

**Читайте  
в номере:**

## Бабочки — это круто > 16

Малыш из Томска  
побывал на передаче  
«Лучше всех!»

Моя первая еда, —  
как правильно  
вводить  
прикорм? > 4

Доходим до  
беременности  
с хорошим  
самочувствием > 8

Лопухость —  
не проблема > 14

...А папа против? > 34





## ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Начало учебного года — это новый старт в жизни. Конечно, впереди много хлопот (куда без них?), но всё равно в будущем ваш ребёнок будет вспоминать школьные годы как чудесное

время открытий, искренней дружбы и первой чистой любви. Главное, — чтобы вы были рядом, — с вашим жизненным опытом, мудростью и внутренней силой. Ведь именно мы с вами — первые люди, которые помогают ребёнку поверить в себя, обрести себя.

Давайте вместе двигаться по Стране знаний вперёд! Пусть удивительные события и люди встречают нас на каждом шагу! Открыть мир заново вместе со своими детьми, — что может быть лучше? Жизнь продолжается!

С любовью и самыми лучшими пожеланиями к вам и вашей семье,  
**Татьяна Нараева**, главный редактор.

### МАМЕ — В КОПИЛКУ ЗНАНИЙ

Моя первая еда, — как правильно вводить прикорм? ..... 4

### БЫТЬ МАМОЙ — КРУТО!

Доказываем беременность с хорошим самочувствием ..... 8

### АКТИВНЫЙ ОТДЫХ

Плывём навстречу малышу ..... 10

### МАМЕ — В КОПИЛКУ ЗНАНИЙ

Серебро дороже золота?..... 12

### ГЛАВНАЯ РАДОСТЬ — ЗДОРОВЬЕ

Лопухость — не проблема ..... 14

### НАШИ ГЕРОИ

Бабочки — это круто! ..... 16

**СКАЗКИ О ВСЕЛЕННОЙ** ..... 26

### МАМЕ — В КОПИЛКУ ЗНАНИЙ

Заниматься творчеством всей семьёй..... 30

...А папа против? ..... 34

### Журнал «Маминa радость» №2 (6) 2018

Проект осуществлён редакцией ООО «Издательский дом «Смелая версия» для свободного распространения (бесплатно).

**Учредитель, издатель** —  
ООО «Издательский дом  
«Смелая версия».

**Редактор** —  
Татьяна Сергеевна Нараева.

**Макет** — Ксения Терентьева.

**Корректурa** — Ольга Глебова.

**Идея** — Анна Турчакова.

**Фото** — Максим Кобзев.

**Рекламный отдел** — А. Зайцева,  
Е. Кособокова, Т. Нараева.

**Журналист:**  
Алёна Зайцева.

**Облачко-всезнайка** —  
Татьяна Нараева.

**На обложке** —  
Дима Шарабурко.

**Редакция благодарит  
ОАО «ТЭМЗ» и лично  
генерального директора  
И. И. Пушкарёва за поддержа-  
ку в выходе издания.**

**Адрес редакции, учредите-  
ля, издателя:** 634021, Томск,  
пр. Фрунзе, 111, оф. 310,  
ООО «ИД «Смелая версия».

**Телефоны:** (3822) 28-24-60,  
28-24-61, 28-24-62, 28-24-63.

**Эл. почта:** smel.rs@mail.ru

**Сайт:** www.smel.tomsk.ru

**Отпечатано в ООО «Типогра-  
фия «Иван Фёдоров»:**

634026, Россия, Томск,  
ул. Розы Люксембург, 115, стр. 1.

**Телефон/факс** (3822) 78-80-80,  
**телефон** (3822) 78-30-80.

**Эл. почта:** mail@if.tomsk.ru

**Тираж** — 999 экземпляров.

**Заказ** № 18205.

Сдано в печать 30.03.2018 г.  
Дата выхода — 04.04.2018 г.



**ЦЕНТР  
РЕПРОДУКТИВНОГО  
ЗДОРОВЬЯ**  
доктора Спириной

# Введение беременности

- УЗИ плода 3D/4D
- УЗИ всех органов
- Лечение бесплодия
- Все виды анализов
- Терапевт, окулист, маммолог, дерматолог
- Андролог
- Эндокринолог, невролог, ревматолог
- Гинекологическая эндокринология
- Подбор контрацепции
- Подбор менопаузальной гормональной терапии

**Телефон:**

**799-200**

**Адрес:** г. Томск, пр. Фрунзе, 39  
(2 этаж)

**E-mail:** [info@drspirina.ru](mailto:info@drspirina.ru)

**Сайт:** [drspirina.ru](http://drspirina.ru)

**Время работы**

ПН—ПТ

**с 8.00 до 20.00**

сб—вс

**с 9.00 до 16.00**

Лицензия № ЛО-70-01-001948 от 08.12.2016

Реклама

Перед применением конкретных методов  
лечения проконсультируйтесь со специалистами!



# Моя первая еда, — как правильно вводить прикорм?

Грудное молоко на первых месяцах жизни малыша удовлетворяет абсолютно все его нужды. Но ребёнок растёт, потребность в питательных веществах, витаминах и минералах увеличивается, и возникает необходимость введения в рацион других продуктов.

Текст:  
Алёна Зайцева

**К**ак это сделать правильно, рассказала перинатальный психолог, консультант по грудному вскармливанию Центра репродуктивного здоровья доктора Спириной, специалист, обладающий двумя профессиональными образованиями (медицинским и психологическим) **Галина Кузнецова**.

— Главное, что нужно знать о прикорме: он не должен заменять грудное или искусственное питание малыша, — говорит Галина Александровна. — Всемирная организа-

Перед применением конкретных методов леч

ция здравоохранения (ВОЗ) рекомендует продолжать грудное вскармливание до двухлетнего возраста и дольше.

Прикорм же малышу нужен для знакомства с пищей и формирования пищевой толерантности, то есть чтобы предотвратить развитие аллергических заболеваний. Кроме того, более густая еда, чем грудное молоко, необходима для стимуляции моторики желудочно-кишечного тракта, формирования жевательного аппарата и процесса глотания продуктов различной консистенции.

Вводить прикорм нужно в возрасте четырёх-шести месяцев, но не стоит полагаться только на цифры. Существуют признаки готовности малыша к введению в рацион новых продуктов:

- ребёнок хорошо держит голову и может сидеть практически без поддержки
- он открывает рот, когда приближается ложка с едой, отворачивается от неё, если не голоден, и закрывает рот с ложкой в нём
- держит еду во рту, а затем глотает её, не выталкивая и не выплевывая
- проявляет интерес к тому, что едят взрослые, тянется к столу, пробует взять что-то из тарелок
- вес новорождённого удвоился и составляет больше шести килограмм (это происходит как раз в четыре — четыре с половиной месяцев), а для недоношенных деток предлагается говорить об увеличении веса в три раза)
- малыш остаётся голодным после кормления грудью, плачет, требует ещё, а при искусственном вскармливании съедает более 900 миллилитров смеси за сутки и все равно остаётся голодным
- на момент начала прикорма ребёнок должен быть абсолютно здоров, прививки накануне и в ближайшие дни после не запланированы.

При этом важно помнить, что наличия двух-трёх признаков недостаточно, и будет лучше, если они совпадут все.

Железо и цинк — это вещества, которых первыми начинает не хватать малышу. Поэтому лучше первый прикорм начать с круп или овощей, в которых они находятся в легкоусвояемых формах. Если ребёнок плохо набирает в весе или у него жидкий стул — лучше начать с каш, а овощи ввести спустя месяц, если же малыша чаще крепит, то наоборот.



### Галина Кузнецова,

перинатальный психолог, консультант по грудному вскармливанию Центра репродуктивного здоровья доктора Спириной, специалист, обладающий двумя профессиональными образованиями (медицинским и психологическим).





**Картофель** вводится  
чуть позже.

Для начала прикорма подойдут **кабачок, цветная капуста, брокколи.**

Овощи для прикорма должны быть отварены, а затем измельчены в блендере на самой высокой скорости до состояния воздушной гомогенизированной консистенции. Важно помнить, что все овощные пюре должны быть монокомпонентны, то есть, состоять из одного продукта. Лучше всего подойдут кабачок, цветная капуста, брокколи. Картофель вводится чуть позже, а морковь и тыква ближе к году, поскольку на красные и оранжевые продукты часто возникает аллергическая реакция. Фрукты же содержат большое количество сахара, поэтому с ними лучше повременить и давать малышу пюре из них, только когда он привыкнет к овощам.

Каши должны быть из безглютеновых круп: рис, кукуруза и гречка. Их нужно промыть, просушить, перемолоть в муку и уже из неё варить каши на воде, не добавляя сахара и соли.

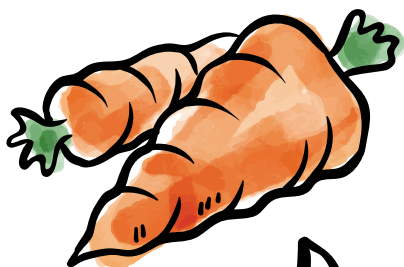
Конечно, можно пользоваться уже готовыми пюре, покупая их в магазине. Но необходимо следить, чтобы они были монокомпонентными, и не содержали сахара, соли и крахмала.

Третий прикорм — мясной. Он вводится через месяц после второго. Лучше всего подойдут такие гипоаллергенные виды, как мясо индейки и конина, с осторожностью можно попробовать телятину и курятину, но не начинать прикорм с них. Если предлагаем малышу рыбу, то она должна быть речная, с белым мясом, например, треска или окунь.

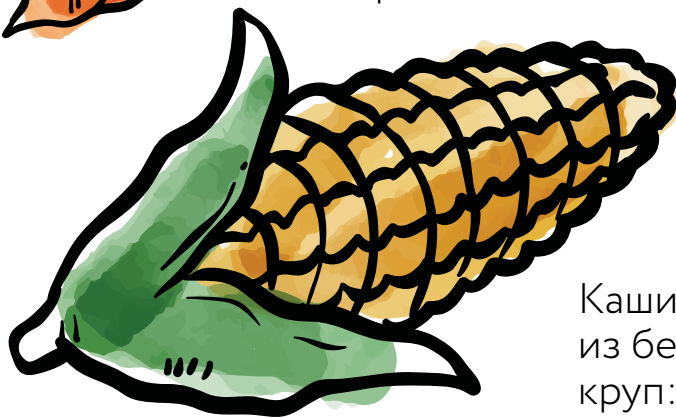
Кусочки мяса нужно прокрутить через мясорубку дважды, затем отварить и измельчить блендером.

Разумеется, в начале знакомства малыша с любым видом продукта, необходимо учитывать, что продукт должен быть максимально измельчён. Но по мере взросления малыша его нужно приучать и к более

Перед применением конкретных методов леч



**Морковь и тыква** ближе к году, так как часто возникает аллергическая реакция.



Каши должны быть из безглютеновых круп: **рис, кукуруза и гречка.**

твёрдой пище. Так с семи-девятимесячного возраста консистенция блюд должна быть более густой. Это всё ещё пюре, но его можно измельчать на более низкой скорости блендера. К девятому месяцу его можно просто растереть вилкой, а также постепенно предлагать ребёнку более твёрдую пищу, например, печенье или кусочек пшеничного хлеба. Нужно обязательно наблюдать за крохой, чтобы он не подавился. Ещё фрукты или овощи можно помещать в нибблер — это силиконовая пустышка с маленькими дырочками. Ребёнок надавливает на соску деснами, и оттуда через дырочки маленькими равномерными порциями выходит еда.

Существуют и запретные для прикорма продукты, в основном это те, которые могут вызвать аллергию или в которых у малыша ещё нет потребности: цитрусовые, шоколад, сахар, соль, какао, мёд, морепродукты. Экзотические фрукты и овощи, которые не

растут в нашем регионе, тоже лучше давать малышу уже после года.

— Всё это мы рассказываем будущим мамам на курсах подготовки к родам, — говорит Галина Александровна. — Но, как правило, по прошествии нескольких месяцев после рождения часть информации забывается, зато появляются новые актуальные вопросы. Поэтому в нашем центре есть «Клуб активных родителей» и «Школа пациента», где в формате лекционных занятий или живого общения мы рассказываем молодым родителям все тонкости и подробности. Разбираем в индивидуальном порядке ситуацию каждого малыша.

От того, как проходят первые месяцы жизни ребёнка, во многом зависит его будущее здоровье. Поэтому обязательно обращайтесь за консультацией к врачам. И помните, что, позвонив в Центр доктора Спириной, вы можете бесплатно получить консультацию по интересующему вас вопросу! ●

ения проконсультируйтесь со специалистами!



# Доходим беременность с хорошим самочувствием



**Ольга Жилиякова,**  
заведующая акушер-  
ским отделением  
патологии беременно-  
сти родильного  
дома № 4

**Не секрет, что третий триместр — особое время для мамочек. На что обратить особое внимание и как избежать проблем, рассказывает Ольга Жилиякова, заведующая акушерским отделением патологии беременности родильного дома № 4.**

**Текст: Татьяна Нараева**

**У**величение массы тела ведёт к возрастанию нагрузки на сердечно-сосудистую систему. Однако избежать негативных последствий или свести их к минимуму вполне реально. Надо лишь придерживаться некоторых правил.

— Самое приятное и простое, — говорит специалист, — это регулярно принимать освежающий (но не холодный!) душ, что тонизирует кожу и повышает тонус сосудов. Причём не вытирайте тело насухо, достаточно промокнуть влагу мягким полотенцем и дать высохнуть. Потом на-



Если дневной сон не мешает хорошо засыпать ночью, воспользуйтесь такой возможностью. Чаще отдыхайте! Планируйте свои дела так, чтобы равномерно распределять их на всю неделю и меньше уставать.

несите тонкий слой лёгкого нежирного питательного крема (подойдёт недорогой детский крем). Для свежести и увлажнения лица отлично пригодится спрей с термальной водой. Постарайтесь избегать ванночек с холодной водой для ног: отсутствие активного движения в сочетании с холодом может привести к спазму сосудов или спровоцировать ангину. Зачем вам это? Лучше воспользуйтесь контрастным душем нижних конечностей (тёплый, прохладный).

Одежду выбирайте светлую, просторную, из натуральных тканей, обувь — не тесную и на низком каблучке.

Пейте часто, но небольшими порциями. Предпочтение отдайте негазированной воде, умеренно сладким компотам, морсам, охлаждённому зелёному чаю. Свежевыжатые соки и соки из пакетов содержат слишком много сахара, что усиливает жажду. Из уличных перекусов (если очень хочется есть) стоит остановить свой выбор на мороженом, и лучше — на фруктовом льде.

Гулять, конечно, желательно ежедневно, — в скверах и парках, где тенистые аллеи, и воздух более свежий, чем вдоль транспортных магистралей. В идеале стоит провести лето за городом, — там легче переносится жара, и экология лучше.

Если дневной сон не мешает хорошо засыпать ночью, воспользуйтесь такой возможностью. Чаще отдыхайте! Планируй-

те свои дела так, чтобы равномерно распределять их на всю неделю и меньше уставать. Откажитесь от поездок на общественном транспорте в часы пик: если воздуха не хватает вам, значит, и будущему малышу некомфортно.

Кроме того, врач рекомендует в третьем триместре воздержаться от дальних поездок, даже к морю. В другие климатические условия, с разницей в атмосферном давлении и прочих факторах. Это может привести к преждевременным родам или осложнениям. В этом случае вам понадобится срочная медицинская помощь, а вы уверены, что в другой стране или другом регионе вам её экстренно окажет нужный специалист? Откажитесь от экспериментов.

Зато сочетать полезное с приятным помогут занятия физической культурой в специализированных группах, которых сейчас много: йога для беременных, плавание для беременных, калланетика для беременных, да мало ли чего ещё! Определённые упражнения укрепят мышцы тазового дна, сердечно-сосудистую систему, словом, подготовят ваш организм к родам.

И, конечно, не забывайте о любви! Ближе к родам вам просто необходим гормон удовольствия — окситоцин, а небольшие регулярные сокращения матки способствуют подготовке родовых путей к родам. Так что смотрите с оптимизмом в будущее и настраивайте себя на хорошее! ●



# Плывём навстречу малышу

Часто приходится сталкиваться с устоявшимся мнением, что физические нагрузки во время беременности всё-таки нежелательны, но следует признать, что они не просто приносят удовольствие, но и оказывают огромный положительный эффект на здоровье и самочувствие женщины. Главное, подобрать оптимальный вид занятий. Например, аквааэробику, которая имеет минимум противопоказаний.

Текст: Алёна Зайцева

— **В**ыполнять упражнения в воде полезно беременным на любом сроке, — утверждает **Елена Малаховская**, инструктор по аквааэробике фитнес-клуба «Армстронг». — При погружении

по плечи, тело теряет до восьмидесяти процентов своего веса, за счёт чего практически исчезает нагрузка на суставы и позвоночник. При этом мышцы работают даже интенсивнее, поскольку при движении приходится преодолевать сопротивление воды.



На занятиях аквааэробикой беременные выполняют не только силовые упражнения, но и комплексы на растяжку и расслабление, что очень важно для подготовки к родам.

— Особый упор мы делаем на растяжку и укрепление мышц живота и промежности, — говорит Елена. — А ещё учим правильно дышать, потому что именно своим дыханием мама помогает малышу появиться на свет безболезненно и безопасно. Упражнения на релакс позволяют женщине расслабиться и научиться доверять жизненным ситуациям. Так уж складывается, что мы, прекрасный пол, умеем работать, сосредотачиваться и держать всё под контролем. Но во время родов приходится просто довериться врачам и собственному телу, и надеяться на лучшее. Психологически принять это нелегко, но необходимо.

Положительный эффект тренировки оказывают и на уменьшение отёков, которые часто становятся для будущих мам настоящей проблемой. Происходит эффект лимфодренажа, который после занятий можно закрепить в сауне, которая находится прямо в фитнес-клубе.

— В нашей сауне температура держится на уровне 60–70 градусов, — рассказывает Елена, — что способствует постепенному прогреванию тела и максимальному расслаблению мышц. Завершить процедуру лучше контрастным душем (тёплый– прохладный).

Заниматься аквааэробикой можно, начиная с двенадцатой недели и до самых родов, причём, чем больше срок, тем полезнее и эффективнее тренировки, ведь ближе к концу беременности нагрузка на организм увеличивается, и возможность хотя бы частично её снять становится всё более ценной.

— Наши тренировки построены по принципу индивидуального подхода, когда инструктор может уделить достаточно времени каждой женщине, — говорит Елена. — Благодаря этому мы убрали многие ограничения и противопоказания для занятий в бассейне. Но всё равно остаются стандартные: нельзя заниматься, если у вас воспалительные процессы, клиническая угроза прерывания беременности или кожные заболевания.

В остальных случаях аквааэробика полезна и даже необходима! И, как любая тренировка, приносит массу положительных эмоций. Плавайте на здоровье! ●



**Елена Малаховская,**  
инструктор по аквааэробике фитнес-клуба  
«Армстронг»



**Адрес:**

пр. Комсомольский 68/5,  
**телефон:** 905-654.

**Сайт:** [armstrong.tomsk.ru](http://armstrong.tomsk.ru)

[vk.com/armstrong\\_tomsk](https://vk.com/armstrong_tomsk)

[instagram.com/  
armstrong\\_tomsk](https://instagram.com/armstrong_tomsk)

[facebook.com/  
armstrong.fitness.tomsk](https://facebook.com/armstrong.fitness.tomsk)

Предъявителю  
журнала —

**скидка 10%**



# Серебро дороже золота?

Интервью: Татьяна Нараева

**Многие из нас, конечно, слышали о целебных свойствах воды священной индийской реки Ганг. Купание в ней врачует кожные заболевания, воспаления различного толка, всевозможные инфекции и многое другое. Это отнюдь не суеверие: река омывает большое месторождение серебра, и ионы этого благородного металла уничтожают болезнетворные бактерии, оздоравливая организм.**

## ДЛЯ СПРАВКИ

**Юнона** — древнеримская богиня семьи и рождения, семейных постановлений, материнства, женщин и женской производительной силы.

**Н**о до Индии далеко, да и ехать туда необходимости нет: в Зырянском районе Томской области бьёт свой источник минеральной воды, обогащённой серебром. Компания «Сибирские Эко-напитки» добывает её и бутилирует под брендом «Юнона». Огромный плюс воды заключается в том, что её источник находится в значительном удалении от промышленных предприятий, в таёжной глубинке. То есть вода чистая и добывается в нашей, родной климатической зоне, что немаловажно.



**Галина Никитина,**  
врач-диетолог

Кроме бактерицидных свойств, вода с содержанием серебра является прекрасным антиоксидантом, то есть может способствовать омоложению, скорейшей регенерации тканей и систем организма.

Способность бороться с вредоносными микроорганизмами — настоящая палочка-выручалочка при заболеваниях полости рта (полезно как полоскание, так и питье), аллергических и бронхолегочных заболеваниях, прекрасно подходит тем, у кого проблемы с кишечной перистальтикой. И, конечно, очень полезна для кожи: ожоги, высыпания, ранки — всё это при промывании серебряной водой заживает лучше. Вот почему даже рекомендуют ванночки с такой водой для новорождённых в качестве профилактики раздражения кожи малыша.

Также ионы серебра благотворно воздействуют на образование нуклеиновых кислот, которые незаменимы для активной работы головного мозга. Ещё серебряная вода усиливает действие антибиотиков и других препаратов. Некоторых, например, перекиси водорода, в сотню раз.

Кроме бактерицидных свойств, вода с содержанием серебра является прекрасным антиоксидантом, то есть может способствовать омоложению, скорейшей регенерации тканей и систем организма.

Хочется отметить, что в «Юноне» также содержатся в сбалансированном виде важнейшие элементы: магний, кальций, калий. Они помогают лучше усваиваться, например, находящимся в этой воде сульфатам, которые помогают выведению токсичных веществ. И хлоридам, которые важны для

всех, ведущих активный образ жизни, — скажем, для деток и молодых мамочек. Если же говорить о фосфатах, то без них жизнь человека вообще невозможна: в разумных дозах они регулируют процессы метаболизма (то есть «отвечают» за похудение), поддерживают функцию нервной системы, необходимы для опорно-мышечного аппарата и работы головного мозга.

Напоследок, как врач, хочу напомнить нашим читателям, что вода «Юнона» является питьевой и может употребляться без ограничений. Но прежде чем применять что-либо в лечебных целях, всегда следует обращаться к специалисту-медику за индивидуальной консультацией.

В следующем выпуске журнала мы расскажем вам полезные рецепты с использованием питьевой артезианской воды «Юнона». До новых встреч! ●



Реклама

Оставить заявку можно на сайте:  
[eco-napitki.ru](http://eco-napitki.ru)



В Первой частной клинике успешно делают детские отопластические операции



# Лопухость — не проблема



**Илья Казанцев,**  
кандидат медицинских  
услуг, врач — пластический  
хирург, микрохирург,  
действительный член  
SAPRASC

**В человеке всё должно быть прекрасно — и тело, и душа и... даже ушки. Для кого-то оттопыренные ушки — дефект, а для кого-то — милая особенность внешности.**

**С**овременная медицина располагает самыми разными возможностями для коррекции того, что, по мнению человека, не совсем совершенно. Тогда мы говорим об эстетической (реже реконструктивной) коррекции наружного уха — отопластике. Когда речь идёт об эстетической отопластике, то самым лучшим периодом для её выполнения является детский возраст. И вот почему:

- в 6–7 лет практически прекращается рост хряща ушной раковины у детей
- при нарушении анатомии ушного хряща формируется лопухость, которая является эстетическим дефектом

Перед применением конкретных методов леч

■ проведение отоπλαстической операции детям перед поступлением в первый класс определяет правильную социальную адаптацию ребёнка

■ реабилитация после операции не длительна и занимает около месяца

Операцию рекомендуют делать в осенне-зимний или весенний период, когда инсоляция сведена к минимуму и люди носят шапки, которые оказывают дополнительную поддержку ушам. Но при соблюдении правил реабилитационного периода и наличия современных реабилитационных материалов ограничения по периоду выполнения операции снимаются. И период летних каникул — лучшее для этого время.

Отопластика для детей проводится под местной анестезией. Для такого вида анестезии требуется минимальное медицинское обследование и подготовка. В ходе операции выполняется резекция хряща ушной раковины, моделирование нормальной анатомии её изгибов. Учитывая современные медицинские технологии, рецидив сводится к минимуму. При такой отопластике нахождение в стационаре три-четыре часа.

И вот наступает самое ответственное — реабилитационный период. В отопластике 60% успеха зависит от самих пациентов, а именно от строгого соблюдения рекомендаций врача. Тугая повязка, которая прижимает ушки к голове, а также позволяет оставаться операционной зоне сухой, показана только первые четыре дня, затем достаточно текстильной повязки на день и эластичного бинта на ночь. Такой режим нужно соблюдать в течение месяца. Привычному образу жизни это не мешает, но спорт и тяжёлые нагрузки противопоказаны. Именно правильный режим препятствует формированию осложнений.

В заключении, хочется отметить, что отопластика — это удивительная часть пластической хирургии, которая, как и прочие, позволяет улучшить качество жизни человека, дать ему уверенность в собственных силах. И если такая возможность есть — почему бы ею не воспользоваться? В Первой частной клинике мы используем современные технологии и хороший шовный материал, которые в сочетании с нашим практическим опытом дают отличные результаты. ●

*Первая*  
ЧАСТНАЯ КЛИНИКА



## Услуги отделения педиатрии

### Консультации специалистов:

- педиатр
- невролог
- лор
- окулист
- хирург
- уролог
- травматолог — ортопед
- эндокринолог
- кардиолог
- гастроэнтеролог
- аллерголог — иммунолог
- психолог
- дерматолог
- гинеколог
- косметолог
- трихолог
- пластический хирург

Телефон  
**651-650**

1klinika.ru

chastna

Лицензия № ЛО-70-01-001721 от 20 ноября 2015 года

Реклама

ения проконсультируйтесь со специалистами!



# Бабочки — это круто!

Текст: Алёна Зайцева

15 апреля 2018 года вышел в эфир выпуск программы «Лучше всех», где четырёхлетний Дима Шарабурко из Томска доказал своё звание самого юного знатока бабочек в нашей стране. Мы поговорили с ним и его мамой Софьей, чтобы узнать, откуда появилась такая любовь к чешуекрылым?

**Н**аша встреча произошла тёплым весенним вечером, когда на улице только-только начали появляться бабочки, изредка цепляя взгляд радужными всполохами крыльев. Гораздо больше их было на карточках в маленькой пластиковой папке, которую Дима с важным видом выложил на стол и, запустив туда руку, достал сразу целую охапку.

## ПРИРОДА — ОДНА БОЛЬШАЯ КНИГА

— Эта бабочка называется репейница, — указывает он на одну из картинок. — А это лимонница, я её в Лагерном саду видел, когда на самокате катался. Она прямо сейчас летает, а потом засыпает. А ещё я видел боярышниц и желтушниц.

— Расскажи, какие у тебя дома живут бабочки? — подсказывает Диме мама.

— Тропические? — Дима ещё раз внимательно смотрит в папку, — О, вот бабочка, которая у нас была, но мы отпу-



О, вот бабочка, которая у нас была, но мы отпустили её нечаянно. Она называется морфо. А вот и синяя жемчужина — моя любимая бабочка. А ещё есть бабочка, которая занесена в Красную книгу, — она исчезает прямо в банке.

стили её нечаянно. Она называется морфо. А вот и синяя жемчужина — моя любимая бабочка. А ещё есть бабочка, которая занесена в Красную книгу, — она исчезает прямо в банке.

— Это он сам себе такую историю про банку придумал! — смеётся Софья. — На самом деле читать мы ещё не умеем, и пока не учимся, контролируем нагрузку на глаза.

Мама будущего лепидоптеролога (учёного, изучающего бабочек) рассказывает, что Дима начал говорить очень рано, ещё в год. И уже тогда родители поняли, что ему постоянно нужно заниматься, развивать мышление.

— В два года мы стихи учили. А ещё я вешала над кроватью картинки с изображени-



ями разных предметов и зверушек, сначала чёрно-белые, а потом и цветные. Постоянно проговаривали с ним: покажи, где зайка? И он показывал, — делится Софья. — В два с половиной года они с папой на прогулке выучили все марки машин по значкам. Так мы поняли, что у Димы хорошая зрительная память. Я читала ему книжки, энциклопедии детские. В результате он выучил сначала птиц, потом мы принялись за диких кошек, а позже и за морских обитателей.

Прошлым летом в Сибири и на Алтае случилось нашествие боярышниц, они были буквально везде: на лужах, на траве, на деревьях. Конечно, если ребёнок видит такое необычное явление, это привлекает его внимание.





С Максимом Галкиным на интервью они беседовали буквально обо всём на свете! Общение длилось минут сорок, хотя на ТВ и попало всего пять.

— Когда муж взял Диму с собой на рыбалку, они увидели очень много бабочек, — говорит Софья. — Для него произошло настоящее погружение в познание природы. Когда вернулись, первое, что сын у меня спросил: «Раз есть книжки про животных, то ведь и про бабочек должны быть, правильно?». Конечно, мы не могли проигнорировать такое желание малыша: в сентябре купили большую энциклопедию и начали её изучать.

### КАК СТАТЬ ЛУЧШЕ ВСЕХ

Программа «Лучше всех» появилась на российском телевидении в 2016 году, и сразу полюбилась телезрителям. Смотреть на талантливых детей всегда интересно!

— Инициаторами отправить видео в программу «Лучше всех» были наши бабушки. Очень она им нравится, — улыбается Софья. — Как-то в пятницу вечером я просто сняла любительское видео, как Дима называет бабочек по карточкам, буквально с одного дубля. Отправила, и уже в понедельник мне позвонили с приглашением на кастинг. В Москву мы полетели в декабре, сам кастинг длился буквально пятнадцать минут, а в конце марта состоялась съёмка.

— Нас все спрашивают, сколько раз Дима репетировал перед выходом на сцену? — говорит Софья. — На самом деле — нисколько. Прямо в первый день нас привели в помещение, где проходит подготовка к передаче. Всё показали: где будут гореть огонёчки, куда нужно будет пройти на сцену. Каждому малышу назначается отдельное время, чтобы не приходилось ждать. На завтра мы пришли на примерку костюма. И всё, на этом подготовка была закончена. После этого мы пару дней отдыхали и гуляли, и на пятый пришли на съёмку. Нас встретил психолог, забрал Диму, они посидели перед сценой, поговорили, что будет происходить. Меня же в этот момент увели в зрительный зал. Я немного беспокоилась, что сын испугается, потеряет меня, начнёт стесняться. Но всё прошло отлично. С Максимом Галкиным на интервью они беседовали буквально обо всём на свете! Общение длилось минут сорок, хотя на ТВ и попало всего пять. На удивление, Дима ничуть не смущался ни зрителей, ни камер. Повлияла, наверное, очень доброжелательная атмосфера. После интервью сделали перерыв, пока психолог играл с Димой, готовилась сце-



на. И потом ещё минут двадцать длилось само выступление.

— Мне очень понравилось, — добавляет Дима. — Такие большие бабочки там были!

Надо отметить, успех на ТВ только укрепил Софью в правильности выбранного пути по воспитанию ребёнка. Дело в том, что мама Димы получила педагогическое образование, и поэтому она подходит к воспитанию сына с научной точки зрения, используя и комбинируя различные методики.

— С самого рождения малыша я старалась уделять пристальное внимание развитию мелкой моторики, — рассказывает Софья. — Использовала разные приёмы, в том числе пестование. То есть вы не просто механически ухаживаете за малышом, но и проговариваете, что именно делаете (давай наденем шапочку, а теперь перчатки, чтобы нам было тепло), а то и читаете разные рифмованные пестушки, проводите пальчиковые игры и так далее. Это целый процесс настройки родителей на биоритмы ребёнка и настройки ребёнка на биополе Земли. Так он развивается быстрее и гармоничнее.

Пространство вокруг Димы Софья устроила, согласно системе Монтессори, предоставляя малышу свободу действия и воспитывая навыки самостоятельности, например, уборки после игры.

Активно используется и методика раннего развития Макото Шичиды, основанная на том, что возможности интеллекта детей практически безграничны, а все ограничения связаны с упущениями в воспитании.

— Я использую приёмы, которые мне кажутся хорошими и полезными, — говорит Софья. — Нет смысла заикливаться на какой-то одной, лучше брать самые интересные наработки. И вообще развитие должно быть гармоничным. Про физическую часть



Я использую приёмы, которые мне кажутся хорошими и полезными. Нет смысла заикливаться на какой-то одной, лучше брать самые интересные наработки. И вообще развитие должно быть гармоничным.

тоже забывать не стоит: сейчас мы активно занимаемся плаванием.

Планы на лето у мамочки тоже грандиозные:

— Будем учиться играть в шахматы, они хорошо развивают логику. А ещё мы занимались английским, но в последнее время немного забросили. Нужно вернуться к этому.

Мы не знаем, кем станет в будущем мальчик. Хочется лишь пожелать ему не терять любознательности и смотреть на мир с интересом, каждый день совершая открытия! ●

# Эксклюзивный проект Фитнес-МАМА

Тренируйтесь  
вместе!



Реклама

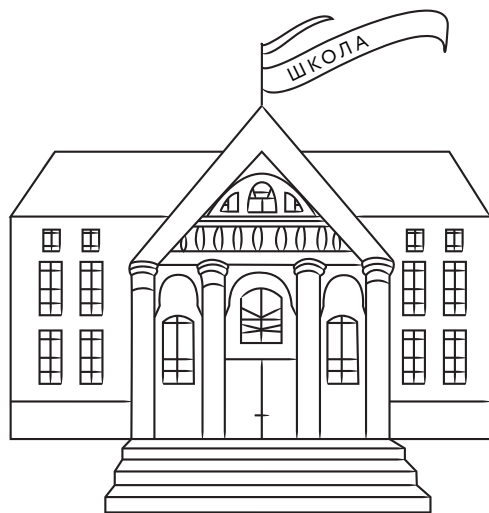
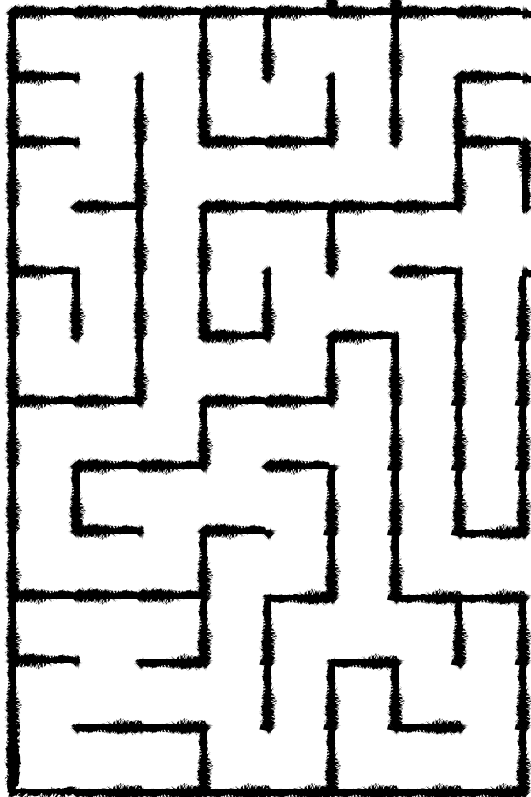
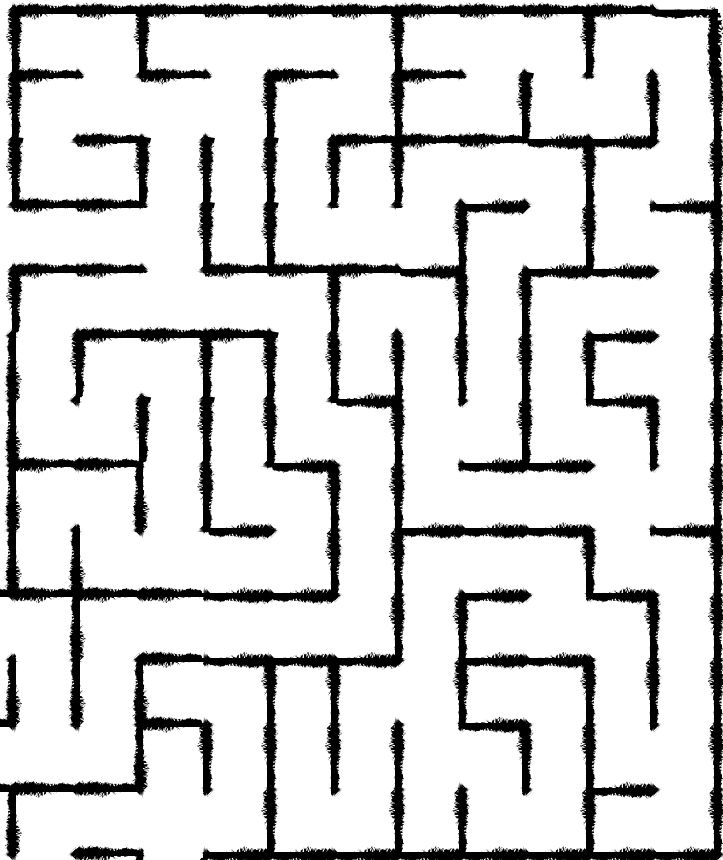
## Для вашего отдыха и оздоровления:

- Бассейн 23 м
- Финская сауна
- Инфракрасная кабина
- Детский бассейн
- Зона чаепития
- Тренажерный зал (возможен вне посещения бассейна)
- Турецкий хамам
- Русская парная
- Бассейн с подныриванием в холодную веранду
- Циркулярный душ
- Детская игровая зона
- Зона отдыха
- Соляная пещера
- Фитобочка
- Солярий
- Пилинг рыбками
- Вакуумно-роликовый массаж
- Оздоровительный массаж
- Педикюр, маникюр

## Наши адреса:

- г. Томск, ул. 79-й Гвардейской Дивизии, 4/5, тел. 65-75-75
- пр. Фрунзе, 240а, стр. 10, тел. 34-04-04

Помоги коту найти дорогу в школу



Найди 10 отличий и раскрась







Помоги мальчику Пете собраться в школу и раскрась.



# ДЕТСКИЙ САД ПОДСОЛНУХ

т. 50-53-38

г. Томск, пер. Школьный, 21  
(рядом с Белым озером)

 Проводит набор детей  
от 1 до 7 лет

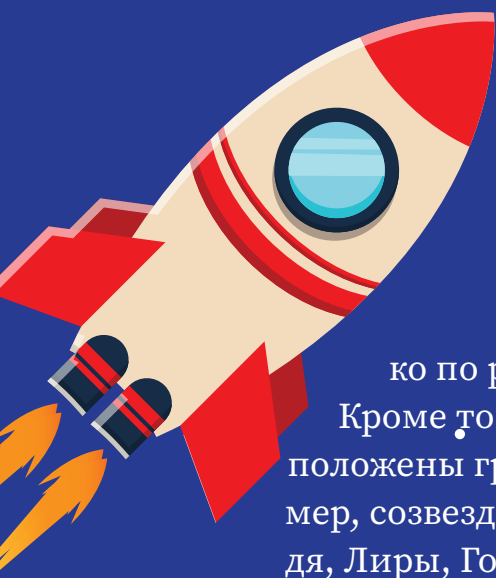
 Работает группа “Продлёнка”  
для первоклашек



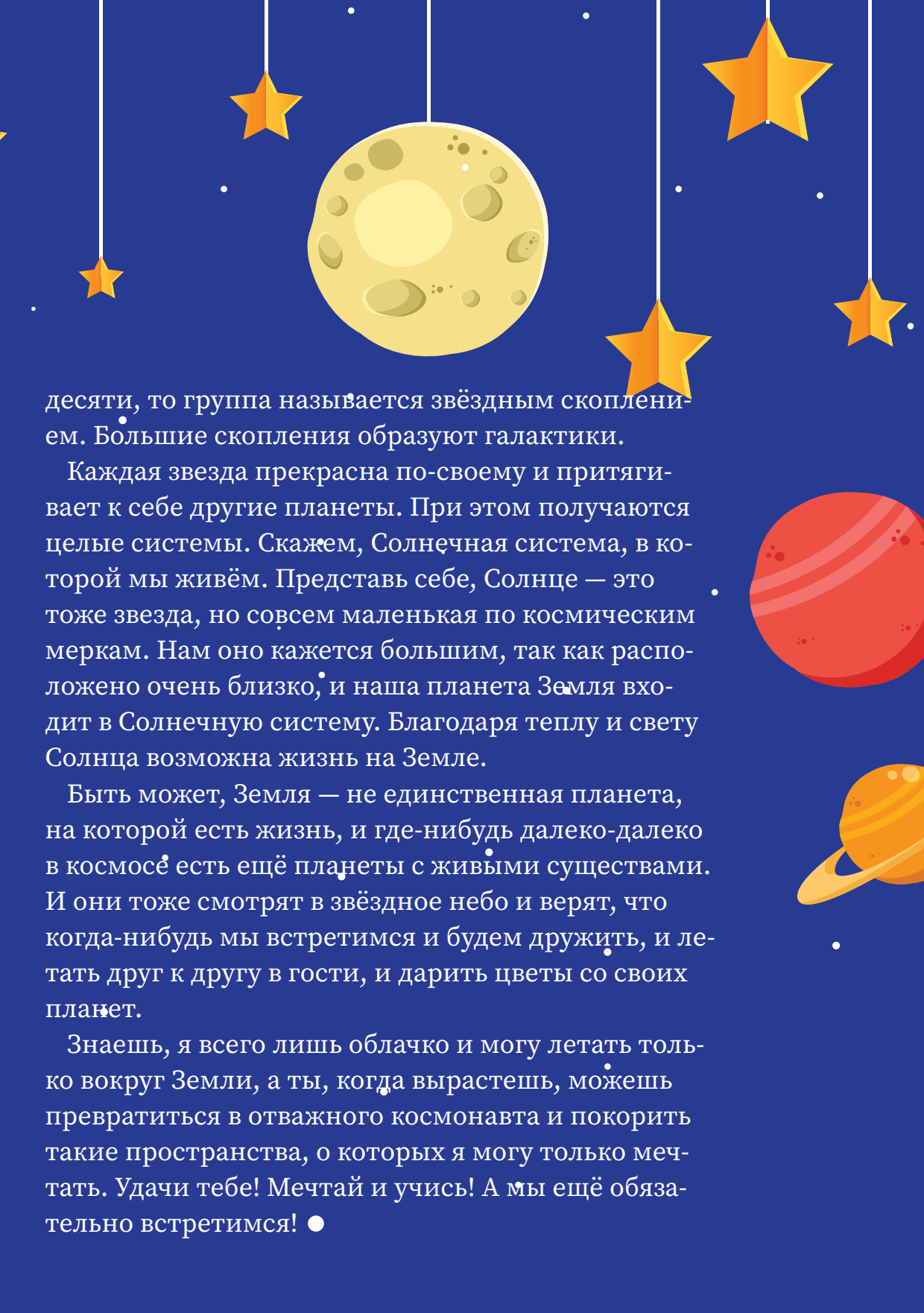


# Привет, малыши!

Это снова Облачко-Всезнайка, и я снова рада тебя видеть! Сегодня я хочу рассказать тебе про звёзды. Сейчас рано темнеет, и ты можешь, выглянув в окно или выйдя на балкон, вечером увидеть их на небе.



**К**ак же их много! Одни кажутся бледнее и меньше, другие ярче и больше. Это потому, что они отличаются не только по размерам, но и по удалённости от нас. Кроме того, ты видишь, что звёзды на небе расположены группами, образуя созвездия. Например, созвездия Большой и Малой Медведицы, Лебедя, Лиры, Гончих Псов. Если звёзд в группе больше



десяти, то группа называется звёздным скоплением. Большие скопления образуют галактики.

Каждая звезда прекрасна по-своему и притягивает к себе другие планеты. При этом получаются целые системы. Скажем, Солнечная система, в которой мы живём. Представь себе, Солнце — это тоже звезда, но совсем маленькая по космическим меркам. Нам оно кажется большим, так как расположено очень близко, и наша планета Земля входит в Солнечную систему. Благодаря теплу и свету Солнца возможна жизнь на Земле.

Быть может, Земля — не единственная планета, на которой есть жизнь, и где-нибудь далеко-далеко в космосе есть ещё планеты с живыми существами. И они тоже смотрят в звёздное небо и верят, что когда-нибудь мы встретимся и будем дружить, и летать друг к другу в гости, и дарить цветы со своих планет.

Знаешь, я всего лишь облачко и могу летать только вокруг Земли, а ты, когда вырастешь, можешь превратиться в отважного космонавта и покорить такие пространства, о которых я могу только мечтать. Удачи тебе! Мечтай и учись! А мы ещё обязательно встретимся! ●



## **1 СЕНТЯБРЯ. ДЕНЬ ЗНАНИЙ. ТАЙНЫ КОСМОСА**

- 11:00 **Невероятные приключения Дракоши**
- 12:00 **Приключения небесной Принцессы** (для первоклашек бесплатно)
- 13:00 **Наша Солнечная система**
- 14:00 **Рождение Солнечной системы**
- 15:00 **Дорога к звездам**
- 16:00 **Черные дыры**

## **8 СЕНТЯБРЯ**

- 11:00 **За волшебным шаром**
- 12:00 **Невероятные приключения Дракоши**
- 13:00 **Созвездия**
- 14:00 **Рождение и жизнь во Вселенной**
- 15:00 **Космическая опера**
- 16:00 **Розетта — к тайнам Солнечной системы**

## **15 СЕНТЯБРЯ**

- 11:00 **Приключения небесной Принцессы**
- 12:00 **Куда исчезло Солнышко?**
- 13:00 **Созвездия**
- 14:00 **Наша Солнечная система**
- 15:00 **Закат эпохи динозавров**
- 16:00 **Космическая опера**

## **2 СЕНТЯБРЯ**

- 11:00 **Куда исчезло Солнышко?**
- 12:00 **Гришка-космонавт**
- 13:00 **Рождение и жизнь во Вселенной**
- 14:00 **Воздушные призраки**
- 15:00 **Космическая опера**
- 16:00 **Созвездия**

## **9 СЕНТЯБРЯ**

- 11:00 **Невероятные приключения Дракоши**
- 12:00 **Путешествие по Солнечной системе**
- 13:00 **Наша Солнечная система**
- 14:00 **Дорога к звездам**
- 15:00 **Черные дыры**
- 16:00 **Воздушные призраки**

## **16 СЕНТЯБРЯ**

- 11:00 **Невероятные приключения Дракоши**
- 12:00 **Астрономифы**
- 13:00 **Воздушные призраки**
- 14:00 **Наша Вселенная**
- 15:00 **Прогулка по звездному небу**
- 16:00 **Воздушные на Луну навсегда**

## **22 СЕНТЯБРЯ**

- 11:00 **Невероятные приключения Дракоши**
- 12:00 **Астрономифы**
- 13:00 **Воздушные призраки**
- 14:00 **Закат эпохи динозавров**
- 15:00 **Рождение и жизнь во Вселенной**
- 16:00 **Космическая опера**



## **23 СЕНТЯБРЯ**

- 11:00 **Антошкины истории на земле и в космосе**
- 12:00 **Куда исчезло Солнышко?**
- 13:00 **Черные дыры**
- 14:00 **Рождение Солнечной системы**
- 15:00 **Наша Солнечная система**
- 16:00 **Темная материя**

## **29 СЕНТЯБРЯ**

- 11:00 **Гришка-космонавт**
- 12:00 **Куда исчезло Солнышко?**
- 13:00 **Созвездия**
- 14:00 **Рождение Солнечной системы**
- 15:00 **Темная материя**
- 16:00 **Космическая опера**

## **30 СЕНТЯБРЯ**

- 11:00 **Невероятные приключения Дракоши**
- 12:00 **Путешествие по Солнечной системе**
- 13:00 **Одинокое движение Земли**
- 14:00 **Наша Вселенная**
- 15:00 **Розетта — к тайнам Солнечной системы**
- 16:00 **Воздушные призраки**



**Томск, пр. Ленина,  
82а, строение 1**

**Телефон: 51-36-33**

**Касса: 51-09-38 (Только  
справки. Брони нет!)**



# Заниматься творчеством всей семьёй

**Если вы спросите женщину, которая год, полтора или больше находится в отпуске по уходу за ребёнком, о том, как прошёл её прошлый четверг, то, вероятно, не получите конкретного ответа. Многие мамы говорят о том, что в декрете жизнь превращается в «день сурка» с плановыми яркими моментами: малыш перевернулся, пополз, сел, сделал первый шаг, сказал первое слово...**

**Текст: Алёна Зайцева**





Реклама

**М**ама наблюдает за развитием своего ребёнка, но при этом как будто сама выпадает из жизни. А ведь хочется постоянного движения и самосовершенствования не только для малыша, но и для себя.

О том, как совместить эти два важных аспекта и при этом не разрушать хрупкую связь между матерью и ребёнком, рассказала директор творческой лаборатории «Хитрая штука» и мама двоих детей **Анастасия Хаминова**.

— Сегодня формируется новая культура материнства, когда мама — это не замученная жизнью, а красивая и активная женщина, — говорит Анастасия. — Почему накладывается ограничение на мам в декрете? Ведь в этот момент происходит выброс гормонов, отвечающих за творчество, женщине хочется проявить себя. Но она не может выйти на работу, потому что там требуют восьмичасового рабочего дня и отрывают от ребёнка, а это естественно. Когда маме удастся сделать так, чтобы малыш находился рядом во время работы, это высвобождает



**Анастасия Хаминова**, директор творческой лаборатории «Хитрая штука» и мама двоих детей





Мы позволяем учиться не просто взрослым и детям, а всей семьёй: пока мама на занятиях, малыш играет и развивается под присмотром педагога.

её творческий потенциал, повышается количество и качество работы, которое можно сделать за единицу времени. И хочется, чтобы в нашем городе было как можно больше таких мест, где мама с ребёнком может интересно и полезно проводить время. Наша «Хитрая штука» — одно из них.

Впрочем, будет совершенно ошибочно считать, что в творческой лаборатории занимаются только мамочки и их дети. Человек любого возраста найдёт для себя занятие по душе.

— В первую очередь, мы образовательный центр, — уточняет Анастасия. — Обучаем детей и взрослых дизайну. Но дизайн — это всё-таки достаточно широкое понятие, поэтому мы сосредоточили свое внимание на нескольких его составляющих: изобразительном искусстве, науке и технологиях. Во-первых, если хочешь быть дизайнером, то важно уметь рисовать. У нас есть отдельная студия, где проходят занятия по рисунку, композиции, живописи и другим дисциплинам. Во-вторых, дизайн — это аналитика, проектная деятельность и конструирование. Учить теории нужно, но «на кончиках пальцев» всё усваивается быстрее. Мы подключаем наших учеников к реальным архитектурным, полиграфическим, оформительским проектам. Все наши преподаватели — практики.



Безопасная игровая комната **Играриум**, куда любая мама может привести своего ребёнка поиграть.

У нас есть и медиа-класс, где учатся цифровой графике, видеомонтажу, созданию кино и так далее. И мы оказываем услуги по этим направлениям. А главное, что мы позволяем учиться не просто взрослым и детям, а всей семьёй: пока мама на занятиях, малыш играет и развивается под присмотром педагога. Или наоборот: пока ребёнок на занятиях, родители могут и сами пойти к нам на курсы. У нас в «Хитрой штуке» есть безопасная игровая комната, которую мы называем Играриум. Это полноценная детская программа с опытным педагогом, куда любая мама может привести своего ребёнка поиграть. Каждый день в Играриуме — это путешествие в сказку, в которую попадает и которую проживает ребенок. В таком формате различные виды деятельности (подвижные игры, предметные игры, чтение книг, рисование, творческие задания и другое) воспринимаются ребенком как важные элементы одной истории, а не отдельные упражнения, которые он должен сделать.

В Играриуме мы не учим детей — мы создаём пространство, в котором дети развиваются естественно, в своем индивидуальном ритме. Взаимодействие педагога и ребенка сочетает в себе элементы различных развивающих методик, в том числе Вальдорфской и Монтессори. Занятия построены на основе сюжетно-ролевых игр, ведь именно ролевая игра помогает ребёнку осмыслить происходящее вокруг, узнать новое, «прожить» целый спектр различных эмоций, научиться выражать эти эмоции.

А рядом с Играриумом есть небольшая коворкинг-зона, где мама может спокойно перевести дух и выпить чашечку кофе или чая и поработать, заняться личными делами.

«Хитрая штука» делает жизнь молодой мамы интересной, а главное, спокойной. Ведь в одном пространстве старший ребёнок может слушать интереснейший курс по живописи или основам дизайна, младший — находиться в Играриуме, а сама она учится рисовать, как давно мечтала. ●

# ...А папа против?



**В период беременности родители мечтают о будущем и рисуют в воображении прекрасные картины родительства. Но после рождения ребёнка, когда поддержка и забота мужа нужны молодой маме больше всего, он внезапно начинает проявлять недовольство: требует к себе повышенного внимания, предъявляет необоснованные претензии, а малыш его порой просто раздражает. Как действовать в такой ситуации, рассказала семейный психолог Анна ЕРМИЛОВА.**

**Текст:  
Алёна Зайцева**

**Е**сли у женщины материнский инстинкт «включается» ещё во время беременности, то у мужчины осознание своего отцовства может занять некоторое время, — говорит Анна Ивановна. — Так и выходит, что молодая мать посвящает максимум своего времени и внимания новорождённому, а отец всё ещё не слишком понимает, что произошло и ощущает себя покинутым.

Конечно, многие мужчины вполне удачно справляются с собственными чувствами и быстро осваиваются в новой ситуации. Если отец всё же «ревнует» вас к малышу, значит, нужно помочь любимому человеку справиться с этим чувством. Независимо от его карьерных достижений и материального достатка, возраста и статуса, мужчина иногда в этой ситуации ведёт себя как ребёнок. Супружеские отношения тогда напоминают скорее взаимодействие матери и ребёнка, и, что вполне логично, — при появлении нового члена семьи у мужчины в подсознании возникает чувство конкуренции.

— В подобном случае именно женщине приходится занимать позицию неформального лидера семьи, — рассказывает Анна Ивановна. — И, как правило, она осознаёт особенности характера супруга ещё до рождения малыша. Поэтому должна быть готова к особо тщательному распределению своего времени и внимания, чтобы его хватало всем членам семьи. Попытки переложить на плечи отца обязанности по

дому или уходу за ребёнком могут встретить сопротивление с его стороны, а вот совместная деятельность поможет сплотить семью. Вдвоём купайте малыша, гуляйте, наводите порядок и обязательно отдыхайте вместе!

Правда, злую шутку может сыграть и заложенная традициями патриархальная модель семьи, которая диктует жёсткое распределение ролей. Папа — главный в семье и отвечает за внешний круг коммуникаций: добывает материальные средства, показывает мир, объясняет правила общества и участвует в активных играх. Мама же берёт на себя внутренний круг: отношения в семье и организацию быта. А поскольку недавно родившемуся малышу ещё не нужен «выход наружу», отец самоустраняется, откладывая своё активное участие в жизни ребёнка.

И такая модель довольно распространена, что подтверждают исследования ВЦИОМ: 56% опрошенных не считают нормой возложение на мужчин функций по уходу за ребёнком. При этом 48% опрошенных согласны с утверждением, что мужчина должен в первую очередь обеспечивать семью, а не заниматься воспитанием детей. Но нужно признать, что патриархальная модель перестала отвечать требованиям времени.

— В течение последних ста лет происходило перераспределение гендерных ролей, — уточняет Анна Ивановна. — Феминистские движения добились уравнивания прав полов, и женщины стали принимать участие в общественной и политической жизни, они больше работают и интересуются карьерой. Таким образом, произошло смещение стереотипов, и если раньше воспитанием малыша занималась в основном мать, то сейчас и отец получил эту возможность.



**Анна Ермилова**, семейный психолог.

**Адрес:** ул. Карла Маркса, 18

**Телефон:** 8(913)850-25-17

Реклама

Исследование, проведённое международной организацией MenCare, показало, что дети, чьи отцы берут на себя часть ответственности по каждодневному уходу, лучше учатся и обладают более устойчивой психикой.

Кроме того, вовлечённое отцовство положительно влияет на микроклимат в семье. Отношения между супругами улучшаются, когда они вместе ухаживают за ребёнком. И лучшее, что может сделать мама, — это поощрять любые стремления отца заниматься с малышом.

— Конечно, мама многое может делать сама, — говорит Анна Ивановна, — а в сложных ситуациях просить помощи у родственников, например, у бабушки малыша. Но гораздо лучшим выходом будет максимально задействовать именно отца, тогда он будет ощущать, что вы в нём нуждаетесь, что он тоже важен, и не только для того, чтобы обеспечивать семью материально.

В общем, если вы столкнулись с ревностью отца к малышу, значит, в вашей семье не соблюден баланс отношений. Постарайтесь его выровнять. Подтолкните мужа к проявлению большего внимания к маленькому члену семьи и не забывайте показывать ему, что между вами ничего не изменилось, и вы любите его, как и прежде. ●



# Что посмотреть в кино



## Из Неаполя с любовью

2016, Италия, 12+

Знаете, что такое настоящая неаполитанская семья? Это множество тетушек, чудадядюшек и даже соседей, которые уже чувствуют себя своими. И один маленький Чиро на всех.

Живется ему весело, вот только опека мамы и родственников — штука тяжелая. Школьный психолог Томмазо решает помочь Чиро, но неожиданно выясняет, что в переживаниях мальчика виновата первая любовь...

**с 30 августа**



## Белль и Себастьян: друзья навек

2017, Франция, 6+

История дружбы храброго мальчика-сироты Себастьяна и умнейшей белой собаки Белль. Пережив Вторую мировую войну и многие испытания, они счастливо зажили во французских Альпах вместе с приёмной семьёй и тремя щенками.

Друзей разлучает жестокий человек по имени Джозеф, который объявляет себя настоящим хозяином Белль...

**с 6 сентября**

**КИНОМАКС**  
 СЕТЬ КИНОТЕАТРОВ  
 Формат 2D, 3D

**Адрес:**  
 Томск, ул. Розы Люксембург, 73  
**Телефон:** 8 (3822) 40-25-20  
**Сайт:** kinomax.ru



## Большой кошачий побег

2018, Китай, 6+

Большинство домашних котов, как наш герой Пухляш, привыкли довольствоваться жизнью в теплой и уютной квартире. Но его сын, рыжий котенок Шустрик, не из таких.

Ему вечно не сидится на месте, и он очень хочет путешествовать. Мечтая однажды отправиться в удивительную Долину Розовых Снов, он сооружает летательный аппарат и улетает на нем через окно.

**с 13 сентября**



## Храброе сердце. Заговор в королевстве

2017, Германия, 6+

В королевстве Металломии финансовый кризис. Королю приходится распустить армию, и власть в королевстве захватывает шеф полиции. Вместе со своими друзьями рыцарь Расти должен стать защитником королевства.

Это немецкая полнометражная приключенческая анимационная лента от Томаса Боденштайна и Маркуса Хаманна, продолжение мультфильма 2013 года «Храброе сердце».

**с 20 сентября**



# Сентябрь в театре «Скоморох»

Адрес: г. Томск, пл. Соляная, 4  
Касса: (3822) 65-28-07, 65-28-90  
[skomoroh.tomsk.ru](http://skomoroh.tomsk.ru)

## *Театр на подушках*

**Заюшкина избушка** 1,5+

1

15

30

Начало  
в 11.00

**Гусёнок** 3+

2

Начало  
в 11.00

**Гуси-лебеди** 3+

8

29

Начало  
в 11.00

**Сказка про козлёнка** 2+

9

Начало  
в 11.00

**Три поросёнка** 3+

16

Начало  
в 11.00

**Сказки, рассказанные  
под одеялом** 1,5+

22

Начало  
в 11.00

**Сказка о пропавших  
зубах** 3+

23

Начало  
в 11.00

## *Основной зал*

**Новые  
приключения  
колобка** 3+

1

Начало  
в 12.00

**Золотой цыплёнок** 4+

2

Начало  
в 12.00

**Разноцветные зверята** 3+

8

Начало  
в 12.00



**Машенька и медведь** 3+

9

Начало  
в 12.00

**Дюймовочка** 5+

12

13

Начало  
в 11.00

**Русская соль** 5+

14

Начало  
в 11.00

**По щучьему велению** 4+

15

Начало  
в 12.00

**Таинственный  
гиппопотам** 4+

16

Начало  
в 12.00

**Фантазёры** 6+

19

Начало  
в 11.00

**Сэмбо** 6+

20

Начало  
в 11.00

**Кошкин дом** 5+

21

22

Начало  
в 11.00

Начало  
в 12.00

**Царевна Яга** 3+

23

Начало  
в 12.00

**Муха-цокотуха** 5+

26

Начало  
в 11.00

**Спящая  
Красавица** 5+

27

Начало  
в 11.00

**Сказка о рыбаке  
и рыбке** 5+

28

Начало  
в 11.00

29

Начало  
в 12.00

**Тараканище** 4+

30

Начало  
в 12.00





ТОМСКАЯ ОБЛАСТНАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ

**ФИЛАРМОНИЯ**

**Кассы:** (3822) 51-61-95, 51-59-56

**Адрес:** г. Томск, пл. Ленина, 12а

**Сайт:** [philharmonic.tomsk.ru](http://philharmonic.tomsk.ru)

**e-mail:** [tof3@mail.ru](mailto:tof3@mail.ru)

Билеты уже  
в продаже!  
Стоимость:

**350—  
800 руб.**

**6** СЕНТЯБРЯ **БКЗ** 19:00  
**Симфония**  
**МЕНЕСТРЕЛЕЙ**  
ТОМСКИЙ АКАДЕМИЧЕСКИЙ  
СИМФОНИЧЕСКИЙ ОРКЕСТР  
Главный дирижер и художественный руководитель: Михаил ГРАНОВСКИЙ

Игорь  
ИВАНЧЕНКО  
Роман  
ЛАНКИН  
Константин  
МЫЛЬЦЕВ  
и Алёна ЧЬЕ  
Дирижер  
Вячеслав  
ГУБАНОВ

АДМИНИСТРАЦИЯ  
ГОРОДА ТОМСКА

ПЕСНИ  
НИКИТИНА, ВИЗБОРА,  
ОКУДЖАВЫ, КИМА, А ТАКЖЕ  
ПЕСНИ ТОМСКИХ АВТОРОВ

6+

Участие в концерте примут томские авторы и исполнители, хорошо знакомые сибирским поклонникам бардовской песни Роман Ланкин, Константин Мыльцев, Игорь Иванченко и Алёна Чье. В сопровождении симфонического оркестра прозвучат всем известные классические бардовские песни Сергея Никитина, Юрия Визбора, Булата Окуджавы, Юлия Кима и других мэтров жанра.

Билеты уже  
в продаже!  
Стоимость:

**300—  
450 руб.**

АБОНЕМЕНТ № 4 «ОРКЕСТР НАИЗНАНКУ»

ОРГАНИЧНЫЙ ЗАЛ

**16** 18:00  
СЕНТЯБРЯ

**Старинный**  
**ОРКЕСТР**

6+

Почему дирижер раньше сидел за клавишином или стоял спиной к оркестру, а лицом к публике? Сколько скрипок было в оркестре времен Баха и Вивальди? Как это — дирижировать папкой для нот? Ответы на эти вопросы вы получите на концерте Томского академического симфонического оркестра.



Билеты уже  
в продаже!  
Стоимость:  
**500 руб.**

В программе будут представлены репродукции картин известных художников: К. Моне, И. Шишкина, И. Айвазовского, М. Чюрлениса и других, а также произведения композиторов: Л.-К. Дакена, Ф. Листа, К. Дебюсси, М. Мусоргского, С. Рахманинова.

После концерта состоится мастер-класс по акварельной живописи, ведущая — Ольга Владимировна Двизова, преподаватель, директор Детской художественной школы № 1. Для участия понадобятся акварельная бумага и краски, кисти (из волоса белки или колонка) № 3, 8, 9.



Билеты уже  
в продаже!  
Стоимость:  
**250 руб.**

Играем, ходим, фантазируем, рисуем вместе с живой музыкой!

В программе: А. Вивальди, Г. Доницетти, Дж. Пуччини, Дж. Россини, Д. Скарлатти, неаполитанские песни

Департамент по культуре и туризму Томской области

## Томская областная детско-юношеская библиотека

### 2 сентября

13.00. «Здравствуй, школьная пора!». Творческое занятие ко Дню знаний.

### 3 сентября

■ «Беззаботные уроки». Праздничная игротека.

### 4–10 сентября

Неделя знаний (по заявкам)

- «Научно и не скучно». Игротека к Неделе знаний.
- «Хорошо быть томичом!». Медиа-экскурсия по Томску.
- «Школьные годы чудесные». Познавательное-игровое мероприятие.
- «С днем знаний!». Игровая программа.
- «Книга и ее история». Занятие по информационной грамотности.
- «Книжное царство, библиотечное государство». Тематическая экскурсия.

### 7 сентября

11.00. «Славься в век, Бородино!». Военно-исторический урок ко Дню воинской славы России — Дню Бородинского сражения (8 сентября).

### 11–17 сентября

Дни первоклассника и первокурсника (по заявкам)

- «Путешествуем, играя». Познавательное-игровая программа.
- «Знакомство с новыми книгами». Дни информации.
- «Искусство навигации в мире информации». Занятие по информационной грамотности.
- Экскурсии в Музей малой национальной игрушки.

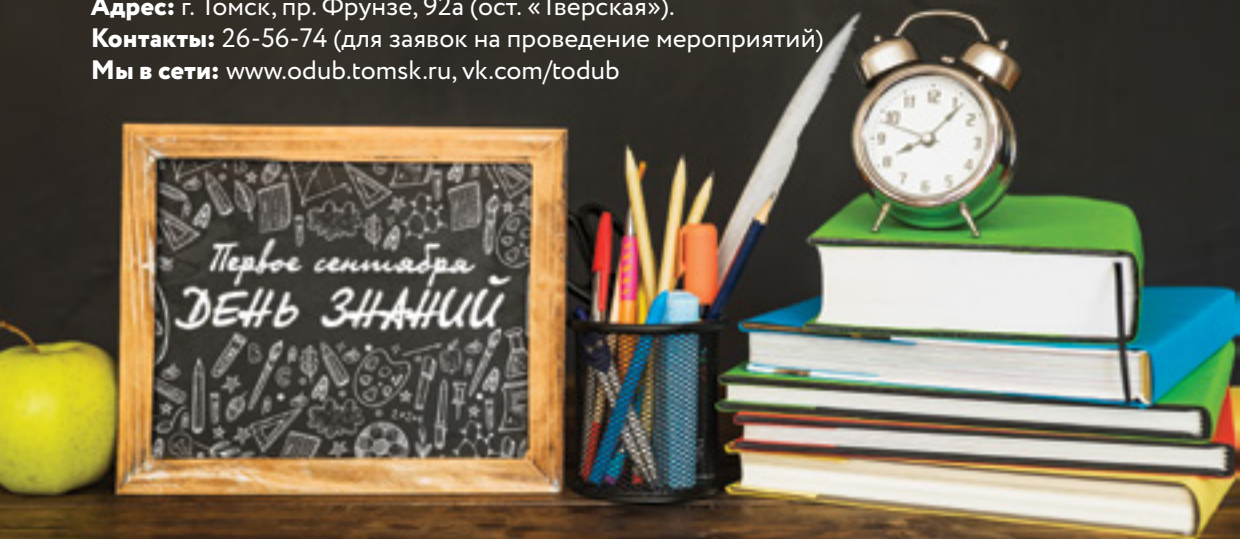
**Адрес:** г. Томск, пр. Фрунзе, 92а (ост. «Тверская»).

**Контакты:** 26-56-74 (для заявок на проведение мероприятий)

**Мы в сети:** [www.odub.tomsk.ru](http://www.odub.tomsk.ru), [vk.com/todub](https://vk.com/todub)

### Выставки литературы

- «По странам и континентам». Книжно-иллюстративная выставка.
- «Нам лето дарит вдохновение». Выставка творческих рисунков учащихся ДШИ № 5.
- «Радуга новинок». Выставка новых книг ко Дню знаний.
- «Любимые пейзажи». Выставка пейзажных картин членов художников-любителей томского клуба «Колорит».
- «Мир знаний — 2018». Выставка.
- «Да здравствует учение с увлечением!». Выставка познавательной литературы.
- «Здравствуй, школа!». Праздничная выставка.
- «Книга даст на всё ответы!». Выставка энциклопедий.





# Школа для дошколят



*объявляет набор  
на новый учебный год*



Адреса: **Иркутский тракт, 54 (3-й этаж),  
ул. Гагарина, 11 (офис. 210),  
ул. Герасименко, 1/8 (2-й мкр-н «Солнечный»)  
ул. Энтузиастов, 45 (мкр-н «Зеленые горки»)  
ул. 79-й Гвардейской Дивизии, 24**

Телефоны: **8-913-884-36-39, 8-952-808-66-22**

**VK** [shkoladlyadoshkolyat](https://vk.com/shkoladlyadoshkolyat)



Каждый первый  
вторник месяца

**50%**

детям с **ограниченными  
возможностями здоровья**  
(при наличии удостоверения)



**Адрес:** г. Томск, пр. Ленина, 217,  
стр. 2 (ТРК «Мегаполис»), 2-й этаж  
**Телефоны:** 289-651, 32-33-32  
**instagram.com/chubchiktsk**

Реклама

