

ГАЗЕТА

для родителей

#20



Для детей
от 8 месяцев
до 6 лет

Бережное развитие интеллекта

СОДЕРЖАНИЕ

ДЕТСКОЕ МНЕНИЕ

Для пап

Мы собрали у детей пожелания своим любимым папам к 23 февраля..... 3

НОВОСТИ

Внимание к Люберцам

16 февраля открылся первый Бэби-клуб в подмосковном городе Люберцы 4

Ростов-на-Дону в ожидании

Новый партнер-франчайзи откроет второй Бэби-клуб в Ростове-на-Дону. 4

Победа в конкурсе!

Мы чествуем победителя нашего творческого конкурса — Анюту Царфину из Бэби-клуба на Ленинском в Санкт-Петербурге 4

Олимпийская победа

Бэби-клуб в Нефтекамске победил в дистанционной эвристической олимпиаде для родителей «Мое дитя». 5

АНОНС

В отпуске некогда болеть

Вебинар: всего за 40 минут, не выходя из дома, вы подготовитесь к здоровому отпуску 5

КУРСЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Духовный интеллект, или «Я + Вселенная»

О том, как детям научиться лучше видеть самого себя и Вселенную, а также найти в ней свое место и предназначение..... 6

ИСТОРИЯ ОДНОЙ МАМЫ

Каждому свой путь развития

Интервью с клиентом Бэби-клуба. Галина расскажет о том, как ее сын начинал заниматься в Бэби-клубе и почему вот уже 2 года они оба просто бегут на занятия..... 10

ПУТЕШЕСТВИЯ

Как мы покоряли Альпы!

Делимся реальным опытом путешествий с маленькими детьми. Наши друзья — портал Trendyom.ru предлагает первую статью о горнолыжном отдыхе 12

Как открыть свой Бэби-клуб? 14

Каким Бэби-клуб вступил в 2013 год? 14

Как оформить подписку на Газету для родителей? 14

Все Бэби-клубы в России и СНГ 15

Пишите нам ваши отзывы и пожелания по адресу:

welcome@baby-club.ru

123001, Москва,
Трехпрудный пер., д. 11/13, стр. 2
Штаб-квартира Бэби-клуба
тел. +7 495 609-07-08

Над выпуском работали:

Дизайнер: Надя Черемных

Единственные и главные редакторы:

Аня Катлинская и Оля Ведерникова

Большое «Спасибо!» за предоставленные материалы и участие: Ольге Осиповой

ДЕТСКОЕ МНЕНИЕ

Поздравляем всех Пап с настоящим мужским днем! Специально для вас мы собрали у детей пожелания своим любимым папам. Среди первых поздравлений всегда звучали слова: любви, счастья, здоровья! А еще...

Я желаю папе...

для пап!

...чтобы папа больше зарабатывал мне на еду



Жора, 4 года

Сергейко — себе и Большой Зеленый Доллар — папе!



Василиса, 2 года 7 мес.

Ничего не желаю, потому что желают что-то только девочки

Арсен, 5 лет

...чтобы мы с ним катались в грязь и снег

Миша, 4 года



...Вью!

Николь, 3 года



...чтобы игрушка у него была

Кирилл, 4,5 года

...чтобы папа в старости был богатым и делился с бедными

Алия, 6 лет 3 мес.



...чтобы он играл со мной каждый день

Ксюша, 5 лет

...вертолет, чтобы он летал на улицу, и обед желаю

Адель, 4 года



...чтобы он всегда был молодым, как сейчас

Злата, 5 лет

...часы, которые похожи на планету Сатурн

Маша, 4 года

...секретик вместе с тайной

Маша, 4 года

...чтобы маму он любил и забирал меня из садика

Маруся, 4 года



Желаю ему спокойной ночи

Даня, 3,5 года



Рисунок, но я его еще не нарисовал

Тимофей, 4 года

Здоровья и сил, чтобы он быстро бегал и был чуть-чуть накаченным

Вова, 5 лет

...чтобы папа вырос большой

Оля, 3,5 года

НОВОСТИ

Внимание к Люберцам



Поздравляем всех жителей подмосковных Люберец. 16 февраля первый Бэби-клуб в городе открылся! И сразу же началась череда пробных занятий для малышей и презентаций для родителей. На презентациях каждый желающий может познакомиться с методом Бэби-клуба, посмотреть, какое пространство создано для развития малышей, и задать абсолютно все вопросы директору клуба **Юлии Дорошковой**. Заходите в гости!

📷 Фотографии с открытия в группе клуба на Facebook/club.msk.lubertcy

Ростов-на-Дону в ожидании



В Ростове-на-Дону скоро откроется второй Бэби-клуб. В феврале мы подписали франчайзинговый договор с чудесным человеком — это добрая, жизнерадостная, активная и просто красивая девушка **Галина Мишенина**. Видя энтузиазм Гали, мы уверены, что ждать открытия долго не придется.

Куратор управляющей компании сети **Елена Козырева** взяла «под свое крыло» Галину. Она расскажет о каждом шаге — этапы открытия, подбор и обучение персонала, маркетинг, психологические подходы. Более 80 часов тренингов предстоит пройти нашему партнеру и новому персоналу, прежде чем родится еще один яркий Бэби-клуб.

Победа в конкурсе!

В осеннем выпуске нашей газеты (№17), посвященном развитию творческого интеллекта, был объявлен занимательный конкурс. По предложенной нами игре в «Чудо-Юдо» дети создавали свое сказочное существо, попутно упражняясь в чтении и счете.

Нам пришла весточка от победителя, что подарок вручен!

Победителем стала **Анюта Царфина** из Бэби-клуба на Ленинском в Санкт-Петербурге. Когда Аня рисовала своего инопланетянина, ей было 2 года 9 месяцев. Встречайте работу-победительницу — «Головастика»!



Нашим подарком стала познавательная книга «Энциклопедия юного дизайнера». Анюта, желаем тебе всегда получать наслаждение от творческого процесса и его результата!



Олимпийская победа

Один из Бэби-клубов сети стал участником необычной Всероссийской олимпиады. Дистанционная эвристическая олимпиада для родителей «Мое дитя» была организована Центром дистанционного образования «Эйдос» 📺. И победа досталась нам! Встречаем победителей — команда родителей и сотрудников Бэби-клуба в городе Нефтекамске!

Интересные факты:

- участниками могли стать любые состоявшиеся и будущие родители, бабушки и дедушки, все неравнодушные взрослые, а также самые творческие семьи!
- команду Бэби-клуба из Нефтекамска представляли 3 сотрудника и 9 мам, которые откликнулись на яркий призыв любимых специалистов **Ксюши** и **Алеси**.
- 5 заданий были направлены не столько на поиск известных решений, сколько на собственные, пусть и небольшие открытия.
- одно из заданий называлось «Наследственность». Нужно было провести исследование, на кого больше похожи дети — внешне, привычками, речью, поведением, характером — найти знакомые черты и сделать выводы, как можно применить результаты своего исследования в будущем.
- главный лозунг олимпиады — «Успешный родитель, тобой гордится ребенок!»

Директор и собственник Бэби-клуба в Нефтекамске **Галина Кулешова** может еще много рассказать об этом событии, о целях и смысле, о том, как участие в подобном мероприятии может «взбудоражить» атмосферу и объединить взрослых и детей независимо от расстояний.

Пожелания члена жюри олимпиады удивительно близки Миссии Бэби-клуба: «Спасибо вам за участие в олимпиаде «Мое дитя»! Если все-все родители станут такой дружной командой, как ваша, то все дети и все семьи будут счастливы!»



АНОНС

В отпуске некогда болеть!

По статистике 80% заболеваний и недомоганий в отпуске происходит по незнанию или недосмотру. Самые распространенные из них — простуда, грипп, «ротавирус», пищевые отравления, а также перегрев/ожог, укачивание, закладывание ушей. Тщательная подготовка обеспечит удачный отпуск.

1. Перед поездкой выясните, есть ли специфические заболевания, характерные для местности, куда вы собираетесь. А также узнайте/освежите свои знания по наиболее распространенным заболеваниям (причины, профилактика, первые симптомы, лечение).
2. Соберите аптечку — страховка ее полностью не заменит! Возьмите с собой средства для профилактики распространенных заболеваний, а также для скорой помощи при первых симптомах.
3. В отпуск надо ехать здоровым или в состоянии стойкой ремиссии. Адаптация на новом месте и напряженные дни перед поездкой могут снизить иммунитет и повысить вероятность заболевания. Поэтому за несколько дней до отпуска можно использовать профилактические препараты, повышающие сопротивляемость организма и облегчающие адаптацию.
4. Погружайтесь в отпуск плавно. Соблюдайте правила гигиены и пребывания на солнце/в воде, минимизируйте пребывание в закрытых многолюдных помещениях.

«Подготовительную работу» перед отпуском вы также можете провести с проектом www.orzstop.ru 📺.

В конце марта/начале апреля пройдет дистанционный семинар «В отпуске некогда болеть!». Всего за 40 минут, не выходя из дома, вы подготовитесь к отпуску.

Получите скидку 30% — при регистрации воспользуйтесь промо-кодом для Бэби-клуба **BabyClubD30S**.

Будьте здоровы и отдыхайте хорошо!

КУРСЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Духовный интеллект

Тони Бьюзен описал 10 видов интеллекта — все они есть у каждого человека с рождения, но их необходимо развивать на протяжении всей жизни — читайте начало цикла статей об Интеллекте в Газете для родителей №16. Сегодня мы поговорим о понимании себя как части Вселенной.

На первый взгляд может показаться, что духовный интеллект напрямую связан с религией, но это не так. Концепция духа и духовности восходит к латинскому слову *spiritus*, которое означает «дыхание». Современный термин «дух» соотносится с такими понятиями, как жизненная энергия и нематериальная часть человеческого естества, включающая эмоции и характер человека.

Человек, обладающий развитым духовным интеллектом, в большей мере осознает полную картину мира, он лучше видит самого себя и всю Вселенную, а также свое место и предназначение в ней. Люди с высоким уровнем духовного интеллекта имеют цели, лежащие за пределами собственных эгоистических желаний и соотносящиеся с интересами всего человеческого сообщества. Такие люди относятся ко всем окружающим с уважением и заботой, проявляют сострадание и сочувствие и склонны к глобальному мышлению.

Духовный интеллект развивается естественным и последовательным образом из личного интеллекта (знания и способности оценивать и понимать самого себя), восходя к социальному интеллекту (знания и способности оценивать и понимать окружающих людей), а затем к оценке и пониманию всех других форм жизни и самой Вселенной в целом. Фактически умение входить в контакт с природой, понимать и ценить ее является главным признаком развития духовного интеллекта.

Многими этот интеллект рассматривается как наиболее важный из всех, причем он обладает таким могуществом, что способен полностью преобразовать жизнь каждого человека как индивида, человеческую цивилизацию, всю нашу планету и повлиять на ход истории.

Этот вид интеллекта можно назвать интеллектом зрелости. Но, как ни странно, дети являются естественными носителями духовного интеллекта. Они уже обладают свойственными ему качествами: безусловная любовь, радость и веселье, открытость и доверие, правдивость, великодушие, умение удивляться чуду и другими. К сожалению, с возрастом многие из этих качеств утрачиваются. Поэтому так важно уделять им внимание с детства и способствовать их развитию.

Каждый человек — чудо!

Первый принцип духовного интеллекта сводится к пониманию того неопровержимого факта, что каждый человек — это чудо, причем чудо во всех отношении-



ях изумительное. По этому поводу нет и не может быть ни малейших сомнений, и вы должны научить своего ребенка воспринимать себя и других людей именно так.

В доступной форме рассказывайте своему малышу о том, как устроен человек. Например, о том, что его тело состоит из двух сотен костей, невероятным образом соединенными друг с другом, из пятисот всевозможных мышц с миллиардами мышечных волокон, а также из 11,5 км нервных волокон, которые координируют работу всего организма.

Обсуждайте, на что способны глаза, уши, нос, кожа и рот вашего ребенка, то есть все его органы чувств. Пусть он учится ценить каждую их функцию как необыкновенный дар.

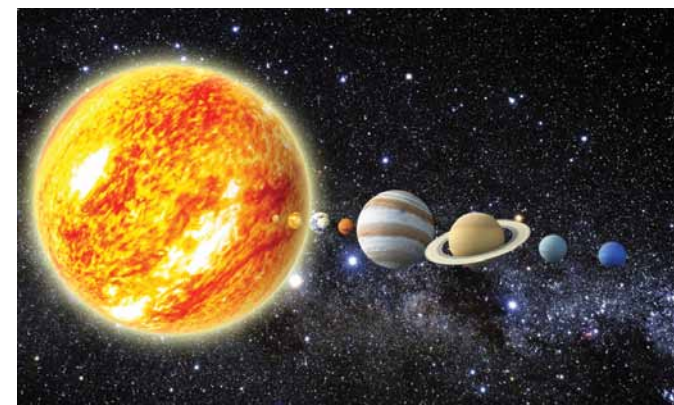
Расскажите о том, что сердце человека — это самый поразительный механический насос, который когда-

либо был изобретен — ведь на протяжении каждого года жизни оно делает в среднем около 36 миллионов ударов.

Невероятная Вселенная

Люди, наделенные духовным интеллектом, видят чудо не только в каждом человеке, но и во всей Вселенной с ее фантастическими масштабами и красотой.

Рассказывайте ребенку о безграничности нашей Вселенной. Купите карту Солнечной системы и кни-



ги о ней, пусть малыш знает о том, какая она большая. Если у вас есть возможность купить хотя бы несложный телескоп — сделайте это. Он поможет по-настоящему изучать небеса, понять всю необъятность Вселенной. Вместе с ребенком смотрите на звезды поздним вечером или ночью, научитесь узнавать разные созвездия.

Мать-природа

Для тех, кто наделен духовным интеллектом, очень характерны любовь и уважение к природе.

Не жалейте времени, чтобы вместе с ребенком полюбоваться окружающей красотой. Старайтесь как можно чаще выезжать за город, гулять по парку или ботаническому саду. Полной грудью вдыхайте

Духовное озарение часто проявляется посредством музыки и поэзии, и многие гении искусства и литературы часто воспринимают природу как свою музу. Бетховен, Моцарт и другие великие композиторы использовали природу в качестве источника вдохновения, включая в свои композиции пение птиц, звуки ветра и воды, крики животных. Все части симфонии №6 (Пасторальной) Бетховена основываются на прогулке по сельской местности!

свежий воздух, впитывайте различные ароматы и звуки, а также умиротворенность, свойственную природе. Рассматривайте и обсуждайте различные предметы и явления: листья, снег, лужи, деревья, животных, насекомых и т. д.



Учите ребенка удивляться чудесам погоды. Вместе наслаждайтесь погодой — она всегда прекрасна! Черпайте наслаждение в каждом ее изменении — от невыносимой жары до трескучего мороза, от штормового ветра до полного штиля, от дождя до засухи, от тумана до снега. Расскажите ребенку, что именно многообразные изменения погоды и позволяют всей природной системе выживать, расти и поддерживать нашу жизнедеятельность.

Делать мир лучше

Покажите ребенку пример, как можно сделать этот мир лучше. Оказывайте помощь другим людям и обществу в целом. Причем обязательно делайте это с позитивной психологической установкой.

Например, если вы видите мусор в подъезде, не ругайте последними словами того, кто настолько

несознателен в духовном смысле и в плане отношения к окружающей среде. И не оставляйте мусор для других людей, не заставляйте их испытывать те же неприятные чувства, которые посетили вас, — просто подберите его и бросьте в урну!

Учите ребенка тому, что его путешествие по жизни может быть отмечено самыми разными событиями и действиями, как большими, так и маленькими, которые оставят мир в лучшем виде, чем он был до того, как он прошел по нему. Далеко не все из этих поступков должны быть судьбоносными. Расскажите ребенку о том, что малые действия столь же важны, и они тоже вносят свой вклад в общую копилку человеческого счастья на планете. И опять же покажите это на своем примере — уступите свое место (но только любезно!) в поезде или автобусе тому, кто в меньшей степени способен стоять; если вы снимаете на время отпуска апартаменты или квартиру, позаботьтесь о том, чтобы оставить их после себя в чистом и опрятном виде, можете, например, поставить где-нибудь свежие цветы для следующих постояльцев.

Сострадание

Сострадание означает выражение сочувствия и обеспокоенности другими людьми — как в мыслях, так и на деле. Это обращение к окружающим в духе любви и уважения. Человеку, наделенному развитым духовным интеллектом и состраданием, одновременно будут свойственны и ощущение долга перед другими людьми, и готовность брать на себя ответственность за оказание им разной помощи.

Человек, в полной мере развивший в себе способность сострадать другим людям, более склонен прощать ближних, умеет проявлять к ним больше терпимости и позволяет окружающим существовать, как они сами того хотят, не допуская излишнего вмешательства в чужую жизнь без необходимости.

В различных ситуациях попытайтесь вместе с ребенком проанализировать, почему окружающие люди действуют так, а не иначе. Учите ребенка всегда, особенно в трудных ситуациях, ставить себя на место другого человека. Это поможет ребенку видеть вещи и явления глазами другого (который, со своей точки зрения, тоже прав) и проявлять по отношению к каждому из ближних больше понимания. Такой подход сделает его жизнь намного легче, а духовное состояние — спокойным. Своим примером показывайте, что обращаться с другими необходимо так, как вам бы хотелось, чтобы обращались с вами.

Учите ребенка ценить то, с чем он ежедневно сталкивается в своей жизни, и благодарить за это; учите ценить тех, с кем он живет и общается каждый день (в детском саду, на площадке), и даже тех, кого встречает мимоходом. Покажите ему, как маленький комплимент или простое «спасибо» могут по-новому окрасить чей-то день. Вы покажете ребенку отличный пример, если будете ценить и поощрять действия тех людей, которые обслуживают вас:

продавцов, официантов, уборщиков, мойщиков, водителей, и особенно всех тех «неприметных» лиц, которые выполняют разного рода «ужасную» работу, делая вашу жизнь приятней.

Вы можете вместе с ребенком отбирать, к примеру, одежду, которую передадите потом в благотворительные центры или малообеспеченным семьям, участвовать в важных общественных мероприятиях — например, в субботнике. Есть и другие возможности — позаботиться в течение нескольких часов о соседском ребенке или выступить в качестве наставника для своего коллеги по работе — вариантов множество.

Юмор

Чувство юмора — одно из главных свойств духовного интеллекта. Юмор несет с собой массу полезного, включая снижение уровня стресса, общее укрепление здоровья, а также большее количество более счастливых друзей. Все это ведет к счастливой, веселой и достойной жизни и объединяет людей.

Предоставляйте своим детям как можно больше возможностей для забав, веселья и хохота. Читайте истории и книжки, которые заставляют смеяться. Совмест-



но тренируйтесь в умении рассказывать анекдоты, смешно подражать другим людям и вообще действовать, как завзятые комики. Учите ребенка смеяться над самим собой — рассказывайте ему смешные истории о себе.

Старайтесь, чтобы в вашем доме каждый день звучал смех.

И опять любовь...

Если раньше (в предыдущих номерах газеты) мы говорили о том, что любовь необходимо проявлять по отношению к ребенку, то здесь особенно важно умение ребенка проявлять свою любовь и показывать ее другим.

Любовь к самому себе, к другим людям и ко всей Вселенной может трактоваться как конечная жизненная и духовная цель.

Каждый день говорите своим близким, что вы любите их. И каждый день обязательно находите новые способы выражать свою любовь к другим людям. Это послужит отличным примером для вашего малыша и станет для него естественным — тогда он с такой же легкостью будет проявлять свою любовь к окружающим.

Если у вас есть возможность завести какое-то животное — сделайте это, ребенок сможет играть с ним и любить его. Животные воспитывают в детях чувство ответственности за других, преподносят им уроки терпимости.



Яркая звезда на небосклоне духовного интеллекта

Мать Тереза родилась в Албании в 1910 году, а в возрасте 18 лет переехала в Индию, чтобы преподавать в школе женского монастыря в Калькутте. Спустя 9 лет она окончательно приняла монашеский обет.

В 1948 году Мать Тереза покинула монастырь ради того, чтобы работать с бедняками. Она видела ужасную нищету и опустошение в калькуттских трущобах и сделала своей миссией борьбу один на один с человеческой бедой, чтобы хотя бы немного улучшить условия жизни этих людей.

Понимая крайнюю потребность обитателей трущоб во врачебной помощи, она поехала в Париж, где обучалась медицине. Затем Мать Тереза возвратилась в Калькутту и открыла несколько школьных классов для детей, живущих в нищете и лишениях.

Позже она основала свою сестринскую общину, открыла «Дом для умирающих» и работала с прокаженными.

Мать Тереза продолжала ездить по всему миру, дарить свою помощь и сострадание другим, даже когда ей было далеко за 80.

«Распространяйте любовь повсюду, куда вы идете, и прежде всего — в своем собственном доме. Дарите любовь своим детям, своей жене или мужу, соседу, живущему рядом... Не позволяйте никому, из пришедших к вам, покинуть вас, не став лучше и счастливее».

Мать Тереза

Развитие духовного интеллекта позволяет не только лучше видеть возвышенную сторону вещей, но и относиться к ним с юмором, а также развивает такие качества, как энтузиазм, бодрость, энергичность и настойчивость.

По материалам книг Тони Бьюзена «Суперинтеллект», «Гениальный ребенок».

ИСТОРИЯ ОДНОЙ МАМЫ

Каждому свой путь развития

Ольга Осипова, директор и специалист клуба на Управе (Самара)

Занятие в клубе — малыша не оторвать от игрушек в игровой, он не сидит, не слушает и — о, ужас! — открывает полки комода, берет все без разрешения и уже решил залезть на стул ногами. Такую веселую картину мы в Бэби-клубе наблюдаем очень часто, независимо от того, как долго малыш ходит в клуб.

Мы смотрим на такого ребенка с радостью, но что же в этот момент чувствует мама непоседы? «Мне стыдно перед другими родителями! Я думаю, мы пока не будем ходить в клуб», — говорит мама двухлетней Лизы, опустив в пол глаза. А мама Ксюши через 3 занятия расстроено сказала, что ее дочка-неуч ничего не хочет слушать.

В этот момент мы должны кричать «SOS» и в первую очередь помогать мамам увидеть, какой чудесный у них ребенок, какой он активный, как познает мир в движении, запоминает информацию в игре, как любит двигаться, какой он умный и здоровый. Мы знаем, что у каждого свой ритм, свое время — все детки разные и каждый по-своему воспринимает информацию.

Так, через месяц Ксюша начала брать палочку и, показывая на стену, считать для кукол, изображая счет по числовой ленте от 1 до 100. Через полгода не было ни одного вопроса на занятии, на который она не знала бы ответа.

Еще одна история — про Тимофея. Ему было 2 года, когда он пришел на открытие клуба с мамой Галиной. Сейчас нашему клубу тоже 2 года, и Тима был все это время с нами, без перерывов.

Тимофей с родителями участвует во всех конкурсах и праздниках и не раз уже выигрывал и получал призы. Как же все начиналось? Давайте узнаем у самой мамы — Галины Карпаниной:



— Галина, как вы узнали про открытие Бэби-клуба и почему решили посетить занятия?

— Увидели баннер, что открывается Бэби-клуб. Мы давно искали, куда можно пойти с ребенком в таком маленьком возрасте. Все оказалось очень удобно — мы живем в соседнем доме.

— Было ли в Бэби-клубе что-то такое, что сначала удивляло или было непонятным, а потом вы поверили, что это «работает»?

— Первое время (где-то около месяца) Тима на занятии стоял в уголке, крепко взявшись за ногу папы или мамы. В заданиях не участвовал, не разговаривал с другими ребятами и специалистом. Был «букой».

— Был ли момент, когда вы думали, что больше не будете ходить на занятия?

— Я всегда верила, что Тима «раскроется», будет увлеченно выполнять задания. Верила и ждала, когда малыш сам захочет, появится тяга к новому. А вот муж сильно сомневался, нужны ли

сыну такие занятия и вообще к чему изучать композиторов и считать до 100. Через месяц мы увидели потрясающий результат, были поражены особенному подходу и общению с детьми.

Специалисты еще на первых занятиях смогли заинтересовать и привлечь всех детей, увидев интересы каждого. Особенно запомнилось, как для мальчика, которому очень нравились тигры и львы, были специально под-

ложены в мешочек именно эти животные. Я никогда еще не видела такого подхода к детям, и тогда я поняла, мы остаемся в этом клубе надолго.

— Чему научился Тимофей, а может быть, и вы сами?

— Тима проявлял огромное усердие, с интересом впитывал все новое и не переставал удивлять домочадцев своими результатами. В 2 года сын стал узнавать мелодии композиторов, знал алфавит, считал до 10, но самое главное — он быстро заговорил и стал с удовольствием общаться с другими детьми.

У нас в семье и среди знакомых все дети уже были взрослые, в песочнице на контакт Тима не шел, и мы волновались, где ребенок будет учиться общаться. С Бэби-клубом все опасения сразу разрешились.

Мы же научились у специалистов клуба необыкновенному подходу к малышам, в котором учитываются все особенности характера. Огромное спасибо вам за это! Часто дома я сама применяю «бэбиклубные фишки».

— Чем интересен наш клуб для родителей?

— Что хорошо для ребенка, хорошо для родителя. Ребенок развивается, а мама в это время общается и тоже получает массу интересной и полезной информации от других мам.

— Какой праздник у нас в клубе вам больше всего запомнился?

— (не задумываясь ни секунды) Масленица! Не знаю почему. И метель была, и холодно, но так по-семейному тепло было, весело и необычно.

Сейчас, глядя на Тимофея, можно только порадоваться за его счастливую семью. Тима с горящими глазами приходит в клуб, участвует во всех заданиях, выполняет все быстро, на ходу, обожает своего «педагога» и ребят в группе.



Дорогие мамочки! Наслаждайтесь, глядя на своего чудо-ребенка. Не стоит падать духом, когда он не идет на занятие, и уж тем более сравнивать его с другими. В будущем каждый из нас ждет от своих детей активности и самостоятельности. Мы хотим, чтобы они четко знали, чего хотят, и не «стояли на месте». Радуйтесь уже сейчас, когда все эти качества ваш малыш проявляет в таком раннем возрасте.

ПУТЕШЕСТВИЯ

Открываем новую рубрику, посвященную очень полезной теме. Здесь сами мамы и папы смогут поделиться своим опытом путешествий с маленькими детьми, чтобы всем остальным не было страшно отдыхать с малышами.

Идейными вдохновителями рубрики стали друзья нашей сети — мультибрендовый интернет-магазин детской одежды из Европы и США Trendymom.ru (в будущем — полезный и многофункциональный портал для родителей). Первая статья предложена одним из его организаторов, Майей, которая уже с первых месяцев жизни сына путешествует вместе с ним.

Как мы покоряли Альпы!

В этот Новый год мы всей семьей отправились в Альпы. Зимний отдых в горах давно стал нашей любимой традицией, и в этот раз мы решили приобщить к ней детей — моего годовалового сына Сашу и племянников Егора (4,5 года) и Матвея (5 лет). Но даже знаменитый переход Суворова через Альпы не сравнится по сложности с задачей, которую предстояло решить нашей компании!

Самый маленький спокойно катался на санках, наслаждался свежим воздухом — ему повезло больше всех. А вот перед двумя другими стояла цель посерьезнее — научиться кататься на горных лыжах с нуля!

Мальчишки по темпераменту совершенно разные: младший — непоседа и шалун, старший — спокойный, рассудительный и осторожный.

За самостоятельность

Мы с мужем решили, что ребята будут заниматься с тренером, без нас. Ведь обучение горным лыжам тре-

бует правильного настроения и помогает стать более самостоятельным и уверенным в своих силах. Если вы когда-нибудь надевали горнолыжное оборудование и шагали в полной экипировке к подъемнику, то знаете, что даже для взрослого человека прогулка будет нелегкой. Для ребенка, которого родители оберегают, порой чрезмерно, ходить в горнолыжном снаряжении по снегу и нести лыжи и палки — серьезный труд и работа над собой.

Для придания важности мероприятию подбодрите детей историями про рыцарей, о том, как тяжело было им носить доспехи и оружие, но они это делали с достоинством. На наших малышей такое сравнение подействовало, и ботинки с лыжами и палками они несли стойко! Еще мы заметили, что не последнюю роль играет дух здоровой конкуренции среди маленьких лыжников, поэтому эффективней и веселее осваивать этот спорт в группе из 2–3 человек.

Стоимость горнолыжного оборудования и инструктора на 1 ребенка составила 40 евро в день. Это недорого, но в нашем случае мы попали в новогодние праздники, пик сезона. Благо, что «скипас» (пропуск на подъемники) для детей до 6 лет был бесплатным!

О тренере

На любом горнолыжном курорте есть горнолыжные школы. Большинство иностранных тренеров владеют необходимым набором русских слов, чтобы давать команды типа: «стой», «давай», «еще», «пойдем». А в остальных случаях используют язык жестов и личный пример.

У тренера, не говорящего по-русски, есть свои преимущества. И самое большое — ему особенно не пожалуешься, что тебе не хочется что-то делать — все

равно не поймет. У нас был приятный молодой француз — довольно строгий наставник, но при этом справедливый. Я наблюдала за тем, как его ученики, окрыленные успехом, неслись, обгоняя своего учителя. А потом один из них специально отставал от колонны, и под звонкий детский хохот тренер никак не мог собрать этих рассыпавшихся цыплят в разноцветных шлемах. Дети тоже умеют веселиться и «учить» своих тренеров!



Фактор времени

Выберите оптимальное время для занятий вашего ребенка! Кто-то из малышей легко поднимается с утра и полный энергии бежит на склон, а другой любит понежиться в постельке вместо похода на завтрак. Прислушайтесь к биоритму своего ребенка, посоветуйтесь с ним, когда ему хочется заниматься.

Как правило, занятия на горе проводятся в одно и то же время, что вырабатывает и дисциплину, и хорошую привычку. По длительности тоже важно определиться, чтобы занятия не превращались в истязания. Мы вы-

брали двухчасовые уроки — это было оптимально для лыжников нашего возраста.

Лыжный возраст

Учебный полигон — так серьезно называют место, где малышей ставят на горные лыжи — представляет собой небольшую горку с траволатором. На нем одновременно могут тренироваться несколько маленьких команд. В соседней группе обучалась девочка, которой было 2,5 года. Эта отчаянная малышка, которая с таким старанием пыталась освоить свои крохотные, но настоящие горные лыжи, вызывала умиление!

Реальный же успех — скорый переход с учебных холмиков на настоящие синие трассы — сопровождал детей старше 4 лет. И наши герои-фристайлеры были в их числе! Малышам до 4 лет требуется, несомненно, больше времени для обучения.

Об ощущениях

Постепенно освоившись с экипировкой, движениями на ровной поверхности и подъеме на лыжах, ребята приобрели долгожданную уверенность. Это ощущение с каждым днем пробуждало в них желание подняться выше в гору, прокатиться по новой трассе, и мы старались в них поддержать это стремление к достижениям. За 10 дней они поняли, что могут преодолевать трудности и достигать поставленных перед собой целей — «вершин»! А еще наши мальчишки развили в себе новые навыки: Егор стал более дисциплинированным, а Матвей — более общительным, теперь он с удовольствием рассказывает о своем опыте катания на лыжах и о том, какие милые девочки встречаются на склонах Альп!

Если хотите вырастить своих детей смелыми и целеустремленными, приучайте их к спорту и путешествиям — результаты вас удивят!

Что важно знать, когда едете в горы с детьми

1. Планируйте поездку не менее чем на 2 недели: высота более 1600 метров — серьезное испытание для иммунитета и биоритмов малыша. Детей до 1 года не рекомендуется вывозить на высоты выше 1900 м, так как они страдают от гипоксии.
2. Готовьтесь к тому, что помимо перелета вас будет ждать длительный трансфер в горы, часть пути пройдет по серпантину.
3. Прежде чем ехать в горы с малышом, проконсультируйтесь с педиатром.
4. Оформите расширенную медицинскую страховку.
5. Если вы едете в Альпы, будьте готовы к тому, что кухня очень специфическая. В Австрии — однообразная, во Франции и Швейцарии — жирная и сложная. Поэтому, когда я еду с детьми, отдаю предпочтение апартаментам с кухней, где могу самостоятельно готовить. В ресторане малышу запросто могут предложить запеченную устрицу или суп из лангуста!
6. Еще бытует миф, что в Европе детское питание лучше, чем в России. Я с этим не согласна: к примеру, в Испании на баночке детского питания «свинина с картошкой» написано 5+.
7. Хорошие подгузники тоже есть не везде.
8. Чтобы поставить малыша на лыжи, вам понадобятся: горнолыжный костюм, термобелье, носки, перчатки, солнцезащитные очки и шлем — обязательный атрибут. Все это можно купить на самом курорте, но практичнее привезти с собой. Лыжи и ботинки, как правило, берут в аренду.

Шутки шутками, но очень важно донести до малышни, что они должны двигаться строго за тренером и ждать друг друга, если кто-то упал или задержался. На трассе в горах это вопрос безопасности!

ОТКРОЙТЕ

свой собственный детский клуб



Для детей
от 8 месяцев
до 6 лет

Бережное развитие интеллекта

Франчайзинг — **успешная бизнес-модель** и уникальная технология работы детского клуба.

Раннее развитие — **фундамент будущего** каждого ребенка и возможность раскрыть его таланты.

Бэби-клуб — с 2000 года, **более 100 центров** по всей России и СНГ.

Детский клуб — добрый, красивый и **социально значимый бизнес**.

УЗНАЙТЕ ВСЕ О ФРАНШИЗЕ:
WWW.BABY-CLUB.RU/FRANCH

МНЕНИЯ ПАРТНЕРОВ:
[ВИДЕООТЗЫВЫ](#)

ЗВОНИТЕ:
+7 964 552-99-43
Инна Власихина, менеджер по развитию



Продолжается бонусная программа «Приведи настоящего партнера». Дорогие родители, вы не только сами можете стать нашим партнером, но можете привлечь в команду своих друзей. В случае, если ваш друг откроет свой Бэби-клуб — вы получите бонус в размере 30000 рублей.

БЭБИ-КЛУБ'2013 В ЦИФРАХ:

- * 12 лет опыта в сфере раннего развития
- * более 8200 выпускников
- * более 100 клубов в России и СНГ
- * 44 города присутствия
- * 3,5 года франчайзинговой программе
- * проведено 45 обучающих тренингов для специалистов по работе с детьми
- * более 660 прошедших стажировку специалистов
- * 18% партнеров приобрели более одной франшизы Бэби-клуба, т. е. управляют двумя и более клубами

Хотите получать нашу газету каждый месяц?
Оформите подписку!
Напишите нам на welcome@baby-club.ru, в теме письма укажите «Газета».
Мы гарантируем, что ваш адрес ни при каких обстоятельствах не будет передан третьим лицам.



Наша миссия — сделать детей счастливыми, самим получать от этого радость и помочь родителям осознать и раскрыть индивидуальность ребенка.

АДРЕСА КЛУБОВ:

МОСКВА

В АНДРЕЕВКЕ (ЗЕЛЕНГРАД)
п. Андреевка, ТЦ «Планета Детства» (2 эт.)
тел. +7 916 161-72-42

В БУТОВО
ул. Старобитцевская, д. 15, к. 2
тел. +7 906 039-98-51

В ДЕГУНИНО
ул. Ангарская, д. 26, к. 1
тел. +7 926 611-94-91

В ЖУЛЕБИНО
ул. Привольная, д. 57, к. 1
тел. +7 495 778-12-90

НА ЗООЛОГИЧЕСКОЙ
ул. Зоологическая, д. 4
тел. +7 495 648-43-92

В ИЗМАЙЛОВО
ул. 10-я Парковая, д. 3
тел. +7 916 952-26-44

НА КАСТАНАЕВСКОЙ
ул. Кастанаевская, д. 43, к. 2
тел. +7 929 639-86-37

В КОЖУХОВО
ул. Дмитриевского, д. 23
тел. +7 916 002-62-74

В МАРЬИНО
ул. Донецкая, д. 10, к. 1
тел. +7 903 590-84-93

В МЕДВЕДКОВО
ул. Полярная, д. 54, к. 1
тел. +7 910 404-02-41

В МИТИНО
Пятницкое шоссе, д. 37
тел. +7 915 214-32-47

НА ПАТРИАРШИХ
М. Козихинский пер., д. 12
тел. +7 905 781-50-08

НА ПРЕСНЕ
Шмитовский пр-д, д. 16, стр. 2
тел. +7 495 648-43-92

В РАМЕНКАХ
Ломоносовский пр-т, д. 41, к. 1
тел. +7 499 713-46-76

НА САВЕЛОВСКОЙ
ул. 4-й Вятский пер., д. 18/2
тел. +7 915 076-50-27

В ХОВРИНО
ул. Зеленоградская, д. 17, к. 1
тел. +7 906 039-98-88

НА ХОДЫНКЕ
Ходынский бульвар, д. 9
тел. +7 909 971-00-00

В ХОРОШЕВО-МНЕВНИКАХ
ул. Берзарина, д. 19, к. 1
тел. +7 903 711-22-25

В ЧЕРЕМУШКАХ
ул. Новочеремушкинская, д. 49
тел. +7 916 55-65-888

НА ЮГО-ЗАПАДНОЙ
ул. Академика Анохина, д. 2, к. 2
тел. +7 965 138-80-27

МОСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ

В ДОЛГОПРУДНОМ
Лихачевское шоссе, д. 13А
тел. +7 499 340-63-16

В ДУБКАХ (ОДИНЦОВСКИЙ Р-Н)
пос. ВНИИССОК, ул. М. Кутузова, д. 1
тел. +7 916 375-49-49

В ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОМ
ул. Юбилейная, д. 24
тел. +7 925 718-82-78

НА ЗЕЛИНСКОГО (ВОСКРЕСЕНСК)
ул. Зелинского, д. 10а
тел. +7 926 593-63-69

В КРАСНОГОРСКЕ
Павшинская пойма,
ул. Зверева, д. 6
тел. +7 495 669-66-29

В ЛЮБЕРЦАХ
ул. Авиаторов, д. 2, к. 2
тел. +7 926 323-02-27

В МЫТИЩАХ
ул. Сукромка, д. 24
тел. +7 968 850-01-02

НА НОВОЙ РИГЕ (КРАСНОГОРСК)
мкр. Южный, ул. Заводская, д. 4
тел. +7 916 109-85-93

В РАМЕНСКОМ
ул. Солнцева, д. 8
тел. +7 916 151-06-58

В СЕРГИЕВОМ ПОСАДЕ
ул. Осипенко, д. 6
тел. +7 925 083-65-05

В СТАРЫХ ХИМКАХ
Калинина, д. 7
тел. +7 495 227-01-57

В ХИМКАХ
ул. Горшина, д. 2
тел. +7 495 227-01-57

В ХОТЬКОВО
ул. Ленина, д. 2
тел. +7 925 083-65-05

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

НА БУДАПЕШТСКОЙ
ул. Будапештская, д. 17, к. 3
тел. +7 812 33-25-234

НА КОМПОЗИТОРОВ
ул. Композиторов, д. 12
тел. +7 812 33-25-234

НА КОРАБЛЕСТРОИТЕЛЕЙ
ул. Кораблестроителей, д. 30,
к. 4, пом. 175Н
тел. +7 965 050-35-50

НА ЛЕНИНСКОМ ПРОСПЕКТЕ
ул. Ленинский проспект, д. 111, к. 2
тел. +7 812 33-25-234

НА ПРИМОРСКОМ ПРОСПЕКТЕ
Приморский пр-т, д. 137, к. 1
тел. +7 906 247-05-75

САМАРА

НА АМИНЕВА
ул. Аминева, д. 8Б
тел. +7 917 941-60-59

НА ВОРОНЕЖСКОЙ
ул. Стара Загора, д. 108
тел. +7 927 900-27-33

НА ГАГАРИНА
ул. Гагарина, д. 82
тел. +7 927 900-27-34

НА ДЕМОКРАТИЧЕСКОЙ
Демократическая, д. 30
тел. +7 927 200-70-91

НА ЕНИСЕЙСКОЙ
ул. Енисейская, д. 52
тел. +7 927 609-71-05

НА КИРОВА
проспект Кирова, д. 201
тел. +7 927 900-14-16

НА КОСМОДЕМЬЯНСКОЙ
ул. Зои Космодемьянской, д. 3
тел. +7 927 724-67-32

НА ЛЕНИНА
проспект Ленина, д. 1
тел. +7 927 900-14-15

НА ЛЕСНОЙ
ул. Лесная, д. 9
тел. +7 927 902-88-70

НА ПЕНЗЕНСКОЙ
ул. Пензенская, д. 71
тел. +7 927 900-14-18

НА ПОБЕДЕ
ул. Победы, д. 81
тел. +7 846 992-01-03

НА ПЯТОЙ ПРОСЕКЕ
ул. Пятая просека, д. 106
тел. +7 927 900-14-17

НА СТАРА ЗАГОРЕ
ул. Стара Загора, д. 53
тел. +7 927 692-75-43

НА СТЕПАНА РАЗИНА
ул. Степана Разина, д. 94
тел. +7 927 900-14-13

НА УПРАВЛЕНЧЕСКОМ
пос. Управленческий,
ул. Парижской Коммуны, д. 18
тел. +7 937 183-88-11

БЕЛГОРОД

НА ПРЕОБРАЖЕНСКОЙ
ул. Преображенская, 120
тел. +7 920 202-09-27

ВСЕВОЛОЖСК

НА МЕЖЕВОЙ
ул. Межевая, д. 27, оф. Т
тел. +7 921 096-80-96



ЕКАТЕРИНБУРГ

НА БЕЛИНСКОГО

ул. Белинского, д. 85
тел. +7 343 344-64-10

ИЖЕВСК

НА ПУШКИНСКОЙ

ул. Пушкинская, д. 291а
тел. +7 909 06-06-602

НА ПУШКИНСКОЙ, 67

ул. Пушкинская, д. 67
тел. +7 909 06-06-651

КАЗАНЬ

НА ВАХИТОВА

ул. Вахитова, д. 8
тел. +7 903 341-94-15

НА ГАБИШЕВА

ул. Габишева, 17б
+7 909 308-93-02

НА ВИШНЕВСКОГО

ул. Вишневого, д. 3
тел. +7 843 297-25-30

НА САЛИМЖАНОВА

ул. Марселя Салимжанова, д. 21
тел. +7 843 297-41-70

НА ЧИСТОПОЛЬСКОЙ

ул. Чистопольская, д. 66
тел. +7 917 394-89-72



КАЛИНИНГРАД

НА ТЕЛЬМАНА

ул. Тельмана, д. 5
тел. +7 4012 37-04-05

КАМЕНСК-УРАЛЬСКИЙ

НА ПУГАЧЁВА

ул. Пугачёва, д. 31
тел. +7 967 852-62-29

КРАСНОДАР

НА ПОЛУЯНА

ул. Яна Полуяна, д. 43
тел. +7 918 157-07-91

НА ПРОСПЕКТЕ ЧЕКИСТОВ

пр-т Чекистов, д. 20
тел. +7 928 330-08-80

МАГНИТОГОРСК

НА ЛОМОНОСОВА

ул. Ломоносова, д. 6
тел. +7 912 800-04-08

НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ

В 13 КОМПЛЕКСЕ

Новый город, 13/02А
тел. +7 927 676-13-02

НЕФТЕКАМСК

НА ПРОСПЕКТЕ ЛЕНИНА

пр-т Ленина, д. 64
тел. +7 937 835-65-35

НИЖНЕКАМСК

НА ГАГАРИНА

ул. Гагарина, д. 52
тел. +7 927 045-05-55

НОВОКУЙБЫШЕВСК

НА БЕЛИНСКОГО

ул. Белинского, д. 20
тел. +7 917 155-12-33

НОВОРОССИЙСК

НА КУНИКОВА

ул. Куникова, д. 21
тел. +7 918 34-33-887

НОВОСИБИРСК

НА ЕЛЬЦОВСКОЙ

ул. Ельцовская, д. 20
тел. +7 961 220-71-60

НА ГОРСКОМ

Горский микрорайон, д. 53
тел. +7 913 775-35-77

ПЕРМЬ

НА УРАЛЬСКОЙ

ул. Уральская, д. 9
тел. +7 912 782-23-74

ПСКОВ

НА ВЛАДИМИРСКОЙ

ул. Владимирская, д. 3
тел. +911 365-54-61

РОСТОВ - НА - ДОНУ

НА ЖМАЙЛОВА

ул. Жмайлова, д. 19/1
тел. +7 918 854-65-79

НА СОЦИАЛИСТИЧЕСКОЙ

ул. Социалистическая, д. 154А
тел. +7 863 226-36-06



СУРГУТ

В 32 МИКРОРАЙОНЕ

ул. 30 лет Победы, д. 62, офис 6
тел. +7 922 798-25-65

ТОЛЬЯТТИ

НА ДЗЕРЖИНСКОГО

ул. Дзержинского, д. 5А
тел. +7 927 900-43-29

НА МИРА

ул. Мира, д. 86
тел. +7 927 900-43-33

НА ЧАЙКИНОЙ

ул. Лизы Чайкиной, д. 50
тел. +7 927 900-43-34

ТОМСК

НА ГОВОРОВА

ул. Говорова, 46, мкр. Каштак-II
тел. +7 913 827-08-46

УЛЬЯНОВСК

НА ЛЬВОВСКОМ БУЛЬВАРЕ

Львовский бульвар, д. 9
тел. +7 962 633-35-55

ЧЕБОКСАРЫ

НА М. ГОРЬКОГО

пр-т М. Горького, д. 36/1
тел. +7 8352 389-456

ЧЕЛЯБИНСК

НА КОМСОМОЛЬСКОМ

Комсомольский пр-т, д. 32Д
тел. +7 982 33-22-733

ЯРОСЛАВЛЬ

НА ТРЕФОЛЕВА

ул. Трефолева, д. 12
тел. +7 4852 33-69-70

КАЗАХСТАН

НА АУЭЗОВА

г. Атырау, ул. Ауэзова, 58А, ТД «Сауран»
тел. +7 7122 45-14-86

НА БОГЕНБАЙ БАТЫРА

г. Алматы, р-н Алмалинский,
ул. 6 линия, д. 7/266а
тел. +7 727 354-01-94

НА БУХАР ЖЫРАУ

г. Алматы, бульвар
Бухар Жырау, 12А
тел. +7 707 555-85-21

НА ВЛАДИМИРСКОЙ

г. Атырау, 3 мкр. Авангард, ул.
Владимирская, д. 6, кв. 32
тел. +7 7122 45-14-86

НА САЛТАНАТ САРАЙЫ

г. Астана, пр-т Кабанбай Батыра,
д. 2/1, оф. 3
тел. +7 707 04-555-55



**Бэби - клубы
в Москве, Санкт-
Петербурге,
Екатеринбурге,
Новосибирске,
Кемерово, Уфе
и Алматы ищут
свои адреса!**



Узнавайте о нашей жизни день за днем на

