



ВІД СУБОТИ ДО СУБОТИ

НАШ КАЛЕНДАР

20 ЧЕРВНЯ - Всесвітній день біженців.
21 - День батька.
 - День літнього сонцестояння.
 - День медичного працівника.
 - Міжнародний день скейтбордингу.
22 - День скорботи і вшанування пам'яті жертв війни в Україні.
23 - День державної служби ООН.
 - Міжнародний Олімпійський день.
 - Міжнародний день вдів.
24 - Ікони Божої Матері «Достойно єсть», або Милу-юча.
25 - День дружби та єднання слов'ян.
 - День митної служби України.
 - Міжнародний день моряка.
26 - Міжнародний день боротьби проти зловживань наркотиками та їх незаконного обігу.
 - Міжнародний день на підтримку жертв тортур.

ІМЕННИКИ ТИЖНЯ

20 ЧЕРВНЯ – Анна, Богдан, Борис, Валерія, Василь, Зінаїда, Іван, Лук'ян, Марія, Степан, Тарас.
21 – Василь, Павло, Федір.
22 – Олександр, Олексій, Іван, Кирило, Маріанна, Марія.
23 – Василь, Герасим, Іван, Ігнатій, Ілля, Інокентій, Кузьма, Макар, Микола, Павло, Тетяна.
24 – Марія.
25 – Андрій, Ганна, Арсеній, Іван, Петро, Степан, Тимофій, Юліан.
26 – Килина, Олександр, Антоніна, Данило, Дмитро, Пелагея.

СЛОВНИКОВИЙ ЗАПАС

Чужими руками жар загрібати – користуватися плодами праці інших.
Заварити кашу – затіяти щось дуже складне з неприємними наслідками.
Дістати облизня – зазнати невдачі, залишитися без того, на що розраховував.
Ведмежа послуга – безглузда послуга, яка, незважаючи на добрі наміри, замість допомоги завдає великої шкоди, неприємності.

ХОЧЕТЕ ВІРТЕ, ХОЧЕТЕ НІ

- Щастя чекає наречену, яка виходить заміж в старому взутті.
- Якщо перед РАГСом наречений і наречена з'їдять шоколадку, поламавши її навпіл, то життя буде солодким.
- Підвищено оброчку вагітної на нитку. Майбутня мама тримає кільце над своєю долонею. Кільце рухається по колу – буде дівчинка, рухається вліво – хлопчик.
- Вітатися і прощатися на порозі – до сварки.
- Гроші, знайдені на вулицях, а особливо на перехрестях, можуть виявитися заговорені.
- Негативну енергетику з будинку можна вигнати водою, в яку опущена срібна монета або ложка, або будь-який інший предмет із чистого срібла. Так само добре допомагає обкурювання ялиновою хвоєю, сушеним полином, багном, у важких випадках можна провести обкурювання паленим бурштином.

ПСИХОЛОГІЯ

“А ЩО РІДНІ ПОДУМАЮТЬ, А ЩО СУСІДИ СКАЖУТЬ, А ЯК НА РОБОТІ БУДУТЬ НА ТЕБЕ ДИВИТИСЯ?": НЕСТЕРПНА СТЕРЕОТИПНІСТЬ БУТТЯ

Зі стереотипами ми стикаємося щодня. Національні, релігійні, професійні, статеві, вони, немов вірус, у самому ранньому дитинстві паралізують нашу свідомість, накладають відбиток на нашу уявлення про речі і диктують свої неписані закони та правила життя в суспільстві, яких ми поспішаємо дотримуватися.

Коли здійснюємо вчинок, нам важливо отримати схвалення і підтримку з боку суспільства, ми легко робимо передчасні висновки з навішуванням ярликів і “всіх собак” на явища і інших людей. Чому? Можливо, ми просто боїмося?

Негативний досвід минулого, пережиті ситуації, де довелося обпектися так, що тепер дмемо і на воду, створюють “панцир”, “броню”, шаблон поведінки через страх зробити помилку. І ось зі стереотипами ми виходимо в люди, щед्रो ними ділимося і ... приймаємо чужі. Найцікавіше, що цьому не вчать у школі, про це не пишуть у книгах, але це твердо сидить в наших головах. Тільки час здатен перекопати людину в безглуздість багатьох життєвих кліше, нестерпної стереотипності буття і змусити її переглянути те, що колись було нав'язано суспільством або придумано нею самою.

Єгор, 26 років:

– Скільки всього чув на свою адресу, ви навіть уявити не можете. Я не вживаю алкоголь. Взагалі. Це моя життєва позиція, мій свідомий вибір, який я, до речі, нікому не нав'язую. А в нашій країні люди, які не п'ють спиртовмісні напої, сприймаються якось по-особливому. Коли я приходжу в незнайому компанію і на пропозицію випити відповідно відмовою, відразу ж чую у відповідь: “Ти що, хворий?”

Я вже звик. Раніше намагався пояснювати, потім був період, коли я, немов на барикадах, відстоював свою безалкогольну позицію, а тепер просто посміхаюся, коли мені починають говорити про мій не зовсім здоровий глузд, про неповагу. Багато в чому завдяки своїй позиції переглянув своє життя, змінив оточення.

Наталія, 31 рік:

“Ти стара діва, яка так і помере одна. Ти навіть не зможеш попросити склянку води перед смертю, тому що нікого буде покликати”, – цю тираду своїх родичів я вивчила напам'ять. Сумно, але в нашому суспільстві існує стільки стереотипів щодо незаміжньої дівчини злегка за 30, що часом хапаюся за голову. Звідки ці “забобони”?

Чому така зневага, осуд? Може, варто дивитися на світ не через призму своїх уявлень і очікувань? Світ набагато ширший, і люди набагато глибші.

Наталія, 40 років:

– На жаль, я дитина ра-

МИ ДІТИ ТВОЇ, УКРАЇНО!



Знімок на згадку випускників НВК «загальноосвітня школа №1-гімназія ім. В. Газіна» смт Ратне із медалістами Іванною Орищук, Юлією Сахно, Марком Лахтюком, Іванною Вавдіюк, Діаною Чернецькою, Оксаною Андросюк, Аліною Антонюк.

ЗЕЛЕНА АПТЕКА

КОРИСНІ ТРАВИ, ЯКІ МОЖНА ВИРОСТИТИ ВДОМА

Зелень – це не лише приправа чи прикраса для деяких страв на святковому столі, це, перш за все, джерело вітамінів, необхідних для нашого організму. Деякі трави, такі як орегано, розмарин, петрушку, кінзу, шавлію, базилік, чебрець, м'яту та інші можна виростити власноруч: на грядці біля будинку чи у горщиках на балконі.

Речовини, які необхідні для здорового організму, і котрі містять трави, які можна виростити вдома:

- ♦ **Амінокислоти.** Вчені довели, що амінокислоти зелені нейтралізують канцерогени, котрі кожного дня потрапляють до нашого організму разом з вихлопними газами, сигаретним димом та консервантами.
- ♦ **Біофлавоноїди.** Біофлавоноїди діють як антиоксиданти – захищають клітини від нищівних властивостей навколишнього середовища, відновлюють клітини серцево-судинної та нервової систем, покращують кровообіг.
- ♦ **Ензими.** Зелень багата на ензими – білки, які допомагають їжі засвоюватися і пришвидшують обмін речовин. Сповільнюють старіння організму.
- ♦ **Германій.** Допомагає регулювати імунітет, насичує організм корисними іонами та нейтралізує шкідливі. Приблизно 80-90 % людей страждають від нестачі германію, тому з'їдаючи пучок зелені вдень, ви насичуєте організм цим необхідним елементом.

Вирощуйте, їжте зелень та будьте здорові!

ЧИ ЗНАЄТЕ ВИ ЩО...



- ♦ Конюшина корисна для людини. Висушені та подрібнені квіткові голівки – хороша заправка для супу. Молоді стебла і листки можна додавати в овочеві салати, адже в суцвітті та листках міститься багато корисних речовин: ефірна та жирна олія, вітаміни групи С, В, Е, каротин, смолисті речовини. Конюшина – лікарська рослина. У народній медицині квітки та листки конюшини настоюють і п'ють як потогінний, сечогінний, антисептичний засіб, як зміцнюючий засіб після тривалої хвороби, при недокрів'ї, захворюваннях легенів, при бронхітах та астмі. Також відваром конюшини лікують опіки, наріви і болі в суглобах.

- ♦ У місяць з негативною активністю потрібно покласти шматочки осики, берези, ялини або дуба - дерево уловить і вбере в себе негативні флюїди. Клен, черемшина, горобина, ліщина і яловець здатні навіть перетворити негативну енергію в позитивну. Стабілізувати енергетичну обстановку в будинку допоможуть тополя, липа, сосна. А от модрина, граб, бук і в'яз здатні залучати в будинок не дуже гарні енергетичні субстанції.

ГОВОРЯТЬ ДІТИ

ВЕЛИКІ ЦИТАТИ МАЛЕНЬКИХ ДІТЕЙ, АБО КУМЕДНІ ДИТЯЧІ ДУМКИ ПРО НАБОЛІЛЕ

Якщо у вас є маленька дитина, або ви працюєте з дітьми, ви, мабуть, стикалися з майстерністю малюків видавати геніальні фрази. Хоч бери і записуй в блокнот! Діти – умільці в творінні і використанні засобів художньої виразності. Дитяча безпосередність дивує і розчулює одночасно.

Тому спеціально для вас зібрані великі цитати маленьких людей. Просто сміхайтеся!

– Мамо, накрий, будь ласка, мою задню ногу!

 Дівчинка побачила зморшки батька, погладила його по лобі і сказала: – Я не хочу, щоб у тебе були такі сердитки!

 – Олю, досить мені плакати!
 – Я плачу не тобі, а тітці Валі.

 – Жили-були цар і цариця, а у них було маленьке царення.

 – Бабуся, напевно, зарізала на зиму гусей, щоб вони не застудилися.

 Засмучений батько розповідає родині, що розбив сьогодні машину. П'ятирічна дочка барина як, відразу прати бензин не треба купувати! Він же дорогий!

 – Мамочко, будь ласка, роди мені стричку, але тільки старшу!

 Дівчинка в день народження готується до приходу гостей: – Зараз я така красива буду, що вам всім мало не покажетсяся.

 У мене народився син!
 – Вітаю! Як дружина?
 – Дружина дізнається ... уб'є!

 – Дуренька, ну хто тобі сказав, що ти товста? Давай бери два стільці і сідай до нас!

 Російські вчені зробили сенсаційне відкриття: Путін вдихає вуглекислий газ, а видихає кисень! Так підтримується життя на всій планеті.

 Гуцул іде по полонині і веде за руку хлопчика-негра. Другий гуцул:
 – Іване, а хто то?
 – Онук.
 – Марійчин хлопець?
 – Марійчин!

КРИЛАТІ ВИСПОВИ

Дивуєшся дорожності мови нашої: в ній що не звук, то подарунок, все крупно, зернисто, як самі перла.

Микола ГОГОЛЬ

Україно, ти моя молитва,
 Ти моя розпука вікова...
 Гримотить над світом
 люта битва
 За твоє життя,
 твої права.

Василь СИМОНЕНКО

Руйнування мови – основа національної культури – це вже не просто вина, а злочин держави перед народом.

Анатолій МОКРЕНКО

Хто живе чесно й гудується трудами своїми,
 тому й кусок черстоного
 хліба смачніший од м'якої
 булки, неправдою нажитої.

Іван

КОТЛЯРЕВСЬКИЙ

Ворожі чайки на борту
 Ключотять знесилених людей.
 Ми корабель відстоїмо,
 Як не собі, то для дітей.

Аркадій ВОЙТЮК



 – Мамочко, твої духи так прекрасно смердять!

 – Мамо, у тебе такі товстопузі ноги!

 – Тату, зроби телевизор мовчки, я не чую казку.

 – А ти знаєш, що у півня ніс – це рот?!

 – Коли ж ви зі мною пограєте? Тато з роботи – одразу за телевизор. А мама, барина яка, відразу прати почала.

 – А заміж назад вийти можна?

 – Знаєш, що у всіх звірів спина нагорі, а живіт вниз!

 – Хто красивіший – тато чи мама?

 – Не хочу відповідати на такі питання, бо не хочеться ображати маму.

 – А Марійка де?
 – Вчиться в місті.
 – А чого воно таке чорне?
 – Зате гарантія, що не москаль!

 У мене таке відчуття, якщо я помру, то дружина підійде до труни і скаже:
 "Спеціально помер, аби нічого не робити!"

 Третя година ночі. А тут раптом сусід гукає ногою у двері! Я так перелякався, що в мене аж перфоратор з рук випав.

 Летить Змій Горинич над Карпатами та кричить:
 – Все на суботник! Все на суботник!
 Виходить гуцул з колиби, дивиться на небо:

– От, холера! Знову москалів об'ївсь!

 Якщо довго сидіти на дісті, то птах часта буде мати вигляд зі засмаженою скоринкою.

 Міцність шлюбу, як і коньяку, залежить від витримки.