

ВНИМАНИЕ: ПОДПИСКА!



В любом почтовом отделении Воронежской области можно оформить подписку на газету «Коммуна плюс» на второе полугодие 2018 года. Почта России предоставляет 20-процентную скидку от стоимости услуг по подписке и доставке газет и журналов ветеранам, участникам Великой Отечественной войны, инвалидам I и II групп. Для получения скидки необходимо предъявить соответствующее удостоверение.

КОРОТКО

■ В Воронеже торжественно открыли бюст Героя России гвардии майора Романа Филипова. Монумент установили на территории 85-й школы, где учился военный лётчик. Почтить память военнослужащего, погибшего третьего февраля при выполнении боевой операции в Сирии, пришли его родные и близкие друзья, сослуживцы, представители власти и Министерства обороны РФ.

■ По данным Управления Роспотребнадзора по Воронежской области на 11 июня, в медучреждения по поводу укусов клещами обратились 1495 человек, что не превышает среднесезонных значений. За неделю количество обратившихся за медицинской помощью увеличилось на 272 человека. Напомним, по состоянию на четвертое июня к медикам обратились 1223 укушенных. Среди населения области зарегистрировано четыре случая заболевания клещевого боррелиоза (болезнь Лайма), что на 50% меньше, чем за аналогичный период 2017 года.

■ Митрополит Воронежский и Лискинский Сергей 16 июня совершил чин великого освящения храма во имя Святой Живоначальной Троицы в селе Ивановка Хохольского муниципального района. Митрополит Сергей совершил крестный ход со святыми мощами, которые были вложены в антиминс и в основание новоосвященного престола. Затем глава Воронежской митрополии совершил в новоосвященном храме Божественную литургию.

■ В Воронежскую область 15 июня с рабочим визитом прибыл заместитель Председателя Правительства РФ Алексей Гордеев. Вице-премьер и врио губернатора Александр Гусев посетили Россошанский, Верхнемамонский и Павловский муниципальные районы, информирует Управление по взаимодействию со СМИ и административной работе облправительства.

■ Крупная партия груза, предназначенного для производства мясной продукции, поступила на Правобережный таможенный пост Воронежской таможни. Во время осмотра таможенниками были выявлены две товарные позиции, местом происхождения которых значились страны Европейского союза: сто килограммов соли посолочной для мясопроизводства из Германии, столько же – морской пищевой мелкой, произведенной во Франции. Санкционная продукция изъята из обращения. Соль уничтожили на полигоне ТБО.

■ По мнению жителей Воронежа, больше всего народное благополучие зависит от Президента РФ (более 43 процентов голосов). На втором месте – Правительство России (20 процентов). На третьем – органы местного самоуправления (чуть менее 14 процентов) и губернатор (почти 12 процентов). Такие данные получены в результате опроса 609 жителей Воронежа, который 25-27 мая методом телефонного интервью провели специалисты Института общественного мнения «Квалитас».

ЧЕМПИОНАТ МИРА – 2018

Голос болельщиков

На Адмиралтейской площади Воронежа стартовал фестиваль футбольных болельщиков «Голос трибун»



Открытие фестиваля «Голос трибун» состоялось 14 июня с исполнения мужским хором «Русский формат» песни, написанной для чемпионата мира – 2018. Далее выступили взвод барабанщиц «Катюша» Воронежского института ФСИН, группы «Холст» и «Волшебники двора».

– Нашей стране выпала честь быть хозяйкой чемпионата мира, а Воронежу повезло стать не сторонним наблюдателем, а самым настоящим участником чемпионата мира по футболу. Мы принимаем сборную команду Марокко. Именно с наших тренировочных баз команда отправилась на мундиаль. Воронеж – настоящий футбольный город, в котором проживают сотни тысяч болельщиков. Именно вы – самые громкие, творческие, яркие и гостеприимные ценители футбола, – отметил, приветствуя собравшихся на площади, заместитель главы Воронежа Алексей Антиликаторов.

По информации пресс-службы администрации, в первый день фестиваля на Адмиралтейскую площадь пришли продемонстрировать свой командный дух почти 1500 болельщиков.

Напомним, в Воронеже на время проведения трансляции матчей перекрывается движение по Петровской набережной и улице Декабристов.

Концертно-развлекательная программа, выступление воронежских рок-музыкантов будут проводиться на Адмиралтейской площади перед каждым матчем футбольной сборной России.

СПРАВКА

Во время проведения чемпионата мира по футболу в Воронеже базируется команда из Марокко. Сборная Марокко по футболу приехала в Воронеж 10 июня. Первая открытая тренировка марокканцев прошла 13 июня на стадионе «Чайка». 15 июня команда потерпела поражение в матче группового этапа чемпионата мира по футболу от сборной Ирана и вернулась тренироваться на базу в Воронеж. Вскоре их ждут встречи с очень сильными соперниками: 20 июня в Москве марокканцы сыграют со сборной Португалии, а 25 июня в Калининграде сборная Марокко выйдет на поле против команды из Испании.

ОТВЕЧАЕМ НА ВАШИ ПИСЬМА

Средства ухода – бесплатно

Слышала, что инвалиды могут получить необходимые гигиенические средства бесплатно. Что именно можно получить? Куда обращаться? Кто имеет право на получение этих изделий?

В соответствии с законодательством людям с инвалидностью для ежедневного ухода полагается бесплатное абсорбирующее белье: простыни (пеленки), подгузники. В Воронежской области с 1 января 2018 года обеспечение указанными средствами реабилитации осуществляет региональное отделение Фонда социального страхования РФ в рамках средств, выделенных из федерального бюджета.

На данный момент для обеспечения инвалидов области закуплено более 2 миллионов изделий. На эти цели направлено свыше 39,9 млн рублей.

Количество и виды средств ежедневного ухода, которые нужны конкретному человеку с инвалидностью, указываются в индивидуальной программе реабилитации или абилитации (ИПРА). Этот документ составляют специалисты бюро медико-социальной экспертизы (МСЭ) при освидетельствовании пациента.

По итогам проведения региональным отделением Фонда конкурентных процедур определяется организация, которая будет обеспечивать средствами ежедневного ухода людей с инвалидностью.

Важно отметить, что в контрактах с поставщиками предусмотрена возможность выбора заявителями места и способа получения средств: в пунктах выдачи, организованных поставщиками, или по месту жительства получателей в пределах области. О месте и времени выдачи продукции каждого получателя должен проинформировать поставщик. Региональное отделение Фонда

уже направило поставщикам списки получателей. Связаться с поставщиками можно по телефонам: 8 (473) 300-31-91; 300-31-51.

Отметим, что обеспечение граждан льготных категорий пеленками и подгузниками за прошлый период не предусмотрено действующим законодательством. Отсчет срока пользования изделиями начинается с момента их получения.

Компенсация задним числом

На какой период выдается абсорбирующее белье и подгузники? Можно ли получить его за прошедший период?

Для всех технических средств реабилитации существуют сроки пользования, т.е. средства выдаются на установленный срок до их замены. (Приказ Минтруда России от 13.02.2018 № 85н «Об утверждении Сроков пользования техническими средствами реабилитации, протезами и протезно-ортопедическими изделиями до их замены»). Важно: отсчет срока пользования начинается с момента получения изделий.

В соответствии с письмом Министерства труда и социальной защиты РФ от 24 июня 2015 г. № 13-3/10/В-4473 абсорбирующее белье, подгузники и средства средства предназначены для ежедневного и разового применения и не могут использоваться повторно. Для абсорбирующего белья и подгузников срок пользования установлен не более 8 часов (при синдроме полиурии – не более 5 часов). Обеспечение инвалидов средствами за прошлый период не предусмотрено действующим законодательством ввиду невозможности их одновременного использования за текущий и прошлый периоды.

За прошлый период возможна только компенсация в случае самостоятельно произведенных расходов инвалидом или его

законным представителем. Для этого необходимо обратиться в отделение Фонда с заявлением, паспортом, индивидуальной программой реабилитации (абилитации), а также документами, подтверждающими понесенные расходы. Компенсация будет выплачена с их учетом, но не более стоимости, определенной по результатам последней проведенной закупки и исполненного государственного контракта. Поэтому необходимо учитывать, что размер компенсации может быть меньше затраченной инвалидом суммы.

Качество и размер

Куда жаловаться, если человек решил, что белье некачественное? Или не того размера? А возможно, возникли другие жалобы...

Во-первых, следует убедиться, что абсорбирующее белье используется правильно: закрепляется в соответствии с инструкцией, своевременно меняются подгузники и т.д.

Во-вторых, важно, чтобы размеры, указанные в ИПРА, соответствовали реальным потребностям человека. Со временем состояние организма человека меняется, поэтому, если у инвалида изменились размеры тела или нужны другие средства ежедневного ухода в ином количестве, необходимо обратиться в бюро медико-социальной экспертизы для переосвидетельствования и разработки новой ИПРА.

В случае конкретных претензий к качеству подгузников и других видов абсорбирующего белья можно обратиться напрямую в региональное отделение Фонда социального страхования.

Консультирует начальник отдела социальных программ Воронежского отделения Фонда социального страхования РФ Галина НЕКРАСОВА.

ПОГОДА

Дата	СР 20.06	ЧТ 21.06	ПТ 22.06	СБ 23.06	ВС 24.06	ПН 25.06	ВТ 26.06
Осадки	облачно с прояснениями	ясно	пасмурно	пасмурно	пасмурно	пасмурно	пасмурно
Днем	+29	+27	+27	+27	+24	+25	+25
Ночью	+16	+16	+18	+16	+14	+16	+16

Неблагоприятные дни

23 июня (суббота)
(с 16.00 до 18.00)

Электронная версия газеты
в Интернете по адресу:
www.communaplus.ru



9 772219 845185 1 8025

№25 (1180) 20 июня 2018 г.

Цифры в скобках обозначают ограничение просмотра телепередач по возрасту: (6+) - просмотр не рекомендуется детям до 6 лет; (12+) - просмотр не рекомендуется детям до 12 лет; (16+) - просмотр не рекомендуется лицам моложе 16 лет; (18+) - просмотр не рекомендуется лицам моложе 18 лет.

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (9.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 - Вести+16+)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (23.30 - Итоги дня+16, 9.55 - 0 самом главном+12)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (7.00 - С бодрым утром!+16, 17.50 - Серии «УЗНАЙ МЕНЯ»)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (5.25 Х/Ф - БЛОНДИНКА ЗА УГОЛОМ+12, 6.20 Х/Ф - АЛЬНЕ ПАРУСА+12)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (9.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 - Вести+16+)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (23.30 - Итоги дня+16, 9.55 - 0 самом главном+12)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 - Новости+16+)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (5.00, 9.00, 13.00, 22.00 - Известия+16+)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (9.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 - Вести+16+)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (23.30 - Итоги дня+16, 9.55 - 0 самом главном+12)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (17.00 - Естественный обзор+12, 11.15 - 21.00 Серии «УЗНАЙ МЕНЯ»)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (5.00, 9.00, 13.00, 22.00 - Известия+16+)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (9.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 - Вести+16+)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (23.30 - Итоги дня+16, 9.55 - 0 самом главном+12)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (17.00 - Естественный обзор+12, 11.15 - 21.00 Серии «УЗНАЙ МЕНЯ»)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (5.00, 9.00, 13.00, 22.00 - Известия+16+)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (9.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 - Вести+16+)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (23.30 - Итоги дня+16, 9.55 - 0 самом главном+12)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (17.00 - Естественный обзор+12, 11.15 - 21.00 Серии «УЗНАЙ МЕНЯ»)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (5.00, 9.00, 13.00, 22.00 - Известия+16+)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (9.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 - Вести+16+)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (23.30 - Итоги дня+16, 9.55 - 0 самом главном+12)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (17.00 - Естественный обзор+12, 11.15 - 21.00 Серии «УЗНАЙ МЕНЯ»)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (5.00, 9.00, 13.00, 22.00 - Известия+16+)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (9.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 - Вести+16+)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (23.30 - Итоги дня+16, 9.55 - 0 самом главном+12)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (17.00 - Естественный обзор+12, 11.15 - 21.00 Серии «УЗНАЙ МЕНЯ»)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (5.00, 9.00, 13.00, 22.00 - Известия+16+)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (9.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 - Вести+16+)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (23.30 - Итоги дня+16, 9.55 - 0 самом главном+12)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (17.00 - Естественный обзор+12, 11.15 - 21.00 Серии «УЗНАЙ МЕНЯ»)

Table with 2 columns: Channel (Первый канал, Россия-1) and Program details (5.00, 9.00, 13.00, 22.00 - Известия+16+)

РЕМОНТ МЯГКОЙ МЕБЕЛИ БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА Льготным категориям - скидки Тел: 259-19-98

ЗДОРОВЬЕ

Солнечный ожог

Стоит жаркая погода, а значит, если вовремя не подумать о защите своей кожи, можно запросто заработать солнечный ожог

ЧТО ДЕЛАТЬ?

Самое первое, что необходимо сделать при солнечном ожоге, – это **зайти в помещение**, чтобы прекратить воздействие ультрафиолета на кожу. Вообще после этого следует ограничить время пребывания на солнце до исчезновения болевых ощущений, дабы не провоцировать появление новых ожогов, заживление которых будет проходить гораздо медленнее. Дальнейшие действия будут зависеть от степени ожога. При сильном ожоге, когда появляются волдыри или язвочки, особенно у ребенка, следует обратиться за помощью к **специалистам**, которые введут обезболивающее и назначат прием противовоспалительных препаратов.

Пострадавшему, сразу после улицы, следует принять **прохладный душ** или наложить **холодный компресс** на особенно пострадавшие участки кожи. Если самостоятельно он сделать этого не может, ему необходимо помочь в этом. Обязательно для нормализации водного баланса в организме следует пить много жидкости.

При ожогах помогают **спреи на основе декспантенола**. Они снимают воспаление, способствуя скорейшему заживлению.

Следует быть внимательными при выборе спрея в аптеке, так как практически все аналоги выпускаются как косметические, потому что такая форма выпуска не требует проведения клинических испытаний, процедура регистрации их значительно упрощена. Как следствие, состав таких препаратов не всегда можно назвать безопасным. Так, некоторые из них содержат парабены, – потенциально опасные для здоровья консерванты, накапливающиеся в тканях и способные провоцировать рост опухолей.

Поскольку ожог является аллергической реакцией кожи на ультрафиолет, то врачи рекомендуют применять **антигистаминные препараты**.

При обгорании кожа нуждается в витаминах и восстановлении, поэтому обязательно после охлаждения необходимо воспользоваться **витамином Е**, нанеся его на поврежденные участки. Это ускорит процесс восстановления. В процессе лечения серьезных ожогов, являющихся следствием чрезмерного влияния солнечных лучей, рекомендуется дополнительно принимать витамины С и D.

НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА

Для обожженных век можно использовать **влажные компрессы из пакетиков зеленого чая**.

Для снятия жжения и уменьшения боли при солнечных ожогах рекомендуется делать компресс из крепко заваренного чая два-три раза в течение дня длительностью по двадцать-тридцать минут.

Чтобы снизить трение поврежденной кожи с простыней, можно использовать обычный **тальк**, посыпав им простыню.

Для снижения зуда и болевых ощущений, а также в целях ускорения процесса восстановления обожженной кожи можно использовать обычный **картофельный крахмал**, присыпая им поврежденные ткани. Крахмал также можно использовать в качестве примочек, для чего его следует развести в воде.

Картофель можно прикладывать в сыром виде к ожогу в качестве пятнадцатиминутного компресса. Для этого картофель следует натереть на терке и переложить в марлю. Этот способ эффективен при аллергии на солнце. В качестве компресса можно использовать только картофельный сок. В сочетании с пшеничной мукой картофельный сок можно использовать в качестве маски на лицо (на пятнадцать минут) при наличии небольшого ожога.

Картофель со сметаной – еще одно действенное средство для заживле-

ния ожогов. Сваренный в мундире и очищенный картофель измельчить в блендере, добавив сметану. Нанести полученный состав на поврежденные участки кожи на полчаса, после чего смыть водой комнатной температуры. Данное средство можно использовать в виде маски для лица. Наносить в теплом виде, через пятнадцать минут кожу следует протереть ватным тампоном.

Самым распространенным и эффективным народным средством от солнечных ожогов являются **молочные продукты** (кефир, сметана, кислый йогурт), которые следует наносить на повреждение несколько раз в течение дня. Это средство смягчает и охлаждает кожу, снимая жжение и зуд. В случае сильных ожогов, сопровождаемых волдырями, применение данного способа может иметь обратный эффект.

Травяные компрессы прекрасно снимают болевые ощущения, жжение и зуд, а также ускоряют процесс заживления. Для этих целей эффективны настои из **ромашки, календулы, лаванды**. Рецепт приготовления указан в инструкции по применению. Отвар в охлажденном виде хранят в холодильнике. Используют в виде примочек на ожоги.

На поврежденные участки кожи эффективно наносить **свежевыжатый сок алоэ**. Можно также развести такой сок в равном соотношении с водой и, смочив в нем марлевую салфетку, прикладывать к ожогу один-два раза в день через каждые десять минут на протяжении часа. Можно приобрести в аптеке охлаждающий гель из алоэ.

При ожогах отлично помогает **смесь из равных частей арбузного и огуречного соков**. Таким составом протирать поврежденные участки.

Эффективны при солнечных ожогах и **листья капусты**, которые следует прикладывать непосредственно к обожженным местам.

1000+1 СОВЕТ

Чистим руки

Как вернуть коже и ногтям белизну после того, как зашли в дом с огорода?

Перекись водорода

Это универсальное средство помогает отмыть грязь с рук и ногтей. Ванночка с перекисью водорода сушит кожу, поэтому после процедуры обязательно нанесите питательный крем. Но если вы страдаете от шершавостей ладоней, выберите другой метод.

Для приготовления ванночки нагрейте 2 стакана воды до максимальной температуры, которую вы можете выдерживать. В теплую воду добавьте 3 ст. л. моющего средства для посуды, 100 мл перекиси водорода и 20 мл нашатырного спирта. Последний ингредиент не обязателен, хотя и делает средство более эффективным. Опустите руки в раствор и подержите 10 минут. Затем обработайте каждый пальчик и ладонки при помощи мягкой щетки.

Цитрусовые

Лимон – натуральное отбеливающее средство, используемое в косметологии и в быту. Чтобы вернуть ногтям белизну после дачных работ, понадобится сок четвертинки лимона. Его нужно равномерно нанести на ногти и кожу ладоней, а сверху надеть тонкие хлопчатобумажные перчатки. Через 5 минут просто помойте руки с мылом.

Если этой процедуры оказалось недостаточно, разрежьте лимон пополам. Засуньте ногти в сочную мякоть фрукта и подержите 10 минут.

После такой процедуры нужно увлажнить кожу. Можно воспользоваться обычным кремом для рук, а можно приготовить самодельное питательное средство: 5 капель жидкого витамина Е смешайте с 2 ст. л. оливкового масла. Полученную смесь вотрите в кожу, сверху наденьте хлопчатобумажные

перчатки. Через полчаса масло впитается, а ладонки станут шелковистыми, как у младенца.

Ванночка на основе молока и соды

Эта ванночка хорошо растворяет грязь, набившуюся под ногти, в поры и складочки на руках. Для приготовления понадобится 1 стакан жирного молока, 1 стакан воды и 3 ст. л. жидкого мыла. Идеальное мыло для подобных целей – хозяйственное. 50 г (четверть бруска) натрите на крупной терке для овощей. Стружка быстро растворится в теплой жидкости.

Руки нужно держать в молочной ванночке не менее 15 минут. После процедуры вам легко удастся очистить пальцы и ладони от въевшейся земли. Достаточно промыть руки с мылом и потереть особенно грязные участки мягкой щеткой. Высушите чистые ладони и нанесите питательный крем.

Лимонная кислота

Во избежание пересушивания кожи лимонную кислоту можно использовать только для очистки ногтей. Содержимое одного пакетика (20-25 г) растворите в половине стакана теплой воды. Опустите в жидкость кончики пальцев на 10 минут. Грязь и зеленый сок растений быстро растворятся.

Кроме лимонной кислоты можно использовать сыворожку, простоквашу и сок от квашеной капусты, приготовленной без добавления уксуса. Перечисленные продукты менее агрессивны, они не приводят к огрубению кожи. Поместите обе ладони в любую из предложенных жидкостей на 15 минут, а затем промойте намыленной щеткой. Кислота

помогает избавиться от грязи и зелени, появляющейся вследствие вырывания сорной травы.

Ручная стирка

Самый полезный и эффективный способ отмыть ладони и ногти – постирать вручную. Стирка вещей и белья вручную быстро вымывает остатки грязи и травы из-под ногтей. Время, затраченное на процедуру ванночек для рук, лучше провести с пользой. При этом можно пользоваться порошком только для ручной стирки. После мероприятия обязательно вымойте руки с мылом и нанесите питательный крем.

Крахмал

Работа с землей приводит к огрубению кожного покрова. Для возвращения гладкости нужно подержать ладонки в специальном растворе. Налейте в кастрюлю 1 л воды и поставьте ее на плиту. В воду всыпьте 1 ст. л. картофельного крахмала. Доведите смесь до кипения и оставьте остывать, накрыв крышкой. Опустите ладони в теплый раствор на 15 минут. Не смывайте крахмал, просто промокните руки полотенцем. Сверху нанесите питательный крем или оливковое масло. Процедуру нужно повторять ежедневно, пока кожа не станет мягкой, как у ребенка.

Ответы на сканворд в №24

По горизонтали: Подмога. Диво. Авошь. Инд. Оханье. Рыба. Орлова. Кий. Улан. Минога. Агат.

По вертикали: Катаракта. Осло. Обойма. Сахар. Медь. Луна. Индолог. Гавань. Вага. Деканат.

ШКОЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Лето в деревне

Родители часто летом отправляют своих чад отдохнуть от городского смога, телевизора и детского сада в деревню. Безусловно, поездка на лето к бабушке, особенно на дачу или в деревню, – весьма привлекательный вариант, обладающий весомыми плюсами.

Плюсы поездки

Поездка в деревню к бабушке – для ребенка это возможность обогатить знания об окружающем мире, установить близкие отношения с родным человеком.

Перемена места, но не такая радикальная, как при посещении другой страны, обычно идет на пользу психике, позволяя «перегрузиться» и отдохнуть от обыденности.

Переезд из шумного мегаполиса в более «природное» и спокойное место, где есть водоемы, пригодные для купания, парки, лесочки или собственная придомовая территория для прогулок, да еще и ребенок будет находиться под чутким присмотром, принесет пользу для здоровья малыша.

Собираемся с мыслями

Можно взять листок бумаги и написать в две колонки все позитивные моменты пребывания ребенка летом у бабушки (свежий воздух, овощи с грядки, общение...) и ваши опасения (разбалуетесь, начнется аллергия от сладкого, комары кусают и т. д.). Затем в графе с «отрицательными» моментами подробно разобрать каждый пункт, стараясь найти для него решение (например, закупить разные средства от насекомых, подходящие по возрасту). Таким образом, в «негативной» колонке останется не так много записей, а у вас прибавится уверенности в благополучии каникул у бабушки.

Чтобы отказаться от таких каникул, должен быть серьезный повод. Случается, сама бабушка не проявляет желания принять у себя ребенка или, ограничиваясь формальным приглашением, не показывает готовности уделять время внуку или внучке. В таком случае малыш может оказаться обделен вниманием. Бывает и наоборот, когда сама бабушка, при всем своем желании побыть с ребенком, в силу своего возраста и состояния здоровья физически не может обеспечить ему нужный уход. Это часто касается малышей до трех лет, которые еще не слишком самостоятельны, но очень активны, поэтому требуют от взрослых приличных физических нагрузок. В остальных же случаях каникулы у бабушки станут отличной возможностью провести лето с пользой и интересом.

Правильный настрой

Прежде всего, подготовку к такому важному мероприятию нужно начинать с себя. Вы должны твердо решить, что отдых с бабушкой необходим и пойдет на пользу всем членам семьи. И только в этом случае начинать подготовку малыша.

1) Напомните ребенку о бабушке. Это касается тех родственников, кто живет далеко. Покажите ребенку фотографии бабушки и дедушки, их совместное видео с малышом, если такое имеется.

2) Важно заранее познакомить малыша с новым местом. В идеале лучше, если вы с ребенком несколько раз навестите бабушку, приехав на выходные или на неделю отпуска. Так ребенок сможет привыкнуть к месту, а вы – оценить условия проживания и продумать все, что будет необходимо малышу при длительном пребывании.

3) Создайте положительный настрой. Постарайтесь почаще рассказывать малышу о том, как будет проходить его отдых. Подчеркивайте позитивные моменты: «Вы с бабушкой будете ходить в лес за ягодами, а дедушка возьмет тебя на рыбалку». Чем больше вы найдете плюсов, тем с большим нетерпением ребенок будет ждать поездки.

Автор музыки к «Бременским музыкантам»					
Урок с красками в школе	Поток забвения из мифов	Осадки морозной зимой	Крутят, набирая номер		Крупная хищная кошка
	Писатель ... Бабель	То же, что ара			
			Там погиб Грибоедов в 1829 г		УКВ ловит и пластики крутит
	Снаряд «земля-воздух»	«Капризный» стиль в искусстве	«Баранка» геометра		
	Взгляд устами поэта			Кубок времени Вещего Олега	Его словам - грош цена
	Детский «мятник» в парке				
		Язык воров или спесов			
	Летающая тарелка				
	Почетный пост у мавзолея Ленина	... на шею			

Составил Андрей Жадан.