

Вамбiни

Bambini.by

ЖУРНАЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«БАМБИНИ» №1-2 (32) 2016

Топ-10 МАМИНЫХ КОШМАРОВ

Скорая психологическая
помощь для мам

Почему детишки врут?

Причины детской лжи.
Как реагировать?

Соя в детском ПИТАНИИ

Польза и вред соевых
продуктов

Как «рождается» ИММУНИТЕТ

Все этапы становления
иммунитета ребенка

Товары для детей: важное в мелочах

Как правильно выбрать товары для детей,
на что обращать внимание

ISSN 2078-0079



Форум на Bambini.by



+ **Вамбiни** ПЛЮС

Приложением для занятий с детьми!

Итоги фотоконкурса «С любимой игрушкой»

Большое спасибо участникам! Все фото очень милые и теплые. От такого количества теплоты можно было зреться, как от батареи...

С большой грустью-печалью сообщаем нашим читателям, что у нас случилась техническая катастрофа: проблемы с сервером и с копированием сайта. В итоге чего огромная часть информации на нашем сайте утеряна безвозвратно. Особенно нам жаль пропавших фотоконкурсов.

Приносим наши глубокие извинения всем нашим участникам.

В связи с этим вынуждены объявить призеров без фотографий...

Итак...

Призы от импортера детской игрушки компании **ООО «ДЕВИЛОН»** – игрушки торговой марки «Девик» получают **КАМИЛЛА ПРАВАЙНЕ** (мягкую игрушку), **СЕРАФИМ ГОЛУБЕВ** (пистолет-робот), **УЛЬЯНА ВЕРЕМЕЙЧИК** (игровой набор «Юный доктор»)

Приз от интернет-магазина плюшевых мишек **BIGTEDDY.BY** – **ВАРВАРА АРТЕМЬЕВА**.

Призы от производителя органического детского питания компании **HIPP** (наборы детского питания) – **АМЕЛИЯ ДОМАШЕВИЧ, ИВАН ЛАТПТО, ЕЛИЗАВЕТА ГОЛУБЕВА**.

Приз от редакции журнала «Bambini» – мифотосессия у детского фотографа и размещение фото в журнале (на обложке или внутренних страницах) – **ВАРВАРА ГУЛЬКЕВИЧ**.

Лидер по результатам голосования посетителям сайта – **МАКСИМ БОРИСКИН** – получает в подарок подписку на журнал «Bambini» на 2016 г.

Итоги конкурса в конкурсе по сказке Джанни Родари «Путешествие «Голубой стрелы»

Победителем в конкурсе рисунков и поделок по сказке стали **ЕГОР ГНИЛОКОЗОВ** и **ПАТРОЙ МАКСИМОВ**. Они получают в подарок две книжки-раскраски из серии «Coloring book» (издательство «Елвик»).

Bambini

Ждем Ваши новые фото!!! (См. стр. 64.)

А также ждем Вас в наших социальных сетях «ВКонтакте», «Facebook», «Instagram», «Preggie».

Дорогие Взрослые!

Детство – это волшебное время, которое очень быстро кончается... Время, когда гусеничка готовится стать бабочкой, такое важное и неповторимое! Как часто мы, взрослые, хотим видеть своих детей сразу взрослыми, успешными, богатыми, воспитанными... Сразу бабочками... И наш эгоизм так часто убивает в детях энтузиазм, искренность, ощущение полета. Убивает в ребенке ребенка...

Недавно довелось читать обращение одного папы ко всем другим папам (это Дэн Пирс, его блог «Одинокий смеющийся папа»). И хотелось бы процитировать этого автора, обращаясь ко всем взрослым, и папам, и мамам:

"Каждый ребенок на земле имеет право на папу, который думает прежде, чем говорит; папу, который понимает, что ему дали великую власть – формировать жизнь другого человека; папу, который любит своего ребенка больше, чем ТВ-шоу и спортивные игры; папу, который любит своего ребенка больше, чем свое барахло; папу, который любит своего ребенка больше, чем свое время. Каждый ребенок заслуживает папу-супергероя..."

С уважением и любовью,
главный редактор
Елена Карбанова

Журнал «Bambini» №1-2 (32) 2016

Выходит 1 раз в 2 месяца

Учредитель и издатель: ООО «Мон Литера»
Главный редактор – Елена Карбанова
Верстка и дизайн – Сергей Каулькин,
Мария Шумер
Отдел рекламы – Дарья Витковская,
Надежда Янчесова
Фотографы – Светлана Янковская, Мария Шевченко,
Марина Херндлихфер, Олеся Фетисова
Фото на обложке: Александра Шенетовец
(фотограф – Марина Херндлихфер)

Адрес редакции:
220005, г. Минск, пр-т Независимости, 58, оф. 425
Тел.: (017) 290 76 22, (017) 290 76 33
www.bambini.by, e-mail: monlitera@gmail.ru

Журнал зарегистрирован
Министерством информации РБ
Свидетельство о регистрации СМИ
№917 от 18 декабря 2009 г.

Подписано в печать 15.04.2016 Формат 70x49/8.
Бумага мелованная, офсетная. Печать офсетная.
Паруатура МультиПринт.
Усл. печ. л. – 6,5 Уч.-изд. л. – 7,5.
Тираж 8 000 экз. Первый завод – 2 500. Заказ №

Отмечено в типографии
ООО «Юстмаж» ЛП №02330/250 от 27.03.2014 г.
Ул. Калиновского, д. 6, Г 4/К, комн. 201, 220103, г. Минск
Цена свободная
За достоверность информации в рекламных объявлениях ответственность несет рекламодатель.
Опубликованные материалы содержат лишь общие сведения и не могут использоваться в качестве медицинских или каких-либо других пособий. По всем вопросам необходима консультация с соответствующими специалистами. Ни авторы, ни издатель не несут ответственности за какой-либо ущерб, ставший прямым или косвенным результатом действий, предпринятых на основе информации, содержащейся в журнале.

© ООО «Мон Литера», 2016

Содержание

☎ ВАЖНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ И АДРЕСА

4 Важные телефоны и адреса

🌀 ДЛЯ БУДУЩИХ МАМ

6 Женское здоровье и весна... Нюансы женского здоровья весной и как с ними справиться

10 Антибиотики и беременность Принимать или не принимать? Нужно – не нужно, повредит – не повредит?

⚠ О ВАЖНОМ

14 Как «рождается» иммунитет 0+ Что такое иммунитет и этапы его становления

📖 РАЗВИВАЛОЧКА

22 Почему детишки врут? Причины детской лжи. Как реагировать? Разберемся

26 Как привлечь внимание ребенка к книге Записки белорусского библиотекаря

30 Заметки на полях «Котики, вперед!»

📍 МАМИН ПУТЕВОДИТЕЛЬ

32 Детские магазины (карта-схема)

☕ КУХОНЬКА

34 Соя в детском питании: возможно ли? Польза и вред соевых продуктов

☀ СЕМЕЙНЫЙ КРУГ

42 Топ-10 маминых кошмаров Скорая психологическая помощь для мам

47 Родителей не выбирают? А Вы пришли за мной?

48 Весенние перемены: как изменить жизнь семьи к лучшему? Создаем 5 новых привычек для всей семьи!

👗 ГАРДЕРОБЧИК

50 Kids' Fashion Days BFW 2016: Как это было...

52 Представляем новую коллекцию для маленьких модниц! «Angels» (от «Evoshkastyle»)

🎮 ИГРОВАЯ ПОЛЯНКА

54 Как воспитать талантливого ребенка? Педагогические размышления и жизненные наблюдения родителей маленькой артистки Лысой Анны (г. Брест)

56 Фестиваль «Юный модник» в Смолевичах Итоги фестиваля и победитель

57 Фестиваль скворечников Прошел третий ежегодный фестиваль скворечников! Как это было

🛒 ДЕТСКИЙ СУПЕРМАРКЕТ

58 Товары для детей: важное в мелочах Как правильно выбрать детские товары, на что обратить внимание

64 Внимание! Новый фотоконкурс «Наверное, это моя профессия...»

66 Приложение для занятий с детьми

Бамбiни плюс



Арт-Фото
Made in Belarus

детское модельное агентство «Модерна/ре/Арт»

Экстренная помощь	
Пожарная аварийно-спасательная.....	101
Милиция.....	102
Скорая медицинская помощь.....	103
Аварийная служба газовой сети.....	104
Справочные службы	
Инфолиния-185 (круглосуточно).....	185
Справка РУП «Белтелеком»	
• платная (информация о номерах телефонов квартир и учреждений по полным и неполным данным).....	109
• бесплатная (информация о номерах телефонов аварийных, медицинских и специальных служб).....	199
Справочная бытовых услуг.....	167
Справочная аптек (УП «Белфармация»).....	169
Справочная аптек (СП «Белфарм»).....	180
Автоответчик точного времени.....	188
Еженедельный гороскоп.....	194
Прогноз погоды.....	195
Сказки.....	196
Именины.....	197
Кинотеатры.....	191
МинскГорИнфосервис (информация о Минске).....	190
Справка РУП «Белпочта».....	154
Коды (междугородние и международные).....	153
Справка по оплате услуг связи.....	164
Круглосуточные аптеки	
Пр. Партизанский, 13.....	298 03 58
Пр. Партизанский, 62 (вход со двора).....	295 01 03
Пр. Независимости, 16.....	227 48 44
Пр. Независимости, 38.....	284 97 12
Пр. Независимости, 87.....	292 05 31
Пр. Независимости, 93.....	263 68 60
Пр. Независимости, 172.....	268 10 84
Ул. К. Маркса, 20.....	220 28 44
Пр. Газеты «Звезда», 28/1.....	271 48 40
Ул. Немца, 30.....	211 06 75
Ул. Корженевского, 25.....	212 88 89
Ул. Кошьево, 10 (вход со двора).....	230 15 62
Ул. Русиянова, 36 (в ПЦ «Зручье»).....	265 96 81
Ул. Я. Коласа, 43/1.....	216 10 00
Ул. Куйбисьева, 44.....	296 63 80
Ул. Куйбисьева, 57.....	284 92 28
Ул. М. Богдановича, 153.....	288 47 34
Ул. Якубовского, 32а.....	258 73 55
Б-р Шевченко, 11.....	288 97 43
Ул. Кирова, 3.....	328 47 05
Ул. Привокзальная, 5д, помещение 9Н.....	225 52 01
Логойский тракт, 27, помещение 9Н.....	262 47 34
Ул. Б. Хмельницкого, 2 (кинотеатр «Октябрь»).....	292 85 55
Ул. Маяковского, 15, помещение 2Н.....	223 71 02
Ул. Матушевича, 77.....	315 08 85
Ул. Жуковского, 10/1.....	220 51 32
Ул. П. Глебки, 118.....	363 15 74
Ул. Чкалова, 12.....	224 04 82
Детские больницы и специализированные центры	
Детская клиническая городская больница №2, ул. Нарочанская, 17.....	250 63 92
Детская клиническая городская больница №3, ул. Кижеватова, 60/1.....	212 54 24
Детская клиническая городская больница №4, ул. Шишкина, 24.....	340 37 72
Детская клиническая областная больница, пос. Лесной, Минский р-н.....	265 49 54
Республиканский научно-практический центр оториноларингологии, ул. Сухая, 8.....	200 84 50
Детская инфекционная клиническая городская больница, ул. Якубовского, 53.....	258 75 42
Республиканский реабилитационный центр для детей-инвалидов, ул. Севастопольская, 56.....	280 58 17
Детский хирургический центр (ДХЦ) Городской клинической больницы №1, пр. Независимости, 64.....	292 39 41
Республиканский детский кардиохирургический центр РНПЦ «Кардиология», пр. Независимости, 64.....	290 21 00
Детский центр вакцинопрофилактики, ул. Якубовского, 53.....	257 99 86

Лаборатория диагностики СПИД.....	207 54 64
Городской Центр здоровья, ул. Кирова, 51.....	227 88 83
Республиканский научно-практический центр «Мать и дитя», ул. Орловская, 66.....	233 42 72
Республиканский ожоговый центр (Больница скорой помощи), ул. Кижеватова, 58.....	278 97 21
Республиканский центр детской офтальмологии, ул. Шишкина, 24.....	341 18 44
Республиканский центр спортивной медицины БФСО «Динамо», ул. Даумана, 23.....	334 50 45
Городской центр медицинской реабилитации для детей с психоневрологическими заболеваниями, ул. Володарского, 1.....	327 55 06
Детская стоматологическая помощь, круглосуточная (Детская больница №4), ул. Шишкина, 24.....	341 26 03
Скорая глазная помощь, круглосуточная (Больница №10), ул. Уборевича, 73.....	340 02 50
Городской клинический центр травматологии и ортопедии (круглосуточно), ул. Уральская, 5.....	245 19 12
Белорусский детский хоспис, ул. Березовая роща, 100а.....	505 27 47
Детские поликлиники г. Минска	
Поликлиника №1, ул. Золотая горка, 17.....	293 68 94
Поликлиника №2, ул. Червякова, 31.....	290 14 42
Поликлиника №3, ул. Могилевская, 2/3.....	216 22 95
Поликлиника №5, ул. Кунцевщина, 22.....	256 87 94
Поликлиника №7, ул. Плеханова, 127.....	297 55 77
Поликлиника №8, ул. Есенина, 66.....	273 02 86
Поликлиника №9, ул. Долгобродская, 39.....	299 02 52
Поликлиника №10, ул. Шишкина, 24.....	340 66 22
Поликлиника №10, филиал, ул. Седова, 8.....	246 30 00
Поликлиника №11, ул. Никифорова, 8.....	285 99 62
Поликлиника №12, ул. Пермская, 50.....	205 43 93
Поликлиника №13, ул. Кижеватова, 60д.....	212 52 74
Поликлиника №15, ул. Голубева, 27.....	270 93 04
Поликлиника №16, ул. Одоевского, 45.....	256 27 55
Поликлиника №17, ул. Кальцова, 53/1.....	261 20 21
Поликлиника №19, пр. Независимости, 119.....	280 16 21
Поликлиника №20, ул. Ольевского, 29/2.....	204 23 69
Поликлиника №22, ул. Ташкентский проезд, 7.....	341 58 03
Поликлиника №23, ул. Ангарская, 60а.....	299 81 71
Поликлиника №25, ул. Одицова, 75.....	201 04 94
Поликлиника детская Белорусской ж/д, ул. Воронянского, 50/2.....	225 80 14
Консультативная поликлиника областной детской клинической больницы, пос. Лесной, Минский р-н.....	265 17 76
Минская детская центральная районная поликлиника, пос. Боровляны, Фрунзенская, 1.....	505 27 36
Поликлиника №37, ул. Лучины, 28	
• детская регистратура.....	321 12 37
• взрослая регистратура.....	321 12 36
• вызов врача на дом.....	321 12 34
Городская поликлиника №10, ул. Сухаревская, 19	
• детская регистратура.....	314 37 62
• взрослая регистратура.....	314 37 63
Медицинские и психологические справочные службы, консультации	
Консультация врачей по телефону (круглосуточно).....	294 23 71
Справка о госпитализации больных (Станция скорой медицинской помощи).....	233 92 68, 294 09 35
Кризисный центр для женщин и детей.....	315 53 98
Телефон доверия экстренной психологической помощи (круглосуточно).....	290 44 44
Телефон доверия экстренной психологической помощи для детей и подростков.....	315 00 00
Телефон доверия для людей старше 60 лет.....	299 58 15
Служба помощи пострадавшим от насилия.....	280 11 28
Ветеринарная помощь, круглосуточная.....	226 25 83
Горячая линия для пострадавших от домашнего насилия (звонить необходимо со стационарного телефона).....	8 801 100 8 801
ОО «Защита прав отцов и детей».....	(8 029) 963 16 81



Арт-Фото
Made in Belarus

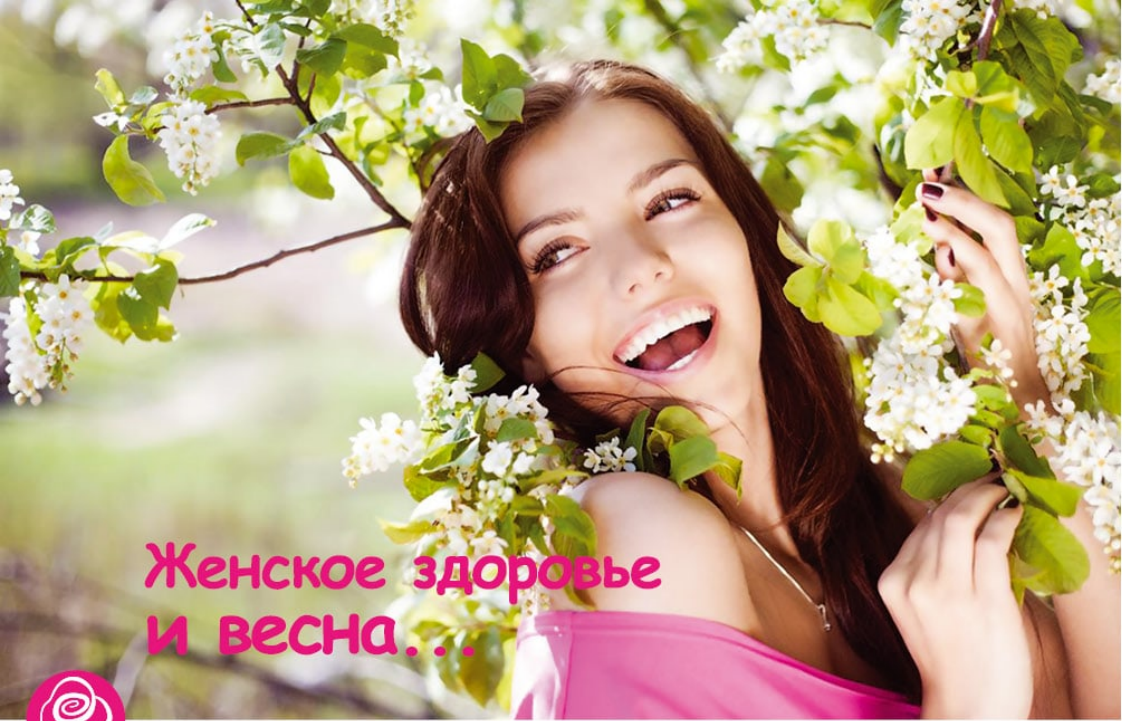


ФОТОГРАФ
Олеся Фетисова



ВАЖНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ И АДРЕСА

БАМБИ-1-2-2016



Женское здоровье и весна...



О женском, о весеннем...

Ну, вот и наступила такая долгожданная весна. Пока, правда, только календарная, поскольку погода что-то не очень спешит нас радовать первыми каплями и теплым солнышком, но все равно это уже весна. Однако словосочетание «женщина и весна» у врачей-гинекологов вызывает не только ассоциации с праздником 8 марта. Дело в том, что весна, особенно ее начало, это один из самых неблагоприятных периодов для такого хрупкого женского здоровья.

Давайте разберемся почему. К началу весны наши иммунные (защитные) силы организма уже значительно ослабевают – сказывается влияние холодной зимы с ее простудами, насморком, гриппом. Ведь вспомните: редкая зима обходится без болезни, пусть даже и несильной. А ведь зачастую мы не берем больничный лист, поскольку сдаем отчеты по итогам года, балансы, экзамены и продолжаем ходить на работу и учебу заболевшими. А все это – серьезная нагрузка на иммунитет. К тому же, вечная нехватка солнца (а, следовательно,

и витамина D) и такие короткие зимние дни, которыми мы любуемся только из окна офиса, еще больше ослабляют иммунитет, приводят к повышенной утомляемости, раздражительности, сонливости, слабости, ухудшению настроения. Кроме того, неизбежное ухудшение состояния кожи, волос и ногтей зимой тоже совершенно не способствует хорошему настроению. Следующий фактор – это то, что большинство женщин, особенно если в семье есть дети, стараются уйти в отпуск в летнее время, чтобы и детей оздоровить, и за дачей присмотреть, и еще кучу полезных вещей сделать. И получается, что к марту от отпуска не остается даже воспоминаний, не говоря уже о жизненных силах. Таким образом, к началу весны женщина, как правило, чувствует себя уставшей и «разбитой». А если еще к этому добавляется и пара-тройка набранных за зиму килограммов, то даже охалка подаренных на восьмое марта тюльпанов не способна вернуть бодрость духа и лучистое позитивное настроение. Вот в этот период и подстерегают женщину разные «женские» неприятности.

До-первых...

...Обостряются хронические воспалительные процессы женской половой сферы. Происходит это в силу снижения иммунитета, да и чего уж там – непреодолимого желания надеть короткую юбку с тоненькими колготками вместо опостылевших за зиму утепленных брюк, а ведь погода весной очень обманчива, и переохладить ноги так легко. Вот и получается простая «формула» болезни – переохладение плюс активизация микробов на фоне снижения иммунитета. И вот уже тянет поясницу и низ живота, учащается мочеиспускание, появляется чувство давления на прямую кишку. Особенно актуально это все для молодых девушек и девушек-подростков, которые уже очень рьяно «блюдут фигуру», и поэтому надеть колготы чуть теплее их уговорить практически невозможно. А невылеченные, хронические воспалительные процессы в придатках матки – это частая причина бесплодия. Вот почему так важно весной стараться не допустить воспалительного процесса, а уж если он возник – тщательно его вылечить.

До-вторых...

...Весной зачастую возникают нарушения менструального цикла: месячные становятся нерегулярными, длительными, иногда переходящими в кровотечения или, наоборот, пропадают совсем на длительный срок. Это происходит тоже из-за уже накопившегося к весне стресса, точнее, его последствий, из-за нехватки витаминов и микроэлементов. Ведь понятно, что доступные нам ранней весной фрукты и овощи уже практически не содержат ничего полезного в плане витаминов, даже если их потреблять килограммами. Здесь тоже важно не пытаться дома бороться с проблемой, а как можно раньше обратиться к врачу.

До-третьих...

...По всем вышеуказанным причинам и у будущих мам могут появиться осложнения в течение беременности. Это и нарушения в обмене веществ между плацентой и малышом (т. н. «фетоплацентарная» недостаточность), и снижение гемоглобина у беременной, и ухудшение самочувствия (слабость, головокружение, утомляемость), и даже угроза прерывания беременности. Поэтому в этот период нужно очень четко соблюдать все рекомендации докторов, больше отдыхать и прислушиваться к себе, полноценно и разнообразно питаться, позволять себе час-другой полежать днем и меньше брать на себя трудовых обязательств, если Вы еще работаете. Кормящие мамы могут ощутить некоторое снижение выработки молока: в этом случае достаточно увеличить количество прикладываний малыша к груди.

К началу весны наши иммунные силы организма уже значительно ослабевают, вот в этот период и подстерегают разные «женские» неприятности.



До-четвертых...

Если Вы приняли решение стать мамой, то начало весны – не самый удачный для этого период. Подождите пару месяцев, а еще лучше лета или начала осени, и все получится гораздо легче и быстрее. >>

ЧТО ЖЕ МОЖНО (И НУЖНО!) СДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ПОМОЧЬ СЕБЕ ПЕРЕЖИТЬ ЭТОТ СЛОЖНЫЙ ПЕРИОД?

✿ ПОЗАБОТИТЬСЯ О ПОВЫШЕНИИ ИММУНИТЕТА.

Это нужно начинать еще зимой. Заменить кофе и крепкий черный чай на фруктовые и травяные чаи, отвар шиповника, свежевыжатые соки, принимать витамины курсами по 1 месяцу, если нужно – адаптогены и иммунокорректирующие препараты (их названия порекомендует доктор).

✿ БОЛЬШЕ ОТДЫХАТЬ.

Ложиться пораньше спать вечером, а интенсивную напряженную работу обязательно чередовать с такими же по продолжительности периодами отдыха. Особенно это касается беременных и девушек-подростков.

✿ ПРАВИЛЬНО ПИТАТЬСЯ.

Никаких диет ранней весной, даже если есть лишние килограммы! Если и без того ослабленный к весне организм еще и не будет получать все необходимые ему вещества, может серьезно нарушиться обмен веществ и выработка гормонов (в т. ч. и половых), что грозит серьезными заболеваниями и трудно вылечиваемыми нарушениями менструального цикла.

✿ БОРЬБЫ С ХРОНИЧЕСКИМ СТРЕССОМ.

Гулять на свежем воздухе (пусть даже просто пройти одну остановку до дома пешком), меньше сидеть у телевизора и компьютера.

✿ ГАРДЕРОБ.

Правильно, разумно подбирать гардероб, помня об опасности переохлаждения.

✿ ПОБОЛЬШЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ЭМОЦИЙ.

Выставки, театры, разумный шопинг и т. д. способны значительно повысить жизненный тонус и придать бодрости!

✿ ЕСЛИ ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ - ВЗЯТЬ НЕДЕЛЬКУ ОТПУСКА.

Только не стремитесь провести его в южных жарких странах: резкая смена климата, часовых поясов, состава воды и питания лишь обостряют имеющиеся нарушения в иммунитете, и в лучшем случае обострение «молочницы», а в худшем – тяжелое заболевание, с температурой, с болями, по возвращении гарантированы. ●

Анна Рыженкова,
врач-акушер-гинеколог ИООО
«Независимая лаборатория
ИНВИТРО»,
мама двоих детей



Грудное молоко – даже когда мамы нет дома!

Есть масса причин, по которым вам может понадобиться сцедить грудное молоко. Если вы решили выйти из декретного отпуска или если вам просто нужно провести пару часов вне дома, вы всегда сможете доверить кормление ребенка, к примеру, папе и быть уверенной, что малыш будет накормлен грудным молоком. Сцеживание также поможет стимуляции и становлению лактации.

Новый молокоотсос Philips AVENT был разработан на основе более чем 25 лет научных исследований и, что еще более важно, на основе отзывов и пожеланий кормящих мам.

Удобная поза – комфортное сцеживание

Особый укороченный дизайн корпуса позволяет сцеживаться в удобной для вас позе. Вам больше не нужно, к примеру, наклоняться вперед: примите комфортную для вас позу* – молоко все равно будет стекать в бутылочку. Вы сможете расслабиться и сцедить больше молока.

Имитация сосания малыша

Массажная насадка с 5 лепестками массирует область вокруг соска, имитируя сосание груди ребенком. Насадка обладает особой бархатистой текстурой – мягкая и приятная на ощупь, она помогает маме чувствовать себя комфортно во время сцеживания.

В комплект с молокоотсосом входит физиологичная соска, благодаря которой вам будет проще* совмещать кормление грудью и из бутылочки.



Горячая линия по грудному вскармливанию
в Беларуси: 8-820-0071-0006

ИП «Олтри» официальный дистрибьютор
Philips AVENT в Беларуси: +375 (17) 289-78-50;
www.oltri.ru

PHILIPS
AVENT

разумно и просто

ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО
ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Антибиотики и беременность

Врач назначил антибиотик... Все бы ничего, но ведь Вы беременны... Принимать или не принимать? Нужно – не нужно, повредит – не повредит?

Все эти вопросы всегда задает себе (и доктору) любая беременная женщина в случае, если ей назначен антибиотик. Ведь во всех книжках, журналах, на всех «мамочкиных» форумах все и всегда твердят, что чем меньше лекарств во время беременности, тем лучше и будущей маме, и ее малышу. Так как же быть? Попробуем разобраться.

Когда назначают?

Во-первых, давайте определимся, в каких случаях мы назначаем антибиотики при беременности. Так вот. Показанием для их назначения является любая значимая бактериальная инфекция. Подчеркиваю: именно бактериальная (микробная), поскольку при вирусных инфекциях антибиотики не помогают (неосложненного гриппа, это тоже, кстати, касается). При этом совершенно не обязательно при выявленной инфекции будет страдать общее самочувствие: Вы субъективно можете прекрасно себя чувствовать, а показания для лечения антибиотиками будут. Поэтому не удивляйтесь и не сомневайтесь в компетенции доктора, если при хорошем общем самочувствии и нормальной

температуре врач все-таки назначит Вам курс антибиотиков. А в случае обнаружения у Вас инфекции, передаваемой преимущественно половым путем, антибиотик получит одновременно и Ваш супруг. Кроме пресловутых ИППП и сильной простуды, антибиотики назначают еще и при таких состояниях, как многоводие, подтекание околоплодных вод, в некоторых случаях – при угрозе прерывания беременности. Казалось бы, а в этих ситуациях антибиотики зачем?

Однако на сегодняшний день доказано, что эти состояния зачастую связаны с присутствием инфекции в организме будущей мамы, и ситуация нередко нормализуется после курса антибиотикотерапии. Кроме того, учитывая то обстоятельство, что при беременности иммунитет снижается и защитные силы организма слабеют, инфекции у беременной женщины возникают чаще и протекают тяжелее, чем в небеременном состоянии. Соответственно, и показаний для назначения антибиотиков становится больше. Например, «обычный» бронхит или пневмония, а также пиелонефрит у беременных мы лечим с применением антибиотиков.

Можно ли без них?

Второй важный момент относительно применения антибиотиков во время беременности – это часто задаваемый вопрос «а можно ли без них обойтись». Нет, в большинстве случаев нельзя.

Дело все в том, что антибиотики при беременности назначаются всегда с двойной целью – вылечить имеющуюся у будущей мамы инфекцию и, что немаловажно, не допустить попадания и передачи инфекции плоду.

Основная опасность инфекционных заболеваний во время беременности заключается как раз-таки в высоком риске инфицирования (т.е. заражения) плода. Причем отсутствует четкая взаимосвязь между выраженностью симптомов у матери и степенью поражения плода. Это означает, что у беременной женщины может вовсе не быть проявлений заболевания или они совсем незначительны, а ткани плода при этом поражаются очень сильно. Дело в том, что ткани плода – эмбриональные ткани – по своим свойствам и строению во много раз чувствительнее к воздействию бактерий и вирусов, чем ткани и органы взрослого человека, и все инфекционные агенты (вирусы, бактерии и прочие) весьма охотно «поселяются» в этих молодых тканях и прекрасно там развиваются, вызывая тяжелые последствия. Кроме того, защитные силы организма, т.н. иммунная система, гораздо слабее у плода, чем у взрослого, и она еще не способна удержать и обезвредить возбудителя инфекционного заболевания. Именно поэтому инфекция у плода, как правило, не ограничивается каким-нибудь одним органом или системой, она распространяется на весь организм, а следовательно, последствия ее для растущего плода значительно тяжелее.

Планируем – значит, готовимся

Вот поэтому мы так настаиваем, что любая беременность должна быть планируемой, и в процессе подготовки к зачатию необходимо пролечить все имеющиеся хронические заболевания (хронический тонзиллит, бронхит, пиелонефрит и пр.), а также ИППП, залечить все кариозные зубы, поскольку все эти очаги представляют собой не что иное, как своеобразный «резервуар» инфекции, который с очень большой вероятностью активизируется на фоне сниженного иммунитета при беременности. А это, разумеется, грозит внутриутробным инфицированием плода.

Внутриутробная инфекция часто является причиной заболеваемости новорожденных, а также их смертности в раннем возрасте.

Проблема осложняется еще и тем, что этот вид инфекции очень трудно распознать, подтвердить и лечить, пока ребенок находится в мамином животике. Поэтому антибиотики назначаются будущей маме с тем расчетом, что они попадут в организм плода и опосредованно пролечат инфекцию и у него.

Сложный выбор

Следующий вопрос: все ли антибиотики безопасны при беременности? Нет, далеко не все. Вообще, все множество антибиотиков, как бы они ни назывались, принадлежит по своей химической структуре к определенным классам. Соответственно, антибиотики одного и того же класса действуют в организме примерно одинаково, оказывают свое действие против одних и тех же групп микробов, и побочные эффекты у антибиотиков «одноклассников» тоже примерно одинаковы. Вот почему мы разрешаем принимать или, наоборот, запрещаем принимать при беременности не конкретный препарат, а сразу целый класс антибиотиков. >>

При беременности иммунитет снижается и защитные силы организма слабеют, инфекции у беременной женщины возникают чаще и протекают тяжелее.



При беременности относительно безопасными считаются антибиотики пенициллинового ряда (на сегодняшний день чаще всего применяются амоксициллин в сочетании с клавулановой кислотой), причем их при необходимости назначают даже в первом триместре беременности, со второго триместра можно назначать также цефалоспорины и макролиды.

Во время беременности не назначаются антибиотики группы тетрациклина (они ведут к формированию пороков развития у плода, в частности, костей и зубов), фторхинолоны (тоже могут оказывать неблагоприятное действие на формирование костной системы плода), аминогликозиды (могут проявлять токсическое действие на слуховой нерв плода и на его почки), сульфаниламиды (не назначают в первом и третьем триместрах), противотуберкулезный антибиотик рифампицин. Все эти препараты могут оказывать неблагоприятное действие на рост и развитие плода, поэтому и не применяются именно во время беременности.



Сроки и антибиотики

Теперь определимся, в каких сроках беременности и как назначаются антибиотики. В первом триместре мы стараемся по мере возможностей не применять лекарства вообще, в том числе и антибиотики, но если все-таки возникает в них необходимость, чаще всего назначаются так называемые «защищенные пенициллины» – Аугментин®, Амоксиклав® и пр. Связано это с тем, что именно в эти сроки идет закладка и формирование всех органов

и систем плода, поэтому и стараемся исключить любое воздействие, в т. ч. и лекарственное, извне. Поэтому, в случае выявления ИППП у беременной женщины, к лечению мы приступаем только в сроке 14-16 недель. Разумеется, во время беременности антибиотик может назначать исключительно лечащий врач. Выбор конкретного препарата – тоже прерогатива врача (не подруг из тематических интернет-форумов и не фармацевта в аптеке). Кроме того, у беременных мы стараемся сначала выполнить специальный анализ – посев на определение чувствительности выявленного микроба к антибиотикам, и только потом, по результатам обследования, назначать подходящий антибиотик, чтобы не лечить «вслепую» и быть точно уверенными в том, что назначенный антибиотик «подходит».

Еще надо заметить, что у беременных предпочтение отдается не однократным схемам приема антибиотиков, а схемам продолжительностью не менее 5-7 дней. Этим достигается оптимальная лечебная концентрация препарата в крови, что обеспечивает наилучшие возможности для полного излечения. При этом нельзя самостоятельно уменьшать дозу препарата, «чтобы меньше лекарства действовало на плод», поскольку этим мы добьемся только лишь того, что микробу «не хватит» концентрации антибиотика в крови и инфекция будет продолжаться и дальше, только вот к этой группе препаратов возбудитель будет уже устойчив. А это, в свою очередь, потребует второго курса антибиотиков. И получится, что в сумме доза принятых антибиотиков будет гораздо больше.

Ну и, разумеется, обо всех возникающих побочных эффектах, аллергических реакциях и изменениях в собственном самочувствии на фоне приема антибиотиков необходимо сообщать лечащему врачу. ●

Анна Рыженкова,
врач-акушер-гинеколог ИООО
«Независимая лаборатория
ИНВИТРО»,
мама двоих детей



ФОТОГРАФ

Светлана Янковская





IgE участвуют в возникновении аллергических реакций и защищают от паразитарных инфекций.

При повторной встрече с чужеродным агентом иммунологическая память, сформированная В-лимфоцитами, дает возможность мобилизовать силы организма.

Приобретенный иммунитет бывает активный (после заболевания, например, ветряной оспой, или активной иммунизации, то есть вакцинации) и пассивный (при искусственном введении готовых антител, направленных на борьбу с конкретным заболеванием).

ВИДОВОЙ ИММУНИТЕТ.

Видовой иммунитет наследуется. Благодаря ему человек не может заразиться определенными болезнями от животных.

Детский иммунитет: этапы становления

Формирование иммунитета ребенка начинается внутриутробно, а становление происходит до периода полового созревания. Антитела, защищающие новорожденного, переходят от матери в конце беременности. Дети, рожденные раньше срока, менее защищены от заболеваний, чем малыши, рожденные в срок.

Иммунная система зарождается на второй неделе эмбриогенеза. В это время начинается образование, развитие и созревание клеток крови (гемопоз). Из мезенхимы желточного мешка формируются самые ранние предшественники клеток крови, дающие начало всем клеткам. Здесь продуцируются в основном эритроциты и небольшое количество гранулоцитов – нейтрофилы, эозинофилы.

3-4-я НЕДЕЛЯ. Закладываются клетки печени, с 5-й – это центр кроветворения. Здесь из клеток-предшественников, которые

Гуморальный иммунитет реализует защиту организма в жидкостной среде. В отличие от клеточного иммунитета, гуморальный защищает внеклеточные пространства. Гуморальный иммунитет обеспечивают биологические активные вещества, которые продуцируют клетки после проникновения в них микроорганизмов.

Система комплемента (белки сыворотки крови) способна инициировать некоторые реакции иммунитета, повышать подвижность лейкоцитов. Помогает уничтожать множество бактерий, усиливает цитолиз, хемотаксис, фагоцитоз и элиминацию аллергенов.

ПРИОБРЕТЕННЫЙ (СПЕЦИФИЧЕСКИЙ) ИММУНИТЕТ.

Приобретенный иммунитет – вторая фаза защиты. Специфический иммунитет полезен тем, что, узнав антиген, вырабатывает индивидуальные контрприемы. Специфический иммунный ответ бывает двух видов: гуморальный и клеточный.

При развитии клеточного иммунного ответа Т-лимфоциты уничтожают живые бактерии, грибы, клетки организма, пораженные вирусом.

При развитии гуморального В-лимфоциты, пройдя определенные стадии, начинают секретировать иммуноглобулины (Ig) G, M, A, E.

IgG защищают от менингококковых и стрептококковых инфекций, а также таких инфекций, как дифтерия, полиомиелит, корь, краснуха.

IgM – в основном от грамотрицательных микроорганизмов (плод не защищен, т.к. Ig не проходит трансплацентарно).

IgA – от пищевых аллергенов, паразитов и некоторых вирусов. Секреторные IgA, являющиеся основным Ig молока и грудного зрелого молока, защитный барьер для слизистых кишечника и респираторного тракта.

Они защищают от вирусов, стрепто-, стафило- и пневмококков, энтеробактерий, предупреждают кишечные инфекции.



0+

Как «рождается» иммунитет?

Мы часто слышим о необходимости укрепить иммунитет, но что влияет на наш иммунитет и каким именно образом, знаем не всегда.

Как организован человеческий иммунитет?

В Большой медицинской энциклопедии говорится: иммунитет – это невосприимчивость к заразному началу. Он защищает организм от проникновения внешних (вирусов или бактерий) и от влияния внутренних (например, опухолевых клеток) антигенов. Иммунная система совместно с нервной и эндокринной участвует в регуляции обмена веществ и в других важных процессах жизнедеятельности.

Костный мозг и тимус (вилочковая железа) – центральные органы системы иммунитета, именно в них происходит процесс созревания лимфоцитов. К периферическим органам, в которых находятся уже зрелые лимфоциты, относятся селезенка, лимфоузлы, лимфоидная ткань органов. Лимфатические и кровеносные сосуды связывают между собой органы иммунной системы. Двигаясь по сосудистому руслу, лимфоциты получают информацию об антигене и сообщают ее всем органам иммунной защиты.

Виды иммунитета

Выделяют врожденный, приобретенный и видовой иммунитет.

ВРОЖДЕННЫЙ (НЕСПЕЦИФИЧЕСКИЙ, ЕСТЕСТВЕННЫЙ) ИММУНИТЕТ.

Врожденный иммунитет – первый барьер для защиты от чужеродных организмов.

При попадании антигенов начинается процесс их разрушения, и формируется очаг воспаления.

Кожа и слизистые оболочки создают механическое препятствие для вирусов и бактерий, а физиологические жидкости (слезы, слюна, моча) выводят инородные вещества из организма. Физиологические

рефлексы (кашель, чихание) и реакции (повышение температуры тела) не позволяют проникнуть антигенам глубоко в организм.

За клеточный иммунитет отвечают макрофаги, моноциты, гранулоциты – клетки, которые распознают антиген, захватывают его или информируют о нем органы системы иммунитета.

В Большой медицинской энциклопедии говорится: иммунитет – это невосприимчивость к заразному началу.

мигрировали из желточного мешка, начинают формироваться эритроциты, гранулоциты, мегакарициты.

4-8-Я НЕДЕЛЯ. Закладывается костный мозг (КМ) – основной источник кроветворных клеток и продуцент В-лимфоцитов. Начиная с четвертого месяца, он функционирует, с шестого месяца внутриутробного развития является основным центром гемопоэза.

5-12-Я НЕДЕЛЯ. Начинается закладка вилочковой железы (тимуса). Начинает функционировать на 4-м месяце эмбриогенеза и продолжает до подросткового возраста. Здесь созревают и проходят дифференцировку Т-лимфоциты. С 8-й недели появляются первые лимфоциты в железе. Т-лимфоциты, которые продуцирует железа, созревая, покидают орган, заселяют Т-зоны селезенки и лимфоузлы.

5-12-Я НЕДЕЛЯ. Закладываются селезенка и лимфатические узлы. С 9-10-й недели происходит активный процесс заселения селезенки лимфоцитами тимуса и костного мозга, продукция собственных лимфоцитов. К завершению эмбриогенеза селезенка – зрелый и сформированный орган. Лимфоидный аппарат пищеварительной и дыхательной систем, миндалин формируется на протяжении 3-4-го месяца. Он выполняет барьерную функцию и принимает участие в образовании Ig.

7-Я НЕДЕЛЯ. В печени появляются первые В- и Т-лимфоциты (часть Т-лимфоцитов уже зрелые).

7-8-Я НЕДЕЛЯ. В организме плода начинается синтез комплемента.

8-10-Я НЕДЕЛЯ. Появляются зрелые В-лимфоциты (на мембране их клеток IgM и IgD). Клетки способны синтезировать и секретировать IgM с 10-й недели, IgG – с 22-й, IgA – с 30-й, но синтез их ограничен.

Беременность и иммунитет будущего малыша

Для правильного формирования иммунной системы ребенка важно, чтобы период беременности протекал благополучно (ЗОЖ, регулярное и правильное питание, спокойная обстановка и соблюдение рекомендаций доктора). Если в первом и втором триместрах беременности будущий ребенок будет подвержен неблагоприятным воздействиям, возникает риск неправильного формирования органов системы иммунитета (болезни беременной, неадекватное питание, курение вызовут аллергические реакции у новорожденного, употребление алкоголя и токсичных веществ – нарушение процессов созревания, активации, миграции Т-лимфоцитов). Особенно опасны для иммунитета вирусы краснухи, герпеса, цитомегаловирус, нарушающие работу лимфоидной и кроветворной систем и вызывающие различные системные дефекты в системах плода.

Формирование иммунитета ребенка начинается внутриутробно, а становление происходит до периода полового созревания.



Пять критических периодов

Для понимания функциональных возможностей иммунной системы растущего организма необходимо следить за ее становлением. Знать механизмы становления иммунитета и время критических периодов развития иммунной системы детей необходимо не только врачам, но и родителям, ведь это поможет сохранить их здоровье и предупредить развитие некоторых заболеваний.

1-й ПЕРИОД: ПЕРИОД НОВОРОЖДЕННОСТИ (ПЕРВЫЕ 28 ДНЕЙ ЖИЗНИ).

После появления на свет в организм ребенка поступает множество чужеродных микроорганизмов, и иммунная система начинает работу. Материнские антитела, поступившие в организм трансплацентарно и с молоком матери, обеспечивают пассивный иммунитет. Собственных Ig на этом этапе образуется незначительное количество. IgM и IgA не проходят через плаценту от мамы к малышу, IgM в крови ребенка содержится в малых количествах. Если уровень его повышен, то возможно ребенок был инфицирован внутриутробно. Секреторный IgA очень важен в этом периоде, но он отсутствует. Его следы появляются на 5-7-й день. Частые встречаемые пищевые аллергические реакции и кишечные инфекции у грудничков обусловлены недостаточным содержанием IgA в слизистой оболочке кишечника и ее повышенной проницаемостью.

В это время малыш очень восприимчив к различным инфекциям, его организм еще не способен ограничить воспалительный процесс, что может способствовать распространению инфекции за пределы очага.

На 5-7-е сутки нейтрофилез сменяется относительным и абсолютным лимфоцитозом (первый перекрест в лейкоцитарной формуле крови). Незавершен фагоцитоз, слабо функционирует система комплемента. В период новорожденности важно сохранить грудное вскармливание.

2-й ПЕРИОД: ГРУДНОЙ ВОЗРАСТ (3-6 МЕСЯЦЕВ).

Пассивный иммунитет сменяется активным, т. к. материнские антитела разрушаются. Начинается синтез IgM, но иммунная память не формируется. При очередной встрече с этим же микробом малыш снова заболевает. Высока восприимчивость к инфекциям, вызванных ротавирусом, РС вирусом, вирусом парагриппа, аденовирусом. В крови сохраняется выраженный лимфоцитоз.

Если проводится вакцинация, то иммунитет (IgG) формируется только после 2-3 ревакцинаций (столбняк, дифтерия, коклюш, полиомиелит, корь). Иммунный ответ после вакцинация может не развиваться у детей, которые обособленно получали препараты крови, гамма-глобулин, плазму или при наличии в крови у детей материнских антител.

Возрастает частота пищевых реакций, под которыми могут скрываться atopические проявления. Ранние наследственные дефекты системы иммунитета могут проявляться в этот период.

Несовершенна система местного иммунитета (повторяются ОРВИ).

3-й ПЕРИОД: 2-й ГОД ЖИЗНИ.

В формуле крови физиологический лимфоцитоз (абсолютный и относительный лимфоцитоз). Иммунный ответ организма малыша недостаточный: преобладает образование IgM над IgG. Начинается синтез IgG, что означает начало формирования собственного долговременного иммунитета. Сначала появляются IgG1 и IgG3, позже – IgG2 (к пневмококку) и IgG4 (к гемофильной палочке). Неразвита система местного иммунитета, что способствует повторным вирусным инфекциям, воспалительным заболеваниям дыхательной системы и ЛОР-органов.

Становятся активны Т-хелперы (CD4+), способные развить аутоиммунные процессы. >>



Поэтому могут проявляться многие первичные иммунодефицитные состояния, аутоиммунные и иммунокомплексные болезни (васкулиты, гломерулонефриты и др.), различные врожденные аномалии и атопический диатез.

Для этих трех критических периодов характерна низкая сопротивляемость детского организма инфекциям. В 80 % случаев развитие острых тонзиллитов детей первых двух лет жизни связано с вирусами, а стафилококк преобладает среди бактериальных возбудителей. Аденоидиты и тонзиллиты часто повторяются. Из-за бактериальных и вирусных инфекций возникает гиперплазия небных и глоточной миндалин. Постепенно в этом периоде формируется лимфоглоточное кольцо, которое состоит из небных, глоточных, носоглоточной и язычной миндалин. Этот комплекс и выполняет роль местного иммунитета.

4-й ПЕРИОД: 4-6-й ГОДЫ ЖИЗНИ

Уже накоплен активный иммунитет, сформированный под влиянием вакцинации и перенесенных заболеваний. В крови второй перекрест (снижается абсолютное и относительное количество лимфоцитов).

Содержание IgM и IgG почти достигает уровня взрослых (дети начинают заметно меньше болеть), IgA остается низким. Уровень IgE максимален относительно других возрастных периодов, поэтому высок риск заражения паразитами (лямблии, гельминты) и аллергических реакций. Местный иммунитет не достиг своего полного развития, дети чувствительны к инфекциям. Могут проявляться поздние наследственные дефекты системы иммунитета, увеличиваться аллергических заболевания, могут начинать формироваться многие хронические заболевания. Чтобы предотвратить это, необходимо вовремя и правильно лечить острые процессы.

5-й ПЕРИОД: ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ (ДЕВОЧКИ 12-13 ЛЕТ, МАЛЬЧИКИ 14-15 ЛЕТ).

Происходит пубертатный скачок роста, масса лимфоидных органов уменьшается. Секретируются половые гормоны (андрогены), подавляя клеточное звено (инволюция тимуса) и стимулируя гуморальное звено иммунной системы.

Значимое влияние на иммунитет оказывают эндо- и экзогенные факторы (курение, алкоголь, различные синтетические наркотические средства). Курение оказывает негативное воздействие на местный иммунитет (слизистая оболочка верхних дыхательных путей, желудочно-кишечного тракта). У курящих подростков происходит снижение уровня IgA, некоторое повышение IgM по сравнению с теми, кто не курит. Снижение содержания IgA зависит от количества выкуренных сигарет. Процесс обратим, если отказаться от курения. При гормональной перестройке регуляция клеточного и гуморального звена нестабильна. Формируются окончательно сильный и слабый типы иммунного ответа, уровень IgE в крови снижается. Половые гормоны, которые синтезируются в этом периоде, способствуют угнетению иммунных реакций. Следовательно, могут развиваться аутоиммунные заболевания. Восприимчивость к инфекционным агентам повышается.

Чтобы иммунитет ребенка формировался правильно, необходимо обеспечить нормальные условия для развития и работы системы иммунитета. Если родители или близкие находят признаки иммунодефицита у ребенка, стоит проанализировать условия жизни, режим и качество питания, обратиться к врачу-педиатру, который назначит базовое обследование.



Почему важно грудное вскармливание?

Важно сохранить грудное вскармливание (ГВ) на протяжении трех критических периодов. Необходимо сразу после рождения прикладывать малыша к груди матери, чтобы он с каплями молозива получил иммунные факторы от мамы.

Итак, основные иммунологические факторы грудного молока...

Лактоферрин активен против бактерий, вирусов, грибов, паразитов; он оказывает противораковое, антиаллергическое, иммуномоделирующее действие, обладает радиопротективными свойствами; пищеварительные ферменты на него не действуют (основное его количество, поступающее в организм с грудным молоком, не разрушается при прохождении по ЖКТ ребенка). Лактоферрин влияет на процесс развития головного мозга, оказывает обезболивающее действие. Искусственные же формулы не содержат лактоферрина.

Лизоцим содержится в слезах, слюне, слизистой оболочке носа. Под его влиянием происходит разрушение бактериальной клетки.

IgG – основные иммуноглобулины, которые находятся в сыворотке крови и жидкостях тканей. IgG проходит плацентарный барьер, защищает детей от заболеваний в период новорожденности.

IgM появляются в крови на ранних стадиях первичного иммунного ответа; связываются с чужеродными агентами, в результате чего те погибают; выводят микроорганизмы из кровотока.

IgA – основные «стражи» местной иммунной защиты. Захватывая «чужаков», они не дают проникнуть в организм через кожу или слизистые носоглотки, ротовой полости,

кишечника. Однако при рождении в организме ребенка отсутствуют, т.к. не проникают через трансплацентарный барьер. Поэтому малышу необходимо кормить грудным молоком сразу после появления на свет.

В молозиве содержание IgA высоко. При вскармливании он попадает в пищеварительный тракт и полноценно защищает малыша от проникновения в организм опасной микрофлоры.

Секреторный IgA устойчив к высокому pH в ЖКТ ребенка, расщепляющим ферментам и активно защищает стенки пищеварительного тракта. Детские формулы таких Ig не содержат, что повышает риск заболевания малыша, находящегося на искусственном вскармливании.

IgE участвует в защите от гельминтов.

Лактальбумин – один из важных белков >>

Важно сохранить грудное вскармливание на протяжении трех критических периодов.

Добрый Доктор

www.dodoctor.by

ПЕДИАТРИЯ: Тел. (029) 333-88-77

- диагностика и лечение заболеваний;
- профилактика заболеваний;
- консультации по уходу за здоровым и больным ребенком;
- консультации по питанию.

ДЕТСКАЯ НЕВРОЛОГИЯ:
Тел. (029) 333-88-77

МАССАЖ: Тел. (029) 333-84-74

- Детский: от рождения до 18 лет: общий, лечебный (ортопедический, неврологический), вибромассаж.
- Взрослый: массаж при лактостазе.

* имеются медицинские противопоказания, возможны побочные реакции

Частное предприятие «Дечко и К». УНП 690600173. На правах рекламы

грудного молока, который транспортирует в организм новорожденного незаменимые аминокислоты, способствует улучшению связывания и ускорению всасывания Са и Zn, участвует в процессе синтеза белков с антибактериальными и иммунорегулирующими свойствами, стимуляции роста бифидофлоры в кишечнике малыша. Расщепляясь в пищеварительной системе, из лактальбумина образуется так называемый комплекс HAMLET (Human Alfa-lactalbumin Made Lethal to Tumorcells), под его действием уничтожаются раковые клетки, мягко, не разрушая соседние структуры организма. Поэтому при ГВ снижается риск и раковых заболеваний.

Липаза – растворимый в воде фермент, помогает расщеплять жиры в пищеварительной системе новорожденного из-за низкого количества своих собственных ферментов. Происходит высвобождение жирных кислот, которым присущи противовирусные и антибактериальные свойства.

Система комплемента представлена группой белков. При попадании чужих микроорганизмов она активируется, происходит разрушение клеток-мишеней и нейтрализация токсинов и вирусов.

Цитокины обладают гормоноподобным действием, участвуют в иммунных и воспалительных реакциях.

Олигосахариды прерывают репликацию вирусов, не позволяют прикрепиться и проникнуть в слизистую оболочку кишечника, стимулируют размножение бифидо- и лактофлоры в ЖКТ, подавляют рост условно-патогенной флоры.

Грудное вскармливание – это лучшее питание, которое придумано природой для поддержки и становления иммунитета ребенка.

Здоровье малыша также зависит от продолжительности ГВ и качества молока. Поэтому для успешного естественного вскармливания и правильного становления иммунитета важно (особенно для мамы) наличие здорового образа жизни, хорошей и качественной еды, полноценного сна.

Нерациональное питания, химические вещества, психоэмоциональные и физические перегрузки способны нарушить нормальную работу иммунной системы.

Что влияет на иммунитет и как с этим бороться?

Многие причины и факторы снижают иммунитет. Так, например, на ослабление иммунитета влияет питание с недостатком белка и энергии, недостаток потребления витаминов групп А, С, Е, D, β-каротина, полиненасыщенных жирных кислот и микроэлементов (Zn, Fe, Se, J), наличие хронических болезней ЖКТ, инфекционных болезней в анамнезе, необоснованный прием антибиотиков, влияние экологии, нарушение биоценоза кишечника. Необходимо помнить: присутствие в жизни и быту нерационального питания, химических веществ, ионизирующего излучения, психоэмоциональных и физических перегрузок способно нарушить нормальную работу иммунной системы. ●



Юлия Цвирко,
мама двоих детей,
врач-педиатр,
консультант по грудному вскармливанию



Art-Photo
Made in Belarus



ФОТОГРАФ
Мария Шевченко



О ВАЖНОМ

Почему детишки врут?

Слышит чайка океан,
Шелест волн и шум прибоя...
Слышит мамочка обман -
Перед ней сынишка Боря.
Ел конфеты? Нет, не ел.
Кто сломал? Мишутка Тишка.
Почему рассыпан мел?
Ты обманщик, шалунишка?
Что ты делал целый день?
Почему погром в прихожей?
Мы искали в доме тень!
С кем? С волшебником, похоже...



Все ли и всегда ли дети врут? Может, это не обман, а богатое воображение?! Защита, манипуляция, нападение или стереотипы поведения, которые он бессознательно впитывает и повторяет? Какие выгоды от такой стратегии, что стало первопричиной и что с этим делать, в конце концов? Вопросов много. Попробуем с ними разобраться.

Ложь или фантазия?

Маленький ребенок чаще всего не врут. Он фантазирует и сам верит в свои фантазии, это естественно и даже мило. Малыши кладут выпавший зубик под подушку и ждут появления летающей зубной феи, пишут письмо Дедушке Морозу и, конечно, многое знают и могут рассказать про лесных эльфов, гномиков и чародеев.

Как правило, до 3-4 лет дети не сильно продумывают фразы, не особо подбирают слова, довольно смешно их произносят

и фактически не умеют врут. А зачем? Ложь не нужна малышу. Он играет, придумывает истории и наполняет сказкой пространство вокруг себя. Если со стороны взрослых нет насмешек, обесценивания и нравоучений – малыш считает фантазию неотъемлемой частью игры. Он еще не до конца понимает, что такое совесть, смутно догадывается о стыде (чаще в разрезе услышанного «как тебе не стыдно!») и, конечно, далек от освоения постулатов и канонов нравственности.

Если «ложь» ребенка относится к фантазиям – причин для волнения нет. Богатое воображение больше свидетельствует о наличии у вашего малыша потенциала творческих

Маленький ребенок чаще всего не врут. Он фантазирует и сам верит в свои фантазии, это естественно и даже мило.

способностей и нестандартного мышления. Этим стоит гордиться, развивать и поощрять, а не пугаться и искоренять.

Ближе к 5-7 годам малыши уже не интуитивно, а более осознанно начинают понимать и чувствовать взрослых, а также основные процессы, происходящие в семье. В этот период ложь из фантазии может начать трансформироваться в несколько иные формы. И если, однажды соврав, ребенок обезопасил себя или сделал свою жизнь более удобной и комфортной, то где-то осознанно, но чаще всего в этом возрасте бессознательно он будет пытаться использовать волшебную палочку-выручалочку «ложь» снова и снова. Она станет для него верной спутницей и защитницей, а механизм вранья довольно скоро войдет у малыша в привычку.

Внимательные и интуитивные родители чаще всего «читают» своих детей и понимают, что ребенок что-то не договаривает либо попросту врут. Реакция на это открытие совершенно разная. Одни взрослые начинают беспощадную борьбу с этим пороком, всячески пытаются уличить обманщика, требуют детали и сильно переживают из-за сказанного и услышанного. Третьи предпочитают не замечать. Четвертые пугаются и отступают в надежде на то, что чадо вырастет, поумнеет и обман уйдет сам собой.

Так или иначе, но чаще всего родители не готовы к тому, что в достаточно нежном возрасте лет пяти ребенок уже готов пойти на обман.

Что делать?

Что же делать в случае появления детской лжи? Ведь нельзя прийти в аптеку и попросить у фармацевта микстуру от вранья или таблетку от обмана, да и нет в жизни какой-то универсальной «пилюли». Каждый человек уникален, каждая семья особенная, и процессы, происходящие внутри семьи, требуют индивидуального анализа и подбора рецептуры.

Единственное, что мы можем сделать прямо сейчас, это попробовать разобраться в причинах детского вранья.



Почему же дети врут?

МАНИПУЛИРОВАНИЕ.

Обман может быть связан с манипуляцией для удовлетворения капризного вечного «Хочу!» или просто для привлечения внимания, если ребенок хочет чувствовать себя в гуще событий и вызывать постоянное восхищение. Дети бывают жестоки и не всегда осознают силу своего «насмешливого удара», а для адекватного формирования самооценки очень важно чувствовать свой авторитет.

Малыши в 6-7 лет часто хотят быть «крутыми, лучшими и непобедимыми». Но можно ли всегда, на все 100% быть успешным, правильным и непогрешимым? Вряд ли. А ребенок мал, он не до конца понимает какие-то процессы. Ему нужна помощь и поддержка.

Не каждый малыш сразу готов мириться с потерей «власти» и если понимает, что вернуть ее правдивым путем невозможно, – обращается за помощью ко лжи.

ПОВЫШЕННАЯ ТРЕБОВАТЕЛЬНОСТЬ И ЧРЕЗМЕРНАЯ ОТЕКА.

Это противоположная сторона нехватки внимания родителей. Протестуя против этого, отстаивая свою независимость и личное пространство, ребенок начинает выкручиваться и юлить.

Вот и получается, что с одной стороны – самостоятельность, а с другой – желание оставаться хорошим, вызывать умиление, восхищение и похвалу, рассказывать о своих достижениях, быть центром вселенной и чувствовать, как вся семейная система крутится вокруг него, могут стать первопричиной лжи. >>



ПО ПРИМЕРУ РОДИТЕЛЕЙ.

Детки могут начать врать, просто подражая взрослым. «Если выгодно – можно лгать», – формула, которая выведена не ими. «Машенька, если тетя спросит, сколько тебе лет – скажи 4», – просит дочку мама. «Но мне же 5!» – удивляется малышка. «А ты скажи, что 4, тетя ведь не знает, когда твой день рождения. В этом случае нам не нужно платить за билет, и мы пройдем на спектакль бесплатно». Либо: «Сеня, не говори бабушке, что мы прогуляли бассейн, а то она станет переживать и злиться». Такие истории сплошь и рядом. Чего же тогда требовать от малышей правдивости?

БЕЗ ОСНОВАНИЙ.

Случается также, что дети начинают врать просто так, без оснований. Где-то это можно объяснить генетикой, где-то тем, что ребенок всегда делал так и просто не знает, как можно иначе, т. е. он вообще не воспринимает вранье как вранье.

ЗАЩИТА ОТ СТРАХА.

Но наиболее частая причина лжи – защита от страха. От какого? Совершенно разнообразного. Например, страха сказать правду, ведь в прошлый раз признался, что сломал машинку, и получил нагоняй. Выводы сделаны! В следующий раз на вопрос «кто сломал машинку?» малыш будет искать другие варианты ответов, например, «сломал старший брат Вова», или «дедушка случайно на нее наступил», или «приходил пират и все тут разбросал», либо он просто не знает, кто стал причиной поломки, «не видел, не помнит, забыл».

Иногда страх касается не самого малыша, а близкого для него человека, он может переживать за того же брата Вову, который на самом деле сломал машинку, защищать его, выгораживать и придумывать небылицы. Он может обманывать папу, чтобы «маме не попало», либо бабушку, чтобы «не влетело обоим родителям». Защищая кого-то из страха или благородных побуждений, ребенок может соврать.

Ложь – это признак опасности и недоверия между взрослыми и детьми. В семьях, где ребенок может рассказать родителям о своих неприятностях, где чувствует себя в психологической безопасности, нет места лжи.

Когда ребенок не станет врать?

Если в жизни ребенка все в порядке – причин для вранья у него попросту нет!

ТАКИМ ОБРАЗОМ,
ОН НЕ СТАНЕТ ВРАТЬ ЕСЛИ:

- ✿ знает, что его не накажут, а если и накажут, то это будет спокойно, справедливо и разумно;
- ✿ будет доверять взрослым и почувствует поддержку;
- ✿ знает, что в спорной ситуации значимый взрослый примет его сторону;
- ✿ не будет места унижению, наставлению и поучению свысока;
- ✿ в сложной ситуации его не бросят на произвол судьбы, чтобы выплывал и справлялся сам.



ВОТ НЕСКОЛЬКО ОСНОВНЫХ ВОПРОСОВ,
КОТОРЫЕ ВЗРОСЛЫЕ МОГУТ ПОПРОБОВАТЬ ЧЕСТНО ЗАДАТЬ СЕБЕ:

- Бойтся ли Вас Ваш малыш?
- Присутствует ли у ребенка страх унижения, высмеивания и наказания за проступок?
- Обманываете ли Вы сами?
- Адекватно ли Вы воспринимаете возможности своего сынишки или дочурки согласно его возрасту и уровню развития? Нет ли завышенных требований к нему?
- Насколько сильно загружен малыш? И есть ли у него свободное, только ему предназначенное время?

А если все-таки соврал?..

Если ребенок все же соврал и вы заметили это – не бойтесь, не злитесь и не торопитесь. Спешка тут совершенно не нужна. Сядьте или станьте рядом с ним так, чтобы ваши глаза были на уровне глаз малыша, и улыбнитесь. Сколько бы ему ни было лет, не стесняйтесь, говорите правду о том, что любите его, что он самый лучший для вас, что вы поможете ему разобраться в ситуации и не станете наказывать.

Не давите на него своим ростом, опытом и умственным потенциалом, не пытайтесь уличить во лжи, унижить и пристыдить. Как замечательно сказал однажды Игорь Губерман, «преступно мы стремимся влить в детей наш холод, настоявшийся на опыте». Все это не решает проблему, а начинает кирпич за кирпичом воздвигать между вами и вашим малышом стену непонимания, пробиваться через которую с каждым разом будет все сложнее. И победителей в этой битве не будет.

Изящными манипуляциями и виртуозно выстроенной стратегией устранить ростки лжи у малыша в самом зародыше вряд ли удастся. Крики, наказания и угрозы также не приведут ни к чему хорошему. Особенно со «взрослыми» детьми. Ведь подросток частенько уже опытный, бесстрашный и умеющий оправдать себя «боец». Он тренируется годами и может

достичь такого мастерства, что уличить и вывести на чистую воду его будет фактически невозможно. Гибкий ум, метод проб и ошибок в прошлом позволяют ему создавать красивую, кружевную и практически незаметную ложь, в которую готовы поверить все окружающие и в какой-то момент даже он сам. Желание вырваться из-под контроля родителей и быть независимыми порождают у него чрезмерно обостренную негативную реакцию на контроль: «где был? С кем? Что делали?» Вопросительные формулировки в общении довольно зыбкая штука. В них можно увязнуть и не выбраться на твердую почву. Особенно если, задавая вопросы, Вы уже знаете на него правдивый ответ. Зачем? Чтобы уличить ребенка во лжи? Доказать, что вы старший? Показать, что умный, и самоутвердиться? Это тупик.

Поддержите ребенка и подскажите, как поступить правильно, не поучайте, а покажите личный пример. Ведь дети – «зеркала» семьи. И насколько честны Вы сами – настолько будет правдив и Ваш малыш.

Екатерина Иванова,
психолог,
мама двоих детей



Поддержите ребенка и подскажите, как поступить правильно, не поучайте, а покажите личный пример.

Как привлечь внимание ребенка к книге, или Юбилей как зеркало работы детской библиотеки



Чем хороши юбилеи? Тем, что про юбиляра можно узнать очень много нового и доселе неизвестного. Вот в такой ситуации я оказалась, когда самая крупная детская библиотека Республики Коми – методический и научно-исследовательский центр по вопросам детского чтения, Национальная детская библиотека имени С. Я. Маршака – отмечала свое 80-летие.

Ощущений у меня было три: восхищение, удивление размахом празднования юбилея и желание если не работать библиотекарем в этой библиотеке, то хотя бы стать партнером по всевозможным проектам.



Все в этой библиотеке мне было удивительно! Здание. Одно из первых каменных зданий города, бывший купеческий особняк.

Название. В народе библиотеку любовно называют «Маршаковка», и никто не переспрашивает «что это такое?». Библиотека воспитала целые поколения читающих детей и юношества, и вчерашние читатели сегодня сами приводят сюда своих детей.

Об этом, кстати, говорил и председатель правительства Республики Коми, возглавляющий попечительский совет библиотеки, Владимир Тукмаков. Он вспомнил, как сам бегал в Маршаковку за книгами, а когда их не выдавали на руки, засиживался в читальном зале. И не мудрено! Ведь фонд библиотеки – это почти 155 тысяч книг, журналов, нот, аудио-видео-изданий и электронных документов. Это художественные, научно-познавательные, справочные и другие издания для дошкольников, учащихся начальных классов, подростков, родителей и педагогов детского чтения.

Важное место в фонде занимает национальная и краеведческая, детская литература, книги на русском языке и языке коми.

Каждый отдел библиотеки интересен по-своему! Особенное, просто детское восхищение вызвали у меня отделы, обслуживающие читателей.

Итак...

*Визза кораму или
Добро пожаловать!*



ОТДЕЛ ОТКРЫТОГО ДОСТУПА К ФОНДАМ И РЕГИСТРАЦИИ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ. Название у отдела серьезное и даже суровое.

Однако здесь малыши и взрослые с порога попадают в уютную обстановку книжного городка. Встречает читателей звонкий колокольчик, при звуках которого можно загадать любое доброе желание, и оно обязательно сбудется. Здесь можно найти ответы на свои тысячи «почему?», а «Чудо-дерево» подскажет вам, как можно быстро найти нужную книгу. Здесь проводятся конкурсы и литературные часы, встречи с детскими писателями и новыми интересными книжками!

В ОТДЕЛ ЧИТАЛЬНОГО ЗАЛА, ЛИТЕРАТУРЫ ПО ИСКУССТВУ, НА ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКАХ И ЯЗЫКАХ НАРОДОВ РОССИИ могут обратиться за необходимой справкой все желающие!

А еще всегда открыты двери самой волшебной и удивительной комнаты сказок «У Лукоморья», где можно познакомиться с героями любимых книг, поучаствовать в викторинах, посетить занятия сказкотерапии и поиграть. ➤

“Бест Скул”



Частная начальная школа проводит набор детей в 1-4 классы!

- В классе – 6-9 человек.
- Высококвалифицированные педагоги.
- Расширенная образовательная программа (школьная программа + факультативы).
- Углубленное изучение иностранного языка (английский язык с 1-го класса).
- Разнообразие кружков и факультативов. (студия творчества, ИЗО-студия, музыка, танцевальная студия, шахматы и т.д.)
- Современные уютные классы.

Записаться на собеседование можно по телефонам:
+375(17) 287 66 16, моб.: +375(29) 111 78 78, +375(44) 555 78 78.
Наш адрес: г. Минск, ул. Мележа, д. 1,
e-mail: bestschool2015@mail.ru
www.sites.google.com/site/bestschoolminsk/



Sunny Soul

Солнечное настроение в душевной компании!

Санни Соул

- Туристические услуги
- Курсы языковой подготовки
- Школа туризма
- Курсы визажиста
- Организация праздников
- Клининговые услуги
- Подбор домашнего персонала

Тел.: +375(17) 287 66 16
Факс: +375(17) 287 66 19
GSM +375(29) 111 78 78
GSM +375(44) 555 78 78
РБ, г. Минск, ул. Мележа, д. 1
sunnysoul@inbox.ru www.sns.by

ОТДЕЛ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ИСКУССТВУ НАЗЫВАЕТСЯ МИЛО И ТРОГАТЕЛЬНО – «СВЕТЛЯЧОК». Здесь же работают творческая студия «Клякса» для детей от 2 до 3 лет, изостудия «Клякса» и кино клуб «Семицветик».

ОТДЕЛ ЛИТЕРАТУРЫ НА ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКАХ И ЯЗЫКАХ НАРОДОВ МИРА называется «Ошпи» («Медвежонок»). Это этнокультурный центр чтения для привлечения к чтению представителей разных национальностей и культур. Здесь организуются выставки, обзоры и даже есть экспозиция коллекции кукол народов мира.



Когда появился первый автомобиль в Республике Коми? Чем питается северный олень? Пролетали ли НЛО над Сыктывкарком? На любой вопрос по истории, географии, литературе и искусству Края Коми можно найти ответ в ОТДЕЛЕ КРАЕВЕДЕНИЯ И КОМИ ЛИТЕРАТУРЫ. Для учащихся младших классов организованы занятия в творческой студии по языку коми «Оз тусь» («Земляничка»).

А еще есть ОТДЕЛ ЭЛЕКТРОННЫХ РЕСУРСОВ «СМАЙЛИК», ТРАВОВОЙ ЦЕНТР, МУЛЬТИМЕДИЙНЫЙ ЦЕНТР и СЕРВИСНЫЙ ЦЕНТР.

Конечно, кроме отделов, работающих с читателями, в библиотеке есть отделы, без которых невозможно представить работу «Маршаковки».

...не просто хранилище книг, а место для творчества, игр, общения...



В юбилейный вечер библиотеку поздравляли и взрослые, и дети. Хип-хопом, балетом, чтением Маршака и исполнением песен на коми и русском языках, народными танцами, показом мод и морем ярких воздушных шаров...

*Визга каляныч! -
До свянчаня!*

Татьяна Лычагина,
главный библиотекарь отдела обслуживания пользователей
Президентской библиотеки Республики Беларусь



С какого возраста можно начинать учить АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК?

Современным детям просто необходимо знать один, а лучше несколько иностранных языков для того, чтобы в будущем стать весьма успешными взрослыми. Поэтому сегодня в центр раннего развития на занятия иностранным языком нередко приводят даже 1,5-2-летних малышей. «А это не рано?» – спрашивают одни. «А это не поздно?» – спрашивают другие.

Многие ученые сходятся во мнении, что оптимальный период для изучения иностранных языков – от 1,5 до 9 лет, когда мозг наиболее активен и открыт для восприятия всевозможной информации.

ОТ 1,5 ДО 3 ЛЕТ ребенок играет, запоминает слова, что-то повторяет, накапливает пассивный лексический запас.

С 3 ДО 5 ЛЕТ ребенок уже более осознанно изучает язык, уже может отвечать на английском. Формируется устная речь.

С 5 ДО 7 ЛЕТ активно развивается устная речь, добавляется изучение английского алфавита, образное восприятие написанных слов, что является базой для последующего формирования навыков чтения.

С 7-8 ЛЕТ ребенок начинает осваивать письменную речь, учится читать, изучает азы грамматики. Он уже может строить предложения. Значительно увеличивается активный словарный запас.

Идеально, если родители сами владеют иностранным, и уже с рождения у малыша есть возможность погружаться в билингвальную среду. Если же ваша ситуация не идеальна, не отчаивайтесь: есть множество специалистов, которые в игровой форме помогут вашему малышу сделать первые шаги в мир большой лингвистики.

В центре «NewTon» (ул. Богдановича, 108) английский язык могут учить как дети, так и взрослые. Самым юным ученикам центра всего 3 годика, но они уже могут сказать несколько предложений про себя и любимую игрушку.

В Продленке центра «NewTon» занятия английским проходят ежедневно, что позволяет максимально погрузить детей в языковую среду и добиться хороших результатов по усвоению материала.

Для юных модниц с 5 до 16 лет в центре работает **модельная школа с изучением английского языка**. Здесь девочки не только изучают основы стиля, фотопозирования, правильного питания, дефиле, но и имеют возможность пройти уникальный авторский курс «Fashion English».

Английские каникулы в центре «NewTon». Курс «Английские каникулы» дает возможность ученикам начальной школы (1-4 класс) и старшим школьникам (5-8 класс) весело провести время, изучая английский язык. Изучение английского языка в центре NewTon всегда полезно и интересно!

Тренинговый центр «NewTon»
г. Минск, ул. Богдановича, 108 (пл. Бангалор)
Тел.: +375 29 160 86 20
www.centernewton.by

Центр **NewTon**



Котики, Вперёд!



«Котики Вперед!»

– обучающий и развивающий российский анимационный сериал для детей 2-6 лет. Над сценариями сериала работают американские сценаристы, специализирующиеся на детском анимационном контенте. В сентябре 2014 года состоялась премьера сериала на российском телеканале.

О КНИГАХ «КОТИКИ, ВПЕРЕД!»

В 2015 году начала выходить серия детских книг, основанных на сюжетах популярных эпизодов мультсериала.

- Меннис М., Мэгон Д. Большое сафари. – М.: Альпина Паблишер, 2015. – 24 с.
- Меннис М., Мэгон Д. Вечер веселых танцев. – М.: Альпина Паблишер, 2015. – 24 с.
- Меннис М., Мэгон Д. Злючка-колючка. – М.: Альпина Паблишер, 2015. – 24 с.
- Меннис М., Мэгон Д. Прыг да скок, черничный пирог!. – М.: Альпина Паблишер, 2015. – 24 с.
- Меннис М., Мэгон Д. Пора в горы! – М. Альпина Паблишер, 2015. – 24 с.

Книги из серии «Котики, вперед!» адресованы детям дошкольного возраста. Это своеобразный синтез детской приключенческой книги и комикса. Каждая книга – это развивающее мини-приключение для ребенка, которое он проходит вместе с главными героями, котятками Котей и Катей. Они большие фантазеры и выдумщики, любят играть и веселиться. С помощью волшебной коробки и силы воображения котики путешествуют по джунглям и горам, по морям и океанам.

О хороших

Через каждый маленький сюжет дети учатся чему-то новому. В процессе чтения ребенок может выполнять забавные задания, вынесенные на отдельную страницу в конце книги в помощь взрослому.

Вместе с героями книги ребенок усвоит некоторые простые жизненные принципы. Например, ребята и котята научатся находить в неудачах положительные стороны, заботиться о своей безопасности или учатся не опаздывать.

Эти забавные книги еще и о том, что такое детство и как сделать его ярким и запоминающимся.

Малышу доставит удовольствие рассматривать яркие, красочные иллюстрации, их детали, а потом даже самому нарисовать героев. Дизайн персонажей и стиль рисовки максимально упрощен, специально создан для того, чтобы ребенок с легкостью мог нарисовать своих любимых героев.

Книги удобного формата и размера, в меру яркие цвета иллюстраций, твердая обложка и плотная бумага внутренних страничек.

О плохом

Книги печатаются по мультсериалу. Получается, что эти книги-комиксы – переводные, которые изначально писались для нерусскоязычных детей, и поэтому даже несмотря на хороший перевод они отражают стиль поведения и речевые обороты в большинстве нерусскоязычные. Это не наша культура. А значит, наши маааленькие детки, еще не усвоив основ своих родных традиций, будут отрывочно усваивать чужие...

Вы действительно хотите научить своего трехлетнего малыша кричать «Йодль-эй-хиху!»? Или соревноваться с другими детьми в духе «Кто последний, тот тухлое яйцо!»? А почему не сходить в лес двух-трехлетнему ребенку вместо «фотосафари» в поисках обезьянки в кроссовках?

И самое главное

Книги предназначены для самых маленьких. Но любой психолог или педагог скажет, что в этом возрасте у ребенка важно сформировать основные стереотипы мировосприятия. И как же это сделать, если малышу предлагается синий кот без носа, у которого голова больше, чем все остальное вместе взятое?

В погоне за внешним развитием и мнимой полезностью книг и пособий мы забываем с вами, что ребенка мало научить считать и читать, мало рассказать ему, кто такие львы и крокодилы, но еще важнее сформировать личность, со своими принципами и устоями, со своим характером и своим мнением. ●

Елене Карбанова



Детские магазины



МАМИН ПУТЕВОДИТЕЛЬ



Обувайка

ТЦ «Галерея-мод»
ул. Тимирязева, 125/9

Orby • Mamazin.by

ТЦ «Арена-сити»
пр-т Победителей, д. 84, 2 этаж

Агаша

пр-т Победителей, 75/1

Suomi Kids • Orby

ТЦ «Замок»
пр-т Победителей, 65, 3 этаж

Маленький мамонтенок

Старовиленский тракт,
28/1, помещение 9

Гуливер

ТЦ «Рига»
ул. Сурганова, 50, 2 этаж, павильон 38

Матрёшка

ул. Богдановича, 62

Обувайка

ТЦ «Силуэт»
ул. В. Хоружей, 1а

Aurelka

ТЦ «Московско-Венский»
пр-т Независимости, 58



«Бантик»
ул. Жиновича, 7

Baby-style

ТЦ «Тивали»
пр-т Притыцкого, 29, 3 этаж, павильон 357

Kari kids

«Алми»
ул. Притыцкого, 93

Kari kids

«ProStore»
ул. Каменогорская, 3

Kari kids • Mamazin.by

ТЦ «Скала»
ул. П. Глебки, д. 5, 1 этаж

Детский каприз

ТЦ «Бонус»
ул. Бурдейного бв., 1 этаж, павильон 8

Обувайка

ТЦ «Немига-3»
ул. Немига, 3

Мамальш

ТЦ «Outleto»
пр-т Жукова, 44, 2 этаж

Обувайка • Гипермаркет «Гиппо»

ул. Горецкого, 2

Детки-конфетки

ул. Алибегова 13/1

Обувайка • «Рублевский»

пр-т газ. «Звезда» 16/1

Suomi Kids • Kari kids

ТЦ «Титан»
пр-т Дзержинского, 104, 3 этаж

Гуливер

ТЦ «MAGNIT»
пр-т Дзержинского, 106, 2 этаж, павильон 37

Kari kids

ТЦ «Галилео»
ул. Бобруйская, 6

Матрёшка

ул. Денисовская, 41

Kari kids • Обувайка

Гипермаркет «Е-Сити»
ул. Денисовская, 8/2

Обувайка

ТЦ «Партизанский»
пр-т Партизанский, переход



Бантик

Адрес магазина:
ул. Жиновича, 7

+375 29 614 73 13

ИП Гипермаркет СД, УНП 19228371

Соя

В детском питании: возможно ли?

Как много сегодня ведется дискуссий на тему сои! Соевые продукты стоят на полках «Здорового питания», есть соевое молоко, соевые детские смеси... И есть соя в колбасе, что уж никак почему-то не ассоциируется у нас со здоровым питанием. Пока ученые не пришли к окончательному выводу, полезна соя или вредна, давайте хотя бы попробуем собрать воедино все «за» и «против»...



Классика и ГМО

Соя культивируется в двух видах: классическая сельскохозяйственная культура и генно-модифицированная, более устойчивая ко многим сорнякам. Трансгенная соя в основном используется для выработки растительного масла и приготовления комбикормов, но и в продуктах питания человека ее довольно широко используют в мире.

Генетически модифицированные организмы (ГМО) – это организмы, чей генетический материал был изменен искусственно. И это еще один камень преткновения ученых. До сих пор идут споры и ведутся исследования на предмет вреда для человека от потребления ГМО. Стоит ли накормить всех на планете ГМ-продуктами с риском для человеческого генетического здоровья? И есть ли этот риск на самом деле?

Пока ученые спорят, нам нужно, включив свою интуицию, либо сказать «да» ГМ-продуктам, либо «нет». Большинство пока говорит «нет»...

Пока все ученые сходятся в одном: в продуктах для детского питания ГМО быть не должно.

КСТАТИ...

ГМ-соя разрешена к импорту и употреблению в пищу в большинстве стран мира, в то время как посев и выращивание ГМ-соей разрешены не везде. В России возделывание ГМ-соей, как и других ГМ-растений, запрещено. Но с 1999 г. разрешено использование генно-модифицированных источников питания (ГМИП). В Беларуси также ГМ-продукты не запрещены, но должны быть обязательно маркированы – «содержит ГМО».

Белки сои

Большой интерес производителей продуктов питания к сое объясняется тем, что среди всех возделываемых в мире культур она является одной из самых высокобелковых. По разным данным содержание белка в соевых

бобах варьируется от 30 до 50 %. Но белки в сое есть разные. Большую часть (около 70 %) составляют белки, которые достаточно хорошо усваиваются всеми млекопитающими, в том числе и человеком. Примерно 5–10 % от общего количества белка в соевых бобах приходится на вещества-ингибиторы, которые, взаимодействуя с ферментами, предназначенными для расщепления белков, образуют устойчивые комплексы, лишённые ферментативной активности. В результате усвоение белковых веществ в организме ухудшается.

Витамины и микроэлементы

В соевом масле очень много витамина Е, причем и E1 (токоферолы), и E2 (токотриенолы).

Зерна сои содержат ряд жирорастворимых витаминов, микроэлементов.

Минеральный состав соевых бобов представлен калием, фосфором, магнием, натрием. В соевом зерне содержится целый ряд витаминов: β-каротин, витамин Е, В1, В2, В6, холин, биотин, фолиевая кислота.

А еще в сое присутствуют так

называемые «растительные гормоны», «фитогормоны». Известно несколько классов веществ, которые, хотя и не являются стероидными гормонами (в отличие от настоящих эстрогенов), могут действовать как слабые эстрогены и антиэстрогены. Так вот, соя является одним из самых богатых источников таких веществ, а конкретно – изофлавоновгенистеина и дайдзеина. Еще один соевый фитоэстроген – глицитеин – накапливается преимущественно в проростках сои.

Большинство фитоэстрогенов действуют как слабые антагонисты, то есть уменьшают влияние мужских половых гормонов. Это делает их полезными при юношеской угревой болезни, когда избыток андрогенов чрезмерно стимулирует сальные железы, и при гормонозависимом облысении.

Все изофлавоны являются антиоксидантами, то есть могут нейтрализовать свободные радикалы.

Жиры сои

Соя является и источником жиров, их в составе соевых бобов содержится от 16 % до 27 %. Употребляют в пищу и отдельно соевое масло. Причем биологическая активность у соевого масла выше, чем у других растительных масел, и наш организм может усваивать его на 98-100 %.

Около 87 % в соевом масле составляют полезные для организма ненасыщенные жирные кислоты, среди которых довольно много линолевой кислоты, тормозящей рост раковых клеток.

В соевом масле очень много витамина Е, причем и E1 (токоферолы), и E2 (токотриенолы). Сегодня уже известно, что необходимы обе формы, чтобы витамин был усвоен.

А еще это масло считается рекордсменом среди других растительных масел по количеству микроэлементов: в нем их более 30.

Углеводы в сое

Содержание углеводов в виде растворимых сахаров в сое невелико: моносахариды фруктоза и глюкоза, дисахарид сахароза, трисахарид раффиноза, тетрасахаридстахиоза и полисахарид крахмал. Входят в ее состав и нерастворимые сахара: пектиновые вещества, гемицеллюлоза и др.

Польза

1. Основная часть соевых белков хорошо усваивается организмом человека и содержит почти полный состав нужных аминокислот.
2. Большой набор витаминов работает сразу «по многим фронтам». Витамины группы В нормализуют состояние кожи, волос, ногтей, обеспечивают нормальное функционирование нервной системы. Витамины Е и С нужны для надежной защиты организма от инфекций и т. д. >>



3. Лецитин соевого масла способствует синтезу эритроцитов и гемоглобина, усвоению витаминов А, Е, К, D, участвует в жировом обмене, предупреждает поражение сетчатки глаз, расстройство дыхания, защищает нервные клетки от повреждений.

4. Наличие в сое изофлавонов с легким антиандрогенным эффектом делает этот продукт полезным при необходимости легкого, еле заметного гормонального вмешательства. Так, соевая диета хорошо помогает женщинам в период менопаузы. Интересен следующий факт: на основании исследований американские ученые утверждают, что если девочки в детском возрасте употребляют сою, то в будущей взрослой жизни риск заболеть раком молочной железы у них на 65 % ниже.

работают более интенсивно, «на износ», продуцируя дополнительное количество ферментов, что в конечном итоге приводит к нарушению ее функции. Подобным образом соя может угнетать эндокринную систему. Отсюда возможно развитие заболеваний щитовидной железы (гипотиреоз, аутоиммунный тиреоидит, зоб) и диабета.

5. Лектины в сое нарушают функцию всасывания слизистой кишечника, при этом повышается ее проницаемость для бактериальных токсинов и продуктов гниения. Ухудшается процесс всасывания минералов (железа, магния, кальция, цинка).



Соевые продукты

На продуктовый рынок в настоящее время поступает около 500 видов продуктов, содержащих наполнители из сои. О присутствии соевого наполнителя свидетельствует указание соевый белок или обозначения E322 или E479.

Иногда на этикетке указано присутствие растительного белка – это тоже соя.

Производство соевых продуктов условно можно представить двумя основными линиями: молочной и мясной.

МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (разрешаются детям старше 2,5-3 лет) получают при помощи специального агрегата, так называемой «соевой коровы». В него помещаются предварительно обработанные соевые бобы, из которых под воздействием высокого давления получают жидкосоевое молоко, которое в дальнейшем для увеличения сроков хранения подвергается пастеризации.

В процессе производства молока получают также окару – кашлицу из мякоти соевых бобов, которая является источником большого количества грубой клетчатки. Ее не рекомендуется использовать в питании детей. Окару добавляют в мясной фарш и тесто, отчего продукты становятся дешевле, не теряя при этом вкус.

При кипячении соевого молока на его поверхности образуется пенка – так называемая юба. Юбу собирают шумовкой, высушивают, сворачивают трубочкой, а после полного высыхания добавляют в салаты и прочие блюда вместо спаржи. Юбу также >>

Бред

1. Соевые продукты могут вызывать аллергию. Это первая и основная причина аккуратного «обращения» с соей. Особенно у детей.
2. Как уже говорилось, в соевых бобах есть изофлавоны. И они не разрушаются при термической обработке. Часть из них разрушается бактериями кишечника, часть инактивируется печенью. Но оставшаяся активной небольшая часть может оказать потенциальное негативное действие на половую систему у детей. У девочек раньше может появиться менструация, возможно нарушение репродуктивной функции, а у мальчиков может замедлиться развитие, снизиться уровень тестостерона.
3. Ингибиторы ферментов, расщепляющих белки (о которых говорилось выше), блокируют работу ферментов, образуя устойчивые комплексы, результатом чего является снижение усвоения белковых веществ рациона. Попадая в желудок, часть ингибиторов (30-40 %) теряет свою активность, а наиболее устойчивые достигают двенадцатиперстной кишки и могут ингибировать (блокировать) ферменты, вырабатываемые поджелудочной железой.
4. Если в питании длительно преобладают соевые продукты или рацион составлен исключительно из них, то блокада ферментов поджелудочной железы приводит к тому, что она вынуждена



DHA + Пребиотики

Выбор заботливых родителей

Ваш малыш ежедневно совершает новые открытия... Благодаря Вашей заботе и правильному питанию он сможет вырасти сильным и здоровым.

Молочный напиток Friso 3 поможет обеспечить малыша старше 1 года необходимыми питательными веществами и укрепить иммунитет, а Вам – насладиться бесценными моментами общения с малышом.



Товар сертифицирован. Ревизала.

Горячая линия ФРИСО в Беларуси:
(017) 287-82-20 287-82-21 388-05-45
(029) 895-61-33 (МТС) (044) 754-44-78 (Волком)
с 13.00 до 17.00 (кроме выходных и праздничных дней)

Важное примечание: лучшее питание для Вашего малыша – грудное молоко. Перед принятием решения об искусственном вскармливании проконсультируйтесь с педиатром. Сухой молочный напиток Friso 3 предназначен для детей с 1 года до 3 лет.

не рекомендуется использовать в детском питании.

Соевый кефир получают при помощи закваски. В отличие от обычного кефира, в нем практически нет кальция и мало витаминов.

При створаживании соевого молока получается соевый сыр тофу. У него нейтральный вкус, то есть его почти нет.

МЯСНУЮ ЛИНИЮ ПРОДУКТОВ (разрешены детям старше 5 лет) готовят из соевого концентрата, из которого можно приготовить котлеты, отбивные и др. У соевого мяса нейтральный вкус и запах, поэтому для придания ему специфических запахов необходимо добавление заправок и соусов.

СОЕВУЮ МУКУ (изолат соевого белка) добавляют в мясную продукцию: колбасы, сосиски, сардельки. Так как в соевой муке содержатся углеводные неперевариваемые компоненты, этот продукт не желателен детям до 5 лет.

Для детей

Нужно помнить, что для детей младшего дошкольного возраста по-прежнему молоко и молочные продукты остаются основой рациона, так как содержат кальций и витамин D, необходимые для роста и развития ребенка. В соевых продуктах этого нет. Поэтому полная замена коровьего молока нежелательна.

В детском питании возможно использование полезного, гипоаллергенного соевого масла, в тех же объемах, что и привычные растительное и оливковое масла.

В детском возрасте соя и продукты из нее используются, в первую очередь, в качестве лечебного питания при некоторых состояниях. Кроме этого, как источник белков соя может частично использоваться в качестве альтернативы продуктам животного происхождения, чтобы разнообразить пищевой рацион.

ОТКРЫТЫЙ ВОПРОС

Сказать точно, полезна или вредна соя, на сегодняшний день трудно, поскольку нет единого мнения у исследователей и ученых. Соя все еще в центре научных дискуссий. Обоснованных данных ни у сторонников, ни у противников сои нет.

Соевые смеси: показания и противопоказания

В тех случаях, когда младенцу противопоказаны молочные смеси, по назначению педиатра следует подбирать детскую смесь из изолята соевого белка.

Показаниями к переходу на соевые смеси могут служить следующие состояния:

● **НЕПЕРЕНОСИМОСТЬ БЕЛКОВ КОРОВЬЕГО МОЛОКА.** Это особый вид пищевой аллергии, при котором употребление продуктов на основе коровьего молока, в том числе и детских молочных смесей, приводит к развитию кожных аллергических реакций, а также со стороны желудочно-кишечного тракта (вздутие живота, понос или запоры, срыгивания, колики).

● **ГАЛАКТОЗЕМИЯ.** Это наследственное заболевание обусловлено нарушением углеводного обмена и характеризуется отставанием в физическом и умственном развитии, увеличением печени, желтухой, катарактой (помутнением хрусталика глаза).

● **ЦЕЛИАКИЯ.** Это нарушение пищеварения, вызванное повреждением ворсинок тонкой кишки глютеном (содержится в зерновых продуктах). Это заболевание имеет смешанный аутоиммунный, аллергический, наследственный генез.

● **ЛАКТАЗНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ.** Это врожденное или приобретенное состояние, при котором организм из-за недостатка или полного отсутствия фермента лактазы не в состоянии расщеплять молочный сахар (лактозу). Заболевание характеризуется частым, жидким, пенным, с кислым запахом стулом, болями в животе, метеоризмом, кишечными коликами, у маленьких детей возможно обезвоживание организма, наблюдается недостаточная прибавка массы тела. >>

Нужно помнить, что в соевых продуктах НЕ содержится кальций и витамин D, необходимые для ребенка.

Беллакт

www.bellaktbaby.com

Для маленьких гурманов

Пюре:

- мясные
- фруктовые
- овощные
- комбинированные
- рыбные
- мясорастительные
- рыбораствительные



ООО «Беллакт-Столица»

Сделайте рацион Вашего малыша полноценным!

Соки без:

- сахара
- консервантов
- красителей



ООО «Беллакт-Столица» УНП 191084413

Внимание! При введении в рацион грудничка соевой смеси нужно тщательно контролировать проявления аллергии. Соевые смеси содержат небольшое количество нативного белка (т. е. неочищенного белка, находящегося в природном состоянии), и, следовательно, они потенциально аллергенны. В связи с высоким риском развития аллергической реакции не рекомендуется без особой необходимости переводить на соевое питание малыша младше 4-5 месяцев. В любом случае решение о переходе на соевую смесь принимает педиатр!

КСТАТИ

Раньше соевые детские смеси готовили из соевой муки. В настоящее время все смеси готовятся из изолята белка сои – очищенного белка, имеющего высокую биологическую ценность. Дополнительно белки обогащены биологически активными веществами: таурином, L-карнитином, L-метионином. Жиры в соевых смесях представлены растительными маслами: пальмовым, оливковым, соевым, подсолнечным, кокосовым. Жировой компонент сходен с составом молочных смесей. Учитывая тот факт, что фитаты (вещества, которых в соевых смесях примерно 1,5%) плохо усваиваются в организме и препятствуют всасыванию цинка и железа, смеси дополнительно обогащают фосфором, кальцием, цинком и железом.

Практические советы для все же есть

В некоторых случаях от соевых смесей по возможности лучше воздержаться.

- 1. Врожденный гипотиреоз** (недостаточная выработка ферментов щитовидной железой). На фоне гормонального лечения заболевания при вскармливании соевой смесью отмечается инактивация гормона, что требует постоянного контроля за содержанием его в крови и увеличения дозы принимаемого гормона.
- 2. Недоношенность.** Смеси неблагоприятно действуют на развитие костной ткани у недоношенных деток даже при дополнительном применении витамина D и кальция. Эти явления связывают с нарушением всасывания кальция в результате функциональной незрелости почек у недоношенного младенца.
- 3. Гипотрофия при рождении** (расстройство питания и потеря веса).

Елена Афанасьева,
мама двоих детей

Соевые продукты и беременность

Из-за присутствия в сое «растительных гормонов» беременным сою употреблять в больших количествах не рекомендуется. По данным исследований было установлено, что фитоэстрогены могут снижать функцию щитовидной железы. Это крайне важно для беременных женщин, особенно на ранних сроках, когда плод особенно зависим от уровня гормонов матери и любое нарушение может привести к проблемам умственного и физического развития.

Кроме того, соевые бобы содержат фитокислоту, которая негативно влияет на усвоение некоторых микроэлементов в организме, в частности цинка, что может провоцировать снижение иммунной функции у детей и задержку роста. Со временем дефицит цинка может отрицательно сказаться на развитии головного мозга и нервной системы в целом.

Небольшое резюме

В этой рубрике мы рассматривали уже много продуктов питания. И в каждом находили что-то полезное и даже незаменимое для организма человека, но также и то, чего стоит опасаться. Наука не стоит на месте. И это замечательно. Еще совсем недавно мы не задумывались о том, что мы едим. Раз съедобно – значит уже хорошо. Но сейчас огромный выбор продуктов! Но производители в погоне за производительностью и сроками хранения так порой увлекаются, что забывают о назначении продукта – питать и поддерживать здоровым и работоспособным человеческий организм!.. А человек стал физически очень чувствителен, и нежен, и так зависим от психологии потребления... Единственный выход – разумный баланс. Нельзя полностью отказываться от какого-то продукта. Как и делать один какой-то продукт преобладающим в своем рационе. Помни, что во всем есть и плюсы, и минусы... ●

Фрумка

«Фрумка»™ – это хорошо подобранный ассортимент осветленных соков для питания детей с 4 месяцев и старше. Производитель – семейное предприятие ООО «Комплекс-Арго», расположенное в экологически чистом районе солнечной Республики Адыгея. Более 18 лет предприятие, используя передовые биотехнологии, специализируется на производстве фруктово-овощного детского питания (в том числе под торговой маркой «Бабушкино лукошко»).



ИМПОРТЕР В РФ – ООО «АЛЕКСАНДРОВСКИЕ», УНП 101296081



Основное отличие соков «Фрумка» в том, что для их получения используются полностью вызревшие на южном адыгейском солнце сочные фрукты и ягоды. Сохранность витаминно-минерального богатства сырья обеспечивает быстрая переработка его на предприятии агрокомплекса. Доступная цена при высоком качестве и пищевой ценности делает соки «Фрумка» привлекательными для всех мамочек!

Тел.: +375 (29) 338 30 60



Топ-10 маминых кошмаров



У каждой мамы бывают ситуации с детьми, когда кажется, что рушится весь мир, а времени на раздумье нет!.. И как бы хорошо иметь под рукой короткие советы профессионала-психолога!..
Что делать маме, как правильно поступить, если...



1 Если мама сорвалась и накричала на ребенка...

- как можно быстрее успокойтесь;
- не дайте захлестнуть Вас чувством вины (ребенок может впоследствии научиться манипулировать вашими чувствами), а признайте свою ошибку;
- проанализируйте ситуацию: вы не удержались и просто «слили» внутреннюю напряженность через агрессию на ребенка;
- признайте перед собой и перед ребенком, что вы были не правы, что накричали на ребенка;
- начните разговор заново, «правильно»: говорите о чувствах, которые были вызваны проступком ребенка, и поговорите с ним об этом!

P.S. Помните! Человек не идеален. Каждый имеет право ошибаться. Не бойтесь признаваться в своих ошибках, и тогда у ребенка не будет обиды на вас, а также у него сформируется пример – нужно учиться признавать свои ошибки!

2 Если мама сорвалась и при ребенке накричала на папу

- как только поняли, что вы кричите, посмотрите на ребенка: скорее всего Вы увидите запуганное или агрессивное существо! Ребенок не может себя защитить, его главные защитники – родители! При любых ссорах родителей (односторонних, двусторонних) ребенок боится многого. Чтобы справиться

со своими страхами, дети или замыкаются в себе, или злятся! Если вы любите своего ребенка, то чувства к увиденным страданиям ребенка быстрее вас «отрезвят» от эмоций к мужу;

- как можно быстрее возьмите себя в руки и успокойтесь;
- спокойным голосом объясните ребенку, что вы сердиты на папу и не сдержались, и вам жаль, что он стал невольным свидетелем этого конфликта;
- после ссоры оба родителя в любой для них удобной форме должны сообщить, что они любят ребенка и поговорят друг с другом, чтобы решить конфликт. Подобные сообщения могут служить профилактикой психологической травмы детей;
- маме надо проанализировать и лучше понять истинную причину своей злости и поговорить об этом с мужем наедине, чтобы вновь не сорваться по какой-нибудь незначительной причине при ребенке.

3 Если ребенок в общественном месте впадает в истерику «хочу это!»

Если ребенок впал в истерику, скорее всего, вы прозевали момент, когда он просил вас купить что-то, а вы не достаточно твердо дали ответ, и ребенок решил, что он еще может другими средствами вас «угговорить».

Что делать? Три варианта:

- можно не реагировать, а дальше следовать своему плану. Часто дети прекращают истерику, как только видят, что родители не обращают внимания на их капризы;
- переключить внимание на что-то другое;
- если истерика не прекращается, то спокойно (не кричать, не бить, не угрожать) вывести его из помещения магазина и попробовать успокоить при помощи активного слушания: «Ты расстроен, что тебе не купили вещь, которую ты очень хотел (тебе понравилась) и т. д. ...».

P.S. Для профилактики истерик вы должны до похода в магазин поговорить с ребенком на предмет покупок и материальных расходов. Ребенок должен быть предупрежден: ожидать ему новую игрушку или нет. Родитель должен объяснить причину любого отказа, даже если вам кажется, что ребенок еще не поймет!

4 Если ребенок капризничал и не хотел идти в сад, а Вы торопитесь на работу

Даже если Вы очень торопитесь, поговорите с ребенком и выясните причину капризов. Если причина действительно уважительная, то лучше перезвонить на работу и предупредить, что можете опоздать....

- если ему плохо в детском саду, а вы его не поймете и не поможете, то у ребенка будет формироваться убеждение, что его никто никогда не защитит, он никому не нужен. Обязательно переговорите со всеми воспитателями и помощниками воспитателей (нянечками) о поведении ребенка в группе. Помогите создать комфортные условия своему ребенку в группе;

После ссоры оба родителя в любой для них удобной форме должны сообщить, что они любят ребенка и поговорят друг с другом, чтобы решить конфликт.

- если ребенок не выпался и капризничает, включите активное слушание: выразите понимание, что, когда не выплываться, ничего не хочется; посочувствуйте его состоянию; пожалейте его. Переключите внимание на его интерес, который он может удовлетворить в детском саду или после сада, когда мама или папа, придя с работы, заберут его.

Кстати, ответственность за недосыпание полностью лежит на родителях: необходимо вовремя укладывать ребенка спать, чтобы он успевал выспаться. Этот случай должен вас дисциплинировать и внимательнее относиться ко времени сна ребенка.

- если ребенок не хочет идти в сад, а хочет побыть с вами, выразите сожаление, что так >>>

мало общаетесь, скажите о своей любви к ребенку. Постройте совместно план (который вы сможете осуществить) на совместный вечер или ближайшие выходные. А вам на заметку: если не хватает маминого внимания, то вам нужно изменить количество или качество взаимодействий с ребенком.

5 Если ребенок в гости капризничает и ведет себя вызывающе

Отчитывать, ругать, угрожать наказаниями, бить при свидетелях – не выход. Не стыдитесь поведения своего ребенка, он только учится жить и выстраивает отношения, а вы его помощник в трудных ситуациях! **Его капризы – это знак того, что он в тупике и не знает как из него выйти.** Отведите в сторону,

спокойно выясните, в какой именно «тупик» он попал: его обижают, ему мало внимания, он злится на проигрыш, его не воспринимают как лидера, ему не нравятся дети или игры, у него были другие планы на это время, он мечтает играть со своей игрушкой, которая осталась дома; банально устал или копирует поведение одного из родителей и др.

Причина вызывающего поведения всегда есть, важно ее понять, и тогда легче будет подобрать слова, помощь и совет ребенку.

6 Если ребенок на детском празднике замкнулся, не общается с детьми, сидит в уголке

● если ваш ребенок всегда активный, а на этот раз сидит поодаль и ни с кем не общается, будьте рядом, не заставляйте участвовать как все. Можете там же, если удобно, поговорить о том, что случилось: на кого он обиделся, на кого злится. Можно этот разговор перенести домой. Спросите, чего он хочет сейчас: остаться или пойти куда-то в другое место;

● если он постоянно замкнутый на праздниках, малообщительный, то с таким ребенком необходимо себя вести еще более аккуратно и тактично на самих праздниках. Постепенно вовлекать во взаимодействие с детьми. Во время бесед прояснить, чего он боится в общении с ребятами. Приглашайте домой друзей с детьми, устраивайте дома праздники, чаще хвалите, замечайте хорошее в своем чаде. Возможно, его замкнутость – это след его

Вам на заметку: если не хватает маминого внимания, то вам нужно изменить количество или качество взаимодействий с ребенком.

темперамента, характера или даже какого-то диагноза. Тогда нужно вести себя соответственно рекомендациям специалиста. Родитель может помочь справиться со страхами и комплексами и укрепить уверенность в себе! Главное: аккуратно и деликатно социализировать, без нажима.

7 Если Ваш ребенок ударил другого ребенка

● если вы были свидетелем и ваш ребенок первым ударил, то ребенку-жертве скажите, что ваш сын не хотел его обидеть, и окажите ему больше внимания, нежности, чтобы ваш ребенок почувствовал, что сейчас ваше внимание отдается другому;

● через некоторое время со своим ребенком важно поговорить о случившемся. Голос должен быть спокойным и твердым. Если вы видите, что ребенок страдает – чувствует вину или боится потерять ваше доверие – голос может быть мягче. Используйте активное слушание: «Сейчас ты чувствуешь вину. А ударил, потому что злился на мальчика/девочку, потому что тот не давал тебе игрушку (разрушал твою пирамидку, забирал твои вещи, не хочет играть с тобой, у него много друзей, а у тебя нет и т. п.)... Ты имеешь право злиться и сказать ему об этом, а бить за это нельзя». Важно объяснить ребенку, что он чувствует и как с этими чувствами обходиться, а драться – это не лучший способ решения проблем.

● наберитесь терпения, потому что объяснять такие вещи скорее всего придется не один раз. И каждый раз выясняйте причину: проблема внутренняя у вашего ребенка (злость, обида, комплекс) или провокация со стороны других детей?

P. S. Вызывающее поведение может быть причиной особых чувств к родителям: привлечение внимания, злость за что-то, банальное копирование поведения родителей. В зависимости от причины ведется соответствующая беседа с ребенком.

Если у ребенка не получается договариваться с детьми, он должен знать, что может попросить помощь у взрослого. Взрослый (родитель), услышав ситуацию, может посоветовать, как действовать дальше.

Если родители ведут себя агрессивно друг с другом и к ребенку, то первым делом важно изменить подобную тактику общения, а иначе все беседы бесполезны или даже могут негативно сказываться на формировании психики ребенка (привести к развитию двойных стандартов).

8 Если другой ребенок ударил Вашего ребенка

Когда ребенку больно или обидно, важно его понять и посочувствовать ему. Помочь ему выразить свои чувства. Если ребенку трудно назвать свои чувства, то родитель помогает ему, задавая наводящие вопросы и объясняя те или иные чувства. Родитель может сделать замечание, если стал свидетелем, потом аккуратно выяснить, что же произошло.

Ни в коем случае не надо родителю бить обидчика или рьяно защищать своего, если он спровоцировал конфликт. Если не в первый раз ударил этот мальчик вашего ребенка, то своему ребенку надо объяснить, что порой сдачу давать можно, чтобы драчун больше не трогал его. Важно, чтобы ответные действия вашего малыша были адекватными (желательно рассмотреть возможные варианты).

Важно учить ребенка разбираться в своих чувствах и поступках, поведении и понимать, что может последовать после этого и быть готовым к этим последствиям.

Помните: воспитывать (ругать, учить, наказывать) при чужих детях или взрослых нельзя. Вы можете заложить комплекс проблем: хроническое чувство стыда, низкую самооценку, неуверенность в себе.

9 Если Ваш ребенок на людях сказал грубое или неприличное слово

● если ребенок сам ступевался и замер и выглядит виновато, то можно не реагировать при людях. Разговор перенести на то время, когда вы останетесь наедине. Скажете, что вы заметили, как он ступевался, и рады, что он сам понял, что поступил некрасиво;

● если ребенок продолжает говорить, используя неприличные слова, обратитесь по имени, используя твердый, даже жесткий голос, высказав, что его слова вас >>



расстраивают, и попросить уважать людей, с которыми он сейчас говорит. Но подобное поведение срывает, если родители сами не используют дурные слова в своем лексиконе!

К сожалению, слова, что взрослым можно использовать, а детям нет – долго не работают! Заставить ребенка не использовать неприличные слова может собственный пример культурного и воспитанного родителя!

Если же родители не используют подобную лексику, а у чада то и дело проскальзывает неприличные слова, то можно предпочесть наличие какой-то агрессии, неудовлетворенности в его жизни, в частности в отношениях с родителями. Использование неприличных слов детьми может говорить об их желании поскорее быть взрослыми или попробовать что-то новенькое. Подобные причины исчезают, когда родитель общается с ребенком не только чтобы «повоспитывать», но и просто вместе проводит время, играет...

Учитесь постоянно использовать способ общения – активное слушание!

Если ребенок категорически не хочет надевать приготовленную праздничную одежду, а уже пора выходить в гости (на работу и т.п.).

ваше чадо не хочет выполнять вашу просьбу. Вспомните, что случилось накануне: вы ему отказали в чем-то и он затаил обиду и сейчас отказывает вам? Ребенок хотел надеть другую одежду, а вы настояли на своем? У ребенка свои планы на день, он не хочет идти в гости? У вашего ребенка кризис (кризис 3 лет, 7 лет, подростковый) – тогда вы явную причину можете и не найти... В любом случае, важно, чтобы конфликт не разгорался, тогда вы можете спокойно поговорить с ребенком, если сами

не нашли предполагаемую причину подобного поведения. В зависимости от причины стройте беседу, используя активное слушание. Для себя сделайте выводы: если подобное поведение – следствие прежних ситуаций, значит вы не слышали своего ребенка, не поняли его переживаний, и поэтому приходится расхлёбывать в критический момент.

Не собирайте пережитые чувства (обиды и др.) ребенка в снежный ком, остановитесь (т.е. не спешите) и проясните ваши отношения.

если у вас разные вкусы (несмотря на возраст ребенка), может быть, стоит помочь ребенку получить опыт одеваться в то, что хочет он, и получить реакцию других людей на костюм, выбранный им?!

Подведем итоги

СХЕМА РЕАГИРОВАНИЯ:

1. Понять и озвучить, что чувствуете вы.
2. Понять и озвучить, что чувствует ребенок.
3. Прояснить причины поведения, реакций.
4. Принять решение, как действовать дальше.
5. Нейтрализовать причины.

Скорая психологическая помощь не понадобится, если вы при любом общении со своим ребенком будете внимательны к нему, его чувствам, а также к своим переживаниям, реакциям, стереотипам поведения, которые являются негласным примером поступков ребенка!

Учитесь постоянно использовать способ общения – активное слушание!

И помните, что в воспитании важную роль играет стабильность реакций на один и тот же поступок ребенка. ●

Татьяна Мосюк,
мама,
семейный психолог



«А Вы пришли за мной?»

- Здравствуйте!
- А как вас зовут?
- А вы за мной пришли?
- Вы меня заберете?
- А вы видели, как я гулял на улице?
- Тетя Оля, а Вы моя мама?

...И еще очень много вопросов, которые Саша, а именно так зовут нашего героя, успел задать мне за 2 минуты.

Мне все сложнее и сложнее становится приходиться в детский дом: я иногда встречаю там тех ребят, о ком мы уже писали в предыдущих номерах журнала, и они не упускают возможности спросить: «А вы нашли нам маму?». Или: «Вы пришли нас забрать?»

Так хочется достучаться до сердец тех, которые сейчас читают, и никак не решаюсь позвонить и приехать в детский дом!.. Приходите, Вас там очень ждут!

Не буду долго Вас томить и познакомлю с замечательным говорундом Александром.



Информация предоставлена ГУО «Детский дом г. Бобруйска». Директор – Марина Николаевна.
Тел.: 8-0225-49-14-15, 8-0225-49-13-79. Факс: 8-0225-49-17-82. E-mail: bobruiskidetdom@tut.by



По счастливому случаю в день нашей встречи у Саши был День рождения, и настроение у него было хорошее. Он, конечно, ждал подарков и сюрпризов, хоть утром его уже поздравили детки из группы. Они повели хоромы, а потом Саша выбирал себе друга. Сегодня Саша выбрал Дениса, сказал, что Денис маленький и его надо защищать. Я сразу для себя отметила, что Саша выполняет в группе роль защитника. И мечта у Саши соответствующая – он хочет носить погоню: защищать людей! Саше исполнилось 7 лет, и он уже готов к школе. Он рассказывает охотно про то, как уже учится читать, писать, считать.

Саша любит заниматься с пазлами: может часами сидеть и кропотливо складывать картинки. А еще ему нравится рассматривать технику, кататься на велосипеде, купаться в бассейне и рисовать. Очень Саша любит слушать сказки, которые вслух читают детям воспитатели.

Мультфильмы тоже любит смотреть. Любимый мультфильм у Саши – «Даша-следопыт».

Из животных ему больше всего нравится... Кто бы вы думали? Кенгуру!.. Особенно кенгуру-мама: у нее есть сумка, где она носит своего малыша, и тот поэтому никогда не теряется.

И еще... Саша очень любит, когда его обнимают...

Тук, тук, тук!.. Надеюсь, я достучалась до Ваших сердец, дорогие мамы и папы! ●

Беседовала Ольга Рядченко



Весенние перемены: как изменить жизнь семьи к лучшему?



Весна совсем входит в свои права. А с ней приходит и неумная тяга к переменам и обновлениям. К пасхальным праздникам мы, по привычке, обновляем дом и наводим в нем большой порядок. Именно весной большинство женщин решается на смену прически или цвета волос. Ну а удержаться от весенней диеты и мыслей о «стройной нимфе на пляже» мы уж никак не можем.

Весна меняет жизнь. И хочется верить, что всегда к лучшему. Меняется что-то в нас, а значит, меняются и отношения с близкими людьми. А почему бы не использовать именно этот весенне-переменчивый ажиотаж во благо и своей семье?

Как часто мы осознанно что-то меняем именно в отношениях? Конечно, новый шарфик купить проще. Но обрести новую полезную привычку всей семье хоть и сложнее, но гораздо важнее.

Весна меняет жизнь. Меняется что-то в нас, а значит, меняются и отношения с близкими людьми.

Создаем 5 новых привычек для всей семьи!

1. УМЕНЬШАЕМ КОЛИЧЕСТВО ВРЕДНОЙ ЕДЫ

Да-да, мы все зимой позволяем себе побольше вкусняшек, полуфабрикатов, а детям вредных сладостей. Так почему бы целенаправленно не составить новое меню, начать всем вместе есть на завтрак полезные каши, а не бутерброды, и заменить напитки чистой водой! Почему сейчас? Потому что летом в отпуске вы все равно позволите себе лишнее. Лучше заранее выработать полезную привычку. Заодно и бюджет сэкономите к этому самому отпуску.

Вкусняшки очень тянут копейки, хоть и незаметно.

2. С НОВА НАЧИНАЕМ ГУЛЯТЬ

И лучше всем вместе и 2 раза в день на свежем воздухе в парке. Во-первых, это полезно. Во-вторых, прогулки с наблюдениями за жителями лесопарковой зоны будут очень познавательными и интересными для всех членов семьи. А еще вы сможете укрепить ту тонкую связь и чувство «единства», которые возникают при совместных занятиях с близкими.

3. РАНЬШЕ ВСТАЕМ И ПРОВОДИМ ВРЕМЯ С ПОЛЬЗОЙ

Это не так сложно. Теперь светлеет раньше. И проснуться раньше гораздо проще. Может быть, вам придется и раньше лечь. Но это уже совсем хорошая привычка! Если вы все вместе сумеете встать на час раньше, все вместе сделать легкую зарядку, позавтракать не торопясь, обсудить планы на день, то ваше возвращение в семью после рабочего дня будет не только приятным, но и очень долгожданным. И больше никаких обвинений, что вы проводите мало времени с детьми!

Стоит ли говорить, что семьи, объединенные единым хобби, гораздо счастливее, чем остальные?!

Оборудуйте каждому маленькому уголочек по предпочтениям, обсуждайте все пожелания и перестаньте заставлять всех соответствовать вашему представлению о дачном отдыхе. Пусть дача станет вашим любимым местом, где вы будете проводить время вместе. Так, как каждому будет удобно.

5. ИЗУЧАЕМ ЧТО-ТО НОВОЕ

Устройте марафон по освоению новых навыков с действительно классными призами на финише. Весна очень подойдет для освоения разговорного английского для ребенка, курсов визажа для мамы и навыков «слесаря» для папы. Выберите то, что каждому по душе, и соревнуйтесь в успехах. Победитель – получит приз и знания. Что может быть важнее?!



4. СТАВИМ СОВМЕСТНЫЕ ЗАДАЧИ

Стоит ли говорить, что семьи, объединенные единым хобби, гораздо счастливее, чем остальные? Это и понятно: общая точка соприкосновения. Достаточно вместе читать или рисовать, ходить вместе на выставки, гонять на велосипедах или играть в настольные игры. Главное – вместе! А для тех, у кого на все вышеперечисленное нет сил, есть неизбежно хороший вариант – дача. Дачный сезон только начинается. И если он вас касается, то используйте и его во благо семье. Чтобы не было криков «Ненавижу огород!», создайте на даче настоящий праздник для души каждого.

Конечно же, это не весь список того, что можно придумать. Но ведь в этом и суть! Каждая семья уникальна. Нужна ли вам привычка просмотра фильма перед сном или вы хотите от неё избавиться – решать только вам. Но постарайтесь не упустить прекрасную весну для того, чтобы сделать жизнь самых дорогих вам людей еще счастливее! ●

Ирина Щербо,
фотограф,
блогер (maminafazenda.by),
мама





Kids' Fashion Days BFW 2016:

Как это было...



ГАРДЕРОБЧИК

День первый

Первым коллекцию детской одежды представил ТМ «Орхидея фэшн». Одежда бренда является не только красивой и качественной, но и безопасной: все вещи соответствуют стандартам качества и гигиеническим требованиям.

ОАО «Жлобинская швейная фабрика» представили коллекцию детской одежды «Монпасье». Коллекция отличается практичностью, удобством и большим разнообразием цветовых решений.



По завершении первого дня состоялся показ моделей школьной формы от белорусских дизайнеров. Школьные будни могут быть яркими, модными и интересными!

День второй

Бренд Next представил яркую коллекцию предстоящего сезона. Дизайнеры создают одежду как для подростков, которые стремятся выглядеть модно, так и для малышек, только появившихся на свет.

В этом сезоне бренд Dешanel представил сразу две коллекции. «Malina.by» – яркая коллекция с элементами кожи и сетки для детей и подростков, которые не боятся нарушать правила. Коллекция «Славия» – новое прочтение элементов народного костюма славянских стран в современной одежде.



Mothercare.

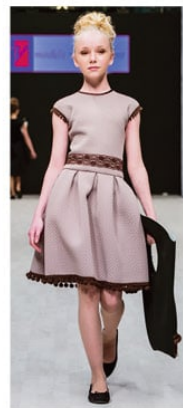
Коллекция предстоящего охватывают широкий спектр цветов и оттенков: от ярких неоновых до более мягких и приглушенных.

В разработке детской одежды VanaBerry участвуют непосредственно сами дети. Главным отличием бренда является его универсальность.

Впервые свою коллекцию показала дизайнер детской одежды Валерия Крыса. Коллекция «Радуга Хемшина» – новая сказка для современного ребенка. Коллекция полностью построена на сочетаниях ярких красок природы долины. Изюминка коллекции – шали-капюшоны и повязки, что еще раз подчеркивает слияние восточной и западной культур.

В новом сезоне студия «Артеком» и дизайнер Наталья Алейникова представили коллекцию «Ranica» бренда VyaselkaStars. Моделей для показа предоставила театральная подиум-школа VyaselkaStars.

Бренд Leya.me (дизайнеры Светлана Злотникова и Светлана Серегина) представил коллекцию «Mexicanstory». Удобные, современные, модные вещи с элементом игры – таков концепт марки.



День третий

Завершающий день проекта открыли показы детских коллекций брендов SV Models (Литва), Мария Скорина, Ольга Агей, Ирина Сазанович.

Бренд SV Models (Литва) в этом сезоне представил коллекцию «Mosepc». Не секрет, что многие люди по всему миру начинают свое утро с чашечки ароматного кофе. История кофе «Mosepc» отражена в каждой детали костюмов.



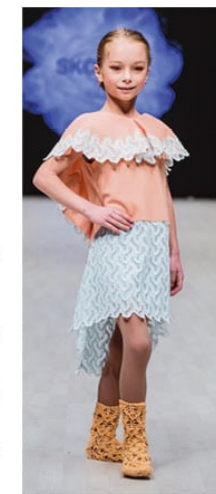
Дизайнер Ольга Агей

представила коллекцию «Платье превращается...», которая состоит из двух взаимосвязанных частей. Каждая модель трансформируется несколько раз! Прямые силуэты, простые формы кроя и нежные пастельные тона подчеркивает молодость и свежесть.



Дизайнер Ирина Сазанович

презентовала новую коллекцию с чарующим названием «Provence». Легкий крой, удобные модели, натуральные ткани и, конечно, узнаваемый дизайнерский почерк – рюши и кружева. ●



Представляем НОВУЮ КОЛЛЕКЦИЮ для маленьких модниц!

«Angels» от «Evoshkastyle»

Создатели коллекции – Эвлин Обейд Юсеф и Сара Обейд.



У Эвлин это не первая коллекция. Она не устает удивлять своими свежими решениями для взрослых и детей. И на этот раз получилась уникальная коллекция! Каждая модель – это настоящее произведение искусства! Все рисунки на одежде – ручная работа. Настоящая картина, но не на холсте, а на одежде!



ГАРДЕРОБЧИК



Эвлин и Сара – художницы. Они пишут картины, организуют собственные выставки... Но такого не ожидал никто...



Коллекция получилась очень яркой и необычной, по-настоящему весенне-летней!

При создании коллекции художницы использовали специальные краски и уникальную технику росписи по тканям. А сама одежда – это сочетание трикотажа и фатина...



Думаете, получилась очень «нежная» вещь? А вот и нет! Эти художественные маечки отлично стираются!



Уже более 20 уникальных комплектов насчитывает коллекция «Angels», но это не предел... Коллекция пополняется!!!

Кстати, в апреле состоится показ этой коллекции в Москве на неделе моды Estetfashionweek.

Скоро: коллекция спортивных костюмов от "Evonkastyle"! ●





Анна Лысая

Анна Лысая – юная вокалистка из города Бреста. Родилась 9 февраля 2006 года. Учится в 4 классе в ГУО «УПК детский сад-начальная школа № 7 г. Бреста». Занимается вокалом в эстрадной студии «7 НОТ» под руководством Натальи Олеговны Мурзиной.

Как воспитать талантливого ребенка?

Педагогические размышления и жизненные наблюдения родителей маленькой артистки Лысой Анны (г. Брест)

В копилке Анны более 20 наград Республиканского и Международного значения. Среди них диплом лауреата 1-й степени Молодежного творчества «Звезды осени» в г. Живец (Республика Польша), диплом лауреата 2-й степени Международного фестиваля детско-юношеского конкурса «Мы вместе» (2014 г.); диплом 2 степени IV Открытого конкурса вокального искусства «Зорны старт» (2015 г.); диплом лауреата 2 степени I Международного конкурса детского и юношеского творчества «В гостях у Деда Мороза» в рамках конкурса «Салют талантов» (2015 г.) и т.д.

Награждена Почётной грамотой Белорусского союза композиторов за лучшее исполнение произведения профессионального композитора на IV Открытом конкурсе юных исполнителей эстрадной песни «Маладзічок-2015».



Мама:

– Я твердо убеждена, что успехи ребенка в юном возрасте – во многом результат его родителей. Ведь именно они на начальном этапе помогают малышу разобраться в том, кто он есть, к чему более склонен.

Уже в раннем возрасте было понятно, что Анечка будет петь. Она пела постоянно и везде. Мы поощряли это ее увлечение, хотя оно не казалось нам серьезным и многообещающим. Когда Аня пошла в первый класс, то пела даже на уроках. Естественно, она получала за это замечания. Со временем Анюта поняла, что на уроках нужно слушать учителя.



Педагог по вокалу:

– Аня очень веселая, добрая, целеустремленная девочка. Обладает яркой музыкальностью, артистизмом, трудолюбием.

Родители стараются воспитать у нее активную жизненную позицию, а самым лучшим способом для этого выступает личный пример.

У них многодетная семья: четверо детей. Кстати, эта семья – победитель городского и областного этапов конкурса «Семья года-2014», а в республиканском этапе она была среди финалистов.

Вот и Анечка постоянно участвует в международных и республиканских конкурсах. Сотрудничает с Брестским оркестром духовой и эстрадной музыки под руководством Валерия Коваля.

Папа:

– Я всегда стараюсь в воспитании Ани не переборщить с критикой. На начальном этапе так важно поддержать ребенка, вселить в него уверенность, что все получится, уже получается. Наше положительное отношение к ее увлечениям, поддержка ее таланта помогают Ане раскрываться еще ярче и побуждают повышать профессиональное мастерство. Поэтому Анна усердно занимается вокалом в одной из самых лучших студий Республики и хореографией в составе школьного танцевального коллектива «Конфетти». Любит рисовать, посещает изостудию.

Мама:

– Для нас также важно, чтобы наша дочь росла в духовной, высоко нравственной и человеческой среде, поэтому Анна посещает воскресную школу храма Тихвинской иконы Божьей Матери. Там она тоже раскрывает свои таланты и приобретает новый вокальный опыт: поёт в церковном хоре, участвует в православных фестивалях.

И в заключение хотелось бы сказать: если вы хотите вырастить талантливого ребенка, в первую очередь, растите его в любви и заботе. Тогда вам удастся почувствовать, к чему проявляет склонности ваше чадо, и наладить его дальнейший творческий рост, и научить его творить без помощи родителей. И впоследствии из вашего талантливого ребенка обязательно получится талантливый взрослый! ●

Фестиваль «ЮНЫЙ МОДНИК» в Смолевичах



ИГРОВАЯ ТЮЛЯНКА

Смолевичский городской Дом культуры собрал маленьких джентльменов на фестиваль «Юный модник».

Участники от 6 до 9 лет примут участие во всех этапах фестиваля: презентация своего таланта, театральный выход в образе героя любимой сказки, дефиле в строгом костюме. Всего 9 участников от 6 до 9 лет боролись за призы на нескольких конкурсных этапах: «Знакомство», во время которого участники должны были предстать перед зрителями в образе сказочного персонажа, «Дефиле» с вопросами по этикету, а также конкурс «Презентация таланта».

Первые шаги на большой сцене мальчики уже сделали, дальше им предстоит только работать над собой, совершенствовать свои таланты и кто знает, возможно, кто-то из них станет в будущем известным певцом или танцором.



Члены жюри: артистка белорусской эстрады Наталья Ярмоленко, парикмахер-стилист Алина Курмыса, фэшн топ-модели Ариана Курмыса и Полина Триколич, модель мировых подиумов Юлия Богук, посол доброй воли от Белорусского Детского Хосписа на территории Европы и Восточной Европы, Миссис Вселенная «Социальная активность-2015» Светлана Статкевич, директор УП «Минская волна» Тамара Вятская.

Сегодня мы поближе знакомимся с участником, который в конкурсе занял первое место – это **СТЕПАН ШВЕДОВ**.



Степан самый старший ребенок в семье. Его брату Ване 5 лет, а сестричке Лизе скоро будет 2 года. Степан очень любит младших, а они с него всегда берут пример. Но и досаждают младшие Степану немало. Наверное, поэтому любимый мультфильм у Степана – «Маша и медведь». Степа всегда очень сочувствует медведю, так как он ассоциирует себя с ним: младшая сестричка очень похожа на Машу, и Степе частенько приходится с ней «воевать».

Степа увлекается шахматами. Серьезно занимается каратэ: имеет уже зелёный пояс, есть награды за многократные победы на республиканских соревнованиях.

А еще Степан занимается рисованием и танцует хип-хоп.

Очень ответственный, доброжелательный и исполнительный, всегда станет на защиту слабых и активно принимает участие в разных конкурсах и олимпиадах.

А вот какую профессию выберет в будущем, Степан пока не определился. Ведь сейчас ему интересно так много всего! ●

Свершился
третий

Фестиваль скворечников

Итак, это произошло 9 апреля 2016 года в Минском зоопарке. Ура!..

Пусть не было тепло, как обещал прогноз погоды, но все же праздник удался! Спасибо всем-всем, кто не побоялся серого неба и не очень весенней погоды! Все вместе мы создали прекрасное настроение и с пользой провели эту субботу.

Мы не будем утомлять вас долгим рассказом (а он мог быть очень долгим). Приходите на наш следующий праздник – на Четвертый фестиваль скворечников – и сами все увидите!!!



Теплые слова благодарности всем, кто помогал...

АЗБУКА
УМА

Наш постоянный
соорганизатор – ГАЛИНА
ЧАЙКОВА («Азбука ума»).



Наш главный партнер в этом году – **МИНСКИЙ ЗООПАРК**, который предоставил площадку, оборудовал 2 станции квеста и предоставил льготные билеты для участников!

Большое спасибо всем помощникам-волонтерам.

А также творческим коллективам, которые поддержали концертную программу на нашем фестивале: образовательно-продюсерскому центру «Аванти», центру современного танца «Смарт дэнс», детскому музыкальному театру «Сюрприз», детскому театру танца «Подсолнух» (и лично Варюше Ивановой!), фольклорному ансамблю «Кірмаш», образовательно-продюсерскому центру Натальи Скопец.

С организацией станций нам помогли



центр
экологических
решений



Отдельное спасибо нашим подарочным партнерам, которые поддержали детский энтузиазм приятными подарочками:

mothercare



ВНИМАНИЕ! ЕЩЕ ОДНА АКЦИЯ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ ТРЕТЬЕГО ФЕСТИВАЛЯ СКВОРЕЧНИКОВ!

Все участники Третьего фестиваля скворечников могут найти свое фото в нашей фотогалерее на сайте bambini.by и поучаствовать в розыгрыше приза!

Но для этого нужно выполнить одно задание: найти и сфотографировать свой скворечник!!! (Почти все скворечники установлены в зеленой зоне, прилегающей к зоопарку.)

Фото нужно прислать в редакцию с пометкой Вашего номера.

Итак, готовимся к новым приключениям!..

Товары для детей: важное в мелочах



Любой родитель ожидает, что товары для детей будут максимально безопасны и свободны от токсических веществ. Однако нередко товары для детей все же содержат некоторое количество опасных токсических веществ, которые могут вызывать образование злокачественных опухолей, нарушать деятельность эндокринной и репродуктивной систем.

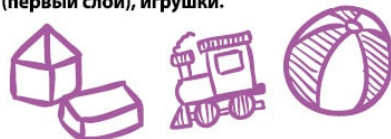
Стоя у прилавка, практически невозможно определить, содержит ли тот или иной товар опасные химические вещества. Тем не менее, тщательно обдумывая выбор, внимательно исследуя товар, можно попытаться минимизировать наличие опасных химических веществ в товарах для ваших детей. Всегда имеет смысл, приобретая игрушку или товар для ребенка, попросить сертификат соответствия.

ТОВАРЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОМУ КОНТРОЛЮ (по состоянию на октябрь 2014 г.)

Товары для детей: игры и игрушки, постельное белье, одежда, обувь, учебные пособия, мебель, коляски, сумки (ранцы, рюкзаки, портфелии т.п.), дневники и аналогичные изделия, тетради, прочие канцелярские товары из бумаги и картона, принадлежности канцелярские или школьные, искусственные полимерные и синтетические материалы для изготовления товаров детского ассортимента.

ТОВАРЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ГОСУДАРСТВЕННОЙ РЕГИСТРАЦИИ (по состоянию на октябрь 2014 г.)

Предметы личной гигиены для детей и взрослых; предметы детского обихода до трех лет: посуда и изделия, используемые для питания детей, предметы по гигиеническому уходу за ребенком; одежда для детей (первый слой), игрушки.



Одежда, обувь, постельное белье

Изделия для новорожденных и бельевые изделия для детей до 1 года должны быть изготовлены из натуральных материалов. Внешние и декоративные элементы в изделиях для новорожденных и бельевых изделиях для детей в возрасте до 1 года (кружева, шитье, аппликации другие аналогичные элементы), выполненные из синтетических материалов, не должны непосредственно контактировать с кожей ребенка.

Обратите внимание на наличие рисунков, принтов и объемных деталей на детской одежде. Если рисунки объемные, шершавые и мягкие на ощупь, при сжатии рисунка остаются трещинки, то, скорее всего, данный рисунок выполнен с использованием ПВХ (PVC). ПВХ может содержать фталаты – вещества, опасные для развития репродуктивной системы ребенка. Старайтесь избегать использования одежды с подобными рисунками, отдавая предпочтение вышивке или набивным рисункам.

Особое внимание стоит уделить тканям с антибактериальными свойствами (носки, белье, спортивная одежда), поскольку такое покрытие может содержать трибутилолово – вещество, токсичное для печени, нервных клеток и клеток иммунной системы.

Специальная маркировка

В выборе безопасной одежды и белья для детей поможет экологическая маркировка.



ЗНАК «DER BLAUE ENGEL» – НЕМЕЦКАЯ ЭКОМАРКИРОВКА

Маркировка отображает обеспокоенность как вопросами охраны окружающей среды, так и защиты прав потребителей. Присваивается продуктам, текстильным материалам, услугам, которые безопасны для окружающей среды, соответствуют высоким стандартам по гигиене и безопасности труда и пригодности для использования.



ЗНАК «ORGANIC 100 CONTENT STANDARD»

Сертификат гарантирует конкретное содержание органически выращенного сырья в составе продукции, однако не декларирует отсутствие химических компонентов, используемых при производстве конечной продукции.



TESTED FOR HARMFUL SUBSTANCES ACCORDING TO OEKO-TEX® STANDARD 100

Знак «Oeko-TexStandard 100» – знак сертификационной системы, разработанной для текстильного сырья, промежуточных и конечных продуктов на всех этапах производства.

Сертификация в том числе охватывает тестирование на наличие вредных веществ, которые запрещены или регулируются законодательством; химических веществ, которые вредны для здоровья, но официально не запрещены к использованию. >>

Интернет-магазин детских товаров
KURNOSIK.BY
 (широчайший ассортимент от игрушек до мебели)
 Всё лучшее детям!
 +375 29 253 83 60 • +375 29 153 62 08
 Всё товар сертифицирован.
 При ссылке на журнал **Bambini** – скидка 5%!

ВАЖНЫЙ СОВЕТ:

Каждый раз, приобретая новую одежду для себя или своего ребенка, тщательно задумайтесь над выбором: покупаете ли вы ее, исходя из необходимости или поддаваясь моде. Каждая новая купленная вещь – это, во-первых, негативное влияние на окружающую среду, большой расход ресурсов (например, на изготовление одной хлопчатобумажной майки расходуется около 2 700 литров воды). Во-вторых, это серьезная угроза здоровью, поскольку готовые изделия могут содержать остатки веществ для производства (формальдегид, каустическая сода, тяжелые металлы), что может вызывать аллергические реакции, контактные дерматиты и прочие серьезные проблемы со здоровьем.

Детские бутылочки для кормления и посуды

Выбирая детскую бутылочку, внимательно изучите, из какого материала она изготовлена. Откажитесь от использования бутылочек, поильников, детской посуды, изготовленной из поликарбоната (маркированы знаком переработки с цифрой 7 и/или надписью «other» и/или PC), потому что данный тип пластмассы в качестве пластификатора может содержать вещество бисфенол А, которое оказывает крайне негативное влияние на развитие репродуктивной системы.

Отдайте предпочтение бутылочкам, изготовленным из стекла (теперь их делают очень легкими и прочными) или полипропилена (на дне или сбоку должен стоять знак переработки, цифра 5 и/или буквенный код РР/ПП). Обратите внимание на наличие знаков на упаковке: «BPA-free», «Не содержит БФА», «Не содержит Бисфенол А». Узнайте, из какого именно материала изготовлена бутылочка или поильник.

Если на поверхности посуды нанесены рисунки, оцените прочность нанесения; питьевой край кружки не должен быть декорирован рисунками.

Аналогичные требования предъявляются к посуде из фарфора, керамики.

Школьные принадлежности

ШКОЛЬНЫЕ РЮКЗАКИ. Важными факторами для выбора рюкзака являются безопасность и удобство для вашего ребенка. Рюкзак должен поддерживать спину, иметь широкие лямки, быть легким, но при этом вместительным и иметь достаточно карманов. Флуоресцентные полосы на лямках позволят защитить вашего ребенка от несчастных случаев на дороге. При выборе рюкзака отдайте предпочтение наиболее универсальной модели, которая сможет прослужить несколько лет, обладает достаточным запасом для взросления ребенка, учитывая предпочтения моды.

Отдавайте предпочтение рюкзакам, изготовленным из текстиля, избегайте наличия рисунков и принтов из ПВХ, которые могут содержать вредные пластификаторы (фталаты).

КАНЦЕЛЯРСКИЕ ТОВАРЫ. Выбирая любые канцелярские товары, обратите внимание, предназначен ли данный продукт для детей.

Выбирая **карандаши**, лучше отдать предпочтение карандашам с деревянным корпусом, без лакового и цветного покрытия (особенно для малышей, которые нередко грызут кончик карандаша).

Ручку для детей младшего возраста можно выбрать из легкого цельного деревянного или бумажного корпуса. Для детей постарше предпочтение стоит отдать ручкам из прочного металлического корпуса со сменными стержнями. На ручку можно нанести гравировку с именем ребенка. Такой вариант более экологичен, поскольку ценной металлической ручкой ребенок будет очень дорожить и стараться ее не потерять; сменные стержни позволят такой ручке служить очень долго. Чернильная паста должна быть на спиртовой или на водной основе (последнее – оптимальный вариант).

При выборе детской посуды, отдавайте предпочтение бутылочкам из стекла.



Модные яркие кроссовки с героями «Моя маленькая пони». Со светодиодами, дышащей антибактериальной стелькой.

Mamazin в ТЦ Скала
Минск, ул. П. Глебки, д. 5, 1 этаж
+375 (29) 700-7-780
с 10.00 до 22.00 без выходных

Mamazin в ТЦ Арена-сити
Минск, пр-т Победителей, д. 84
2-ой этаж, напротив фуд-корта
+375 (29) 635-7-780
с 10.00 до 22.00 без выходных

В интернете:
www.mamazin.by
+375 (44) 780-7-780
+375 (33) 378-7-780





Теперь носить ваши тяжелые сумки будет «Остров чистоты»!

Начальник отдела маркетинга сети дискаунтеров «Остров чистоты» Арина Смаль:
– Теперь у нас работает еще и свой интернет-магазин. Все покупки, которые в нем будут делать наши покупатели, доставят домой. По всей Беларуси!

*Преимущество первое:
забываем о тяжелых сумках*

Закупка всего необходимого почти всегда ложится на женские плечи. Особенно тяжело приходится молодым мамам, когда в одной руке – сумки, а в другой – ребенок. А нужно для дома так много: и шампуни, и порошки, и кондиционеры, и мыло... Ведь именно из отделов бытовой химии мы регулярно выходим с тяжелыми сумками. В сети дискаунтеров «Остров чистоты» уверены, что мамочке не стоит надрываться: есть решение!

Теперь «Остров чистоты» в буквальном смысле готов взвалить на себя груз наших проблем. Все тяжести будет носить, а точнее, возить **служба доставки** дискаунтера. Ни идти в магазин, ни тем более стоять в очереди больше не надо.

*Преимущество второе:
хотим в магазин... дома*

Теперь «Остров чистоты» точно доступен для всех белорусов. И для занятых женщин, и для мужчин, которые не любят ходить по магазинам, и для молодых мам, которым порой выбраться за нужными покупками очень сложно; и для слабых здоровьем пожилых людей. Для них – удобный и функциональный интернет-магазин «Остров чистоты».

ИТАК, ИДЕМ В МАГАЗИН:

1. В браузере достаточно ввести **ostrov-chistoty.by**.
2. На главной странице нажать плашку «интернет-магазин», которая в правом верхнем углу горит красным, и перейти в «интернет-магазин»
3. Выбрать нужные товары, сложить их в корзину и оформить покупку.
На все про все – буквально пара минут!
4. Оплатить товар нужно будет только при доставке (наличными или банковской картой).

*Преимущество третье:
получаем скидки и приятные бонусы*

1. В магазинах «Остров чистоты» всегда есть акции и скидки!
2. Для покупателей интернет-магазина на все товары, кроме акционных, **минус 10% от цен в дискаунтерах!** Оформили интернет-покупку на сумму от 150 000 рублей? Для вас доставка будет **бесплатной!**



ЗНАКИ-ПОМОЩНИКИ НА ИГРУШКАХ



Знак «СТБ».

Логотип представляет собой знак соответствия в белорусской системе сертификации. Маркированный данным знаком товар прошел сертификацию в соответствии с белорусским законодательством, в результате которой гарантируется его безопасность.



Знак «РСТ».

Знак соответствия при обязательной сертификации в России. Маркированный данным знаком товар прошел сертификацию в соответствии с российским законодательством, в результате которой гарантируется его безопасность.



Знак «УкрСЕПРО».

Знак соответствия украинской системе. Маркированный данным знаком товар прошел сертификацию в соответствии с украинским законодательством, в результате которой гарантируется его безопасность.



Знак «СЕ».

Специальный знак удостоверяет, что изделие соответствует основным требованиям директив ЕС и гармонизированным стандартам Европейского Союза, а также то, что продукт прошел процедуру оценки соответствия директивам. Маркировка СЕ указывает на то, что изделие не является вредным (опасным) для здоровья его потребителей, а также безвредно для окружающей среды.



Знак «СЕ» (ChinaExport).

Знак, который большинством покупателей и даже продавцами воспринимается как знак СЕ (CE MARK) Европейского Союза. Но сходство исключительно внешнее. Этот знак (марка, символ) символизирует, что продукт был произведен в Китае. Это не случайно, что маркировки настолько похожи, что трудно провести различие между ними. Это агрессивный подход, чтобы ввести в заблуждение потребителей. Знак «ChinaExport» не имеет регистрации, подтверждения тестирования и достаточно часто ставится китайскими изготовителями продукции без прохождения процедуры сертификации СЕ для Европейского Союза.



Знак «ЕАС».

Единый знак обращения продукции на рынке стран Таможенного союза. Продукция, маркированная им, прошла все установленные в технических регламентах Таможенного союза процедуры оценки (подтверждения) соответствия и отвечает требованиям всех распространяющихся на данную продукцию технических регламентов Таможенного союза.



Знак «0-3».

Знак, налагающий возрастное ограничение (от нуля до трех лет) на товар (детские товары и игрушки). Наличие данного знака не стоит игнорировать, потому что игрушка, маркированная данным знаком, может иметь мелкие детали или обладать характеристиками, накладывающими ограничение на возраст ребенка.

Маркеры и клеящие карандаши выбирайте с пометкой «pontoxic» или помеченные как легко смываемые: в этом случае в составе не будут использованы токсичные парящие вещества.

Корректирующие жидкости лучше выбирать на водной основе (waterbased) или в форме корректирующей ленты со сменными блоками.

Выбирая **мелки**, отдайте предпочтение мелкам на основе воска, а не парафина.

Выбирая **краски**, отдайте предпочтение пальчиковым или акварельным. Пальчиковые краски предназначены для нанесения непосредственно на кожу (предполагается возможность неумышленного проглатывания), поэтому они считаются менее токсичными. Они, как правило, состоят из воды, мела, минеральных пигментов или пищевых красителей. Кроме того, производители добавляют в пальчиковые краски горькие добавки, чтобы у детей не возникло желание съесть их.

Выбирая **пластилин** для лепки, отдайте предпочтение традиционному пластилину, изготовленному из глины с добавлением воска. Откажитесь от покупки пластилина на основе ПВХ, поскольку такой вид материала может содержать опасные для здоровья фталаты.

Покупая ребенку **тесто для лепки**, убедитесь, что у малыша нет аллергии на глютен, один из компонентов муки, используемый для изготовления теста. ●



По материалам «Семейного путеводителя по вопросам химической безопасности, Минск 2014 (подготовлен «Центром экологических решений»



Внимание! Новый фотоконкурс!

Журнал «BAMBINI» и сайт BAMBINI.BY проводят фотоконкурс – «Наверное, это моя профессия...»

Такие забавные наши детки, когда пытаются выглядеть взрослыми! А как радостно и тепло на душе, когда они пытаются помочь нам, взрослым, в наших делах. Пусть неумело и нетерпеливо, но с большим азартом и интересом, что всегда вызывает добрую улыбку на лице взрослых. Ведь правда?

Присылайте нам, пожалуйста, свои фото, на которых детки либо помогают Вам, либо увлеченно заняты каким-либо профессиональным делом...

Условия конкурса:

- 1) фотография должна соответствовать тематике конкурса (см. выше); принимается не более 5 фото одного участника;
- 2) возраст конкурсанта-ребенка – до 8 лет;
- 3) фото должно быть хорошего качества, то есть четкое, не замутненное, не затемненное и не засвеченное;
- 4) фото в электронном виде не должно быть «тяжелее» 1 мегабайта;
- 5) фото должно быть сопровождено данными о конкурсантах:
 - имя и фамилия детей, дата их рождения,
 - город проживания;
 - Ф.И.О. папы или мамы;
 - контактный телефон, e-mail;
- 6) фото может направляться на конкурс родителями, законными представителями ребенка либо с их согласия;
- 7) человек, приславший фото на конкурс, должен обладать бесспорными авторскими правами на изображение;
- 8) в галерее фотоконкурса на сайте фотографии размещаются в течение двух рабочих дней;
- 9) фото, присланные на конкурс, могут быть размещены на сайте BAMBINI.BY и в журнале «BAMBINI»;
- 10) фото принимаются до 30 мая 2016 года, голосование прекращается 5 июня 2016 г.

Самые интересные фото можно будет увидеть в печатном выпуске журнала «BAMBINI».

Информация о призах будет размещена на сайте BAMBINI.BY.

Фото загружаются на сайт bambini.by через анкетную форму!

Наши телефоны: (017) 290 76 22, (017) 290 76 33, (029) 610 70 88

Наш адрес: 220005 г. Минск, пр-т Независимости, 58, оф. 425

КОНКУРС В КОНКУРСЕ: СКАЗОЧНЫЕ ПОДЕЛКИ ПО СКАЗКЕ «МАЛЬЧИК-С-ПАЛЬЧИК»

В рамках этого конкурса мы снова объявляем еще и конкурс поделки или рисунка на сказочную тему.

Для участия в нем нужно прочитать с малышом сказку «Мальчик-с-пальчик».

Приза удостоится самая интересная поделка, которая покажет, как внимательно Вы читали с малышом сказку.

Кстати, очень ждем Ваши отзывы в наших социальных сетях по поводу того, какая версия этой сказки (интерпретация какого автора или какой народный вариант) Вам больше нравится.



Новинка



+ 1 пачка бесплатно!



стерилизованное для питания детей раннего возраста

BeLakt

www.bellaktbaby.com

Волковыское ОАО «Беллакт» УНП 500043093



Создаем основу здорового будущего. **NAN.3 с OPTIPRO.**

**Белок OPTIPRO. — специальная
разработка Nestlé для малышей!**

nestlebaby.ru
88 200 011 05 37



ЛИНИЯ ЗАБОТЫ Nestlé
Ответы на вопросы по питанию



Звонки со стационарных телефонов для потребителей из Беларуси бесплатные. Идеальной пищей для грудного ребенка является молоко матери. Продолжайте грудное вскармливание как можно дольше после введения прикорма. Детское молочко NAN® 3 — с 12 месяцев, не является заменителем грудного молока. Необходима консультация специалиста. Представительство ООО «Нестле Россия» (РФ) в РБ, 220140 г. Минск ул. Домбровская, д. 9, оф. 3.2.3-3.2.5, УНП 102314934. Реклама. Товар зарегистрирован. *Владелец товарных знаков: Société des Produits Nestlé S. A. (Швейцария).