаете и становитесь раздражительной. Может возникнуть в любой момент после зачатия

### Почему это происходит?

Метаболизм ребенка продолжается и тогда, когда вам надо спать. Это может повлиять на реакции вашего организма. К другим причинам относятся потливость и частые позывы к мочеиспусканию, особенно в третий триместр беременности.

### Что можно сделать?

Вам может помочь теплая ванна или горячий молочный напиток, а также расслабляющий массаж. Смотрите телевизор или читайте, пока не устанете. Найдите удобное положение, старайтесь не перегреваться. Врач пропишет вам снотворное не раньше третьего триместра, и то, если только вы сильно измождены из-за недосыпания, так как оно может через плаценту действовать на ребенка.

### Есть ли риск для развития ребенка?

Нет

## Перемены настроения

резкие, нетипичные перепады настроения, часто сопровождаемые беспричинным плачем и приступами тревоги. Обычное явление на протяжении всей беременности, особенно сильно проявляется в третьем триместре.

### Почему это происходит?

Изменение гормонального баланса во время беременности действует как депрессант, вызывая симптомы, схожие с предменструальным синдромом. Меняется форма вашего тела, и личностный кризис может оказать сильное воздействие на развитие беременности, а смешанные чувства по поводу беременности могут вызвать резкие смены настроения.

Фото: Кристина Розова  
Модель: Вероника Гулчина



**Что можно сделать?**

Воспринимайте перемены настроения как естественное явление. Депрессия, волнения, замешательство сопутствуют даже наиболее легко протекающим беременностям. Если вы будете анализировать отрицательные чувства, это их только усилит.

**Есть ли риск для развития ребенка?**

Нет

**Утренняя тошнота**

(иногда сопровождается рвотой). Вопреки названию может возникать в любое время суток, особенно когда вы голодны или после долгого сна. Обычно эти симптомы присутствуют в первый триместр, а потом уходят.

**Почему это происходит?**

Основная причина - пониженный уровень

сахара в крови, однако и гормоны, связанные с беременностью, могут оказывать прямое воздействие на желудок.

**Что можно сделать?**

Еда снимает тошноту, поэтому ешьте понемногу, но часто. Потребляйте продукты с высоким содержанием углеводов: хлеб из непросеянной муки, картофель, рис, зерновые; избегайте жареного и кофе, которые усиливают тошноту. Держите в машине, в столе и в сумочке глюкозосодержащие сладости. Чтобы избежать тошноты по утрам, оставляйте у кровати стакан воды и печенье и перекусывайте за 15 минут до того, как встать с постели. Тошноту усиливают сигаретный дым и другие сильные запахи. Пейте больше таких напитков, как фруктовый сок или молоко, если вы их переносите.

**Есть ли риск для развития ребенка?**

В тяжелой форме (гиперемезис беремен-

ных) может вызвать потерю вод и минералов, приводя к пониженному кровяному давлению. Это всегда вредно для ребенка. Сообщите своему врачу, если у вас рвота случается больше трех раз в день в течение трех дней. В тяжелых случаях может понадобиться госпитализация для восполнения потерянной жидкости.

## Геморрой

это расширение вен прямой кишки и анального прохода. Обычно не возникает раньше второго триместра.

### Почему это происходит?

Растущий малыш давит на вашу прямую кишку, что затрудняет ток венозной крови к сердцу. Кровь скапливается, заставляя вены расширяться.

### Что можно сделать?

Регулярно опорожняйте кишечник. Для этого ешьте волокна: это позволит избежать запоров. Не поднимайте тяжестей: при этом увеличивается внутрибрюшное давление и давление сзади на вены прямой кишки. По той же причине лечите кашель. Симптомы можно снять при помощи ароматерапии.

### Есть ли риск для развития ребенка?

Нет

## Боль в ребрах

вы можете ощущать боль и чрезмерную чувствительность ребер, обычно справа, сразу под молочной железой. Боль усиливается, когда вы садитесь. Чаще всего возникает в третьем триместре.

### Почему это происходит?

Вызвана сдавливанием ребер из-за роста матки. К тому же ребенок может толкать вас в нижние ребра головкой или брыкаться.

### Что можно сделать?

Носите свободную одежду, которая не сдав-

ливает ребра. Ложась, подкладывайте под себя подушки. Боль уменьшится, когда ребенок повернется головкой вниз перед рождением.

### Есть ли риск для развития ребенка?

Нет

## Чувствительная, болезненная грудь

чувство тяжести и дискомфорт, зуд в сосках могут быть одними из первых признаков беременности. Грудь сохраняет повышенную чувствительность на протяжении всей беременности, но ближе к родам она еще усиливается.

### Почему это происходит?

Гормоны подготавливают ваши молочные железы к лактации. В них растут и наполняются, молоком млечные протоки.

### Что можно сделать?

С начала беременности носите поддерживающий бюстгалтер. Если у вас большой размер груди, носите его и ночью. Раз в день аккуратно мойте грудь с мягким мылом и насухо вытирайте ее. Если у вас болят соски, наносите на них детский лосьон или масло.

### Есть ли риск для развития ребенка?

Нет

## Молочница (кандидоз)

грибковая инфекция, симптомами которой являются обильные, густые белые выделения из влагалища, а также его сухость, сильный зуд вокруг влагалища, вульвы, в промежности и иногда в области ануса. Возможна боль при мочеиспускании. Молочница может возникнуть в любое время.

### Почему это происходит?

Эта инфекция вызвана грибком *Candida albicans*, который живет в кишечнике. Инфекция возникает, когда грибок растет, неконтролируемый другими бактериями, нередко после курса антибиотиков. Чаще возникает во время беременности, вероят-

но, из-за недостатка сахара в жидкости в результате усиленных выделений из влагалища. Дополнительный сахар часто помогает снять симптомы.

### Что можно сделать?

Не носите облегающие трусы и брюки: это способствует распространению инфекции. Носите хлопок вместо синтетических тканей. Врач пропишет вам свечи, которые на ночь вводят во влагалище. Вам также посоветуют крем, который вы будете наносить на область вокруг влагалища, анального отверстия и на бедра. Это остановит зуд.

### Есть ли риск для развития ребенка?

Ребенок может заразиться во время родов, когда будет проходить через родовые пути. Если это произойдет, у него во рту появятся белые хлопья, похожие на творог. Ребенка необходимо лечить противогрибковыми препаратами, которые быстро устранят инфекцию.

### Варикозное расширение вен

расширение подкожных вен. Чаще поражает ноги и область ануса; может возникнуть и в области вульвы.

### Почему это происходит?

См. геморрой

### Что можно сделать?

Старайтесь не стоять подолгу. Чаще держите ноги вверх. Носите поддерживающую одежду. Мягкий массаж позволит предотвратить появление варикозных вен; массировать пораженную область нельзя.

### Есть ли риск для развития ребенка?

Нет

## Задержка жидкости

происходит, когда в тканях скапливается избыточная жидкость. Это вызывает отек (эдему), особенно ступней, лица и кистей рук. Вам могут стать малы кольца.



Фото: Кристина Розова  
Модель: Вероника Гущина

### Почему это происходит?

Если вы находитесь на ногах целый день, особенно в жаркую погоду, жидкость может опускаться и скапливаться в области лодыжек. Повышенное кровяное давление, часто сопутствующее беременности, может послужить причиной перехода жидкости из потока крови в ткани, вызывая эдему. Гормоны, связанные с беременностью, могут вызывать задержку соли в почках, что в свою очередь ведет к задержке жидкости.

### Что можно сделать?

Старайтесь не стоять подолгу. Поднимайте ноги. Не ешьте много соленого. Врач будет осматривать ваши руки, лицо и лодыжки на предмет отеков на каждой консультации; вам могут прописать диуретики.

### Есть ли риск для развития ребенка?

Потенциально опасно (преэклампсия).

**Milo**  
**Kormilo**

Всегда удобный шопинг для мам  
до рождения малыша и сразу после

- Магазин на Васильевском:

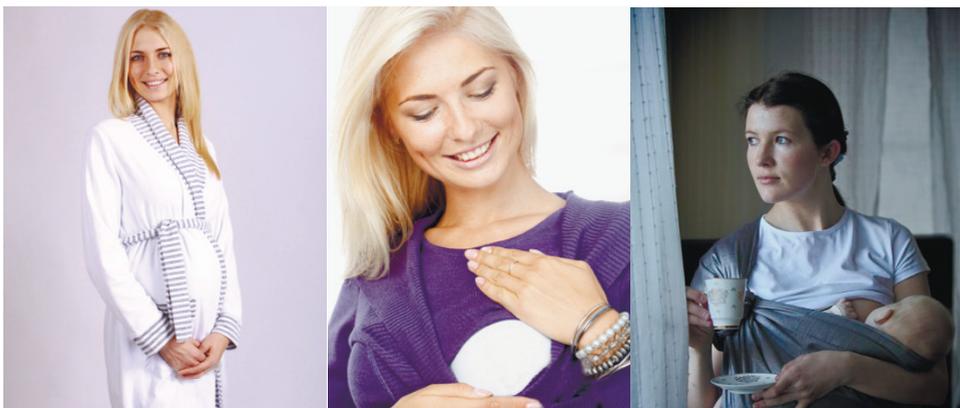
**6 линия дом 61 проходная 3.**

- Далеко ехать? закажите примерку на дом!

- Выбирайте на **[www.milo-kormilo.ru](http://www.milo-kormilo.ru)**

**товары для беременных и кормящих мам, бе-  
лье, куртки, слинги**

- Оплачивайте курьеру то, что подошло, остальное курьер  
увезет обратно в магазин.



РЕКЛАМА

**т. 8-965-015-90-22**

**т. 956-23-02**

# «Вероника» на страже зубов мам и малышей

**З**доровье зубов будущего малыша во многом зависит от общего здоровья мамы.

В стоматологической клинике «Вероника» разработана программа «Будущая мама».

Программа предполагает внедрение в практику новых подходов в лечении и профилактике заболеваний полости рта мамы, а в дальнейшем — и малыша. В ее основе заложены современные аспекты и технологии стоматологии, самые последние научные достижения этой отрасли, а также наивысшая забота о здоровье пациентов.

**Реализация программы в полном объеме позволит пациентке получить:**

- реальную картину состояния зубов и окружающих тканей на текущий момент, а также прогноз развития ситуации на ближайшее время с учетом периода родов и кормления;
- весь комплекс лечения, необходимый для устранения выявленных заболеваний и санации полости рта (допустимый в период беременности);
- стоматологическое лечение в любом триместре беременности, с учетом индивидуального подбора анестетиков и ориентируясь на течение беременности будущей мамы;

- профессиональное сопровождение стоматолога с целью максимального сохранения здоровья зубов в период беременности и родов, в т.ч. подбор профессиональных средств профилактики с учетом индивидуальных особенностей будущей мамы — для применения в клинике и в домашних условиях;

- рекомендации по правильному питанию будущей мамы для формирования здоровых зубов у ребенка в период его внутриутробного развития.

Во время беременности будущие мамы знакомятся с детским стоматологом и получают развернутую консультацию о здоровье зубов малыша, а также имеют возможность динамического наблюдения на протяжении первых пяти лет ребенка.

**Для успешной реализации программы «Будущая мама» пациентке очень важно как можно раньше посетить стоматолога клиники «Вероника».**

Высочайшая квалификация специалистов и самое современное диагностическое оборудование позволят выявить реальную картину состояния зубов и спрогнозировать развитие ситуации на ближайшее время с учетом периода родов и кормления.

## Программа «Будущая мама» включает:

### БЕСПЛАТНО

- первичная консультация;
- составление подробного плана лечения;
- профосмотр каждые полгода (в течение всего периода программы).

### ПОДАРКИ

- вторая процедура профгигиены полости рта
- аппликация зубных рядов гелем с фтором и кальцием (после каждой профгигиены)
- клубная карта, дающая право на получение скидки **10%** (во время спец. акций — **15%**) в клиниках «Вероника» и в Институте красоты СПИК (косметология) для всех членов Вашей семьи

### СПЕЦИАЛЬНАЯ ЦЕНА

- на первую процедуру профгигиены.

### ОСОБЫЕ УСЛОВИЯ ЛЕЧЕНИЯ

в детской стоматологии «Вероника» для Вашего будущего малыша

### ПОДАРОЧНЫЙ СЕРТИФИКАТ

номиналом **1000 рублей**

(выдается один раз в год, с рождения до 5 лет). Доверяя настоящим профессионалам здоровье своего малыша с самого рождения, Вы обеспечиваете ему крепкие и красивые зубы на всю жизнь.



Лицензия 78-01-000102-ИД СПИ



### Детские стоматологические клиники «Вероника»

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



**(812) 777-77-09**  
**www.veronica.ru**

# Сумка в роддом

**Н**ужные вещи сложите заранее в кулечки: кулечек для мамы на роды, кулечек для мамы на выписку, кулечек для малыша в роддом и на выписку.

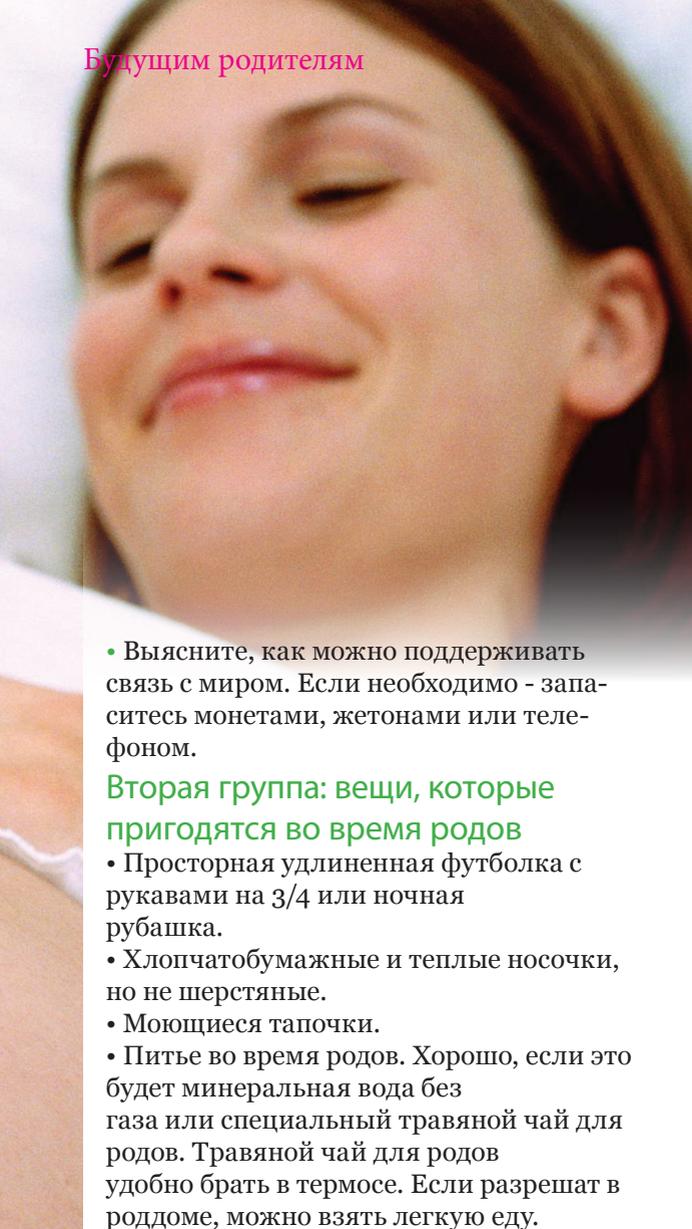
Обязательно познакомьте с этими кулечками папу. Нередко, когда мы встречаемся с мамами после родов, они рассказывают, как муж на радостях и от волнения все перепутал и вместо третьего справа платья принес пятый сверху сарафан, а он уже не подходит и настроение от встречи было сильно испорчено.

Милые дамы, не перегружайте пап, позаботьтесь и о них.

## Что может понадобиться в роддоме?

### Первая группа: документы

- Направление в роддом или договор с роддомом, или договор с личным доктором. Договор с личным доктором следует заключить не позднее 35 - 36 недели, чем раньше, тем лучше. Заранее обсудите с доктором волнующие Вас темы.
- Заполненная обменная карта, с результатами необходимых анализов.
- Анализы на СПИД (2-а анализа).
- Результаты УЗИ (если есть).
- Страховой полис.
- Паспорт.
- Адрес роддома, контактный телефон с доктором.



- Выясните, как можно поддерживать связь с миром. Если необходимо - запаситесь монетами, жетонами или телефоном.

### Вторая группа: вещи, которые пригодятся во время родов

- Просторная удлиненная футболка с рукавами на 3/4 или ночная рубашка.
- Хлопчатобумажные и теплые носочки, но не шерстяные.
- Моющиеся тапочки.
- Питье во время родов. Хорошо, если это будет минеральная вода без газа или специальный травяной чай для родов. Травяной чай для родов удобно брать в термосе. Если разрешат в роддоме, можно взять легкую еду.
- Возьмите шпатель, которые Вы писали на практических занятиях. Они обязательно Вам поднимут настроение, придадут уверенности в себе согреют и зарядят новыми силами, даже, если Вы и не сможете ими воспользоваться.
- Салфетки для лица. Салфетки пригодятся, когда понадобится вытереть пот, салфетку можно смочить водой и приложить ко лбу, к губам.
- Небольшое махровое полотенце.
- Если разрешат в роддоме, можно взять

надувной мяч больших размеров (80 на 90 см); теннисный мячик; плеер, кассеты с приятной ритмичной музыкой; красивые картинки, открытки...

### Третья группа: вещи, которые могут понадобиться после родов

- После родов понадобится рубашка с застежками спереди или легкий халатик. Обычно в палате, где находится мама с новорожденным, бывает очень тепло.
- Гигиенические принадлежности: зубная щетка, зубная паста, мыло, туалетная бумага, расческа, питательный крем.
- Гигиенические прокладки с высокой гигроскопичностью на первые дни. На последующий период, можно менее толстые, но хорошо дышащие! (2 - 3 пачки).
- Одноразовые трусики - сеточка. Это специальные гигиенические трусики, они легкие и дают телу свободно дышать, что очень важно в первые дни после родов. Можно использовать трусики из очень тонкого хлопка с широкими отверстиями. Это необходимо для вентиляции. Но, скорее всего, придется обойтись без них, одной пеленкой. Либо простые хлопчатобумажные трусики.

Если разрешат в роддоме, можно взять надувной мяч больших размеров (80 на 90 см); теннисный мячик; плеер, кассеты с приятной ритмичной музыкой; красивые картинки, открытки...

- Могут пригодиться сменные прокладки для грудных желез, впитывающие молоко. Возможно, понадобится сборник молока. Это пластмассовая раковина, которая позволяет сохранять соски сухими и удерживает вытекающее молочко. Раковину заранее подготовьте: тщательно вымойте.

- Если соски втянутые, можно приготовить накладку - сомбреро. Сомбреро накладывают на сосок. Ребенок сможет сосать через отверстие в ней. Перед использованием ее нужно тщательно вымыть. Во время кормления накладку следует придерживать рукой.

- Крем для сосков, снимающий боль при трещинах и садинах.

- Питательный крем для лица и для рук.

- Приготовьте заранее два бюстгалтера для кормления. Удобно, если бюстгалтер будет с застежкой спереди.

- Могут пригодиться стерильные марлевые салфетки.

- Слабительные свечи на глицериновой основе или травяное слабительное.

- Пригодятся хлопчатобумажные носочки.

- Заранее познакомьтесь со списком продуктов, которые можно приносить в роддом после родов. Вспомните о правилах питания во время кормления грудью.

Обязательно учтите сезон: весна, лето, зима, осень. Поведайте это папе или тому человеку, который будет приходить к Вам в роддом.

**Будьте особенно внимательны к продуктам первые два три месяца после родов, если кормите малыша грудью и в летнее время!**

- Полиэтиленовые мешочки для грязного белья.

**Четвертая группа: приданое для малыша в роддоме**

**Пятая группа: вещи, необходимые при выписке домой**

Обычно, выписывают во всем хозяйском. Иногда дают подарки - комплект пеленок, набор подгузников, косметику. Выдают кучу рекламных листовок: где, когда, почему.

Если необходимо, приготовьте заранее одежду, которая понадобится в день возвращения домой для малыша и для Вас. Обязательно учитывайте погоду. Справка в ЗАГС, для регистрации ребенка. Лист с рекомендациями и заключением о здоровье ребенка.

**Обязательно уточните, какие процедуры проводились, какие лекарственные препараты вводились ребенку!**

Сообщите в детскую поликлинику о рождении ребенка и пригласите патронажную сестру.

Цветы для мамы. Ласковая, нежная улыбка для папы. Первая погремушка для новорожденного. Натуральное красное вино для всей семьи. Маме больше 30 г не наливать.

**Ужин при свечах. Нарядная одежда, а не повседневный халат. И пусть это будет только Ваш праздник! Хотя бы на один часок. Только для Вас и Ваших детей (если есть старшие детки). А позже позовете бабушек, дедушек, родственников и знакомых.**

Подготовила  
Виктория Чеботарева,  
перинатальный психолог



Клуб будущих родителей

# Родник

## ФИТНЕС

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

## АКВААЭРОБИКА



## ЛЕКЦИИ

*для беременных*

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

# 448-68-88

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

**Мы находимся в вашем районе!**

# ЧЕМ ЗАНЯТЬ РЕБЕНКА-ПОДРОСТКА?



Почему подростки считаются одной из самых сложных социальных групп? Детям в возрасте от 11 до 18 лет в современном мире уделяется очень мало внимания. Для них очень мало кружков, секций, да и то, что есть, детям обычно не нравится, кажется скучным, не сориентировано на их ведущие потребности.

Поэтому и из-за занятости родителей дети в этом возрасте предоставлены сами себе и много времени проводят в виртуальном мире, и этот мир становится для них единственным.



**Д**ети разучились общаться, потому что в школе всё внимание направлено на преподавание, а не на воспитание, и учиться большинству детей тоже кажется бессмысленным.

Дети один на один с собой или небольшой группой случайных друзей одиноки, но не самостоятельны. И, как им кажется, их заставляют делать то, что нужно взрослым и лишают свободы. У них много вопросов, на которые они не получают ответов.

**Программа детского лагеря «Навстречу мечте» возвращает вкус к жизни, пробуждает мотивацию к активной жизненной позиции, учит качественному общению.**

### «НАВСТРЕЧУ МЕЧТЕ»

Прежде всего, надо сказать о том, что программа рассчитана на то, что дети узнают, что такое самостоятельность в полном смысле этого слова.

Та свобода, о которой они мечтают, будет предоставлена им в полном объёме в рамках существующих всего семи правил о безопасности. То есть у них не будет никаких обязанностей, кроме тех, которые они сами для себя выберут, а они выберут и очень много, столкнувшись с естественными последствиями либо бездействия, либо ошибок.

В первый день дети сами составляют расписание, по которому живут все, включая взрослых, все восемь полных дней. И каждый раз к третьему дню дети берут на себя организацию всего процесса, понимая, что такое настоящая ответственность.

### ЗАДАЧА ТРЕНЕРОВ

Роль взрослых опытных тренеров заключается в том, что бы всё, что происходит превратить в обучение – и конфликты, которые неизбежны, и трудности адаптации, соблюдения правил.

Принципами обучения являются поддержка всех инициатив, уважение друг к другу, принятие, взаимопомощь, честность, исправление ошибок и возможность их совершения без оценок и осуждения, отсутствие соревнований, наказаний.

Атмосфера, созданная с помощью этих принципов, способствует творческому спонтанному проявлению детских талантов, творческой активности, желанию созидать и, параллельно, вскрытию заблокированных, подавленных областей психики, что может проявляться по-разному, в частности в виде агрессии разного вида у «сложных детей», с чем ведётся интенсивная работа.

Также дети имеют возможность познакомиться с качествами и чувствами, которые принято считать отрицательными – стыд, чувство вины, злость, ненависть без осуждения и посмотреть на то, какие последствия в их жизни определяет их присутствие.

### РАБОТА С ПСИХОЛОГАМИ

Психологической работы много, ей уделяется особое внимание.

Темы разные; почти всё, что «всплывает» – отношения мальчиков и девочек, школа и обучение, трудности со сверстниками, с родителями, самооценка, созидание и разрушение, мечты и желания.

Каждый день 4 часа специальных занятий помогают детям в команде, в игре, в обсуждении разобраться с возникающими вопросами.

У детей есть возможность получить индивидуальную консультацию. Также дети знакомятся с навыками продвижения к целям, самопрезентации и другими способами достижения личного успеха.

Особенностями программы также являются ролевая и большая игры, чему можно было бы посвятить отдельную статью.

Игры не повторяются, разрабатываются тренерами специально для этой группы с её трудностями, роли пишутся индивиду-

## ЗАЩИТА РЕБЕНКА ГАРАНТИРОВАНА

ально для каждого ребёнка, чтобы он мог решить основные свои вопросы. Это могут быть игры-сказки и игры-катастрофы. Кроме занятий, в свободное время вводятся некоторые игры приключенческого, познавательного характера, тем не менее, обучающие, например – экономическая игра, где дети получают деньги и «условия существования» и далее события развиваются своим ходом.

На обсуждении можно определить способности, черты характера, профориентационную направленность. Так же это может быть экологический проект и многое другое.

### УЧИМСЯ В ИГРЕ

Важной особенностью программы является обучение детей мирному разрешению конфликтов, умению договариваться и достигать соглашений типа «два победителя», что способствует развитию уважительного отношения к окружающим, прежде всего близким, членам семьи, видеть и ценить успехи других людей, делать выбор в пользу созидательной жизни.

И так как в программе запрещены все носители электронных игр, телевизор и просмотр фильмов, не предусмотренных программой, дети организуют своё свободное время всегда интересно – настольные игры, дискотеки, прекрасные концерты и праздники по собственному сценарию и много другое.

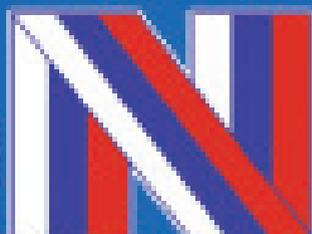
На программе запрещены алкоголь, курение и наркотические вещества для всех, включая взрослых, поэтому есть гарантия того, что ваш ребёнок будет защищён от этого.

И, естественно, всё, что есть везде – отличные корпуса, природа, питание.

Трёхнедельная программа усилена дополнительными оздоровительными мероприятиями, походами с приключениями, долгосрочными проектами, на которых дети учатся видеть, ставить задачи и двигаться в их решении до полной реализации.

В результате восемь дней превращаются в мир, наполненный мечтами, радостью и творчеством каждого участника.





ТУРФИРМА  
**Нева**

# Отдых с детьми на каникулы

**ЕГИПЕТ** (Хургада, Шарм Эль Шейх, Таба)  
7/14 дней от 17777 руб.

**ИСПАНИЯ** (о. Тенерифе) 7/14 дней от 23599 руб

**ОАЭ** 7/14 дней от 24975 руб.

**ТАИЛАНД** 7/14 дней от 41375 руб.

**Экскурсионные туры по Скандинавии**

Круиз на пароме Princess Anastasia  
(СПб – Хельсинки – Стокгольм – Таллинн)  
5 дней от 1495 руб.

Финляндия – Швеция от 4326 руб.



**(812) 33-555-33** [www.nevatravel.ru](http://www.nevatravel.ru)



# Храните клетки в Банке

## **Ф**акты и цифры

Мировая практика банкирования стволовых клеток пуповинной крови насчитывает несколько десятков лет.

С момента первой трансплантации человеческой пуповинной крови, проведенной более двадцати лет назад, банки для хранения пуповинной крови начали создаваться во всем мире.

На сегодняшний день ежегодно в мире осуществляются десятки тысяч трансплантаций пуповинной крови взрослым и детям.

Стволовые клетки уже доказали свою эффективность при лечении более 80 тяжелых заболеваний. В ближайшие годы ожидается существенное увеличение числа методик лечения с применением стволовых клеток, поскольку десятки таких методик уже находятся на стадии клинических испытаний.

## **Ч**то такое стволовые клетки?

По сути, это – золотой запас организма, потому что именно стволовые клетки обеспечивают восстановление поврежден-

ных участков органов и тканей. Ведь стволовая клетка - это незрелая клетка, способная к самообновлению и развитию в специализированные клетки организма. Но запас стволовых клеток взрослого организма очень невелик. Поэтому случается так, что обновить утраченные клетки организм самостоятельно уже не может. В 80-ые годы XX века ученые сделали удивительное открытие: богатым источником стволовых клеток является пуповинная кровь, собранная после рождения ребенка. Если взять эту кровь из пуповины ребенка и поместить в криобанк, то в дальнейшем стволовые клетки пуповинной крови можно будет использовать для лечения целого ряда опасных заболеваний, как самого ребенка, так и его родителей, а также братьев и сестер.

## **П**ервый в Петербурге

В Санкт-Петербурге самый длительный опыт банкирования стволовых клеток пуповинной крови – у компании «Транс-Технологии», которая начала свою деятельность в 2002 году.

В настоящее время Банк стволовых клеток «Транс-Технологии» имеет самое современное

на Северо - Западе России хранилище биологических материалов, а также собственные лаборатории для исследования и обработки стволовых клеток. Компания сотрудничает со всеми родильными домами и женскими консультациями Санкт-Петербурга и Ленинградской области, принимает на хранение образцы из других регионов.

Компания «Транс-Технологии» входит в состав самого крупного в России биотехнологического холдинга «Алкор Био».

Это существенно увеличивает гарантии и финансовую защищенность Банка стволовых клеток, позволяет сохранять самую невысокую по Петербургу стоимость договора на персональное хранение стволовых клеток, а также предоставлять беспроцентную рассрочку оплаты услуги банкингования стволовых клеток пуповинной крови сроком на один год.

Все образцы и хранилище застрахованы.

В момент заключения договора на хранение стволовых клеток происходит передача клиенту всех необходимых для проведения забора пуповинной крови материалов.



ТРАНС



БАНК СТВОЛОВЫХ КЛЕТОК  
ТЕХНОЛОГИИ



«Транс-Технологии» – это надежность и значимость при высочайшем уровне сервиса

- Наш сотрудник может прийти и увидеть вас в любое время в Санкт-Петербурге для заключения договора хранения.
- Обширная сеть доноров, обеспечивающая весь спектр работы: прием, анализ, выделение и криоконсервация стволовых клеток, все персонализировано в зависимости от генетической структуры донора, – только в Санкт-Петербурге.
- Клиентам предоставляется безграничный диапазон сроков услуги банкингования стволовых клеток.
- Все образцы и хранилище застрахованы.

Тел.: (812) 677-21-63, 929-49-02

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

Предъявителю купона 3% скидка

С этого момента Банк стволовых клеток «Транс-Технологии» берет на себя обязательства по организации забора и транспортировки пуповинной крови в лабораторию, а также по обеспечению выделения, тестирования и криоконсервации концентрата стволовых клеток.

При необходимости Банк осуществляет подготовку образца к трансплантации и его доставку к месту клинического применения по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.

По мнению экспертного медицинского сообщества - преимущества персонального банкингования пуповинной крови впечатляют, потому что дают больше шансов конкретному пациенту.

# *Интересное*

Петропавловская крепость



*рядом...*



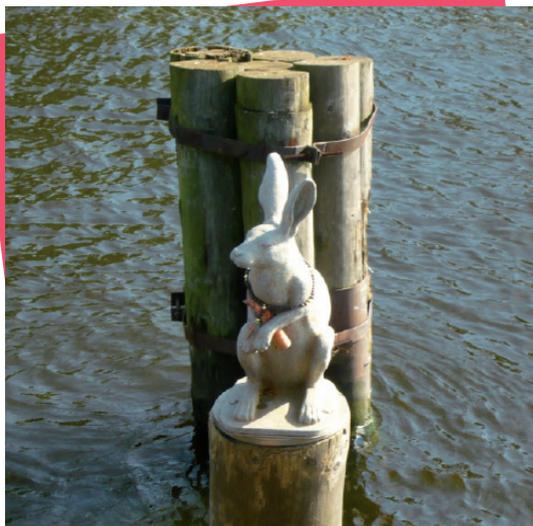
# Выходные с детьми

## Интересное рядом.

**П**одняться на бастионы, узнать исторические анекдоты, стать настоящим печатником, загадать желания, посетить улицу времени и, если повезет, встретится с настоящим привидением – это далеко не полный перечень того, что ждет вас в Петропавловской крепости.

**Р**ассказывая о крепости, нельзя не вспомнить о зайце. Именно он является покровителем этих мест.

Как гласит легенда, маленький зайчонок спасся от наводнения, запрыгнув в ботфорт Петра I. Государь был так поражен его отвагой, что приказал называть остров «Заячьим». Красивая легенда нашла свое отражение в скульптуре. Посетителей крепости встречает фигура зайчика, который спасся от стихийного бедствия, рядом с опорой Иоанновского моста.



В 1703 году в разгар войны со шведами Петр I высадился в устье Невы. Только что отвоєванные земли необходимо было удержать. И русский царь отдает приказ о строительстве крепости.

Первоначально она была деревянной, но с течением времени «оделась в гранит и камень». Строили ее по всем правилам фортификации. В крепости есть даже настоящие подземные ходы для внезапной высадки солдат во вражеском тылу.

По легенде, чтобы небеса были благосклонны к начинаниям, царь распорядился закопать в основании крепости золотой ковчег с мощами Андрея Первозванного. Мощной крепости так и не пришлось сделать ни одного выстрела. Очень скоро она стала центром блистательного Санкт-Петербурга и продолжала охранять Российское государство, только в несколько ином качестве. Ей предстояло стать Русской Бастилией. Тюрьмой для политических заключенных.

Первым ее узником стал родной сын Петра Великого царевич Алексей. Здесь содержалась и знаменитая княжна Тараканова. В конце 18 века эта особа объявилась в Италии. Распространила слухи о том, что она дочь Елизаветы Петровны и графа Разумовского и вполне могла претендовать на российский престол. Чего, естественно, не могла допустить Екатерина Великая. Она решила устранить конкурентку.

Для выполнения этой миссии в Италию был послан граф Орлов, один из самых верных сторонников императрицы. Ему удалось похитить княжну, но судьба сыграла с ним злую шутку. Он безумно влюбился в свою

пленницу. Но, следуя чувству долга, все же отдал ее на верную гибель. Как гласит легенда, княжна Тараканова утонула во время наводнения 1777 года в каземате Петропавловской крепости. И по слухам, перед очередным наводнением, ее шаги слышны в крепости.

Петропавловский собор - самое высокое здание исторического центра Санкт-Петербурга. Его строительство завершилось в 1740 году.



Интерьер храма великолепен. Теперь это усыпальница российских императоров.

По слухам, у саркофага Павла I происходят чудеса. Если нужна помощь на экзаменах, в служебных делах или при ведении бизнеса, нужно прийти к могиле Павла, дотронуться до нее и сказать: «Павел, помоги!».

Великая Отечественная война едва не лишила нас этого прекрасного архитектурного творения. В 1941-м году немцы, вышедшие на Пулковские высоты, что на окраине города, приступили к планомерным артобстрелам

По легенде, архитектор Доменико Трезини был так поражен встречей с Петром I, что решил придать колокольне собора черты великого русского царя.

В колокольне собора недавно установили карильон - музыкальный инструмент из колоколов. Услышать его можно в теплое время года. На территории крепости устраиваются специальные карильонные концерты, вход на которые бесплатный.

Крепость Санкт-Петербург была заложена 16 мая 1703 года по плану Петра Первого. Официальное название - Санкт-Петербургская крепость

8 ноября 1925 года Ленинградский совет постановил разрушить Петропавловскую крепость, а на ее месте построить стадион. Решение вскоре было отменено.

Ангел Петропавловского собора давно стал символом города. Его высота - 3,2 метра, размах крыльи - 3,8 метров.

# Детские музеи г. Санкт-Петербурга

## Музей артиллерии и инженерных войск

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

## Зоологический музей

Университетская наб. 1 тел. 328-01-12

## Музей хлеба

Лиговский пр., 73, тел. 764-11-10

## Военно-морской музей,

пл. Труда, 5, временно не работает

## Музей железнодорожного транспорта

ул. Садовая, 50, тел. 315-14-76

## Музей кукол

ВО, Камская, 8, 327-72-24

## Ботанический сад,

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

## Музей микроминиатюры

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

## Музей гигиены

ул. Итальянская, 25, тел. 311-70-33

## Музей метро

ул. Одоевского 29, тел. 301-98-99

## Планетарий

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

## Планета динозавров

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

## Музей воды

ул. Шпалерная, 56, тел. 275-43-25

## Крейсер «Аврора»

Петровская наб.

## Музей железнодорожной техники

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

## Музей живых бабочек

ул. Ропшинская, 17, тел. 235-09-77

## Музей почвоведения

Биржевой проезд, 6, тел. 328-54-02

## Музей связи

Почтамтский пер., 4, тел. 571-00-60

## Музей-выставка «Тело человека»

ул. Льва Толстого, 9, тел. 050

## Интерактивный музей-театр

«Сказкин дом»

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

## Интерактивный музей «Лабиринт Ум»

ул. Льва Толстого, 9, тел. 328-000-8

## Интерактивный научный театр «Умняшки»

пр. Королева, 2, тел. 997-20-42

блокированного Ленинграда. Сверкающий шпиль собора они использовали для корректировки огня. Штаб фронта вполне серьезно рассматривал идею о сносе шпиля собора направленным взрывом.

Однако за историческую достопримечательность вступились местные альпинисты. Они собрали бригаду, которая за два месяца замаскировала все высочайшие точки города. Из пятерых героев выжили только двое. Остальные погибли от голода и холода. Последний из той бригады – Михаил Бобров, до недавнего времени каждый год поднимался на шпиль Петропавловского собора, чтобы почтить память своих товарищей.

Лучше приходите в крепость в первой половине дня. Где-то за полчаса до полудня. В 12 часов с Нарышкина бастиона можно услышать полуденный пушечный выстрел. Основоположником этой традиции стал Меньшиков.

В 18 веке, естественно, не у всех жителей города была такая роскошь как часы. Время было весьма приблизительным, но точно в полдень с бастиона Петропавловской крепости производился пушечный выстрел. Поговорка «точно как из пушки» - как раз про это событие.

Получить необычный сувенир на память можно в Печатне. Здесь экспонируются гравюры. Если что-то понравилось – можно приобрести. Вход в нее бесплатный. При желании можно на некоторое время стать печатниками, и за небольшую плату самим отпечатать себе настоящую гравюру на память на печатном станке 19 века.

А если хотите создать свой собственный шедевр, то в Печатне проводятся занятия по монотипии, литографии и мастер класс по печатной графике.

Очень интересные интерактивные занятия для детей и их родителей предлагает проект «Улица времени», что в Инженерном доме. Вы как будто перенесетесь на машине времени в прошлые века и окажетесь на улице,

застроенной домами XVIII, XIX, XX столетий. Узнаете много нового о быте и нравах горожан того времени, сможете потрогать предметы быта и даже примерить исторические костюмы.

Этот проект, конечно, рассчитан на групповые экскурсии, но к группе всегда можно присоединиться. Надо только заранее позвонить в музей и узнать, когда будет проходить выбранная вами программа.

Волшебным образом предлагает исполнить ваши желания бронзовый Петр I работы Михаила Шемякина, что напротив Комендантского дома. Для этого вам необходимо задумать жела-

емое и потерять мизинец его руки. Если потрете колени, как говорят, пройдет боль в ногах. И можно будет снова отправляться на поиски нового и интересного.

В теплое время года на территории крепости можно за отдельную плату покататься на сигвеях.

После такой насыщенной программы естественно захочется перекусить. Лучше взять с собой легкий перекус: бутерброды или печенье. Потому как в ресторанах на территории крепости пообедать дешево не получится.

А на обратном пути можно подкрепиться более основательно. У метро Горьковская любители кофе и коктейлей могут посетить «Идеальную чашку». Здесь готовят великолепный кофе с различными добавками. «Борджиа» и теплые маффины помогут снять усталость.

Для любителей более плотной пищи неподалеку находится «Крошка-Картошка». Здесь можно недорого и полноценно поесть. С первым, вторым и даже третьим. Есть детское меню.

Если силы еще остались, то через 700 метров от метро на Кронверкской набережной есть «Пицца Ollis» Здесь для вас приготовят свежую пиццу на любой вкус и размер. Есть также сладкие пиццы и детское меню.

**ШКОЛА «САЛАМ»**  
частное образовательное учреждение

**приглашает Детей  
в 1-4 классы**

**школа предлагает:**

- государственный общеобразовательный стандарт
- углубленное изучение арабского и английского языков
- систему дополнительных занятий по основам ислама и мусульманской культуры
- экскурсионные программы по музеям Санкт-Петербурга, творческие вечера и традиционные праздники

*Идем вас по адресу:*  
ул. Дегтярная, д. 23/25 (10 мин. от м. П.Восстания) | Тел. 928-37-47 | [www.salam-spb.ru](http://www.salam-spb.ru)  
[www.muslim-spb.ru](http://www.muslim-spb.ru)

# «Упсала».

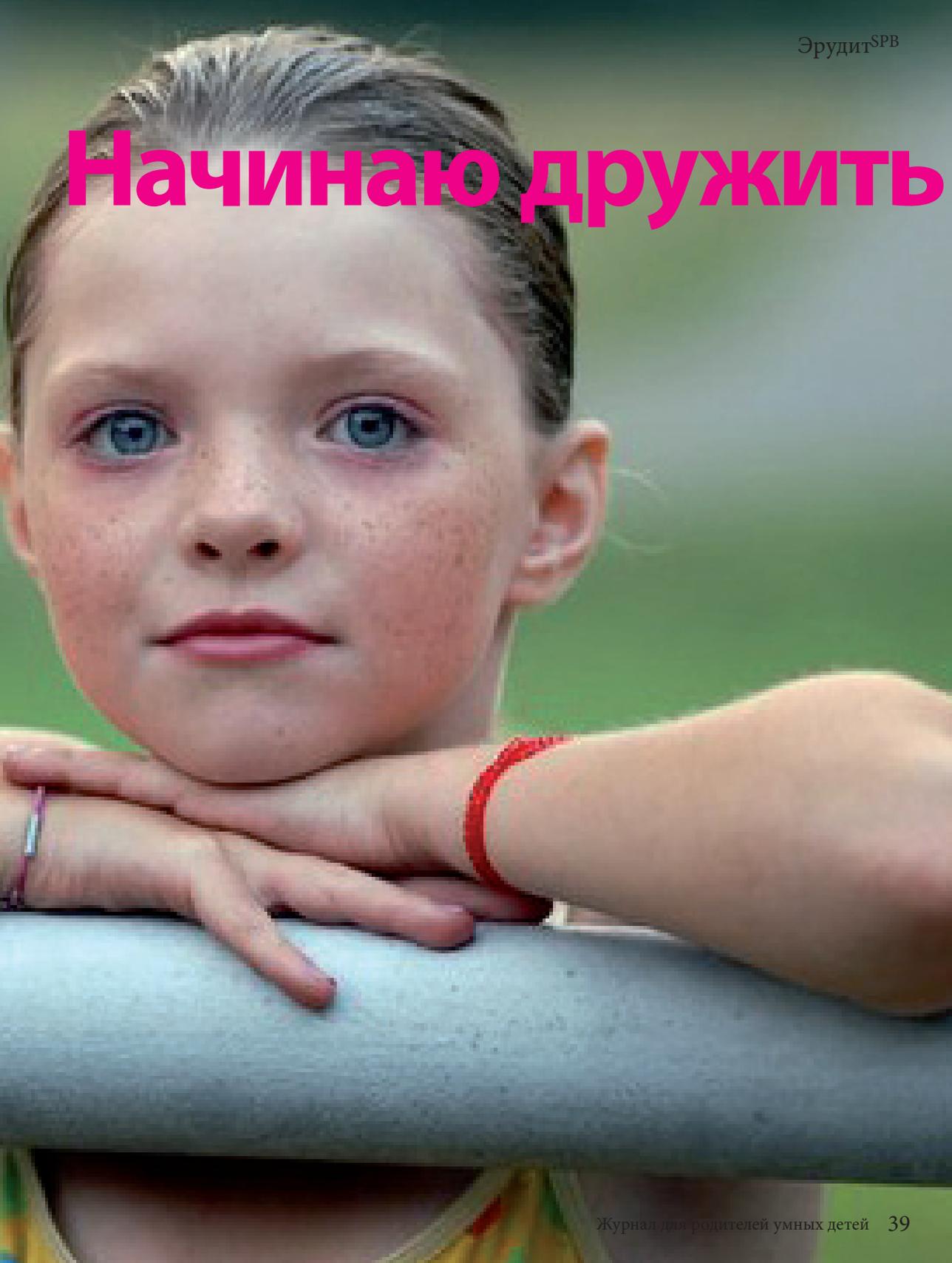
Сначала вопрос.

Ответьте-ка, читатель, какова ваша реакция при встрече с «трудными детьми», малолетними правонарушителями, бродяжками, двоечниками и прогульщиками? Одним словом - детей из так называемых семей «социального риска». Раздражение, беспокойство, желание быть подальше, острое желание отругать, выгнать, и больше никогда не встречаться, уберечь собственных детей от знакомства. Ну и многое другое в том же духе.

Эти реакции типичны для большинства людей. Что называется «от греха подальше».

Есть другая реакция: понять, обогреть, пожалеть, научить, вовлечь в доброе дело, вытащить из трясины и показать путь вверх. Этот вид реакции редок, не всегда понимаем окружающими, но как же он важен и ценен!

# Начинаю дружить



**Эти мысли возникли у меня после того, как я познакомилась с Дашей Коротковой – координатором социальных проектов «УПСАЛА», психологом, более 3-х лет работающим с «трудными» детьми. Эмоциональный Дашин рассказ произвел на меня, человека, хорошо знающего проблему реабилитации проблемных детей, сильное впечатление.**

Расскажу коротко. Одиннадцать лет назад несколько инициативных девушек, ознакомившись с эффективно действующим в Европейских странах (в частности Германии) проекте привлечения сложных детей в цирк, решили попробовать и сделать то же самое в Петербурге. Решили - сделали!

Задачи перед девушками стояли непростые, а именно:

- привлечь «трудных» детей в театр;
- обучить их цирковому мастерству и организовать их выступления;
- организовать социальную и психологическую поддержку детям и их семьям;
- организовать досуг детей, их летний и зимний отдых
- помочь в решении школьных проблем.

Не слабые задачки поставлены, а?

Однако, чем выше и благороднее цель, тем больше возможностей дает жизнь для достижения этой цели! Слышали, наверно, присказку: «Бог даст детей, даст и средства на детей!» И дело пошло.

Меня, как специалиста комиссии по делам несовершеннолетних, интересовало, как приходят в цирк дети. Знаю по опыту, что, сколько ребятам, привычным к вольной жизни, не предлагай различных вариантов досуга, только единицы из них доходят до записи в кружок, клуб, секцию, и то, если

только если их привести туда за руку. Да и то не всегда.

Оказывается, специалисты «УПСАЛА» действуют иначе. О детях, об их трудных судьбах они узнают в органах опеки, в отделе по делам несовершеннолетних полиции, в комиссии по делам несовершеннолетних. Потом специалисты приходят к этим детям домой, рассказывают им и их родителям о театре, о летнем и зимнем отдыхе, о возможной помощи в школе.

Если родители готовы к диалогу - это здорово, можно приступать к следующему этапу. Если нет – хуже, конечно, но руки не опускаются. Тогда в первую очередь завоевывается доверие детей и уже через детей рано или поздно налаживается диалог с родителями. И дети приходят в театр!

Даша Короткова в разговоре сказала замечательную фразу, которую я вынесла в название этого материала.

*«Когда они на расстоянии от меня, я машу им издали рукой, как бы говоря: «Я здесь, я с тобой, ты не один!»»*





Особо здорово, на мой взгляд, то, что в «УПСАЛА» ценится творческий потенциал детей независимо от его природных данных, т.е. тебя не выгонят из цирка, если из тебя не получился классный жонглер, но, возможно ты прирожденный мастер-талант изготовления цирковой техники или потрясающий фокусник. Ты нужен нам, если ты с нами!

**Ведь задача взрослых специалистов «УПСАЛА» состоит не в поиске юных талантов и успешной затем их коммерческой эксплуатации, а в раскрытии и осознании ребенком своей самобытности, как личности, и, конечно, как артиста!**

Важно ведь другое: дать детям почувствовать тепло людей, их заботу, предоставить детям возможность выбора, поддержать их веру в себя! А уж коли будет раскрыт их творческий потенциал, у детей

«А потом я НАЧИНАЮ ДРУЖИТЬ! Я хожу к ребятам домой, общаюсь с ними на различные темы, выясняю их проблемы и помогаю, как могу! Когда они на расстоянии от меня, я машу им издали рукой, как бы говоря: «Я здесь, я с тобой, ты не один!» Я стараюсь поддержать самые маленькие их успехи и достижения, говоря им: «Какой ты молодец, как у тебя все хорошо получается!» Как ново и как сказочно заманчиво звучат для детей названия цирковых жанров: акробатика, жонглирование, пантомима, танец и многое другое.

появятся желанные и выполнимые цели, а потом будет еще и успех с аплодисментами зрителей и цветами от поклонников... Считай, что полдела сделано! Выбрался человек из беды, плохим он уже не будет!

Хотела бы отметить одну интересную вещь: у нас в России успехом большого дела считается, если из 100 хулиганов исправились и стали образцово-показательными все 100, ну пусть 99, но за одного неисправившегося обязательно накажут все службы, которые работали с этой семьей! Беда наша – гиган-

томания!

А европейский подход другой: если из 100 трудных детей 5 человек вышли на путь исправления, стали достойными людьми – это считается успехом специалистов, работавших с детьми. Их похвалят, оценят и расскажут об их опыте другим. А с другими ребятами педагоги и психологи будут искать другие подходы и методики, возможно на их секретный замочек отыщется свой неповторимый ключик.

Поэтому очень порадовали меня успехи 25 детей и их семей, с которыми работают ум-

ницы-труженицы из «УПСАЛА».

Вот посмотрите, какая работа была сделана ими за полугодие 2011 года, Скучные, казалось бы, цифры и факты отчета, но за каждой из них - живые люди, которым помогли и поддержали в трудную минуту:

- Все дети (8-12лет) были обеспечены сезонной одеждой, игрушками, книгами.
- 2 остро нуждающиеся семьи получили продукты питания.
- Специалисты «УПСАЛА» сопровождали детей, которым необходимо было посетить различные официальные службы.
- Две мамы, страдающие алкоголизмом, были мотивированы к избавлению от алкогольной зависимости, сопровождаемы в наркологический центр и закодированы.
- Социальные работники «УПСАЛА» находились в постоянном контакте со школами, отделами опеки, инспекторами полиции. Все это – с целью выявления и последующего решения проблем

ребенка и его семьи.

- Социальные работники «УПСАЛА» работали в суде, в комиссии по делам несовершеннолетних, с адвокатами. Всякий раз - с целью защиты прав и интересов детей.
- Социальные работники «УПСАЛА» посещали детей, находящихся в детских домах, санаториях, социальных приютах. Всем детям привозили гостинцы, игрушки, предметы первой необходимости.
- Психологи «УПСАЛА» оказывали помощь детям, подвергшимся жестокому об-





Можно долго рассказывать об образовательных программах, о множестве выступлений цирка на различных фестивалях и праздниках, о трогательных детско-родительских встречах, о веселых фотографиях на память, об интересе журналистов к замечательному делу. И все равно это будет неполный рассказ о неравнодушных, умных творческих людях, которые поставили своей целью сделать наш мир немного добрее. С удовольствием назову имена директора «Упсала» Селезневой Елены Аркадьевны, координатора социальных проектов Коротковой Дарьи Борисовны и от души поблагодарю всех, кто работает с детьми, за их добрый, благородный труд.

Главное, почему я написала эту статью – желание привлечь внимание читателей к прекрасному необычному начинанию.

Сегодня дети пришли в театр, завтра пусть по Вашей инициативе и с вашей помощью дру-

ращению со стороны взрослых, работали с родителями по вопросам взаимодействия с ребенком, по прояснению и решению личностных проблем, на признание родителями сложностей, связанных с употреблением спиртных напитков.

- Работники «УПСАЛА» провели с детьми 5 экскурсий в музей, посмотрели вместе с ними 5 спектаклей, сходили на мультфильмы и отметили праздники.

И еще много-много разных важных, порой неприметных, но всегда добрых дел

гие дети начнут рисовать, а третьи увлекутся, как и вы, походами по родному краю!

**А еще кому-то по душе придется помочь ветеранам или пение русских народных песен. Но для того, чтобы детям стало интересно, рядом должен оказаться умный, увлеченный своим делом наставник. Такой как педагоги, психологи и специалисты «УПСАЛА»!**



**ДИЗАЙН**  
И ХУДОЖЕСТВЕННОЕ  
ОФОРМЛЕНИЕ



**ДЕТСКИХ  
КОМНАТ**



И **ДЕТСКИХ  
ИНТЕРЬЕРОВ.**



8988892313

**KOLOBOVEGOR.COM**



# Няня

## - лучший друг!

«Няня, няня, смотри, у меня язык синий!» - это не крик о помощи в больнице, это радостный возглас пятилетней девчушки, только что полакомившейся тарелочкой черники.

Один Бог знает, почему родители не предупредили няню о том, что у их ребенка аллергия на ягоды. И лишь одному Богу известно, только ли на синем языке отразится невнимательность родителей.

О том, что обязательно должна знать ваша новая няня читайте в комментарии эксперта Центра образования РОСТ.

**В**ыбрав из нескольких десятков квалифицированных нянь одну единственную, не спешите расслабляться.

Вы прошли лишь первый этап, и предстоит еще проверить няню в работе.

Для того чтобы няня чувствовала себя спокойно и уверенно в вашем доме, надо дать ей подробные инструкции.

Здоровье и безопасность малыша – превыше всего. Если вы недовольны няней, это еще не значит, что она плохо справляется со своей работой. Возможно, она просто неправильно вас поняла.

Всегда четко объясняйте свои требования.

1. Покажите няне квартиру и те комнаты, в которых она будет находиться с ребенком. Если есть комнаты, в которых пребывание няни нежелательно, вежливо предупредите ее.

2. Вы знаете опасные места, о которые ваш малыш может удариться (углы) или с которых можно упасть (пеленальный стол)? Обратите на это внимание няни и расскажите, как этого избежать (не отходить от ребенка, когда он на пеленальном столе, кормить только в детском стульчике и т.д.)

3. Покажите няне, где лежит аптечка. В ней должны лежать лекарства ТОЛЬКО для ребенка. Если малыш постоянно принимает какие-то лекарства – обязательно напишите название, дозировку и способ применения.

4. Четко проинструктируйте няню по питанию ребенка – что ему можно есть и пить, а что категорически нельзя. То, что нельзя – лучше выписать на отдельном листке и повесить на видное место на кухне. Расскажите, из чего Вы готовите еду для ребенка и технологию приготовления.



Фото: Мария Петрова  
Модель: Дарья Вугрова



**5.** Покажите няне, где лежит одежда малыша, его игрушки, гигиенические принадлежности, полотенце в ванной. Если у ребенка отдельная посуда – покажите, где она стоит и как ею пользоваться (можно ли ставить в микроволновую печь, какими средствами можно мыть, ставить отдельно от общей и т.д.).

**6.** Если няне нужно будет во время работы пользоваться бытовой техникой (подогреть питание, сделать пюре, включить мультфильм) – подробно расскажите и покажите, как пользоваться микроволновой печью или блендером. Может быть, она даже коротко законспектирует, какие кнопки нажимать.

**7.** Не только расскажите, как пользоваться ключами от входной двери, но и попросите

няню в вашем присутствии попробовать закрыть и открыть двери.

**8.** Повесьте на видное место все необходимые телефоны:

- Ваши мобильные и рабочие телефоны
- телефоны ближайших родственников
- телефон педиатра или семейного врача
- телефоны аварийных служб
- телефоны соседей, в какой квартире кто живет, и как их зовут

**9.** Оговорите с няней, кому она может открывать дверь, может ли она отвечать на телефонные звонки и как она должна представляться.

**10.** Если в доме есть домашнее животное – расскажите няне о его повадках и характере.

## Особенности ребенка

Никто лучше вас не знает малыша. Расскажите няне о тонкостях взаимодействия с крохой.

1. Режим дня - к какому распорядку дня он приучен. Или что вам с помощью няни хотелось бы поменять.
2. Как малыш привык засыпать – ему поют колыбельную, его надо укачать, или он засыпает в тишине.
3. Чем малыша можно отвлечь (как успокоить), если он капризничает.
4. Что он любит делать больше всего (рассматривать картинки, слушать, когда ему читают, поют песенки, любит рисовать или играть)
5. Расскажите и покажите няне место для прогулок с ребенком. Оговорите места, где она может гулять. Обязательно расскажите, как ваш малыш ведет себя на улице, на что надо обратить особое внимание, что ему можно делать, а что нельзя (например, вы не хоте-

ли бы, что бы он поднимался на горку или забирался на деревья).

## Вопросы быта

Няня не робот. Она может устать от капризов ребенка, опоздать из-за пробок на дороге, иметь особые диетические пристрастия. Заранее обсудите бытовые моменты.

1. Питание няни. Обговорите с няней, как она будет питаться (то, что есть в холодильнике, сама готовит себе из имеющихся продуктов, или вы хотели бы, чтобы няня приносила еду с собой).
2. Проезд. В масштабах большого города не всегда удастся найти няню, которая живет в вашем доме или хотя бы в вашем районе. Поэтому, надо заранее оговорить с няней как она будет добираться до вас (маршрут, транспортные расходы) и обязательно предупредите няню о том, что опаздывать нельзя.



Фото: Мария Петрова, модель: Дарья Бутрова

3. Свободное время няни. Отдельный разговор о том, что может делать няня, когда малыш спит. Где она должна находиться (неотлучно в комнате ребенка, может пойти пообедать и попить чай, почитать или отдохнуть). Отдельно оговорите просмотр телевизора – не всякая няня сможет оторваться от телевизора, когда ребенок проснется.

4. Совмещение функций. Если вы хотите, чтобы ваша няня делала еще какую-нибудь работу по дому (убираться, гладить, готовить или стирать), и няня готова это делать – помните что ее главная работа – это ваш ребенок. Вы наняли ее для присмотра за ребенком. И

пока няня будет чистить картошку или гладить вашу блузку малыш может упасть или удариться.

**Е**сли вы все же выполнили все рекомендации, а ваш жизнерадостный и улыбчивый малыш при виде няни плачет, насторожитесь!

Поведение ребенка может быть вызвано грубым обращением няни.

Обратите внимание, не появляются ли у крохи беспричинная вялость и подавленность или, наоборот, перевозбужденность и агрессивность, а также явная реакция испуга на няню?

Если да, смените няню, не бойтесь перестраховаться.

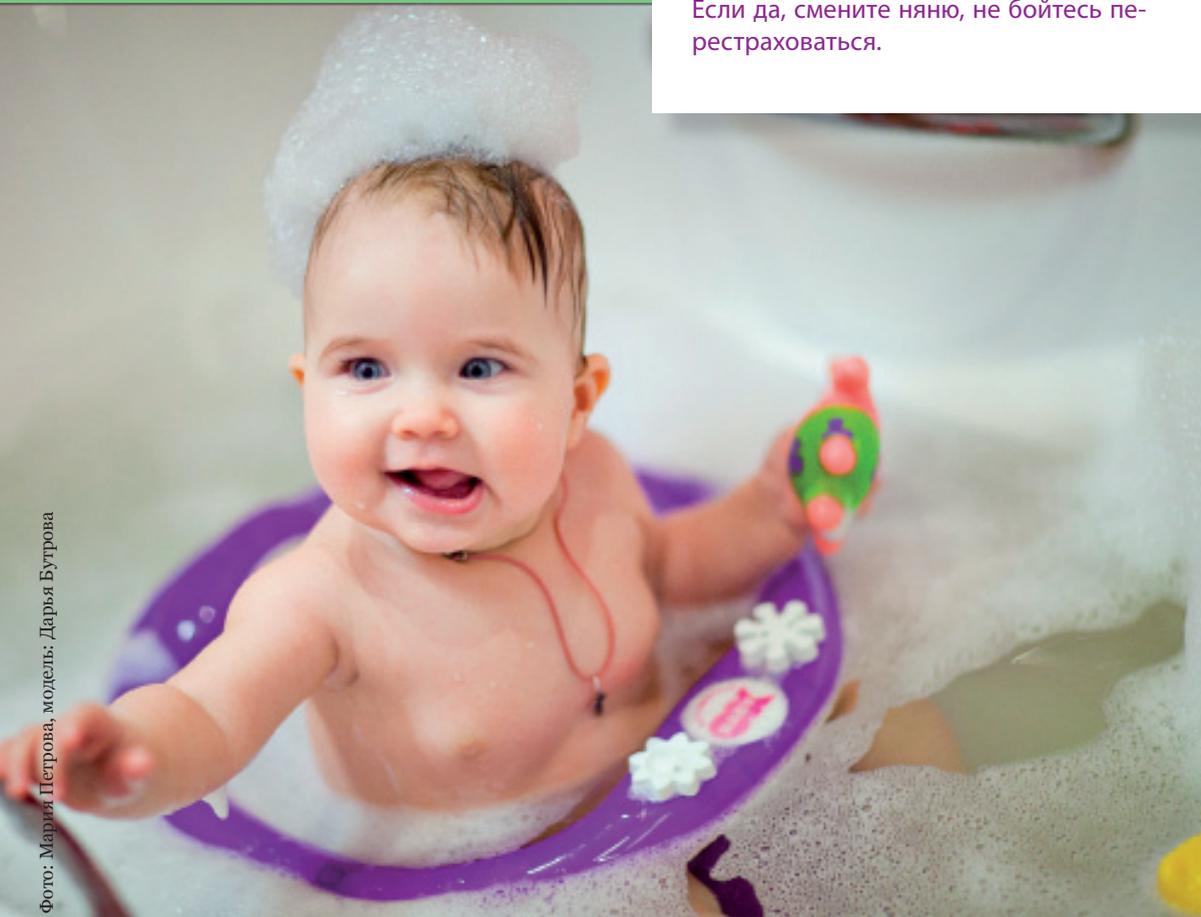


Фото: Мария Петрова, модель: Дарья Бутрова

**HAPPYLOON**  
ЛУЧШИЙ В МИРЕ  
ПАРК РАЗВЛЕЧЕНИЙ

ПРАЗДНИК ВВЕРХ  
ТОРМАШКАМИ



РЕКЛАМА

8-800-100-00-20

WWW.HAPPYLOON.COM

ТРЦ "ГАЛЕРЕЯ", 5 ЭТАЖ,  
М. ПЛОЩАДЬ ВОССТАНИЯ,  
ЛИГОВСКИЙ ПР., 30-А



# Массаж для детей

Оскар Уайльд писал: «Лучший способ сделать детей хорошими – это сделать их счастливыми».

А что может сделать счастливыми родителей, как не здоровый ребенок? Детский массаж - один из методов предупреждения, профилактики и лечения многих заболеваний у детей.

**М**ассаж - это один из способов исцеления, который влияет на все системы организма, пришедший к нам с древних времён. Массаж переводится с многих языков как прикосновение.

Массаж для детей очень сильно влияет на их хорошее физическое и нервно-психическое развитие. Прикосновение очень важно для малыша. Чем чаще мы контактируем с детьми с помощью рук, тем больше защищённости ощущает ребенок.

При детском массаже происходит огромное воздействие на нервную систему через рецепторы на коже младенца. А нервная система стимулирует развитие всего детского организма, который ещё недостаточно сформирован к моменту рождения.

Регулярный массаж для детей крайне необходим, так как является механическим раздражителем, способствующим усилению кровообращения, а это очень важно при усиленном росте всех тканей и внутренних органов младенцев.

Массаж помогает выведению шлаков, повышает сопротивляемость организма к инфекциям, усиливает лимфоток, выработку гормонов роста гипофизом, а также эндорфинов, подавляющих боль, вызывающих общее чувство благополучия, успокаивающе влияют на нервную систему, снимают напряжение. А это крайне необходимо, так как после рождения ребёнок открывает для себя целый мир всевозможных ощущений: звуков, запахов и т.д.

Колеблющаяся температура окружающей среды, урчание в собственном животике, это всё провоцирует лёгкий стресс, который вызывает мышечный спазм у детей. Частые и продолжительные стрессы детей способствуют задержке развития ребёнка. При

ежедневном массаже, ребёнок учится расслабляться в ответ на стресс, его выносливость увеличивается, улучшается его адаптация в новом мире.

Детей часто беспокоят и не дают заснуть скопившиеся в животике газы, на помощь в этом случае приходит массаж животика. Ребёнок растёт, прибавляет в весе, осваивает сложные движения, и нагрузка на костно-мышечную систему усиливается с каждым месяцем всё больше. Массаж и гимнастика для детей укрепляют её. Мы должны позаботиться о том, чтобы исключить возможность деформации позвоночника ребёнка в то время, когда он начинает сидеть, ползать, ходить.



Массаж даёт не только физическое здоровье, избавляет от многих болезней, укрепляет иммунитет, также способствует развитию умственных способностей.

При лёгком поглаживании малыша множество импульсов направляется в центры и кору головного мозга. Постигая всё новые и новые движения, младенец начинает осознано проявлять интерес к окружающему его миру.



При массаже ладонек ребёнка стимулируется его центр речи. А чем раньше ребёнок начнёт говорить, тем больше он сможет общаться с взрослыми и полнее познавать окружающий мир. Массаж, который родители проводят сами, сильнее сближает с ними ребёнка. Ребёнок растёт более любящим и отзывчивым, так как у него закрепляется

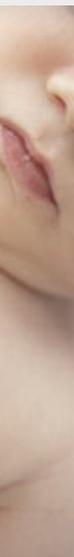


стереотип отношений к родителям, в отличие от ребёнка, не получившего достаточно любви и прикосновений.

Фундамент здоровья ребенка закладывается за 9 месяцев до его появления на свет, и в первые годы жизни.

Многое зависит от природы, но еще больше — от действий родителей, и нет у нас заботы более важной и ответственной, чем воспитание детей.





**ДЕТСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР**  
**INFANT**

Медицина для детей

на дому и амбулаторно

**ВЫЗОВ ВРАЧА НА ДОМ**

МАССАЖ, АНАЛИЗЫ,  
УЗИ, ЭЛЕКТРОФОРЕЗ,  
ПРИВИВКИ

ПРОГРАММЫ  
НАБЛЮДЕНИЯ

**600-10-03**

Санкт-Петербург,  
пр.Сизова, 25

[www.infant.spb.ru](http://www.infant.spb.ru)



# Фотопроект Ольги Галафеевой

## «Маленький эрудит»



Одежда предоставлена:  
Магазин французской одежды  
Jacadi, Невский пр. 117

*Jacadi*  
PARIS



Что болтунья Лида, мол,  
Это Вовка выдумал.  
А болтать-то мне когда?  
Мне болтать-то некогда!

Драмкружок, кружок по фото,  
Хоркружок - мне петь охота,  
За кружок по рисованью  
Тоже все голосовали.



Модель: Ксения Смирнова  
Визаж: Ирина Михайловская

Модели: Эмилия и Ариадна Чеботарева  
Визаж: Ирина Михайловская

А Марья Марковна сказала,  
Когда я шла вчера из зала:  
«Драмкружок, кружок по фото  
Это слишком много что-то.

Модели: Алина Лунева  
Визаж: Ирина Михайловская

Поднимусь на стратостате...  
Что такое это, кстати?  
Может, это стратостат,  
Когда старосты летят?



Нам задание дано -  
Чтение и грамматика.  
Я сижу, гляжу в окно  
И вдруг там вижу мальчика.

Модель: Ксения Лысенко  
Визаж: Ирина Михайловская



Я теперь до старости  
В нашем классе староста.  
А чего мне хочется?  
Стать, ребята, летчицей.

Модель: Ксения Смирнова  
Визаж: Ирина Михайловская

А болтать-то мне когда?  
Мне болтать-то некогда!



Модели: Эмилия и Ариадна Чеботарева  
Визаж: Ирина Михайловская

## Отдых

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



## Детские сады

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

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

## Развивающие клубы

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

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



## Бассейн

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

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

## Праздники

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

## Клубы для будущих родителей

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

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

### Всеволожск

Всеволожский пр., 12  
ул. Сергиевская, 10



# ЛОГОПЕД



**Р**ечь – сложная система навыков. От уровня развития речи ребенка зависит развитие высших психических функций. Формирование речи является одной из основных характеристик общего развития ребенка. Нормально развивающиеся дети обладают хорошими способностями к овладению родным языком. Ранний возраст – такой уникальный период жизни, в котором закладываются и формируются произвольное поведение, память, мышление, самосознание, сенсорные представления и речь.

Родители все больше внимания уделяют правильному развитию речи ребенка.

Не секрет, что количество детей с проблемами речи год от года стремительно растет. Для того чтобы родителям удостовериться, что речевое развитие ребенка соответствует возрастной норме или своевременно выявить и начать коррекцию речевого нарушения, родителям рекомендуется обращаться за консультацией логопеда.

Специалисты этого профиля есть в детских садах и центрах раннего развития. Важно не упустить момент и вовремя начать коррекционную терапию, так как в возрасте до 6 лет детский организм очень пла-



стичен, что создает огромные возможности для воспитания.

Процесс коррекции речи – длинный путь, который требует огромного терпения и дисциплины со стороны самого ребенка, однако только этот трудный путь может привести к хорошему результату и успешному обучению в школе.



# ОТДЫХ В



При слове Болгария в голове возникают такие красивые названия, как Солнечный Берег, Золотые Пески, Древний Несебр, Святой Константин, Балчик. Плеск волн, приятное ласкающее солнце, мягкие песчаные пляжи, дружелюбие местных жителей и вкус местной оригинальной и, хочу заметить, полезной еды.

Сегодня миллион турфирм предлагает родителям комфортный доступный отдых в Болгарии с детьми, рекламируя местных аниматоров, систему «всё включено» и определённые номера в отелях. Кому-то это подходит...

Но мне, как активному туристу, всегда хотелось чего-то большего... Объединившись с творческим и сумасшедшим на идеи и подвиги директором Детского Клуба «Эрудит», пошёл процесс нового направления «В Болгарию вместе в «ЭРУДИТОМ».

Мы объехали более 30 отелей и апартаментов в поисках лучшего. Свой выбор мы остановили на комплексе Marina Rapogamma в Солнечном Берегу, с огромной зелёной территорией и разнообразными апартаментами на любой вкус. У Вас есть воз-



возможность выбрать номер со стиральной машинкой, холодильником и даже с пылесосом. Хотя, в апартаменты вы будете приходить только поспать.

А что там еще делать, когда вокруг столько развлечений? Аниматорские программы для детей любого возраста, «развивалочки» и английский язык, спортивные эстафеты, дискотеки, вечерние шоу-программы (Пиратская вечеринка, Минута Славы, День Нептуна). Про пляжные развлечения, думаю, и рассказывать не стоит... водные велосипеды, мотоциклы, бананы; в облаках парят парашютисты, занимаются аквааэробикой будущие мамочки, мамы с малышами и дети постарше... В общем, с «Эрудитом» не соскучишься...

Конечно, данный проект – дело коллективное. И будь ты хоть семь пядей во лбу – одному с таким кропотливым трудом не справиться. Хотелся представить тех, кто очень нам помогал и помогает до сих пор (ведь многие собираются в поездку с нами в этом году уже не первый раз), а не просто перечесть фамилии в виде списка. Ведь с нами едут реальные и интересные люди!

Во-первых, это, конечно, Ладыженская Татьяна Николаевна. Официальное представление, но по имени отчеству её называют около 1000 людей. Да, не побоюсь этой цифры. Татьяна Николаевна – директор сети детских клубов «Эрудит». Дышит и живёт проектом. С каждым клиентом, решившим поехать в солнечную Болгарию, разговаривает лично. Работает на износ, добивается лучшего, решительна и серьёзна в делах. Весела и легка в общении.

Соловьева Любовь – верный спутник и друг клуба. Психолог по образованию, работает с малышами более 15 лет. Находит общий язык даже с трёхмесячным ребёнком, не говоря уже о мамочках, которые засыпают её вопросами, не отпуская после занятий.

Костюшкина Людмила – педагог по английскому. Хороша собой, стройна и очень

спортивна! Зазывая на разминку по утрам – Людмилу было и слышно и видно издали. Полна позитива и энергии, дети обожают и слушают её «с открытым ртом»! Английскую считалочку «бла бла бла» знали все в округе, даже сонные папы вторили детям на английский лад.

Пучин Глеб – тренер по бально-спортивным танцам по Санкт-Петербургу. Строг и справедлив даже с самыми маленькими. В Болгарию с нами едут ученики Глеба, и репетировать они будут на свежем воздухе или в прохладном оборудованном зале. Не бойтесь, Глеб обязательно отпустит малышек искупаться... только в перерыве между занятиями.

Не хватит разворота журнала, чтобы описать всех наших попутчиков... Вы можете почитать о них на сайте клуба «Эрудит», одно я могу сказать точно – эти люди – избранные! Эти люди – лучшие из лучших. Мы очень гордимся каждым из них.

Хочется отметить, что приглашаем мы в Болгарию всех от мала до велика – это и будущие родители, и мамы с новорожденными, и старшие дети, и бабушки, и дедушки! Мы с вами – одна большая команда! Вместе легче и интереснее!

По вопросам поездки в Болгарию с клубом «Эрудит» обращайтесь по телефону 940-50-67

# Лучший друг моего малыша

## Кишечные колики

**П**рактически всем родителям новорожденных знакома такая картина: во время кормления или вскоре после него малыш вдруг поджимает ножки к животу, резко краснеет и начинает кричать. Это – кишечные колики.

Родители, как правило, стараются сами справиться с этой неприятностью: кладут на животик малыша теплую пеленку, используют газоотводную трубочку, а порой полностью изнуренный болью ребенок засыпает сам. Однако полностью решить эту проблему не удается.

Кишечная колика – это приступообразные боли в животе, причиной которых являются нарушения двигательной функции кишечника и повышенное газообразование. Существует определенная закономерность в проявлении колик – правило «трех»: начинаются в первые три недели жизни; продолжаются около трех часов в день; продолжаются до трех месяцев.

### Как помочь?

При грудном вскармливании очень важна диета матери, при искусственном вскармливании – применение специальных смесей; целесообразно использование фитопрепаратов ветрогонного и мягкого спазмолитического действия; можно прибегнуть к симетикону, который разрушает пузырьки газа в кишечнике, облегчая его выход.

Современные исследования учёных показали эффективность при кишечных коликах пробиотика **«РЕЛА ЛАЙФ»**, который показан детям с первых дней жизни. **«РЕЛА ЛАЙФ»** содержит выделенный



изначально из женского грудного молока уникальный штамм живых кисломолочных бактерий – *Lactobacillus reuteri* Protectis. Эти бактерии расщепляют избыточную лактозу, способствуют нормализации микрофлоры кишечника, оказывают влияние на моторику кишечника. Благодаря этому они помогают новорождённому при кишечных коликах. К концу второй недели приема у 98% детей с коликами длительность плача снижается в 2 раза\*. Ребенок плачет меньше, мама спокойна!

«РЕЛА ЛАЙФ» выпускается в виде капель для младенцев и принимается один раз в день в течение всего периода колик.

Многие мамы, попробовав «РЕЛА ЛАЙФ», определили этот пробиотик, как лучшего друга своего малыша и помощника маме. Потому что эта новинка способна надежно защитить ребенка не только от кишечных колик, но и от многих других неприятностей.

Катерина, мама 3 –месячного Егора:

*«Месячного сынишку начали мучить ужасные кишечные колики. Он часами надрывно плакал, а мы измучились, не зная чем ему помочь. Что мы только не перепробовали! От привычных средств до «бабушкиных» советов. Наш педиатр посоветовала капли «РЕЛА ЛАЙФ». Я растерялась! Нужно ли такой крохе давать лекарства? Но врач объяснила мне, что это не химия, а живые лактобактерии, выделенные из грудного молока, в растворе растительных масел. Именно они помогают справиться маленькому животик у коликами. И, правда, нам это очень быстро помогло! Уже в первый день приема к вечеру вместо ожидаемого плача после кормления Егорушка спокойно заснул! К тому же это оказалось очень*

*удобно. Один раз в день я даю ему 5 капель и целый день мой малыш спокоен и весел! На прогулках я рассказала об этом другим мамам. РЕЛА ЛАЙФ помог забыть о коликах всем нашим малышам».*

Наталья, мама 5-летней Серафимы:

*«Впервые я узнала о каплях «РЕЛА» два года назад, когда семьей мы отправились отдыхать в Финляндию. Дочка подцепила ротавирусную инфекцию. Сильнейший понос грозил обезвоживанием. Встал вопрос о госпитализации. Я была в ужасе. Мы за границей, ребенку плохо! Что делать!?! Педиатр, к которому обратились по страховке, назначил нам лечение и в том числе «РЕЛА» в каплях. Буквально через несколько часов нам удалось укротить понос! А дальше Сима удивительно быстро пошла на поправку. В результате отпуск все-таки состоялся. С тех пор я покупала сама или просила знакомых привезти мне капли «РЕЛА» из Финляндии, чтобы капли всегда были в моей аптечке. Какова же была моя радость, когда я увидела в нашей аптеке препарат «РЕЛА ЛАЙФ» (так он называется в России). Теперь я спокойна, случись что-то с животиком у моей дочери – первая помощь всегда под рукой. Капли «РЕЛА ЛАЙФ» никогда меня не подводили».*

Финская компания Верман желает Вашим малышам всегда быть здоровыми и счастливыми!

Капли и таблетки «РЕЛА ЛАЙФ» можно приобрести в аптечных сетях Санкт-Петербурга:

«ОЗЕРКИ», «Фармакор», «Первая Помощь», «Фиалка».

**РЕЛА Лайф®**

# ПРАЗДНИКИ

**К**аждый из нас хочет, чтобы его ребенок на всю жизнь запомнил удивительные и веселые праздники, проведенные в кругу семьи. Мы, взрослые, можем с уверенностью сказать, что именно такие безоблачные дни навсегда остаются и в памяти, и в сердце. Ведь мы получаем столько положительных эмоций, впечатлений и приятных воспоминаний! Сделайте вашего ребенка счастливым!

Подарите ему самый волшебный День рождения в его жизни!

Для того чтобы этот праздник стал одним из самых приятных воспоминаний детства, нужно сделать его действительно незабываемым. Традиционный торт и подарки, конечно, порадуют вашего малыша, но насто-

ящее счастье ему принесет настоящая сказка. Чтобы сделать это событие особенным, родители должны потратить немало времени и усилий: сочинить оригинальный сценарий, купить подарки виновнику торжества и его маленьким гостям, выбрать костюмы, музыку, придумать конкурсы и игры. А сможете ли вы организовать шоколадное шоу, самостоятельно найти дрессированных животных, пригласить фокусников, клоунов, смешариков и заказать красивейший марципановый торт?

Мы поможем вам наполнить детский День рождения волшебством и сказкой! Мы создадим атмосферу праздника и доставим малышам море удовольствия. Наши профессиональные артисты и музыканты поднимут

Фото: Ольга Галафеев



# С «ЭРУДИТОМ»

настроение не только детям, но и взрослым. На празднике вы сможете еще вдоволь поиграть и еще больше сблизиться со своим ребенком, узнать все его желания и мечты! Что может быть лучше, чем счастливое личико любимого малыша?

Все наши актёры - настоящие профессионалы, прекрасно разбирающихся в детской психологии и умеющие найти подход к каждому ребенку. А мы подскажем, как удивить ребенка, внести в обычный день ауру праздника, сказки, чуда. Мы действительно любим свою работу, поэтому организуем детские праздники на самом высоком уровне. В этом нам помогает индивидуальный подход к каждому ребенку, к каждой семье. Мы сделаем так, что ваш малыш будет по-настоящему счастлив на празднике детства, и будет ждать следующего дня рождения, где его будут ожидать новые и новые приключения.

Кроме Дня рождения мы можем организовать самый незабываемый выпускной в детском сад, новогодний праздник, а также любое семейное торжество!

### Как заказать:

Все вопросы по организации праздника Вы можете задать по тел. **448-47-77**



фото: Ольга Галафеева

Мы превращаем мечты в реальность!

+7 921 752-34-83  
294-72-91  
[vkontakte.ru/tortvasheimchti](http://vkontakte.ru/tortvasheimchti)  
[www.tortvm.ru](http://www.tortvm.ru)

Изготовление заказных тортов

# History

GORAN

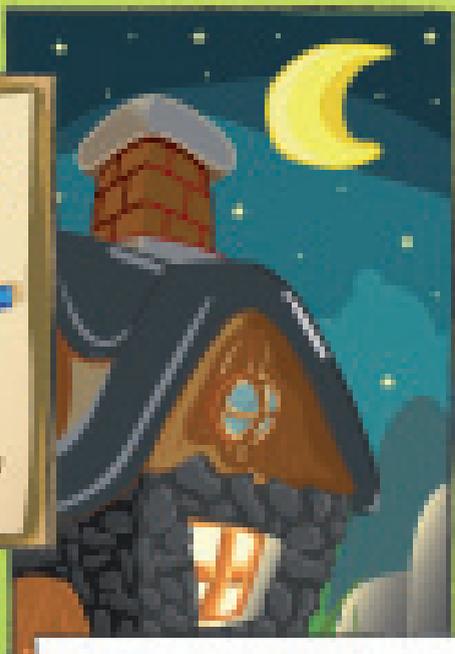
Андрей Андреевич, самый известный человек, которого вы и знаете хорошо!



И так получается, что этот красивый необычный человек - Гортензий.



У него было большое количество друзей: Анна, Лена, дядя Аркадий и маленькая Катя.



Ты не забудь, что старика Дедушка тоже очень любит подарки и очень добрый.



## раскраска



— старика Дедушка тоже очень любит подарки и очень добрый.



5-7  
KIDS

Это самый добрый друг на дружку и на покрут.  
Улыбок он не присылает, он вострый озорник,  
вскакивает и заливается так во всех забавах!  
Ты Горыныча встремкой и скорее с ним играй!

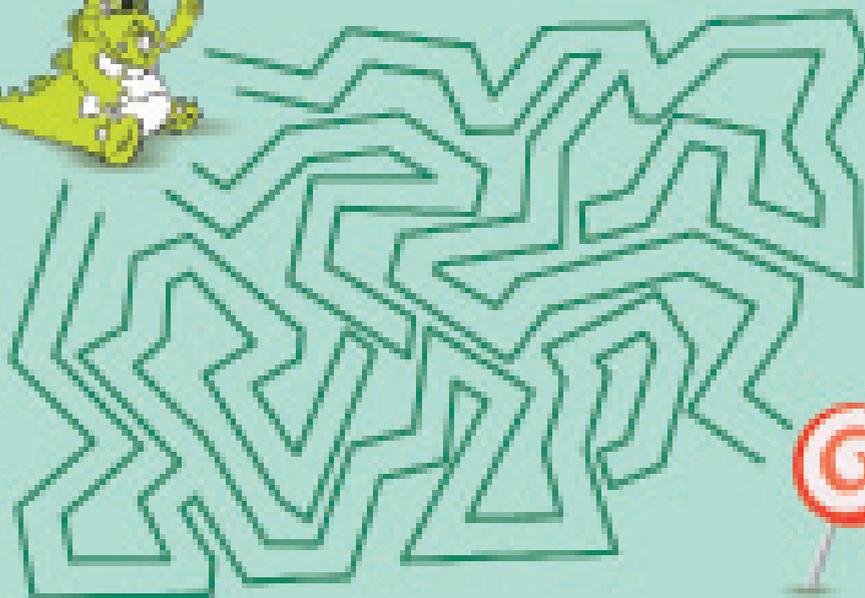
## Чей детёныш?

Найди каждому детёнышу  
мату и назови их!



# Лабиринт!

Помоги Горынычку добраться до его любимой конфеты!





# **Н**емного о нас, наших детях, бабушках и дедушках

**К**огда нам было 15, двадцатилетние казались нам стариками.

«Что он в ней нашел, она же старуха, ей уже двадцать...» - не правда ли знакомо? Когда нам под тридцать, пятидесятилетних пора свергать! «Что они понимают в нашем деле (моде, песнях, одежде, развлечениях), они чудовищно отстали от современности, они безумно старомодны!» И это знакомо? Знакомо!

Но когда нам пятьдесят, картина резко меняется. Шестидесятилетние совсем не старики, они умницы, активные, веселые и вполне современные люди, а в придачу - отличные специалисты!

Семидесятилетние – мудрецы, прекрасные друзья и такие стильные и современные, ну... почти, почти как мы...

**К** чему это я... Да к тому, что время некротимо, необратимо и уж очень быстро, и эти перемены наступают очень быстро, слишком быстро, совсем не так как нам хотелось бы.

Вчера мы - дети, подростки, молодые красавцы и красавицы, потом - родители, а вот уже и бабушки с дедушками со всеми «радостями» возраста: морщинами, забывчивостью, сентиментальностью, близкими слезами и прочими малосимпатичными вещами. Да, да, поверьте, молодые родители! Это происходит очень стремительно, вы не успеете оглянуться, как: «Бабуля, отстань, я устала, а тут ты со своими приставаниями и дурацкими поучениями».

Не нравится, коробит!? Неприятно! Ждали любви, уважения и теплых чувств, а тут упреки, требования, игнорирование, раздражение по поводу и без повода и от детей и даже от любимых, бесценных, очаровательных, самых лучших в мире внуков!

Ага! Теперь время вспомнить себя, молодых, уверенных, дерзких, и ваши слова, сказанные родителям или о родителях в сердцах, раздраженно, несколько не задумываясь, что рядом дети!

**Вчера мы - дети, подростки, молодые красавцы и красавицы, потом - родители, а вот уже и бабушки с дедушками со всеми «радостями» возраста: морщинами, забывчивостью, сентиментальностью, близкими слезами и прочими малосимпатичными вещами.**

- «Мама, ну, что ты такое говоришь, полная ерунда, я лучше тебя знаю, что делать!»

- «Опять твой папаша звонит, скажи ему, что мы не можем сегодня приехать, ну придумай, что-нибудь!»

- «Доченька, возьми трубку. Если это бабушка скажи, что нас с папой нет дома!»

- «Господи, мама, ты мне это уже пятый раз рассказываешь, ну сколько можно одно и то же!»

- «Папа, почему ты ничего не ешь? Я ста-

ралась, готовила, сколько можно капризничать, как маленький, честное слово!»

- «Ты посмотри, что твои родители подарили внуку на день рождения, как не надоест такать всякую ерунду!»

Узнаете себя, ну может не совсем так, но ведь бывает, признайтесь, точно случается.

Так вот. Именно так, а, возможно, и гораздо хуже будут говорить с вами и о вас ваши дети, а следом и ваши внуки. Дети, как известно, отлично воспринимают и навсегда запоминают все, что говорится не для них, но при них! И складывается у деток стереотип: «Бабушка и дедушка – неумные, ненужные, нелепые навязчивые, старомодные существа, отношение к которым при гостях одно – уважительное, а на самом деле совсем другое. Не стоят они нашего внимания, обойдутся!»

Вспомните старую добрую истину: «Ребенок учится тому, что видит у себя в доме, родители – пример ему!» Одним словом, своими ручками, своими непродуманными словами, своим отношением к старшим вы готовите свою будущую очень взрослую, даже пожилую жизнь. Она будет именно такой, какую вы сегодня сформируете!

И еще одна важная штука. Почему-то взрослые дети часто полагают, что родители им обязаны помогать всю жизнь! Дочь одной моей приятельницы с металлом в голосе заявляет матери по телефону: «Сегодня мы идем в гости, ты остаешься с внуком!». На возражения матери, мол, она занята, не планировала, дочь отвечает, что мать обязана, потому, что это ее внук!

А ничего она не обязана, свое материнское предназначение мама уже выполнила. Родила детей и вырастила их. Теперь, ребята,



ваша очередь! Действуйте! А мама обязательно придет к вам сама!

И если бабушка приходит к вам заниматься с внуками, помогает вам, и испытывает при этом настоящую радость и искреннее желание поддержать вас и встречает при этом ответную радость и уважение от вас — прекрасно, превосходно! Порадуемся за эту семью! В ней все правильно!

Дорогие мои молодые родители, родители умных и добрых детей! Любите и жалейте

своих родителей! Радуйте их маленькими неожиданными подарками и очаровательными сюрпризами! Просите их рассказать о ваших родных: близких и далеких! Учитесь у них готовить, шить, мастерить, музицировать, огородничать и садоводничать, петь, рисовать и читать хорошие книжки! Прививайте детям любовь и уважение к старшим, устраивайте общие праздники.



Пусть глаза ваших родителей светятся любовью и спокойствием, пусть их и ваша жизнь будет радостной и гармоничной!

И напоследок. Сегодня после того, как я написала эти заметки, я нашла в Интернете абсолютно созвучные мне мысли! Я не знаю, кто автор этих строк, но он мудрый человек! Я готова подписаться под каждым словом этого «Письма дочери»!

*«Дорогая доченька!*

*Наступит день, когда я состарюсь — и тогда прояви терпение и постарайся понять меня.*

*Если запачкаюсь за едой, если не смогу одеться без твоей помощи, будь терпелива.*

*Вспомни, как много часов я потратила, когда учила этому тебя. Если, разговаривая с тобой, буду тысячу раз повторять одно и то же — не перебивай, выслушай меня. Когда ты была маленькой, мне приходилось тысячу раз читать тебе одну и ту же сказку, чтобы ты уснула.*

*Когда ты увидишь, что я ничего не понимаю в новых технологиях — дай мне время и не смотри на меня с насмешливой улыбкой. Я так многому тебя научила: как правильно есть, как красиво одеваться, как бороться с жизненными невзгодами.*

*Если в какой-то момент я что-то забуду или утрачу нить нашего разговора — дай мне время, чтобы вспомнить. А если у меня так и не получится, не переживай. Ведь самое важное: не то, что я говорю, а то, что могу быть с тобой, что ты меня слушаешь...*

*Если вдруг у меня пропадет аппетит, не заставляй меня есть. Я сама знаю, когда мне стоит поесть, а когда — нет. Если уставшие ноги откажутся служить мне опорой — дай мне руку, как и я давала тебе свою, когда ты делала первые шаги. И если однажды я скажу тебе, что больше не хочу жить, что я хочу умереть — не злись на меня. Когда-нибудь ты меня поймешь.*

*Видя мою старость, не грусти, не злись, не чувствуй себя бессильной. Ты должна быть рядом со мной, стараться меня понять и помочь мне — как я помогала тебе, когда ты только начинала свою жизнь. Помогни мне идти дальше, помоги мне закончить свой путь с любовью и терпением. За это я награжу тебя своей улыбкой и безмерной любовью, которая никогда не угасала. Я люблю тебя, моя дорогая доченька!»*

Вспомните старую добрую истину:  
«Ребенок учится тому, что видит у себя  
в доме, родители – пример ему!»



Дата	Начало	Спектакль	Где проходит	Адрес
Чт, 1.03.12	12.00	Три поросенка	Поляна Сказок	ул. Комиссара Смирнова, д. 15
Чт, 1.03.12	18.00	Датская История	ТЮЗ	Пионерская пл., д. 1 тел. 712-41-02
Пт, 2.03.12	11.00	Сказка про Ёжика	Арт-центр «Чеширский кот»	ул. Льва Толстого, д. 9 тел. 448-77-49
Пт, 2.03.12	11.00	Куклы и клоуны	Театр марионеток им. Деммени	Невский проспект, д. 52 тел. 571-21-56
Пт, 2.03.12	11.00	Конёк-Горбунук	ТЮЗ	Пионерская пл., д. 1 тел. 712-41-02
Сб, 3.03.12	12:00	Здравствуй, Мэри Поппинс	За Черной речкой	Богатырский пр. 4, тел. 643-39-04
Сб, 3.03.12	10.30	Сказка про Щенка и его друга Цыпку	Арт-центр «Чеширский кот»	ул. Льва Толстого, д. 9 тел. 448-77-49
Сб, 3.03.12	11:00	Поросенок-самолетик	Мимигранты	Рижский пр., д. 23 тел. 251-63-28
Вс, 4.03.12	12.00	Прогулка с облаками	За Черной Речкой	Богатырский пр. 4, тел. 643-39-04
Вс, 4.03.12	11:00	Маша и медведь	Мимигранты	Рижский пр., д. 23 тел. 251-63-28
Вс, 4.03.12	11:00	Карамба-Барамба	Эрудит	Косыгина ул. 33, к.1 521-54-21
Вс, 4.03.12	11:00, 13:00, 15:00	Муха-Цокотуха	Поляна Сказок	ул. Комиссара Смирнова, д. 15
Вс, 4.03.12	11:00, 15:00	Колобок	Большой Театр Кукол	ул. Некрасова, д. 10 тел. 273-66-72
Вс, 4.03.12	11:00, 14:00	Гадкий утенок	Большой Театр Кукол	ул. Некрасова, д. 10 тел. 273-66-72
Вс, 4.03.12	12:00	Ехала деревня мимо мужика	Комедианты, государственный драматический театр	Лиговский пр., д. 44 тел. 764-81-14
Вс, 4.03.12	12:00	Аладдин	Мюзик Холл	Александровский парк, д. 4 тел. 232-92-01
Вт, 6.03.12	11:00	Неделя, полная суббот	ТЮЗ	Пионерская пл., д. 1 тел. 712-41-02

# афиша



Эрудит<sup>SPB</sup>

Дата	Начало	Спектакль	Где проходит	Адрес
Вт, 6.03.12	10:00	Аистенок	Эрудит	Коммуны ул. 61, тел. 521-54-21
Ср, 7.03.12	11:00	В гостях у солнышка	Эрудит	Комендантский пр. 8, к. 1 тел. 340-41-95
Ср, 7.03.12	11:00	Сказка о соловье, императоре и смерти	Зазеркалье	ул. Рубинштейна, д. 13 тел. 712-50-00
Ср, 7.03.12	12:00	Путешествие Колобка	Поляна сказок	ул. Комиссара Смирнова, д. 15 тел. 438-80-98
Чт, 8.03.12	12:00	Аппетитные сказки	За Черной Речкой	Богатырский пр. 4, тел. 643-39-04
Чт, 8.03.12	11:00, 14:00	Дюймовочка	Театр Марионеток им. Деммени	Невский проспект, д. 52 тел. 571-21-56
Чт, 8.03.12	11:00	Пирог с морковкой	Артефакт	ул. Зверинская, д. 38 тел. +7 (952) 218-98-06
Чт, 8.03.12	11:30, 14:00	Слоненок	Большой театр кукол	ул. Некрасова д. 10, тел. 273-66-72
Чт, 8.03.12	12:00, 14:30	Мой Карлссон	Karlsson Haus	наб. реки Фонтанки, д. 50 тел. 764-31-90
Пт, 9.03.12	12:00	Урфин Джус или тайна трёх камней	За Черной Речкой	Богатырский пр. 4, тел. 643-39-04
Пт, 9.03.12	10:30	Сказка про Щенка и его друга Цыпку	Арт-центр «Чеширский кот»	ул. Льва Толстого, д. 9 тел. 448-77-49
Пт, 9.03.12	11:00	Чудный день в Тили- Мили-Трямдии	Мимигранты	Рижский пр., д. 23 тел. 251-63-28
Пт, 9.03.12	11:00, 14:00	Три поросенка	Три поросенка Большой театр кукол	ул. Некрасова д. 10, тел. 273-66-72
Пт, 9.03.12	12:00	Микробус и Бактерикус	Кукольный формат	тел. 906-04-57
Сб, 10.03.12	11:00, 13:00	Теремок	Бродячая собачка	проспект Стачек, д. 59 тел. 783-43-27
Сб, 10.03.12	11:00	Лиса Патрикеевна	Мимигранты	Рижский пр., д. 23 тел. 251-63-28
Сб, 10.03.12	12:00	Остров сокровищ Балтийский дом	Балтийский дом	Александровский парк, д. 4 тел. 232-35-39

Дата	Начало	Спектакль	Где проходит	Адрес
Вс, 11.03.12	12:00	Кот в сапогах	Театр драматических импровизаций	пр. Стачек, д.72 тел. +7 921-097-28-17
Вт, 13.03.12	11:00	«Про Иванушку-дурачка»	ТЮЗ	Пионерская пл., д. 1 тел. 712-41-02
Вт, 13.03.12	11:00	Красная Шапочка	Бродячая Собачка, театр кукол	проспект Стачек, д. 59 тел. 783-43-27
Вт, 13.03.12	11:00	Бука	Эрудит	Ул. Солдата Корзуна д. 4, тел. 411-29-01
Ср, 14.03.12	11:00	Лисенок, который не хотел быть хитрым	Бодячая Собачка, театр кукол	проспект Стачек, д. 59 тел. 783-43-27
Ср, 14.03.12	10:00	В гостях у Солнышка	Эрудит	Всеволожск Сергеевская ул., 10 тел. 448-47-77
Пт, 16.03.12	11:00	Сказка про ежика	Арт-центр «Чеширский кот»	ул. Льва Толстого, д. 9 тел. 448-77-49
Пт, 16.03.12	11:00	Забавная сказка о Плуфте, маленьком призраке	Большой театр кукол	ул. Некрасова, д. 10
Сб, 17.03.12	12:00 14:00	Русалочка - ПРЕМЬЕРА	За Черной Речкой	Богатырский пр. 4, тел. 643-39-04
Сб, 17.03.12	11:00, 14:00	Теремок	Санкт-Петербургский государственный театр марионеток имени Е.С. Деммени	Невский проспект, д. 52 Тел. 571-21-56;
Вс, 18.03.12	11:00	В гостях у солнышка	Эрудит	Светлановский пр. 70, к. 1 тел. 590-54-33
Вс, 18.03.12	12:00, 14:00	Русалочка - ПРЕМЬЕРА	За Черной Речкой	Богатырский пр. 4, тел. 643-39-04
Вс, 18.03.12	11:00, 13:00	Три поросенка	Бродячая Собачка, театр кукол	Проспект Стачек, д. 59 тел. 783-43-27
Вс, 18.03.12	12:00	Любимая игрушка	Зазеркалье	ул. Рубинштейна, д. 13 тел. 712-50-00
Ср, 21.03.12	11:00	Маленькая Баба-Яга	Эрудит	Светлановский пр. 70, к. 1 тел. 590-54-33
Ср, 21.03.12	10:00	Про Иванушку-дурачка	ТЮЗ	Пионерская пл., д. 1 тел. 712-41-02
Чт, 22.03.12	11:00	Теремок	Эрудит	Комендантский пр. 8, к. 1, тел. 340-41-95



Дата	Начало	Спектакль	Где проходит	Адрес
Чт, 22.03.12	10:00	В гостях у солнышка	Эрудит	Ул. Коммуны 61 тел. 521-54-21
Пт, 23.03.12	11:00	Сверчок на печи	Зазеркалье	ул. Рубинштейна, д. 13 тел. 712-50-00
Пт, 23.03.12	11:00	Датская история	ТЮЗ	Пионерская пл., д. 1 тел. 712-41-02
Сб, 24.03.12	11:00	Лиса Патрикевна	Эрудит	Всеволожск, Всеволожский р. 12, тел. 642-65-04
Сб, 24.03.12	11:00	Колыбельная для мышонка	Мимигранты	Рижский пр., д. 23 тел. 251-63-28;
Сб, 24.03.12	11:00	Один дома	Артефакт	ул. Зверинская, д. 38 тел. +7 (952) 218-98-06
Вс, 25.03.12	11:00	В гостях у Солнышка	Эрудит	Светлановский пр. 70, к.1 тел. 590-54-33
Вс, 25.03.12	11:00	Дорогою Добра	Эрудит	Комендантский пр. 8, к. 1 тел. 340-41-95
Вс, 25.03.12	11:00	Теремок	Эрудит	Ул. Косыгина 33, к.1 тел. 521-54-21
Вс, 25.03.12	11:00	Светофорье	Эрудит	Ул. Солдата Корзуна д. 4 тел. 411-29-01
Вт, 27.03.12	12:00	В Гостях у Андерсена	За Черной речкой	Богатырский пр. 4, тел. 643-39-04
Ср, 28.03.12	10:00	Светофорье	Эрудит	Всеволожск, ул. Сергеевская д.10 тел. 448-47-77
Ср, 28.03.12	11.30	Светофорье	Эрудит	Всеволожск, Всеволожский пр. 12 тел. 448-47-77
Ср, 28.03.12	12:00	Урфин Джус или тайна трёх камней	За Черной речкой	Богатырский пр. 4, тел. 643-39-04
Чт, 29.03.12	12:00	Здравствуй, Мэри Поппинс	За Черной речкой	Богатырский пр. 4, тел. 643-39-04
Пт, 30.03.12	12:00	Русалочка -ПРЕМЬЕРА	За Черной речкой	Богатырский пр. 4, тел. 643-39-04
Сб, 31.03.12	12:00	Прогулка с облаками	За Черной речкой	Богатырский пр. 4, тел. 643-39-04

## Песочница

У Мишки - крышки,  
У Лешки - ложки,  
У Дашки - чашки,  
У Людки - посудка.

Петров Иван принес стакан,  
А Кошкин Антон- аж бабушкин бидон.  
Как много всего!!!  
А у Лельки - ничего....  
Вот незадача,  
Сидит Лелька - плачет!

Подошел Мишка:  
«Возьми, Лелька. крышку»  
А Лешка дал ложку,  
А Людка и Дашка - два блюда и чашку,  
А Ванька с Антошкой - вот смех!  
Сказали: «Стакан и бидон- для всех!»

И пошла игра  
У всего двора!  
Из песка - все можно:  
И дворцы и пирожные,  
Можно лодку, а можно дачу!  
И никто не плачет!



## Алена и Кот

Подарили Алене кота!  
Думала, кот - красота,  
А кот - одна маета!  
Где хочет писает,  
Где хочет - какает,  
Да еще и руки царапает!

Молоко пьет, а варенье не ест...  
Три котлеты - в один присест!  
И не дает себя гладить...  
Нечего рассказать в садике.

Неправильный кот, неласковый  
Не то, что в маминной сказке,  
Там кот вокруг дерева ходит,  
Всякие сказки заводит!  
А это какой-то бесстыжий  
И цвет непонятный, не рыжий!

Мама села к Алене на кровать  
Сказала: «Надо кота воспитать!  
Показать - где туалет,  
Не давать много котлет,  
Не тискать, не таскать»,  
А любить и понимать»

Прошел год! Ах, какой стал кот!  
Уже не бесстыжий, а красивый, рыжий,  
Воспитанный, образованный  
Правильно организованный.

Все знает! Где надо гуляет,  
Спит на диване, моется в ванне.  
Кот, хоть и не вдруг,  
Стал Алене - друг!  
И она его любит и гладит  
И даже водила в садик!

Татьяна Букурова

название рубрики

Эрудит<sup>SPB</sup>

ЦЕНТР РАННЕГО РАЗВИТИЯ



www.smeshariki.ru  
ОСТРОВ



Развивающие занятия для детей от 3-х месяцев до 9 лет

**Детский сад**

**VIP**

**ПОЛНОГО И**

**НЕПОЛНОГО ДНЯ**

**340-41-95**

**938-81-50**

**ул. Капитанская, 4**



**Baby Sport**

**Более  
300 моделей**

**Спорткомплексы  
для дачи**



**Детские  
площадки**

**Спорткомплексы  
для дома**



**Батуты**



**Качели, горки,  
домики**



**Электромобили**



**Детская  
мебель**



**Бесплатная  
доставка, сборка!**

**и многое другое**

**Каждому  
покупателю—  
дисконтная  
карта!**

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