



ВІД СУБОТИ ДО СУБОТИ

НАШ КАЛЕНДАР

- 11 ЛИПНЯ** – Всесвітній день народонаселення.
 - Всесвітній день шоколаду.
12 ЛИПНЯ – Апостолів Петра і Павла.
 - День рибалки.
14 ЛИПНЯ – День взяття Бастилії.
15 ЛИПНЯ – День українських миротворців.
16 ЛИПНЯ – День бухгалтера України.

ІМЕНИННИКИ ТИЖНЯ

- 11 ЛИПНЯ** – Іван, Сергій, Павло, Герман.
12 – Петро, Павло.
13 – Андрій, Петро, Хома, Сафрон.
14 – Кузьма, Петро, Ангеліна, Дем'ян, Аркадій.
15 – Фотій, Ювеналій.
16 – Анатолій, Никодим, Василь, Марк, Пилип.
17 – Андрій, Марта, Федір, Богдан.

ЦІКАВО ЗНАТИ

ПЕРШИЙ АВТОМОБІЛЬ В УКРАЇНІ



Восени 1891 року на Єкатеринську площа в Одесі вийшов невеликий відкритий екіпаж. Єдине, що вирізняло його на фоні інших – це відсутність запряжених коней. Машина проїхала площею кілька кілометрів, а потім зникла за рогом. Такою була перша поява автомобіля в «перліні біля моря». Вона ж була першою і в Україні, і навіть в усій Російській імперії.

У диво-машині, яка з'явилася на Єкатеринській площи, сиділо двоє: водій і сам власник автомобіля. Ним був редактор газети «Одеський листок» Василь Навроцький. У Франції він побачив автомобіль, і відріврати погляд від нього вже не зміг: купив машину та привіз додому, в Одесу.

Довгий час вважалося, що це був Benz. Але в 1981 році в підшивках «Одеського листка» знайшли інформацію про те, що машина називалася Panhard-Levassor. Саме він і був першим автомобілем в Україні.

Перший же справді український автомобіль з'явився у 1959 році. Це був ЗАЗ-965, більш відомий у народі, як «горбатий запорожець». Прототипом першого українського автомобіля був італійський FIAT 600. Запорізьке дітище отримало вітчизняний двигун з повітряним охолодженням і потужністю 27 кінських сил. Усього, з 1960 до 1969 року, з конвеєра ЗАЗу зійшло 322106 таких автомобілів. «Горбатий» став справжньою легендою.

КОРИСНІ ПОРАДИ

ПОРАДИ ДЛЯ ЧИЩЕННЯ ОДЯГУ



1. Щіпка солі, розведена в нашатирному спирті, добре виводить плями на шовкових тканинах. Змішана з оцтом сіль є відмінним способом для чищення побутових предметів з червоної і жовтої міді, а також засобом чищення забруднених графінів і пляшок.

2. Залиснілі коміри вовняних речей можна очистити ганчіркою, змоченою в гарячому оцті. Бліск зникає.

3. Якщо додати у воду для прання білизни нашатирний спирт (1 ст. ложка на відро води), не потрібно її віблювати.

4. Розчином нашатирного спирту з водою (1 частина спирту на 4 частини води) можна чистити замшеві вироби.

5. Розчином нашатирного спирту легко можна вивести плями від йоду.

6. Водним розчином нашатирного спирту можна почистити кілім: вологую щіткою, змоченою в такому розчині (1 ст. ложка на відро води), потрібно «пройтися» по кіліму, а потім витерти його насухо.

7. Змоченою нашатирним спиртом ваткою можна очистити залиснілій комір костюма або жакета.

8. Нашатирний спирт усуває плями на одязі, що виникли після дощу.

СМАЧНО І КОРИСНО

ШОКОЛАД: КОРИСТЬ ЧИ ШКОДА?

Шоколад – продукт, який уберігає наші судини від атеросклерозу. Це відбувається за рахунок того, що в ньому міститься велика кількість ефірних масел. Саме вони перешкоджають появі так званих блішок холестерину на стінках судин. У шоколаді міститься велика кількість флавоноїдів. Ці речовини допомагають уникнути утворення тромбів, а це значить, що кілька часточок улюблених ласощів у день вбереже від інфарктів та інсультів. Саме цей продукт допомагає розріджувати кров і уникнути тромбозу або закупорки судин. Крім шоколаду ця речовина міститься у винограді та в вині. У Японії провели дослідження, чи дійсно він запобігає розвитку ракових клітин, і тепер кожен японець вважає правилом хорошого тону з'їсти 50 грамів шоколаду щодня. Цей продукт відмінно бореться зі стресом і поганим настроєм. Це відмінний афродізіак.

Однак, якщо ви віддаєте перевагу молочному або білому шоколадові, то можете забути про те, що тільки що прочитали. Все вищезазначене стосується тільки гіркого чорного шоколаду.

Міф про шокоду шоколаду

Міф 1. Шоколад провокує появу прищів. Це не так. У всьому винні гормональна система, яка почала давати збій. До того ж, всі проблеми зі шкірою залежать від загального раціону, а від декількох часточок шоколаду прищі і вугри не з'являються.

Міф 2. Шоколад викликає каріс. Навпаки – він охороняє зубну емаль від пошкоджень і не дає зубам руйнуватися. Все це роблять какао-боби, які до того ж чудово вбивають і бактерії в роті.

Міф 3. Шоколад викликає алергію. Він не викликає алергію сам по собі, а лише провокує її розвиток у тому випадку, якщо в людини вже є алергія на



інші продукти. А ось хворим на цукровий діабет шоколад дійсно протипоказаний.

Існує думка, що першими навчилися робити шоколад ацтеки. За один рік людство з'їдає 600 тисяч тонн цих солодощів.

ВАШЕ ЗДОРОВ'Я

ПРОДУКТИ, ЯКІ КАТЕГОРИЧНО НЕ МОЖНА ВЖИВАТИ НА ГОЛОДНИЙ ШЛУНОК

Всі знають, що для того, щоб день пройшов добре, потрібно почати його із здорового сніданку. Правильний перший прийом їжі здатний підбадьорити і підняти настрій. Люди їдуть на сніданок різноманітну їжу, але майже ніхто не замислюється про те, як вона може вплинути на організм.



1. Груші

У грушах міститься дуже багато груботків, яка погано впливає на шлунок. Їх краще вживати ввечері.

2. Хурма

Хурма погано перетравлюється зранку. Вона містить велику кількість пектину і дубильної кислоти, які при взаємодії з шлунко-

вим соком перетворюються на гелевидну речовину. У результаті можливе утворення шлункового каменя. Це стосується і помідорів.

3. Сирі овочі

Деякі лікарі стверджують, що сніданок тільки з сиріх овочів може спровокувати не тільки гастрит, але й виразку. Кислоти, які містяться в них, роз'їдають і подразнюють стінки шлунка.

4. Дріжджі

Дріжджі провокують вироблення шлункових газів, які згодом призводять до здуття живота.

5. Бекон, шинка і сосиски

Ці мясні продукти, які люди часто використовують для приготування бутербродів, містять величезну кількість солі та шкідливих нітратів. Кількість нітратів в одному кілограмі мясного продукту не повинна перевищувати 0,005 г. А продукція, яку ми купуємо, далека від цих показників.

6. Сухі сніданки

Крім корисної клітковини, в магазинних пакетиках ще й багато глукози та фруктози. Легкозасвоювані вуглеводи дають лише короткосрочкове насичення. Це означає, що через кілька годин ви знову захочете їсти. Також у сухих сніданках містяться шкідливі ароматизовані добавки. Це абсолютно нездоровий сніданок.

Харчуйтесь правильно і не вживайте ці продукти на голодний шлунок, якщо хочете бути здоровими.



Чоловік від жінки відрізняється тим, що у нього на ший краватка, а у неї – буси, будинок, діти, робота і чоловік з краваткою.

Вовочка в дитячому садку уважно дивиться на манікюр виховательки і каже:

- Ольго Олександровна, у Вас такі нігіті довгі.

- Так. Подобаються?

- Подобаються. Напевно, по деревах лазити добре.

- Коханий, прокидайся, будильник дзвонить!

- Я сплю... Передай, що я

ЗАДУМАЙТЕСЬ

ПРО ВВІЧЛИВІСТЬ І ЛЮБОВ

Людство винайшло ввічливість замість любові, і під цією ввічливістю ховається марнославство, лицемірство, лукавство, гнів та інші душевні пристрасті. На вигляд така людина просто прекрасна душою, але одразу всього не зрозуміш. А так, як фундамент заснований не на любові, дуже швидко виявляється її внутрішній стан, бо така людина двояка: на словах говорить так, а на ділі інакше.

Іоанн АЛЕКСЕЄВ

