Краіна здароўя

Выпуск № 38 (207)

У нататнік падарожніка

ЯК ПЕРАНЕСЦІ АВІЯПЕРАЛЁТ, ПАЕЗДКУ Ў АЎТОБУСЕ І ПАДАРОЖЖА НА ПАРАХОДЗЕ БЕЗ НЕПРЫЕМНАСЦЯЎ

ТРАНСПАРТНАЕ ўкалыхванне, ці як яго яшчэ называюць — «хвароба руху» здольнае азмрочыць любую паездку. Аднак адмовіцца карыстацца транспартам сёння проста немагчыма.

«Хваробы руху» ўмоўна класіфікуюць на тры асноўныя формы.

Нервовая. Пры ёй пераважаюць наступныя сімптомы: галавакружэнне, цяжкасць у галаве, галаўны боль, слабасць, санлівасць. У гэтым выпадку церпіць псіхічная сфера.

Пры страўнікава-кішачнай форме скажаюцца смакавыя адчуванні. Ежа становіцца быццам папяровай, а вада — гумавай. У роце можа з'явіцца мыльны прысмак. Зніжаецца апетыт, з'яўляюцца млоснасць, ваніты, пасля чаго самаадчуванне часова паляпшаецца. Можа ўзнікнуць гідлівасць да пахаў прыгарэлай ежы, тытунёвага дыму і выхлапных газаў.

На пачатковай стадыі **сардэчна-сасудзістай формы** назіраецца пачашчэнне пульсу, часам парушэнне яго рытму, павышэнне артэрыяльнага ціску. Потым дыханне становіцца больш павярхоўным, а артэрыяльны ціск падае.

Часцей за ўсё «хвароба руху» праяўляе сябе ў змешанай форме, сімптомы з'яўляюцца ў самых розных спалучэннях.

Існуюць агульныя правілы, якія дапамогуць прадухіліць укалыхванне.

Транспартнае ўкалыхванне можа ўказваць на наяўнасць якога-небудзь схаванага захворвання. Таму, калі паездкі ў транспарце ператвараліся для вас у пакуту, абавязкова прайдзіце комплекснае медыцынскае абследаванне арганізма. Хоць універсальным метадам лячэння медыцына цяпер не валодае, усё ж існуюць рэкамендацыі, здольныя палегчыць праявы хваробы.

● Прамежак паміж прыёмамі ежы і паездкай павінен быць не менш чым 1,5-2 гадзіны. Ежа павінна быць лёгкай, але ў той жа час каларыйнай. Перад доўгімі паездкамі не піце натуральнае малако і моцнагазаваныя напоі.

● Перад паездкай можна выпіць таблетку. Але выбар фармакалагічнага прэпарату залежыць ад ступені ўкалыхвання і формы хваробы, працягласці паездкі і індывідуальнай адчувальнасці да лекавага сродку. Ідэальны варыянт, калі цуда-таблетку падбярэ доктар у спецыяльнай медыцынскай установе.

● Напярэдадні паездкі неабходна добра адпачыць, прыняць заспакаяльны ці снатворны сродак. Пры гэтым варта пазбягаць ужывання спіртных напояў, а таксама максімальна абмежаваць курэнне.

● Падчас паездкі лепш сядзець тварам наперад па ходу руху. Калі вам непрыемнае мільгаценне прадметаў за акном, то лепш заплюшчыць вочы і заняць зручную позу, адкінуўшы крэсла максімальна назад. Важна не перагравацца і не пераахалоджвацца ў час паездкі.

● Вельмі эфектыўнай з'яўляецца вестыбулярная трэніроўка. Самастойнае выкананне такіх практыкаванняў, як вярчальныя і ківальныя рухі галавой можа павысіць устойлівасць чалавека да ўкалыхвання.

Акрамя таго. варта ўлічваць, што ў розных транспартных сродках неабходна прытрымлівацца сваіх правілаў. Як перанесці авіяпералёт, паездку ў аўтобусе і падарожжа на параходзе без непрыемных наступстваў? Парады на гэты конт асабліва актуальныя ў час сезона адпачынкаў.

Доўгі **авіяпералёт** — няпростае выпрабаванне для арганізма. Пахадзіць у самалёце і размяцца асабліва не атрымаецца. Акрамя таго, як кажуць сасудзістыя хірургі, у салоне самалёта ўтвараецца не вельмі карысны мікраклімат. Нізкі ціск у самалёце садзейнічае застою крыві ў венах, а сухое паветра абязводжвае арганізм, з-за чаго кроў гусцее. Гэта можа, пры пэўнай схільнасці, выклікаць праблемы з вянозным кровазвароткам: утварэнне тромбаў і нават — у асабліва цяжкіх выпадках — закупорку вен. Спецыялісты называюць гэты стан «сіндромам падарожніка», ці «самалётным трамбозам».

Таму рэкамендуецца, седзячы ў крэсле, не класці нага на нагу. Гэта дапаможа пазбегнуць залішняга ціску на вены, не будзе застою крыві ў сасудах ног. Тым, хто ўжо мае праблемы з венамі і згусальнасцю крыві, абавязкова трэба падчас палёту надзяваць калготкі, панчохі ці шкарпэткі з антытрамбозным эфектам, выкарыстоўваць для падтрымання вен на нагах эластычны бінт. Перад палётам прыміце чвэрць таблеткі аспірыну.

Вельмі стамляюць **аўтобусныя паездкі**. Турыстам даводзіцца часам сядзець па 10-16 гадзін, ад чаго дарога ператвараецца ў пакуту. Таму, збіраючыся ў паездку, апранайцеся ў мяккую эластычную вопратку без мулкіх рамянёў і лямкаў. Лепшы варыянт — баваўняны трыкатаж.

Калі не спіце, старайцеся абыходзіцца без падлакотнікаў, каб як мага часцей мяняць позу і па чарзе даваць нагрузку на розныя мышцы спіны.

Прасіце вадзіцеля хоць бы раз у дзве гадзіны рабіць 10-хвілінны перапынак, каб можна было выйсці з аўтобуса і размяцца. Разам з тым, гэта добрая прафілактыка прыступаў «марской хваробы».

Ёсць спецыяльныя падушачкі для таго, каб спаць седзячы. Яны надзяваюцца на шыю як каўнер. Тады ў час сну галава не падае на плячо, а мышцы шыі атрымліваюць магчымасць адпачыць.

Калі вас укалыхвае, не ешце перад паездкай на параходзе тлустага і салодкага. Лепей адпраўляйцеся ў дарогу напаўгалодным, пачаставаўшы сябе толькі салатай з садавіны ці гародніны.

Заўсёды трымайце пад рукой сродкі ад укалыхвання (авія-мора, аэрон, фенацін), прымайце іх па інструкцыі.

У дарозе піце дробнымі глыткамі халаднаватую мінералку ці адвар мяты.

Адолець прыступ млоснасці дапамогуць пахі апельсіна, мандарына, гваздзікі.

Падрыхтавала Вольга ШАЎКО.

Ён + Яна

ЖАНОЧЫ РОГАТ РАСПУДЖВАЕ МУЖЧЫН

Прадстаўніцы цудоўнай паловы чалавецтва застаюцца ў адзіноце, бо адпуджваюць патэнцыйных мужоў некультурным смехам.

Да такой высновы, як перадае партал «Раўт», прыйшлі псіхолагі з універсітэта ў Каліфорніі. Навукоўцы правялі даследаванне, у якім мужчыны ацэньвалі жаночую прывабнасць па галасавых інтанацыях. Пры гэтым яны не мелі магчымасці ўбачыць твары дам, якія выдавалі вясёлыя гукі.

Падчас працы высветлілася, што найбольшую непрыязнасць у хлопцаў выклікае гучны смех, а прыводзіць у захапленне і правакуе на зацікаўленасць — лёгкае хіхіканне. Напрыклад, больш за 1000 рэспандэнтаў знаходзяцца ў поўнай упэўненасці, што высокімі галасавымі данымі валодаюць выключна неадукаваныя дзяўчаты, якія не ўмеюць нармальна кантактаваць, і з імі сорамна паказацца на людзях.

АТМАСФЕРА ФЛІРТУ СПРЫЯЕ СПРАВЕ

Звыш 80 % жанчын і мужчын фліртуюць або фліртавалі са сваімі супрацоўнікамі. Пра гэта сведчаць найноўшыя сацыялагічныя даследаванні часопіса «Плэйбой». Дзве трэці жанчын і палова мужчын хоць бы адзін раз займаліся сэксам са сваімі калегамі.

Лічыцца, што мужчыны заўсёды ініцыююць службовыя раманы. Існуе меркаванне, што яны ўвесь час толькі пра тое і думаюць, як спакусіць жанчын, якія працуюць разам з імі. Гэта не зусім так. Вось вынікі апытання «Плэйбоя»: жанчыны ўдвая часцей, чым мужчыны, «знімаюць» сваіх калег-пачаткоўцаў супрацьлеглага полу з думкай пра сэксуальны кантакт.

З элегантнымі і дагледжанымі лэдзі маладыя мужчыны ахвотна займаюцца сэксам. Не забываючы пры выпадку паклапаціцца і пра сваю кар'еру. Жанчыны, зрэшты, пра яе таксама не забываюць: паводле статыстыкі, палова жанчын, якія маюць службовыя раманы, «спяць» менавіта з шэфамі.

Псіхолагі гавораць, што для многіх людзей сэкс на працы з'яўляецца эфектыўнай формай барацьбы са стрэсам. А ва ўсім вінаватая празмерная нагрузка — менавіта яна правакуе моцнае сэксуальнае жаданне.

Яшчэ адзін цікавы нюанс: сучасныя жанчыны, асабліва тыя, што працуюць нароўні з мужчынамі (а часам і больш за іх), становяцца ў сваіх сэксуальных адчуваннях падобнымі на прадстаўнікоў моцнага полу. Гэтыя жанчыны хутчэй узбуджаюцца і атрымліваюць аргазм нават без так званай уступнай гульні.

На думку сэксолагаў, людзі, якія шмат часу праводзяць разам, паняволі пачынаюць паглядваць адно на аднаго як на аб'ект сэксуальнага жадання. Згодна з апытаннем кампаніі «Дзюрэкс», пра тое, каб заняцца сэксам з калегам па працы, думае палова мужчын і трэць жанчын.

«Праца — гэта сэксуальна-ўзбуджальны від чалавечай дзейнасці. У пэўны момант офіс ператвараецца ў наймацнейшы афрадызіяк». Так лічаць амерыканскія псіхолагі, паведамляе Shkolazhizni.ru.

У адну кампанію трапляюць звычайна людзі з роднаснымі інтарэсамі, здольнасцямі і досведам — гэта эмацыйна зблізкае. А каб адпавядаць высокім патрабаванням сваіх працадаўцаў, спачатку дзеляць паміж сабой памяшканне офіса, а затым і ложак. Часцей за ўсё такое здараецца ў рэкламных і маркетынгавых агенцтвах, адвакацкіх канторах, медыя-рэдакцыях і рознага кшталту творчых арганізацыях. У цэлым — усюды, дзе час працы не нармуецца, а службовыя абавязкі і асабістае жыццё цяжка падзяліць.

Даследчыкі адзначаюць, што службовыя раманы забароненыя толькі на 10 % прадпрыемстваў ЗША. Эксперты гавораць: некаторыя працадаўцы нават задаволеныя, калі на фірме пануе атмасфера флірту. Быццам бы пры гэтым супрацоўнікі мацней звязаныя з фірмай, ахвотней праводзяць час разам і стараюцца як мага лепш праявіць сябе ў справе.

МАЛАДЫЯ ПАРТНЁРКІ ПАДСІЛКОЎВАЮЦЬ МУЖЧЫН ЭНЕРГІЯЙ

Сэкс з маладзейшымі каханкамі прадаўжае мужчынам жыццё.

Даследчыкі нямецкага Універсітэта Макса Планка на працягу 15 гадоў аналізавалі прычыны смяротнасці мужчын і прыйшлі да высновы, што верагоднасць ранняй смерці ў прадстаўнікоў моцнага полу зніжаецца на чвэрць, калі партнёрка маладзейшая на 15—17 гадоў.

Вучоныя сцвярджаюць, што маладыя палюбоўніцы ў літаральным сэнсе слова падсілкоўваюць энергіяй мужчын, якія з усіх сілаў спрабуюць заставацца «на вышыні» і пачынаюць весці актыўны лад жыцця. Гэта пазітыўна ўплывае на здароўе мужчын і прадаўжае ім жыццё.

Падрыхтавала Вольга ЦЫБУЛЬСКАЯ.

Учреждение образования «Борисовский государственный профессионально-технический колледж лесного хозяйства»

продолжает прием документов для поступающих на базе 9 классов по специальностям:
— лесник, егерь, плотник;
— электромонтер, электромеханик по торговому и холодильному оборудованию;
— продавец, буфетчик.

На базе 11 классов по специальности:
— лесник, егерь.

Конт. тел.: (8 0177) 72 04 80, 74 68 93.

Лицензия № 021100/0453607 выд. Мин. образования РБ от 20 декабря 2008 г. сроком до 30 января 2014 г.

УНН 600135374

ВЫХАВАЦЬ ПА-БЕЛАРУСКУ

Чаму раней было менш дзіцячых капрызаў

КАЖУЦЬ, што кожнае новае пакаленне разумнейшае за папярэднікаў. Можа з-за такой упэўненасці мы і не карыстаемся вопытам папярэднікаў і таму здабываем сабе новыя праблемы, многіх з якіх удавалася пазбягаць нашым продкам.

— Відаць, людзі не разумеюць, што нічога не пачынаецца з нуля. Гэта ў нейкай галіне можна ствараць новае. А ўвогуле жыццё трымаецца на папярэднім вопыце. Традыцыі маюць вялікае значэнне, — заўважае **кандыдат гістарычных навук, супрацоўнік Інстытута мастацтвазнаўства, этнаграфіі і фальклору Нацыянальнай акадэміі навук Любоў РАКАВА**.

Нашы продкі былі мудрэйшымі за нас. Яны карысталіся той сістэмай выхавання дзяцей, якая складвалася стагоддзямі. Мо таму і праблем з дзецьмі ў іх было менш. А мы чытаем усялякія разумныя кніжкі, шукаем парады на дзіцячых пляцоўках і інтэрнэт-форумах, і так не можам разабрацца з самымі простымі пытаннямі. Пройдземся па некаторых.

ДЗІЦЯ НЕ ЕСЦЬ

Гэта цяпер расце пакаленне маленькіх капрызуноў, якіх нават прыходзіцца заганяць за стол, угаворваць, некаторыя сучасныя мамы і цэлы спектакль разыгрываюць, толькі б малое паела. А раней? Якія могуць быць забавы падчас ежы? **Размаўляць за сталом лічылася непрыстойным, гэтак жа як і размахваць рукамі ў час гутаркі.** Калі раптам падчас ежы хтосьці з дзяцей пачынаў «гулі», за гэта можна было без усялякіх папярэджванняў атрымаць лыжкай па лбе.

Раней дзіця не магло пад'есці тады, калі яму ўздумаецца, не прынята было, каб яно само ўзяло хлеб і адрэзала сабе кавалак.

Ды і разважаць пра харчовыя густы дзецям не было калі, калі яны раслі ў вялікай сям'і. Нікому на талеркі асобна не накладалася. На стол ставіўся чыгунок з ежай для ўсіх, раздаваліся лыжкі — і кожны стараўся як мог. Калектыўнае харчаванне, калі лыжкі стукалі па пасудзіне, стымулявала апетыт.

Праблем з кармленнем не было не толькі таму, што ежы было няшмат, існавала паважлівае стаўленне да прадуктаў. Да хлеба былі амаль рэлігійныя адносіны, калі яго кавалачкі выпадкова падалі, трэба было прасіць за тое ў Бога прабачэння. Акрамя таго, дзеці яшчэ і бачылі, адкуль бяруцца прадукты, як цяжка іх здабыць, бо самі змалку дапамагалі бацькам па гаспадарцы.

Не было ў беларусаў праблемы поўных людзей, а ўсё з-за ўкладу жыцця (абмежаванасць ежы, яе натуральнасць і загружанасць працай).

Беларусы былі вельмі гасціннымі. Калі да іх прыходзілі госці, яны выстаўлялі ўсё лепшае. Лічылася: «госць — гэта Бог у дом». **У той жа час нават на святах ніхто не напіваўся, часам за вяселле пілі не больш чым па тры чаркі.** Сціпласць была характэрнай рысай беларусаў.

— У чалавека, што прыйшоў з вяселля, знаёмыя пыталіся, як пачаставаўся, а той адказваў. «Так сабе, бо прымусу не было». У нас быў асаблівы этыкет. Напрыклад, калі дзецям, што прыйшлі ў чужую хату, прапануюць пачастунак, трэба адмаўляцца, узяць можна было, калі гаспадыня надта ўжо настойвае, як быццам прымушае. У дзяцінстве я нават пацярпела з-за такой традыцыі. У нашу вёску прыехалі капаць бульбу салдаты, і ўсе дзеці, цікаўныя, круціліся вакол іх. На вогнішчы яны гатавалі сабе вячэру і прапанавалі дзецям пачаставацца блінамі. Мне так хацелася, але я па традыцыі адмовілася, другой прапановы не было. Я прыйшла дамоў і расплакалася, — узгадвае Любоў Васільеўна.

Ашчадна дзеці ставіліся і да вопраткі, бо тады ніхто не спадзяваўся на абноўкі. Новае шылі толькі да Вялікадня. Каб зберагчы абутак, нават ужо дарослыя дзяўчаты, калі ішлі ў царкву, боты неслі за спінай, а апраналі іх толькі, калі набліжаліся да храма.

Не было раней у беларусаў і такой звычкі, як задорваць дзяцей падарункамі. Дні нараджэння тады ніхто не адзначаў, многія людзі нават дакладна не ведалі дату сваіх народзінаў.

Толькі ў канцы XIX, больш у XX стагоддзі стала ўваходзіць святкаванне Новага года, і тое гэта свята было больш цікавым гараджанам. Асноўным святам, на якое адорвалі дзяцей, быў Вялікдзень, калі прыходзілі хросныя бацькі альбо калі да іх хадзілі «за ларцом» (так называлі падарунак, гэта маглі быць яйкі, булкі, нейкія дробныя рэчы). Да гэтага свята і бацькі стараліся нешта новенькае набыць дзецям.

— А як вы лічыце, гэта добра было, што дзяцей не песцілі падарункамі? — цікаўлюся ў даследчыцы.

— Гэта выпрацоўвала стойкасць да жыцця, непатрабавальнасць, людзі абыходзіліся малым і не было лішніх прычын для суму. А цяпер, бывае, бацькі купяць падарунак, а дзеці крыўдуюць, бо хацелі іншае. Ведаю выпадак, калі сын прасіў ў маці матацыкл, калі яна яго не купіла — павесіўся.

Нам падаецца, што пры дапамозе цацак і прысмакаў мы можам кіраваць дзецьмі, абяцаем, што набудзем новы «кіндарсюрпрыз» узамен на добрыя паводзіны ці добры ўчынак. Але хто тут яшчэ кім кіруе: мы дзецьмі ці яны намі? Вось і падышлі да другога пытання, калі дзіця

НЕ СЛУХАЕЦЦА, НЕ ПАВАЖАЕ БАЦЬКОЎ

Надзвычай моцнай была ў беларусаў традыцыя павагі да бацькоў, іх аўтарытэт быў бясспрэчны. Раней нават казалі: «Бацька і маці ад Бога ў хаце». Калі ў доме з'яўляліся госці, дзеці не павінны былі замінаць, яны альбо ішлі з пакоя, альбо сядзелі ціха, малыя не крычалі, не насіліся, і не ўмешваліся ў размову дарослых.

Маленькія беларусы звярталіся да бацькоў на «Вы», нават, калі яны вырасталі, працягвалі падпарадкоўвацца слову маці і бацькі.

З самых маленькіх гадоў дзецям закладвалася паважлівае стаўленне да ўсіх дарослых. Выхаванне дзяцей не было справай адной канкрэтнай сямейнай пары. Трывалымі былі сваяцкія сувязі, калі прадстаўнікі роду падтрымлівалі адно аднаго. Вялікім быў і культ продкаў. Сваякі, што жылі ў гэтай жа вёсцы (ды і не толькі сваякі, проста суседзі) кантралявалі дзяцей, калі тыя нешта дрэннае рабілі, гэта даводзілася да бацькоў.

— У вёсцы адно аднаго ведалі, і кожны стараўся паводзіць сябе пэўным чынам. А сёння большасць людзей для нас на вуліцы — незнаёмыя і гэтая ананімнасць — таксама перашкода ў выхаванні дзяцей, — заўважае Любоў Ракава. — Цяпер вельмі мала сем'яў, якія жывуць разам з дзядулем і бабуляй. А іх роля ў выхаванні дзяцей была вялікая. Занятым працай бацькам патрэбна была дапамога, і сталыя людзі даглядалі дзяцей. Бабуля і казку раскажа, і гісторыі з жыцця павучальныя. Старыя маглі навучаць малых і справам. Калі яны яшчэ мелі сілу, завіхаліся па гаспадарцы. Дзядуля мог віць вяроўкі, рабіць нейкія прылады, бабуля — прасці і ткаць, а побач круціліся ўнукі. Тут таксама адбывалася перадача традыцый. А яшчэ дзеці бачылі, як да бабулі і дзядулі ставяцца іх бацькі, вучыліся на прыкладах. Нават казка ёсць пра тое, як жанчына карміла свайго старэнькага бацьку з драўлянай міскі ў запечку. Але глядзіць — яе малы сын майструе міску, пытаецца, навошта. Калі хлопчык адказаў, што будзе яе гэтак жа карміць, як яна дзядулю, жанчына перамянілася.

Перайманне традыцый ішло натуральным чынам, дзеці проста бачылі, якія стасункі наладжаныя паміж дарослымі і дзецьмі ў сям'і, у сваякоў. У вялікай сям'і быў яшчэ адзін плюс, выхаваўчы. Калі дзяцей шмат, кожны стараецца паводзіць сябе добра, каб не пазбавіцца спадчыны альбо яе долі.

Да сярэдзіны XIX стагоддзя палова сем'яў была складанай — значыць, разам жылі некалькі сем'яў, гэта маглі быць не толькі бацькі і іх сыны са сваімі жонкамі, але і пляменнікі, стрыечныя браты, цёткі. **Па традыцыі беларусы ніколі не кідалі бацькоў: калі тыя станавіліся нямоглымі, іх даглядалі сыны, найчасцей малодшы (лічылася, што ён ідзе ў корань). Не кідаліся і адзінокія сваякі, у сям'ю маглі браць нават далёкую сваячку.**

Пражыванне не родных — таксама было традыцыяй беларусаў, у хаце маглі пражываць і настаўнікі дзяцей (у больш заможных сем'ях настаўнікі жылі нават па некалькі гадоў).

Прынята было дапамагаць адно аднаму, прычым не толькі людзям, якія жывуць у адной хаце, але і сваякам, хросным, суседзям.

НЕ ВЕДАЕ, ЧЫМ ЗАНЯЦЦА

Гэта сучасныя дзяўчаты могуць не ўмець гатаваць. А ранейшыя нявесты ўмелі ўсё рабіць па гаспадарцы. І гэта пры тым, што фізіялагічная спеласць у іх наступала куды пазней, чым у сучасніц. Часам васемнаццацігадовая дзяўчына выходзіла замуж нават тады, калі ў яе яшчэ «не было на рубашцы» (не было месячных).

І гаспадынь, гэтак жа як і гаспадароў пачыналі рыхтаваць з самага юнага ўзросту. Гэта сёння малыя могуць «даставаць» сваю маці таму, што не ведаюць, чым заняцца. А раней усе былі занятыя справамі, улетку і часу на адпачынак не хапала. Даручэнні па гаспадарцы даваліся нават двух-трохгадовым карапузікам, малым дазвалялася мець уласны міні-агарод, дзе яны самі вырашалі, што вырошчваць. Ужо ў 16-18 гадоў дзеці ўмелі ўсё рабіць па гаспадарцы. У час сумеснай працы мацнела павага да бацькоў, бо дзеці бачылі, які ўнёсак маці і бацька робяць у дабрабыт сям'і, наколькі складана весці гаспадарку.

Сяляне расцілі пераемніка гаспадаркі, тое ж самае рабіла і шляхта. Дробная шляхта накіроўвала сваіх дзяцей на панскі двор, каб навучаліся ўсім справам. Пашырана была традыцыя дзядзькавання. Часам дзядзьку наймалі, а часам накіроўвалі дзяцей у простыя сялянскія сем'і, дзе яны не толькі вучыліся абыходзіцца малым, загартоўваліся фізічна, але і спасцігалі сялянскую мудрасць. Сціпласць, павага да дарослых і любоў да працы, прыроды, радзімы, рэлігійнасць — асновы народнай педагогікі беларусаў.

Калі малодшыя дзеці знаходзіліся пад апекай маці, то навучаннем старэйшых хлопчыкаў займаўся бацька. У 13-14 гадоў сыноў прывучаў да складанай, цяжкай працы, браў іх і на поле, і на будоўлю.

— Раней хлопчыкі раслі ў сем'ях, дзе ім хапала мужчынскага ўплыву, і не толькі з боку бацькі, але і дзядуля быў побач, часам старэйшыя браты, дзядзькі. Сёння самы галоўны інстытут сям'і разбураецца, расце колькасць незарэгістраваных шлюбаў, дзеці ў такіх сем'ях нараджаюцца, але яны не вельмі шчаслівыя. Часта такія сем'і разыходзяцца. Шмат маці-адзіночак. І жаночы ўплыў пераважае. Дома дзіця выхоўвае маці, у садку — выхавацелька, у школе, гуртках — зноў жанчыны, — заўважае Любоў Васільеўна.

Раней дзеці былі больш самастойныя. Нават маленькіх маці кідалі адных, бо ім трэба было бегчы на поле, у агарод, карову даіць. Старэйшыя дзеці заставаліся за няньку, прычым часам «нянькам» самім было ўсяго гады два. Хоць да зусім маленькіх дзяцей было асаблівае стаўленне. Напрыклад, іх стараліся не лаяць і не караць, а яшчэ з імі займаліся.

— У беларусаў была «школа пешчання». Малых гушкалі, з імі шмат размаўлялі, гулялі, спявалі песенькі. Гэта цяпер ведаюць у лепшым выпадку дзве калыханкі, а раней іх ведалі дзясяткамі. Існавала шмат розных рытуалаў, абрадаў. Напрыклад, калі дзіця пачынала хадзіць, перад ім «пераразалі путы», каб нішто яму не перашкаджала. Гэта частка нашай культуры.

Прынамсі, папулярныя цяпер пальчыкавыя гульні, пацешкі — гэта ўсё прыдумана нашымі прабабулямі. І многае з таго, што цяпер нам даводзіцца ўжо спасцігаць на маміных курсах, вычытваць у розных дапаможніках па выхаванні дзяцей, раней існавала і перадавалася, па традыцыі. Так, сёння псіхолагі раяць не хваліць дзяцей увогуле, а хваліць за канкрэтны ўчынак. **А беларусы раней лічылі, што не трэба ні хваліцца дзецьмі, ні выказваць ім пахвалу прылюдна, каб не сурочыць.**

— Традыцыя не хваліць дзяцей была кансерватыўнай і паўсюднай. Асабліва не хваліць завочна. У той жа час лічылі, што ў меру трэба пахваліць за добра зробленую працу. І маці абавязкова скажа дачушцы пра тое, што яна малайчынка, добра саткала (вышыла, папрацавала на жніве), — заўважае Любоў Васільеўна.

«НЕ ВЫХАВАЎ БАЦЬКА, НЕ ВЫХАВАЕ І ДЗЯДЗЬКА»

Проста дзякуючы сваім назіранням, назапашанаму досведу, інтуіцыі беларусы стварылі добрую сістэму выхавання. Хоць само па сабе такога разумення слова выхавання, як цяпер, не было. Раней яно ўжывалася ў больш шырокім сэнсе. У XVI стагоддзі выхаванне азначала і даглядзець дзяцей, і пракарміць, і абуць. І гэта было лагічна: **дзіця расло і выхоўвалася побач з бацькамі. Гэта сёння мы выхаванне дзяцей імкнёмся перакласці на некага — садок, школу, гурткі. А беларусы казалі: «Не выхаваў бацька, не выхавае і дзядзька»,** «Якая дошка — такая стружка, якая маці — такая дачушка».

Прычым пачынаць выхоўваць дзіця трэба «пакуль яно ўпоперак ложка, а не ўздоўж». Яшчэ казалі: «Гні галінку, пакуль маладзенька».

Нашы продкі расцілі сумленных, шчырых людзей. Сёння кажуць, што добра расце (гадуецца, працуе) тое, што крадзенае. А ў беларусаў такога не было. Наадварот, крадзеж лічыўся вялікім грахом, у сярэднявеччы ён нават мог карацца смерцю.

У XIX стагоддзі вядомы звычай, калі злодзея вадзілі па ўсёй вёсцы, і з кожнага двара выходзілі людзі і сцябалі вінаватага. Усё гэта бачылі дзеці. Адзінае, што не лічылася крадзяжом, было збіранне гароху. Яго звычайна сеялі пры дарозе, і сяляне лічылі, чым больш яго топчуць, тым больш будзе расці, існавала прыказка: «Гарох сеецца і на прахадзяшчага і на прабягашчага, і на тыя дзеці, што цераз плот глядзеце».

«АДЗІН СЫН — НЕ СЫН, ДВА СЫНЫ — ПАЎСЫНА, ТРЫ СЫНЫ — СЫН»

Нашы продкі негатыўна ставіліся да кантрацэпцыі ды і асаблівых сродкаў для кантралявання нараджальнасці не было. Але, напэўна, яны і не былі тады патрэбныя. Бо раней існавала зацікаўленасць у дзецях, памочнікі цаніліся ў гаспадарцы.

Беларусы лічылі, што дзяцей у сям'і павінна быць шмат. Яны казалі: «Адзін сын — не сын, два сыны — паўсына, тры сыны — сын».

— Гэта прыказка — формула ўзнаўлення роду, народу. Сёння навукоўцы адзначаюць, што дзеля таго, каб насельніцтва Беларусі не памяншалася, неабходна, каб у кожнай сям'і нараджалася па 3-4 дзіцяці. «Тры сыны» — гэта і ёсць расшыранае ўзнаўленне насельніцтва (два замяшчаюць маці і бацьку, а трэці ў «прыбытак»), — заўважае Любоў Ракава.

Вялікая сям'я існавала, пакуль у ёй была эканамічная патрэба, а сёння нават і цяжка ўявіць, якія павінны быць зроблены захады дзяржавай, каб у сям'і нараджалася па 3-4 дзіцяці.

— Апытанні, якія праводзяцца сярод моладзі, паказваюць, што арыентацыя на колькасць дзяцей вышэйшая, чым існуе ў сапраўднасці. Так, многія маладыя людзі заўважаюць, што хацелі б мець двух-трох дзяцей, але ў выніку атрымліваецца, што заводзяць аднаго-двух. Сёння дзяцей эканамічна цяжка расціць. Змяніўся ўклад жыцця. Да сярэдзіны XX стагоддзя многія жанчыны не працавалі, займаліся дзецьмі, гаспадаркай. А сёння мужчына адзін не можа пракарміць сям'ю і жанчына мусіць працаваць. Як ёй нараджаць дзяцей, калі трэба думаць пра здабыванне грошай? Паспрабуй пракарміць, даць адукацыю, якая цяпер, як правіла, платная. Існуюць жыллёвыя праблемы. А яшчэ ўзрастае эгаізм, калі нараджальнасць можна планаваць, многія жанчыны проста не хочуць «выкладацца» на выхаванне яшчэ аднаго дзіцяці, — упэўнена Любоў Васільеўна.

— А ці магчыма вярнуць тыя прынцыпы сямейнага выхавання, якія былі раней?

— Маладыя бацькі выраслі ў іншы час, большасць з іх з многімі традыцыямі народнага выхавання не знаёмыя, і іх гэтаму трэба вучыць. Неабходна нешта рабіць са сродкамі масавай інфармацыі, на дзяцей і моладзь іх уплыў самы моцны. У апошняй трэці XX стагоддзя мы казалі, што на Захадзе кожныя 15 хвілін паказваюць сцэны гвалту, а сёння ў нас яны кожныя 3-5 хвілін, мы проста страчваем тое, чым ганарыліся. Нават у дакументальных фільмах, дзе расказваецца, напрыклад, пра лёс нейкіх вядомых людзей, паказваецца негатыўны вопыт, пра іх няўдалыя сем'і, непаважлівае стаўленне да бацькоў. Гэта ўплывае на свядомасць, каштоўнасць сямейных адносінаў. Тут патрэбны дзяржаўныя захады, каб адсейвалася негатыўная інфармацыя, каб такія перадачы, фільмы былі дзецям недасягальнымі. Пэўныя дзяржаўныя захады павінны быць скіраваны і на барацьбу з алкагалізмам. У нашым пакаленні было абмежаванне, нават дарослыя не маглі ў любы час раздабыць спіртныя напоі. У 90-я гады было дазволена школьнікам піць піва, яны маглі гэта спакойна рабіць на вуліцы — і ў выніку вырасла пакаленне піўных алкаголікаў. А калі нешта ўпусціць, то пасля выправіць вельмі цяжка. Сродкі масавай інфармацыі не выхоўваюць добрых густаў, не паказваюць нашых багатых традыцый, культуры. А мы можам ганарыцца нашай культурай, нашай народнай педагогікай. Колькі ў Беларусі было выхавана людзей, вядомых ва ўсім свеце. Гэта таксама трэба даносіць да дзяцей, каб яны ганарыліся гісторыяй, продкамі, краінай. Патрыятызм з'яўляецца асновай выхавання. Сяляне казалі дзецям: «Любі родную хатку, як родную матку».

Нашы продкі імкнуліся захаваць дзяцей ад усяго брыдкага, дрэннага, непрыстойнага, праз прымаўкі, песні, казкі выхоўвалі дзяцей, сваім прыкладам паказвалі, як трэба паводзіць сябе. А мы? А нам часам і пагаварыць з імі нестае часу. Ці сілаў. Ці жадання. А кажуць, што кожнае новае пакаленне разумнейшае за папярэднікаў...

Алена ДЗЯДЗЮЛЯ.

МОГИЛЕВСКИЙ ГОРИСПОЛКОМ СООБЩАЕТ О ПРОВЕДЕНИИ ПОВТОРНОГО АУКЦИОНА НА ПРАВО ЗАКЛЮЧЕНИЯ ДОГОВОРОВ АРЕНДЫ ЗЕМЕЛЬНЫХ УЧАСТКОВ В Г. МОГИЛЕВЕ

Аукцион состоится 20 августа 2010 года в 16.00 по адресу: г. Могилев, ул. Первомайская, 28а, зал заседаний

№ лота	Адрес земельного участка	Площадь, га	Срок аренды	Целевое назначение	Кадастровый номер	Стоимость землеустроительного дела (руб.)	Начальная цена (руб.)	Сумма задатка (руб.)
№ 1	улица Первомайская (р-н жилого дома № 72)	0,0828	50 лет	строительство и обслуживание административно-торгового здания с гостиничными номерами и кафе	740100000003005439	562 892	94 927 000	8 543 000
№ 2	район пересечения Минского шоссе и улицы Пелагеевской (огр-р.Дубровенка)	0,2500	50 лет	строительство и обслуживание гостиницы и кафе	740100000001005247	583 397	122 576 000	11 032 000
№ 3	улица Габровская	0,2697	50 лет	строительство и обслуживание административно-складской базы	740100000005003822	532 579	60 261 000	5 423 000
№ 4	улица Ямницкая (огр-охр.зона ЛЭП)	0,0800	50 лет	строительство и обслуживание складских помещений	740100000003005397	1 478 015	21 922 000	1 973 000

Принимать участие в аукционе могут юридические лица, индивидуальные предприниматели и граждане.

При оформлении заявления и соглашения о правах и обязанностях сторон желающие принять участие в аукционе представляют:

заверенную копию платежного поручения **о внесении задатка** на расчетный счет Могилевского городского исполнительного комитета № 3642017441709 в филиале 700 МОУ ОАО «СБ «Беларусбанк», код 536, УНП 700123787 (разовый платеж);

юридические лица: доверенность, выданную юридическим лицом, или документ, подтверждающий полномочия должностного лица; копии документов, подтверждающих государственную регистрацию юридического лица; документ с указанием банковских реквизитов юридического лица;

индивидуальные предприниматели: копию свидетельства о государственной регистрации; копию паспорта, а в случае участия в аукционе представителя – копию паспорта и нотариально удостоверенную доверенность;

граждане – копию паспорта, а в случае участия в аукционе представителя – копию паспорта и нотариально удостоверенную доверенность;

иностранные юридические лица: легализованные в установленном порядке копии учредительных документов и выписку из торгового реестра страны происхождения, также документ о финансовой состоятельности, выданный обслуживающим банком или иной кредитно-финансовой организацией (выписка должна быть произведена в течение года до подачи заявления на участие в аукционе), либо иное эквивалентное доказательство юридического статуса в соответствии с законодательством страны происхождения с засвидетельствованными в установленном порядке переводами на белорусский (русский) язык;

представители иностранного юридического лица или гражданина: легализованную в установленном порядке доверенность, документ о финансовой состоятельности, выданный обслуживающим банком или иной кредитно-финансовой организацией, с засвидетельствованным в установленном порядке переводом на белорусский (русский) язык.

Граждане, индивидуальные предприниматели и юридические лица, желающие участвовать в аукционе в отношении нескольких предметов аукциона, вносят **задаток** в размере, установленном для предмета аукциона с наибольшей начальной ценой.

1) Условия инженерного развития инфраструктуры – в соответствии с проектно-сметной документацией.

2) Условия проведения аукциона – наличие не менее двух участников.

3) Порядок осмотра на местности земельных участков: выезд по желанию, предварительное ознакомление с земельно-кадастровой документацией всем желающим.

4) В течение **10 рабочих дней** со дня принятия решения о предоставлении в аренду