

ЭРУДИТ

СПб

Алиса
Гребенщикова

О СВОИХ ТВОРЧЕСКИХ
ПЛАНАХ И СЫНЕ АЛЕШЕ

Павел Раков:
великий и
прекрасный

О ЖЕНЩИНАХ,
СЕМЬЕ, УСПЕХЕ И
МОТИВАЦИИ

ФОТОПРОЕКТ
*Весеннее
настроение*



МАЙСКИЕ ПРАЗДНИКИ МИНИ-ОТПУСК В КРУИЗЕ ПО БАЛТИЙСКОМУ МОРЮ

**1 ДЕНЬ
В КРУИЗЕ**

Princess Maria
Петербург - Хельсинки

30.04, 2.05, 4.05, 6.05, 8.05

ОТ
3300*
рублей
за каюту

**3 ДНЯ
В КРУИЗЕ**

Princess Anastasia
Петербург - Хельсинки -
Стокгольм - Таллин

29.04, 3.05, 7.05



ST. PETER LINE

337 2060
www.stpeterline.com



*Указана минимальная стоимость на каюту класса B2V на отправления парома Princess Maria в мае. Количество мест ограничено. Топливные, портовые сборы, питание и другие услуги компании оплачиваются дополнительно. Оплата топливных и портовых сборов обязательна. Подробности на сайте, в офисах продаж и у туроператоров.

ЖУРНАЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ УМНЫХ ДЕТЕЙ

ЭРУДИТ

№32 МАРТ 2015

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

РЕДАКЦИЯ:

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

Отдел рекламы: (812) 642-00-37

www.eruditpress.ru



На обложке:
Алиса Гребенщикова
со своим сыном
Алешей.

Журнал зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций.

Свидетельство ПИ № ТУ78-00996 от 24 октября 2011 г.

Учредитель и издатель журнала: ООО «Система»

197374, Санкт-Петербург, Мебельная ул., д. 1, корп. 2

Тираж: 30 000 экз.

Отпечатано в типографии «Премиум Пресс»

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



ДЕТСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР



Для малыша:

- Наблюдение доверенного педиатра
- Консультации узких специалистов
- Массаж с элементами гимнастики
- Мануальная терапия
- Рефлексотерапия
- Физиотерапия
- Занятия с логопедом
- Логопедический массаж
- Занятия с психологом и дефектологом
- Лабораторная диагностика

Все услуги предоставляются на дому и в детском центре!

Для мамы и малыша:

- Патронаж новорожденных
- Грудничковое плавание
- Консультации по грудному вскармливанию
- Программа «Здоровый малыш»
- Обучение «родительскому массажу»
- Уход за ребенком в первый год жизни
- Юридические консультации



*Родник - с заботой о вас и
ваших детях!*

КОЛОНКА РЕДАКТОРА 6

С НАМИ РАБОТАЛИ 8

ВЫБОР РЕДАКЦИИ 9

НОВОСТИ 10-15

ДЕТИ ЖДУТ 22-23

БУДУЩИМ РОДИТЕЛЯМ:

Омега-3: укрепляем здоровье весной 24-25

Партнерские роды 30-31

КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ:

Зачем сохранять стволовые клетки ребенка? 34-36

Логопедический массаж 42-43

ПОКОЛЕНИЕ SPORT:

Как выбрать лучшую детскую площадку для дачи 44-46

Физкультурно-оздоровительный комплекс при политехническом колледже городского хозяйства 48-49



АЛИСА
ГРЕБЕНЩИКОВА

16-20

СЧАСТЬЕ БЫТЬ ВДВОЕМ

26-28



ДЕТСКИМ ЗУБКАМ
ОСОБОЕ ВНИМАНИЕ!

38-40



ПОТРЯСАЮЩЕЕ ЛЕТО
С «ЭРУДИТОМ»
В БОЛГАРИИ!

52-55



ВЕСЕННЕЕ
НАСТРОЕНИЕ

60-68



ЛЕТНИЕ ДАЧИ
«ЭРУДИТ»

84-85



БИБЛИОТЕКА 50-51

СОВЕТЫ ЮРИСТА:

Материнский капитал
на улучшение жилищных условий 56-59

СЕМЬЯ. УСПЕХ:

Павел Раков:
великий и прекрасный 70-74

Важность раннего творческого развития
для детей дошкольного возраста 76-77

Идеальный гардероб
счастливой женщины 78-79

Карьера и семейное счастье:
совместить нельзя что-то забросить 80-83

СВОИМИ РУКАМИ:

Все, что нужно для принцессы 86-88

СВЕТСКАЯ ХРОНИКА 90-93

КОЛОНКА РЕДАКТОРА

Скоро умоют город теплые майские дожди, и ваш маленький «бесенок» с искренней улыбкой сможет счастливо шлепать по лужам около дома. Город наполнится солнечным светом, и тысячи перелетных птиц возвратятся в свои края, чтобы радовать нас своим мелодичным щебетанием. Весна, она уже с нами! Небо уже голубое и высокоч, пусть вам захочется танцевать, любить и творить! Радуйтесь, напейтесь вдоволь этого пахнущего корюшкой и ушедшим льдом воздуха, позвольте чудесам и глупостям быть в вашей жизни! Ветер в голове — не всегда плохо, чердак нуждается в периодическом проветривании! Помните, самые большие глупости мы делаем с умным и серьезным выражением лица!

А чтобы весна-2015 стала еще более запоминающейся, мы проводим для вас и всех чудесных будущих мам весеннюю сессию нашего традиционного конкурса красоты беременных «New Life — сделано с любовью», и ждем вас всех 29 марта в «Чаплин-Холл». Мы очень стараемся сделать этот праздник для вас поистине роскошным, и потому очень волнуемся от предвкушения самого события. Мне лично хочется закрыть глаза, а открыть уже в великолепном зале, в красивом платье — и главное, все готово и все идеально. Ждем вас, дорогие друзья, на нашем очередном красивом и атмосферном событии весны!

Будьте с нами и будьте счастливы!



Валентина Паченцева,
главный редактор



Формула здоровья®

для самых маленьких

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

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

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

Ренессанс®
страхование

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



Татьяна Лепота

Парикмахер-визажист.

Создавала весенний макияж и прически для участниц фотопроекта.



Ольга Высоцкая

Стилист-имиджмейкер, ведущая авторских тренингов по стилю и выездных семинаров в Европе.

Подбирала образы для участников фотопроекта.



Андрей Мишуров

Фотограф. Любит фотографировать людей и считает наблюдение за живыми эмоциями сквозь объектив настоящим творческим приключением.
vk.com/mishurov7



Юлия Сватковская

Фотограф, родом из Екатеринбургa. В Петербург приехала в 2009 году, тогда и началась ее активная фотодейтельность. Больше всего любит снимать то, что дышит, живет и излучает эмоции. Постоянно старается развиваться, следовать целям и воплощать мечты в реальность.

Снимала фотопроект «Весеннее настроение».



Юлия и Никита

Молодые видеооператоры, прикомом с холодного Урала приехали покорять Питер своими вдохновенными видео работами!
vk.com/julysummer_s
vk.com/sfera_69

Снимали ролик с участниками фотопроекта «Весеннее настроение».



Екатерина Мурашова

Стилист-имиджмейкер. Стиль для Екатерины — это одно из самых эффективных средств самовыражения, отражение внутреннего состояния и возможность сделать мир ярче.

Подбирала образы для участников фотопроекта.



Мария Калашникова
Директор издания.

Женские часы Fossil удачно сочетают в себе модный дизайн и отличную функциональность. Ассортимент бренда настолько богат, что найти себе подходящий аксессуар сможет как успешная деловая женщина, так и жизнерадостная яркая девушка. Для себя я выбрала часы Fossil с нежно-голубым циферблатом, они полностью выполнены из стального сплава, стрелочный указатель даты, дня недели и времени суток. На данный момент модели от этой торговой марки характеризуются разнообразностью и оригинальностью. С такими часами вы не останетесь незамеченной и в то же время будете индивидуальной и стильной.



Татьяна Ладыженская
Издатель.

Вот и наступила весна, пора ярких красок и обновок! Стильные и модные кроссовки New Balance добавят в вашу жизнь еще немного яркости!



.....



Анастасия Окулич
Менеджер по рекламе.

Мюсли «ОГО» запеченные с орехом. Лучший вариант сбалансированного завтрака для тех, кто хочет начать свой день с хорошим настроением. Вкусный продукт с натуральными ингредиентами!



Валентина Паченцева
Главный редактор.

Стильное платье от шведского премиального бренда Livly для маленькой королевы! Моя малышка чувствует себя в этом платьице не просто красавицей и настоящей леди, но и очень комфортно, так как оно сделано из натуральных материалов, что соответствует высоким стандартам бренда. Пастельные тона платья подойдут к любому событию и торжеству.



www.livly-russia.ru
vk.com/livlyrussia
Бутик Livly: Приморский пр., д. 72, ТРК Питерлэнд, 3-й этаж.



II ФЕСТИВАЛЬ КИТАЙСКОЙ КУЛЬТУРЫ «ПРАЗДНИК ВЕСНЫ»

7 марта 2015 года в 6-м павильоне «ЛенЭкспо» прошел II фестиваль китайской культуры «Праздник весны». Посетителей ждала тематическая ярмарка, насыщенная шоу-программа с участием циркачей и исполнителей китайских народных песен, танцами, выступлениями мастеров ушу, чайной церемонией, настольными играми. А еще мастер-классы, театрализованные интерактивные постановки, загадочные квесты, погружение в виртуальное пространство. В рамках мероприятия можно было попробовать блюда китайской кухни, узнать премудрости выбора и заваривания чая, приобрести интересные товары: национальные украшения, роскошные кимоно, изящные китайские фонари, природную косметику, причудливые веера и другие вещицы, которые вряд ли встретишь в обычных магазинах.



Организаторы мероприятия:
«Вектор-экспо», «ЭкспоФорум-Интернэшнл»
и «Российско-китайский деловой центр»,
при поддержке Генерального консульства
Китая в Санкт-Петербурге.
vk.com/china.new.year

НОВАЯ ДЕТСКАЯ КОМНАТА В РЕСТОРАНЕ GINZA

Мы открываем филиал Хогвартса во флагманском ресторане Ginza Project!

Школа чародейства и волшебства Хогвартс распахивает свои двери для самых маленьких гостей ресторана Ginza! Наша новая детская комната в точности повторяет интерьер самого известного в мире магического учебного заведения, а стены украшены портретами выдающихся учеников: Гарри Поттера, Рона Уизли и Гермионы Грейнджер. Здесь каждый ребенок почувствует себя частью увлекательного и неизведанного мира магии! Игры здесь станут интереснее, а мультки красочнее, так что порой даже не хочется прерываться на обед!

Ждем вас всей семьей в ресторане Ginza!



Санкт-Петербург, Аптекарский пр., 16
+7 (812) 640-16-16
Няня в детской комнате
работает по следующему графику:
среда, четверг, пятница — с 17:00 до 22:00,
суббота, воскресенье — с 13:00 до 22:00.

ДЕТСКИЙ ПАСХАЛЬНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ ИСКУССТВ В МУЗЕЕ ФАБЕРЖЕ

Музей Фаберже приглашает детей от 7 до 15 лет и их родителей на детский пасхальный фестиваль, который состоится в Шуваловском дворце в период с 12 апреля по 10 мая 2015 года.

Насыщенная событиями программа фестиваля, которая сочетает в себе разные виды искусств, станет прекрасным пасхальным подарком для всей семьи. Вас ждут специальные экскурсионные программы по истории пасхального яйца, мастер-классы под руководством профессиональных художников, выставка детского рисунка. Каждую неделю в

Белоколонном зале музея Фаберже проходят музыкальные концерты и постановки от известных артистов. На каждом мероприятии фестиваля дети станут не просто зрителями, но активными участниками творческого процесса, смогут попробовать свои силы в разных видах искусства. Центральным художественным событием фестиваля станет выставка современного фарфора, представленная Императорским фарфоровым заводом. Посетители выставки увидят произведения художников завода, посвященные празднику Пасхи.

Билеты на фестиваль можно приобрести в кассе музея или на сайте www.fabergemuseum.ru Музей открыт для посещения с 10:00 до 20:45 ежедневно, кроме пятницы, по адресу: Санкт-Петербург, набережная реки Фонтанки, 21.



12.04 - 10.05

ЭКСКУРСИИ, ВЫСТАВКИ,
КОНЦЕРТЫ, МАСТЕР-КЛАССЫ

подробная информация на сайте WWW.FABERGEMUSEUM.RU
Шуваловский дворец, набережная Фонтанки, 21

Организатор фестиваля:



Партнеры фестиваля:



СНЯТО! ДЕТСКИЙ ФИЛЬМ «САМЫЙ РЫЖИЙ ЛИС»

В феврале на киностудии «Ленфильм» прошел финальный съемочный день детской сказки «Самый рыжий лис» режиссера Александры Стреляной. На съемочной площадке четырнадцать детишек разного возраста, все одеты и причесаны соответственно эпохе. Волшебная сказка задумана в стиле средневековой северной Европы. Фильм снят по оригинальному сценарию Александры Стреляной. Режиссера вдохновляли сказки братьев Гримм, Г.Х. Андерсена, старинные европейские баллады и простодушные стихи Роберта Бернса. Специально к фильму художниками были изготовлены удивительные декорации, цех реквизита создал более ста оригинальных предметов. Для фильма были изготовлены маски зверей и вырезаны из дерева куклы, воссоздающие образы животных, которые принимали участие в съемках наравне с детишками.

В этой истории игрушки, созданные добрым отцом, который никак не может рассмешить



свою дочь, оживают и попадают в волшебный лес, где начинается его хитроумные деяния рыжий лис. В последний съемочный день Александра как раз работала над тем, как дети встречают своих друзей-игрушек из магического леса.

Одну из главных ролей исполнил ученик 4-го класса петербургской школы Даниэль Гедик. Александра выбрала Даниэля среди множества детей, которые проходили кастинг к проекту в 2013 году. Мальчик запомнился режиссеру неординарной внешностью, чувством юмора и готовностью к серьезным испытаниям съемочного периода. Во время съемок малыш полностью оправдал ожидания постановщиков.



ФЕСТИВАЛЬ СКАЗОК «ЧЕРДАК»

В последний день зимы прошел большой фестиваль сказок «Чердак». Гости окунулись в праздничную атмосферу волшебства, ведь их окружали герои любимых сказок и настоящая магия. Каждый мог найти себе занятие по душе: замечательные мастер-классы, интерактивные представления, любимые мультфильмы. Взрослые и дети получили массу впечатлений, нафотографировались и улыбками проводили зиму.

КОНКУРС «ДИЗАЙНЕР ГОДА»

С 5 марта по 26 апреля в Санкт-Петербурге пройдет конкурс для школьников 5-11-х классов «Дизайнер года» от Модного дома Кати Андержановой и детского агентства Masaronis Kids. Юным дизайнерам предложено пофантазировать на темы: «школьная форма моей мечты», «мое платье на выпускной», «платье эпохи Екатерины II». Счастливицков, прошедших конкурсный отбор, ожидает погружение в мир моды: мастер-классы от Кати Андержановой и агентства Masaronis Kids. По эскизам детей будут созданы наряды, и участники сами представят конкурсную коллекцию в финале, который феерично пройдет в рамках фестиваля Kids Fest в ТЦ «Экополис» 26 апреля. Жюри конкурса выберет трех победителей и награ-



дит всех участников, прошедших конкурсный отбор. Наряд, занявший первое место, будет подарен своему автору, который и станет дизайнером года!



3 Апреля 2015 г. в 20:00 на Новой сцене Александринского театра пройдет сенсационный показ авторской эксклюзивной коллекции «Сказочный транзит» от неподражаемой Анны Овчинниковой. Дефиле пройдет под патронажем Fashion Syndicate St.Petersburg в рамках официальной «Недели моды» — сезон FW 2015-2016. Член синдиката моды модельер Анна Овчинникова вот уже 22 года радуется поклонников своими работами. Коллекция «Сказочный транзит» посвящается году лите-

ратуры в нашей стране. Модельер продолжает экспериментировать с цветными принтами. Красочная, смысловая атмосфера коллекции возвращает нас к истокам и заставляет вспомнить о том добром и светлом, что было в нашем детстве! Юные модели перенесут нас в мир сказок Пушкина, Аксакова, Бажова: «12 месяцев», «Аленький цветочек», «Царевна Лебедь» — любимые всеми сказочные мотивы оживут в великолепных принтах на натуральных тканях. Аутентичная идея «Сказочный транзит» — это уникальный вояж по сказкам нашего детства; коллекция не только отличается безупречным стилем, но и позволяет нам окунуться в волшебный и добрый мир истинно русской сказки, заставляет вспомнить о светлых психологических основах бытия, о том, что добро обязательно победит и «красота спасет мир»! Благодарим Анну Овчинникову за потрясающую задумку и безупречное исполнение!



Группа компаний «Восток» открыла **шестой «Луна-парк» в Санкт-Петербурге**. Новый парк работает с 7 марта рядом с ТРЦ «МЕГА-Парнас» у входа в гипермаркет «Оби». Этот парк, как и предыдущие, построен по следующим принципам:

- не вы идете на аттракционы — аттракционы идут к вам, туда, где вы бываете часто и с удовольствием;
 - в парке установлены те аттракционы, которые пользовались наибольшим успехом в других луна-парках;
 - в парке используется только новое оборудование, и каждый год оно будет обновляться на 30-50%;
 - делается все возможное для безопасности, вашей и детей (в этом компании помогают специалисты Ростехнадзора Санкт-Петербурга). За 15 лет работы парков с посетителями не произошло никаких инцидентов.
- В парках проводятся акции для посетителей.

Информацию о парках, аттракционах, ценах на билеты, можно посмотреть на сайте www.vostokpark.ru

Naty
BY NATURE BABY CARE

Компания Natty основана Марлен Сандберг в Швеции и представляет широкий ассортимент товаров личной

гигиены из натуральных материалов для детей и женщин, а также детский текстиль. Продукция Natty — это выбор ответственных родителей с заботой о здоровье женщин и малышей. Более 15 лет назад Марлен Сандберг, став матерью двух мальчиков, задумалась об использовании подгузников и других средств личной и детской гигиены. В то время она была успешным юристом в крупной компании и думала о том, что мы делаем с окружающей нас природой. На

данный момент подгузники Natty — номер один среди натуральных одноразовых подгузников в основном благодаря философии Марлен. «Я открыла свою компанию с желанием создать удобный и практичный продукт для современных родителей, проявляющих заботу о своих детях и окружающем мире, в котором мы все живем. Все продукты Natty, как для детей, так и для женщин, 100-процентно натуральные, высококачественные и удобны в использовании». В Natty вы не найдете ароматизаторов, хлора, пластика, отдушек. В Natty вы найдете качество и удобство для вас и ваших малышей.

ГАЛИНА КИРМЕЛЬ

Редакция журнала встретила с юной и талантливой вокалисткой, своей бессменной помощницей на всех мероприятиях Галиной Кирмель. Галя рассказала нам, как начала заниматься музыкой, какую роль играет сцена в ее жизни и какие грандиозные цели она ставит себе на будущее!

Галя, расскажи, как ты начала заниматься вокалом.

В детстве я пела с дедушкой — он играл на пианино старые советские и военные песни, а я подпевала. Он не знает ни одной ноты, но на пианино может подобрать любую мелодию. Потом в четыре года меня мама отдала на пение и на фортепиано в ДПШ. В семь лет я поступила в музыкальную школу. Я была неусидчивым ребенком, спасибо моим учителям за терпение!



Ты очень волновалась, когда первый раз вышла на сцену? Что это было за выступление?

Я пою перед залом с четырех лет, первый раз не волновалась, но зато мама так перенервничала, что не ела целый день. Я пела в ДПШ на музыкальном вечере «Голубая гостиная» песню «Про друзей».

Есть ли у тебя кумиры в профессиональном плане, которым ты симпатизируешь и успех которых хотела бы повторить?

Первым примером и авторитетом для меня является мой преподаватель по джазовому вокалу Ирина Анатольевна Аверина, а из людей из музыкального шоу-бизнеса мне нравится Максим Фадеев и Градский. Из исполнителей ничью судьбу повторять не хотелось бы, потому что считаю свою жизнь и себя единственной и неповторимой. Пусть кто-то будет в тысячу раз лучше меня. Я буду смотреть на его качества: упорство, трудолюбие — и развивать их в себе для того, чтобы заниматься любимым делом — петь и добиваться успеха.

О чем сегодня ты мечтаешь?

Мечтаю, чтобы мне купили велосипед.

Какие у тебя планы на ближайшее будущее?

Поехать на шоу «Голос».



Алиса Трещенишкова

АЛИСА, НЕДАВНО ВЫ ВМЕСТЕ С ОКСАНОЙ ФЕДОРОВОЙ, МАКСИМОМ ДОМНИНЫМ И ДЕТСКОЙ ГРУППОЙ «ХИТРЮШКИ» ПРИНЯЛИ УЧАСТИЕ В СЪЕМКАХ КЛИПА «МАМИНА КОЛЫБЕЛЬНАЯ», КОТОРУЮ ПОСВЯТИЛИ ВСЕМ НАСТОЯЩИМ И БУДУЩИМ МАМАМ. А ЧТО ДЛЯ ВАС ЗНАЧИТ БЫТЬ МАТЕРЬЮ?

Когда у меня родился сын, в моей жизни появилась осмысленность. Все, что я делала до этого, было больше похоже на порхание бабочки, легкое и ради себя. Алеша ситуацию изменил в корне, благодаря ему я научилась смотреть по сторонам, благодаря Алеше я взрослею и, наверное, обретаю себя. Узнаю себя настоящую. ОПЫТ ВАШИХ РОДИТЕЛЕЙ КАК-ТО ПОВЛИЯЛ НА ВОСПИТАНИЕ АЛЕШИ? КАКИЕ ПРАВИЛА ИЗ ЭТОГО ОПЫТА ВЫ ВЫНЕСЛИ?

Мои родители — люди вне возраста, коммуникабельные и очень живые. В моей семье не было бессмысленных строгих запретов, если родители хотели меня предостеречь, они объясняли, почему стоит поступить так, а не иначе, и чем может быть опасно то или иное мое действие. И папа был особенно терпелив в этих беседах. Я с Алешей общаюсь примерно в этом же ключе. Мы договариваемся о многих вещах, хотя мне кажется, что я строже, чем моя мама. Главное правило, усвоенное мной и перенесенное на отношения со своим сыном, — диалог. ВЫ ЧАСТО ХОДИТЕ С СЫНОМ В ТЕАТР. КАКАЯ ТЕАТРАЛЬНАЯ ПОСТАНОВКА ЕГО ЗАИНТЕРЕСОВАЛА БОЛЬШЕ ВСЕГО?

Алеша крайне благодарный зритель! Он все воспринимает очень благосклонно, с удовольствием смотрит все спектакли, правда, я довольно придирчиво отбираю постановки. Сама не терплю фальшь, наигрыш и дурной вкус, поэтому оберегаю своего юного зрителя от этого. Недавно мы посмотрели «Плыл кораблик белопарусный» по северным сказкам Бориса Шергина в постановке ТЮЗа им. Брянцева (Санкт-Петербург). Я наблюдала за тем, как воспринимает Алеша не самый простой и при-







вычший материал, опасалась, все ли будет понятно, но напрасно, Алексей был весь в том, что происходило на сцене, вышел воодушевленный.

РАССКАЖИТЕ ОБ ИНТЕРЕСАХ АЛЕШИ, ЧЕМ ОН СЕЙЧАС УВЛЕКАЕТСЯ?

Как и многие мальчики его возраста, он обожает «Лего», быстро и с удовольствием собирает роботов, героев, корабли и все-все-все. Не так давно по вечерам мы начали рисовать красками, каждый в своем альбоме («Листок можно потерять, а в альбоме все сохранится», — так мотивировал это мой сын), и это оказалось прекрасной терапией для меня, в частности. Мы рисуем, обсуждаем, слушаем сказки, те самые, что я любила в детстве, «Али-Бабу», «Алису в стране чудес», и относительно большей части наших знакомых, много ездим. Когда я знаю, что гастрольная поездка будет не тяжелой, знаю, что у меня будет время для

Алеси, я беру его с собой. Со спектаклем «Капель» мы летом были в Анапе, а совсем недавно — в Нижнем Новгороде. Алеша и помогал мне расставлять реквизит, и звук слушать, от чего ощущал собственную значимость, важность, и был очень доволен этим.

АЛИСА, КАК УДАЕТСЯ СОВМЕЩАТЬ МАТЕРИНСТВО И УСПЕШНУЮ АКТЕРСКУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ?

Сложнее всего останавливаться, когда несешься кубарем с горы, когда работа подмигивает и зовет тебя в увлекательное и хорошо оплачиваемое путешествие, но я точно знаю, что если я снимаю руку с пульса семейного быта, то все рухнет. И тут начинаются шашки: восстанавливать руины гораздо сложнее, чем предотвратить разрушение, поэтому я довольно быстро научилась ловить и соблюдать баланс. Иногда идет в плюс и то, что я не замужем, ибо уделять время и мужу, и ребенку, и работе я бы точно

не смогла, что-то одно однозначно пострадало бы, а так я управляюсь.

Конечно, огромную роль играет поддержка моей семьи, без папы, мамы, папы, дедушки, я бы ни за что не справилась!

Мама оградила меня от массы мелких бытовых проблем, например полностью взяла на себя приготовление пищи. Мой дедушка по вечерам, когда меня нет, играет с правнуком в логические игры, шахматы, шашки, лото, домино, мой папа, приезжая, превращается в товарища по войнушкам и прочим сражениям, и все читают Алеше книги, каждый — что-то свое.

КАКИЕ СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ ЕСТЬ В ВАШЕЙ СЕМЬЕ?

С того момента, как появился Алеша, мы стараемся все праздники отмечать вместе. И очень любим фотографироваться! К нам приезжает моя подруга-фотограф, и мы устаиваем шуточные фотосессии, по результатам которых я верстаю и печатаю фотокниги. Мне кажется, это очень важно — делать что-то вместе, а потом спустя время вспоминать об этом, обсуждать и мечтать, что мы сделаем в следующий раз.

ВЫ ВМЕСТЕ С СЫНОМ ВФЛН ПРФРДАЧУ «ГОРОД ДЛЯ ДЕТЕЙ» НА КАНАЛЕ «МАТЬ И ДИТЯ», В КОТОРОЙ РАССКАЗЫВАЛИ, ГДЕ МОЖНО ПРОВЕСТИ ДОСУГ ВМЕСТЕ С ДЕТЬМИ. КАКИЕ ВАШИ ЛЮБИМЫЕ МЕСТА В МОСКВЕ (САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ), ГДЕ ВЫ ПРОВОДИТЕ ВРЕМЯ С АЛЕШЕЙ?

Их так много, что даже малую часть перечислить сложно! Мы с большим удовольствием ходим гулять в сад «Эрмитаж» и в парк на Красной Пресне в Москве, когда открыта навигация в Петербурге плаваем на речных кораблицах, замечательный «Музей советских игровых автоматов» есть и в Москве, и в Петербурге, очень нам нравится. «Мама возвращается в детство», — так говорит Алеша, когда

мы приходим туда. На ВВЦ есть пространство «МАРС-ТЭФО», это для тех, кто, как Алеша, увлечен космосом. И все музеи военной техники, конечно, тоже наши!

ВЫ УЧАСТВУЕТЕ В МОНОСПЕКТАКЛЕ ПО МОТИВАМ ПРОИЗВЕДЕНИЯ СЕРГЕЯ КОЗЛОВСКОГО «ЕЖИК И МЕДВЕЖОНОК». ЧЕМ ВАМ БЛИЗОК МОНОСПЕКТАКЛЬ ТАКОГО ФОРМАТА? ЧТО НОВОГО ВЫ ОТКРЫЛИ ДЛЯ СЕБЯ, ИГРАЯ В НЕМ?

С технической точки зрения это необычная и любопытная постановка. Действительно, из



актеров на сцене только я, иногда персонажи, ежик и медвежонок, появляются в виде тряпичных кукол, но большую часть времени они мультипликационные. Специально для нашего спектакля в постановке режиссера Светланы Ивановой-Сергеевой этих героев и весь видеоряд нарисовала мультипликатор Светлана Разгуляева. Я эти сказки с огромным удовольствием читала Алеше, потом ему захотелось других книг, а я с этими героями не смогла расстаться и записала аудиокнигу, но это тоже работа, которую один раз выполнишь, а дальше она жи-

вет сама по себе, спектакль же хорош тем, что я два-три раза в месяц произношу тексты, пустившие корни в мою душу, скучаю по ним и счастлива делиться ими со зрителями.

ПОДЕЛИТЕСЬ С НАМИ ТВОРЧЕСКИМИ ПЛАНАМИ. В КАКИХ ПРОЕКТАХ И ПОСТАНОВКАХ ВАС МОЖНО БУДЕТ УВИДЕТЬ В БЛИЖАЙШЕМ БУДУЩЕМ?

Про «Ежика и медвежонка» в «Практике» мы поговорили, также два раза в месяц на сцене Центра им. Мейерхольда идет спектакль по поэтическим текстам Веры Полозковой «Короткий метр», это уже третий мой опыт работы со стихами Веры, и я счастлива, что живу в одно время с таким интересным поэтом и даже знаю героев некоторых ее произведений. Самое главное мое театральное дело — нежный спектакль «Капель», где я выступаю не только в качестве исполнителя, но и создателя. «Капель» трепетная, девичья, очень женская, она про весну, которая может случиться с нами в любое время года, и про девушек, остающихся таковыми вне зависимости от возраста. Это спектакль, где можно и посмеяться, и помечтать, и даже всплакнуть, как шутят мои подружки: «Надо на входе выдавать платочки, слезы утирать». Еще я приняла участие в съемках двух телесериалов для телеканала ТНТ, но по условиям контрактов пока не могу подробно об этом рассказывать, хотя это было очень интересно.

ВАШИ ПОЖЕЛАНИЯ НАШИМ ЧИТАТЕЛЯМ.

Самое главное, что я всегда хочу сказать, — будьте внимательны к своим близким, детям и родителям! Внимательны, чутки и снисходительны. Не забывайте, что семья — это место безусловной любви и что каждый из ваших родных нуждается в вас, даже если не демонстрирует это.

Текст: Мария Калашникова



МАГАЗИН Детский №1

САЛОНЫ ЕВРОПЕЙСКИХ ТОВАРОВ ДЛЯ ДЕТЕЙ



Коллекция «Cremino Bianco»
от Baby Expert



Аксессуары для кормления



Безопасность и уход



Более 50 моделей!



Более 45 моделей!



Более 20 комнат!

БОЛЕЕ 3 500 ТОВАРОВ

• Мебель • Автокресла • Коляски • Электроника • Эко-косметика для мам и малышей

Москва

ул. Алабяна, д.12, к.2

Тел.: +7 (499) 759-33-69

Санкт-Петербург

Большой проспект П.С., д.53

Тел.: +7 (812) 679-02-07

www.детский1.рф



ЖУРНАЛ ЭРУДИТ И БФ «ДЕТИ ЖДУТ»

УСЫНОВИТЕЛЬСКИЙ ПОРТАЛ ДЕТИ-ЖДУТ.РФ

Благотворительный фонд «Дети ждут» — команда единомышленников, которые очень хотят, чтобы каждый ребенок жил в семье.

Проект родился из желания добровольцев оказать органам опеки и попечительства помощь в технической части работы по семейному устройству детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Конечно, специалисты органов опеки и попечительства, региональных комитетов образования и других структур и так постоянно работают над семейным устройством детей. Но для того, чтобы сделать эту работу еще более эффективной, нужна хорошая, оперативно обновляющаяся база данных детей, находящихся в детских домах и домах ребенка. Поэтому мы решили оказать техническую помощь в создании сайтов региональных комитетов об-

разования, районных органов опеки и попечительства. Сайтов, содержащих качественные фотографии и тексты (производную информацию о детях, оставшихся без попечения родителей).

В детские дома выезжают профессиональные фотографы и интервьюеры, которые готовят информацию. Поэтому фотографии детей часто обновляются, и вы имеете возможность читать развернутые рассказы о детях. Мы все очень хотели бы, чтобы каждый ребенок нашел свою семью.

Для повышения посещаемости региональных порталов и сайтов отделов опеки был разработан информационный портал дети-ждут.рф с сервисом поиска анкет по базам данных всех созданных региональных порталов и сайтов отделов органов опеки и попечительства.



Леша Б. (мальчик).
Родился в июле 2011 г.
Возможные формы устройства: усыновление, опека (попечительство).
Братья/сестры: нет.
Опека: МО «Адмиралтейский округ» (куда обращаться).



Таня А. (девочка).
Родилась в июле 2009 г.
Возможные формы устройства: усыновление, опека (попечительство).
Братья/сестры: нет.
Опека: МО «Парнас» (куда обращаться).

Алеша обаятельный и доброжелательный мальчик. С близкими взрослыми очень активный, но к чужим относится настороженно, может испугаться. Алеша ходит, только держась за руки взрослого или толкая перед собой предмет. С интересом наблюдает за старшими детьми и пытается с ними взаимодействовать. Любит рассматривать книги, рисовать, любит слушать музыку, смотреть мультики. Мальчик очень ласковый, любит, когда внимание направлено на него. Говорит фразой из двух-трех слов. Кушает самостоятельно, есть предпочтения в еде. Алеша очень нуждается в ласке и заботе родителей для дальнейшего развития.

**ДЕТИ
ЖДУТ**
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД

Таня активная, подвижная, коммуникабельная девочка. Она очень эмоциональная, чувствительная, любит общение и занятия со взрослыми. Говорит лепетные и облегченные слова, хорошо понимает обращенную речь в бытовых ситуациях. Несмотря на отставание в психомоторном развитии, Танюша доброжелательна, ласкова. С интересом занимается с игрушками, на занятиях, но внимание у девочки неустойчивое. Слушается воспитателей, старается точно и хорошо выполнять все инструкции. Много и искренне улыбается, настроена в основном положительно. Девочке нужна любящая семья, готовая принять ребенка таким, какой он есть.

На усыновительском портале дети-ждут.рф размещены фотографии детей, подлежащих семейному устройству. Проект реализован совместно с комитетами общего и профессионального образования административных образований Северо-Западного региона РФ. На сайте находятся более 1500 анкет детей, содержащих профессиональные фотографии и подробные рассказы о детях. База данных оперативно обновляется и регулярно пополняется новыми анкетами. Благодаря проекту около 500 детей каждый год обретают новые семьи.





ОМЕГА-3: УКРЕПЛЯЕМ ЗДОРОВЬЕ ВЕСНОЙ

Зимняя погода постепенно перестает досаж-
дать, и мы радуемся теплему ветру и понима-
нию того, что весна уже на пороге. Природа
начинает просыпаться и расцветать, и наш ор-
ганизм потихоньку должен подстраиваться под
весенние перемены. Однако следует помнить,
каким обманчивым может быть первое весен-

нее тепло. Даже в таких условиях нашему здо-
ровью необходимо внимание и помощь.
Основные риски в этот период связаны с на-
шим расслабленным весенним состоянием: раз
солнечные лучи стали потихоньку припекать,
нам сразу кажется, что можно одеваться легче
и не бояться простуды. А зря, ведь иммуни-

тет еще не готов к таким переменам. Поэтому простудиться весной — дело несложное. Итак, нашей первоочередной задачей становится укрепление иммунитета.

Вторая опасность, которая таится в этот период, касается не каждого, но все-таки многих из нас. Речь идет о сезонном обострении различных аллергий и дерматитов. Для аллергиков приход весны становится настоящим испытанием, страдают взрослые и дети. Весной такие люди готовы перепробовать все средства, лишь бы избавить себя или своих малышей от этих страданий и дискомфорта.

Укрепить иммунную систему и облегчить течение аллергии помогают омега-3 полиненасыщенные жирные кислоты. Постараемся разобраться, каким образом омега-3 могут нам оказать добрую услугу в этих случаях.

Значимая часть людей, страдающих аллергией, испытывают дефицит жирных кислот. Таким людям показано применение добавок с омега-3. Кроме того, эти жирные кислоты славятся своей способностью подавлять хронические воспаления, поэтому применение добавок с омега-3 будет особенно полезно людям, у которых аллергия проявляется в виде кожных высыпаний. Знаете ли вы, что беременные, включающие в свой рацион продукты и добавки, богатые омега-3-кислотами, уменьшают вероятность развития аллергии у своего будущего малыша? Все эти факты говорят только об одном — аллергику стоит обратить особое внимание на омега-3-кислоты и включить их в свою схему питания как можно раньше.

Весной, когда организм особенно ослаблен после зимних стрессов, омега-3 необходимы не только для борьбы с аллергиями и проблемной кожей. Эти незаменимые кислоты улучшают работу иммунной системы, помогают избавиться от депрессии, способствуют профилактике сердечно-сосудистых заболеваний и укрепляют организм в целом.

К сожалению, сегодня мы уже не можем получить достаточное количество необходимых омега-3-кислот из пищи, поскольку система производства продуктов питания настолько изменилась со времен наших предков, что нынче мы получаем с пищей в 20 раз меньше омега-3. Сегодня необходимое количество омега-3-кислот можно получить только с помощью специальных омега-3-комплексов. Особого внимания заслуживает «Норвесол». На данный момент это единственный на российском рынке высокочистый препарат, полученный из тканей морских млекопитающих. «Норвесол» не вызывает аллергии, поскольку производится в Норвегии при строжайшем контроле качества на каждом этапе производства. «Норвесол» гипоаллергенен, он не содержит искусственных добавок и примесей. «Норвесол» — препарат с прекрасной репутацией, который заслужил доверие и признание петербургских врачей.

NORWESOL™
УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ОМЕГА-3 КОМПЛЕКС

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

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

8 800 333 33 02 www.norwesoL.ru

Счастье быть вдвоем



4 ШАГА К ЗДОРОВОЙ БЕРЕМЕННОСТИ И РОДАМ



Федор Борисович Андержанов — психофизиолог, известный специалист по коррекции веса, автор уникальной методики комплексного оздоровления организма без БАДов и таблеток. Применение его системы решает целый ряд вопросов, связанных с хорошим самочувствием и активным долголетием человека: лишний вес, раннее старение, заболевания позвоночника, сердца и сосудов, гипертония, сахарный диабет и т. д. В 2013 году в издательстве «Эксмо» вышла книга Федора Андержанова «Как снова стать молодой и красивой». Используя составляющие его системы, каждая женщина родит здорового ребенка и будет самой красивой, энергичной, полной сил и счастливой будущей мамой. Что же надо для этого предпринять?

ШАГ ПЕРВЫЙ: «КИСЛОРОД»

Главная рекомендация для будущей мамы — больше гулять. И это правильно! Но я предлагаю вам делать это по-новому. Ребенок в животе матери находится в водной среде. Все питательные вещества он получает в растворенном виде, обогащенные кислородом. Для развития будущего малыша организм матери должен очень хорошо усваивать кислород — тогда и питание малыша будет полноценным. Как же этого

добиться, если в городском воздухе кислорода не более 16-18%?

Как ни странно, самый хороший способ усвоить кислород — умеренная гипоксия, то есть временная нехватка кислорода! Легкое кислородное голодание способствует почти 100-процентному его усвоению, так как в этот момент в организме образуется временная перенасыщенность углекислым газом (так называемая гиперкапния). Именно благодаря гиперкапнии кислород так прекрасно усваивается. Таким образом, кратковременные ритмичные задержки дыхания (при ходьбе, плавании или выполнении несложных упражнений) наилучшим образом способствуют профилактике гипоксии плода. К тому же такие прогулки дарят чувство единения с малышом и окажут самое плодотворное влияние и на внешний вид будущей мамы. Ведь гипоксия и гиперкапния — проверенный способ борьбы с образованием свободных радикалов, ответственных в том числе за раннее старение. Попробуйте во время прогулки дышать так: шагая, делаем обычный неглубокий вдох, задерживаем дыхание на два-три шага (то есть шагаем, но не дышим) и выдыхаем, втягивая живот. Не переставая идти, снова делаем неглубокий вдох и задерживаем дыхание на два-три шага. Продолжаем в течение 15-30 минут, наращивая продолжительность постепенно. Один-два раза нужно будет контролировать задержки дыхания, но очень скоро вы будете это делать не задумываясь! И сразу почувствуете, насколько улучшится ваше самочувствие. Конечно, будет очень полезно продолжать практиковать задержки дыхания и после родов, например, во время прогулок с малышом. Итак, гуляйте как можно чаще, а дышите реже.

ШАГ ВТОРОЙ: «ПИТАНИЕ»

Питание — также важная составляющая здоровья и мамы, и будущего малыша. Что я ре-

комендую для рациона беременной женщины? Только полноценный рацион! В первую очередь его составляет достаточное количество белковой пищи (нежирные сорта мяса, птицы, рыбы, белок яйца, творог, кисломолочные продукты). Далее — клетчатка, которая содержится в свежих овощах и фруктах. Беременной женщине обязательно нужно контролировать свой вес. Если вес зашкаливает, нелишним будет периодически устраивать разгрузочные дни — овощные, овощные с кефиром или овощные с кефиром и белком куриного яйца (2-4 шт.).





легкому протеканию родов. Другое прекрасное упражнение — «Кошечка»: стоя на четвереньках, поочередно скругляйте спину (ягодицы при этом стремятся к полу) и прогибайте ее, как потягивающаяся кошечка (ягодицы стремятся вверх). Регулярное выполнение этого упражнения обеспечит вам уменьшение болевых ощущений в пояснице при родах. И кроме того, благодаря «Кошечке» ребенок в животе матери занимает наиболее правильное положение перед родами.

Кстати, привычка к здоровому питанию со-служит вам хорошую службу, когда после родов вы захотите стать такой же изящной, как и прежде. Важно не забывать, что правильное и достаточное (но не чрезмерное!) питание способствует выработке грудного молока, столь необходимого ребенку в первый год жизни.

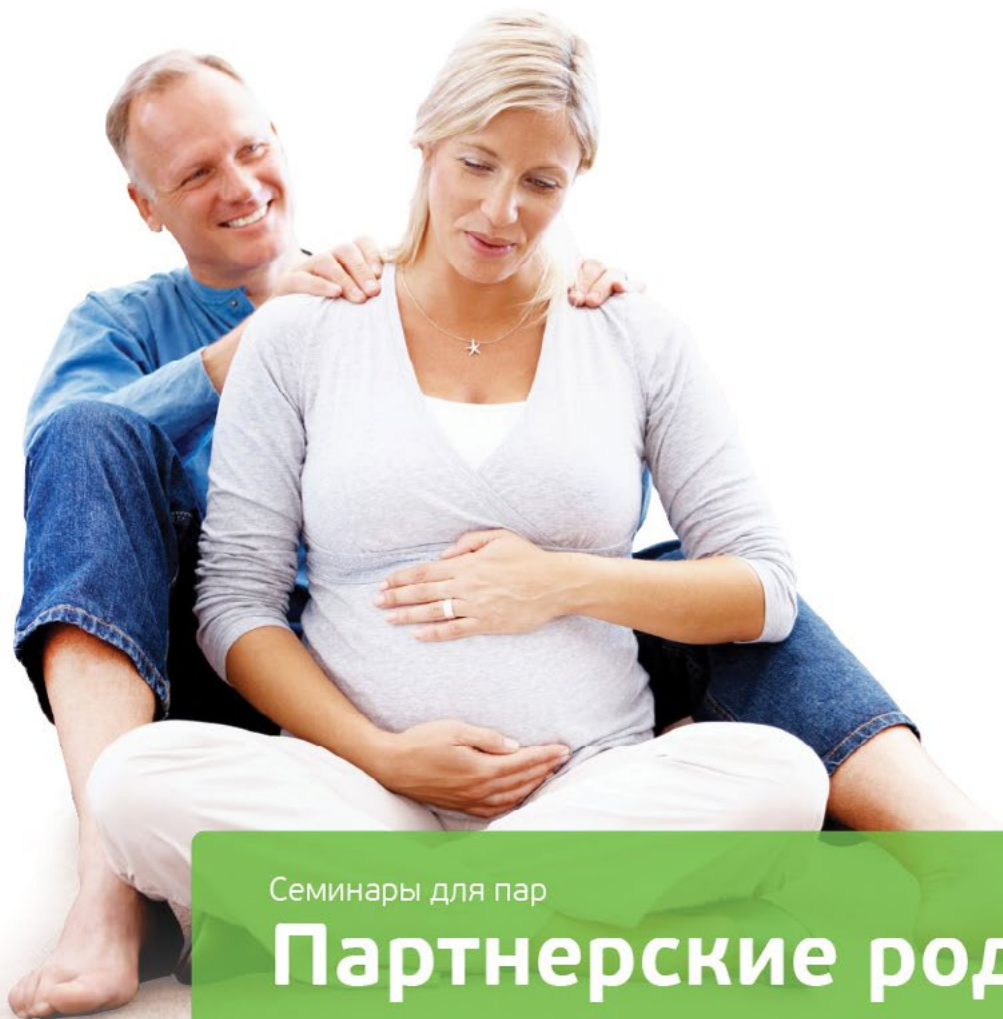
ШАГ ТРЕТИЙ: «ФИТНЕС»

Здоровые роды — это залог здоровья и вашего малыша. А роды — процесс физиологический, и хороший мышечный тонус для родов просто необходим! Сохраняйте активность всю беременность! Посоветуйтесь с врачом и включите в каждый ваш день, в особенности во второй и третий триместры, несколько простых, безопасных, но эффективных физических упражнений. Они помогут подтянуть нужные группы мышц даже тем, кто никогда раньше не занимался фитнесом, и при этом не только не навредят ребенку, но даже помогут ему! Например, приседания с широкой постановкой ног укрепят мышцы внутренней поверхности бедер, что поспособствует более

ШАГ ЧЕТВЕРТЫЙ: «НАСТРОЕНИЕ»

Конечно, заниматься физическими нагрузками нужно только при хорошем самочувствии! А хорошее самочувствие и настроение будущая мама способна создать себе сама. Ведь вы теперь — целый мир! Помните, что все ваши эмоции передаются малышу! А потому наслаждайтесь своим состоянием в полную силу! Смотрите на возрождающуюся природу, на бегущие по небу облака, общайтесь с другими будущими мамами, в подробностях представляйте, каким красивым и здоровым будет ваш малыш. И все обязательно случится!





Семинары для пар

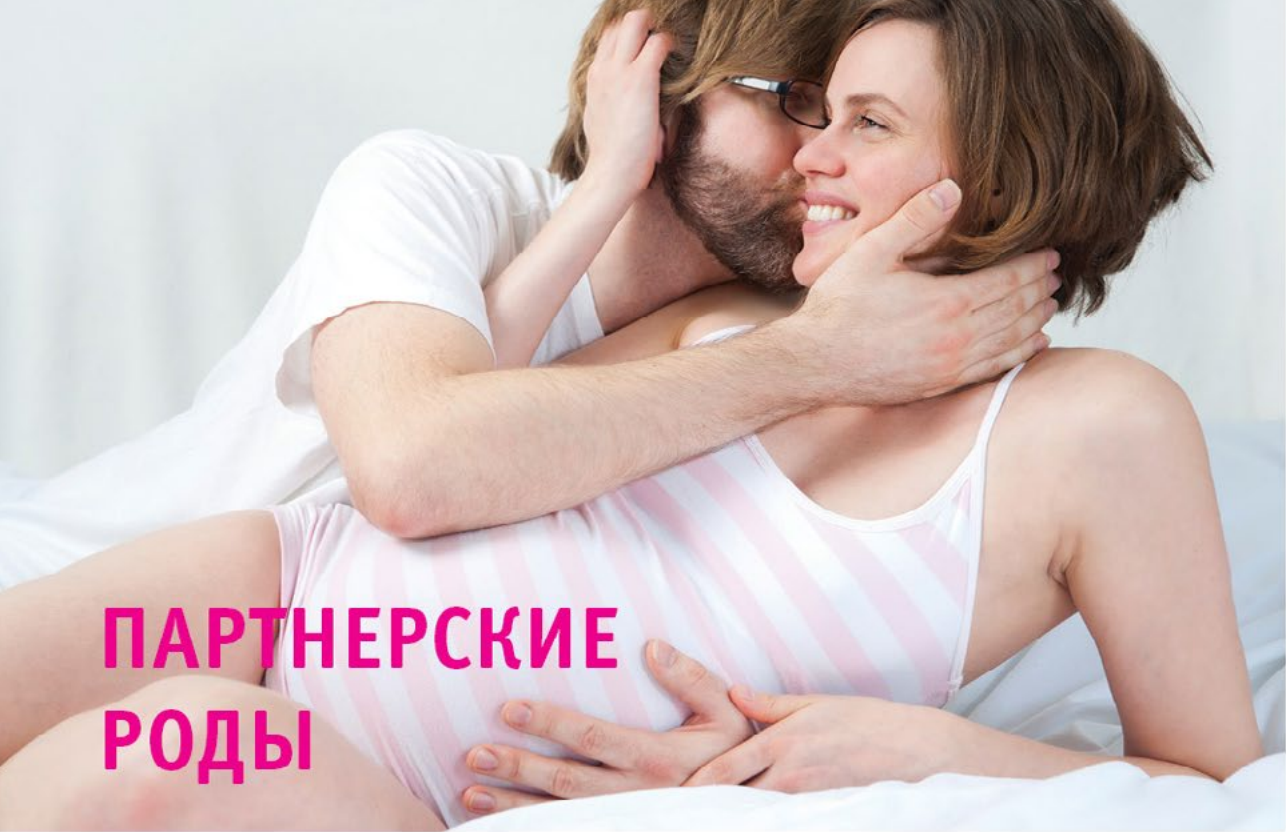
Партнерские роды

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



Клуб для Будущих Родителей
Мы находимся в Вашем районе.

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



ПАРТНЕРСКИЕ РОДЫ

АДАПТАЦИЯ К НОВОЙ ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТИ

Психические образы, управляющие нашим поведением, нагружены эмоциями. Когда мы говорим, что кого-то любим, это значит, что образ человека в нашей психике нагружен нежными и ласковыми чувствами. Если же мы говорим, что спектакль отвратителен, это значит, что образ увиденного нагружен неблагоприятными ощущениями. Когда мы говорим, что подходит срок рожать, какой образ всплывает в нашем воображении? «Умножая, умножу скорбь твою в беременности твоей, в болезни будешь ты рожать детей» (Ветхий Завет). Образ состоит из двух составляющих: из представления и эмоциональной нагрузки. Нагрузка может быть как положительной, так и отрицательной, часто и то и другое вместе.

Представление дает образу форму, а нагрузка — энергию.

«Я ХОЧУ, ЧТОБЫ ТЫ БЫЛ РЯДОМ»

Представление мужа:

«Он закрыл лицо руками и просидел так несколько минут. Жалкие, беспомощно-животные стоны слышались из-за двери. Князь Андрей встал, подошел к двери и хотел отворить ее. Дверь кто-то держал.

— Нельзя, нельзя! — проговорил оттуда испуганный голос. — Он стал ходить по комнате. Крики замолкли, еще прошло несколько секунд. Вдруг страшный крик — не ее крик, она не могла так кричать — раздался в соседней комнате. Князь Андрей подбежал к двери; крик замолк, послышался крик ребенка.

"Зачем принесли туда ребенка?" — подумал в первую секунду князь Андрей. — "Ребенок? Какой? Зачем там ребенок? Или это родился ребенок?" Когда он вдруг понял все радостное значение этого крика, слезы задушили его, и он, облокотившись обеими руками на подоконник, всхлипывая, заплакал, как плачут дети».

ИМЕННО ПОЭТОМУ СУЩЕСТВУЮТ НЕКОТОРЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ:

1 Первое, которое мне представляется абсолютно неправдоподобным, — вы не знали, что ваш муж излишне впечатлителен и падает в обморок от капли крови. А потом мы читаем утверждения психологов, что встречаются мужчины, у которых при виде страданий супруги может сформироваться глубокий комплекс вины. Комплекс перерастает в гиперопеку над ребенком, к жене он относится не иначе, как к Мадонне, испытывая проблемы с потенцией.

2 Роды — естественный процесс. Знаменитый французский акушер-гинеколог конца 70-х годов Мишель Оден отмечал, что иногда даже особо подготовленные пары долго не могут «разродиться» по причине скрытых комплексов женщины. Здесь вопрос скорее о личных отношениях и глубине взаимопонимания.

3 Отношения подошли к точке невозврата. Партнерские роды, да и само по себе рождение ребенка — не лучший способ наказать напоследок.

ОСНОВНЫЕ ПЛЮСЫ:

1 Включение отцовских инстинктов в первые минуты жизни младенца.

2 В рождении малыша появляется метафора нового смысла — акт появления вожака, того, кто поведет за собой, самого авторитетного члена, несущего ответственность за семью.

3 Импринтинг, то есть запечатление. Представьте себе, какое потрясение для ребенка родиться и как он должен удивиться, впервые увидев папу! Мгновенное восприятие любящего человека даст ребенку ощущение безопасности.

ПОДВЕДЕМ ИТОГИ

Решение о партнерских родах обязательно должно быть осознанным и обязательно обоюдным. Так называемая адаптация зависит от способности изменять свои стереотипы, приспособлявая их к новой действительности. Будьте гибкими в своем планировании, внимательными, спокойными и способными адекватно оценить свои энергетические запасы в помощи любимой. Легких вам партнерских родов!

Старший преподаватель психологии Института внешнеэкономических связей, экономики и права, специалист клуба будущих мам «Родник»
Ольга Анатольевна Джежелей





На Соне:
плащ Moncler
брюки Monnalisa
сумка Haven Bags
балетки Eli
берет Il Trenino

Коллекции для детей: Dior, Gucci, Dolce&Gabbana, Burberry, Armani, Dsquared2, Chloe, Moncler, Ermanno Scervino, Monnalisa, Stella McCartney, MSGM, Stone Island, Diesel



кенгуру
для детей и будущих мам



На Юре:

куртка Dsquared2
футболка Dsquared2
джинсы 7 For All Mankind
кеды Dolce&Gabbana

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ:

П. С. Большой проспект, 17, т. (812) 232 20 03 • Московский проспект, 82, т. (812) 570 93 50

МОСКВА • НИЖНИЙ НОВГОРОД • КРАСНОДАР • САМАРА
УФА • ЕКАТЕРИНБУРГ • ОМСК • КРАСНОЯРСК • ХАБАРОВСК

www.keng.ru

 **Instagram** [kenguru_official](https://www.instagram.com/kenguru_official)

ЗАЧЕМ СОХРАНЯТЬ СТВОЛОВЫЕ КЛЕТКИ РЕБЕНКА?

В конце прошлого века ученые-медики начали поиск альтернативных источников стволовых клеток для трансплантации. Это в первую очередь было связано с тем, что, несмотря на реестры (базы данных) потенциальных доноров стволовых клеток, насчитывающие десятки миллионов человек, найти подходящие стволовые клетки можно было только для 40% нуждающихся.

Дмитрий Александрович Иволгин,
врач-трансфузиолог,
к. м. н., заведующий
лабораторией выделения
стволовых клеток, старший
научный сотрудник НИЛ
клеточных технологий
СЗГМУ им. И.И. Мечникова



Такой альтернативой стала пуповинная кровь, что было доказано в 1988 году после успешной трансплантации стволовых клеток пуповинной крови мальчику с анемией Фанкони. После доказательства эффективности стволовых клеток пуповинной крови при онкогематологических заболеваниях наряду с регистром доноров стали организовываться банки пуповинной крови. За прошедшие с момента образования первого банка пуповинной крови 15 лет их количество в мире достигло уже 190 с суммарным количеством хранящихся образцов более 2,8 миллионов. Наряду с сохранением пуповинной крови для донорского (аллогенного) использования

существуют и банки, сохраняющие стволовые клетки ребенка для собственного (аутологичного) применения, а также «гибридные» банки, работающие по обоим направлениям. С 1988 года пуповинная кровь использовалась для аллогенной трансплантации в Европе и США уже более 35 тысяч раз. Если же говорить об именном (аутологичном) применении, то только в США за последние 10 лет собственные стволовые клетки пуповинной крови использовались более 1400 раз.

Сосем недавно, в 2011-2012 годах, американскими регулирующими организациями были одобрены два препарата, HemaCord и Ducord, представляющие собой небольшой пакет с выделенным из пуповинной крови клеточным концентратом, содержащим стволовые клетки. Заканчивается апробация препарата StemEx, культивированные (искусственно выращенные) стволовые клетки пуповинной крови. Что касается других видов стволовых клеток, то только за последние три года американской FDA (Food and Drug Administration) и европейской EMA (European Medicines Agency) разрешено использовать 12 клеточных продуктов и еще 13 на очереди.

ЧТО ТАКОЕ СТВОЛОВЫЕ КЛЕТКИ И КАК ОНИ РАБОТАЮТ

Стволовые клетки — это уникальный тип клеток, которые являются прародительницами всех клеток и тканей нашего организма. Основное свойство стволовых клеток — создавать клетки любых тканей и органов за счет их пластичности. Это означает, что в организме каждого человека заложены процессы самовосстановления и регенерации от рождения.

Стволовые клетки могут перемещаться по организму на значительные расстояния, используя естественные транспортные пути организма (с током крови и лимфы, а также перемещаясь внутри ткани органа).



С возрастом количество стволовых клеток в организме человека снижается. Истощение запаса стволовых клеток вследствие вредных привычек (курение и алкоголь), старения или тяжелых заболеваний лишает организм возможностей самовосстановления. Некоторые исследователи вообще не причисляют так называемые «взрослые стволовые клетки» к действительно стволовым.

Условно стволовые клетки человека можно разделить на:

- гемопоэтические (кроветворные) стволовые клетки — образуют все разнообразие клеток крови, определяющих иммунитет, борющихся с инфекциями, переносящих кислород и участвующих в процессах свертывания крови;
- мезенхимальные (стромальные) стволовые клетки — способны формировать клетки практически всех тканей человека.

В качестве источников стволовых клеток используют костный мозг, жировую ткань, периферическую кровь, плацентарную и пуповинную кровь новорожденных, пупочный канатик. Лидирует по активности и количественному содержанию стволовых клеток пуповинная кровь и пупочный канатик.

ЗАЧЕМ СОХРАНЯТЬ СТВОЛОВЫЕ КЛЕТКИ ПУПОВИННОЙ КРОВИ И ПУПОЧНОГО КАНАТИКА

Обладая уникальными регенеративными свойствами, стволовые клетки становятся тем родным «строительным» материалом, который идеально подойдет для восстановления организма и его иммунной системы в случае различных тяжелых заболеваний, например, таких, как миелолимфобластный и другие виды острых лейкозов. Именно стволовые клетки пуповинной крови, забранные при родах, сегодня успешно применяются в лечении раковых заболеваний, ДЦП, сахарного диабета и других недугов.



Заготовка и хранение СТВОЛОВЫХ КЛЕТОК пуповинной крови и пупочного канатика

*Сохраните то,
что спасет завтра жизнь*

(812) 336-50-02
www.stemcellbank.spb.ru

ПРЕИМУЩЕСТВА ПУПОВИННОЙ КРОВИ И ПУПОЧНОГО КАНАТИКА ПЕРЕД ДРУГИМИ ИСТОЧНИКАМИ

1 МОЛОДОСТЬ

Стволовые клетки, полученные при рождении ребенка, намного моложе однотипных клеток из костного мозга, так как они сохранены в самом начале жизни и более защищены от вредных воздействий. Они имеют более длинные теломеры хромосом, что является главным признаком молодости.

2 КОЛИЧЕСТВО

Концентрация стволовых клеток в пуповинной крови или пупочном канатике выше, чем в таких источниках, как костный мозг и периферическая кровь.

3 БЕЗОПАСНОСТЬ

Пуповинная кровь и пупочный канатик собираются легко и быстро. Забор может осуществляться как при нормальных физиологических родах, так и при кесаревом сечении. Сам по себе процесс сбора пуповинной крови и пупочного канатика прост, не вызывает дискомфорта и безопасен и для матери, и для ребенка.

4 ПОТЕНЦИАЛ И АКТИВНОСТЬ

Ученые считают, что количество делений клеток ограничено. Стволовые клетки пуповинной крови и пупочного канатика собирают на одном из ранних этапов жизни человека, поэтому способность этих клеток делиться и превращаться в нужные организму клетки максимальна. И эту особенность формирует длина теломер хромосом. При каждом делении длина теломер хромосом уменьшается на семь нуклеотидов. Чем чаще деление, тем быстрее изнашиваются клетки.

5 ЭКОНОМИЧНОСТЬ

Найти подходящего донора костного мозга сложно и дорого (22 тысячи евро за один образец). Если же в банке хранится ваша пуповинная кровь, она доступна в любой момент (1200 евро за один образец). Кроме того, стоимость сбора, выделения и хранения клеток пуповинной крови или пупочного канатика значительно ниже, чем при получении стволовых клеток из костного мозга и периферической крови.



Успей купить **ADVANSAFIX** по старой цене!

- Единственная в мире система 5-точечных ремней безопасности для детей до 25 кг!
- Универсальное кресло для продолжительного использования
- Установка при помощи Isofix и ремня автомобиля
- Система подвижных креплений Isofix – Pivot Link

Группа 1-2-3 (для детей от 9 месяцев до 12 лет)

Спрашивайте
в магазинах
Вашего города!



ISO FIX



ШОКОВАЯ ЗАМОРОЗКА



* По результатам тестирования EURO NCAP в 2013 г.

РЕКЛАМА
МАГАЗИН
Детский №1
www.детский1.рф

Москва, ул. Алабяна, д.12, к.2
+7 (499) 759-33-69
Санкт-Петербург, Большой проспект П.С., д.53
+7 (812) 679-02-07





ДЕТСКИМ ЗУБКАМ ОСОБОЕ ВНИМАНИЕ!

Высокая интенсивность кариеса у детей разного возраста волнует медиков во всем мире. Ребенок – непростой пациент, оказание ему стоматологической помощи требует высокой квалификации и первоклассного оборудования. Последствием запоздалой стоматологической помощи могут стать тяжелые воспалительные заболевания челюстно-лицевой области. Как предупредить и лечить это заболевание, рассказывают специалисты детских стоматологических клиник «Вероника».

ФАКТОРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ РАЗВИТИЮ КАРИЕСА У ДЕТЕЙ:

- нарушение характера и режима питания (углеводный фактор);
- низкий уровень гигиенического состояния полости рта;
- пониженная устойчивость прорезывающихся зубов с незаконченным процессом созревания твердых тканей;
- наличие сопутствующих заболеваний;
- неблагоприятное течение беременности;
- отягощенная наследственность.

В КАКОМ ВОЗРАСТЕ ВИЗИТ К СТОМАТОЛОГУ ОСОБЕННО ВАЖЕН?

ОТ 0 ДО ПРОРЕЗЫВАНИЯ ЗУБОВ. Впервые детскому стоматологу нужно показаться еще до того, как зубки у ребенка прорежутся. На этом жизненном этапе очень важно уделить внимание уздечке языка. Именно она имеет большое значение при формировании прикуса. Слишком короткая или длинная уздечка при кормлении влияет на правильность процесса сосания ребенка (при неправильном сосании неизбежны нарушения пищеварения) и

на плотность смыкания губ (следствием несмыкания могут явиться заболевания ЛОР-органов). Педиатры часто не обращают должного внимания на уздечку, поэтому проконсультироваться необходимо именно с детским врачом-стоматологом. Еще до прорезывания зубов детский стоматолог может определить предрасположенность ребенка к заболеваниям зубочелюстной системы (прикус, положение суставов) и предотвратить их.

ПОСЛЕ ПРОРЕЗЫВАНИЯ ПЕРВЫХ ЗУБОВ. Молочные зубки после прорезывания продолжают формироваться: коронковая часть в ротовой полости в течение одного года, а остальная часть в десне — около двух лет. Для того, чтобы зубы сформировались правильно, необходимо проконсультироваться с детским врачом-стоматологом по следующим вопросам:

- коррекция питания;
- гигиена зубов, уход за полостью рта;
- определение аномалий зубочелюстной системы и их исправление.

2-3 ГОДА. К трем годам у ребенка формируется прикус с молочными зубами. Необходимо проведение профгигиены, а также профилактики кариеса и его осложнений. При осмотре стоматолог мо-



жет определить заболевания опорно-двигательного аппарата и ЛОР-органов. Все системы в организме связаны удивительным образом. Так, сутулость спины приводит к серьезным изменениям прикуса, например к горизонтальному росту нижней челюсти и открытому прикусу.

6-8 ЛЕТ. В этом возрасте происходит смена молочных зубов на постоянные. Важно не пропустить заболевания вновь появившихся постоянных зубов, проводить профгигиену и профилактику.

12-15 ЛЕТ. В подростковом возрасте вследствие изменения гормонального фона возникает большой прирост кариеса и его осложнений. Поэтому подростков необходимо обследовать чаще и проводить гигиеническую чистку, чтобы избавиться от налета и вовремя распознать самые незначительные кариозные полости или кариес на ранних стадиях.

ЧТО МОЖНО И НУЖНО СДЕЛАТЬ У ВРАЧА:

- оценку гигиены полости рта ребенка при помощи гигиенических индексов, индикаторов налета;
- определение вредных привычек у ребенка, обращение на это внимания родителей (родители могут просто не придавать значения вредной

привычке и не осознавать ее негативных последствий);

- оценку рациона питания ребенка и подбор наиболее оптимального варианта;
- обучение родителей и ребенка правильной гигиене полости рта (направление движений, последовательность чистки, использование зубных нитей, время чистки зубов);
- подбор средств гигиены полости рта (щетки, пасты, ирригаторов, зубных нитей);
- составление профилактической программы для ухода за полостью рта дома в зависимости от стоматологического статуса ребенка;
- определение необходимости ортодонтического наблюдения либо лечения в соответствии с возрастом ребенка;
- профессиональную гигиену полости рта — удаление мягкого зубного налета, снятие твердых зубных отложений, очищение межзубных промежутков, нанесение на зубы фтористых минерализующих систем;
- выявление пораженных кариесом зубов, степени поражения, обсуждения плана лечения с родителями.

При проведении всех вышеперечисленных мероприятий происходит стабилизация кариозного процесса. Отмечается приостановление развития кариозных дефектов: пораженные твердые ткани уплотняются, отграничиваются от здоровых тканей, то есть течение кариеса приобретает более компенсированный характер. Данная тактика позволяет отложить технически более сложные и дискомфортные для ребенка методы лечения кариеса на поздние сроки.

ИТАК, ГЛАВНОЕ — ПОМНИТЬ НЕСКОЛЬКО ПРОСТЫХ ПРАВИЛ:

- необходимо с самого раннего возраста посещать стоматолога раз в три-четыре месяца,
- нужно регулярно проводить профессиональную гигиену полости рта,
- важно уделять время гигиене зубов в домашних условиях.

И тогда в очередной визит к врачу лечение возможно даже и не понадобится, а ребенок посетит стоматолога просто как хорошего друга!

Приглашаем Вашего ребенка

на бесплатную консультацию с составлением плана лечения

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

**ПОДАРОК: СТАРТОВЫЙ КАПИТАЛ
В ПРОГРАММЕ ЛОЯЛЬНОСТИ — 8000 рублей***



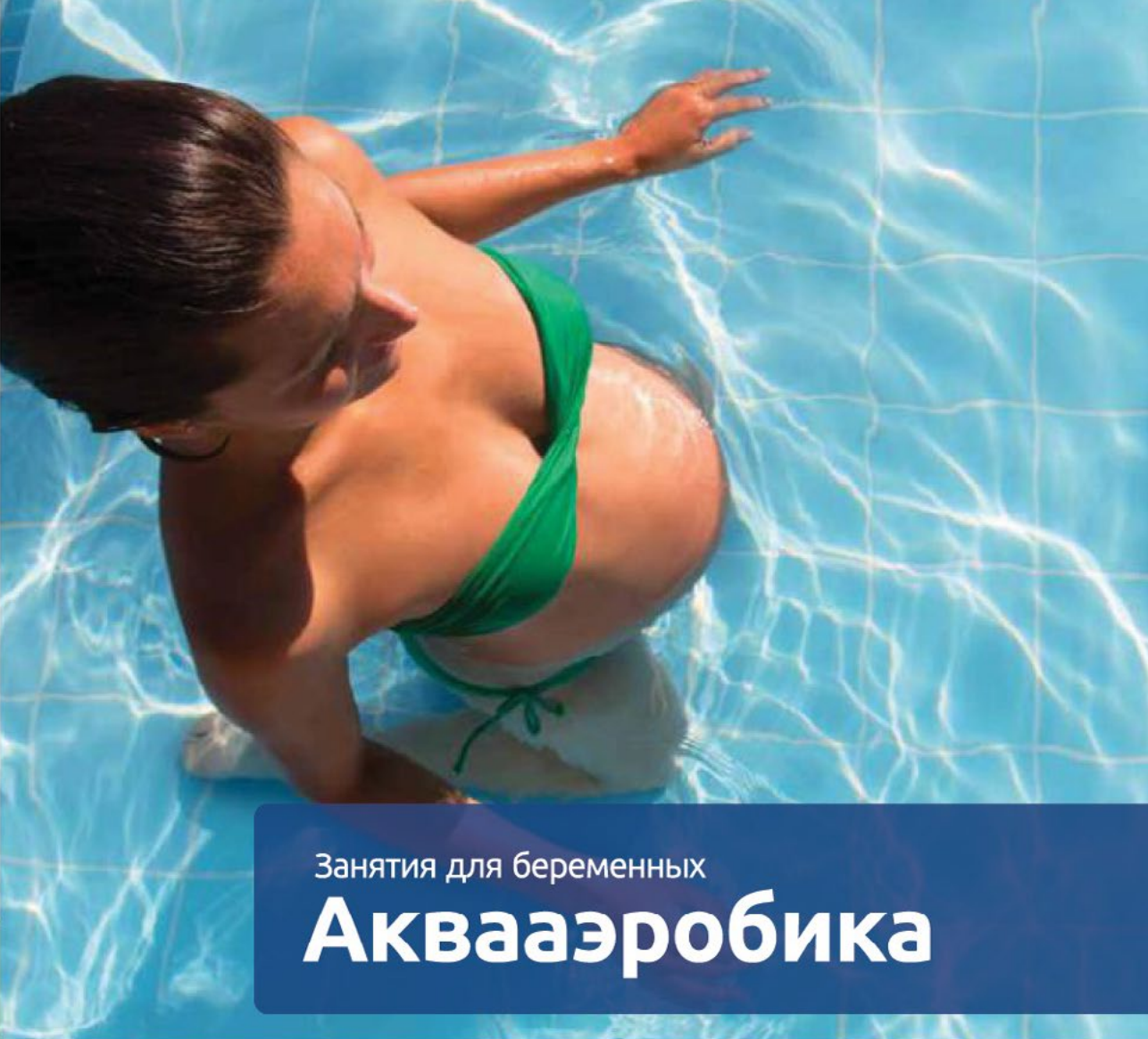
* Эквивалент 4 наклейкам буклета программы лояльности. Деньгами не возмещается. С помощью «стартового капитала» нельзя полностью или частично оплатить лечение. Буклет, 4 наклейки и первый подарок по программе лояльности выдаются после первого оплаченного визита в клинику. С правилами участия в программе лояльности можно ознакомиться на сайте www.veronica.ru или по телефону (812) 777-77-09.

Приглашение действительно по 31.05.2015.



В.О., 7-я линия, д. 62
ул. Савушкина, д. 12а
ул. Савушкина, д. 14
ул. О. Дундича, д. 17, к. 1

☎ 777-77-09
www.veronica.ru



Занятия для беременных

Аквааэробика

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



Клуб для Будущих Родителей
Мы находимся в Вашем районе.

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

ЛОГОПЕДИЧЕСКИЙ МАССАЖ

ПУСТАЯ ТРАТА ВРЕМЕНИ ИЛИ СРЕДСТВО ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛИ?



Татьяна Андреевна
Комарова,
логопед-дефектолог меди-
цинского центра «Родник»
Ул. Учительская, 18, корп. 3
(812) 336-63-06
vk.com/logopedclub1

В чем особенность логопедического массажа и его преимущества перед обычными занятиями у логопеда? Благодаря логопедическому массажу, который приводит к постепенной нормализации мышечного тонуса, формирование нормативного произнесения звуков может происходить в ряде случаев спонтанно, а также появляется возможность заговорить с использованием массажной терапии. Это действительно факт!

На сайте www.youtube.com вы найдете великое множество примеров речи детей, а также приемов массажа с целью укрепления мышечного аппарата даже в домашних условиях.

Следует учесть, что логопедическое воздействие посредством массажа эффективно при учете неврологической симптоматики и обязательно в комплексном и систематическом подходе. Длительность курса может составлять 10-20 сеансов — это зависит от рекомендаций невропатолога. Он должен документально подтвердить, что массажная терапия показана вашему ребенку, и отметить отсутствие противопоказаний (медицинское заключение невропатолога с обязательным указанием наличия неврологической симптоматики в артикуляционной мускулатуре, а также формы и степени проявления неврологического синдрома).



Даже имея медицинское заключение невропатолога, логопед самостоятельно проводит обследование состояния мышечного тонуса и стрессия органов артикуляции. Известно, что часто у детей с неврологической патологией отмечается смешанный вариативный характер нарушений мышечного тонуса, то есть в одних группах мышц может отмечаться спастичность, а в других — гипотония. В связи с этим в одних случаях будет необходим расслабляющий массаж, а в других — стимулирующий. Логопед определяет состояние тонуса следующих мышц: языка, губ, лица, шеи, верхнего плечевого пояса.

Логопедический массаж начинается с шейно-воротниковой зоны, зоны верхнего плечевого пояса, далее лица, ушных раковин, губ, подъязычной зоны, а также щек и языка.

Фиксация и взаимодействие систем органов возможна путем мышечных взаимодействий и пульсаций нервной системы, поэтому подход в решении логопедических проблем должен быть двусторонним — развитие речи с помощью

специальных занятий и проведение курса массажных процедур, которые укрепят мышечный аппарат и создадут максимальные предпосылки для речи и правильного произношения.

В медицинском центре «Родник» вам окажут квалифицированную комплексную помощь в решении логопедических проблем остеопаты, неврологи, логопеды и логопеды-дефектологи. Всегда рады быть вам полезными!

Внимание!

Стартует акция «Весенние дни с логопедом»! всю весну (в определенные дни) консультация у логопеда центра «Родник» Татьяны Андреевны Комаровой — бесплатна. Записаться на консультацию и получить более подробную информацию можно по телефону (812) 336-63-06.

ПОКАЗАНИЯ

К ПРОВЕДЕНИЮ ЛОГОПЕДИЧЕСКОГО МАССАЖА:

- нарушение голоса;
- дизартрии;
- заикания, дискомфорт и напряжение при произношении;
- ускорение результативности логопедических занятий;
- непроизвольное слюноотделение;
- гипо- и гипертонус артикуляционных мышц.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ:

К ПРОВЕДЕНИЮ ЛОГОПЕДИЧЕСКОГО МАССАЖА:

- наличие инфекционных или соматических заболеваний в остром периоде;
- заболевания кожных покровов (острые и хронические);
- конъюнктивит;
- гингивит;
- стоматит;
- герпес и другие вирусные поражения слизистых ротовой полости;
- увеличение лимфоузлов;
- усиленная пульсация сонных артерий.



КАК ВЫБРАТЬ ЛУЧШУЮ ДЕТСКУЮ ПЛОЩАДКУ ДЛЯ ДАЧИ

Весна — самое время думать об обустройстве дачи и участка вокруг дома. Когда у вас уже есть дети, то мечта об альпийской горке отходит на второй план, а на первый выходит детская площадка и вечные вопросы, куда ее поставить, какая площадка подойдет по бюджету, сколько зим она простоит и насколько безопасной будет для детей. Так же рассуждала и я и хочу поделиться с вами своими мыслями о том, как выбрать детскую площадку и не прогадать!

Все ли площадки одинаковые? Или немного критики о покупках в интернете

Мы привыкли к площадкам, которые стоят в каждом дворе, и не привыкли обращать внимание на мелочи — ведь это не наша площадка. Представьте теперь, что вы покупаете горку, на обратной стороне которой торчат острые гайки. Есть над чем подумать, не правда ли?

Оказывается, не все площадки одинаковые, и главные их отличия именно в мелочах — закрытых или открытых винтиках, в материалах,

из которых сделана площадка и которые используются для отделки ее частей, в обработке деревянных деталей и соединениях между ними.

Первое место, куда мы привычно отправляемся, чтобы выбрать подходящую нам вещь — это интернет! При выборе площадки этот способ оказывается проигрышным: чаще всего площадка на картинке абсолютно не соответствует тому, что потом ставят на вашем участке.

Кроме того, по картинкам сложно определить и качество продукта (у каждого производителя

в интернете оно, конечно, самое лучшее!). Невозможно также заметить мелочи, с которыми вы столкнетесь при использовании площадки и которые могут надолго испортить вам настроение, — согласитесь, каждый раз думать о торчащем винтике и «Только бы не поцарапался опять!» — сомнительное удовольствие.

Совет всем родителям простой: связывайтесь только с теми интернет-магазинами, которые дают возможность пощупать детскую площадку «в реале»! А лучше всего — запустите на нее пару-тройку детей! Они сразу укажут вам на сильные и слабые стороны продукта.

На что обратить внимание при выборе детской площадки

1 МАТЕРИАЛЫ

Деревянные площадки всегда приятнее на ощупь, однако срок службы этой площадки напрямую зависит от его породы. Одни деревянные площадки прослужат от силы год. Я своими глазами видела, как деревянный домик для детского сада насажал детям занозы и, не дождавшись зимы, потрескался всего от пары дождей.

Есть же площадки, которые служат до 10 лет и более (через 10 лет необходимо лишь обработать верхний слой древесины, и площадка как новенькая!). Эти площадки сделаны из высококачественной древесины, которая выдерживает любые погодные условия и нагрузки. Да, они стоят дороже, чем их похуже на первый взгляд «аналоги». И только время расставит все на свои места: дорогая площадка спокойно дождетесь ваших внуков (а, может быть, и правнуков). Поэтому покупая такую площадку, вы делаете вклад в будущее своих детей в прямом смысле этого слова!

2 ДАЖЕ ПЛАСТИК БЫВАЕТ РАЗНЫМ

«Если деревянная основа и может потрескаться, то пластик более надежен!» — думала я. Оказалось, что это не так: плохой пластик

трескается на морозе, деформируется и облезает. Так что после полугода на улице он становится непригоден — в пластиковой горке образуются щели, а ее торчащие части становятся опасными для детей!

Однако, как и с деревом, альтернатива есть! Это другой, более качественный пластик, который не трескается на морозе и не портится от дождей. Его можно определить на ощупь, а также сравнив ширину горки с шириной горки на обычной площадке во дворе. Хорошие горки, как я узнала, сделаны из двойного пластика, внутри они полые.

3 КРЕПЛЕНИЯ

Вот уж что очевидно: крепления и материалы, из которых они сделаны. Одни заржавеют зимой, другие — нет. Одни крепления разбалтываются, а то и вовсе вылетают из втулок (особенно если дерево некачественное), другие, как я уже говорила, дождутся ваших внуков и правнуков.

4 МЕЛОЧИ, КОТОРЫЕ НЕ МЕЛОЧИ

Существуют еще и разные «мелочи»: спрятаны ли винтики, болтики и прочие детали от детских рук, глаз, ушей и голов? Некоторые производители как будто ни разу не видели детей и не знают, что, если не скрыть торчащие



винты, ребенок может поцарапаться или наткнуться на деталь, пробегая мимо.

То же касается и острых углов на детских площадках: важно прощупать всю площадку, и, если вдруг вы почувствуете острый край, подумайте, сколько стоит ваше спокойствие!

Цепь на качелях: уж, казалось бы, тут все понятно. Цепи всегда закрываются плотным резино-пластиком, чтобы руки не мерзли, а пальчики не застревали в дырочках. На обычных площадках через пару месяцев использования этот материал на качелях уже свисает разодранными лоскутами или просто аккуратно трескается. Но есть и другие площадки. Как показал опыт, на площадках, где пластик не трескается в первую зиму, он не трескается и все обещанные 10 лет эксплуатации, а то и дольше (в ожидании ваших внуков).

Стоит также обращать внимание на другие части площадки: из чего они сделаны и как прикреплены к земле и покрытию, из чего сделаны тросы и канаты, игровые элементы типа руля или паруса.

Советы по выбору площадки

Детская площадка должна быть сконструирована и скреплена почти как самолет — к такому выводу я пришла, проработав несколько лет в детском клубе и занимаясь вплотную наполнением площадки в детском саду.

Если вы решили выбрать площадку для себя (или, может быть, для своего коттеджного поселка или дачного содружества):

- посмотрите, пощупайте несколько — и как можно больше! — площадок «в реале»;
- обращайте внимание на крупные и мелкие детали, возьмите с собой ребенка и дайте ему побегать по площадке — посмотрите, что он видит, мимо чего проходит, чего касаются его одежда, руки и ноги; фраза «Ой, я поцарапался!» — признак того, что лучше эту площадку не брать;

- оцените срок эксплуатации: год-два вполне простоит и российская площадка, правда, не забудьте посмотреть на «мелочи, которые не мелочи», а через пару лет купить новую площадку.

Мой выбор

Думаю, в завершение стоит сказать о моем выборе. Изучив множество вариантов, я остановилась на детских площадках Rainbow, а в силу моей профессии (журналистики) не смогла промолчать и написала отзыв, который компания Rainbow с моего разрешения и публикует. Кроме качества площадок Rainbow, меня впечатлила возможность разнообразить площадку новыми элементами — ставить дополнительные лесенки, качели, рукоходы и т.д. Площадки собираются как конструктор — так что под любое пространство можно подобрать подходящую комплектацию. И, конечно, меня сильно привлекли долговечность, продуманность деталей и безопасность для ребенка. Решающим для меня стал момент, когда мой сын заявил: «Хочу вернуться на ту желтую площадку!» Я верю, что иногда дети знают лучше нас.

Николаева Екатерина,
сын Аркадий, 6 лет (на фото).

Rainbow Play Systems,
детские игровые комплексы Rainbow:
мы знаем толк в игре!
www.ot2do16.ru



ТаксовичкоФ

Детское кресло
в каждой машине!



☎ 333-00-00

КРУГЛОСУТОЧНО
ТАКСОВИЧКОФ.РФ

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС ПРИ ПОЛИТЕХНИЧЕСКОМ КОЛЛЕДЖЕ ГОРОДСКОГО ХОЗЯЙСТВА



Плавание – один из самых полезных и универсальных видов спорта. Это наиболее гармоничная и сбалансированная нагрузка. Плавание тренирует максимальное количество органов и систем, не перегружая организм. Ведущими специалистами доказано, что плавание положительно влияет на психику человека. Вода снимает стресс, очищает от негативных мыслей.

Плавать не только полезно, но и приятно: какое это удивительное ощущение, когдаходишь в прохладную воду и чувствуешь эту свободу и раскрепощение. Именно поэтому плавание так любят дети. Мы предлагаем занятия с маленькими спортсменами. Уроки плавания, которые проводят опытные тренеры, направлены на общее оздоровление ребенка, формирование осанки, укрепление мышечного корсета. Дети становятся более ловкими, быстрыми, психоэмоционально устойчивыми, более общительными и успешными!

Взрослые также будут приятно удивлены, посетив бассейн Политехнического колледжа

городского хозяйства. Во-первых, тем, что он имеет целых шесть дорожек длиной 25 метров и зал сухого плавания для разминки. Во-вторых, чистотой и высоким уровнем обслуживания клиентов. К тому же бассейн полностью соответствует всем требованиям СанПиН: оснащен современной системой водоподготовки по рециркуляционной схеме и современной системой очистки воды (минимальное хлорирование и ультрафиолетовая очистка). Каждые четыре часа проводится анализ воды. Немаловажен и тот факт, что температура воды в чаше всегда поддерживается на комфортных +28 °С.

Мы рады предложить вам различные абонементы:

- детские группы оздоровительного плавания для детей от 7 до 14 лет;
- взрослые группы в утренние и вечерние часы;
- аквааэробику;
- аквааэробику для беременных.

Для посещения бассейна необходимо иметь:

- фотографию 3x4;
- плавательную шапочку;
- полотенце;
- резиновые тапочки;
- банные принадлежности.

Если вы заботитесь о своем здоровье и хотите поддерживать свою фигуру в великолепной форме, если вы уже давно мечтали профессионально заняться плаванием и искали для этого достойное место, обязательно приходите к нам! Занятия плаванием в нашем бассейне гарантируют вам не только отличную спортивную форму, прекрасное самочувствие, но и уверенность в себе!



Мы приглашаем детей и взрослых!
Ждем вас по адресу проспект Авиаконструкторов,
дом 28, литера А.
(812) 576-06-66
ksport@pkgh.edu.ru



Петр Павлович Ершов
«КОНЕК-ГОРБУНОК»

Лучшие классические произведения. Уникальные иллюстрации, многие из которых хранятся в Государственной Третьяковской галерее. Книжки станут желанным подарком в семье с ребенком и украсят любую библиотеку. Знаменитая сказка в стихах П. Ершова «Конек-горбунок» уже около двухсот лет популярна у маленьких читателей. Легкий язык сказки, основанной на народных сюжетах, захватывающие приключения героев и замечательные классические иллюстрации талантливого художника А. Елисеева делают книгу «Конек-горбунок» отличным подарком для всех ребят, которые любят хорошую добрую литературу.



Сергей Михалков
«САМЫЕ ЛУЧШИЕ СТИХИ И СКАЗКИ»

Любимые и лучшие произведения классика детской литературы Сергея Михалкова в новом сборнике стихов и сказок не оставят равнодушными ни детей, ни взрослых. В этом сборнике вы познакомитесь с дядей Степой, тремя поросятами, щенком Трезором. Прочитаете много веселых стихотворений и сказок, в том числе и очень поучительную сказку «Похождения рубля». Все иллюстрации в сборнике выполнены знаменитыми художниками, классиками детской иллюстрации — Г. Мазуриным, С. Островым, Ф. Лемкулем, А. Савченко и другими. Книга



издана на мелованной бумаге в современном интегральном переплете. Она станет отличным подарком и украсит любую библиотеку.

Сергей Михалков
«ПЕСЕНКА ДРУЗЕЙ»

Интерактивное издание для малышей. Читаем С. Михалкова и путешествуем по миру в машине, на корабле и даже в ракете с веселой «Песенкой друзей» и игрушками-напальчниками! Путешествовать — очень увлекательно!



Можно подняться в горы, спуститься в неизведанные глубины океана или даже побывать на другой планете! Тебе все по плечу, если с тобой друзья и задорная песенка. Наша книжка тоже станет отличным помощником в путешествии, ведь она не даст заскучать в дороге. Читай стихотворение С. Михалкова, надевай игрушки-напальчники с забавными зверушками и отправляйся в далекие края с веселой компанией!

Корней Чуковский
«СКАЗКИ ДЛЯ МАЛЫШЕЙ»

В книгу «Все сказки для малышей» вошли сказки для детей, которые еще не умеют читать, могут только слушать, но уже готовы запомнить наизусть строчки любимых сказок К. Чуковского «Муха-цокотуха», «Мойдодыр», «Айболит», «Телефон», «Путаница». Эти сказки любили наши бабушки и мамы, эти сказки полюбят и малыши, которые их еще не



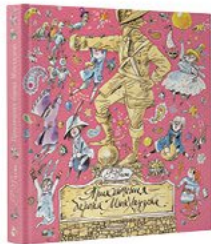
знают. На стихах и сказках К. Чуковского выросло несколько поколений детей и еще столько же вырастет.

Р. Э. Распе

«ПРИКЛЮЧЕНИЯ БАРОНА МЮНХАУЗЕНА»

Самый правдивый человек на земле — барон Мюнхаузен — хочет рассказать тебе о своих приключениях. Все они случились на самом деле, правда-правда! Кого только Мюнхаузен не встречал во время своих путешествий: и оленя с вишневым деревом, растущим на голове, и восьминогого зайца, и бешеную шубу. И куда только он не попадал — в Россию, в Литву, в Турцию и даже на Луну! А как удивительно Мюнхаузен передвигался — то летел верхом на пушечном ядре, то плавал в желудке у рыбы, то сказал на половинке коня. Тебе все это кажется небывальщиной? Тогда послушай самого барона Мюнхаузена, и он непременно убедит тебя в том,

что всего его приключения — чистейшая правда! Приключения знаменитого барона Мюнхаузена, написанные немецким писателем Рудольфом Эрихом Распе (1736-1794) и пересказанные Корнеем Чуковским, давно стали классикой детской литературы. Для нашей книги талантливой художницей Е. Двоскиной были нарисованы оригинальные и, самое главное, совершенно детские иллюстрации. Для младшего школьного возраста.



Г. Цыферов

«СКАЗКИ СТАРИННОГО ГОРОДА»

Творчество необычного сказочника Геннадия Михайловича Цыферова (1930-1972) хорошо знакомо детям по книгам и мультфиль-

мам. «Сказки старинного города» — сборник удивительных фантазий, где каждый новый сюжет невероятней предыдущего. Иллюстрации выполнил прекрасный художник Светозар Остров, тонко выразивший очарование «Сказок старинного города». Яркое серийное оформление, портрет автора на лицевой стороне обложки. Издание на матовой мелованной бумаге, которая хорошо передает цветовую гамму и в минимальной степени подвержена старению.



Г. Цыферов

«ПАРОВОЗИК ИЗ РОМАШКОВО»

Ромашково — это такое место, где живут настоящие чудеса: говорящие паровозики, подъемный кран и пароходик. И это не считая слоненка, китенка, цыплят, ежей и ослика! В таком волшебном месте чудеса случаются буквально на каждом шагу. Например, недавно слоненок надувал мыльные пузыри, внутри которых сами собой появлялись замки с башенками! Или



вот китенок. Он так хотел сделать что-нибудь удивительное, что вдруг взлетел! А лягушонок вовсе отправился за облачковым молоком, представляешь?

Ярко иллюстрированное издание представляет собой сборник сказок Г. Цыферова для чтения взрослыми детям. Многие сказки («Паровозик из Ромашково», «Облачковое молочко», «Как лягушонок папу искал», др.) легли в основу советских мультфильмов. Кроме того, по мотивам сказок Г. Цыферова был снят мультфильм «Зверюшки-добрюшки».

ПОТРЯСАЮЩЕЕ ЛЕТО С «ЭРУДИТОМ» В БОЛГАРИИ

FORT NOKS RAND RESORT:
У САМОГО СИНЕГО МОРЯ



Уникальные авторские программы для детей от 0 до 11 лет

Отдых с детьми на море — яркий праздник, которого мы ждем целый год, о котором мечтаем всю дождливую осень и морозную зиму и начинаем предвкушать с началом весны. Яркое солнце, ласковый песочек, легкий бриз и, конечно же, море — теплое, синее, бескрайнее и бездонное. О чем еще можно мечтать?

Концепция «Эрудита»: оздоровление, развитие, отдых!

Летом 2015 года клуб «Эрудит», не изменяя своей великолепной традиции, приглашает вас и ваших детей в привлекательный, большой комплекс «Форт Нокс Гранд Резорт» на солнечном побережье Болгарии.

Наш профессиональный выбор пал на эту страну неслучайно! Согласно научным исследованиям, оздоравливающий болгарский климат благотворно влияет на детский иммунитет. Педиатры всего мира советуют начинать путешествия с новорожденным именно с этой страны! Летний зарубежный филиал «Эрудита» базируется в одном из лучших апарт-отелей Болгарии, расположение и инфраструктура которого соответствуют самым высоким стандартам. Но это только начало, ибо, помимо беспрецедентного комфорта и оздоровления, из года в год «Эрудит» заботится и о развитии как своих маленьких гостей, так и их родителей. Наши высококвалифицированные специалисты тщательно прорабатывают развивающие программы для детей всех возрастов, включая самых маленьких, с которыми работают по си-

стеме «Мама и малыш». Заняты и счастливы будут все!

Стандартная программа длится 7, 14 дней или 21 день, но по желанию сроки пребывания могут быть увеличены!

Расположение «Эрудита»: непревзойденный комфорт!

Fort Noks Grand Resotr, состоящий из комплексов Panorama Fort Beach и Marina View Fort Beach, находится между курортами Елените и Святой Влас в живописной бухте, знаменитой своим пляжем Робинзон. Издревле эта область славилась своим волшебным оздоравливающим климатом, излечивающим астму и аллергию. «Эрудит» ждет здесь своих маленьких любимых друзей и их родителей, чтобы зарядить бодростью и здоровьем на весь год. И неслучайно, ведь расположение комплекса Fort Noks — это волшебная комбинация горного и морского воздуха, из окон апартаментов открывается великолепный вид на море и горы. Окруженный лесом комплекс позволяет комбинировать разнообразный активный отдых с релаксацией.

«Эрудит» в Болгарии — это не просто 11 непревзойденных по своей красоте гектаров зеленой территории, первая береговая линия и великолепные занятия, но и шикарная инфраструктура: 3 ресторана, бар, кафе-кондитерская, 10 плавательных бассейнов, один из которых с искусственными волнами, один — с джакузи, 5 бассейнов для детей с водными аттракционами, 6 детских площадок для игр. Здесь так-

же есть салон красоты — парикмахерская, маникюр, педикюр, СПА-салон с хамам, сауна, медицинский кабинет, два продуктовых супермаркета, мясной магазин, магазины одежды и пляжных принадлежностей, обмен валют, услуги прачечной и глажки, фитнес, теннисный корт, футбольное поле, мини-гольф, волейбольная площадка, теннисный стол и бильярд, тренажеры на открытом воздухе, прокат велосипедов, библиотека, детские аттракционы, детский развивающий центр и бесплатная охраняемая автостоянка. Отличное автобусное сообщение позволит вам добраться до центра всего за несколько минут. Поездка в Елените займет 2 минуты, в город Святой Влас — 3 минуты, а до центра Солнечного берега — 10 минут езды. Сама же дорога от аэропорта в городе Бургас до комплекса Fort Noks занимает не более получаса. Это важно, потому что вы едете не одни, а с детьми, которые не всегда любят длинные расстояния и могут закапризничать.



Проживание «Эрудита»: высочайшие стандарты!

Все апартаменты, от студий до четырехкомнатных шале, оборудованы всем необходимым: полностью экипированная кухня, электроприборы и посуда, уют, цифровое ТВ с русскоязычными каналами, кондиционер в каждой комнате, постельное белье и полотенца.

Условия проживания:

- студия (2 человека);
- двухкомнатные апартаменты (2+2);
- трехкомнатные апартаменты (4+2);
- четырехкомнатные апартаменты (6+2).

По желанию в программу может быть включено питание в ресторанах на территории комплекса!

Все продукты питания, даже для самых маленьких, от смесей до пюре, можно приобрести, не отходя от дома. А если вдруг ваш малыш заболевает, то здесь круглосуточно принимает медик-педиатр и есть полноценная аптека.

Из года в год мы отправляемся навстречу солнцу только увеличивающимся составом. Тот, кто попал к нам однажды, уже не может забыть эти восхитительные, наполненные морем, солнцем, радостью, знаниями и новыми друзьями дни! Для всех наших друзей летние встречи в Болгарии стали доброй и неизменной традицией.

Каждый день с 9:00 «Эрудит» ждет своих маленьких друзей на развивающие занятия. Расписание составлено с учетом возрастных особенностей детей, режима сна и местного климата. Специфика отдыха с «Эрудитом» в том, что родители отдыхают вместе с ребенком в рамках программы «Мама и малыш»!



- Педагогическое сопровождение (английский, лего-конструирование, развивающие занятия, творческие мастерские).
- Физическое развитие (танцевальная студия, аквааэробика, коммуникативные игры).
- Праздники (дискотеки, кукольные спектакли для малышей и дни рождения).
- Для совсем маленьких предлагается программа «Мама и малыш», которая включает в себя развивающие занятия в утреннее и вечернее время, а также игры на пляже.
- Субботние спектакли для малышей. Тематические недели.
- Аквааэробика для мам. Воскресные экскурсии.

А если вы решите провести романтический вечер или просто познакомиться с окрестностями, то мы предоставим вам услуги няни.

Итак, мы многое вам рассказали, но, как говорится, лучше один раз увидеть. Погрузиться в дружественную познавательную среду «Эрудита», найти новых друзей, подарить своему ребенку настоящее лето и навсегда вдохновиться нашей невероятной атмосферой! Спешите! Бронирование на лето-2015 только началось, а мест осталось уже немного. Звоните по телефону (812) 982-86-06, и мы с радостью составим для вашей семьи индивидуальную насыщенный программу.

СТОИМОСТЬ ПРОЖИВАНИЯ НА ПЕРВОЙ ЛИНИИ, НА ГРАНИЦЕ С ПЛЯЖЕМ

Апартамент	Средняя площадь квартиры	Период 10.04-15.06 01.09-15.10	Период 16.06-20.07 10.08-31.08	Период 21.07-09.08
Студия	45 м	28 €	44 €	49 €
Квартира с одной спальней	70 м	40 €	58 €	64 €
Квартира с одной спальней (люкс)	80 м	46 €	64 €	75 €
Квартира с двумя спальнями	95 м	57 €	80 €	90 €
Квартира с двумя спальнями (люкс)	105 м	70 €	96 €	110 €

СТОИМОСТЬ ПРОЖИВАНИЯ НА ВТОРОЙ БЕРЕГОВОЙ ЛИНИИ, В 150-200 МЕТРАХ ОТ ПЛЯЖА

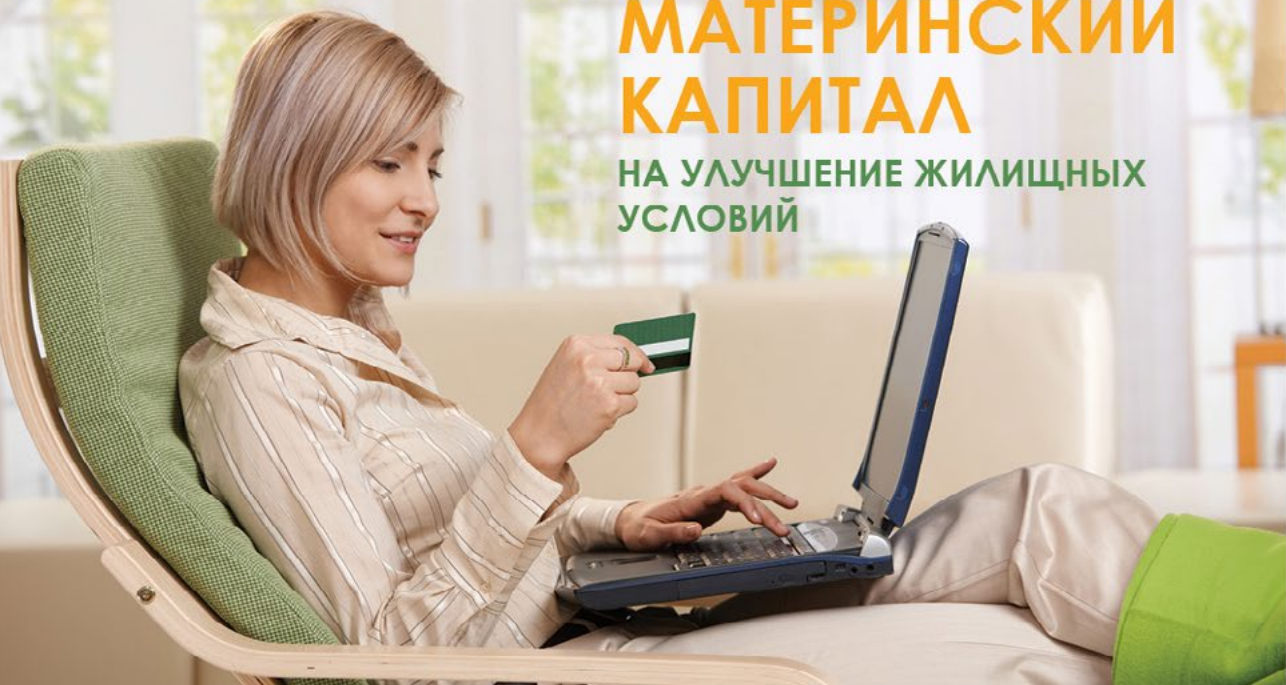
Апартамент	Средняя площадь квартиры	Период 10.04-15.06 01.09-15.10	Период 16.06-20.07 10.08-31.08	Период 21.07-09.08
Студия	40 м	28 €	40 €	44 €
Квартира с одной спальней	65 м	36 €	52 €	60 €
Квартира с двумя спальнями	85 м	47 €	65 €	72 €

- «Эрудит» предлагает своим гостям скидку 20% на проживание!
- Стоимость авиаперелета варьируется от 280 до 320 евро на человека, в зависимости от даты вылета-прилета и авиакомпании.
- Оплата питания: 20 евро в сутки на ребенка, включает питание по системе полный пансион (завтрак-обед-ужин) + вода, сок, фрукты в течение дня!
- «Эрудит» проводит лето в Болгарии уже пять лет и готов организовать вашу поездку «под ключ» по высшему стандарту!



МАТЕРИНСКИЙ КАПИТАЛ

НА УЛУЧШЕНИЕ ЖИЛИЩНЫХ
УСЛОВИЙ



Несмотря на некоторые технические сложности, материнский капитал является реальным способом улучшения жилищных условий. Правда, его применение пока ограничивается в сделках по обмену квартир с использованием ипотеки.

Что такое материнский капитал

Стремление правительства РФ улучшить демографическую ситуацию привело к введению 1 января 2007 года федерального закона о материнском (семейном) капитале. Материнский капитал направлен именно на увеличение рождаемости, а не на улучшение материального положения семей, как заблуждаются многие журналистские издания. Право на получение материнского капитала имеют семьи, родившие или усыновившие второго и последующих детей, также право на материнский капитал имеют мужчины, являющиеся единственными



Редакция благодарит за предоставленный материал генерального и исполнительного директоров «Первого ипотечного агентства» Максима и Любовь Ельцовых.

ми усыновителями второго и последующих детей. Естественно материнский капитал не является наличными деньгами, их переводит Пенсионный фонд Российской Федерации на счет застройщика, образовательного учреждения или на счет накопительной части пенсии, в зависимости от того, во что родители решили вложить деньги. Правильно начать с законов, регулирующих направление средств материнского капитала на улучшение жилищных условий, так как нас интересует именно этот вопрос. Это Федеральный закон № 256-ФЗ

«О дополнительных мерах государственной поддержки семей, имеющих детей» от 29 декабря 2006 и постановление Правительства РФ № 862 «Правила направления средств (части средств) материнского (семейного) капитала на улучшение жилищных условий» от 12 декабря 2007 года (в редакции постановления Правительства РФ от 13 января 2009 № 20).

256-ФЗ СТАТЬЯ 10

1 Средства (часть средств) материнского (семейного) капитала в соответствии с заявлением о распоряжении могут направляться на приобретение (строительство) жилого помещения, осуществляемое гражданами посредством совершения любых не противоречащих закону сделок и участия в обязательствах (включая участие в жилищных, жилищно-строительных и жилищных накопительных кооперативах), путем безналичного перечисления указанных средств организации, осуществляющей отчуждение (строительство) приобретаемого (строящегося) жилого помещения, либо физическому лицу, осуществляющему отчуждение приобретаемого жилого помещения, либо организации, в том числе кредитной, предоставившей по кредитному договору (договору займа) денежные средства на указанные цели.

2 Средства (часть средств) материнского (семейного) капитала могут быть использованы на исполнение связанных с улучшением жилищных условий обязательств, возникших до даты приобретения права на дополнительные меры государственной поддержки.

3 Приобретаемое с использованием средств (части средств) материнского (семейного) капитала жилое помещение должно находиться на территории Российской Федерации.

4 Жилое помещение, приобретенное с использованием средств (части средств) материнского (семейного) капитала, оформляется в общую собственность родителей, детей (в том числе первого, второго, третьего ребенка и последующих детей) и иных совместно проживающих с ними членов семьи с определением размера долей по соглашению.

Сертификат на материнский капитал дают за второго ребенка с 2007 года и собираются давать до 2016 года. С каждым годом размер материнского капитала увеличивается с учетом инфляции, таким образом, к 2010 году семьи, оформившие все документы, могут потратить из материнского капитала 343 278 рублей.

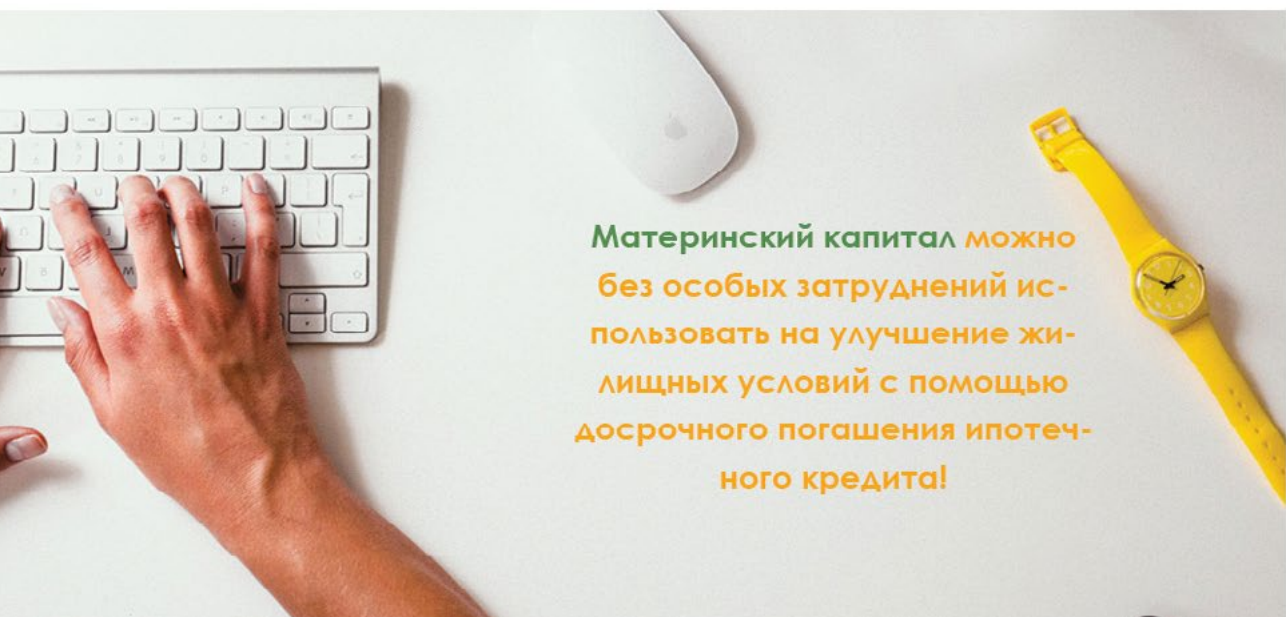
Как получить сертификат на материнский капитал

Прежде чем вы сможете воспользоваться средствами материнского капитала, вам необходимо получить сертификат. Как же это сделать? Необходимо обратиться в местный Пенсионный фонд по месту регистрации, предъявив все необходимые документы. Перед походом в Пенсионный фонд лучше уточнить по телефону требуемые документы, но, как правило, это паспорт, свидетельство о рождении ребенка и документ, подтверждающее гражданство и регистрацию ребенка. Потребуется также заявление на выдачу сертификата, но его вы будете писать уже непосредственно в Пенсионном фонде. Рассматривается заявление в течение месяца, после чего выносится решение, по которому вам либо одобряют получение сертификата, либо в получении отказывают, но отказ всегда аргументирован, то есть вы будете проинформированы о причине отказа. О результате вы будете уведомлены не позднее пяти дней после принятия решения.

Как использовать материнский капитал для покупки недвижимости?

Итак, в законе 256-ФЗ написано, что средства материнского капитала могут быть переведены путем безналичного перечисления на счет организации, осуществляющей отчуждение или строительство приобретаемого жилого помещения. Либо они могут быть перечислены физическому лицу, совершающему отчуждение жилого помещения, либо кредитной организации, предоставляющей средства для совершения операции приобретения жилья. Мы решили провести небольшой эксперимент и позвонили в Пенсионный фонд с вопросом о приобретении квартиры у физического лица без привлечения ипотеки и с помощью материнского капитала. Сотрудник ПФ долго объяснял, что это невозможно, а когда мы процитировали соответствующую статью закона, нам сообщили, что, видимо, это предусмотрено законом, но на практике таких сделок ни разу не было. Проанализировав свою практику проведения сделок в «Первом ипотечном агентстве», а также поинтересовавшись у коллег-агентов, мы пришли к выводу, что на рын-

ке практически не прошло ни одной сделки по покупке квартиры с прямым использованием материнского капитала. И это логично, поскольку деньги Пенсионный фонд будет переводить на счет продавца в течение двух месяцев, и по закону приобретаемое жилье должно быть оформлено в собственность, причем и ребенок тоже должен являться собственником этого жилья. Логично, что продавцов, готовых продать квартиру по такой схеме, немного. К примеру, вы продаете свою квартиру за 1 млн рублей, вам платят 660 тысяч рублей и сообщают, что остальные деньги переведут на банковский счет в течение двух месяцев. При этом нужно оформить собственность на квартиру на родителей и несовершеннолетнего, а остаток денежных средств придет на ваш счет! При всем желании помочь людям реализовать материнский капитал мы как специалисты не одобрим подобную сделку. Необходимость выделять долю несовершеннолетнему также противоречит большинству ипотечных программ, поскольку банки не заинтересованы в том, чтобы одним из собственников заложенной квартиры был несовершеннолетний.



Материнский капитал можно без особых затруднений использовать на улучшение жилищных условий с помощью досрочного погашения ипотечного кредита!

Для того чтобы разрешить возникшее противоречие, в закон были внесены изменения. В настоящий момент родителям достаточно предоставить обязательство в дальнейшем оформить это жилье в собственность детей. Переоформление нужно провести в течение шести месяцев после перечисления средств материнского капитала Пенсионным фондом. В случае же приобретения жилья с использованием ипотечного кредита в совместную собственность жилье нужно будет оформлять после погашения кредита и снятия обременения.

Материнский капитал, ипотека и обмен квартир

Для получения средств материнского капитала на погашение ипотечного кредита требуется предъявить следующие документы:

- паспорт;
- сертификат на материнский капитал;
- кредитный договор;
- справку из банка об остатке задолженности;
- свидетельство о государственной регистрации права собственности на жилое помещение, приобретенное с использованием ипотечного кредита;
- нотариально заверенное обязательство лица, в чью собственность оформлено жилое помещение, оформить это жилье в общую совместную собственность родителей и детей;
- если одним из созаемщиков по ипотечному кредиту является супруг, то необходимо предоставить копию паспорта супруга;
- копию свидетельства о браке.

Если остаток задолженности по кредиту меньше, чем материнский капитал, то в банк будут перечислены только те деньги, которые нужны для полного погашения кредита. Остаток на руки получить невозможно, деньги Пенсионный фонд будет перечислять в течение двух месяцев. По закону материнский капитал можно использовать как первоначальный взнос после

наступления трехлетнего возраста ребенка. То есть те семьи, в которых ребенок родился после 1 января 2007 года и входит в программу материнского капитала, но раньше 2008 года, в 2010 году смогут воспользоваться материнским капиталом как первоначальным взносом. Но по-прежнему остается проблема перевода денег в течение двух месяцев, и на практике далеко не все банки пойдут на эти условия.

Итак, подводя итоги, можно констатировать, что материнский капитал можно полноценно и без особых затруднений использовать на улучшение жилищных условий с помощью досрочного погашения ипотечного кредита. Чем активно и пользуются многие семьи: большинство семей с двумя детьми при получении ипотечного кредита рассчитывают на его досрочное погашение из средств материнского капитала.

Нередки случаи, когда заемщики берут сумму кредита максимально близкую к стоимости, указанной в материнском сертификате, дожидаясь наступления срока, когда разрешено досрочное погашение (от 0 до 6 месяцев), и гасят кредит. Единственный минус в такой ситуации — банки ограничивают минимальную сумму кредита, и нередко приходится брать сумму чуть несколько большую, чем необходимо для улучшения жилищных условий. С другой стороны схема сделки — отличный стимул для улучшения жилищных условий. Для того чтобы обменять «однушку» на «двушку» в Петербурге, вполне достаточно кредита в 1 млн рублей. При таком кредите сумма платежа, как правило, не превышает 11 тысяч рублей. После досрочного погашения кредита из средств материнского капитала платеж снизится до 7-8 тысяч рублей. Сумма вполне посильная для большинства петербургских семей.

Весеннее настроение

Встречаем героев фотопроекта «Весеннее настроение» на страницах первого номера этой весны! Радует солнышко и вдохновляемся нежностью, теплотой и стилем! Редакция журнала «Эрудит» благодарит всех партнеров и участников проекта. Пусть этой весной все мечты сбываются, даже самые дерзкие!

ФОТОГРАФ: Юлия Сватковская

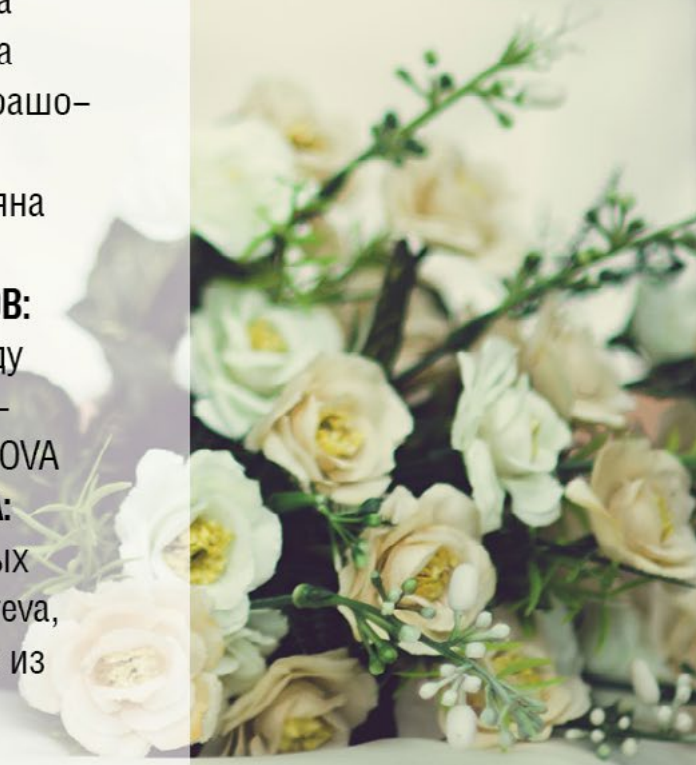
ВИДЕООПЕРАТОРЫ: Никита Колдашов и Юлия Сергеева

СТИЛИСТЫ: Екатерина Мурашова, Ольга Высоцкая

ВИЗАЖ И ПРИЧЕСКИ: Татьяна Лепота, Ксения Абабкова

ОДЕЖДА ДЛЯ УЧАСТНИКОВ: Acoola, Jacadi, Lindex, «Буду мамой», шоу-рум «Три сестры», KATYA ANDERZHANOVA

ПАРТНЕРЫ ФОТОПРОЕКТА: интернет-магазин объемных надписей vk.com/slovaizdereva, интернет-магазин ободков из цветов vk.com/labellairene



Пьянковы Александр
и Анастасия



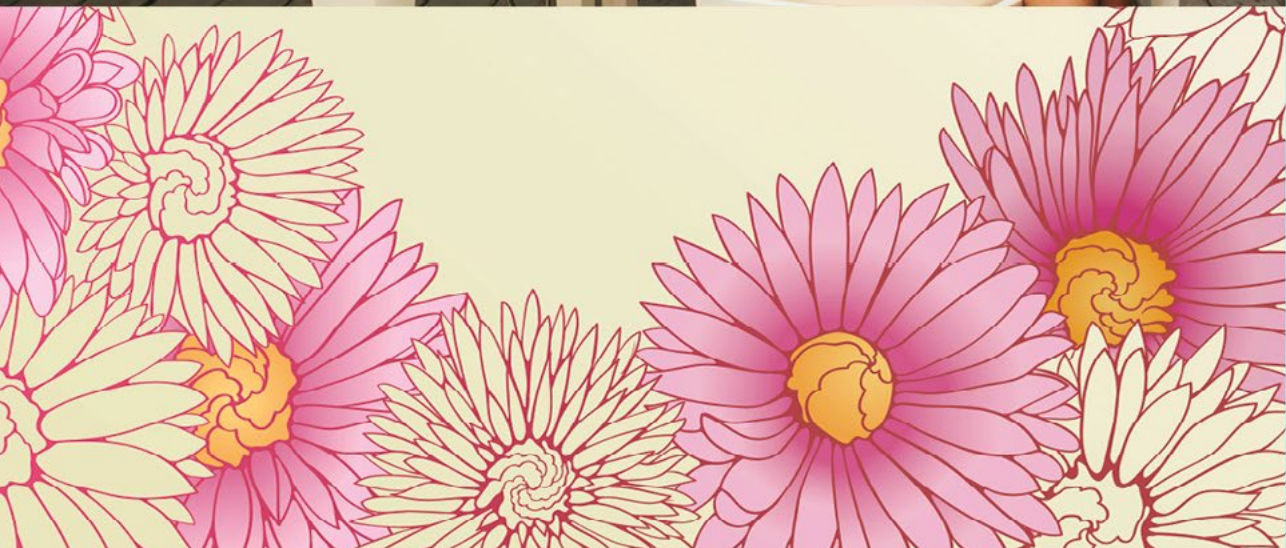
Шляхова Мария
и Волобуев Дмитрий



Ерикины Ольга и Андрей



Хлебниковы Вероника (27 лет),
Милана (3,8 мес.) и Диана (1,9 мес.)



София Феськова (5 лет)





Белоозеровы Наталья и Алина



Панова Кира (4 года)





Редакция журнала поздравляет своих любимых читателей с долгожданным приходом весны! Пусть детки вас радуют, а мечты сбываются! Будьте с нами и будьте счастливы! Всегда ваши, Мария Калашникова и Валентина Паченцева.

Женский тренинг «На самом деле я умная, но живу как дура»

Дата: 4–5 апреля 2015 года.

Адрес проведения: г. Москва, м. Павелецкая, ул. Летниковская, д. 11/10, стр. 7, зал «Форум-холл».

Ведущий: Павел Раков.

Тренинг для женщин, которые хотят создать гармоничные отношения со своим мужчиной и вернуть чувствам былую страсть. Если девушка еще выбирает мужчину, то тренинг поможет ей приобрести уверенность в себе, выбрать достойного партнера и построить с ним крепкую семью.

Тренинг «Где взять силы для успеха»

Дата: 18–19 апреля 2015 года.

Адрес проведения: МО, Одинцовский район, с. Покровское, стр. 66, д.о. Покровское.

Ведущий: Павел Раков.

Проживание: стоимость проживания с трехразовым питанием в сутки на человека составляет 1800 руб. + 900 руб. в случае раннего заезда или позднего выезда.

Тренинг для мужчин и женщин, которые хотят раскрыть свой энергетический потенциал и направить энергию в цель. После тренинга участники получают хорошие результаты за короткий промежуток времени.

Стоимость участия

СТАНДАРТ:

- личное участие в тренинге.
- 7900 руб.

VIP:

- личное участие в тренинге;
- VIP-места у сцены;
- регистрация на тренинг без очереди;
- особое внимание Павла Ракова на тренинге;
- участие в закрытом брифинге от Павла Ракова.

14 900 руб.

Билетная касса:

8–800–333–97–57

(бесплатно по РФ)

Сергей Астафьев, менеджер

+7 (965) 443–59–89

asv54@yandex.ru

www.treningshow.com





ПАВЕЛ РАКОВ: ВЕЛИКИЙ И ПРЕКРАСНЫЙ ПОВЕЛИТЕЛЬ ЖЕНСКИХ СЕРДЕЦ И СУДЕБ!

Текст: Валентина Паченцева

14-15 марта в Петербурге прошел один из самых знаменитых тренингов Павла Ракова «Я умная, но живу как дура». В перерыве Павел любезно согласился ответить на вопросы нашей редакции. Безусловно, вдохновляет энергичность этого человека, которая, на мой взгляд, и является залогом его успеха. Отработав полдня на тысячную аудиторию, Павел остался бодр и приветлив и даже успел дать мне лично несколько полезных советов! С другой стороны, поразило невероятное количество красивых и интересных женщин, пришедших на тренинг, что наводит на печальные мысли о том, что либо в стране у нас сложная гендерная ситуация, либо прекрасные дамы разучились себя любить и правильно позиционировать. Но за окном долгожданное солнце, и я точно уверена, что благодаря ему и вдохновляющим методикам Павла Ракова еще много семей и женщин этой весной станут счастливее.

НАСКОЛЬКО ИЗВЕСТНО, У ВАС ЕСТЬ СВОЙ УСПЕШНЫЙ БИЗНЕС. КАК ПРИШЛА ИДЕЯ О ПРОВЕДЕНИИ ТРЕНИНГОВ? ДЕЛАЕТЕ ЛИ ВЫ ЭТО ДЛЯ СЕБЯ ИЛИ ПРИСУТСТВУЕТ КОММЕРЧЕСКИЙ ЭФФЕКТ?

В середине 90-х как раз для своей компании я самостоятельно начал проводить корпоративные мероприятия: это были как праздники, так и обучающие программы, тренинги по прода-

жам для своих агентов например. Так в принципе все и началось.

Большую часть своей жизни я работаю с людьми (еще с комсомольских времен), и вышло так, что в дальнейшем я начал проводить еще и мужские тренинги, связанные с воспитанием духа и характера, практиковал хождение по углям и другие неординарные техники. И в какой-то момент, когда я уже набрался опыта

в работе с мужчинами, меня упростили провести женский тренинг на каком-то фестивале в Украине.

Это было бесплатное мероприятие, и получилось так, что все его участницы пришли потом ко мне с огромной просьбой провести еще раз аналогичную программу, но уже за деньги. Уезжать я скоро оттуда не собирался, потому и согласился. Вот так, собственно, и начались мои женские семинары.

БОЛЬШИНСТВО СУЩЕСТВУЮЩИХ МОТИВИРУЮЩИХ ПРОГРАММ ПОСТРОЕНЫ НА СИСТЕМЕ ТРАНСЕРФИНГА РЕАЛЬНОСТИ (ТРАНСЕРФИНГ — ВОЗМОЖНОСТЬ МАТЕРИАЛИЗАЦИИ И ВИЗУАЛИЗАЦИИ ЛЮБОЙ МЫСЛИ В РЕАЛЬНОСТЬ — ПРИМ. АВТОРА.). ЭТИ ИДЕИ ДЕТАЛЬНО РАСКРЫТЫ В ДОКУМЕНТАЛЬНОМ ФИЛЬМЕ «СЕКРЕТ». ИСПОЛЬЗУЕТЕ ЛИ ВЫ ИХ В СВОЕЙ ПРАКТИКЕ?

В фильме «Секрет», на мой взгляд, сокрыта ошибка, причем грандиозная! Потому что они рассказывают о том, что если человек просто представляет себе успех, то он сам приходит. Но на самом деле все зависит от того, с какой силой вы мечтаете, это называется «сила энергетической волны». Мало просто думать о своей мечте, нужно думать с определенной энергией, страстью и вождением. Чем больше эта страсть, тем больше шансов на исполнение. В этом аспекте мы вступаем в противоречие с трансферингом, который говорит о том, что нужно «сбросить важность», убрать эмоцию. Я считаю, что это полная чушь.

Что такое «важность» — это эмоция, если вы сбрасываете эмоцию, то вы стремитесь к нулю, самый большой грех — это малодушие. Чтобы притягивать мечты, как по волшебству, нам нужна эмоция, неважно какая, и гнев, и раздражение, — это стимулятор выработки энергии.

На своем тренинге «Где взять силы для успеха» я как раз учу, как любую энергию (злость, за-

висть, обиду) переработать в ту, которую нужно, то есть в энергию мечты. Вопреки всему, что бы ни происходило в жизни, нужно продолжать мечтать!

НА МОЙ ВЗГЛЯД, ВАШ УСПЕХ ОСНОВАН НА БЕСПРЕЦЕДЕНТНОЙ ХАРИЗМЕ И ЭЛЕМЕНТАХ ШОУ В ОБЩЕНИИ С АУДИТОРИЕЙ. ТАК ЛИ ЭТО?

Ну раз вам так кажется, то я согласен, хотя, возможно, есть что-то еще: я учу людей, которые вокруг меня, зарабатывать и даю им такую возможность.





ПОСТРОЕНА ЛИ ВАША СТРАТЕГИЯ ВОВЛЕЧЕНИЯ В ТРЕИ ИГРЫ ПО ПРИНЦИПУ ПИРАМИДЫ?

Нет. 80% людей в зале приводят всего 20 человек моих сотрудников, это мои постоянные лидеры. Пирамиды, как таковой, в нашей системе не существует.

НА ВАШ ТРЕНИНГ МОЖНО ПОПАСТЬ ТОЛЬКО ЗА ДЕНЬГИ?

Нет! Иногда я провожу бесплатные семинары, сам снимаю для этого зал, иногда бывает, что я возвращаю деньги за билеты в виде подарков, у меня разные бывают «призвезды». Вот своим лидерам, например, я подарил недавно объект коммерческой недвижимости стоимостью 47 млн рублей, это бизнес со сроком окупаемости 10-15 лет. Я делаю подарки, когда считаю, что это принесет пользу человеку. Моя задача — дать не рыбу, а удочку для ловли рыбы и подсказать, где эта рыба вообще плавает.

КАК ВЫ САМИ ОЦЕНИВАЕТЕ ВОЗМОЖНОСТЬ КАРДИНАЛЬНОГО ИЗМЕНЕНИЯ ЖИЗНИ ЖЕНЩИНЫ ПОСЛЕ ПОСЕЩЕНИЯ ВАШИХ ПРОГРАММ?

Я слышал такие истории кардинальных изменений, которые даже меня шокировали. Моим ученицам дарят миллионы долларов, яхты, машины, другие выходят замуж после 60 за приличных мужчин.

НА МОЙ ВЗГЛЯД, ВСЕ ЖЕ ВСТРЕЧАЮТ ПО ОДЕЖКЕ И ЗАЧАСТУЮ ПРОВОЖАЮТ ТОЖЕ ПО НЕЙ. КАК ВЫ МОТИВИРУЕТЕ НЕКРАСИВЫХ ЖЕНЩИН ИЛИ ТАКИХ НЕ БЫВАЕТ? БЫЛИ ЛИ СЛУЧАИ ИЗМЕНЕНИЙ?

Некрасивые женщины бывают. То, что их нет, это как раз мужчины придумали, чтоб не расстраивать. Как-то вот выходит одна дама на сцену и спрашивает: «Вы меня помните?» Я говорю, что припоминаю, а на самом деле, конечно, не очень помню; а она говорит: «Я та,

которую вы год назад ругали за жир». Передо мной стоит очень эффектная и реально красивая женщина; за это время она сменила имидж, сбросила 35 килограмм, выучила итальянский язык, освоила искусство дефиле, в принципе стала абсолютно другим человеком. Так что такие случаи тоже есть.

С другой стороны, секрет еще и в женских гормонах! Чем больше их женщина вырабатывает, тем более привлекательной она кажется и интересной для мужчины. А женские гормоны можно научиться вырабатывать: физические нагрузки, питание, сон, образ мышления и т.д. Если все делать правильно, то рейтинг возрастает.

ТО ЕСТЬ НУЖНО ПРОСТО ЛЮБИТЬ СЕБЯ?

Нет, не просто... Как ты себя на ровном месте полюбишь? Нужно делать специальные упражнения.

Для того, чтобы себя полюбить или какой другой подвиг сделать, нужен драйв, кураж, состояние экшена, вот эту волну нужно поймать, и я на своих тренингах стараюсь дать не знания, а мотивацию. Я, по сути, все дни мотивирую женщин сделать то, что они уже в принципе умеют. Побуждаю их быть женщинами, заставляю их быть женщинами, и когда они начинают это делать, то выясняется, что «женщиной быть классно».

ЧАСТО ЛИ ВАШИ УЧЕНИЦЫ ВАС ВЛЮБЛЯЮТСЯ? ТАКИХ МНОГО?

Смею надеяться, что нет. Такого, чтобы кто-то в меня влюбился, начал преследовать, не случилось. Понятно, что многим я нравлюсь, иначе не приходили бы, но до фанатизма никогда не доходило, и, думаю, во многом это, ко-

нечно, зависит и от меня. Я всегда соблюдаю субординацию и сразу информирую о том, что я женат. Кроме того, как бы я вдохновлял женщин, если бы в моей семье что-то было не так. Конечно, и у нас с супругой случаются разногласия, как у всех, но в целом мы — успешная и гармоничная семья.

СКОЛЬКО У ВАС ДЕТЕЙ?

Двое детей. Три года девочке и десять лет мальчику.

КАК СТАТЬ УЧАСТНИЦЕЙ ПЕРЕДАЧИ «МОИ ПРЕКРАСНЫЕ»?

Героинь набирает администрация телеканала РенТВ, и зачастую я сам на сцене встречался с ними впервые. Меня инструктировали непосредственно перед съемкой, кого я должен пригласить на сцену, ситуация таким образом получалась натуральной. Сценарий, конечно же, я сам писал, и он согласовывался с телеканалом, но в 90% случаев все шло не по плану. Все потому, что, когда девушка выходила на сцену для участия в ролевой постановке, вести она себя начинала абсолютно иным от заявленного образом.



СЧИТАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО, КАК БЫ ПЛОХО НИ СКЛАДЫВАЛАСЬ СИТУАЦИЯ В СЕМЬЕ, ЖЕНЩИНА ДОЛЖНА СТАРАТЬСЯ СОХРАНИТЬ ОТНОШЕНИЯ РАДИ ДЕТЕЙ?

Любой психолог или другой порядочный человек будет советовать семью сохранить. Я, конечно, тоже. После моих тренингов семьи очень часто начинают жить новой более осознанной жизнью. Но бывает и обратный процесс, когда женщина после моих программ точно понимает, что развод неизбежен, и принимает решение.

Из ста женщин, приходящих ко мне, пять разводятся — и правильно сделают. Но изначально стоит подумать, не допустила ли женщина сама ошибку, и мужчину, который ничего не хочет делать для семьи, попробовать смотивировать. Конечно, нужно начинать с того, что мы имеем на данный момент, и если все способы испробованы, а результата нет, то тогда уже можно и по-честному попроситься.

МОЖНО ЛИ ВОДОХНОВИТЬ МУЖЧИНУ, ЕСЛИ ЛЮБОВЬ К НЕМУ УЖЕ НЕ ТАК СИЛЬНА, КАК В НАЧАЛЕ ОТНОШЕНИЙ?

Любовь — это чувство, которое можно вырабатывать. Любовь состоит из трех составляющих:

- любовь тела — вождление;
- любовь разума — уважение, социальные договоренности, обоюдная выгода;
- любовь духовная — безусловная, материнская например.

Все это можно вырабатывать. Духовная любовь вырабатывается через преодоление сложностей, любовь разума — через собственное развитие и лидерские качества, а материальная любовь — через работу с собственным телом.

КАК, НА ВАШ ВЗГЛЯД, НУЖНО ВОСПИТАВАТЬ ДЕВОЧКУ?

Я не хотел бы отвечать на этот вопрос, так как я не детский психолог, я могу говорить только о тех вещах, в которых идеально разбираюсь. Могу лишь сказать, что в соответствии с психо-

логическими основами девочку нужно хвалить просто так, а мальчика за конкретные достижения. Вот когда я воспитаю успешно детей, начну проводить детские тренинги. Очень хочется, конечно, сказать, но буду молчать. Добавлю лишь одно: дети рождаются с огромным опытом, мне моя дочурка в два года строила глазки и мило кокетничала, то есть в свои два года она все это уже умела. Все это заложено уже природой, и в наших целях это не испортить, а в лучшем случае развить.

КАКИЕ ИЗ СВОИХ ТРЕНИНГОВ ВЫ ПОРЕКОМЕНДУЕТЕ ТЕМ ЖЕНЩИНАМ, У КОТОРЫХ ВСЕ ХОРОШО И В СЕМЬЕ?

«Летний лагерь» — физкультурно-оздоровительный тренинг и «Где взять силы для успеха» (состоится в Москве в середине апреля).

ГДЕ И КАК МОЖЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ ЖЕНЩИНА С РЕБЕНКОМ?

Там же и так же, как и женщина без ребенка. Дети — это дополнительная опция, поднимающая женский рейтинг. Если женщина физически никак не развивается, это тянет ее вниз. Если у женщины есть дети, то мужчина понимает, что с этой женщиной все в порядке в духовном, психологическом и физическом плане. «Высокоранговый» мужчина никогда не будет думать о том, что ему нужно растить чужих детей. Он будет скорее думать о том, готова ли любимая женщина родить ему еще.

ПРОВОДИТЕ ЛИ ВЫ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ.

Нет, так как я не консультирую, а мотивирую и вдохновляю, и в полном зале выполнять упражнения намного действеннее. Энергия одного человека усиливается энергией тысячи.

Редакция журнала благодарит за прекрасные фотографии с интервью Андрея Мишурова!

24-26
апреля
2015



**ОСТРОВ
ДЕТСТВА
ФЕСТИВАЛЬ**

Экспоцентр «Гарден Сити»,
Лахтинский проспект д. 85



«ОСТРОВ ДЕТСТВА» ФЕСТИВАЛЬ

Путешествия
и отдых

Настольные игры,
игрушки

Детский спорт
и туризм

Обучение, образование

Мастер-классы

Развлекательная
программа

Товары для детей

Развивающие и
досуговые центры

Организатор



Партнеры:



Piterzavtra.ru



ВАЖНОСТЬ РАННЕГО ТВОРЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Наш главный редактор Валентина Паченцева встретила с руководителем театральных студий сети клубов «Эрудит» Екатериной Дашкой. Екатерина – финалистка первого регионального телевизионного конкурса «Ради славы». Обладатель гран-при VII международного конкурса эстрадно-вокального творчества «Волшебный мир кулис» и обладатель гран-при театрального фестиваля «Без антракта».

Как правильно выбрать направление занятий для самых маленьких? Почему творческое развитие благоприятно влияет на всех детей?

Чем только наши детки ни занимаются! Как в знаменитом стихотворении: «Драмкружок, кружок по фото, мне еще и петь охота, за кружок по рисованью тоже все голосовали». А мамочки только и успевают возить ребеночка с секции гимнастики на занятия по вокалу. Кто-то может спросить: зачем столько? Но ведь каждый ребенок уникален и способен на многое, зачастую мы даже не замечаем, сколько в него заложено природой.

Дети — большие фантазеры, они перевоплощаются, играя в неизвестные нам игры, находят такие образы, о которых взрослые даже и помыслить не могут, придумывают парадоксальные формы выражения своих чувств, и самое главное — они во все это действительно верят! Смотришь и видишь — талант! Но талант — это еще не все.

Как говорят многие деятели искусств: «Формула успеха — это 30% таланта и 70% трудолюбия». Талант нужно развивать! Именно поэтому так популярны сейчас театральные студии, ведь каждый родитель хочет увидеть своего малыша на сцене!

Как театральная студия развивает коммуникативные навыки в общении со сверстниками?

Есть дети, которые закрыты в себе и зачастую даже не хотят играть со сверстниками. Театральные студии, которых сейчас великое множество, помогают таким детям раскрыть свои способности, поверить в себя, повысить самооценку и побороть многие страхи. Ведь, выходя на сцену просто играть, ребенок чувствует себя свободнее, нежели в суровом «выступать».

Какие еще качества и умения развиваются при посещении таких занятий?

Как любые творческие занятия, театральная студия помогает найти себя в волшебном и таинственном слове «театр» и попробовать уже в юном возрасте побыть настоящим артистом! Дети, посещающие театральную студию, коммуникабельны и быстро находят общий язык как со сверстниками, так и со взрослыми. Словарный запас растет с каждым днем, а правильная постановка голоса и тренинги по сценической речи станут замечательной базой для успеха во многих сферах деятельности уже во взрослой жизни. Театр напрямую связан с литературой и музыкой, а значит, у малыша с раннего возраста начнет формироваться и

музыкальный, и литературный вкус. Запоминание различных текстов развивает память и внимание — навыки, которые несомненно пригодятся в школе. Все родители хотят, чтобы их дети были успешны и развивались во всех сферах искусства. Театральная студия поможет раскрыть таланты детей в самом раннем возрасте, и, даже если ребенок не свяжет свою будущую деятельность с театром, развивающие занятия принесут ему пользу и помогут во взрослой жизни. Записаться на бесплатное пробное занятие по актерскому мастерству и приобрести абонемент вы можете в наших клубах «Эрудит» по адресам:



г. Всеволожск, Всеволожский пр.,
д. 12, (642) 65-045

Косыгина пр., д. 33, к. 1, (812) 574-21-76

Приморский пр., д. 137, (812) 431-62-10

Светлановский пр., д. 70, (812) 590-54-33

Корзуна ул., д. 4, (812) 411-29-52



Идеальный гардероб счастливой женщины

Все мы не раз слышали шутку о том, что у женщины всегда есть две проблемы: в шкафу нет места и надеть нечего. Между тем в этой шутке большая доля правды.

Почему же так происходит?

Тамара Архипова,
основательница и руко-
водитель клуба «Муза»,
ведущая женских тренинго-
вых программ.



Дело в том, что для нас одежда имеет не только практическое значение. Для настоящей женщины одежда, ее образ — это что-то гораздо большее, способ играть, менять роли, по-разному проявлять себя. Раскрыть окружающему миру все богатство своей уникальной натуры — эмоциональной, часто переменчивой, как погода в мае. И одежда призвана делать соответствующим нашему состоянию наш эмоционально богатый внутренний мир.

Сейчас публикуется масса советов профессиональных стилистов о том, что должен представлять собой универсальный женский гардероб и какие вещи обязательно должны в нем присутствовать. Возможно, это удобно, но руководствуясь в формировании своего гардероба этим списком — маленькое черное платье, идеально сидящие синие джинсы, белая блуза, костюм, бежевый тренч, черные туфли лодочки и т. д., — мы рискуем утратить собственную индивидуальность. Вещи, подобранные по функциональному признаку, превращаются в униформу, которая ничего не говорит о своей владелице.

Какими же тогда должны быть вещи настоящей женщины? Здесь нет никаких ограничений, кроме единственного — они должны быть любимыми. Чтобы их всегда хотелось надеть,

они приносили радость и наслаждение, счастье быть и чувствовать себя женщиной.

Создать такой гардероб достаточно просто — это определяется не бюджетом, не количеством времени, потраченным на поиски одежды, не модными тенденциями. Главное — почувствовать связь с собой. Собой настоящей, принять свою универсальность, внутренние состояния во всем их разнообразии, позволить себе перестать прятаться и открыто выразить себя. Одежда, создание своего образа — один из важнейших видов нашего творчества. Правильно подобранные наряды и аксессуары дают нам возможность нравиться себе и окружающим, находиться в приподнятом настроении и восхищаться собой. Мы же у себя самые родные и любимые, мы достойны лучшего — и не стоит соглашаться на меньшее!

Во все времена женская красота, чистота были величайшей ценностью — так позвольте же себе быть уникальной, яркой, запоминающейся, позвольте себе радовать взоры и очаровывать окружающих своей счастливой улыбкой. Это вечная загадка женщины — ее переменчивость, игривость, которая всегда вдохновляла художников и поэтов творить, а храбрых рыцарей совершать подвиги. Одежда же всегда подчеркивала эти отличия двух начал — мужского и женского, активного и пассивного, ведь мы такие разные, как Луна и Солнце.

Может ли кого-нибудь вдохновить женщина, которая с равнодушием относится к себе, которая всегда одинаковая — ведь это так удобно иметь три пары синих джинсов и несколь-

ко подходящих к ним свитерков? Вы скажете, что современная жизнь совсем другая, что она более сложная и многогранная, что перед женщиной сейчас встают куда более разнообразные задачи, чем просто «мило беседовать и хорошо при этом выглядеть». Вы скажете, что сейчас размылась грань между мужчинами и женщинами, что сейчас нет настоящих женщин и настоящих мужчин. А я утверждаю, что женщина внутри нас жива. Просто достаточно научиться слышать себя, и она вернется. А с ее возвращением придут в вашу жизнь и все эти удивительные женские мелочи — бусы, нити жемчуга, броши и драгоценности, веера, шпильки для

волос и театральные сумочки, платья в пол, изящные шали, изысканные духи с будоражащим душу ароматом, алая помада в золотистом футляре, ажурные чулки, пуховка для пудры и белье из нежнейших кружев. Ведь принцессе надо столько всего, чтобы собраться на бал.

В каждой из нас дремлет прекрасная принцесса, но мы об этом не догадываемся. Может быть, стоит попробовать ее разбудить — ведь так интересно, что из этого выйдет. Может быть, поэтому мы так любим все эти сказки — потому что внутри нас тоже живет принцесса и ее надо спасать. Спасать от серости, от жизни по правилам, продиктованным другими, от необходимости строго соответствовать обществу и мнению.

Возвращение женщины — реально. Для этого достаточно только набраться смелости идти своим путем. И создание идеального гардероба под себя, учитывающего все ваши индивидуальные особенности и желания, — всего лишь первый шаг на этом пути. Первый, но очень важный. Ведь через принятие своей уникальной природы, через свою красоту женщина открывает себе и близким доступ к важнейшим в жизни вещам — богатству, изобилию, личностному и духовному росту, самореализации и обретению высшего смысла своей жизни.

Для меня самой это был непростой путь — от девочки к женщине, от многочисленных экспериментов к обретению своего стиля. Я наконец-то обрела себя настоящую, и мне очень нравится то, какой я стала сейчас. Это очень много значит для меня, даже больше, чем многочисленные комплименты.

Так родилась идея семинара «Идеальный гардероб счастливой женщины», на котором я хочу поделиться с вами своими открытиями в этой области и маленькими секретами. Я мечтаю, чтобы все женщины в мире снова были уникальными, чувствовали себя красивыми и одевались только в любимые вещи!





КАРЬЕРА И СЕМЕЙ- НОЕ СЧАСТЬЕ: СОВМЕСТИТЬ НЕЛЬЗЯ ЧТО-ТО ЗАБРОСИТЬ



Стеси Дюбуа,
арт-директор нескольких
ресторанов, организатор
эксклюзивных свадеб.

Карьера или семья. Что важнее для современной женщины и как это сочетать

Этот извечный вопрос: куда поставить запятую? Многие годы эти важные аспекты жизни пытаются охватить все женщины мира, и каждая выбирает свой путь. Глядя на меня и большинство моих подруг, осознаешь, что все они очень успешны в карьере и социальной жизни, но что касается личных отношений, тут все как-то не складывается. Никого не оправдывая, хочу сказать, что во многом это все не

по их вине, точнее за гранью их понимания и осознания. Девушки, женщины все очень разные, но есть несколько черт, которые объединяют большинство из них: самостоятельность, готовность всю себя посвятить работе, нацеленность на карьеру и результат, активная жизненная позиция. Почему-то это было традицией советских родителей — воспитывать в девочках мальчиков. Как сейчас помню, мне и многим моим одноклассницам внушали, что нужно учиться, потом поступить в престижный вуз, найти работу, чтобы ни в коем случае не стать домохозяйкой и не сидеть дома и не готовить борщи. Что если ты не будешь успешна в карьере, то ты не будешь интересна как личность, общество тебя не примет и мужчине ты своему будешь неинтересна. Теперь, когда есть работа, признание, хорошая зарплата и ты можешь многое себе позволить, встает вопрос: а в чем счастье и почему оно не ощущается? Мы

все, с детства натренированные уделять достижениям массу времени и усилий, совсем забыли, что женщина — сила внутренняя. То, как она светится изнутри, насколько она гармонична и наполнена энергией, — вот что является главным критерием для успешности женщины и привлечения и удержания мужчины. Я сейчас не говорю о мужчинах-инфантах или альфонсах — это тема отдельного разговора.

Больше двух лет я работаю над собой и пытаюсь заново воспитать в себе девочку, которая радуется разным мелочам, искренне удивляется всему необычному, следка легкомысленна и не загружается по разным поводам. Далее девушку ранимую, которую хочется защищать. И женщине — сексуальную, любящую и принимающую. Это дается крайне тяжело, но есть большие подвижки в этом направлении. Шаг за шагом я уменьшаю влияние прошлых установок и привыкаю к новым миссформам. Я на своем опыте замечаю, как меняется отношение мужчин и что в жизни появляются качественно новые мужчины, которых раньше я не встречала. Значит, работает!

Мужчина, приходя домой, хочет быть долгожданным, желанным, обласканным и пригретым доброй, милой, довольной жизнью и собой женщиной. Как это возможно сделать, когда зачастую тебя даже нет в этот момент дома? Или ты провела около пяти-шести встреч, накричала пару раз на подчиненных, причем иногда и мужского пола. И вот приходит такая уставшая, измотанная морально и физически (много переездов, беготня весь день на каблучках, сидячая работа за компьютером) женщина

домой... Ей не то, чтобы привести себя в красивый вид, который будет радовать глаз любимого, или приготовить вкусный ужин, или устроить какой-нибудь сюрприз, я не говорю уже о необходимом для мужчине вечернем ритуале — расслабляющем массаже, ей бы до кровати доползти... И тут вместо объятий это краткое: «привет, милый, как дела?», «очень устала сегодня на работе», «что ты поел?» и частое «извини, сейчас мне нужно еще поработать». Как на это все должен реагировать мужчина? Мужчина, который считает себя главой семьи, который ждет, что к нему будут относиться с любовью и уважением. Он не видит, что является для вас кем-то значимым. И для него это чертосеки важно. Это то, что его держит в семье, это то, что его движет в этом мире и ради чего он всего добивается. Чтобы любимая женщина гордилась им, ждала и любила. Скажу достаточно избитую фразу о том, что все в этом мире делается ради женщин и ради их благосклонности, и войны, и произведения искусства, да просто все.





Новое поколение современных женщин все больше пытается как-то найти этот баланс между трудовыми буднями и временем для себя и своей семьи. И это очень важный и верный путь, если вы хотите быть рядом с мужчиной, а не бороться с ними и против них всю свою жизнь. Найти этот путь женственности достаточно непросто, многим становится просто страшно, ведь, чтобы быть женственной, тебе нужно быть зависимой и доверить свою жизнь мужчине. А это очень сложно, многим даже непостижимо. Современное общество и мегаполисы просто убивают в женщинах женщин! Им нужно стоять за себя, быть на уровне с мужчинами, чтобы их уважали, продвигали по работе, быть успешными и позволять себе все то, что они хотят и не всегда получают от мужчин. Которые очень избалованы женским вниманием, доступностью и инициативностью. Но это тема уже другой заметки.

Возьмем, к примеру, Ксению Собчак, которая совсем недавно, встретив мужчину, кардинально поменяла свой имидж, поведение, да что там говорить, полностью мироощущение. Она светится изнутри и мурлычет, как котенок, рядом со своим мужем. Вы помните, насколько она умна и не лезет за словом в карман? А в последних ее интервью и на телепроектах, где она со своим избранником, она смотрит ему в рот, искренне восхищается им и ведет себя как настоящая женщина. Но и тут общество ее испытывает. Вспомним про историю с Михалковым, когда общественность практически прямым текстом говорила «баба, знай свое место», а это совершенно неблагоприятная среда для проявления женственности, в ответ на такое тебе хочется «включить мужика и всем доказать». Но я искренне рада за Ксению, что сейчас она еще в эйфории и окружена заботой мужа, она в полной мере, несмотря ни на что,

идет по пути, который приносит ей и ее семье гармонию и счастье.

А мы поговорим о том, что, к нашей девичьей радости, появляется все больше трепингов, семинаров, женских практик, женских кругов и т. д., где мудрые женщины делятся сокровенными знаниями, которые передавались раньше из поколения в поколение и были совершенной нормой. Сейчас это диковинные вещи, которые дают девушкам надежду, что все у них получится, замужним дамам помогают выправить немного ситуацию, которая возникла в их жизни, и улучшить отношения с супругом. Как раз о таких вещах на примерах из жизни мы и будем строить наш блог.

Сейчас я хотела бы написать о том, что не нужно резко менять жизнь и останавливать свою карьеру, бросать работу, сесть дома и «стать

женщиной». Нет, это тоже искусство, ему нужно учиться, пока нужно перейти на стадию «учимся совмещать и освобождать пространство для себя». Да и самодостаточность вы привыкли измерять старыми понятиями, а сразу бросить годами наработанное будет больно для вашего эго. Главное, чтобы у вас было желание стать для мужчины самой-самой, не заикливаться на работе и уделять себе немного времени каждый день, любить себя, заботиться о себе — и все получится.



ЛЕТНИЕ ДАЧИ «ЭРУДИТ»

В ШИКАРНЫХ ОСОБНЯКАХ
ВСЕВОЛОЖСКА И ПУШКИНА!

**Открытие 2015 года: роскошный
коттедж со спа-зоной в ле-
гендарном Пушкине**

Вопрос, как организовать летнее время ребенка, волнует многих работающих родителей. Не всегда у нас есть возможность провести лето с малышом на даче или отправить его к бабушке. А оставить ребенка на лето в городе — не лучшая перспектива. «Эрудит» позаботился о решении этой проблемы!

Наши частные летние сады в лучших и ближайших к городу пригородах Петербурга помогут работающим родителям решить вопрос с организацией летнего пребывания ребенка. Всеволожск расположен всего в 10 минутах езды от города и славится своей обширной заповедной зоной и прекрасным микроклиматом. Сами сады расположены в уютных и красивых кот-

теджах, в очень тихой, спокойной и зеленой зоне. Мы приглашаем на отдых и оздоровление детей от полутора до семи лет. В течение недели ребенок находится под присмотром опытных педагогов и медицинского работника, получает разнообразное полноценное питание, участвует в спортивных и оздоровительных мероприятиях. Для ребенка, посещавшего ранее детский сад или школу, не стоит недооценивать пользу режима, активного движения, свежего воздуха и сбалансированного питания в летний период. А вот для тех, кто раньше не ходил в детский сад, этот период может стать мягким вхождением в режимные моменты. Бесспорным преимуществом системы летних садов «Эрудит» является возможность выбора индивидуального графика пребывания вашего ребенка: от нескольких дней в неделю до круглосуточного пребывания под присмотром ласковых воспитателей, опытных педагогов и педиатров. Любая программа пребывания включает анимационное и театральное сопровождение, а домашний уют и многообразие игровых зон однозначно не оставят равнодушными ни вас, ни вашего малыша. Летом прошлого года состоялось грандиозное открытие клуба-садика в городе Пушкин!



Наша летняя дача в Пушкине по праву может быть названа элитной площадкой сети «Эрудит». Помимо неизменного блестящего преподавательского состава, этот садик отличается еще и потрясающими интерьерами, соответствующими его расположению вблизи Царскосельского лицея. Витражные окна в пол, высоченные потолки, и, конечно, отдельных аплодисментов заслуживает шикарный бассейн с гейзерами и спа-зоной! И все это великолепие по абсолютно стандартной цене! Приезжайте, смотрите и будьте спокойны за своего малыша!

10 Фактов о лучшем летнем садике Петербурга

- 1 Живописная местность, чистый воздух, уютная домашняя атмосфера. Ближайшие к городу исторические пригороды Петербурга.
- 2 Охраняемая и оборудованная детскими площадками территория.
- 3 Просторные светлые игровые и уютные спальни.
- 4 Квалифицированный персонал: воспитатели, педагоги, медицинские работники.
- 5 Домашнее шестиразовое сбалансированное питание.



- 6 Оздоровительные и развлекательные мероприятия.
- 7 Натяжной и надувной бассейны на прогулочной площадке.
- 8 Экскурсии, прогулки и мини-походы.
- 9 Возможность выбора графика пребывания: полный день, круглосуточное пребывание, дача выходного дня.

10 10 лет профессиональной деятельности.

Ребенок, заряженный солнцем, свежим воздухом, здоровьем, новыми впечатлениями и умениями, будет на 100% готов к следующему учебному году! Летняя дача работает с 1 июня по 30 августа. Просмотр садика и бронирование сезона-2015 уже началось! Приезжайте к нам на собеседование — и все ваши тревоги в этот же день останутся позади. Помните, лучший способ избавиться от беспокойства — это принять наконец решение! «Эрудит» знает, какое решение вы примите после встречи с нами.

С «Эрудитом» любое лето станет солнечным!
 (812) 642-70-22, 448-47-77
eruditclub.ru/letnyaya_dacha



ВСЕ, ЧТО НУЖНО ДЛЯ ПРИНЦЕССЫ



Весной распускаются нежные зеленые листья и первые цветы. Все вокруг преобразается. Будто бы сама природа старается украсить перед выходом в свет. Поэтому первый месяц весны посвятим чудесному превращению маленьких девочек в принцесс.

Автор:

Ирина Третьякова



Корона

Конечно, в первую очередь надо подумать о короне. Ее можно сделать буквально за пару часов, если в доме есть фетр, а если его нет, купить его можно в магазине рукоделия. Измеряем обхват головы будущей принцессы сантиметровой лентой. Теперь берем лист бумаги и строим на ней выкройку. Длина короны — обхват головы минус 1 см, высоту короны и количество

зубцов рисуем по желанию. Когда выкройка готова, берем фетр и вырезаем из него заготовку короны без припусков на швы (2 шт.). Берем одну и начинаем ее декорировать. Различные бусины, бисер, цветная тесьма — и фантазия вам в помощь. Для этой работы хорошо привлечь и саму будущую принцессу. После того как декорирование завершено, вторую деталь короны приклеиваем с изнаночной стороны, это можно

сделать с помощью клеевого пистолета. Если такового нет, то можно подшить потайным швом. Теперь по низу короны пришиваем ленту. Корона готова. Прикладываем ее вокруг головы принцессы и завязываем сзади красивым бантом.

Волшебная палочка

Приступаем к изготовлению волшебной палочки принцессы, в быту для нее можно придумать совершенно по-

лезное применение — она с успехом может стать закладкой для книг. Берем длинную бамбуковую шпажку. Из остатков фетра, что использовался для изготовления короны, вырезаем маленькую корону с тремя зубцами (две детали). Внутри этих деталей помещаем верх шпажки и проклеиваем все клеевым пистолетом (если его нет, можно воспользоваться клеем «Момент», и тогда сделать это лучше взрослым, так как он очень токсичен). Зубцы короны сверху по желанию декорируем бусинами.

Украшения

Всем известно, что настоящим принцессам совершенно необходимы украшения. И их никогда не бывает много. Не обязательно для этого идти в магазин и скупать красоту. Их можно сделать своими руками из подручных материалов. Будет не менее красиво и эффектно. Бусы из ткани. Берем полоску ткани. Длина ее — это длина украшения, а ширина — это длина окружности бусин, которые у вас есть в наличии, + 1 см припуск на швы. Берем полоску ткани, складываем ее пополам по всей длине, изнанка ткани должна быть сверху. Теперь прошиваем ее по длине, отступив от края 1 см. Сделать это можно как на

швейной машинке, так и на руках швом вперед иголкой. После того как колбаска будет готова, выворачиваем ее на лицо, а теперь завязываем узелок кладем внутрь бусину, крепко фиксируем ее внутри и завязываем еще один узелок. Бусина получается в колбаске из ткани с обеих сторон окруженная узелками. Так продолжаем до тех пор, пока вся колбаска не будет заполнена бусинами. Финальный штрих — делаем застежку. Пришиваем к одному краю тканевой колбаски пуговицу, а на другой стороне делаем петельку. Бусы готовы.

Картина-органайзер для хранения украшений

Украшения можно хранить в шкатулке-ларце, на специальных подставках, а можно еще сделать в виде арт-объекта, который будет не только выполнять основное предназначение, но и служить украшением комнаты. Итак, берем рамку для фотографий. Чем больше размер рамки, тем больше украшений на ней поместится. Убираем стекло. Оно нам не понадобится совсем. Освобождаем саму рамку от картонной стенки и красим рамку акриловыми красками. Почему акрил? Такая краска почти не пахнет и очень быстро сохнет. Продается в ма-

газинах для рукоделия. После того как рамка высохнет, покрываем ее акриловым лаком. Теперь берем картонную заднюю стенку. Выкраиваем такой же прямоугольник, как и стенка картона, из синтепона и приклеиваем вырезанный синтепон на картон. Это можно с успехом сделать на клей-карандаш. Теперь берем кусок ткани, выкраиваем из нее прямоугольник, ориентируясь на картонный задник картины + 2 см по краям. Заутюживаем по 1 см с каждого края и обхватываем полученным куском ткани заднюю стенку рамки с приклеенным синтепоном. Еще один оставшийся припуск 1 см заворачиваем назад и фиксируем его либо при помощи мебельного степлера, либо при помощи клея («Момент Кристалл» или клеевой пистолет). Получилась такая мягкая подушка с картонной основой. Теперь берем репсовые ленты, нарезаем их нужное количество. Длина зависит от ширины рамки + по 2 см припуск на загиб. Количество таких лент зависит от ширины рамки. Крепить их нужно на небольшом расстоянии друг от друга, чтобы можно было крепить к ним украшения и они не заходили бы при этом друг на друга. Одну сторону репсовой ленты фиксируем



сзади клеим. Прикалываем ее на лицо. Натягиваем ее по длине вниз и фиксируем ее внизу с задней стороны рамки клеим («Момент Кристалл» или клеевой пистолет). Таких лент делаем нужное нам количество. Теперь вырезаем прямоугольник из плотного картона, равный задней стенке рамки, чтобы закрыть все наши места склейки и чтобы изнаночная сторона тоже была красивой. Теперь сборка: в раму помещаем заднюю стенку с синтепоном и лентами, потом вставляем в раму вырезанный картонный прямоугольник и закрываем металлические «ушки»

на раме. Все organizer для украшений готов. К репсовым лентам прикрепляем заколки. Красиво и практично.

Цветы из ткани

Каждая принцесса, как известно, любит цветы. Сделаем цветы из ткани, которые в любую погоду будут радовать и создавать праздничную атмосферу. Во время прогулки соберем веточки. Деревья не ломаем, берем только те ветки, которые упали с дерева. По желанию их можно покрыть дома акриловой краской или же можно оставить натуральный цвет. Теперь берем две полоски ткани.

Высота полоски — это высота бутона цветка, а пышность цветка определяется длиной полоски (чем длиннее полоса ткани, тем пышнее цветок). Сшиваем две полоски вместе, чтобы придать жесткость лепесткам цветка. Теперь снизу по всей длине делаем сборку полоски. Край соборенной тканевой полоски фиксируем на вершине ветки с помощью клея («Момент Кристалл» или клеевой пистолет), а теперь оборачиваем округ веточки по часовой стрелке, фиксируя на клей и формируя сам цветок. Ставим в вазу букет из таких цветов и любимся красотой.



Планета
Детства

Санкт-Петербург
Ленэкспо

26–29
марта
2015



ВЫСТАВКА
ТОВАРОВ И УСЛУГ
ДЛЯ ДЕТЕЙ И СЕМЕЙ

ВСЁ ДЛЯ БУДУЩИХ МАМ И МАЛЫШЕЙ

МЕДИЦИНСКИЕ ЦЕНТРЫ, ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ,
КРОВАТКИ, КОЛЯСКИ, АВТОКРЕСЛА,
МЕБЕЛЬ В ДЕТСКУЮ, ОДЕЖДА И АКСЕССУАРЫ,
СПЕЦИАЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ «ПЕДИАТРИЯ»

ТОВАРЫ ДЛЯ ШКОЛ И ДЕТСКИХ САДОВ

МЕБЕЛЬ, ШКОЛЬНАЯ ФОРМА,
ПОСОБИЯ И ДЕТСКАЯ ЛИТЕРАТУРА

ИГРЫ И ИГРУШКИ

РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРУШКИ, ИГРЫ И ПОСОБИЯ

ДЕТСКИЙ ^{NEW} ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ОТПУСК

ПУТЁВКИ В ЛЕТНИЕ ЛАГЕРЯ
И САНАТОРИИ В РОССИИ
И ЗА РУБЕЖОМ

ПРОГРАММА ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ

КОНКУРСЫ И ТВОРЧЕСКИЕ
МАСТЕРСКИЕ, ПОКАЗЫ МОД,
ЗНАКОМСТВО С ТЕАТРАМИ
И МУЗЕЯМИ, ВЫСТУПЛЕНИЯ
ДЕТСКИХ КОЛЛЕКТИВОВ

ЖДЁМ ВАС
НА ВЕСЕННИХ
КАНИКУЛАХ!

0+

Генеральный
медиапартнер



Организатор

EXPOFORUM

ВК «Ленэкспо», 7 павильон
Большой пр. В. О., 103

Время работы:
26–28 марта 11.00–19.00
29 марта 11.00–16.00

☎ (812) 240 40 40



* ЭКСПОФОРУМ

www.planet.expoforum.ru







1 МАРТА СОСТОЯЛСЯ ПРАЗДНИК

«ВЕСНА»

в клубе будущих родителей «Родник». На празднике прошли разнообразные семинары, которые проводили специалисты клуба:

- что такое «естественные роды», что можно делать заранее, чтобы роды прошли максимально естественно;
- беременность, роды и материнство в древних традициях, что из древних знаний может нам пригодиться сейчас;
- физиология родов, основные этапы и механизмы родового процесса;

- значимые болевых ощущений: для чего они нужны и как с ними работать;
- свободное поведение в родах: дыхание, движение, работа с голосом, родовые позы, обезболивающий массаж;
- работа со страхами, как сделать свой страх союзником в подготовке к родам, настрой на счастливые роды.

Праздник посетили более ста будущих мам и пап. Все они получили подарки от наших партнеров «Ренессанс», Goop, клиники «Скандинавия», «Фармагарант», «Бюбхен», «Памперс», Nestle и

др. **СПАСИБО** нашим партнерам за предоставленные подарки!

14 и 15 МАРТА АРЕНА ДВОРЦА СПОРТА «ЮБИЛЕЙНЫЙ» ПРЕВРАТИЛАСЬ В ВОЛШЕБНУЮ СТРАНУ ЗАБАВЛЯНДИЮ.

За два дня мероприятие посетило более 7000 детей и родителей. Все веселье было сосредоточено в восьми зонах, в каждой из которых проходили яркие развлекательные и образовательные активности.

На специально сконструированной сцене развернулось представление, в котором, помимо яркой театрализованной постановки, прошло интерактивное шоу с участием всех гостей мероприятия. Ведущим стал обаятельнейший

президент страны Забавляндии — Альберт Забавляев. Главный герой постановки попадал в хитрые ловушки Вредоносова, путешествовал по миру, совместно с PiterTV выходил с прямой трансляцией из жарких стран и помогал отрицательным героям стать веселыми и добрыми. Партнер мероприятия театр «ТиПо» показали магическое шоу, научные и шоу гигантских мыльных пузырей. Со сцены разыгрывались призы и подарки от партнеров мероприятия — «Лосево», ST. Peter Line и Love Radio.

В зоне «Олимпийск» партнеры мероприятия Fitness House организовали активную площадку для всей семьи: танцы, соревнования и веселые мастер-классы для самых спортивных детишек, их обучали жонглированию, хождению на ходулях, искусству волшебных иллюзий! Всеобщее внимание детей и родителей привлекли гигантские надувные батуты от IGRA



Plus — скалолазание, гонки на красочных лошадях и многое другое.

Для самых модных детей была подготовлена зона красоты от парикмахерской «Фигли-Мигли»: модные прически, маникюр и фото. Зона не оставила никого равнодушным.

Angry Birds Activity Park представили зону «Обучалинск», где маленьких мастеров обучали настоящие волшебники анимации и моделирования. Каждый мог для себя сделать необычную корону и украсить свой шарик от «злых птичек».

В «Нянкино» расположилось зона приставок: от самых современных икс-бокс до советских игровых автоматов и, конечно, мега-дженга и мега-твистер.

Самой популярной зоной среди пап стала «Роботград». В ее стенах можно было управлять летающими дронами, напечатать 3D-модель,

понаблюдать за танцующими роботами и пройти мастер-класс по робототехнике.

В «Торгуйске» с успехом торговали различными сувенирами, игрушками, материалами и инструментами для живописи, лепки и многими другими полезными вещами!

Особое внимание стоит уделить зоне «Мультбург», которую организовал партнер «Забавляндии» телеканал Nickelodeon. Детский кинотеатр, комфортные пуфы, мастер-классы по рисованию, конкурсы от Губки Боба и моментальные снимки. Но это еще не все, каждый ребенок мог стать участником премии Kids Choice Awards, проголосовав за своего любимого актера или героя фильма.

Мероприятие вызвало позитивный резонанс в городе — как у посетителей, так и в СМИ. Организаторы обещают сделать интерактивное шоу «Забавляндия» ежегодным.



КЛУБ «Э»



Отдых

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



Детские сады

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



Развивающие клубы

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



Медицинский центр

- Консультация специалистов
- Лабораторные исследования
- Остеопатия

Наши адреса

Санкт-Петербург

Командантский пр., 8, к. 1 ● ● ● ● ●

Светлановский пр., 70, к. 1 ● ● ● ● ●

Коммуны ул., 61 ● ● ● ● ●

Косыгина ул., 33, к. 1 ● ● ● ● ●

Солдата Корзуна ул., 4 ● ● ● ● ●

Капитанская ул., 4 ● ● ● ● ●

Энтузиастов пр., 39а ● ● ● ● ●

Тамбасова ул., 23 ● ● ● ● ●

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

Байконурская ул., 13/2 ● ● ● ● ●

Просвещения пр., 53 ● ● ● ● ●

Приморский пр., 137, к. 2 ● ● ● ● ●

Стачек пр., 170 ● ● ● ● ●

Непокоренных пр., 10 ● ● ● ● ●

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

РУДИТ»



Бассейн

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

Бонус!

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

* Подробности по телефону 448-68-88



Праздники

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



Клубы для будущих родителей

- Подготовка к родам
- Фитнес
- Дыхательная гимнастика
- Занятия для пар
- Аквааэробика



Сделай Instagram с пометкой местоположения — получи бесплатно занятие по дыханию



За чекин подарок — мини-набор от компании Bubchen



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

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

Варшавская ул., 5А ●
Чкаловский пр., 17/20 ●
Красутильковская ул., 39А ●
Ленская ул., 4 ●

Всеволожск
Всеволожский пр., 17 ● ● ●
Сергиевская ул., 10 ● ● ●
Садловая ул., 61 ● ● ●

Петергоф
1-й Презд., 7 ● ● ● ●

Пушкин
Тярлево, ул. Садловая, 7 ● ● ● ●



☎ 448-47-77

www.eruditclub.ru/bulgari

ХОТИТЕ ПОДАРИТЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ НАСТОЯЩЕЕ ЛЕТО?



СОЛНЕЧНАЯ БОЛГАРИЯ



С ЭРУДИТОМ ЛЮБОЕ ЛЕТО СТАНЕТ СОЛНЕЧНЫМ!

Летняя Дача работает
с 1 июня по 30 августа

ЛЕТНЯЯ ДАЧА

ВО ВСЕВОЛОЖСКЕ

**Количество мест ограничено!
Спешите, бронирование
и просмотр садиков
уже началось!**



Приглашаем детей
от 1,5 до 11 лет



Охраняемая и оборудованная детскими площадками территория. • Просторные светлые игровые и спальные комнаты. • Квалифицированный персонал. • 6-разовое сбалансированное питание. • Экскурсии, прогулки и мини-походы. • Оздоровительные и развлекательные мероприятия. Натяжной и надувной бассейны на прогулочной площадке. Возможность выбора графика пребывания

С ЭРУДИТОМ ЛЮБОЕ ЛЕТО СТАНЕТ СОЛНЕЧНЫМ!

ВЕСНА!

Время обустроить двор!

Детские игровые комплексы
Rainbow Play Systems

ПЛОЩАДКА

Площадка - конструктор:
собери свою!

Безопасные

БАТУТЫ

Springfree: безопасно,
качественно и полезно!

Лучший подарок для всей семьи!



+7 (812) 924-02-16
www.ot2do16.ru

Назови кодовое слово **ЭРУДИТ!**
Получи скидку 5000 р.!*
*Акция действует с 1.03.2015 по 31.05.2015
только при прямой покупке на сайтах
www.ot2do16.ru и www.springfree.ru

springfree
TRAMPOLINE

+7 (812) 924-39-13
www.springfree.ru