



Клубный вестник

Мы всегда рады видеть вас в нашем Доме культуры!

Крупным планом

Поздравляем мам!



Год Памяти и
Славы
В России



В этом выпуске:

Мама—добрый ангел	2
Сюрприз любимой маме	3
Панно-оберег	4-5
Профессии томичей. Педиатр	6-7
Здоровый образ жизни	8-9
Ответственное дело	10
Наша творческая осень	11-12
Наши планы	13

От всей души поздравляем всех мам посёлка Светлого! Мы традиционно уделяем много внимания этому дню, ведь быть мамой—особая профессия, профессия на всю жизнь. В честь этого праздника в Доме культуры состоялся творческий флешмоб «Один день из жизни мамы», мастер-класс для детей «Открытка для мамы», дистанционный конкурс рисунков «Мамина мечта» и онлайн-выставка совместно с библиотекой «Алые паруса». Круг организаторов досуга «Батарейки» посвятили мамам трогательное видеопоздравление.

Желаем всем мамам на этой планете,
Чтоб были здоровы и счастливы дети,
Шутили, смеялись, заливисто пели,
Стремились, старались, учиться хотели.

Чтоб вас уважали, чтоб вам помогали,
А ваши сердца чтоб тревоги не знали.
Пусть дети успехами радуют вас,
Пусть льется свет счастья из маминых глаз.

Календарь

Мама—добрый ангел

Мама - это добрый ангел, который рядом с детьми в любой момент. Она радуется успехам и грустит, если мы болеем. Она помогает, поддерживает и любит просто так. Наши мамы самые добрые, красивые, весёлые, заботливые, понимающие. А ещё они самые счастливые, потому что у них есть мы - их дети! Мамочки, спасибо!



Календарь

Сюрприз любимой маме

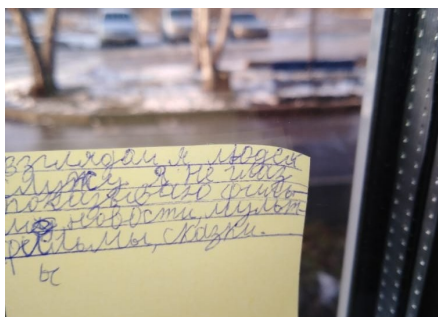
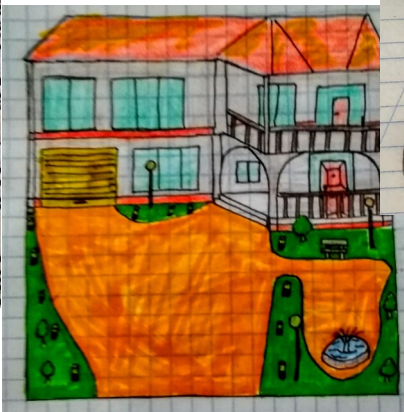
Маму легко порадовать и сделать самой счастливой. Потому что всё, что мы сделаем - приносит ей радость. Мы предлагаем вам несколько идей, которые придумали ребята "Батарейки" для сюрприза.

Подготовьте мамочке концерт, как это сделали Варя и её младший брат. Спойте песню, прочитайте стихотворение, станцуйте и пригласите её на танец. Мама останется довольна. Проверено.

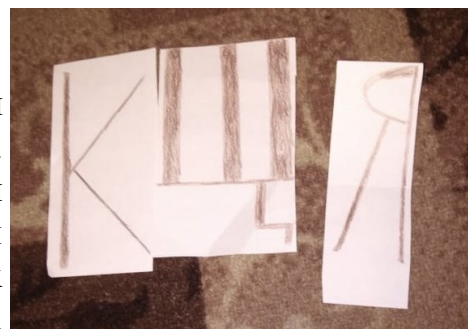
Приготовьте маме самый вкусный завтрак. Ева предлагает сделать вкусный бутерброд с сыром (расплавленным в микроволновой печи), украсить тарелочку фруктовой нарезкой и сварить кофе.



Рисунок - это самая простая и в тоже время приятная идея для сюрприза. Нарисуйте портрет мамы, цветы, животных, как это сделали Савелий, Лиза, Полина, Арина. Или по совету Сони разработайте дизайн вашей будущей дачи и дачного участка. Мама оценит.



Подготовьте для мамы игру-квест "Найди сюрприз". Саша сделал такую игру для мамы самостоятельно. Он спрятал в разных уголках квартиры подсказки-загадки, которые одна за другой подвели маму к главному кладу - вкусному и полезному соку.



Кружок организаторов досуга «Батарейки»

Творческий подход

Панно-оберег

История и культура Древней Руси очень интересна и познавательна. Наши прадеды совершенно иначе воспринимали окружающий мир. Язычество основывалось на уважении и поклонении природе и страхе перед ее силами и могуществом, поэтому особое место в жизни людей занимали обереги — различные предметы, которые защищали владельца от бед и дурного глаза. Таким предметом считались бытовые вещи, посуда, специально изготовленные амулеты, трофеи. Обереги производились из различных материалов, которые в те времена являлись доступными.

Самыми распространенными древнерусскими оберегами считались те, которые охраняли жилище. Дом для русского человека был святым местом, которое он защищал от нечистой силы и беды. Обереги располагали в доме, под порогом, в дверном проеме и даже во дворе. Одним из главных Богов у славян являлся Велес, а его верным спутником, его священным животным считается мохнатый кот. Одно из главных направлений его деятельности — сохранение домашнего очага. На Руси образ мохнатого кота — спутника Велеса — ассоциировался с домовым. Поэтому родился обычай впускать в дом первым кота, как зверя, связанного с могучим Велесом, повелителем душ людей и животных. Впускали кота, приговаривали: «Вот тебе, хозяин, мохнатый зверь на богатый двор». Вот и идет кот Васька через порог дома, защищая человека от всех превратностей судьбы и беря на себя все беды!



Сегодня мы с вами сделаем оберег в форме кота, который не только будет поднимать нам настроение своим присутствием, но и (будем в это верить) принесет в наш дом счастье! Делать наш оберег мы будем из соленого теста.

Для начала готовим основу для нашего панно. Это может быть обычная картонка. Я использовала крышку от пластикового контейнера. Основу оберните пищевой пленкой для того, чтобы готовое изделие можно было легко снять, когда оно высохнет. На такой основе панно будет застывать около 2-3 дней. Если хотите ускорить процесс, вы можете высушить изделие с помощью духовки при температуре 50 градусов. Но тогда основу заменяем на обычную бумагу или картон и, конечно же, не используем пленку!

Из соленого теста формируем овал, размер которого будет зависеть от количества теста. В моем случае панно получится примерно 11 см высотой. Толщина панно должна быть не менее 0,5 см!

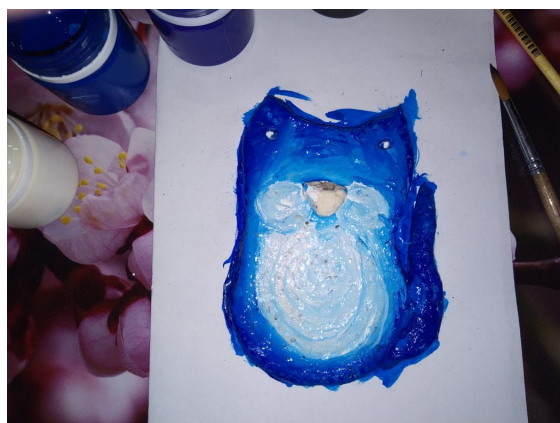
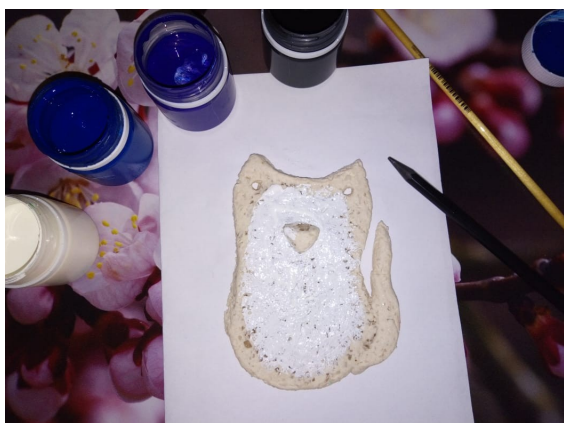


Творческий подход

У нас должен получиться котик и для этого я с помощью стека убираю часть теста, чтобы получились ушки. Таким же образом формирую тельце котика. Из обрезков соленого теста делаем носик и хвостик нашему коту. А с помощью зубочистки делаем отверстия у основания ушек.



Когда соленое тесто полностью застынет, мы можем приступить к росписи изделия. Для росписи можно использовать акриловые краски или гуашь. Я буду использовать синие тона. Белым цветом расписываем середину и не дожидаясь, когда она высохнет, ближе к краям начинаем использовать синий цвет. Край изделия затемняем фиолетовым.



После высыхания прорисовываем нашему коту полоски белым и фиолетовым цветом. Раскрашиваем розовым носик, не забываем про усики и улыбку. Теперь рисуем ему глазки и бровки, а на брюшке пишем «Приношу счастье». В отверстия, которые мы делали у основания ушей, продеваем шнурок. Вот такой котофей-оберег у нас получился! Покрытый лаком оберег из соленого теста лучше сохранит яркость красок и свою форму, будет более длительное время выглядеть красиво.



Руководитель кружка ДПТ «Волшебные ручки» Киселева Н.В.

Интервью

Профессии томичей. Педиатр

Международный день педиатра отмечается 20 ноября. Профессия детского врача - это большая ответственность за жизнь ребенка, его психическое и физическое здоровье. Сегодня мы познакомим вас с врачом-педиатром участковым ОГАУЗ "Светленская районная больница" Анной Сергеевной Тебеяковой.

- Анна Сергеевна, о какой профессии вы мечтали в детстве и в каком возрасте решили стать врачом?

- Стать врачом мечтала с самого детства. Мама с бабушкой рассказывали, что когда я была маленькой, любила играть в больницу, доктора. Лечила кукол, плюшевые игрушки, а также родителей. С возрастом желание переросло в цель. Я стала дополнительно заниматься по предметам. Изучала биологию, химию. Интересно было изучать человеческий организм. В девятом классе поступила на подготовительные курсы в СибГМУ. Я даже не представляла себя в другой профессии.

- Почему остановили свой выбор именно на профессии педиатра?



- Одной из причин выбора профессии является желание помогать людям, приносить добро. Перед поступлением на педиатрический факультет многие взрослые, знакомые врачи, студенты-старшекурсники пугали, что очень тяжело работать педиатром. Так как дети не могут показать, где болит и сказать, что болит. Плюс нужно найти подход не только к ребенку, но и к родителям.

Для меня было главное поступить. На третьем курсе хотела стать терапевтом, посещала специальные дополнительные занятия. Но на пятом курсе после прохождения практики помощника участкового педиатра в поликлинике № 6 я решила быть педиатром. Я тогда работала с очень грамотным, опытным педиатром. Посещали с ней пациентов на дому, работали на приеме. Она очень заинтересовала меня педиатрией.

- Как долго Вы в этой профессии и где учились?

- СибГМУ я окончила в 2013 году. Работаю по специальности уже семь лет. Начала свой профессиональный путь в поликлинике № 5 детской городской больницы № 2. Как сейчас помню свой первый рабочий день. В коридоре большая очередь. И мамочки, которые спорили, кто пойдёт следующим. Было немного страшно.

- Как обычно проходит Ваш рабочий день? Расскажите, что входит в обязанности участкового педиатра?

- Рабочий день делится на две части. Прием, который официально длится три часа, но по факту до последнего пациента. Обращаются за лечением, выдачей направлений к узким специалистам, на плановую госпитализацию, на



Интервью

Профессии томичей. Педиатр

обследование, выдачу справок в детские дошкольные учреждения, школу, лагерь, университет, для оформления путевок на санаторно-курортное лечение.

Во время приема проводим осмотр: измеряем температуру тела, проводим фарингоскопию, аускультацию лёгких. Раз в неделю день здорового ребенка. На приём приводят ребятшек до года. Мы оцениваем их психическое здоровье, физическое развитие, отслеживаем динамику массы тела и роста. Даём родителям советы по уходу за ребенком, рассказываем о правилах и сроках введения прикорма. После приема идет работа по вызовам. Это те детки, которых не смогли привести на прием из-за плохого самочувствия или высокой температуры, либо после контакта с инфекционными больными. Также у нас есть патронажная работа. Осуществляем визиты на дому к новорождённым, выписанным из роддома. Делаем мы это вместе с медицинской сестрой - Марией Юрьевной. С ней мне очень повезло. Часть рутинной работы мы делаем вместе, как одна дружная команда.



В своей работе я особенно люблю посещение к новорождённым. Так как их окружает необычная атмосфера любви, счастья, радости. Мне нравится делиться с молодыми мамочками знаниями, своим опытом, так как я мама двух сыновей. Рассказываю об уходе, кормлении грудью. Также мы отслеживаем случаи, когда с ребенком плохо обращаются. Ставим в известность детские социальные службы. После визита на дом нужно время для заполнения амбулаторных карт и нужных бумаг.

- Выделите главные достоинства Вашей профессии?

- Главные достоинства моей профессии—это те положительные эмоции, которые мы получаем в процессе общения с нашими маленькими пациентами, которые не только помогают нам качественно выполнять нашу работу, но и заряжают нас позитивом, хорошим настроением, продлевают нам жизнь. Также это благодарность родителей, когда малыш здоровый и веселый. От этого и родители спокойные и счастливые.

- Хватает ли у Вас времени на какие-либо увлечения?



- Свободного времени хватает только на семью: мужа и двоих сыновей. После работы забираю старшего сына из детского сада, посещаем кружки, бассейн. На свои интересы и дела времени не остается. Хотелось бы, например, посещать тренажерный зал, но времени на это нет.

Я очень люблю готовить для домочадцев, развожу цветы, делаю домашние заготовки. Летом у нас дача, я выращиваю овощи, цветы. Любим там отдыхать. В выходные дни посещаем с семьёй бассейн. Зимой ходим на горку, лыжи. Совместно с детьми готовим пиццу, пироги. Читаем книги. Я очень люблю наслаждаться общением с детьми, ведь время так стремительно летит, а дети быстро растут.

Юные журналисты кружка «Батарейки»

Твори, выдумывай, пробуй!

Здоровый образ жизни

Здоровый образ жизни – понятие разностороннее, но важно понимать, что он направлен на общее укрепление организма и профилактику трудноизлечимых болезней. Для того, чтобы у вас со здоровьем было все в порядке, необходимо:

- правильное питание,
- физические нагрузки,
- соблюдать режим дня,
- содержать дом в чистоте,
- избавиться от вредных привычек (долгие игры в телефоне и пребывание в интернете).

Большое значение имеет и экологическая обстановка, которая вас окружает. Даже если вы живете в городе, не упускайте возможность ее изменить, приехав к дяде и тете или бабушке с дедушкой в гости – как делаю это я. Там помогаю управляться по хозяйству с козочками, кормлю кроликов, питаюсь только свежими, экологически чистыми продуктами: парным молочком, свежими куриными и перепелиными яйцами и сыром.

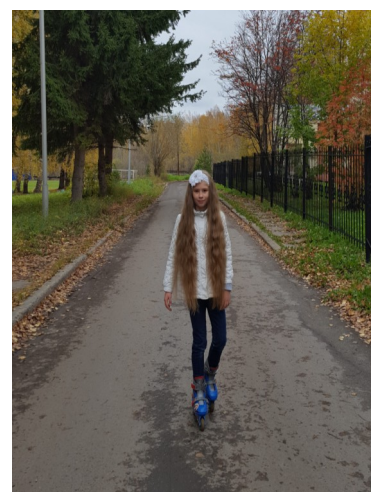


Твори, выдумывай, пробуй!

Также мы питаемся овощами, которые сами выращиваем.

Правильный и здоровый образ жизни помогает человеку во всех его начинаниях и делах. Благодаря здоровому образу жизни организм человека не имеет проблем со здоровьем и взамен получает высокие интеллектуальные способности, которые помогают хорошо учиться и, конечно же, хорошее настроение. Когда ты ведешь здоровый образ жизни, она становится ярче и интересней.

Правила здорового образа жизни состоят не только из здорового питания или отказа от вредных привычек. Неотъемлемой частью ЗОЖ является спорт. Совсем не обязательно ставить рекорды – можно просто заниматься любимым видом спорта для себя, чтобы чувствовать себя в тонусе, быть подвижным и активным, даже когда ты станешь взрослым. В общем, физические занятия нужны для поддержания формы и предотвращения раннего старения организма. Для этого вполне подойдут: бег, плавание, прогулки на велосипеде, танцы и гимнастика.



Мячина Дарья, кружок «Занимательный Hand Made»

Твори, выдумывай, пробуй!

Ответственное дело

Ответственное дело – малышей лечить,
Дарить свою заботу и внимание.
Мы не устанем Вас благодарить
За милосердие и понимание.
Осмотры ежедневные, лечение,
И за младенцем каждым патронаж.
Здесь так важны огромное терпение,
Любовь к профессии и опыт Ваш.
Вас искренне сегодня поздравляем.
Дарите радость людям, процветайте.
Мы Вам здоровья, счастья пожелаем.
В заботах о себе не забывайте!

Сергиенко Алина, кружок «Батарейки»



20 ноября ребята из кружков «Батарейки» и «Мастерская чудес» поздравили с Днём педиатра врачей и детских медицинских сестёр Светленской районной больницы.

Дети подарили красивые открытки, созданные своими руками.

Алина Сергиенко прочла авторское стихотворение.



Наши достижения

Наша творческая осень

Осень выдалась богатой на урожай дипломов с призовыми местами!

Конкурс	Результат
Межрегиональный конкурс декоративно-прикладного творчества и изобразительного искусства «Город мастеров»	Кружок «Занимательный Hand Made»: Мячина Дарья—диплом 1 степени
Всероссийский конкурс детского творчества ко дню учителя «Любимому учителю посвящается»	Кружок «Батарейки»: Маркус Ева—диплом 1 степени
II Международный конкурс детского рисунка «Художница-осень»	Кружок «Занимательный Hand Made»: Мячина Дарья, Леоненко Дарья—дипломы 1 степени
II Международный конкурс детского рисунка «Художница-осень»	Кружок «Акварелька»: Шпанич Полина, Сафроненко Алиса, Глущенко Артем—дипломы 1 степени Симененко Диана, Борисова Арина, Князева Мария—дипломы 2 степени Кустова Карина, Копсергенова Ксения, Полосина Елизавета, Молюхова Маргарита, Кулакова Полина—дипломы 2 степени Данилов Егорий—диплом Лауреата
Международный конкурс детско-юношеского творчества «О животных в ярких красках» ко Дню защиты животных	Кружок «Занимательный Hand Made»: Гидревич София—диплом 1 степени
Всероссийский творческий конкурс «По Земле шагает осень»	Кружок «Занимательный Hand Made»: Зайнулина София—диплом 2 степени Кружок «Мастерская чудес»: Кодинцев Даниил, Каличкин Лев—дипломы 2 степени
Областной конкурс исполнителей народной песни «Я в Россию влюблен» в рамках VIII Губернаторского фестиваля народного творчества	Народный хор «Томская Лампочка» - диплом участника

Наши достижения

Наша творческая осень



Рисунки ребят
из кружка
«Акварелька»:
Шпанич Полина,
Глущенко Артем,
Молухова
Маргарита,
Копсерегова
Ксения, Кустова
Карина



Наши планы

Декабрь 2020

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

01.12.2020—29.12.2020

- Принимайте участие в творческой акции «Новогоднее настроение»!

02.12.2020

- Творческая программа, посвященная Декаде инвалидов «Дари добро»

07.12.2020

- Мастер-класс «Новогодняя атмосфера»

09.12.2020

- Онлайн-тренинг по профилактике употребления ПАВ «Будь здоров!»

11.12.2020

- Познавательная программа для детей, посвященная Дню конституции «Жить в согласии с

законом»

15.12.2020

- Литературная гостиная «Снег кружится, летает...»

16.12.2020

- Танцевальный мастер-класс для детей «Снежинка»

22.12.2020

- Онлайн-выставка детских рисунков и декоративно-прикладных работ к Новому году «Зимние фантазии»

23.12.2020

- Мастер-класс «С Новым годом и Рождеством»

25.12.2020

- Мастер-класс в стиле граффити «Speed paint. Сказочный стрит-арт»

28.12.2020

- Познавательная программа «Новый год в разных странах»

29.12.2020

- Театрализованная программа «Новогодняя история»

30.12.2020

- Видеоклип «Музыкальный подарок. Верь в чудеса»



Будьте здоровы!

Наш адрес: г.Томск, п. Светлый, 25 98-30-02, sv_7474@mail.ru

Тираж: 50 экземпляров бесплатно

Главный редактор: Жаровцева Альфия Муныровна