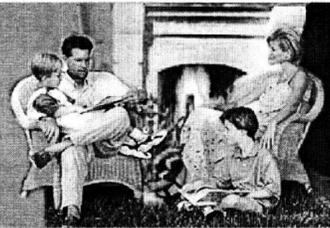


Семейный ОЧАГ



ФОРМУЛА СЧАСТЬЯ

Вместо сладостей – уколы

«Уважаемая Елена, здравствуйте! Пишет вам председатель диабетического общества детей и подростков. Прочитала материал в «Магнитогорском металле» «Капитанская дочь из Долины Рос» и подумала, что вы нам можете помочь. Наши детишки живут на инъекциях инсулина, которые приходится делать по 5-6 раз в сутки. Разве это не мучство? Какое у них детство, когда вместо сладкого – уколы? Родители, воспитывающие детей с этим грозным заболеванием, много выстрадали, но объединиться крепко и дружно так и не смогли, замкнулись в себе, уже ни во что не верят. Чем можно помочь детям, у которых сахарный диабет?»



Татьяна ДЬЯК.

Уважаемая Татьяна Геннадьевна! Разделяю вашу боль и тревогу. Безусловно, диабетическому обществу, которое вы возглавляете,

требуется материальная помощь и поддержка власть имущих. Как психолог, могу сказать, что каждая болезнь дается человеку, чтобы он прошел определенный урок, чтобы душа достигла нового уровня сознания. Кто чаще всего заболевает сахарным диабетом? Как показывает практика, это человек впечатлительный, альтруист, безвозмездно помогающий людям, привыкший все контролировать в своей жизни. Он очень предан своей семье и постоянно винит себя, если жизнь других людей протекает не так, как он задумал. Он постоянно думает о том, как реализовать планы, но за всеми этими планами и желаниями скрывается грусть, неудовлетворенная потребность в любви и поддержке. Он ждет, что люди оценят его труды и будут благодарны ему. Тут-то и возникает диабет, который сигнализирует о том, что пришло время расслабиться и

прекратить попытки контролировать абсолютно все. Пусть все свершится естественным образом. Больным не нужно верить в то, что их миссия – сделать счастливыми всех окружающих. Ребенок, у которого развивается сахарный диабет, зачастую не получает достаточного внимания со стороны родителей, замыкается, грустит, грусть создает пустоту в душе. Как известно, природа не терпит пустоты. Чтобы привлечь к себе внимание, ребенок заболевает, и тогда все взоры родителей, особенно матери, приковываются к нему. Необходимы частые инъекции, строгое соблюдение рациона питания... К сожалению, некоторые отцы не выдерживают подобного образа жизни и уходят из дома. Но нельзя забывать, что у каждого человека своя неповторимая миссия на земле. Миссия ребенка –

взять на себя ответственность за свое здоровье, ведь если долго опекать его, он не сможет реализовать себя как личность. Задача родителей – укрепить внутренний стержень ребенка, внушить, что жизнь возможна и без сладкого: в мире столько удивительных вещей! Можно, например, заниматься танцами, плаванием, выращивать дикие растения, посещать художественную или музыкальную школы... Кстати, дети, страдающие сахарным диабетом, как правило, очень одарены и могут самостоятельно найти свою жизненную стезю. Только если изменится атмосфера в семье, сочувствие родителей превратится в соотворчество – поднимется настроение ребят, их мироощущение станет солнечным, и возможно улучшение физического состояния. Кстати, во всем

мире в центрах по лечению диабета врачи и психологи идут именно от семьи, от изменения ее микроклимата, и порой происходят удивительные вещи – дети перестают нуждаться в больших и частых дозах инсулина. Я с удовольствием, Татьяна Геннадьевна, приеду в ваше диабетическое общество детей и подростков и проведу беседу «Диабет – особый образ жизни», ведь детям и взрослым, которые больны диабетом, трудно жить в нашем обществе. Главное – верить, что с помощью семьи, врачей и самого человека протекание заболевания можно облегчить.

Елена МАЛИЛЬКО, коуч-консультант, руководитель тренинг-центра «Соната» и программы «Просвещенное материнство».

О РАЗВОДАХ

Грустная статистика

Прочитал в «Магнитогорском металле» сообщение о том, что число разводов в нашей области в прошлом году возросло на 25 процентов.

Грустная статистика. Разводы у нас стали эталонной народной забавой. В городах распадаются 60 процентов семей, а в столице – 75 процентов. Демографы утверждают, что по числу разводов мы уже вышли на второе непочетное место в мире.

В подавляющем большинстве инициаторы разводов – наши «самые красивые, скромные, добрые и умные в мире» женщины. Отказ многих молодых женщин от создания семьи, рождения и воспитания детей, ускоренный процесс старения населения осложняют социально-экономическую и демографическую ситуацию в Российской Федерации, а также влияют на геологическую обстановку.

Россия умирает со скоростью 750 000 человек в год. В детских домах огромное количество брошенных детей, их сейчас больше, чем в СССР после Великой Отечественной войны, – около 700 тысяч. Женщины убивают своих детей: на одно рождение приходится два аборта. Современная российская семья – образование конфликтное и нестабильное. Причем мужчины, как правило, не являются главами семей. Неужели не ясно, что современная концепция брака, основанная на равенстве мужчины и женщины, потерпела полный крах? Или я не прав?

Андрей ПАНКРАТОВ, постоянный читатель «ММ».



Нужен серьезный закон

Прочитал в «Магнитогорском металле» тревожную статистику о растущем из года в год числе разводов. Считаю, чтобы россияне серьезнее относились к бракосочетанию, нужно ввести закон о браке и семье.

Чтобы молодая пара после регистрации брака понимала свою ответственность перед семьей, которую совместно создают. В законе о браке и семье должно быть указано, что после церковной или ЗАГСовой регистрации, развод как таковой запрещен. А если в семье появился хоть один ребенок, в этом случае развод категорически запрещен. В виде исключения может быть разрешен развод, если медэкспертиза документально подтверждает, что один из супругов не может иметь детей.

Родители несут полную ответственность за детей до совершеннолетия. Дети несут ответственность перед государством за содержание родителей, вышедших на пенсию до их ухода из жизни.

Считаю, что только такой закон способен изобразить государство от разводов, безотцовщины и беспризорности детей, а гражданам Российской Федерации заставит серьезно относиться к бракосочетанию. Я очень хотел бы знать, как отзовется магнитогорцы на мое предложение.

Михаил СОБОЛЕВ,

ветеран Магнитогорского калибровочного завода.

Бывших жен не забываю

Сегодня много пишут о разводах. Не обходит стороной эту тему и «Магнитогорский металл». Конечно, нужно укреплять семью. Хорошо, что ваша газета стала выпускать «Семейный очаг».

Но институт семьи – вещь непостоянная. Я дважды обжигался. Кто тут виноват? Да черт его знает. В одном случае вроде я, в другом – она. Сейчас женат в третий раз. Хотя от первых браков у меня детей не было, не успел, я все равно не забываю своих бывших жен, иногда звоню, поздравляю с праздниками. Моей сегодняшней супруге это не нравится. Ревнует. Но это не страшно. Как и не страшен сам развод. Лучше уж развестись, чем жить как кошка с собакой. Вон артисты каждый год меняют жен и мужей. Легче надо относиться ко всему.

В газете «Трибуна» на днях мне попалась любопытная заметочка. Называется она «Развод – не повод для печали». Я вырезал ее и посылаю в «ММ». Может быть, перепечатаете.

Геннадий ФЕДОРОВ.

Не повод для печали

Необычные услуги предлагает жителям Вологды одна из местных фирм по организации праздничных застолий. Здесь можно весело отметить собственный развод.

«Развод – не повод для печали. Жизнь продолжается!» – такими лозунгами зыбавают фирмачи. Мы – за цивилизованный развод, – говорит сотрудник фирмы, автор идеи «веселого развода» Сергей Лоскутов. – Наша жизнь и так полна стрессов, не стоит их усугублять. Надо учиться смотреть на любые события в жизни с юмором. Это мы и предлагаем сделать разводящимся парам.

Не так давно супруги Михайловы, прожившие вместе пятнадцать лет и воспитавшие сына, официально расторгли брак в зале мирового суда. Для них и была организована вечеринка. На ней присутствовали тамада, фотограф и еще целое море цветов.

По словам Сергея Лоскутова, вечер удался. Было очень весело. Звучали тосты в честь вернувшегося в холостяцкие ряды экс-мужа и бывшей жены, которая вновь собирается замуж.

В ритуальной фирме считают, что после такого вечера супруги, пусть и бывшие, на всю жизнь останутся друзьями...

Геннадий ПЧЕЛКИН, Вологда.

Сердце отдаю детям

УРОКИ ЖИЗНИ

Меняются времена, а вместе с ними и мы. Могла ли я, студентка Куйбышевского педагогического института, сдающая химию и биологию только на «отлично», представить себе, что когда-нибудь буду объяснять своим ученикам не периодическую систему химических элементов Дмитрия Менделеева и строение атома, а процесс

изготовления мыла и шампуня в домашних условиях, проводить беседы о вреде алкоголя?

Нынешние школьники критически относятся к получению знаний «впрок», поэтому перед каждым своим уроком я задумываюсь над тем, пригодится ли данная тема ребятам в жизни? Что может быть важнее здоровья и умения выжить в сложных экономических условиях? Этим и другим вопросам посвящаю свой квалифика-

ционный труд по теме «Создание мотивации в процессе обучения химии», с которыми знакомы учителя Магнитогорска. Многолетний опыт показывает, что выпускники с высокой мотивацией обучения уверенно ориентируются в жизни. Многие из них работают лаборантами-технологами, инженерами-химиками, ветврачами и агрономами. Среди них Юлия Поленова, Константин Санников, Римма Галибекова, Вячеслав Иванов... Сколько их уже, моих вы-

пускников? Помню каждого из них, знаю их судьбы, всегда готова им помочь. Хотя они уже сами помогают другим, работая в цехах и лабораториях комбината. А моя работа продолжается. Скоро новые выпускники выпорхнут в большую жизнь. Последние три года уверенно держим с ними призовые места на городских олимпиадах по химии. Сердце наполняется радостью и гордостью за их успехи. Тот, кто стремится к определенной цели,

обязательно ее достигнет. Это относится и к моим ученикам, и к сыну с дочкой – Егорке и Паурите. Я – учитель, я – мать, и моя гордость – в детях.

Ангелина ХЛЫСТОВА, учитель химии школы № 64 высшей квалификационной категории.

P.S. По итогам конкурса «Учитель года» Ангелина Юрьевна стала лучшей. Поздравляем!

КОНКУРС «ММ»: ДЕТСКИЙ ЛЕПЕТ

Лысые деревья

Здравствуйте, уважаемая редакция «ММ». Работаю в детском саду. Посылаю высказывания моих воспитанников.

МАША рассказывает:

– А деревья зимой лысые...

ЖЕНЯ рассматривает картинку, где нарисован зимородок: – А эта птица облепихой что ли питается? Она такого же цвета, как облепиха.

НАСТЯ рассказывает:

– Мама послала сахаром пирога, и он стал вкусным.

Показываю детям детский куб.

АЛЕША:

– Это квадратный квадрат.

КОСТЯ пьет отвар шиповника:

– Ни сладкий, ни горький, никакой, как бензин.

МАКСИМ:

– Африка – это где живут обезьяны, жирафы, слоны и Маугли.

А это ВЫСКАЗЫВАНИЯ МОЕЙ ДОЧЕРИ.

– Ира, надо умыть лицо.

– А оно чистое, я лицом ничего не брала.

– Как питается кентавр, как человек или как лошадь?

Смотрит по телевизору соревнования пловцов. Спрашивает, почему они отделились друг от друга? И сама отвечает: «Наверное, чтобы не совещались».

Объясняю, что женщины редко работают машинистками.

– Ну прямо, как король в шахматах редко ходит.

– Мама, а как мы с тобой познакомились?

Папа купил фрукты и положил на тарелку.

– Ира, посмотри что я купил.

– Натюрморт...

Ира спрашивает:

– А Пушкин был очень богатый?

– Да.

– Поэтому он так много писал.

– ???

– А если бы был бедный, то писать некогда, думал бы, как деньги заработать.

Ира кашляет:

– Чуть горло наружу не высочилось.

Дочь спрашивает:

– Негры рождаются белыми, а затем загорают?

Нина СИБИРЧИКОВА, воспитатель д/с № 50.

Звонит кефир

Высказывания моей внучки Анечки:

1. «Отдай меня ты за Алешу» – сказала. Ей лишь пятый год! Но мама возражает все же.

«Тогда сама отдамся, вот!»

2. Ей надоели одни и те же вопросы взрослых:

«Успел спросить: «Как звать, мамочка?» И будто под хвостом шлеп.

А для ответа лишь минутка: «Я – Аня Вегас, пойте!» (поптора).

3. Однажды во Дворце металлургов завела его в женский туалет. Увидев вокруг себя много женщин, он пропел: «Женщины, женщины, миее женщины!»

Инна Владимировна ВЕЛЫГАС.

Ощущаю себя патриархом

ОТКРОВЕНИЕ

Живу я в поселке им. Крылова вот уже полвека. Дом построил сам.

Здесь родились и выросли трое моих детей – два сына и дочь. Выучившись, они укатили в город. Сыновья помог садовые участки выхлопотать, по строительству в меру сил подсобил. Но по родному дому скачуют, приходят часто.

Особенно я радуюсь, когда мои ребята, солидные уже мужчины, приходят ко мне попариться в баньке. Пивка, рыбки сушеной

принесут. И у меня на такой случай все заранее припасено: дровишки, венички. И хотя баня я устроил так, что воду от электричества можно за полчаса нагреть, мы с сыновьями любим париться по-старинке. Березовые чурочки мне из соседней Башкирии привозит племянник. Ему тоже нравится у нас.

Соседи говорят: вы дружно живете. А я им отвечаю: на то мы

одна семья. Мне 74 года. Рядом с сыновьями и внуками, а их у меня четверо, я ощущаю себя патриархом, старшим в нашем роду. Сегодня я старший, завтра – они. Таков ход жизни. Я ни от кого не завишу, никому не смотрю в рот. Но знаю, если что случится, мои дети и внуки будут рядом. Это дает мне силы жить.

Анатолий ПОГОДИН, пенсионер.

Свидетельство о рождении

НОВЫЕ ДОКУМЕНТЫ

Вступили в силу новые президентские и правительственные акты. Младших родителей наверняка заинтересует постановление Правитель-

ства РФ от 6 февраля 2003 года № 61. Этим актом утверждена форма вкладыша в свидетельство о рождении, подтверждающего наличие у ребенка гражданства России. Стало быть, теперь россияне прямо с пеленок будут получать документальное подтверждение собственного гражданства. Начиная с нынешнего года в первый в жизни документ ребенка (свидетель-

ство о рождении) станут вкладывать особую бумажку, подтверждающую его гражданство. Вкладыш будут выдавать и более взрослым детям (не старше 14 лет), приобретшим гражданство РФ и проживающим на территории

России. Бланк вкладыша изготавливается на русском языке. Однако республикам, входящим в состав России и имеющим свой государственный язык, разрешили печатать вкладыши на двух языках.

Если любимое платье стало узковато

Рецепт, с помощью которого можно похудеть за три дня

Остались считанные дни до наступления одного из самых приятных праздников – 8 Марта. Любая женщина захочет в этот день выглядеть необычно. Но новогодние праздники и зимняя спячка сделали свое дело: вы поправились, и любимое платье или юбка вам не лезет.

Но если вы по-настоящему разозлились на себя, то не побойтесь пойти на небольшие жертвы, чтобы восстановить фигуру. Тем более, что это можно сделать всего за три дня. Начинать надо прямо сегодня. Вот программа ускоренной диеты, которая вернет ваши прежние размеры. Программу нужно выполнять строго по часам. Режим рассчита-

тан для женщин, которые поднимаются в семь утра. Если вы просыпаетесь раньше или позже, сдвигайте график на соответствующее количество часов.

Первый день
7.00 – стакан теплой воды с несколькими каплями лимонного сока.

8.00 – фрукты.

11.00 – салат из тертой моркови, яблока и петрушки. Без заправки и соли.

13.00 – фрукты, овощи. Желательно приготовленные на пару.

16.00 – чай из ромашки и шиповника.

19.00 – фрукты, овощи. Желательно приготовленные на пару.

21.00 – свежевыжатый сок или свежий чай из трав.

Второй день
7.00 – стакан теплой воды с лимонным соком.

8.00 – салат из моркови, огурца и яблока.

13.00 – травяной чай.

16.00 – травяной чай.

19.00 – свежевыжатый сок и тарелка свежих овощей.

21.00 – травяной чай.



...И куда мы все время лезем?

ПОКОЛЕНИЯ

Когда баба Вера вернулась домой с пустым ведром из-под мусора, то услышала душераздирающие крики внучки. Уже в прихожей она поняла, что звуки доносятся с балкона.

Жили они на пятом этаже, и пока бабуся неспешно выносила мусор, внучка, видимо, что-то успела натворить.

На балконе старуха увидела жуткую картину. На короточках, пропуская голову между железными прутьями ограждения, сидела пятилетняя девочка. Ее покрасневшие, припухшие уши «говорили» о том, что попытки вырваться из «плена» были тщетны. Баба Вера что-то ей проворковала, как смогла, успокоила. Потом вооружилась маслом и мылом. Однако все было бесполезно – та была вынуждена созерцать городской ландшафт с пятиэтажной высоты. «Концерт» на этом не закончился: еще больше красок в создавшуюся картину внес возвращавшаяся с работы отец девочки. Предвкушение тихого вечернего отдыха было нарушено. Первым делом он схватил ремень и разразился речью о своей трудной жизни и непослушных детях. Ребенок понизил беззвучность своего положения – ведь даже убежать нельзя – и издал такой вопль, что прохожие стал поднимать головы. Выпустив пар, отец пошел за инструментом, покопавшись над балконной решеткой и освободил пленницу.

Через пару минут Норочка – так звали пострадавшую – уже не помнила о случившемся. Психология детей – вечная загадка для взрослых, как, впрочем, и поведение взрослых часто необъяснимо для младшего поколения.

На бабушкин вопрос, почему все-таки Норочка полезла между решеткой, девочка ответила: интересно было посмотреть на улицу.

– Эх, ты-ты! Ведь голова дана, чтобы думать, а не совать ее куда попало. Вот послушай, доченька,

Был у нас в деревне один мальчишка – ох и шустрый, шельмец. Однажды он залез в алюминиевый бидон из-под молока, одна говора торчит! Зацепь-то залез, а вот вылезти, как ты, не смог. Скропился там и сидит, дергается. А лето жаркое выдалось, и бидон нагрелся стал. Но пацан молчит, знает, что бабка скандал устроит. Злощазна она у него была. Да так и вышло: скакала вокруг бидона с ремнем и руганью – матерщинница была страшная... Но что толку! Выпороть внука нельзя – он в бидоне. А время идет... Хоть и несчастный, но молчит. Не в пример тебе. Мужики хоть на род и неуптеевы, но иногда по-

лезный. Вот отец твой пришел – чик-чик – и готово. Евонный папаша успокоил бабулю и при помощи подсолнечного масла и золотых рук своих разрешил беду... Несмотря на все злоключения, пенсионерке надо было собраться в магазин – в доме не было хлеба. До продуктового две остановки. Баба Вера устроилась в уголке салона. Рядышком сидела мамаша с ребенком. Видимо, они ехали с рынка – сумки были полные. Вихрастый рыжеволосый мальчуган держал в руках чучунок. Через некоторое время баба Вера вновь взглянула на покупателей и увидела чучунка на голове у мальчика. Он с мальчишки

не снимался!!!
Что произошло дальше – она не узнала. Надо было выходить. Снимут, наверное. Это ж надо, какой день выдался, – вздохнула бабушка уже дома и посмотрела на мирно спящую Норочку. И куда вы все время лезете? Да и мы, взрослые, такие же. Только у нас и лазейки поуже, и выходы бывают сложнее. Но мы все равно лезем, каждый раз надеясь на лучшее, не подозревая порою, что чем ближе надежды, тем сильнее разочарование. Вход – рубль, а выход – два. Может, этот пацан до сих пор ходит с чучунком на голове?
Андрей КУДИНОВ.