

СПЕЦПРОЕКТ
«ОТЦЫ И ДЕТИ»

Эрудит

№11 ФЕВРАЛЬ 2013



СЕРГЕЙ АСТАХОВ И ДОЧЬ МАША

Актер, сценарист, папа...

ЛИЗА БОЯРСКАЯ:

*«Мои жизненные ценности –
полностью папина заслуга»*

mothercare



футболка
399 руб.

НОВАЯ
КОЛЛЕКЦИЯ

весна 2013

реклама

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

  **MothercareRussia**

www.mothercare.ru

Что такое растущая мебель и зачем она растет?

Уже восемь лет мы привозим из Европы не совсем обычную детскую мебель. Она не только продумана до мелочей в вопросах эргономики и безопасности, но еще служит очень долго и растет вместе с ребенком. Растет? Как это? Смотрите!



Ребенок подрос — подросла и кроватка. Родился еще один? Замечательно! Понадобились шкафы, ящики для вещей или игровой уголок? Нет проблем!

Приходите и смотрите, сколько всего интересного!



Официальный дилер немецкой мебельной фабрики moll в России

Кроме того, у нас есть знаменитые растущие столы и стулья фирмы Moll, с которыми делать уроки — одно удовольствие!



Улица Марата, дом 5,
ТЦ «Олимпик плаза»,
2 этаж, слева от эскалатора
2 минуты пешком от метро
«Маяковская»

info@rastmeb.ru
(+7 812) 939-95-97

Эрудит

Журнал для родителей умных детей
№11 февраль 2013

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

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

Учредитель и издатель журнала:

ООО «Система» (197374, г. Санкт-Петербург, ул. Мебельная, д. 1, корп. 2)

Тираж: 20 000 экз.

Отпечатано в типографии

ООО «Премиум Пресс»

г. Санкт-Петербург, ул. Оптиков, 4

Главный редактор: Букурова Н.П.

Адрес редакции: 197277, г. Санкт-Петербург, пр. Комендантский, д. 8, корп. 1

Перепечатка и любое воспроизведение материалов и иллюстраций журнала

«Эрудит СПб» возможны лишь с письменного разрешения Учредителя.

НА ОБЛОЖКЕ:



СЕРГЕЙ АСТАХОВ И ДОЧЬ МАША

ФОТОГРАФ: Нэтэли Вайн

ПРОДЮСЕР СЪЕМКИ:

Оксана Абдуханова

ДИРЕКТОР

Мария Мардаровская

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР

Наталья Букурова

НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ

Татьяна Букурова

Юлия Бежанова

Мария Гранкина

Елена Мардаровская

Татьяна Шапошникова

Мария Березовская

Светлана Степанова

Наталья Люскина

Екатерина Чобан

Андрей Перицкий

Ирина Третьякова

Наталья Селезенкина

ДИРЕКТОР СЕТИ КЛУБОВ «ЭРУДИТ»

Татьяна Ладыженская

ВЕРСТКА

Валерия Бабанская

ФОТОГРАФЫ

Александр Меерсон

Владислава Елисеева

Елена Васильченко

Нэтэли Вайн

Алена Иванова

Ирине Акобия

Евгения Проявко

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ

Елена Хренова

Алина Лунева

Валерия Двуреческая

РЕГИОНАЛЬНЫЙ ПРЕДСТАВИТЕЛЬ В МОСКВЕ

Оксана Абдуханова

РУКОВОДИТЕЛЬ КУРЬЕРСКОЙ СЛУЖБЫ

Юлия Рожкова

РЕДАКЦИЯ

тел. (812) 703-85-75

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ

тел. (812) 982-86-06

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

 vk.com/vkerudit



Торговый дом «МерлинЛюкс» рад предложить своим покупателям продукцию класса Премиум ведущих европейских производителей: Curt Bauer, Paradies, Sawo, Busatti, Giesswein и др. Элегантная одежда и обувь из валяной шерсти для взрослых и детей, а также всё что нужно для создания домашнего уюта, комфортной домашней обстановки от постельного белья из дамаста до кофемашин вы найдёте в наших салонах по адресам:

**Галерея бутиков «Гранд Палас»
Невский проспект 44, бутик 550, тел. 449-94-25**

**ТМ «Светлановский»
проспект Энгельса 33, тел. 326-38-59**

**ЕТЦ «Сампсониевский»
Б. Сампсониевский проспект 32, тел. 324-48-57**

**Универмаг «Московский», зал «Серпантин»,
Московский пр-т, 205, тел. 371-12-24**



Сергей Астахов:

**«Обязательно
балуйте детей!
С удовольствием
для ребенка
и себя!»**

стр. 30

В ПОЛНЫЙ РОСТ

16 ЯНА ГРИГОРЬЕВА
«АКУШЕРКА — ЭТО НЕ ПРОФЕССИЯ,
А ОБРАЗ ЖИЗНИ...»

ЗВЕЗДНЫЕ РОДИТЕЛИ

24 ЛИЗА БОЯРСКАЯ
«МОИ ЖИЗНЕННЫЕ ЦЕННОСТИ –
ПОЛНОСТЬЮ ПАПИНА ЗАСЛУГА»

30 СЕРГЕЙ АСТАХОВ:
«ОБЯЗАТЕЛЬНО БАЛУЙТЕ ДЕТЕЙ!»

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ

36 ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА
ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ

40 РОДИТЕЛЬСКИЙ МАССАЖ
ГРУДНИЧКА - ОБЩЕНИЕ,
ОЗДОРОВЛЕНИЕ, РАЗВИТИЕ!

42 СОВЕТЫ ПЕДИАТРА

46 ЭЛЕКТРОЭНЦЕФАЛОГРАФИЯ (ЭЭГ) –
ЧТО ЗА ИССЛЕДОВАНИЕ?

ПСИХОЛОГ РЕКОМЕНДУЕТ

48 АКВАРИУМ ДЛЯ МАЛЫШЕЙ

52 УМЕТЬ РАССТАТЬСЯ...

56 МАМА, ТЫ СЧАСТЛИВА?

ВЫХОДНЫЕ С ДЕТЬМИ

58 ИГРЫ ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН

ВСЕ МЫ РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА

62 ЧАРЛЬЗ ДИККЕНС:
БОЛЬШИЕ НАДЕЖДЫ

ЧУДЕСА СВОИМИ РУКАМИ

66 ВАЛЕНТИНКА: МАСТЕР-КЛАСС
С ИСТОРИЕЙ

ОБЗОР КНИГ

68 КНИГИ ДЛЯ МАЛЬЧИШЕК

ФОТОПРОЕКТ

96 ОТЦЫ И ДЕТИ

УСПЕХ. СЕМЬЯ

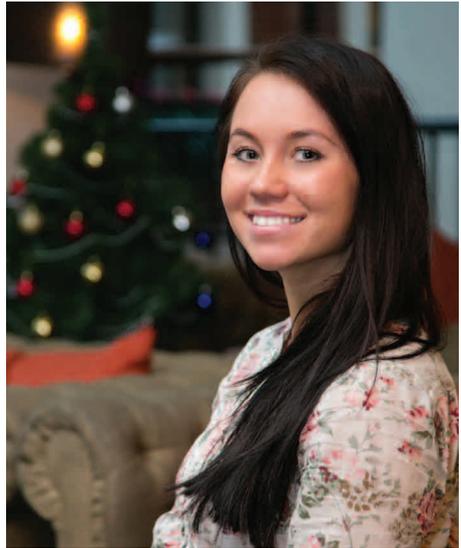
92 УСПЕХ. СЕМЬЯ.
ПАВЕЛ АЛЕКСЕЕВСКИЙ

КОРОТКО ОТ ГЛАВНОГО

Мужчина... Кто он такой? Конечно же, я имею в виду настоящего мужчину, а не одного из легиона стандартных парней в одинаковых черных кожаных куртках и джинсах с сигаретой в руках и скучным набором идеалов-однодневок. Идеальный мужчина... Идеальный мужчина, это как сладкая клубника зимой: она есть, конечно, но ее нужно хорошенько поискать...

Для меня идеальный – это умный, интеллигентный, состоявшийся в своем деле человек! При этом он – добрый и отзывчивый, с чувством юмора и яркой искренней улыбкой, от которой в трудную минуту становится легче, который не падает духом от проблем, не перекладывает их на плечи своей женщины, а спокойно и уверенно решает нелегкие вопросы по мере их поступления! Это человек, при одном взгляде на которого понятно, что он не предаст и не обманет. Когда смотришь на такого мужчину – почти сразу видишь самого настоящего главу семейства, доброго папу, верного мужа и преданного спутника жизни. Конечно, такие есть! Есть наверняка!

Ведь можно же, поискав хорошенько, и в холодном заснеженном феврале найти удивительную сочную и сладкую клубнику...



В преддверии праздника 23 февраля, мы собрали интересных мужчин на фотопроjekt «Отцы и Дети». Сегодня мы расскажем и покажем, что ОН чувствует в ожидании малыша, какие ощущения ОН испытывает при рождении своего долгожданного чуда, каким ОН видит идеальное воспитание дочери или сына...

С праздником, дорогие наши мужчины! Будьте нашей защитой, опорой и светом в наших окошках! Мы Вас любим!

Искренне Ваша, Наталья Букурова

НАБОР юных артистов для постановки АВТОРСКОГО МЮЗИКЛА

Первая петербургская школа Джаза и Мюзикла J&M School объявляет дополнительный набор детей от 7-ми до 17-ти лет для участия в авторском мюзикле. Помимо вокалистов и танцоров, мы также ждем детей, желающих обучаться игре на музыкальных инструментах, в том числе на ударных, для создания и продвижения музыкальных групп и проектов на большой сцене. Напоминаем, что все дисциплины нашим воспитанникам преподают ведущие джазовые музыканты Петербурга. Благодаря нашим высококлассным педагогам шанс стать звездой есть у каждого. В школе вас ждут педагоги из Америки, мастер-классы известных артистов, вокалистов и музыкантов, выступления на большой сцене,

создание и продвижение музыкальных проектов.

Красочные номера, яркие постановки, интересные сюжетные линии – все это и многое другое ждет юных артистов и музыкантов J&M School.

Ждем всех на прослушивания в J&M School с 3 января 2013 года по адресу Кузнечный пер., д.6 (ст.м. Владимирская).

Подробности по телефону 908-97-97, а также на нашем сайте www.jm-school.ru



Альпийская сказка из Петербурга

В декабре 2012 года петербургская детская шоу-группа «Саманта» была приглашена Ассоциацией «Русская Ривьера» и русской школой «Матрешки» в Швейцарию, город Монтрё, где в зале Монтрё-Палас представила на суд зрителей новогоднее шоу «Альпийская сказка из Петербурга». Концерт прошел на «Ура!» и был очень тепло встречен швейцарской публикой, причем не только детьми, но и взрослыми. Во время праздника состоялась премьера новой песни руководителя «Саманты», детского композитора Евгения Зарицкой -

«Новогодняя сказка», а также дебютировал новый коллектив «Саманты» - шоу-балет «SAMANDANCE», созданный под руководством режиссёра-постановщика Арины Зарицкой.

Как всегда, наш журнал оказался в эпицентре событий, и оказал информационную поддержку «Альпийской сказке из Петербурга» в Швейцарии.

Во время гастролей «саманты» посетили Шильонский замок, поднимались и спускались с Альпийских гор, посетили города Лозанну (МОК) и Vevey, где похоронен великий Чарли Чаплин. Конечно же, гуляли по гостеприимному городу Монтрё, где есть аллея мировых звёзд и памятник Фредди Меркьюри (ведь именно в Монтрё он написал свой шедевр «Show must go on»).

Это была действительно сказка, в которую хочется вернуться. Композитор Евгения Зарицкая получила приглашение проводить в Швейцарии мастер-класс для талантливых детей, которые знают и поют ее песни, с чем журнал «Эрудит» сердечно поздравляет Евгению Борисовну.

Также поздравляем Евгению Зарицкую с присуждением ей высокой награды - Премии правительства Российской Федерации в области культуры 2012 года за проект «Дети выбирают мир».



Пожалуй, детская одежда - одна из главных составляющих гардероба любой семьи. Все самое стильное, удобное и красивое любящая мама дарит своему малышу. Согласитесь, очень важно с раннего детства следить за внешним видом своего чада, прививать ему чувство собственного стиля. Ваш малыш должен понимать, что ему необходимо всегда выглядеть красиво, что некоторые случаи требуют более торжественного гардероба, другие, наоборот, более простого. Разобраться в новинках сезона, подобрать подходящий к случаю наряд, просто поэкспериментировать со смешением стилей или создать свой собственный неповторимый образ — все это Вы сможете

сделать в бутике Детского Модного Дома Вопроинт, главной целью которого вот уже более 30 лет является воспитание в детях эстетического вкуса, чувства стиля и гармонии. Ведь вкус влияет на мировоззрение Вашего малыша, внешнюю сторону его жизни, равно как и внутреннее восприятие всего окружающего. В нашей новой коллекции даже самый капризный ребенок найдет, то, что ему по душе. Этим летом Вопроинт представляет новые истории, в которых Вас ждет путешествие в стильные 60-е, романтические 70-е, а так же в Аргентину с ее темпераментом и буйством красок, и в самое сердце Африки – Намибию, неисчерпаемому источнику вдохновения...



Санкт-Петербург, Невский пр. 141, тел. 640-66-12



В Вашем доме поселился ангел? У Вас родился долгожданный малыш?

Сохраните эти счастливые мгновения на всю жизнь, ведь эти минутки уже не повторить. Время неумолимо летит вперед, детки растут, а мы, глядя на них, пытаемся вспомнить, какими они были крошечными.

Клуб будущих родителей «РОДНИК» совместно с фотографом Анна Кова представляет новый фотопроект. Фотосессия для новорожденных. Это уникальная возможность сохранить в Вашей памяти первые дни жизни вашей крохи. Фотосессия проводится с 1-ой по 3-ю неделю после рождения.

Мама и папа не упустите возможность сделать такой подарок, прежде всего себе, вашим близким, ну и конечно же, это будет самым большим подарком для наших бабушек!

Беременным и мамам из клуба «Родник» предоставляются скидки.

vk.com/newbornfoto
921-66-08, 8-911-232-93-11



Конкурс красоты для успешных женщин «КОРОЛЕВА СЕВЕРНОЙ ВЕНЕЦИИ»

Самую красивую бизнес-леди выберут в Петербурге предстоящей весной

Конкурс красоты для успешных женщин «Королева Северной Венеции» призван объединить представительниц прекрасной половины человечества, которые своим примером готовы доказать, что ум и красота вполне совместимы.

Цель конкурса красоты «Королева Северной Венеции» – объединить в себе самых успешных петербурженок и выбрать достойнейшую из достойных, имя которой прогремит на всю Культурную Столицу нашей страны.

Финал конкурса состоится 7 апреля в роскошных интерьерах элитного ресторана «АМРОЦ на НЕВСКОМ». В качестве членов жюри приглашены наиболее известные и медийные мужчины Петербурга: актер – Андрей УРГАНТ; главный редактор журнала DRESS CODE – Александр СМИРНОВ; учредитель портала Geometria.ru – Александр СОКОЛОВ; автор идеи и учредитель премии «20 успешных людей Петербурга» и премии Russian Beauty Awards – Максим ДАНИЛИН; телеведущий, шоумен, продюсер – Евгений АБУЗЯРОВ; чемпион России по битбоксу 2010 года, непобежденный чемпион Петербурга по битбоксу – Валентин ВОЛЬФ; фокусник-иллюзионист, резидент Comedy club Piter style – Александр МУРАТАЕВ. (Состав жюри находится в стадии формирования, указанный список будет дополняться).

Так кто же они – самые красивые, умные и успешные Женщины Петербурга? Узнаем совсем скоро... Этой весной будет жарко...

24-25 февраля 2013 года в Санкт-Петербурге компания SOCIETA ITALIA представит вниманию публики XI выпуск FASHION KIDS DAYS.

Вас ждет уникальная возможность насладиться детской модой, а также лично познакомиться с лучшими мировыми брендами!

FASHION KIDS DAYS – престижное мероприятие, проходящее 2 раза в год в шоу-руме компании Societa Italia в Санкт-Петербурге.

В рамках программы Fashion Kids Days проводится показ детских коллекций одежды MADE IN ITALY, во время которого мы представим Вашему вниманию новые коллекции Осень-зима 2013-2014 ведущих европейских брендов. Среди гостей мероприятия профессионалы модного сектора, владельцы и байеры крупнейших бутиков из всех городов России и стран бывшего Советского Союза.



НОВОСТИ ИЗ СТОЛИЦЫ:

Во Флоренции в рамках выставки Pitti Bimbo, Стефано Кавальери (один из основателей бренда Pinco Pallino) представил осенне-зимнюю коллекцию новой марки. Показ Quis Quis from the World покорила зрителей своим торжественным концептом. Дефиле было подано зрителям с шиком и размахом! Среди гостей были директора и представители множества крупных магазинов и бутиков из Москвы и Санкт-Петербурга.

Так же в показе приняли участие дети-модели агентства President Kids из Москвы. Очень здорово, что российские модели могут работать на европейских подиумах такого класса.



ОТДЫХ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ в загородном клубе TRAVA

Представляем Вашему вниманию уникальное место, где каждый член семьи – от мала до велика – найдет массу интересного для себя – Загородный Конный Клуб TRAVA.

К Вашему вниманию:

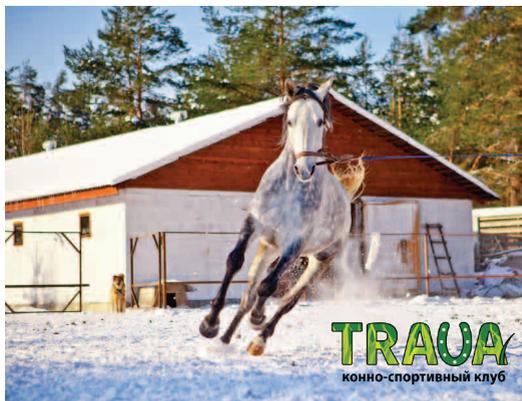
- коттеджи класса Premium со всеми удобствами, бани с гидромассажными бассейнами на открытом воздухе – для отличного отдыха мам и пап;
- конюшня, каток, финские сани, детская площадка и новый бассейн с подогревом – для веселого отдыха мальчишек и девчонок.

Загородный конный клуб «TRAVA» находится в непосредственной близости с горнолыжными курортами «Красное Озеро», «Золотая Долина», «Снежный» пос. Коробицыно. Здесь Вы всегда можете совершить увлекательную

конную прогулку по живописнейшим местам Карельского перешейка, финским хуторам и озерам.

Ждем Вас в гости в загородный конный клуб «TRAVA».

Более подробная информация на нашем сайте www.trava.tv и по телефону 997-30-27



Сказочные выходные

«Эрудит» приглашает своих дорогих маленьких друзей и их родителей отправиться в незабываемое путешествие по волшебному лесу! Этот лес населен мудрецами и разбойниками, наполнен приключениями и испытаниями, в нем живут необыкновенные птицы и звери, которые не боятся и понимают людей, а также сказочные лесные существа. Надо только суметь подружиться с ними и научиться понимать их! Детки познакомятся с волчонком Ханвари, ушастым совенком, хаски Тайга и медведем псом Мишкой, ежиками, мышками-норушками и лягушками-квакушками!

В процессе игры детки с опытным экскурсоводом-сказочником пройдут по тропинкам леса, будут искать лесных зверьков, которые притаились в лесу и слушать невероятно интересные истории о жизни



обитателей леса зимой. А чтобы путешествие проходило веселее и интереснее, в него будет включена интерактивная игровая программа.

В самом зоопарке дети смогут пообщаться с кроликами - погладить их и покормить морковкой, капустой или яблоком. Еще есть ездовые собаки. Общение с ними - всегда радость для деток. Можно организовать катание деток на собаках. Есть там и ежик. В стоимость программы будут включены услуги профессионального фотографа и трансфер.

Подробности и запись по телефону: 448 - 47 - 77

диспетчерская служба

ВЕЗЁТ

ЗАКАЗА ТАКСИ

318-0-318

№ И.Р. карта № 103

диспетчерская служба

ВЕЗЁТ

ЗАКАЗА ТАКСИ

скидка при заказе по городу 20%

Номера городских телефонов 318-0-318 6-005-006

Бесплатный звонок с мобильного «Билайн» 0585 «МегаФон» 0271 «Теле2» 0807

Заказ такс Интернет www.rutaxi.ru

Везёт по жизни!



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



Мы превращаем мечты в реальность!

+7 921 752-34-83
294-72-91

vkontakte.ru/tortvasheimechti
www.tortvm.ru

Изготовление
заказных тортов



АВТОПРОБЕГ «Голосуй за лучших женщин» 2013

Современная женщина – сильная и самодостаточная, и все же мужское внимание для нее очень важно. Вот почему автопробег «Голосуй за лучших женщин!» проходит в Санкт-Петербурге именно 23 февраля вот уже в течение 5 лет. Эта акция приурочена к «Петербургской неделе «Женщина года» и призывает голосовать за участниц конкурсов «Женщина года» 2013 и «Деловая женщина» 2013. В этом году автоколонна стартует от площади Александра Невского. За рулем автомобилей будут находиться победительницы конкурсов «Женщина года» и «Деловая женщина» прошлых лет и номинанты этого года, представительницы оргкомитета, общественных организаций, органов исполнительной и законодательной власти, друзья и единомышленники Недели. Автомобили, украшенные флагами «Петербургской недели» и Фонда «Новая высота», проследуют по Невскому проспекту до Исаакиевской площади.

Приглашаем всех желающих принять участие в Автопробеге 2013. Начало движения в 12.15, сбор машин на площади Александра Невского с 10.00 до 12.00. Далее на Исаакиевской площади состоится праздничный концерт.

Для участия необходимо зарегистрироваться по электронной почте woman1spb@mail.ru, отправив Ф.И.О. участницы и номер автомобиля.

Телефон 232-97-33



сеть клиник
для женщины
и ее семьи

клиника
эстетической
медицины

ВСЕ ФЕВРАЛЬ!

КОНСУЛЬТАЦИЯ ОРТОДОНТА

+

БРЕКЕТЫ

+

УСТАНОВКА

от **15000**



Лицензия № 78-01-002780 от 28 мая 2012 г.

Графский пер., 7 ☎ 327 54 34

www.ona-center.ru

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

В полный рост

A woman in a white nurse's uniform is walking towards the camera in a hospital hallway. She is wearing a white short-sleeved top with a buttoned placket and matching white trousers. The uniform has red and green stripes on the sleeves and waist. She is carrying a small bag with pens in her pocket. The hallway has light-colored walls, a clock on the wall, and orange armchairs.

**Акушерка — это
не профессия, а
образ жизни...**

Сегодня в нашей постоянной рубрике «В полный рост» мы поговорим с одной из самых востребованных акушерок Роддома №9 – Яной Григорьевой.

Яна Григорьева

Образование:
Среднее, специальное.
Акушерский колледж №4

Место работы:
Родильный дом №9, акушерка

«Профессия акушерки очень важная и нужная. Необходимы хорошие знания, профессионализм и большая ответственность, так как ей доверяется жизнь сразу двух пациентов и будущее благополучие семьи...»

1 Яна, судя по отзывам на большинстве сайтов для мам, Вы являетесь одной из самых любимых и востребованных акушерок в роддоме №9. Как думаете, с чем это связано?

Я думаю, что это связано с моим отношением к беременным, роженицам, родильницам. Я отношусь к ним так, как мне хотелось бы, чтобы относились ко мне в такой важный период жизни. Этот период очень трудный с психологической и, конечно, с физической точки зрения. С появлением на свет ребеночка кардинально меняется жизнь не только женщины, но и





всей семьи в целом. Необходимо помочь максимально, особенно важна моральная поддержка мамочки в такой ситуации. Дать необходимые советы и рекомендации как по уходу женщины за собой и за ребеночком, так и по организации дня - это тоже очень важно для того, чтобы сохранить силы и уделить время не только малышу, но и мужу, и родственникам.

2 Что Вы цените в своей работе превыше всего?

Для меня очень ценно общение с людьми - с папочками, бабушками, дедушками... Мне это очень нравится.

3 Как давно Вы работаете акушеркой? И почему в свое время Вы выбрали именно эту профессию?

Я работаю акушеркой 20 лет. При выборе профессии я делала акцент на уход за пациентом. И когда узнала из справочника о среднем специальном образовании о

профессии квалифицированной акушерки - поняла сразу, что это именно то, что мне нужно. И поступила в Ленинградское медицинское училище №4. Сейчас это Санкт-Петербургский Акушерский Колледж - он единственный в России. В других городах есть отделения в медицинских училищах по подготовке акушерок. Колледж - замечательный, преподаватели великолепные, а директор - просто потрясающий руководитель и человек! Я считаю, этот колледж - гордость Санкт-Петербурга.

4 Какие плюсы и минусы Вы видите в своей работе?

Плюсов в работе акушерки много. Во-первых, мы видим результат нашего труда - здоровые малыши и счастливые родители. Но в случае осложненных родов тоже очень важно найти нужные слова, чтобы поддержать женщину, не обидеть и не разозлить ее. Чтобы она вышла из трудной ситуации, не отчаявшейся и подавленной, а готовой в скором времени поправиться и прийти рожать еще раз.

5 Что Вы можете пожелать тем, кто задумывается о выборе профессии акушерки?

Профессия акушерки очень важная и нужная. Необходимы хорошие знания, профессионализм и большая ответственность, так как ей доверяется жизнь сразу двух пациентов и будущее благополучие семьи. При этом акушерка не должна забывать о соблюдении прав пациентки, культуре обслуживания, милосердии. Тем девушкам, кто задумывается о профессии акушерки, я советую идти учиться обязательно. Это очень интересная и нужная людям профессия. Я бы сказала даже это не профессия, а образ жизни, своя философия. Такой жизненный статус - Акушерка. Это определенное позитивное отношение к себе и к людям.



«Яночка, большое Вам спасибо, что так поговорили со мной и прочистили мне мозги. Я так счастлива, что у меня есть ребенок, и я не представляю теперь жизни без него. Я буду помнить Вас всю жизнь». Потом поцеловала меня и заплакала. И я поцеловала ее, мы обнялись.

6 Есть ли в вашей профессии представители «сильного пола»?

Мужчин в нашей профессии нет. Акушеркой должна быть только женщина. А вот врачами акушерами-гинекологами могут быть как мужчины, так и женщины.



7 **Профессия акушерки не из легких. Что дает Вам силы и физические, и эмоциональные?**

Да, профессия акушерки не из легких. Необходимо много сил – как физических, так и эмоциональных. Я занимаюсь в фитнес-клубе – люблю кардио и силовые тренировки. Фитнес очень помогает мне и в жизни, и в работе – повышает жизненный тонус, выносливость, уверенность в себе. Уходит негатив. В отпуске я обязательно уезжаю к морю, потому что морской отдых мне дает энергию на долгое время. Это и оздоровление организма, и масса положительных эмоций – праздник для души. Я стараюсь отдыхать каждые 6 месяцев. Также люблю вязать, увлекаюсь психологической и эзотерической литературой.

8 **Сейчас по всему миру количество кесаревых сечений неуклонно растет, все меньше женщин рожают детей естественным путем. Ваше мнение, почему так?**

Врачи принимают решение о кесаревом сечении в связи с угрозой жизни матери или плода. Чаще, при угрозе здоровья плода. Семье нужен здоровый ребенок и этим все сказано.

9 **Очень популярно последнее время присутствие мужей при родах. Ваши наблюдения за поведением мужчин в такой ответственный момент?**

Да, присутствие мужей действительно очень модно и популярно на родах. Семейные

То, что происходит в организме женщины – это таинство, обряд и ощущения, присущие этому моменту, понятны только ей. Она находится с нами и как бы сама по себе, в своем мире. Нужно это понимать и правильно реагировать на ее просьбы, пожелания или вообще поменьше разговаривать с ней.

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЮТ НАШИ СПЕЦИАЛИСТЫ



ЦЕНТР МЕДИЦИНЫ ПЛОДА

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

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



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

Филиалы:

Ул. Лени Голикова, д. 29/3 (ЖК №13)	919-74-07, 308-57-02
Ул. Турку, д. 5/13 (ЖК №19)	410-98-10, 963-02-26
Ул. Бадаева, д. 6	952-05-09, 952-52-20
Пр. Приморский, д. 3 (КДП №1)	952-05-08, 952-35-05
Ул. Сикейроса, д. 10 (ЖК №22)	954-60-35, 908-35-55
Ул. Орджоникидзе, д. 21 (ЖК №5)	726-33-96, 931-40-50
Пр. Тореза, д. 72 (больница РАМН)	553-34-89, 944-31-94
Выборг, пр. Ленина, д. 12	(921) 420-82-22, (921) 301-21-00
Ул. Пулковская, д. 8, к. 1	458-00-00



www.spbplod.ru



КЛИНИКА МЕДИКА

Предъявителю скидка 10%

на все услуги

+

дисконтная карта в подарок



Единая информационная справочная служба:
458-00-00

ЦЕНТР УЗИ ДЕТЯМ

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

www.uzidetyam.ru

ЦЕНТР ПЛАНИРОВАНИЯ СЕМЬИ

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

www.cpsmed.ru

КАРДИОЦЕНТР

(кардиолог, эхокардиография, стрессэхокардиография, УЗИ органов и сосудов, анализы)
ул. Олеко Дундича 8/2 тел. 992-22-79, 366-48-03
пр. Тореза, 72 тел. 944-31-94, 553-34-89
ул. Бадаева, д. 6, к. 1 тел. 677-54-50, 952-52-20
ул. Пулковская, д. 8, к. 1 458-00-00

www.spbcardio.ru

ЦЕНТР ЛУЧЕВОЙ ДИАГНОСТИКИ www.medika-med.ru

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

МНОГОПРОФИЛЬНАЯ КЛИНИКА www.spbclinic.com

(Гинеколог, акушер-гинеколог, гинеколог-эндокринолог, уролог-андролог, хирург, терапевт, кардиолог, эндокринолог, флеболог, невролог, нефролог, гастроэнтеролог. Диагностика и лечение бесплодия у мужчин и женщин. Ведение беременности. 3D/4D УЗИ при беременности. ФГДС. ЭКГ. Мониторирование ЭКГ и АД. УЗИ всех органов и сосудов, эхокардиография. Кольпоскопия. Массаж, мануальная терапия. Иглорефлексотерапия. Физиотерапия. Лабораторные исследования)
ул. Бадаева, д. 6, к. 1 тел. 677-54-50, 952-52-20
ул. Пулковская, д. 8, к. 1 458-00-00

СОЦИАЛЬНАЯ АПТЕКА. ОРТОПЕДИЧЕСКИЙ САЛОН.

(ограничители на суставы, медицинская техника, инвалидные кресла, кресло-туалеты, массажеры, корсеты, ходунки, стельки; в наличии широкий спектр медикаментов, трав, косметики, средств гигиены; доставка в пределах СПб.)
ул. Некрасова, д. 17 тел. 320-05-58, 275-43-63

В полный рост

пары в большинстве случаев приходят подготовленными как теоретически, так и практически. И это здорово. Во-первых, женщине комфортно присутствие и помощь близкого человека, а, во-вторых, после рождения сына или дочки вся семья оказывается в сборе и люди просто-напросто счастливы. А это – самое главное! Но мужа мужьям – рознь, и поведение их разнится. Одни внимательно следят за работой персонала и всячески пытаются контролировать процесс родов, вносить свои коррективы и предложения, т.е. хотят принимать активное участие, и можно их в этом понять. Но наша общая задача – не мешать процессу родов, идти естественным путем и не сбивать роженицу. Потому что то, что происходит в организме женщины – это таинство, обряд и ощущения, присущие этому моменту, понятны только ей. Она находится с нами и как бы сама по себе, в своем мире. Нужно это понимать и правильно реагировать на ее просьбы, пожелания или вообще поменьше разговаривать с ней. А мужа своей повышенной активностью, бывает, сбивают женщину, дезорганизуют ее. Конечно, я объясняю ситуацию, подсказываю папочкам, как лучше себя вести и правильно помочь, и нужна ли их помощь в данной ситуации. Но в большинстве случаев я очень довольна поведением и помощью пап. Наши мужчины молодцы. Они хотят быть настоящими защитниками и опорой своей семьи. А разве женщинам это не нравится??? Да они просто счастливы, а я очень рада видеть улыбки счастья на их лицах.

10 Был ли в Вашей практике какой-нибудь интересный и запоминающийся случай? Можете поделиться?

В девяностых годах я работала на родовом отделении, и у меня на смене вечером поступает молодая женщина лет 22-23. Она поступила для подготовки к родам. Я выписываю ей анализы, а она сидит рядом со мной и тихонько так говорит: «Извините, пожалуйста, я бы хотела отказаться от ребенка, как мне быть?». Я была, естественно, в шоке от такого заявления, но вида не показала, и у нас завязалась с ней беседа. Да, именно беседа,

спокойный разговор. Я начала рассказывать про своего сына, как я его люблю, какая это радость иметь ребенка и так далее. Девушка с интересом слушала меня. В конце разговора я попросила ее подумать очень хорошо прежде, чем принять такое решение. Когда я пришла на следующую смену, дня через три, к вечеру ко мне подходит та самая девушка и говорит: «Яночка, большое Вам спасибо, что так поговорили со мной и прочистили мне мозги. Я так счастлива, что у меня есть ребенок, и я не представляю теперь жизни без него. Я буду помнить Вас всю жизнь». Потом поцеловала меня и заплакала. И я поцеловала ее, мы обнялись. Это было очень давно, лет 15 назад, но эта история осталась в моей памяти навсегда.

11 Яна, такой плотный график работы наверняка оставляет отпечаток на личной жизни.

Я не замужем, работа отнимает много времени и сил. Но у меня есть великолепный сын Стасик и замечательный папа Николай. Они очень любят меня и гордятся мной, а я горжусь ими и очень счастлива.

Беседовала Юлия Бежанова
Фотограф Александр Меерсон





Клуб будущих родителей
Родник

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

ФИТНЕС

АКВААЭРОБИКА

ЛЕКЦИИ

для беременных



РЕКЛАМА

448-68-88

www.rodnikclub.ru

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

Мы находимся в вашем районе!



Сегодня у нас в гостях молодая актриса, дочь любимого всей страной Д'Артаньяна – Михаила Боярского и замечательной питерской актрисы Ларисы Луппиан. Несмотря на молодость, у Елизаветы Боярской уже много работ в театре и кино и несколько заслуженных наград, она является призером и лауреатом разных кинофестивалей.

Многим по душе творчество Елизаветы. Не будем скрывать, что у нас в России, да и не только, интерес к творческому человеку не исчерпывается просмотром фильмов и спектаклей. Людям всегда была и будет интересна и личная жизнь любимого актера, его семья, его жизненные принципы. Поэтому сегодня мы поговорим с Лизой не только о творчестве, но и о семье, о взаимоотношениях с родными и близкими.

Лиза и ее муж Максим в браке уже три года, в апреле 2012 года у них родился сын Андрей, но они по-прежнему живут в разных городах. Работа, интересная и большая, ждет их пока в двух столицах: Лизу – в Петербурге, в Малом драматическом театре, а Максима – в Москве, в Художественном театре. Еще гастролы и съемки в кино. Семейная жизнь и вообще-то дело непростое, а совмещать ее с постоянными разъездами, большой занятостью, постоянным интересом радио, телевидения и прессы к своей персоне – это требует большого терпения, умения отделять второстепенное от главного и неугасимой и крепкой любви.



Gulliver
стильная детская одежда и игрушки

Лиза Боярская:

«Мои жизненные ценности – полностью папина заслуга!»

На нашей встрече Лиза была в хорошем настроении, ее ответы отличались простотой и практически полным отсутствием так называемой «звездности», что очень нас порадовало! Мы говорили недолго, время поджимало, но успели задать все наши вопросы и получить замечательные ответы.

- Лиза, для молодой актрисы у Вас очень большой опыт в кинематографе, более 30 ролей. Какая из ролей Вам наиболее запомнилась, какая Вам больше по душе?

- Я люблю все свои роли. Знаете, для актрисы это естественно, ведь каждый раз, работая над ролью, вкладываешь в нее всю душу. Иначе роль не получится, и вы, зрители, это обязательно почувствуете и на сцене, и на экране. Конечно, у меня есть и любимые роли. Назову в первую очередь роли в фильмах «Адмирал», «Я вернусь», еще, если вспомните, был такой фильм «Вы не оставите меня». Его, к моей радости, довольно часто показывают по телевидению. А поскольку роль в этом фильме была одной из первых моих ролей в кинематографе, то сами понимаете, как дорога именно эта работа. Мне кажется, что фильм получился хороший и очень трогательный.





- Как Вы относитесь к критике Вашего творчества? Дают ли Вам советы члены семьи, если дают, то какие? Прислушиваетесь ли Вы к ним?

- Конечно, я слушаю советы своих родителей, ведь они превосходные профессионалы. Но родители, как правило, не имеют возможности давать советы во время моей работы, то есть во время съемок или репетиций в театре. Они люди занятые. Но они обязательно смотрят готовые работы с моим участием, будь то фильмы или спектакли, а потом уже, после просмотра, высказывают свое мнение. Я вообще стараюсь прислушиваться ко всем советам, которые исходят от людей профессиональных, хорошо понимающих наше дело. Именно они умеют отметить и плюсы и минусы, дать точные замечания, которые я очень ценю. Я вообще к критике в целом отношусь прекрасно. Без правильной и своевременной критики иногда невозможно понять, что и как ты делаешь. Главное, на мой взгляд, внимательно

выслушать критику, в какой бы форме она ни была высказана, отсечь лишнее, взять нужное. В общем, надо уметь делать правильные выводы и не обижаться!

- Как Вы определяете для себя Ваше творчество? Творчество – что это: выход энергии, самореализация, желание донести до зрителя или слушателя что-то важное лично для Вас?

- Да, пожалуй, все вместе! В первую очередь актерская задача – это донести до людей что-то важное, заставить их задуматься о чем-то существенном и ценном, ну и, конечно, сделать выводы для себя, может быть, утвердиться в собственных суждениях или переубедить себя в чем-то. Каждая новая работа несет свое высказывание.

Моя работа, на мое счастье, это любимое дело, ведь далеко не всем так в жизни везет! Для меня это и разрядка, и отдых, и хобби, и просто

Фильмография Лизы Боярской

Куприн. Азарт (в производстве) / укротительница тигров **Зенида** / главная роль

Привычка расставаться (в производстве) / подруга **Евы**

Курьер из Рая (в производстве) / популярная телезвезда **Вероника**

С новым годом, мамы (в производстве) / **Ксения Шерлок Холмс** (в производстве)

Охота (в производстве) / **русская девушка - жительница тайги** / главная роль

Комплекс полноценности (в производстве) / **незнакомка**

Золушка (2011) / **Полина - одна из злобных сестер**

Клуши (2011) / **Настя - подруга невесты** / главная роль

Матч (2011) / **Анна Шевцова** / главная роль

«Сказка. Есть!» Новелла «Мир Игрушек» (2011) / **мама Даши**

Петр I. Завещание (2011) / **княжна Кантемир - любовница императора**

Пять невест (2011) / **водитель грузовика**

Луна-луна (не был завершен) / **Зинаида Разбаева** / главная роль

М.У.Р / **жена Муравьева**

Не скажу (2010) / **Анна** / главная роль

Человек с бульвара Капуцинок (2010) / **Катя - дочь Гарика**

Маленькие трагедии (2009) / **Лаура**

Я вернусь (2009) / **Муся Рас топчина** / главная роль

Адмираль (2009, сериал) / **Анна Васильевна Тимирёва** / главная роль

Адмираль (2008) / **Анна Васильевна Тимирёва** / главная роль

Ирония судьбы. Продолжение (2007) / **Надя** / главная роль

Юнкера (2007) / **Верочка**

Вы не оставите меня (2006) / **Верочка** / главная роль

Парк советского периода (2006) / **Алена Ивановна Волкова** / главная роль

Грозовые ворота (2006) / главная роль

Запасной инстинкт (2006) / **Настя**

Тронутые (2006) / **Настя**

Убойная сила-6. Овертайм (2005) / **Лиза**

Первый после Бога (2005) / **Танька**

Своя чужая жизнь (2005) / **Франсуаза, жена Этьена Фаберже** / главная роль

Бункер (2004) / **медсестра Эрн**

Демон полдня (2003) / **Лена Гладышева**

Кобра. Антитеррор (2003) / **Настя**

Агент национальной безопасности - 3 (2001) / **девушка в баре**

Ключи от смерти (2001) / **Алиса**

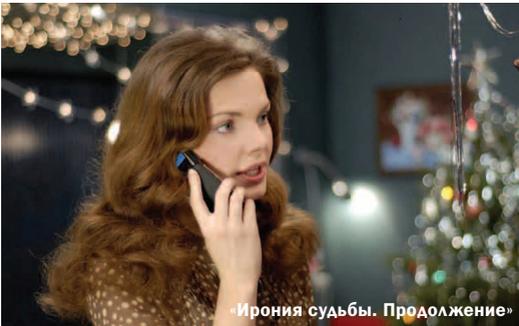
фото www.kinopoisk.ru



«Петр I. Завещание»



«Адмираль»



«Ирония судьбы. Продолжение»



«Золушка»



любимое и трудное ремесло. Не сомневаюсь в том, что одно из главных предназначений женщины – это состояться как матери, но я уверена, что можно все совмещать. Я испытываю наслаждение, выходя на сцену, и мне не хотелось бы лишать себя этого удовольствия!

- В одном из интервью Вы сказали, что героиня Надя из фильма «Ирония Судьбы» является

эталоном современной петербургской девушки? Так что же для Вас – современная девушка, если подробнее?

- Главное, чтобы современная девушка была похожа на девушку! Чтобы в ней не было вульгарности, эпатажа, грубости, вызова, унисекса. Мне кажется, она должна быть образованной, общительной, обаятельной, располагающей к себе, но при этом – женственной, не вызывающей, милой. Такую девушку легко представить себе женой, сестрой, матерью, той, которую называют женщиной «с большой буквы». Настоящей!

- Вы – папина или мамина дочка? Кто из родителей оказал на Вас большее влияние? Как Вас воспитывали?

- Больше влияние на меня, конечно, оказал отец! Мои жизненные ценности и внутренние ориентиры – это папина заслуга. А всякие мудрости и хитрости женские, семейные традиции и понимание важности семьи – это, конечно, от мамы! Мама моя – мудрейшая женщина, она сохранила свою семью, несмотря на все трудности, которые возникали. А насколько ей это было нелегко при папиной бешеной популярности! Особенно в дни их молодости, когда каждая вторая женщина огромной страны мечтала быть на маминном месте. И только моя мудрая и сильная мама ко всему этому относилась, как она говорит «с холодным носом». Самооценка у нее была фантастической: она – самая лучшая, самая красивая, абсолютно уникальная и неповторимая. И потому-то она и сумела сохранить семью и не очень-то беспокоится по поводу папиных многочисленных поклонниц. Я надеюсь, что со временем перейму эту мамину настоящую женскую мудрость!

- А какие семейные ценности или традиции Вы непременно перенесете в свою семейную жизнь?

- Новый год мы традиционно празднуем с семьей, никогда в новогоднюю ночь не работаем. А еще у нас есть прекрасная традиция: праздновать Дни Рождения в полночь! Мы все занятые люди, нам довольно сложно собраться днем, поэтому мы встречаем Дни Рождения друг друга точь-

«Большее влияние на меня оказал отец! Мои жизненные ценности и внутренние ориентиры – это папина заслуга. А всякие мудрости и хитрости женские, семейные традиции и понимание важности семьи – это, конечно, от мамы!»

в-точь, как в Новый год! В сущности, так оно и есть для того, кто в этот день родился, у него же начинается новый год! Для нас всех полночь – это единственное время, когда можно добраться друг к другу без питерских пробок! Поэтому в ночь накануне даты мы встречаемся в половине двенадцатого, накрываем стол, приезжает мой брат, родители, теперь и мой муж Максим и наш Андрюша! И так вот все вместе встречаем День Рождения, полчаса сидим и расходимся по домам! Таким образом, можно сказать, что праздник состоялся, и был нами отмечен. Мне кажется, что это хорошая традиция!

- Вы прекрасно выглядите! Всегда одеваетесь очень стильно, эффектно! Одежду сами себе подбираете или Вам дают советы профессионалы?

- Честно говоря, я не особая модница и, признаться, мало что в этом понимаю. Я рада, когда что-то удачно получается, но это по наитию. В Москве есть модельер, который мне очень нравится. Это Юлия Янина, она очень изысканна и талантлива! Если мне нужно на какие-то важные встречи или мероприятия, я одеваюсь в ее платья. Недавно я первый раз воспользовалась помощью стилиста, оказалось, что это небесполезное дело, ведь понятно, что люди, являющиеся профессионалами в этом деле, видят твои достоинства и недостатки. В общем, с их помощью на ближайшие полгода я обута и одета! И мне некоторое время не понадобится ходить по магазинам и выбирать самой! Мне очень понравилось, что за меня это сделали другие люди, куда более профессиональные в этом деле, чем я! Я думаю, что и в дальнейшем буду пользоваться такой замечательной услугой специалистов.

- Лиза, Вашему сыну Андрюше еще нет и года! Но опыт молодой мамочки уже есть, не так ли? Что бы

Вы сегодня посоветовали молодым мамам?

- Что советовать? Надо любить своего малыша, бесконечно любить! Мне кажется, не важно где вырастет ребенок – в коммунальной квартире или во дворце, главное – воспитать его в бесконечной любви. Я пока не разбираюсь в вопросах дальнейшего образования нашего сына. Маленький он еще.... Но считаю, что совершенно правильно отдавать детей во множество разных кружков, пусть ребенок почувствует и попробует разные творческие или спортивные направления, чтобы потом отсек ненужное и выбрал любимое! Мое мнение – детей надо заставлять, именно заставлять чем-то заниматься! Я очень жалею, что занималась в детстве только танцами, хотя немного ходила и на фортепиано, но бросила! Жаль, что меня не заставили. Я сказала, что тяжело, и меня пожалели. А не надо было! Сейчас я села бы за фортепиано и сыграла все, что захотела! Как я была бы счастлива! Танцами я, правда, занималась 13 лет, считайте, профессионально! Но, к сожалению, это все... Вот я и думаю теперь, что ребенка нужно отдавать везде – пусть поймет, что ему интересно! А главное – уметь чувствовать своего малыша, его желания, интересы, правильно и своевременно мотивировать его на занятия интересным делом, наблюдать и делать нужные выводы! Вообще, понять состояние ребенка – это главная родительская задача! Пусть ребята у всех молодых мамочек будут здоровы! Пусть развиваются гармонично! Пусть растут на радость папам, мамам, бабушкам и дедушкам!

Беседовала Мария Мардаровская
Фотограф Владислава Елисеева

Благодарим ресторан «МариVanna» за помощь в организации проведения съемки.

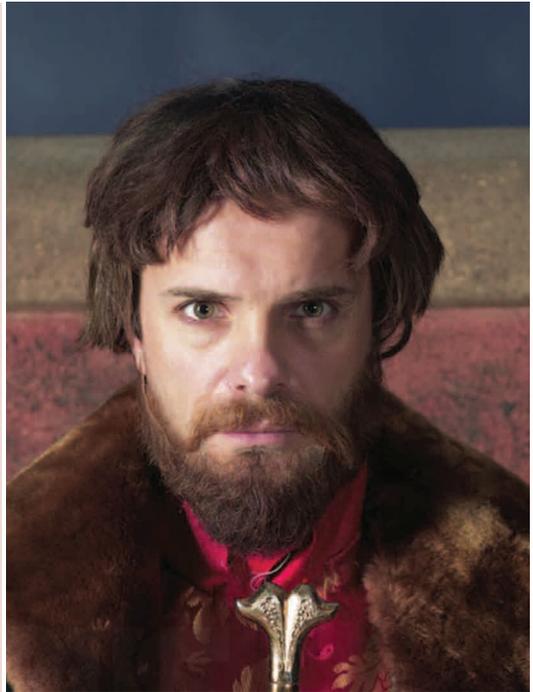
Звездные родители

Сергей Астахов:

**«Обязательно балуйте детей!
С удовольствием для ребенка и себя!»**

Наш гость сегодня – один из любимых российскими женщинами актеров, узнаваемое медийное лицо, просто красивый мужчина и отец очаровательной 14-летней Маши – Сергей Астахов.

Сергей Виконтович Астахов родился 28 мая 1969 года в деревне Красный Лиман Воронежской области в семье военнослужащего. Затем отца перевели служить на Сахалин, где и прошло детство Сергея. После школы он поступил в Политехнический институт на авиационный факультет. Проучившись год, Сергей понял, что эта профессия не для него. Родители, видя, что сыну там не нравится, предоставили ему право самостоятельно определить свое будущее. Сергей выбрал актерскую стезю. И в 1995 году успешно закончил актерское отделение Воронежского театрального института. Там же, в Воронеже, на вступительных экзаменах Сергей познакомился со своей будущей однокурсницей Викторией Адельфиной. Спустя пять лет после знакомства они сыграли свадьбу, а вскоре у них родилась дочь Маша.



А вот послужной список нашего гостя: с 1997 по 1999 год он – актер Воронежского Академического театра драмы, а затем с 1999 по 2001 год — акт ер театра «Et Cetera» в Москве.

Сергей снялся более чем в 90 художественных фильмах и телевизионных сериалах, задействован в успешных спектаклях: «Троянской войны не будет», «39 ступеней», «Уроки любви» и в других интересных работах. В 2001 году Сергей стал лауреатом премии «Чайка» в номинации «Роковой мужчина» за спектакль «Геда Габлер» в театре «Сатирикон», а в 2007 году получил приз зрительских



Звездные родители



симпатий на фестивале «Созвездие» года за роль Сергея Королева в одноименном фильме. За эту же роль Сергей Астахов в 2007 году был награжден грамотой Президента РФ «За вклад в патриотическое воспитание молод ежи».

Помимо актерской работы Астахов пробует себя и в качестве сценариста. Его первой работой был сценарий к фильму «Побег».

В 2006-2008 годах Сергея Астахова часто можно было увидеть на экранах в различных ток-шоу.

Так, в конце 2006 года он в дуэте с Надеждой Бабкиной участвовал в проекте «Две звезды», в передаче «Пусть говорят» с Андреем Малаховым, в шоу «Большие гонки» и «Властелин горы». В 2008 году в Киеве Сергей стал победителем шоу «Телезірка-Supеrзірка» и выиграл бриллиантовый микрофон. Также с большим успехом на экранах прошли сериал «Гайшники» и фильм «Непобедимый» с Сергеем Астаховым в главных ролях. В начале 2009 года Сергей принимает участие в проекте «Танцы со звездами», а в 2010 году – в украинском проекте «Зірка+Зірка» (аналог российской программы «Две звезды»).

В 2009-2011 годах Сергей Астахов возвращается в театр и с успехом гастролирует по России и странам Зарубежья с антрепризами «Не будите спящую собаку» и «Школа любви».

Вот такой у нас сегодня гость. В преддверии главного мужского праздника – Дня Защитника Отечества наши корреспонденты встретились с «роковым мужчиной» Сергеем Астаховым и задали ему несколько вопросов

- Какие основные качества, на Ваш взгляд, характеризуют настоящего Мужчину с большой буквы?

- Для меня безусловно, что каждый настоящий мужчина должен отслужить в армии. Я эту школу прошел, не жалею ни одной минуты. Только там понял и на всю жизнь усвоил понятие надежного плеча рядом, мужской взаимовыручки. Мужик – он только тогда мужик, когда он умный и надежный. Поэтому



фото ruskino.ru

Из моего опыта папы 14-летней девочки могу сказать одно точно: научитесь понимать своих детей, научитесь слушать их и слышать то, что они говорят, уделяйте им больше внимания. С маленькими – играйте, учите. С большими – разговаривайте, как с хорошими друзьями. По-взрослому...

я считаю, что службу в армии должен пройти каждый уважающий себя молодой человек.

- А настоящая женщина – она какая?

- Женщина, в моем понимании, вообще лучшее творение Господа. Она выше нас во многих отношениях, тоньше, да и толковее порой, особенно в житейских делах. О красоте и женственности я уж и не говорю. Сейчас многие дамы, к моему огорчению, прямо-таки рвутся



быть во всем похожими на мужчин: и в деле, и в спорте, и в одежде. Да во всем практически, уж, чего греха таить, даже во вредных привычках скоро нас обойдут. А зачем – непонятно. Чего доказывать-то? Вы и так лучше. Оставайтесь женственными, нежными, ну еще мамами хорошими и хозяйками отменными.

И еще: испокон веку было на Руси какое-то традиционное разделение мужских и женских прав и обязанностей. Предки наши не дураки были, все было разумно и правильно. Поменьше постоянных претензий к мужчинам, да поласковее к нам, много ли мужику надо: теплое слово, чистая рубашка, вкусная еда. Если так – цены вам не будет.

- Сергей у Вас есть дочь Маша. Ей уже 14 лет. Трудно ли воспитывать девочку? Она уже пользуется какими-нибудь «женскими уловками»?

- Воспитываю ли? Не знаю, мало ее вижу. Ухожу – еще спит, прихожу – уже спит. Она у меня уже большая, говорят – красивая. Вот, с одной стороны, совсем ребенок еще, может так всякими лакомствами объесться, аж худо бывает. Дите – дитем, а вот вчера она в салоне красоты была – маски для волос делала. Вроде, взрослая уже! Возраст сейчас у нее такой: наполовину ребенок, наполовину уже взрослая барышня со всеми дамскими штучками.

- Сергей, а Вы строгий папа или стараетесь баловать дочь?

- Сергей (зовет дочь): «Маш, я строгий папа или как?» (Маша смеется). Ну, вот, видите сами, какой я строгий, да нет, скорее всего! Я

Обязательно балуйте детей... не часто, но с удовольствием для ребенка и для себя! Чувствуйте детей. Чтобы правильно направлять их в нужное русло. Не вопреки их желаниям, а так, чтобы ребенок был уверен, что этот путь он выбрал сам!

ее люблю и, вы правы, балую, должно быть. Судите сами – шубу недавно ей норковую купил – вот и похоже, что балую. Не всем 14-летним девочкам папы шубку покупают, да и рано еще, что ж я не понимаю что ли?

- Задумываясь о Машином будущем, Вы видите ее тоже актрисой? Или хотели бы, чтобы она выбрала другой путь, другую карьеру?

- Ни она, ни я пока точно не представляем ее дальнейшего пути, еще есть время для обдумывания выбора. Время покажет. Она у меня труженица, занимается хорошо в школе, английский язык уже знает очень хорошо для ее возраста. Мечтает поехать в Англию или Америку для совершенствования, но не уверен, что это ее окончательный выбор. Может, как говорится наиграется, набалуется этим, а потом все может повернуться на 180 градусов. В жизни все может быть. Главное, чтобы дело, которое она выберет, было любимым, а что это будет – творчество в любом виде, юриспруденция или, может быть, медицина, не знаю... Лишь бы в радость! Может, она мамой замечательной будет! Тоже отлично!

- Как Вы проводите свободное время с семьей, с дочкой?

- Свободного времени, честно говоря, мало... Но если есть, то в последнее время мы с Машей учимся кататься на лыжах, в бассейн ходим. Правда, я иногда неделю ее уговариваю, чтобы сходить поплавать. Бывает, вместе ходим на разные фотосъемки (вот как у вас сегодня!). Любим с техникой новой разбираться, интересно и мне, и Маше! Если времени побольше – едем погулять семьей в Европу. Там иногда еще и съемки случаются, тогда я беру Машу с собой. Любим сидеть в кафе, просто лакомимся и болтаем обо всем и ни о чем, в кино иногда ходим. В общем, ничего особенного, как все! Вот в школу к ней ни на собрания родительские, ни просто так я не хожу. Это – мама, иногда бабушка! Да и вообще я считаю, что если у человека с учебой и поведением в школе все хорошо, зачем туда ходить? Раз так – значит, дома с воспитанием ребенка все правильно. Или я не прав?



Женщина, в моем понимании, вообще лучшее творение Господа. Она выше нас во многих отношениях, тоньше, да и толковее порой, особенно в житейских делах...

- Ваш совет молодым папам?

- Из моего опыта папы 14-летней девочки могу сказать одно точно: научитесь понимать своих детей, научитесь слушать их и слышать то, что они говорят, уделяйте им больше внимания. С маленькими – играйте, учите. С большими – разговаривайте, как с хорошими друзьями. По-взрослому. Обязательно балуйте, не часто, но с удовольствием для ребенка и для себя! Чувствуйте детей. Чтобы правильно направлять их в нужное русло. Не вопреки их желаниям, а так, чтобы ребенок был уверен, что этот путь он выбрал сам! И, конечно – всегда искренне радоваться успехам детей, хвалить их чаще, а ругать поменьше! И тогда у вас все получится! Успехов, здоровья вам и вашим мамам, женам и детям, уважаемые мужчины! С нашим праздником! Ваш Сергей Астахов.

Беседовала Мария Мардаровская
Подготовила Татьяна Букурова
Фотограф Нэтали Вайн

Гигиена полости рта во время беременности



Бытует мнение, что с рождением каждого ребенка женщина теряет по одному зубу. Кровоточивость десен (гингивит беременных) тоже считается чуть ли не нормой. На самом деле всего этого можно и нужно избежать. Как показали последние исследования ученых, заболевания десен у женщин повышают риск преждевременных родов и являются одним из факторов низкой массы тела у новорожденных.



Соблюдение несложных рекомендаций поможет сохранить здоровые зубы и десна беременным женщинам и их будущим детям:

✓ **Регулярное посещение стоматолога.** Обычно каждые 6 месяцев, а во время беременности каждый триместр. В идеале полную санацию полости рта хорошо бы сделать до беременности, но если так не получилось, лечение рекомендуется проводить во втором триместре.

✓ **Качественная индивидуальная гигиена полости рта.** Обязательно использовать не только зубную щетку, но и флосс (зубную нить), так как никакая щетка не может очистить контактные поверхности зубов. Зубочистка не является заменой зубной нити, она не убирает налет, а чаще всего только травмирует десневые сосочки. Электрическая зубная щетка оказывается намного эффективнее, так как она избавляет вас от необходимости сложных мануальных движений в течении 2-х минут (рекомендуемое время чистки зубов) утром и вечером, когда так хочется спать.

✓ **Использование ирригатора.** Этот прибор, наряду с зубной щеткой и флоссом, помогает убрать зубной налет в труднодоступных местах.

✓ **Использование фтор-содержащей зубной пасты.**

✓ **Применение ополаскивателей для полости рта без спирта,** так как спирт противопоказан при беременности, а также потому, что спирт сушит слизистую полости рта, снижая ее защитные свойства и повышая риск развития гингивита и пародонтита.

✓ **Профессиональная гигиена полости рта.** В домашних условиях можно лишь поддерживать гигиену полости рта на должном уровне, но удалить зубной камень и убрать плотный пигментированный налет невозможно. Профессиональную чистку зубов надо выполнять не реже 1 раза в 6 мес. Именно зубной камень и налет является главной причиной воспаления десен.



Сбалансированное питание необходимо,

чтобы женщина получала нужное количество витаминов и минералов, потребность в которых резко возрастает во время беременности.



Использование жевательной резинки с ксилитом.

Это следует делать с соблюдением простого правила: жевать не дольше 10 минут, каждый раз после еды. Исследования ученых доказали высокую противокариозную эффективность ксилита.



Избегать раннего инфицирования

детей кариесогенной микрофлорой. «Изо рта в рот получается микроб» - эта детская поговорка известна всем, но многие мамы забывают о ней, когда берут в рот детские соски и ложки.

Запомните! Наше здоровье только в наших руках. Чаще всего лень и незнание — причина всех бед. Когда знания получены, остается победить лень и сделать здоровый образ жизни привычкой, а не обузой.

Подготовила Мария Гранкина
Фотограф Елена Васильченко

ЗДЕСЬ ДЕТИ НЕ БОЯТСЯ СТОМАТОЛОГА!



Новый уровень детской стоматологии:

- ♦ камера Vista Proof —
- ♦ нановиниры для подростков
- ♦ 100%-ное выявление кариеса
- ♦ коронки на молочные зубы
- ♦ профилактика
- ♦ терапия
- ♦ ортодонтия



ПРИГЛАШАЕМ

Вашего ребенка

на бесплатную консультацию с составлением плана лечения

Приглашение действительно по 31.05.2013.

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



Детские клиники «Вероника»

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

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



Будьте здоровы!



Родительский массаж грудничка – общение, оздоровление, развитие!

Актуально для Санкт-Петербурга

Питерские родители часто обращаются к специалистам для проведения оздоровительного и развивающего массажа, да и доктора советуют. Почему? Потому что в нашем замечательном Питере солнышко гораздо реже появляется из-за туч, чем, например, в солнечном Крыму или даже в средней полосе России... А дефицит солнца – это дефицит витамина Д и нарушение фосфорно-кальциевого обмена. Кальций и фосфор – основные минералы для укрепления и формирования костей. Питерские педиатры считают, что рахит – проблема для Санкт-Петербурга насущная (в стертой форме, так как профилактика витамином Д проводится, но для его усвоения нужно еще и солнышко)...

А эластичные, мягкие кости склонны к деформации. И вот тут выручает хороший мышечный каркас, который приобретается с помощью массажа и гимнастики. Для питерских малышей (в отличие от других, более солнечных регионов) характерно отставание развития определенных навыков –

сидения и ползания прежде всего. Ползание, кстати, это самый необходимый навык для укрепления позвоночника и... для развития мышления, пространственной ориентации. А для того, чтобы малыш сам пополз или сел, нужен крепкий мышечный каркас.

Родительский массаж до 3 месяцев

Детские массажисты предпочитают проводить сеансы массажа после 3 месяцев. Почему? Потому что в более раннем возрасте нет еще определенного режима, да и длительные сеансы массажа малышу еще не показаны. Часто и 10-ти минут будет вполне достаточно. Он просто устанет, у него изменится настроение... А когда малыш плачет, массаж нежелателен, потому что плач – это уже состояние маленького стресса, мышцы не расслабляются. К тому же, массаж будет связан с негативными воспоминаниями. До 3 месяцев массаж, в основном, заключается в поглаживаниях (из классического массажа), несложной гимнастике, упражнениях на фитболе. Поэтому в первые месяцы жизни



предпочтителен родительский ежедневный (или через день) массаж.

Обучение 1-му комплексу массажа (1-3 мес.)

При центрах дородовой подготовки для будущих родителей проводятся занятия по 1-му комплексу массажа (с 1-го до 3 месяцев). По личному опыту знаю, что будущие мамы и папы, побывав на практическом занятии (продолжительность 2-2,5 часа), где все отрабатывается на куклах, уже не испытывают сомнений в том, что это совсем несложно.

Развитие интеллекта у малыша, творчества – у родителей...

Самое интересное, что массаж связывают в основном, с развитием физическим... Между тем, он способствует развитию интеллекта. А все стрессы у папы после работы, если он займется

массажем малыша (или упражнениями на фитболе), поверьте, проходят!

После 3 месяцев массаж усложняется, подключаются такие приемы, как растирание, разминание, легкая вибрация. Но если вы уже делали 1-й комплекс, подключить их несложно. Для большего успеха, можете пригласить специалиста по массажу на один курс, если сомневаетесь, но с тем условием, что в ходе этого курса обучитесь и будете продолжать сами. Поверьте, это того стоит! Малыши уже охотно занимаются и 30 минут (и дольше, если пребывают в хорошем настроении).

А нас, взрослых, эти сеансы учат общению, да еще творческому: и потешки, и песенки, и стихи - все в ход идет. Своеобразная игра, которая способствует развитию, сближению и оздоровлению, как малышей, так и родителей.

Подготовила Светлана Степанова,
врач педиатр-неонатолог



Посетить практическое занятие для беременных «Массаж для грудничков» Вы можете, предварительно записавшись по телефону 448-68-88

www.rodnikclub.ru

Будьте здоровы!

СОВЕТЫ ПЕДИАТРА



Новогодние каникулы закончились! Родители пошли на работу, детки – в сад и школу. Радость встреч со сверстниками, походы в гости и частые прогулки продолжают. Но будьте осторожны! Февраль отмечается высокой заболеваемостью малышей простудными заболеваниями. Что нужно сделать, чтобы малыш не заболел?

Избегать контакта с больными. Кроме того, при первых признаках простуды не водите малыша на новогоднюю елку, наложение новой инфекции может привести к более тяжелому течению заболевания.

Фитотерапия. Профилактику простуды не обязательно начинать с лекарственных препаратов. Для малышей старше 2 лет, не склонных к аллергии, можно воспользоваться ароматерапией помещения эфирными маслами хвойных деревьев (пихта, можжевельник и другие), кроме того, в качестве сухих ингаляций можно носить на шею зубчик чеснока, полезно использовать детские фиточаи и отвар шиповника, богатый витамином С.

Питание. Питание должно быть полноценным и сбалансированным. Для хорошей работы иммунитета рацион малыша должен быть богат овощами, фруктами и молочными продуктами. Изобилие новогодних гостинцев – радость для малыша, но это не всегда полезно, особенно детям склонным к аллергии. Не перекармливайте кроху цитрусовыми, шоколадом, слишком жирной и жареной пищей.

Витамины. Часто болеющим малышам полезны курсы сезонной витаминной профилактики. О выборе лекарственного препарата необходимо проконсультироваться с педиатром.

Лекарства. Часто болеющим малышам перед походом на новогодний утренник или в гости, где есть вероятность подхватить инфекцию, для профилактики простуды можно использовать препарат «Гриппферон» (капли в нос), который позволяет создать местный защитный барьер и укрепить организм для борьбы с вирусной инфекцией.

«Готовь сани летом...»
О профилактике простудных заболеваний надо заботиться заблаговременно. В теплое время года проведение оздоровительных закаливающих процедур и обогащение рациона малыша свежими овощами и фруктами избавит ребенка от многих проблем со здоровьем в дальнейшем. Кроме того, против таких частых и особенно опасных возбудителей простудных заболеваний как пневмококк и гемофильная палочка проводится вакцинация, которую лучше всего осуществлять заблаговременно, а не в период подъема заболеваемости.

Грамотная профилактика – залог здоровья всей семьи в Новом году!

Подготовила Наталья Люскина,
врач-педиатр

В салоне красоты «Виктория» на Комендантском, 21 (т. 348-01-20, 348-01-34) появился новый аппарат HydraFacial - СИСТЕМА ГИДРОДЕРМАБРАЗИИ.

Новейшая процедура вакуумного гидропилинга и гидродермабразии. Система одновременного нанесения мультифункциональных сывороток и проведения эксфолиации. СПА система позволяет достичь результатов, о которых мечтает каждый.

Возможные процедуры:

- Гидропилинг
- Гидродермабразия
- Химический пилинг с увлажнением
- Омоложение и лифтинг кожи
- Лицевой лимфодермаж
- Светотерапия
- Антицеллюлитные процедуры

Преимущества:

- Эффективная для всех типов кожи
- Неинвазивная процедура: глубокое очищение, увлажнение, отшелушивание, восстановление и омоложение
- Заполняет и сокращает морщины, разглаживает носогубные складки, возвращает коже упругость и эластичность
- Безопасная и безболезненная процедура
- Видимый результат после первой процедуры

Предъявителям журнала - скидка 20% до 01.04

HydraFacial[™]
SKIN HEALTH FOR LIFE

Сеть салонов красоты «Виктория» www.victoria-salon.ru

Будущие мамы, без паники!



В канун Нового года, 27 декабря, врач-консультант Банка стволовых клеток компании «Транс-Технологии» ГК Алкор Био Родион Кораблев прочитал последнюю в уходящем году лекцию в клубе «Родник» - клубе для будущих и состоявшихся родителей. В 2013 году эта работа будет продолжена: на всех площадках клуба «Родник», где проводятся занятия для беременных, а таких в Петербурге семь, сотрудники Банка «Транс-Технологии» будут рассказывать о банкировании стволовых клеток, о том, как проходит эта процедура и зачем сохранять стволовые клетки пуповинной крови новорожденного.



- Сотрудничество между клубом «Родник» и Банком «Транс-Технологии» началось не случайно, - поясняет **перинатальный психолог Виктория Чеботарева**. - Сегодня многие будущие мамы хотят получить подробную и достоверную информацию об услуге банкирования стволовых клеток пуповинной крови, и мы вместе с Банком «Транс-Технологии» предоставляем им такую возможность.

- В последние годы наметилась тенденция увеличения числа супружеских пар, которые подходят к будущему родительству осознанно, - отмечает Виктория Чеботарева, - и, на мой взгляд, как перинатального психолога, посещение подобных курсов для будущих родителей просто необходимо. Хотя

бы потому, что женщина, которая посещала такие занятия, которая подготовлена и проинформирована, в родильном зале ведет себя более спокойно, уверенно: она не паникует и не относится к медперсоналу, как к потенциальным врагам. А вот те, кто совершенно не подготовлен к этому важному событию – рождению ребенка, зачастую идут туда как на бой, сражаться и со своим телом и медперсоналом. И это очень грустно. Вот почему надо развивать школы подготовки будущих мам: бесплатные, платные, любые. Это просто необходимо.

По мнению Виктории Чеботаревой, будущие родители, приходя на занятия в клуб, в первую очередь хотят разобраться в том, какие из современных услуг и товаров им действительно необходимы, как из огромного потока информации выделить важное и сделать осознанный выбор.

- После наших лекций женщины часто задают вопросы, - рассказывает **врач-консультант Банка «Транс-Технологии» Родион Кораблев**. - Их в первую очередь интересуют надежность и гарантии Банка, спектр заболеваний, при которых показана трансплантация стволовых клеток пуповинной крови, а также перечень петербургских клиник, где сегодня проводятся такие операции.

Если говорить о надежности Банка «Транс-Технологии», то стоит напомнить, что он начал принимать образцы пуповинной крови еще в 2005 году - на тот момент это было единственное в Петербурге хранилище стволовых клеток. Все образцы находятся в современном надежном помещении, оборудованном бесперебойной системой обеспечения. Банк гарантирует качество биологического материала на каждом этапе обработки и хранения, все образцы



РЕКЛАМА

«Транс-Технологии» – это надёжность и экономичность при высочайшем уровне сервиса

- Наш сотрудник может приехать в удобное для Вас место Санкт-Петербурга для заключения договора хранения.
- Общая стоимость договора, обеспечивающего весь цикл от забора крови, её анализа, выделения концентрата стволовых клеток, его криоконсервации и хранения до подготовки к трансплантации, – **самая невысокая в Санкт-Петербурге**.
- Клиентам предоставляется **беспроцентная рассрочка** оплаты услуги банкирования стволовых клеток.
- **Все образцы и хранилище застрахованы.**

Тел.: (812) 677-21-63, 929-49-02

www.trans-t.ru

Предъявителю купона 3% скидка



застрахованы. Банк «Транс-Технологии» входит в состав Группы компаний Алкор Био – самого крупного на Северо-Западе России биотехнологического холдинга, отметившего в 2012 году 20-летний юбилей. Это также существенно увеличивает гарантии нашей компании. Что же касается применения стволовых клеток пуповинной крови в медицинской практике, то сегодня в России, как и во всем цивилизованном мире, число трансплантаций этого ценного биоматериала все возрастает, как и возрастает перечень заболеваний, для лечения которых доказана эффективность применения стволовых клеток.

Электроэнцефалография (ЭЭГ) – что это за исследование?

Иногда ребенку назначают электроэнцефалографию — что это за исследование, для чего оно нужно и как проводится, рассказывает главный педиатр Медицинского центра «XXI век» Андрей Владимирович Перичкий.

Электроэнцефалография (ЭЭГ) — это основной метод исследования работы головного мозга, оценки его функционирования. ЭЭГ позволяет выявить изменения в работе мозга при различных неврологических нарушениях, последствиях родовых травм, гипоксии. Также показаниями к проведению ЭЭГ являются: задержки речевого или психомоторного развития, эмоциональные нарушения, травмы, заболевания головного мозга.

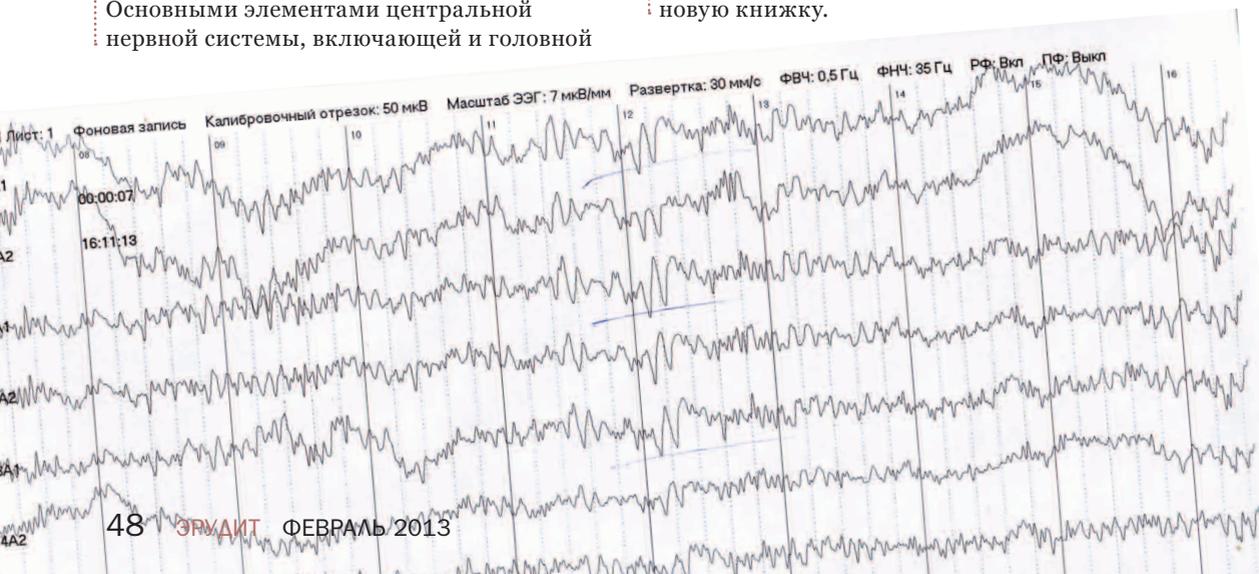
Основными элементами центральной нервной системы, включающей и головной

мозг, являются нервные клетки — нейроны. Они обладают свойством проводить и генерировать электрические импульсы, эти импульсы регистрируются прибором — электроэнцефалографом. Можно сказать, что электроэнцефалограмма — это отражение работы головного мозга.

Как подготовиться?

Продолжительность исследования 15-20 минут. Важно, чтобы во время процедуры ребенок вел себя спокойно, не плакал. Время проведения процедуры нужно выбирать так, чтобы ребенок не был голодным или уставшим. Наиболее удобное время исследования для младенцев — сразу после кормления, в период дневного сна. Если ребенок беспокоится, делают паузу для того, чтобы мама могла его покормить и успокоить.

Детей постарше необходимо подготовить к обследованию заранее, рассказав о том, что будет происходить, представив это в форме игры. Задача родителей — заинтересовать и настроить ребенка на позитивный лад. Можно взять с собой интересную игрушку, новую книжку.



Описание процедуры

Для проведения ЭЭГ надевают специальную шапочку-сетку с электродами, которые фиксируют электрические импульсы головного мозга. Процедура не вызывает неприятных ощущений и совершенно безопасна. Под этой шапочкой кожу малыша обрабатывают нейтральным гелем (как для УЗИ-диагностики) или просто водой, для того, чтобы убрать прослойку воздуха. Для достижения максимального результата исследования во время проведения ЭЭГ пациенту рекомендуется принять удобное положение тела, расслабиться и закрыть глаза. Обычно при снятии ЭЭГ проводятся функциональные нагрузочные пробы (фотостимуляция и гипервентиляция). Для этого пациента просят закрыть и открыть глаза, быстро подышать, смотреть на световые вспышки или слушать резкие звуковые сигналы. Такие пробы делают исследование более информативным и лучше выявляют патологическую активность головного мозга.

Электроэнцефалография является безвредным методом диагностики, ее можно делать детям любого возраста столько раз, сколько это необходимо. Это важно, так как иногда требуется посмотреть результаты исследований в динамике, чтобы оценить, как меняется состояние, и насколько эффективно лечение.

Заключение по результатам исследования делает врач-невролог, обычно на следующий день после процедуры. Диагноз ставится не только по данным ЭЭГ, а на основании комплексного обследования, включающего осмотр, оценку реакций, лабораторные анализы и другие исследования. ЭЭГ помогает врачу получить объективную картину и, в случае необходимости, назначить подходящее лечение.



**КРУПНЕЙШАЯ
ПЕДИАТРИЧЕСКАЯ СЛУЖБА
В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ**

прием звонков круглосуточно

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

- Врачи всех специальностей
- Вызов на дом
- Диагностика: рентген, ФГДС, УЗИ, ЭЭГ, ЭКГ и др.
- Все виды анализов
- Вакцинация
- Стоматология
- Реабилитация
- Медицинское такси, в том числе для маломобильных пациентов



О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

лиц. АНО 78-01000024 от 27.03.2008г



Аквариум

Молодые родители постоянно заботятся о комфорте и уюте своего малыша, а потому ищут все новые варианты усовершенствования не только детской, но и всех остальных комнат в доме. Многие при этом задумываются о том, что ребенку необходимо большее общение с природой, чем это может себе позволить семья, живущая в мегаполисе. Летом эту нехватку можно частично компенсировать прогулками в

парке, но что делать зимой, когда низкие температуры уже не позволяют проводить много времени за пределами теплой городской квартиры? Вот тут-то вам на помощь и придет аквариум! Помимо создания уюта в доме, этот маленький островок природы принесет огромную пользу для развития вашего малыша.

Итак, чем же полезен маленький подводный мир для юного обитателя городской квартиры?

Аквариум успокаивает

Сон младенца далеко не так безмятежен, как об этом гласит известная пословица. Поэтому для многих мам борьба за крепкий и здоровый сон их ребенка становится практически основой новой жизни. В таких случаях очень полезно поставить аквариум так, чтобы малыш мог его видеть, находясь в кроватке. Наблюдение за плавающими туда-сюда рыбками и мерным покачиванием аквариумных растений действует успокаивающе на всех детей. Аквариум не только поможет малышу заснуть, но и сделает его сон более крепким и длинным.

Для деток постарше аквариум также является незаменимым «успокоительным»: если ребенок чем-то взволнован, будь то события в семье или детском саду, драка с другом Колей, или его переполняют впечатления от только что увиденного мультфильма, то, понаблюдав немного за водным миром, ребенок успокоится и восстановит свое душевное равновесие.

Аквариум благотворно влияет на здоровье

Вода, испаряющаяся из аквариума, прекрасно увлажняет воздух в помещении, решая таким образом проблему сухости в период отопительного сезона. Увлажненный воздух в комнате, в которой ребенок проводит много времени, является отличной профилактикой разнообразных заболеваний дыхательных путей, которые так часто являются нашими неотъемлемыми спутниками в холодное время года.

Помимо этого, аквариум благотворно влияет на зрение. Регулярное наблюдение за подводными обитателями – это прекрасная альтернатива упражнениям на укрепление зрения, рекомендованным офтальмологами. В отличие от целенаправленных занятий ребенку не потребуется прилагать усилия для их выполнения. Цветовая гамма также будет оказывать благотворное влияние на зрение, расслабляя сетчатку глаза, что особенно актуально, если малыш проводит много времени у компьютера, телевизора или за чтением книг.



Аквариум развивает ответственность

Как часто мамы вздыхают и разводят руками, наблюдая за поведением своих детей и решая (или «приходя к выводу»), что на них ни в чем нельзя положиться. И действительно, развитое чувство ответственности встречается среди дошкольников крайне редко. Однако все можно изменить, и аквариум станет прекрасным инструментом для достижения этой цели! Ведь в аквариуме столько маленьких рыбок и красивых растений, которые нуждаются в заботе и внимании вашего сына или дочери. Даже самые маленькие аквариумисты могут помочь родителям кормить рыбок и протирать стекло аквариума специальной щеточкой, чтобы рыбкам было хорошо видно то, что происходит вокруг. Дети постарше уже могут быть ответственными за питание водных обитателей, а чуть позже - и за поддержание чистоты в рыбьем домике. Ухаживая за

Психолог рекомендует



рыбками, ваш ребенок научится отвечать за свои поступки, контролировать свои действия и держать данные обещания. Ведь благодаря аквариумным обитателям он поймет, как дорого может обойтись невыполненное слово.

Аквариум знакомит с дикой природой

Дети, живущие в большом городе, с миром природы знакомы только по сказкам и передачам, которые показывают по телевизору. Многие дошколята за свою жизнь даже корову ни разу в жизни не видели, не то, что подводных обитателей, которых надежно скрывает от любопытных глаз морская гладь. Поэтому аквариум просто незаменим для знакомства малыша с миром «дикой» природы. Наблюдая за жизнью рыбок в аквариуме, ребенок узнает много нового. Со временем он даже сможет вам рассказать, в каком настроении сегодня пребывают рыбки, играют ли они или грустят о большой воде.

Постепенно, наблюдение за водными обитателями пробудит в малыше интерес к изучению естественных наук, таких как биология, физика и химия, поэтому не стоит удивляться, если в подарок на день рождения ребенок попросит справочник по ихтиологии.

Аквариум развивает творческое мышление и вкус

Наблюдение за красиво оформленным аквариумом, за сочетанием различных цветов в нем будет ненавязчиво воспитывать у ребенка чувство прекрасного и хороший вкус.

Изучение яркого и красочного аквариумного мира станет отличным стимулом для творчества малыша. Он будет рисовать своих подопечных, лепить миниатюрный вариант своего подводного царства, а потом придумает и расскажет вам чудесную историю о том, как рыбки спасались от злого колдуна, превратившегося в осьминога и пытавшегося съесть всех мирных обитателей.

В дальнейшем этот навык поможет формированию у ребенка художественного вкуса, который пригодится ему в различных сферах



и в разные периоды жизни, начиная от выполнения заданий на уроках ИЗО в школе и заканчивая оформлением квартиры или выбором одежды для важного мероприятия.

Аквариум помогает сконцентрироваться

В наше время детям становится все сложнее концентрировать свое внимание на чем-то одном. Огромное количество информации, телевизоры, компьютеры и сотовые телефоны только усугубляют эту проблему. Однако даже небольшой аквариум в доме способен помочь с ней справиться: ведь наблюдать за маленькими рыбками – это так увлекательно! Зачастую мы даже не задумываемся о том, что на самом деле это требует немалых усилий и напряженности. Ведь удерживать свой взгляд на чем-то одном (и не важно, будет ли предметом изучения лишь маленькая рыбка или же весь подводный мир в миниатюре) на протяжении даже нескольких минут – задача не из легких! Постепенно количество времени, потраченное ребенком за наблюдением за разноцветными рыбками, будет все увеличиваться. Вместе с ним будет расти и концентрационный навык малыша, который впоследствии он сможет применить в любых

отраслях жизни, будь то чистка зубов или решение математических задач.

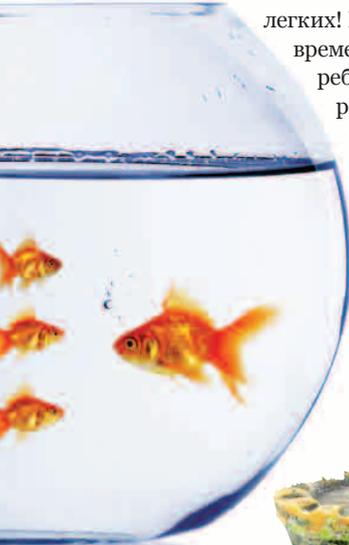
Аквариум сближает

Совместная деятельность – это отличный способ сблизиться для семьи, и аквариум может стать прекрасным помощником в этом деле, ведь он требует постоянного ухода: чистки, смены воды, кормления рыбок... Такое регулярное совместное времяпрепровождение будет способствовать установлению прочного контакта между родителями и детьми и возникновению взаимопонимания. К тому же, совместный уход за аквариумом научит детей и взрослых безболезненно решать конфликты друг с другом и помогать другим членам семьи, если у них возникает в этом потребность.

Население аквариума обитателями также будет способствовать развитию прочных семейных отношений. Ведь подобрать подходящих рыбок, которые устраивали бы всех членов семьи – задача не простая. Обсуждение и выбор новых жителей научат ребенка думать не только о себе, но и о чувствах и желаниях близких ему людей, и это умение будет сопровождать его на протяжении всей жизни.

Через некоторое время после появления аквариум наверняка займет важное место в доме, став постоянным источником вдохновения и позитивных эмоций не только для ребенка, но и для остальных членов семьи.

Подготовила Мария Березовская



Психолог рекомендует

Уметь расстаться

“ У каждой истории есть начало и конец... ”



В начале все было, как в сказке. Жили-были Он и Она, юные, красивые, умные и отчаянно влюбленные! Они не могли наглядеться друг на друга, с утра до вечера они думали только друг о друге, тревожились друг за друга. Они вместе ели, пили, спали, наслаждаясь жизнью и собой! Вместе отдыхали и покупали красивые вещи, вкусную еду, вместе пели и смеялись, вместе встречали гостей, купались в теплом море и мечтали о вечной любви.

Потом у них появился Малыш. Появились новые заботы у Нее и у Него. Новые заботы и почему-то новые обиды, потом пришло непонимание, потом ссоры... И Большая Любовь стала потихоньку уходить из дома, сначала на минутку, потом на часок, потом на недельку, а потом ушла совсем. Почему ушла? Кто теперь ответит... У каждого из них были свои объяснения и обвинения, возможно справедливые, а может и не очень. Пришел час – Он и Она расстались. Расстались непросто, с взаимными выяснениями отношений, делением имущества, громкими обвинениями друг друга в разрыве.

Вы спросите, помнили ли Он и Она при этом о Малыше? Они в один голос вам ответят, что, конечно, помнили, что все ради него, ради его спокойного будущего, только он – их радость, счастье и смысл жизни! А как же иначе? Мы же его любим!

А вот дальше все происходило именно иначе, совсем иначе и далеко не в интересах малыша. Он и Она объявили друг другу войну. Войну за обладание Малышом (как дорогим антикварным креслом, которое они чуть не распилили при делении имущества) за время, которое они хотят проводить с Малышом, за его душу и его любовь.

В войну были втянуты все родственники с обеих сторон, которые рядами и колоннами ходили по всем важным и серьезным службам (опека, суд, социальные службы, милиция-полиция, комиссия по делам несовершеннолетних и многих еще) и, ничуть не стыдясь, наперебой рассказывали ответственным людям некрасивые истории о Подлеце и Негодяйке.



Психолог рекомендует

очень плохо, он плакал и горевал, что самые любимые его Мама и Папа не будут теперь жить вместе. Он даже винил себя, что это он плохой, что он не слушался, не пил противное горячее молоко с пенками, разбрасывал игрушки и брызгался, когда купался в ванне. Потом он сильно злился на Папу за то, что он ушел в другой чужой дом, и на Маму, что она не пускает Папу домой, плачет злыми слезами и кричит на Малыша, чтобы он от нее отстал.

Потом ему было очень больно слушать, когда Мама говорит о Папе плохо, а Папа о Маме. Он любил их обоих и не желал слушать колючие слова.

Потом, позже, когда разразилась война, называемая соблюдением Графика Общения, он научился манипулировать ситуацией, находя выгоду для себя то на одной воюющей стороне, то на другой. Папа водил его в цирк, зато Мама покупала новую игру Лего, Папа кормил его самыми лучшими лакомствами, а Мама разрешала долго играть на компьютере. Он научился говорить Папе, то, чего он ждал от Малыша, а Маме рассказывать, какая у Папы некрасивая, много хуже красавицы-Мамы, новая подруга. Он научился обманывать того и другого, скрывать, то, что они должны были знать, выторговывать важные для себя вещи, хитрить – все для того, чтобы купить любовь обоих родителей, ну и не забыть при этом про себя. Раз уж так получилось...

Потом пришло равнодушие: «Ну их, надоело, что ссорятся. Мне и одному хорошо или с друзьями, которые меня понимают, не то, что эти...»

Вот и получилось, что благие намерения Мамы и Папы обернулись бедой для Малыша. Пройдя трудную школу родительского развода, он научился лицемерить, стал агрессивным, недружелюбным, подавленным. Потом будет большое вранье, будут проблемы в школе, будет грубость и непонимание, будут неподходящие компании... И исправить все это будет чрезвычайно сложно...

Но вернемся к истоку нашей истории – к уходу из дома Большой любви. И попробуем сделать

А бывшие влюбленные Он и Она вели толстые тетрадки со скрупулезными детальными записями для суда: что он сказал по телефону, что она ответила его маме, что он купил ребенку и почему, что она подарила Малышу на День Рождения и так далее. Апофеозом в этой войне стала битва за Малыша.

Наш суд, самый гуманный суд в мире, принял решение, что Малыш будет жить с Мамой, а Папа будет общаться с ним по строго установленному графику, три раза в неделю по 2 часа, и один выходной тоже Папин.

Вместо того, чтобы до минимума снизить стресс Малыша, которому и так дорого обошелся этот развод между самыми лучшими и любимыми им людьми, родители взяли Малыша в плен и сделали заложником своих обид, амбиций и ущемленного самолюбия.

А что Малыш? А Малышу сначала было

так, чтобы Малыш смог в этой трудной ситуации остаться счастливым и не почувствовать себя обделенным. Прежде, чем расстаться, Папа и Мама должны были сесть вместе и подумать, как вести себя дальше друг с другом и с ребенком, чтобы не травмировать его еще больше, а наоборот постараться свести риск психологических проблем у малыша к минимуму.

Попробуем предложить несколько общих рекомендаций для тех родителей, которые хотят вырастить счастливыми своих детей после развода. Это весьма очевидные моменты, но они почему-то ускользают от внимания больша ства Мам и Пап.

Независимо от возраста ребенок все равно получит при разводе родителей сильный стресс.

Будьте с ребенком ласковее, постарайтесь быть чаще вместе с ним.

Ребенку следует объяснить, что произошло. И сделать это нужно в доступной для его понимания форме.

При этом обязательно соблюсти, как минимум, три правила:

- никого не обвинять
- заверить, что ушедший из семьи родитель любит его
- показать, что так бывает с очень многими людьми, и поэтому пусть лучше будет так, как есть

Уделяйте больше внимания ребенку, но не потакайте капризам и необоснованным требованиям.

Постарайтесь не менять место жительства, потому что ребенок теперь сильнее, чем когда-либо, нуждается в сохранении старых дружеских связей.

Держите себя в руках, не срывайте свое раздражение на ребенка, будьте тверды и спокойны. Любите своего ребенка настолько сильно, чтобы не позволять себе навязывать ему свои обиды.

Ничего плохого не говорите о бывшем супруге. Ребенок имеет право любить обоих родителей и считать их самыми лучшими. Навязывание ребенку негативного мнения о втором родителе – это самая низкая ступень морального и культурного развития. Не опускайтесь на нее, ведь в первую очередь вы причиняете этим боль ребенку, а не бывшему супругу. Если оба родителя будут уважительно отзываться друг о друге, у них получится воспитать уравновешенного, культурного и психологически здорового человека.

Стремясь создать новую семью, думайте в первую очередь не о своих интересах, а об интересах и о судьбе вашего ребенка.

Если вы видите, что поведение ребенка становится неконтролируемым, обратитесь к специалисту. Решить проблему поможет детский психолог.

И напоследок коротенькая история, которая очень «зацепила». Случайно увидела отрывок из какого-то сериала. Сценка показалась мне достаточно показательной в контексте настоящего разговора. Итак, сильный, уверенный в себе мужчина беседует со знакомой. От него ушла жена; ушла к его другу, которого она полюбила всей душой. Знакомая истерично восклицает: «Как ты много потерял, у тебя была жена и был друг, теперь ни жены, ни друга!» «Почему? - Говорит мужчина. - Теперь у меня два друга!»

Вот цивилизованный подход к разводу, позиция, достойная культурного человека. Не унижайте себя и своего супруга недостойными действиями, берегите нервы друг друга, будьте благоразумны. И, главное, думайте о детях. Поверьте – жизнь после развода существует, если отнестись к нему правильно и мудро. Удачи!

Подготовила Татьяна Букурова

Мама, ты счастлива?

«Не воспитывайте детей – воспитывайте себя, все равно они будут похожи на вас».

Английская пословица

Спроси свою маму – счастлива ли она? Довольна ли тем, как прожила свою жизнь? Ответ, скорее всего, будет положительным. У них, у мам, установка такая – счастлива несмотря и вопреки.

Но если немножко поразмышлять, картина получается совершенно иная. Женщина обычно проживает не свою жизнь, а жизнь другого персонажа – такого, которого хотят видеть. Женщина старается быть примерной женой, образцовой матерью, отзывчивой подругой, усердным работником и видным общественным деятелем. Более того – женщина даже самой себе боится признаваться в том, что всю жизнь играет чужие роли.

Однако минуты одиночества делают свое дело. Сколько ни повторяй «сахар», а сладше во рту не станет. Так и с нашим трудным женским счастьем.

Сегодня в нашей стране более 10 млн матерей-одиночек. Замуж выходить не за кого, а детей родить надо бы – ну хоть в какой-то женской роли состояться. Далее начинается воспитательный процесс – не делай то, не дружи с этим, не суй пальцы в розетку. Как воспитывать ребенка, чаще всего никто не знает – поэтому с удовольствием пользуются различными советами.

В результате, через некоторое время имеем: патетическую истерику на тему «Я тебе всю жизнь отдала!» и совершеннолетнее «Я тебя об этом не просил(а)». Вот тут впору поставить точку – ибо ситуация повторяется из поколения в поколение с едва заметными корректировками.

Что делать, чтобы не оказаться в положении «отчаявшаяся мать – неблагодарные дети»? Ответ прост: надо быть счастливой. Обязательно. Прямо здесь и сейчас. Независимо от обстоятельств – взять и стать счастливой. Причем до неприличия. До зависти соседок и недоумения родных. Наперекор всем законам логики (которая, как известно, у каждого, как и правда – своя).

Сказать легко, а вот сделать... Тут и наступает тот самый момент истины: вроде девушка созрела для получения своей порции полного дзена, а он никак не придет.

Вывод: чтобы быть счастливой, надо оказаться в такой же среде – успешных, счастливых, красивых, состоявшихся. И желательно где-нибудь подальше от горячо любимых родственников, друзей и коллег. Где ничего не становится камнем преткновения между тобой и тем самым дзеном. И чтобы одновременно, чуть ли не в очередь, встали те, кто знает в жизни толк: как составить недорогой, но индивидуальный гардероб, подчеркнуть естественную красоту, а не наштукатуриться, сшить себе за пару часов сногшибательное платье и освоить подиумную походку. Чтобы послушать их – умных, знающих, добившихся определенных высот, и спросить: «Неужели вам никогда не было страшно, не хотелось сдаться, плыть по течению?». И услышать в ответ потрясающе откровенную историю о том, как падали и вновь поднимались, с кем дружили, чего не любили и до какой степени позволяли себе идти на компромиссы. Вот взять бы всех этих красивых глянцево-звезд – и к себе, в качестве учителей.

Хочется? Да сколько угодно! Реалити-проект «Женское счастье» - это как раз та самая история. Загородный особняк, успешные и знаменитые эксперты, новые знания, реальный опыт, а не перепечатанные Интернет-советы, вечеринки, посиделки, разговоры по душам, фото со звездами – на память. Все это и многое другое вполне может произойти и с тобой – если успеешь подать заявку на участие.

Впрочем, оказаться под прицелом видеокамер на целую неделю, да еще и за таким интимным процессом, как поиски собственного женского счастья, под силу не каждой. Но и это предусмотрено: на сайте проекта будут выкладываться полные версии тренингов, которые проходят участницы. Хочешь – делай зарядку, хочешь – готовь тайский суп, а хочешь – воображай себя рок-звездой.

В общем, смотри – и разбирайся. В себе. Что же тебе лично нужно, чтобы твои глаза зажглись

мягким, но ярким светом? Чтобы ты посмотрела на себя в зеркало, улыбнулась и сказала – да, я счастлива. И, если бы мне еще раз предложили прожить жизнь заново, я повторила бы каждое мгновение. Потому что в каждом мгновении – я, такая умница, такая красавица, такая чутка, тонкая и обаятельная. И умеющая ценить то, что мне дано судьбой. Потому что то самое состояние счастья не зависит от перечня материальных благ и их количества. Женское счастье – это гармония внутреннего мира с внешним, приведение в соответствие желаемого с возможным. Как говорится: «У меня нет всего, что я люблю, но я люблю все, что у меня есть».

И, когда однажды твой ребенок спросит: «Мама, ты – счастлива?», ты улыбнешься ему с теплотой и ответишь «Да». И он улыбнется в ответ и скажет: «Спасибо тебе. За то, что ты показала мне, как это – быть счастливой».

В [womanhappiness](http://womanhappiness.ru), т. 8-921-306-30-37





Выходные с детьми

ИГРЫ ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН

Как-то раз в преддверие мужского праздника я искала для стенгазеты стихотворения о папе. И совершенно случайно наткнулась на выдержки из детских сочинений про своих отцов.

- Мой папа не включает в выходные компьютер и не любит смотреть телевизор. Мы с ним ходим на лыжах, катаемся на коньках, играем в футбол.
- Мне нечего написать, потому что мы с папой почти не бываем вместе.
- Мы с папой играем в настольные игры.

Строим железную дорогу. Ходили в музей смотреть на настоящие большие паровозы.

- Мне трудно без папы.
- Мой папа устроился на две работы. Он очень устает, но всегда находит для нас с сестрой время. Помогает разобраться с уроками, учит нас плавать и играть в разные игры. Он может все! Когда я засыпаю, я думаю, что у меня самый лучший папа на свете.

Я порадовалась за удачные семьи, и искренне пожалела тех, кто нуждается в отцовской заботе, и невольно задумалась: а мои дети могут вот так написать про своего папу. Тогда мне пришла в голову мысль «не ждать милостей от природы», а самой проявить активность. Так появился эксперимент под названием «Мужской день в нашей семье». Это было накануне 23 февраля. Мои мужчины любят автомобили, и я решила устроить им гонки на картинге, вручив на праздник подарочный сертификат. Они вдоволь накаatalись, поели мороженого, и у них появились свои объединяющие приятные воспоминания. Но не один же раз в год такое устраивать! Для закрепления эффекта купила им радиоуправляемые машинки. Мои мужчины стали по вечерам устраивать домашние автомобильные гонки. Потом был автомобильный конструктор. Было приятно смотреть, как отец с сыновьями клеят модели. Муж раньше увлекался этим, но потом стало «некогда», и он решил про эти «глупости» забыть. Мальчишкам стало

интересно не просто склеивать детали, они стали узнавать про модели машин и историю их создания. Моделей со временем стало много, и мои мужчины стали строить для них стеллаж. Узнав от коллеги про музей ретро автомобилей в Зеленогорске, подкинула идею его посещения. Вернулись они очень довольные. Оказывается, за рулем старинных машин можно посидеть и сфотографироваться. Потом «мужские дни» проходили уже почти без моего активного участия. Мои мальчишки под папиным руководством освоили коньки, лыжи и научились плавать. Так называемый «Мужской день» - сблизил мужскую половину нашей семьи. Папа понял, что не стоит отказываться от своих увлечений из-за большой загруженности и рутинной работы. Найти время на то, чтобы разделить свои увлечения с сыновьями можно всегда. Пусть сначала это будет один выходной, а потом каждый вечер можно будет выкроить хотя бы полчаса для общения.

Так во что же играют настоящие мужчины: большие и маленькие?

Первую строчку в нашем хит-параде занимают железнодорожные музеи. «Музей железнодорожной техники» на Варшавском вокзале. Старинные паровозы никого не оставят равнодушным. Интересно будет всем. Паровозы можно не только трогать, на некоторые из них можно забираться и играть в машиниста. На Садовой, 50 находится «Центральный музей железнодорожного

транспорта». Его экспонаты как будто оживают на глазах. Ездят поезда, в вагонах загораются лампочки, работают рельсоукладчики, светофоры. На мини сортировочной станции идет распределение вагонов. Стоимость экскурсии в эти музеи небольшая, а удовольствие, которое получают от их посещения и взрослые, и дети – огромное.



Выходные с детьми

На второй строчке прочно обосновался Гранд Макет России. Это собирательный образ. В нем представлена наша страна в миниатюре. Дети и взрослые с большим интересом наблюдают за жизнью, которая кипит в макетном государстве. По рельсам идут поезда, по дорогам едут машины. Работает строительная техника. Крутятся аттракционы, работает канатная дорога. В Уральских горах можно наблюдать за тушением пожара. Периодически наступает ночь. В домах загорается свет, и фонари на улицах. Потом постепенно с «востока» начинается рассвет. По краям макета стоят кнопки, с помощью которых можно включить канатную дорогу, «поработать» на экскаваторе, запустить лесопилку. Взрослые в этом музее становятся детьми, с увлечением нажимают на кнопки и следят за передвижением поездов. Правда, входной билет стоит недешево, и детский нужно покупать уже с 2-хлетнего возраста. Но удовольствие того стоит.



Третье место отдадим «Военно-историческому музею артиллерии, инженерных войск и войск связи».

Вот раздолье для мальчишек: больших и маленьких. Здесь можно увидеть гигантские пушки береговой обороны, прообраз будущего пулемета, сконструированный Нартовым, большое собрание огнестрельного оружия, в том числе знаменитый автомат Калашникова и

легендарный ППШ. Выставка военной техники под открытым небом всегда вне конкуренции. На территории музея проходят теперь костюмированные тренировочные занятия по фехтованию студии исторического фехтования «Силуэт». На это можно не только посмотреть, но и записаться для участия в мастер-классах. Правда, делать это надо заранее на сайте студии.



На четвертой строчке – «Музей холодного оружия» на Конюшенной площади. Этот музей все же для детей школьного возраста. Здесь есть так же тир для метания ножей. Под руководством опытного инструктора, за отдельную плату можно потренироваться в меткости.



Пятое место занимает веревочный парк «Высотный город» на Крестовском острове для любителей экстремальных ощущений. Это уникальный комплекс заданий – препятствий на высоте от 1,5 до 7 метров от земли. Прохождение трассы осуществляется в сопровождении инструктора, в страховочном снаряжении и касках. В парк допускаются дети от 5-лет. Маршруты для детей и взрослых - разные.



На шестой строчке - пейнтбол. Малышей, конечно, в эту игру не принимают, но дети школьного возраста вполне могут участвовать. Есть облегченный вариант - лазертаг, где вместо маркера с краской – безопасный лазер.

Заканчивает список – тир всевозможных разновидностей. Некоторые заведения предоставляют для стрельбы облегченные копии легендарного оружия второй мировой. Можно также пострелять по интерактивным мишеням. Часто встречается лазерный тир. Большой интерес вызывает в последнее время лучно-арбалетный тир. Мальчишки с удовольствием осваивают арбалет и великолепно справляются с тугой тетивой лука.

Как говорится, все идеи хороши – выбирай на вкус. Список можно дополнять, исходя из личных пристрастий и предпочтений. Ну и конечно же, всегда вне конкуренции - коньки, лыжи, плавание и даже простое катание с горки на ледянке.

Подготовила Ирина Третьякова
историк



Чарльз Диккенс

Спросите современных тинейджеров: "Кто такой Чарльз Диккенс?" –

"О, конечно, мы знаем! – Ответят они. – Известный английский писатель!" "А Дэвид Копперфильд?" - "Знаменитый фокусник!"- крикнут они радостным хором. "А Пиквик?" - "Чай, кажется..." – скажут "продвинутые". "Может, вам известен Урия Хип (Uriah Heep)?" – "Кажется, рок-группа такая..." – робко произнесет один человек... Хороший мальчик! И за это спасибо! Пробегая по коридорам школы, вряд ли они обратят внимание на портрет великого романиста, обычно в профиль, обычно с взъерошенной бородой, большими тревожными глазами, изможденным от бесконечного творческого горения лицом, и всегда какого-то очень немолодого и совсем несовременного... Эх, знали бы они, каким неотразимым красавцем и умницей он был в двадцать лет!

Большие надежды

В расцвете своей славы Чарльз Диккенс был любимцем публики, заметным общественным деятелем, самым известным в мире писателем, создававшим один роман за другим, и все со своим, неповторимым сюжетом и множеством разнообразных и причудливых персонажей... Человек неумейной энергии, тщеславный, остроумный, богатый, он создал любительский театр, в 18-летнюю актрису которого влюбился в уже почтенном возрасте. А сестры Хогарт?! Одна стала его женой и матерью многочисленного семейства, другая, поссорившись со своей сестрой,

заняла сторону Диккенса в их семейной ссоре и осталась домоправительницей на той половине доме, где он жил, расставшись со своей женой. А третья, Мэри, умершая у него на руках в юном возрасте, стала прототипом самых нежных его литературных героинь. Именно ее кольцо, снятое с руки умирающей девушки, носил Диккенс на мизинце до конца своих дней... А как он читал со сцены свои романы! Дамы лишались чувств при описании им трагических сцен, и их бездыханными выносили из зала (о чем сам автор не без тщеславия упоминал в письме другу)...



Его детские страхи, труды и унижения стали тайной его жизни, тайной, о которой не знали даже самые близкие... Отсюда его неумная жажда успеха и славы, решимость, твердость и стремление к цели, а также быстрый и практичный ум. Как будто всеми своими достижениями он пытался стереть страшные воспоминания детства...

Правда, и умер великий писатель на этой же сцене, получив инсульт от избытка эмоций...

И вот теперь самое время спросить себя: что же такого было в жизни этого знаменитого, почитаемого, обласканного славой человека, чтобы своими главными героями он делал детей, причем детей бедных, обездоленных, голодных и одиноких, и у большинства этих историй был далеко не счастливый конец... И именно потому, что в центре каждой драмы стоял ребенок, чувство сострадания и общественный резонанс были особенно острыми.

Чарльз Диккенс родился в Портсмуте 7 февраля 1812 года, и вместе с ним появились на свет Дэвид Копперфильд и Урия Хип, Оливер Твист и Фейгин, Скрудж и мистер Пиквик...

Его раннее детство было почти идиллическим. Он был фантазером, и не только придумывал свои удивительные истории, но и перевоплощался в своих героев. Он был prodigy, одаренным ребенком.

Элизабет Диккенс, его мать, бодрая и оптимистичная молодая женщина, рано

Все мы родом из детства...

научила сына читать, и Красная Шапочка была его первой любовью... В 10 лет Чарльза отдали в школу в Четтэме, куда переехала его семья. Его окружала морская романтика, приливы и отливы, зеленые холмы, по которым они любили гулять с отцом. С тех пор навсегда все самое лучшее, доброе и чистое в книгах Диккенса ассоциировалось с образом английской деревни. Во время одной из таких прогулок они с отцом проходили мимо понравившегося мальчику милого дома, и тогда отец сказал ему: "Если ты будешь настойчив и трудолюбив, может, и ты сможешь в нем жить". Образ этого дома стал символом счастья для Диккенса и... спустя 36 лет он купил этот дом и прожил в нем до конца своих дней! Так велика была сила его детской привязанности...

Отец Чарльза, Джон Диккенс, был сыном слуг и придавал огромное значение тому, чтобы выглядеть джентльменом. Он служил клерком в морском ведомстве, считал себя человеком способным, гордился своим продвижением по служебной лестнице, но был расточительным и совершенно непрактичным, влезал в долги. Все это потом сыграло с ним злую шутку. Впоследствии он обижался, что его знаменитый сын не вывел его ни в одном из своих персонажей, не признавая того, что все расточительные и безответственные отцы семейств в романах были списаны именно с него...

Счастливая жизнь закончилась, когда семья переехала в Лондон. Скрываясь от кредиторов, Диккенсы меняли квартиры и не нашли ничего лучшего, как отправить 10-летнего мальчика работать на фабрику ваксы, где он по 12 часов в день приклеивал этикетки на банки с гуталином. "Поразительно, как легко меня выбросили во взрослый мир в столь юном возрасте," - вспоминал Диккенс. Он работал рядом с беспризорниками, которые насмеялись над "маленьким джентльменом", и впоследствии дал имя одного из своих обидчиков самому отвратительному персонажу - злодею Фейгину в "Оливере Твисте". И именно в это время, когда мальчик чувствовал себя таким одиноким, отвергнутым и несчастным,

Все мы родом из детства...

родители отдали его сестру в Академию музыки учиться игре на фортепиано и проливали слезы умиления, слушая ее игру... Чарльз Диккенс до конца жизни затаил обиду на свою мать и так и не простил ее, никому, даже близким, не рассказывая о своих детских страданиях... А дальше случилось совсем ужасное: отца Диккенса посадили в долговую тюрьму Маршалси, где он находился с женой и младшими детьми, а 12-летний Чарльз жил в меблированной комнате, навещаая в тюрьме своего отчаявшегося отца. Мальчик был совершенно одинок в огромном городе, его окружали нищие, преступники, бездомные дети. С точки зрения современных нравов, невозможно представить себе, чтобы образованные и уважаемые люди так хладнокровно поступили со своим 12-летним ребенком. А родители Диккенса были вполне удовлетворены тем, как устроился их сын...



Мальчик был совершенно одинок в огромном городе, его окружали нищие, преступники, бездомные дети. С точки зрения современных нравов, невозможно представить себе, чтобы образованные и уважаемые люди так хладнокровно поступили со своим 12-летним ребенком...

Именно в это время, когда мальчик чувствовал себя таким одиноким, отвергнутым и несчастным, родители отдали его сестру в Академию музыки учиться игре на фортепиано и проливали слезы умиления, слушая ее игру... Чарльз Диккенс до конца жизни затаил обиду на свою мать и так и не простил ее, никому, даже близким, не рассказывая о своих детских страданиях...

К счастью, как в сказке, родители получили небольшое наследство, выплатили долг. Чарльз, не имея никакого систематического образования, закончил 3-летние курсы стенографии за 3 месяца и в 19 лет стал парламентским репортером. Вскоре пришел огушительный успех вместе с "Записками Пиквикского клуба"...

Его детские страхи, труды и унижения стали тайной его жизни, тайной, о которой не знали даже самые близкие... Отсюда его неуемная жажда успеха и славы, решимость, твердость и стремление к цели, а также быстрый и практичный ум. Как будто всеми своими достижениями он пытался стереть страшные воспоминания детства...

Сейчас даже странно признаться, что в школе мы с подружками обменивались зелеными томиком полного собрания сочинений Диккенса, чтобы на уроке, под партой, держа книгу на коленках, узнать, что же там случилось с маленькой Нелл в "Лавке древностей"... Для кого я это пишу? Наверное, для тех, кто тихо улыбнулся, когда героиня бесподобной Екатерины Васильевой в трогательной рождественской мелодраме "Приходи на меня посмотреть", отправляя свою взрослую дочь к ее избраннику, просит ее передать ему в качестве подарка то самое, "зеленое" собрание сочинений. Как самое дорогое, что есть в их доме...

Подготовила Елена Мардаровская

ЛУЧШИЙ КРЫТЫЙ
РАЗВЛЕКАТЕЛЬНО-ИГРОВОЙ ЦЕНТР*

HAPPYLOON

НОВЫЕ «ДЕТСКИЕ» ЦЕНЫ НА ВСЕ АТТРАКЦИОНЫ

ПИРАТСКИЙ ГОРОДОК
– МНОГОУРОВНЕВАЯ ДЕТСКАЯ
КОМНАТА, ОСТРОВ ИГР И ПРИКЛЮЧЕНИЙ.

НОВАЯ ЦЕНА
ОТ **170 РУБ.**

ПИРАТСКИЙ ГОРОДОК
(1 ЧАС)

СТАРАЯ ЦЕНА
~~290 РУБ.~~



www.spb.happylon.com

ТРЦ «ГАЛЕРЕЯ», 5 ЭТАЖ,
ЛИГОВСКИЙ ПР., 30-А
8-800-100-00-20

*По результатам X всероссийского
смотр-конкурса "Хрустальное Колесо 2012"
Информация о премии - на сайте организатора
www.sapir.su

Чудеса своими руками

Валентинка

Мастер-класс с историей



В III веке н.э. далеко-далеко в Римской империи, в городе Терни, жил-был священник Валентин. Он занимался медициной и научными исследованиями. Мирил тех, кто ссорился, и тайно венчал римских легионеров, которым император Клавдий запрещал жениться. Великий кесарь боялся, что привязанность солдат к своим женам может сильно подорвать боеспособность великой армии. За нарушение приказа императора Валентина заточили в тюрьму и приговорили к смертной казни. У тюремщика была слепая красавица дочь, в которую священник влюбился. Валентин приготовил для нее лечебную мазь и оставил любовное послание. Священника казнили 14 февраля. После его смерти, открыв записку, девушка обнаружила там сухой цветок. Когда она взяла его в руки, ее лицо озарило сияние, и девушка прозрела. В записке было написано: «От твоего Валентина».

Это всего лишь одна из легенд о Святом Валентине - покровителе влюбленных. Их великое множество и каждый рассказывает ее на свой лад. Благодаря этой легенде мы знаем, почему признания в любви называются валентинками и почему их дарят 14 февраля.

Открытки стали выпускать большими тиражами в начале XIX века. Из дорогой бумаги, украшенные кружевами, лентами, с обязательным изображением сердца, пронзенного стрелой Амура. С развитием прогресса, совершенствовались и любовные открытки. Стали появляться не только объемные, но и механические валентинки.

Необычные валентинки подарила людям природа. У побережья Хорватии находится остров Галешняк, который имеет форму

нарисованного сердца. Его называют островом влюбленных. В 2000 году накануне Дня всех влюбленных американский спутник сфотографировал поверхность Марса. Каково же было удивление ученых, когда они обнаружили на красной планете горное плато в форме сердца.

Оригиналы стараются не отставать и предпочитают поразить своих возлюбленных очень необычными валентинками. Голливудский фотограф Джейсин Боланд посадил свою даму сердца в кабину вертолета. Они поднялись в воздух, и с высоты птичьего полета его возлюбленная увидела гигантскую белоснежную «коробку» с сердечками. Как выяснилось позже, под ней находился уютный коттедж.

Возлюбленная греческого миллиардера Аристотеля Онассиса получила самую дорогую валентинку стоимостью в 300 тысяч долларов. Ее создали лучшие ювелиры 60-х годов XX века из золота и драгоценных камней. Упаковкой роскошного подарка стала норковая шуба.

Бизнесмен из Индии купил для своей дамы автомобиль в форме сердца. Японка Наоки Кобаяси преподнесла своему любимому статуэтку из шоколада, которая как две капли воды была похожа на дарительницу.

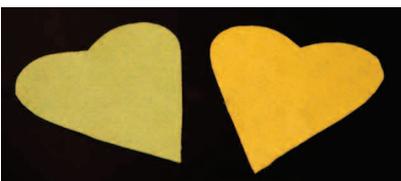
Впрочем, самое главное это не желание произвести эффект и поразить всех окружающих роскошью своего подарка. Важно, чтобы это было сделано с душой и от чистого сердца. Романтическая валентинка, сделанная своими руками приведет вашу половинку в восторг и запомнится надолго.

Чудеса своими руками

1 Вам потребуется тонкий мягкий фетр. Цвет может быть такой, какой вам больше понравится. Сердечко можно сделать однотонным или взять два цвета, сочетающихся между собой. Для цветков и листьев потребуются другие цвета. Эту валентинку можно выполнять из различных материалов, используя лоскутки. Фетр удобен тем, что он не осыпается, и работать с ним легче, особенно если вы делаете поделку вместе с детьми. Купить его можно в магазинах для рукоделия.



Синтепон (синтепух или файбертек) - для набивки изделия. Нитки мулине. Бисер и бусины. Ленточка для подвески или крючок и пряжа, чтобы ее связать. Иголлка.



2 Вырезаем 2 детали сердечка без припуска на швы, цветы и листья.

Детали сердечка накладываем одну на другую, совмещаем края и обрабатываем петельным швом, но не до конца. Через оставшееся отверстие набиваем. Если вы используете синтепон, его лучше порвать на мелкие кусочки: так набивать будет удобнее. Утрамбовываем наполнитель. Оставшееся отверстие зашиваем петельным швом вместе с ленточкой для подвески.

держите подальше от малыша. Из такой подушки можно сделать замечательную «сердечную» развивалку, нашив в разных местах липучки на неё и, соответственно, на цветки и листики. С её помощью можно тренировать мелкую моторику, счет и внимание малыша. Для тех, кто любит практичные подарки, эту валентинку можно использовать в качестве игольницы, или зашить вместе с наполнителем зерна кофе и подарить любимому или подруге.

3 Теперь цветочками, веточками и листиками произвольно украшаем, нашивая их на валентинку. Веточки и прожилки на листочках вышиваем тамбурным швом. Тычинки вышиваем бисером или бусинами. Прозрачные бусинки можно нашить на листочки - это будут капельки росы. Если вы делаете эту поделку с детьми, то им должно быть больше пяти лет, потому что есть мелкие и травмоопасные детали. Также объясните им правила безопасности при работе с иголкой. Если вы хотите привлечь малышей, то бусины и бисер надо исключить, а выкройку увеличить до размеров небольшой подушки, тоже касаясь цветов и листочков: пропорционально, чтобы они были не меньше, а лучше даже больше пятирублевой монеты. Все работы с иголкой выполняйте самостоятельно, а иголку и ножницы



Подготовила Ирина Третьякова,
историк



КНИГИ ДЛЯ МАЛЬЧИШЕК

Дети дошкольного и младшего школьного возраста большую часть времени проводят с мамами. Это естественно. Мамы чаще всего отвечают за развитие, воспитание, здоровье ребенка, а папы обеспечивают финансами. Когда в семье растет девочка, интересы мамы и дочки совпадают. А вот когда мальчик или мальчики - мамы узнают много нового в таких совершенно неожиданных для себя областях как машиностроение, астрономия, палеонтология. Конечно,

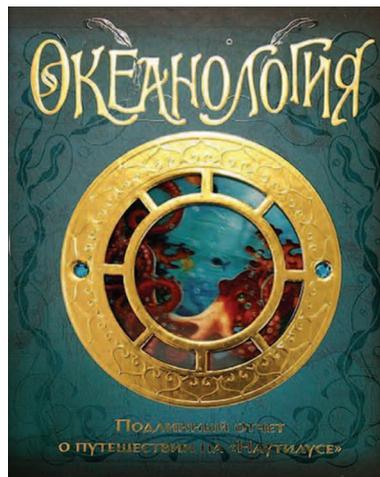
возможности мам безграничны. Но все же стоит какие-то области знаний оставить и папам. Ведь никто лучше папы не расскажет о великих битвах, открытиях и путешествиях. В помощь папам-просветителям на книжном рынке появились замечательные интерактивные книги. Издания, о которых мы хотим вам рассказать, сочетают в себе элементы настольной игры, историко-географического очерка и художественного произведения.



1 Бунтман Е., Эйдельман Т.
«Бородинская битва. 1812»
 Лабиринт, 2012

Книга «Бородинская битва. 1812» вышла к 200-летию Бородинского сражения. Это событие отечественной истории прочно забыто средствами массовой информации, и освещается лишь в школьном курсе истории. В книге «Бородинская битва. 1812» простым и понятным для детей языком описывается само сражение, разбирается диспозиция войск, рассказывается о героях войны, о ее причинах и предпосылках. Отдельные очерки посвящены форме солдат и офицеров, их вооружению. Книга наполнена всевозможными сюрпризами, словно ларец фокусника. Открывающиеся окошки, разворачивающиеся карты, часы с двигающимися стрелками и даже настольная игра. При всей развлекательности этого панорамного издания, в нем сохранена абсолютная историческая достоверность в описании событий. Детали военного быта, письма наших и французских солдат погружают читателя в историю, вовлекают в исследование. «Бородинская битва. 1812» будет интересна как мальчикам младшего школьного возраста, так и ученикам средней школы, изучающим войну 1812 года на уроках истории. Да и взрослые не смогут оторваться от этой книги. После чтения «Бородинской битвы. 1812» можно закрепить полученные знания в Галерее 1812 года в Эрмитаже.

Кроме того, победе в войне с французами в нашем городе посвящены Александровская колонна на Дворцовой площади, арка Главного штаба и Нарвские триумфальные ворота – замечательная экскурсионная программа для семейного досуга.

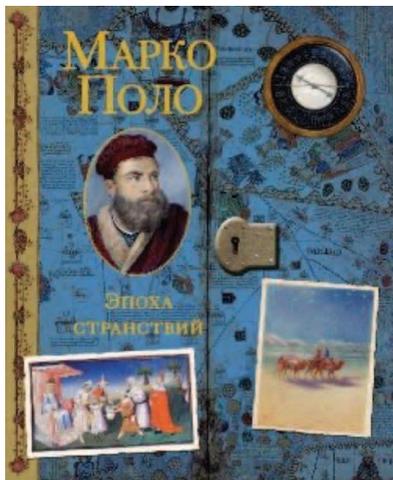


2 **Океанология.**
Подлинный отчет
о путешествии на «Наутилусе»
 Махаон, 2010

Не пугайтесь столь серьезного названия данного произведения. К океанологии как науке издание почти не имеет отношения. Книга основана на романе Жюль Верна «Двадцать тысяч лье под водой», и подробно прослеживает путь подводной лодки «Наутилус» с момента появления на ней профессора Аронакса. Очень качественное интерактивное издание большого формата с потайными страницами, секретными вкладышами и объемными картинками. В этой книге есть все, что может удержать внимание непоседливого юного путешественника. Увлекательная хроника путешествия на «Наутилусе» дополнена огромным количеством кратко изложенного научно-познавательного материала. Здесь можно найти историю водолазного дела, карту морского дна, схему океанских течений,

Обзор книг

описание и рисунки глубоководных животных и обитателей коралловых рифов. Живой язык, точные яркие иллюстрации, стилистика судового журнала. «Океанологию» можно рекомендовать детям с 6 лет. Ее можно изучать параллельно с чтением романа Жюль Верна. А потом всей семьей посетить Океанариум или отправить папу с сыном в музей «Подводная лодка Д2 Народоволец».



3 Клинт Твист **Марко Поло. Эпоха странствий** Рипол Классик, 2012

Название этой книги полностью раскрывает ее содержание. Издание посвящено невероятному путешествию итальянского купца Марко Поло в Китай. Путешествие длилось двадцать лет, и, кроме Китая, Марко Поло посетил Месопотамию, Памир, Суматру, Цейлон и Иран. Историю своих приключений путешественник рассказал в «Книге о разнообразии мира». Именно ее и взял за основу Клинт Твист. Современным лаконичным языком автор излагает основные события, описанные Марко Поло. «Эпоха странствий» напоминает сундук заядлого путешественника. В ней есть все, что может рассказать о времени Марко Поло: китайские джонки, венецианские галеры, средневековые гравюры, старинные географические карты,

драгоценные камни и редкие животные. И даже магнитный замочек на обложке имеется, чтобы не растерять такое богатство. Читателю данной книги предоставляется возможность шаг за шагом пройти путь венецианского купца, и вслед за ним удивиться обычаям и традициям средневековой Азии. Потайные карманы и вкладки не разочаруют юных исследователей. Первооткрывателям и путешественникам от восьми лет и старше книга Клинта Твиста будет несомненно интересна. Добавить впечатлений о быте и особенностях народов Азии поможет посещение Кунсткамеры или Этнографического музея.



Все три издания, представленные в данном обзоре, отличаются высоким качеством полиграфии, увеличенным энциклопедическим форматом и довольно большим для книг весом. Но настоящих мужчин не испугает эта маленькая трудность. Интерактивные книги не только помогут заинтересовать чтением мало читающих детей, но и могут стать началом нового увлечения или хобби.

Подготовила Татьяна Шапошникова

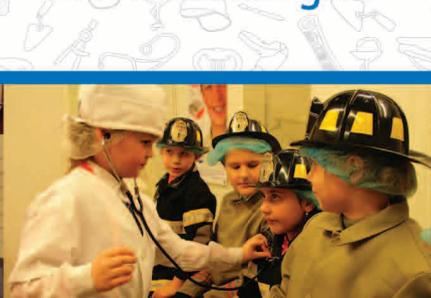


Кто в детстве не мечтал стать летчиком или врачом? Пожарным или художником? Какой ребенок не хотел хотя бы на час стать взрослым?

Осуществить мечту ребенка можно в новом уникальном городе профессий для детей!

Добро пожаловать в КидБург!

Интерактивный город профессий «КидБург»
Санкт-Петербург, пр. Энгельса, 154
ТРК «Гранд-Каньон», 3-й этаж, тел. 924-60-30
www.kidburg.ru



ОТДЫХ

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



Детские сады

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

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

Развивающие клубы

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

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



КЛУБ

Бассейн

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

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



Праздники

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



Клубы для будущих родителей

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

*Комендантский пр., 8 к. 1
Светлановский пр., 70, к. 1
ул. Коммуны, 61
ул. Косыгина, 33, к. 1
ул. Солдата Корзуна, 4
ул. Капитанская, 4
ул. Ленская, 4
ул. Тамбасова, 23
пр. Культуры, 4
ул. Симонова, 5
ул. Байконурская, 13/2
пр. Просвещения, 53
ул. Фурштатская, 36а
Приморский пр. 137, к. 2
Стачек пр., д. 147
Всеволожск
Всеволожский пр., 12
ул. Сергиевская, 10
ул. Садовая, 61*

www.eruditclub.ru
448-47-77

www.rodnikclub.ru
448-68-88





Чем же так полезно плавание?

Плавание – это жизненно необходимый навык, которым владеет не каждый ребенок старшего возраста и не всякий взрослый. Научив малыша плавать, мы поможем ему обрести уверенность в себе, в своих силах, что положительно скажется на формировании его характера. Обучение поначалу может показаться непростым делом, но очень скоро начнет приносить радость и удовольствие ребенку и его родителям.

Занятия в бассейне помогают закалить малыша, укрепить его иммунитет, повышают сопротивляемость к простудным заболеваниям. Ведь чаще всего болезнь наступает не оттого, что в организм попали микробы или человек оказался в неблагоприятных условиях. Например, переохлаждение — это всего лишь предрасполагающий фактор, а заболит ребенок или нет, зависит от того, сможет ли детский организм справиться с инфекцией. Следовательно, важнейшая задача — повысить защитные силы организма. И решить ее

поможет плавание.

Помимо закаливания, плавание способствует выработке правильного дыхания, развитию бронхолегочной системы, увеличивает рабочий объем легких. Это достигается не только за счет активных движений в воде, но и благодаря задержке дыхания при нырянии.

Плавание оказывает положительное влияние на формирование мышечной и опорно-двигательной системы. В процессе передвижения в воде работают практически все группы мышц, причем без чрезмерной нагрузки на суставы, что имеет большое значение для малышей. Это особенно важно для детей со специфическими особенностями развития. Если у малыша есть нарушения, плавание не только не имеет противопоказаний, но и очень полезно.

Занятия плаванием формирует крепкие кости, сильные мышцы, красивую фигуру, правильную осанку ребенка; являются

профилактикой и лечением болезней костно-мышечной системы, например, дисплазии тазобедренных суставов, пупочных и паховых грыж, рахита, сколиозов, плоскостопий и многих других заболеваний.

Очень полезны активные движения в воде и для сердечно-сосудистой системы, а правильное использование разницы температур воды и воздуха – это не только закаливание, но и хорошая гимнастика для сосудов.

Трудно переоценить положительное влияние плавания на нервную систему. Вода, как правило, приводит организм в состояние, близкое к оптимальному: возбудимые дети успокаиваются, а малоподвижные, наоборот активизируются. Благодаря плаванию улучшается основная функция нервной системы – координация работы всех остальных систем и органов. Все в порядке с нервной системой, все в порядке с организмом в целом. Крепче становится сон, улучшается аппетит, повышается общий тонус.

Длительность урока в бассейне для детей до 3 лет 25-30 минут. Мама или папа находятся вместе с ребенком в воде и активно участвуют в уроке, помогая ребенку и показывая, что нужно делать, на собственном примере. Главным и необходимым условием достижения результатов, является постоянное позитивное отношение между ребенком и родителем. В данной модели взаимодействия «родитель – ребенок - инструктор» родителю отводится ведущая роль, ему принадлежит инициатива.



Фотографии сделаны на занятиях «Плавание с грудничками» клуба «Родник». Записаться на занятие Вы можете по телефону 448-68-88



Инструктору отводится роль консультанта, снабжающего родителя необходимыми сведениями и обучающего его некоторым специальным умениям, приемом взаимодействия с ребенком. Таким образом, инструктор и родитель находятся на одном уровне партнерских отношений. Такая модель позволяет более эффективно решать поставленные задачи развития ребенка.

Во время урока используется разнообразное тонущее и плавающее оборудование: игрушки, леечки, мячики, нудлы и др.

В этом возрасте дети осваиваются с водой, преодолевают страх перед ней (водобоязнь), учатся простейшим упражнениям по освоению с водой, закаливаются. Если родители будут активными на уроке, то их дети быстро освоятся с водной средой. Также очень важна быстрая смена упражнений, хотя иногда ребенок может подолгу выполнять одно и то же понравившееся упражнение.

Подготовила Екатерина Чобан,
инструктор по плаванию
Фотограф Александр Меерсон

И последнее. Не забывайте постоянно хвалить своего малыша, поощрять даже за незначительные, на ваш взгляд, достижения. И не стоит расстраиваться самой и уж тем более ругать ребенка, если у него что-то не получается, или он не хочет выполнять те или иные упражнения. Помните о том, что плавание - это, прежде всего, удовольствие, которое должны получать и малыш и его мама. Только в таком случае занятия принесут максимум пользы.



Клуб «Эрудит»



Болгария



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

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

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

Объехав более 30 отелей в поисках лучшего, свой выбор мы остановили на комплексе Marina Panorama в Солнечном Берегу, с огромной зелёной территорией и разнообразными номерами на любой вкус. У Вас есть возможность выбрать апартаменты со стиральной машинкой, холодильником и даже с пылесосом.

Хотя, в номер вы будете приходить только поспать. А что там еще делать, когда вокруг столько развлечений? Аниматорские программы для детей любого возраста, «развивалочки» и английский язык, спортивные эстафеты, дискотеки, вечерние шоу-программы (Пиратская вечеринка, Минута Славы, День Нептуна). Про пляжные развлечения, думаю, и рассказывать не стоит...



Водные велосипеды, мотоциклы, бананы; в облаках парят парашютисты, занимаются аквааэробикой будущие мамочки, мамы с малышами и дети постарше... В общем, с «Эрудитом» не соскучишься...

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

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

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

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

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

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

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

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





Новый год в «Азимуте» с «Эрудитом»

7 января 2013 года «Эрудит» провел для своих дорогих друзей самый волшебный, ставший уже традиционным, праздник «Рождество в кругу друзей»! Маленькие гости и их родители получили массу незабываемых впечатлений, подарков и сюрпризов!



Снежная Новогодняя интермедия в исполнении великолепных артистов, веселые игры у королевской елки, сказочные персонажи, гигантские пузыри, экзотические животные, интерактивные игровые зоны, бесплатная фотосессия, настоящий королевский бал под живую музыку, и, конечно, же сладкое угощение от партнеров сделали это рождество самым теплым и запоминающимся событием наступившего года!



Причем старый добрый Дедушка преподнес замечательные подарки не только маленьким принцам и принцессам, но и их родителям!



Сеть Центров Раннего Развития «Эрудит» выражает огромную благодарность всем артистам и участникам, великолепным партнерам, профессиональным фотографам и, безусловно, гостям. Без Вас наш праздник не состоялся бы! А самая лучшая похвала – это блеск в глазах и улыбки на лицах наших самых главных критиков – детей!



Ждем Вас всех в следующем году!
Ваш Эрудит





Негосударственное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Методики Н. Зайцева»

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

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

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

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

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

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



233-24-42 • 233-24-45 • 936-21-69
www.metodikin.z.ru

Время. События. Люди

Новогодняя сказка в стиле JaZzzzzzz!

23 декабря 2012 года журнал «Эрудит» побывал в бальном зале отеля Ренессанс, где состоялся первый отчетный концерт учеников школы Джаза и Мюзикла J&M School. Как и большинство декабрьских мероприятий, концерт был приурочен к новогодним праздникам, а потому всех гостей встретили очаровательная Зимущка-Зима, Дед Мороз с подарками и другие сказочные персонажи.

Юные дарования J&M School совместно со своими педагогами порадовали зрителей яркими номерами, красивыми голосами и интересными постановками. А уже в наступившем году J&M School проводит дополнительный набор детей для постановки настоящего авторского мюзикла, который планирует представить на суд зрителей уже этим летом.

Официальный фотограф праздника – Алена Иванова.



В этом году в детском центре «Эрудит» открылась группа по Петербурговедению

На занятиях дети знакомятся не только с историей развития своего города, его архитектурой, но так же встречаются с интересными людьми, живущими в нашем городе. По воскресеньям клуб выезжает в самые интересные места, причем не просто знакомится с чем-то новым, но и участвует в мастер-классах.

Вы в детстве любили мечтать? Наверное, каждый ребенок представляет, кем он станет, когда вырастет. А мы не просто фантазируем, но и воплощаем в жизнь наши мечты. Причем сбываются мечты не только мальчиков и девочек, но и пап и мам.

Вот как раз сегодня наши маленькие путешественники попали в пожарную часть. Ух, как же это здорово! Вот теперь в детском саду, наши юные пожарные будут одеваться за 40 секунд. Кстати, мы теперь точно знаем как себя вести при пожаре. Много чего увидели сегодня: тушили пожар из настоящего рукава, мерили настоящую форму пожарного, держали в руках искусственный лед. Мы даже разбирали одну из машин, оказывается там столько интересных вещей. Поработали бензопилой. Наши папы тоже с удовольствием померили форму вместе с нами. А когда нам позволили самим попробовать залезть по пожарной лестнице, детскому восторгу не было предела. Уезжали мы довольные и счастливые.

А сколько интересного нас ждет впереди.

Хотите стать артистами цирка и попробовать свои силы, выступая на арене? Или, может, вы хотите стать капитаном ледокола Красин и постоять за штурвалом? А может, стать кузнецом и ковать красивые чугунные вещицы? Тогда по воскресеньям ждем вас в клубе «Эрудит» на Светлановском 70/1.



Присоединяйтесь к нам! Будем рады!

Подготовила Наталия Селезенкина,
преподаватель по Петербурговедению
Фотограф Марат Шахмаметьев



Восточные радости детям от Ginza Project!

Комфорт и уровень обслуживания – главные качества этого холдинга. За это и ценят гости заведения Ginza Project. Для приятного отдыха в ресторанах позаботились о самых маленьких гостях.

Например, в ресторанах «МамаЛыга», «Бричмула» и «Шурпа» шеф-повара заведения и дизайнеры холдинга Ginza Project создали уникальное детское меню. Легкие и вкусные блюда обязательно понравятся детям, а трудный процесс выбора еды превратится в настоящую сказку – новое меню оформлено особым образом. Дизайнеры потрудились над созданием веселых и красочных иллюстраций, которые, безусловно, помогут малышам определиться. Кроме того, меню дополнено раскрасками. Яркие детские комнаты позволят детям весело провести время под присмотром опытных нянь, а взрослым – быть спокойными за своих малышей и наслаждаться времяпрепровождением в любимом ресторане. По воскресеньям в ресторанах проходят детские праздники и кулинарные мастер-классы, познавательные и интересные: дети учатся, играючи. На мероприятиях малыши общаются, узнают массу нового и полезного.

ВЫСТАВКА

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ
ТОВАРОВ И УСЛУГ ДЛЯ ДЕТЕЙ



- 🌸 ЛУЧШИЕ ИГРЫ И ИГРУШКИ
- 🌸 ВСЕ ДЛЯ БУДУЩИХ МАМ И МАЛЫШЕЙ
- 🌸 ТОВАРЫ ДЛЯ ДЕТСКИХ САДОВ И ШКОЛ
- 🌸 ТОВАРЫ И УСЛУГИ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ
- 🌸 ДЕТСКАЯ ИНТЕРАКТИВНАЯ ПЛОЩАДКА
- 🌸 КОНКУРСЫ, ВЫСТУПЛЕНИЯ, РОЗЫГРЫШИ ПРИЗОВ

ПлАнеТА детства

28-31
марта
2013



БЭБИ - ХАУЗ

ТОВАРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ

дисконтные карты, подарочные сертификаты



Детское питание • Товары для новорожденных
Одежда для детей от 0 до 7 лет • Подгузники • Трикотаж
Обувь • Кроватки • Коляски • Игрушки

Выборгское ш., д. 17, корп. 1,
тел.: +7 (812) 924 08 62,
открытие декабрь 2012

Большой пр. П.С., д. 64/2,
тел.: +7 (812) 924 08 61
babyhouse.spb.ru

Ирине Акобия

ОТЦЫ И ДЕТИ

В преддверии самого мужского праздника года, 23 февраля, журнал «Эрудит» провел уникальный фотопроект «Отцы и дети». Сегодня мы расскажем и покажем, как и что ОН чувствует в ожидании малыша... Какие ощущения ОН испытывает при рождении долгожданного чуда...

Каким ОН видит идеальное воспитание дочери или сына... Сегодня мы получим мужские ответы на женские вопросы... Никакого гламура.... Только правдивые и трогательные фотографии... Только реальные и жизненные истории...

Денис и Ярослава Кирилловские

Папа для дочери должен быть лучшим другом, мудрым наставником или суровым надзирателем?

Денис: «Мудрым другом и лучшим наставником. С рождением Славки вся моя жизнь была перестроена через призму нужд и интересов ребенка, и это самая главная женщина в моей жизни».

Олег и Саша Букуровы

**Как воспитать в сыне
настоящего мужчину?**

Олег: «Настоящий мужчина, которого я хочу воспитать в Сашке, на мой взгляд, должен уметь читать и считать! И применять эти умения в течение всей жизни для достижения успеха. Ну и, конечно, быть физически развитым, чтобы уверенно противостоять жизненным бурям».

Григорий Соловьев, Евгения Лугова и будущий малыш

Много написано и сказано о том, что чувствует женщина, ожидая малыша. А какие эмоции и переживания испытывает будущий папа?

Григорий: «Чувство безграничной любви к жене и будущему малышу просто переполняет! Прикладывая руку к животику и чувствуя, как бэбик там занимается гимнастикой или аквааэробикой, – испытываешь непередаваемые ощущения... Они не поддаются описанию словами! С каждым днем люблю Женьку и малыша всё больше и больше! Жду с нетерпением, когда возьму на ручки НАШЕ маленькое чудо! Спасибо моей любимой девочке: она сделала меня самым счастливым мужчиной на Земле! Скоро у меня будет два самых дорогих человека... Два моих ангела!»



Пауль Ситин

Герой нашего фотопроекта - юный джентельмен Пауль... Вы удивитесь: «Почему мальчик на фото один, ведь проект посвящен Отцам и Детям?» А мы ответим: «Он не один... Папа всегда с ним, в его сердце». Пауль ежедневно общается со своим папой, но не как большинство детей - с глазу на



Глеб и Дарья Сапрыкины

Одинокий папа – явление довольно редкое. Вы воспитываете дочь самостоятельно... Наверное, у нее поистине мужской характер? Как мужчине совместить в себе не только роль отца, но и роль матери?

Глеб: «Уже 1,5 года как мы с Дашей одни. Мне достаточно легко удается совмещать роль и отца, и матери. По крайней мере, я очень стараюсь. Даша спокойная девочка, скромная, поэтому я не сказал бы, что у нее мужской характер. Нам с ней очень просто друг с другом... Насколько это возможно, стараюсь ее баловать. Зачастую сам от этого потом страдаю (улыбается)».

глаз, а по скайпу, потому что его папа живет в Эмиратах. Совсем скоро, в марте, они наконец-то увидятся и смогут насладиться друг другом в полной мере. Все мысли Пауля сегодня только об этом дне, что очень четко отражается в его выразительном, полном мечтаний и ожиданий, взгляде.

Успех. Семья

A close-up portrait of Pavel Alexeevsky, a man with dark hair, wearing a black tuxedo jacket, a white dress shirt, and a black bow tie. He is sitting in a dark, ornate chair and has his hands clasped together near his chin. He is looking directly at the camera with a slight smile. The background is softly blurred, showing a pink curtain on the left and a white wall on the right.

ПАВЕЛ
АЛЕКСЕЕВСКИЙ



Мой отец говорил: «Если поставил цель, ты должен идти вперед, не останавливаться ни перед какими барьерами!» Это стало главным в моем воспитании!

Сначала немного официальных данных об этом очень интересном человеке, нашем с вами современнике, о котором нам хочется рассказать вам на страницах журнала. Павел дал интервью, откровенно ответил на наши вопросы. А сейчас немного о нем...

Алексеевский Павел Александрович

Мастер спорта Международного класса по спортивным бальным танцам. Многократный призер и победитель международных турниров, Чемпион России, Вице чемпион Мира и Европы по латиноамериканскому шоу. Бронзовый призёр Чемпионата Мира по 10 танцам среди Профессионалов. Руководитель Танцевально-Спортивного клуба «Вдохновение» в городе Санкт-Петербурге.

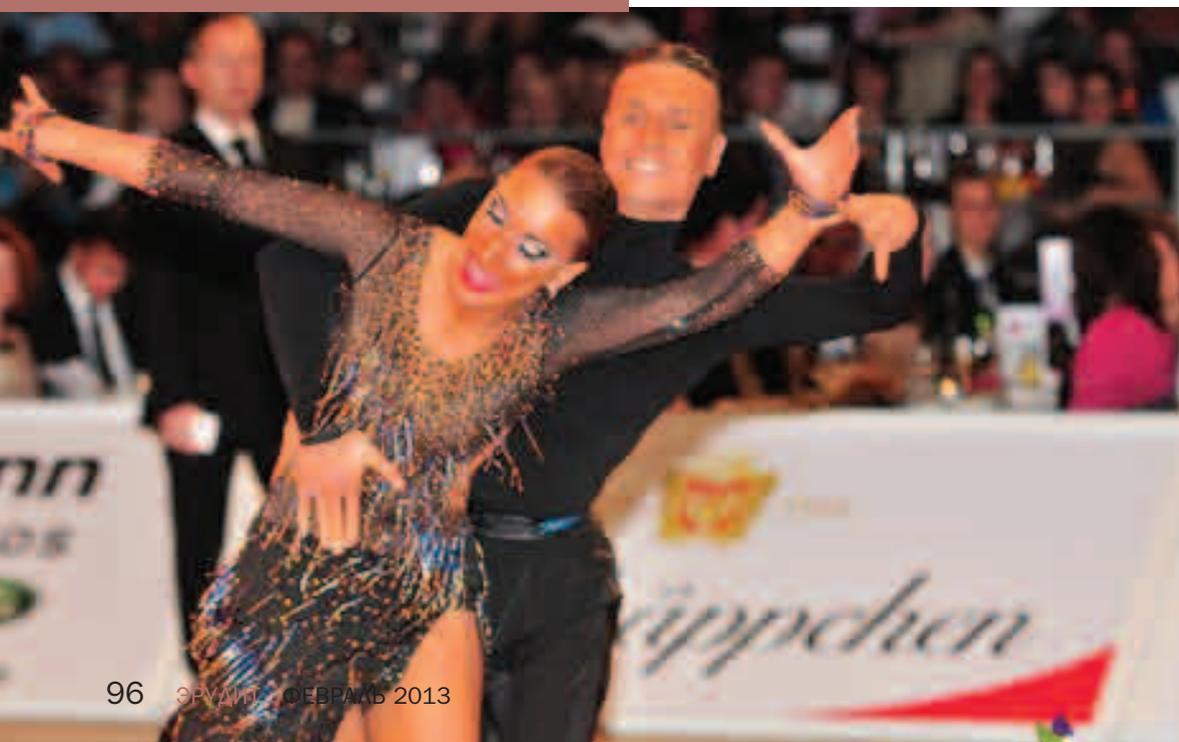
1 Павел, судя по известным данным, Вы человек целеустремленный. Откуда это качество: из семьи, от родителей или нет? Расскажите немного о Вашей семье, о городе, из которого Вы приехали в Санкт-Петербург?

Целеустремленность моя, конечно, от родителей, она мне от отца досталась. Отец мой, сам человек целеустремленный, уверенный. С самого детства он воспитывал во мне это качество. Он говорил: «Если поставил цель, ты должен идти вперед, не останавливаться ни перед какими барьерами!» Это стало главным в моем воспитании! И вот еще, что сейчас мне часто вспоминается – это какое-то тепло домашнее, доброта, атмосфера любви. Все это вместе и помогло мне стать таким человеком, каким я стал...

Надо заметить, что мои первые педагоги научили справляться с трудностями, правильно реагировать на поражения. Благодарю судьбу за то, что свела меня с хорошими преподавателями и замечательными судьями!

Я родился в Комсомольске-на-Амуре, там прошло мое детство, я прожил в этом городе до 18 лет. А потом, как многие выпускники из разных областей большой России, приехал в Питер учиться в Институт имени Герцена, на педагогический факультет. Да так здесь и остался... Танцевать и жить. Танцевать я начал довольно поздно, в 12 лет! Но, несмотря на это, у меня все как-то хорошо пошло, и довольно легко давались мне эти танцевальные премудрости. Просто, видимо, тело мое было к этому готово, раньше я занимался единоборством. Я очень благодарен своему первому педагогу, который вложил в меня очень много сил. Именно он научил меня трудиться, научил верить в себя в танцевальном плане. Жизнь танцевальная, которая на первый взгляд необыкновенно красива, на самом деле очень сложна. И как у любого спорта в ней есть и победы, и поражения. И мой тренер, Дмитрий Викторович Чусов из Комсомольска-на-Амуре научил меня правильно относиться и к тому, и к другому.

2 Ваши победы известны. А как насчет поражений? Кто помогал преодолевать трудности?



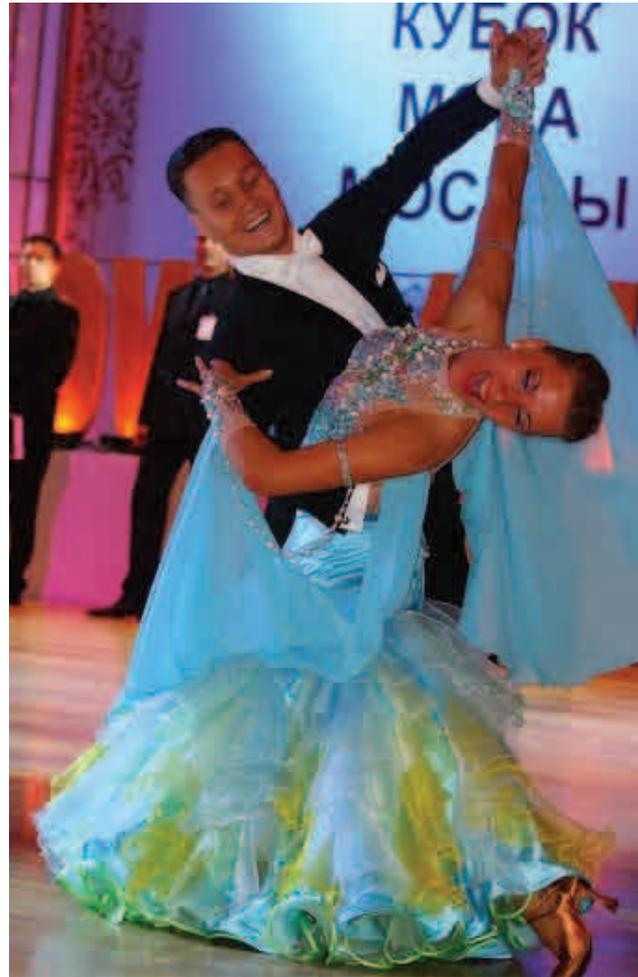
Сейчас уже могу сказать, что поражений было много, потому что без поражений не бывает побед.. И поражения вспоминать не хочется, понятно, что больше вспоминается радостное - разумеется - победы! Но надо заметить, что мои первые педагоги научили справляться с трудностями, правильно реагировать на поражения. Благодаря судьбу за то, что свела меня с хорошими преподавателями и замечательными судьями!

Ну, еще, конечно, моя семья. Моя жена всегда поддерживает во всех начинаниях, она рядом со мной, как говорится, и в горе, и в радости, и я это очень ценю! Поэтому хочу посоветовать тем, кто поставил перед собой хорошую правильную цель, хоть в спорте, хоть в иной области. Вы добьетесь успехов только, если будете трудиться, работать, не останавливаясь, и постоянно двигаясь вперед. Остановка, это хуже поражения!

3 Ну, что ж начали с поражений, теперь слово о победах!

Все, кто занимается спортом профессионально, отлично знают, что без поражений не было бы побед. А победы у меня были, ведь я и в Питер приехал Чемпионом Дальнего Востока, а это очень серьёзный титул в молодёжных танцах! Дома я был «звездой», но здесь в Питере были свои «звезды». И я не воспринимался здешними успешными танцорами, как серьёзный соперник. Тогда это было для меня поражением. И я понял одну простую вещь: чтобы здесь заслужить признание публики, уважение коллег, я должен сделать невозможное... И я работал! У меня всегда был и есть один, но важнейший принцип: надо идти к большой победе! И я знал точно,

Я понял одну простую вещь: чтобы здесь заслужить признание публики, уважение коллег, я должен сделать невозможное... И я работал! У меня всегда был и есть один, но важнейший принцип: надо идти к большой победе! И я знал точно, что рано или поздно победа придет!



что рано или поздно победа придет! Вот совсем недавно в Италии мы с партнёршей стали бронзовыми призёрами Чемпионата Мира по 10 танцам среди Профессионалов, это, на мой взгляд, сложнейшая дисциплина в танцевальном спорте.

4 Что повлияло на выбор Вами этого вида спорта?

До занятий танцами я, как многие мальчишки, занимался силовым спортом, а именно - восточными единоборствами. Этот спорт дал

Успех. Семья



мне хорошую физическую подготовку, но я с детства был увлекающимся и творческим человеком. И вот однажды на школьном празднике я увидел танцующую пару в потрясающе красивых костюмах, которые исполняли Румбу! Меня это настолько поразило и вдохновило, что я захотел сделать танец делом моей жизни. И сделал!

5 Павел, расскажите о Вашей семье, о жене, о сыне!

С переездом в Санкт-Петербург у меня произошли очень серьезные перемены не только в спорте, но и в личной жизни. Здесь я встретил свою жену. Мы познакомились на одном из танцевальных турниров в конце декабря 2009 года. Дело в том, что моя жена тоже была связана с танцами. Но в тот день мы оказались там, на этом турнире, совершенно случайно. Мы оба считаем, что это судьба... Уже через неделю мы встречали вместе Новый год и больше уже не расставались ни на день, а через полгода поженились.

В августе 2012 года моя жена подарила мне сына Петю. Когда я впервые взял его на руки, у меня накатились слезы, ей-богу я плакал! Но знаете, это были слёзы безграничного счастья. У меня на руках было Чудо! Настоящее маленькое Чудо! Сейчас это Чудо с каждым днём растет, меняется, у него появляется характер, новые привычки. За этим очень интересно наблюдать! И я, как отец, чувствую, что я теперь отвечаю не только за себя, но за свою семью... И не только в материальном плане, но и деле воспитания сына! И я, кажется, знаю, что мне делать! Очень долго для меня был важным спорт, и я, честное слово, очень хотел бы, чтобы и сын пошёл по моим стопам и добился ещё более высоких результатов.

6 Как вы видите свою семью в дальнейшем, как будет воспитываться Петя?

Я сам вырос в большой и дружной семье. Мои родители прожили вместе 36 лет в

Когда я впервые взял сына на руки, у меня накатились слезы, ей-богу я плакал! Но знаете, это были слёзы безграничного счастья. У меня на руках было Чудо! Настоящее маленькое Чудо!

любви и взаимопонимании, и для меня это является постоянным примером. Меня не особо баловали, но мне всего хватало! И не сторожили особенно, наверное, потому, что я был вообще-то послушным ребенком! Так как я педагог по образованию, я часто наблюдаю за тем, что нынешние родители слишком большое внимание уделяют школе, занятиям, ради будущих мифических успехов буквально загружают детей уроками, не оставляя времени на творческое и спортивное развитие. Да и что греха таить, и на отдых тоже. У таких родителей детям отдыхать некогда! Я считаю, что всё должно быть в меру и равными долями: и школа, и творчество, и спорт, и отдых!

7 Павел, а у Вас самого хватает времени на отдых? Если хватает, чем Вы любите заниматься в свободное время!

В настоящий момент, честно говоря, свободного времени у меня практически нет. Мой день расписан по минутам, чему я очень рад. Я стараюсь постоянно развиваться и совершенствоваться. Сейчас я занят изучением иностранных языков, ведь по роду своей деятельности мне приходится бывать во многих странах. Редко, но и у меня бывают выходные. И я с удовольствием посвящаю их семье, я люблю петь, играть на гитаре и синтезаторе. Мне кажется, что и Пете моему это тоже нравится.

8 Если Вы так много работаете, кто же помогает Вам, вашей жене в обыденной жизни! Или сами справляетесь?

Мы очень благодарны нашей бабушке за помощь, несмотря на свою занятость, она

Успех. Семья



даёт нам возможность полноценно работать. После рождения ребёнка моя жена почти сразу вернулась к педагогической деятельности. Благодаря этому наши юные танцоры продолжают тренироваться.

9 **Расскажите про Ваш клуб «Вдохновение», про учеников, про их успехи.**

Я являюсь руководителем Танцевально-Спортивного клуба «Вдохновение». У нас большой коллектив, в котором тренируются, как самые юные танцоры, так и спортсмены высокого уровня. Наши ученики постоянно радуют нас своими победами на Международных турнирах. Коллектив у нас очень дружный, мы празднуем все дни рождения и праздники вместе. Мы, педагоги, стараемся передать ученикам свой опыт и знания, чтобы они стали лучшими. В тренерской работе я придерживаюсь тех же принципов, что и в воспитании ребёнка, всё должно быть в меру. Я не строгий тренер, но достаточно требовательный! Я могу пошутить, посмеяться с ребятами, но всегда соблюдаю дистанцию. В моей работе для меня главное - донести нужную информацию так, чтобы ребенок поверил в себя и в то, что и ради чего он делает. Я хочу видеть результат своей работы, а результат это уже победа!

10 **Каковы Ваши основные требования к детям, которые хотят к нам прийти и заниматься танцами?**

У нас нет особых требований при наборе детей. Главное - это их желание и, конечно, желание родителей. Конечно, если вы увидели в своем ребёнке музыкальность, пластичность и хорошие спортивные данные, то мой вам совет - ведите его заниматься танцами! Это очень красивый спорт.

11 **Ну, и напоследок традиционный наш вопрос - ваши советы молодым родителям?**



Я бы хотел пожелать молодым родителям и себе в том числе, чтобы мы были внимательными и чуткими к своим детям, слышали и чувствовали их, всегда поддерживали детей в их начинаниях и, главное, не ленились заниматься тем, что интересно детям.

И если Вы вместе с Вашим малышом выбрали танцы, то вы должны быть готовы к тому, что это трудная дорога! Но также она и потрясающе интересна, красочна, богата событиями и эмоциями, победами и поражениями! Поверьте, выбрав танцы, вы не ошибётесь! А если Вы и ваш ребенок всерьез увлечетесь этим спортом, будете жить им, то вас ждет хорошее будущее, и не только на паркете, но и в жизни. Успехов Вам и Вашим детям!

Беседовала Наталья Букурова
Фотограф: Евгения Проякво



ATLANTIC CITY

ул. Савушкина, 126

ATLANTIC CITY — это крупнейший торговый комплекс с самым широким ассортиментом лучших бутиков в Санкт-Петербурге. Более 500 мировых брендов одежды, обуви, аксессуаров, косметики, парфюмерии, товаров для детей, цифровой техники и даже мебели представлены в просторных интерьерах комплекса.

В ATLANTIC CITY для Вас открыты более 130 бутиков, в числе которых Кашемир и шелк, Roberto Botticelli, Fabi, LENA, Консул, Иль де Ботэ, JOOP!, MEUCCI, Дикая орхидея, VI Легион, YUDASHKIN, L'Occitan,

Swarovski, Carlos Albert, мебельный салон «GAUTIER», Альта Вина, TOGAS. Второй этаж представлен такими бутиками как «Остатки Сладки» («Rimamente Bosco»), мультибрендовым бутиком VERY, ювелирным салоном Valtera, бутиками CAFÉ COTON, BGN, Fashion STATION, Silver Stone (Lagerfeld, Byblos), Glenfield, бутиками российских дизайнеров, салонами бытовой техники «MIELE» и «BOSE», и другими.

На третьем этаже галереи бутиков расположились магазины детской одежды и игрушек. В бутиках Bantik и Chicco

уже началась сезонная распродажа. Недавно открыла свои двери волшебная мастерская-магазин MAKE A FRIEND. В ней ребенок сам может выбрать себе плюшевого друга, наполнить его пухом и пройти трогательную сердечную церемонию — дать ему голос, сделать прическу, подобрать гардероб. Прежде, чем забрать нового пушистого друга, можно сделать с ним фотографию на память и получить фирменный сертификат о рождении.

www.atlantic-city.ru



Формула здоровья®

для самых маленьких

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

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

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

Ренессанс®
страхование

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

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



МЕЖДУНАРОДНАЯ ШКОЛА ATLANTIC

полноценное британское образование

Санкт-Петербург, Москва



для детей от 2 до 18 лет

СПб., Лахтинский пр., 40/2 • Москва, ул. Шарикоподшипниковская, 30А, стр. 1
Москва, ул. Фестивальная, 7/А • Московская обл., пос. Заречье, ул. Березовая, 6А
(495) 661 86 91 • www.atlanticschool.ru • (812) 997 12 57, 244 50 44