



# ВІД СУБОТИ ДО СУБОТИ

## НАШ КАЛЕНДАР

- 10 ЛИПНЯ** - День рибалки.  
**11 ЛИПНЯ** - Всесвітній день народонаселення.  
 - Всесвітній день шоколаду.  
**12 ЛИПНЯ** - Свято апостолів Петра і Павла.  
**13 ЛИПНЯ** - Собор славних і всехвальних 12 апостолів.  
**14 ЛИПНЯ** - День взяття Бастилії.  
**14** - Безсеребренників Косми і Даміана.  
**15** - Всесвітній день навичок молоді.  
 - День українських миротворців.

### ІМЕННИКИ ТИЖНЯ

- 9 липня** - Іван, Тихон, Денис, Давид.  
**10** - Самсон, Юрій, Іванна, Мартин, Никифор.  
**11** - Іван, Сергій, Павло, Герман, Ксенофонт.  
**12** - Петро, Павло.  
**13** - Андрій, Матвій. Пилип, Хома, Симон, Софрон.  
**14** - Кузьма, Петро, Ангеліна, Дем'ян, Никодим.  
**15** - Фотій, Ювеналій.

### КОЗАЦЬКЕ МЕНЮ

#### ЩО ЇЛИ ЗАПОРОЗЬКІ КОЗАКИ

Повсякденною їжею запорозьких козаків були: соломаха – житнє борошно, густо зварене на воді й засмажене олією з цибулею, тетеря – пшоно або житнє тісто, зварене на квасі (їли з жиром, молоком, звичайною водою або рибацькою юшкою), братко – пшоняна каша з додаванням прісного тіста.

Також вживали багато фруктів, горюдини, різної зелені: кропиву, лободу, чебрець, м'яту, кульбабу, листя суніць.

Особливою пошаною користувалися цибуля та часник. Що ж до свіжого м'яса, сала, птиці, дичини, вареників та сирників, то ці страви готував курінний кухар на спеціальне замовлення і додатково зібрані гроші. Печеного хліба в курнях не подавали. Замість хліба вживали мамалигу – тісто з проса чи кукурудзи, котру їли з бринзою, та зареби – коржі, що кляли в напалену піч і загрибали попелом і гарячим вугіллям.

Їли запорозькі тричі на день і тричі готувалися гарячі страви у мідних або чавунних казанах.

Сідаючи за стіл, козаки промовляли молитву і, встаючи, також хрестилися до ікон, потім дякували отаманові і кухареві та кидали на стіл гроші для закупівлі харчів на другий день.



Літо у розпалі

### З ДАВНИНИ

#### НА ПЕТРА ЛІТО ЛАМАЄТЬСЯ, ОСЕНІ ВКЛОНЯЄТЬСЯ

У давні часи **9 липня** наші предки відзначали Літнє свято Місяця.

**10 липня** у народі вшановують Самсона. Був він римлянином, лікував хворих та допомагав стражденим. У пам'яті народній він залишився, як цілитель. Також ім'я Самсона-чудотворця згадують при таїнстві елеосвячення.

Якщо дощ у цей день, то буде він йти до Бабиного літа. А якщо погода хороша, сонячна, то протримається вона ще сім тижнів.

**11 липня** - мучеників безсрібників та чудотворців Кіра та Іоанна.

У цей день наші пращури слухали зозулю: якщо вона переставала кувати — зима рано прийде.

**12 липня** - славних і всехвальних первоверховних апостолів Петра і Павла.

Кажуть, що цього дня перестав кувати зозуля, бо вона вкряла у святого Петра одну мандрику, і Бог за це покарав її тим, що

кожного року у цей час вона «давється» і перестав кувати. Якщо зозуля кувє після Петра – це вище нещастя.

У деяких регіонах день Петра вважається святом рибалок, бо апостол Петро є покровителем рибного промислу.

“Як на Петра сльота, то буде влітку багато болота”, а “Як спека, то на Різдво буде мороз”.

**13 липня** - собор святих славних і всехвальних 12 апостолів: Петра, Андрія, Якова Заведієвого, Івана, Пилипа, Варфоломія, Хоми, Матвія, Якова Алфієва, Іуди Іаковля, Симона Зилота і Матвія. Наші пращури прислуховувались до зозулі: якщо вона продовжує кувати — літо буде хороше і довге.

**14 липня** - вшановують Косму та Даміана Безсрібників, святих чудотворців братів-лікарів. Жили вони недалеко від Риму в другій половині II сторіччя. Були вбиті через задрощі лікаря-язичника. В описі життя говориться, що Святий Косма та Даміан “отримали від Бога дар зцілення”, і за лікування грошей не брали. За це їх і назвали Безсрібниками.

У народі **15 липня** колись називали на честь Фотія, і вже закінчували косовицю сіна та починали жнивувати.

Якщо на Фотія вже з'явилися жовті листочки на деревах – осінь і зима будуть ранніми.

### ВИСЛОВИ МУДРИХ

У людини два життя, і друге починається тоді, коли ми розуміємо, що життя лише одне.  
**Том ХІДІСТОН**

90 відсотків наших турбот стосується того, що ніколи не станеться.  
**Маргарет ТЕТЧЕР**

Перемоги вчать найвних, а поразки - мудрих; успіх дають одиниці уроків, а невдачі - тисячі. Вчіться на уроках переможених.

Рішенням всякої проблеми служить нова проблема.  
**ГЕТЕ**

Людина і наука – це два ввігнуті дзеркала, що вічно відображають одне одного.  
**Олександр ГЕРЦЕН**

### ЧИ ЗНАЄТЕ ВИ, ЩО...

За церковним календарем більше ста разів у рік згадується день Івана, а разом з новомучениками святі з іменем Іван вшановуються 298 разів!

Іван - у перекладі з давньоєврейської означає «Бог змілюстився, помилував».

### ЦІКАВО

#### ЯК ОЦІНИВ ШОКОЛАД ПАПА РИМСЬКИЙ

Шоколад вважався виключно чоловічим напоєм через його гіркоту. Індієці, винахідники першого шоколадного напою, вживали його у рідкому стані, а саме — змішували мелені і обсмажені какао-боби з водою, а пізніше доповнювали цю суміш перцем чилі. Цей напій нагадував швидше пиво і пили його виключно на свята. Шоколадний напій називали «чоколатль».

Перший солодкий шоколад – молочний — з'явився на початку 19 сторіччя внаслідок змішування какао зі згущеним молоком. А після того, як у 1828 році швейцарець Деніел Пітер за допомогою гідравлічного пресу перетворив какао-боби в масло, люди скуштували перші шоколадні плитки, до складу яких входило кавове масло і цукор.

Церква довго вирішувала, чи можна під час посту вживати напій, що приносить задоволення людям. Однак проблема зникла після того, як Папа Римський у 1569 році ковтовав гарячого шоколаду і переповнений емоціями вигукнув: «Під час посту пити шоколад можна. Хіба така гідота може приносити комусь задоволення!»

### НАРОДОЗНАВСТВО

Священними тваринами в Україні є корова і коза. Коза символізує плодючість і силу. За легендою українці – козиний (козацький) народ.

Священною комахою в українців є бджола. Існує повір'я, що коли римляни розпинали Ісуса, то збиралися забити цвяха Йому у живіт, однак туди сіла бджола і мучителі подумали, що цвях вже забити. Таким чином комаха зменшила страждання Спасителя.

Священними птахами є лелека і журавель. Лелека приносить у вузлик дітей, а журавель уособлює люблячого чоловіка.

Священними членистоногими у нас є павуки. За повір'ям павуків не можна вбивати, їх варто просто виносити з хати, бо вони засновники і очисники світу.

Пісенними символами є тополя, що уособлює світове дерево і козацьку долю, та калина, що символізує дівочу долю.

Найсвятішим подарунком для українця є вишиванка, рушник або ж хустка – символи народної індивідуальності.

### ЗЕЛЕНА АПТЕКА

#### ЧЕБРЕЦЬ ЛІКУЄ НАВІТЬ АЛКОГОЛІЗМ

Чебрець застосовують для зміцнення нервової та імунної систем. Корисний з нього чай, особливо в поєднанні з іншими травами: звіробоем, брусницею. Заливають склянкою окропу 10 грамів суміші. Настоюють 15 хвилин і можна такий настій пити кожен день.

При атеросклерозі: гаряча вода – 500 мл, одна столова ложка чебрецю - настоювати близько години, процідити і приймати по двісті грамів три рази на день. Пити такий чай можна приблизно один місяць, після чого потрібно зробити перерву на один-два місяці.

Якщо існують проблеми, пов'язані з травленням: 100 мл окропу і 15 грамів трави чебрецю. При розладах вживати по дві столові ложки.

Чебрець використовують для зняття запальних процесів у м'язах і суглобах, для полоскання горла при ангіні, загоєння виразок і зовнішніх ран: два літра окропу і 10 грамів трави чебрецю настоюють тридцять хвилин, проціджують і приймають.

При бронхіті, циститі, маткових і гемороїдальних кровотечах, а також при безсонні допоможуть настій: 1/4 літра окропу і 10 грамів сухої трави чебрецю настоюють дві години, проціджують та приймають по дві столові ложки.

Корисні і лікувальні властивості чебрецю просто незамінні при імпотенції, простатиті, а ще для нормалізації роботи чоловічих статевих органів.

Чебрець застосування знайшов при лікуванні алкоголізму. Для цього необхідно приготувати такий настій: полин – 10 грамів, чебрець – 50 грамів, окріп – 1 літр. Такий настій необхідно приймати по одній столовій ложці до основного прийому їжі, три рази в день.

Фахівці вважають таке лікування не радикальним, тому що на лікування йде не один і не два місяці, а майже цілий рік, але спробувати варто.

Корисні властивості чебрецю застосовують в педіатрії для профілактики шкірних висипань і для зміцнення нервової системи дітей. З чебрецю роблять ванночки із використанням настоянки.

Із трави можна зробити порошок, який потім застосовують як присипки для виразок і ранок на шкірі, а ще при грибкових захворюваннях і фурункулах. Дуже корисно спати на подушці, яка набита сухим листям і квітками чебрецю. Це позбавляє від безсоння і головного болю.

Застосовують чебрець і в дієтології.

Можна використовувати чебрець в якості спеції, корисні властивості його повністю розкриються тільки при додаванні в дієтичні страви з метою швидкого схуднення. Спеції з трави чебрецю допомагають нормалізувати процеси травлення. Крім цього, ця рослина сприяє швидкому та легкому засвоєнню їжі, зміцнює імунітет. Натщесерце дієтологи рекомендують пити чай з чебрецю без подальшого сніданку. Чай калорійний, тому в найближчі дві години абсолютно не захочеться їсти.

**Протипоказання.** Застосування чебрецю необхідно уникати, навіть у поєднанні з іншими лікарськими рослинами, людям, у яких є захворювання нирок, печінки, порушення в роботі щитовидної залози, а також хворим на виразку, з серцево-судинними захворюваннями, вагітним.

### ПРОБЛЕМА

#### ПРО ВСЕСВІТНІЙ ДЕНЬ НАВИЧОК МОЛОДІ

За оцінками ООН, число безробітних молодих людей у всьому світі до 2013 року досягло значення 74,5 млн. Більшість безробітних проживають у країнах, що розвиваються. За даними Міжнародної організації праці, молоді люди мають в три рази більше шансів стати безробітними, ніж дорослі. Один з п'яти молодих людей, або 125 мільйонів, працюють, але живуть у крайній бідності (менш ніж на \$ 1 у день). Проблема безробіття серед молоді є серйозною проблемою для промислово розвинених і країн, що розвиваються.

Розвиток навичок є основним засобом дати молодим людям можливість зробити плавний перехід до роботи. У грудні 2014 року Генеральна Асамблея Організації Об'єднаних Націй прийняла відповідну резолюцію і оголосила 15 липня «Всесвітнім Днем навичок молоді». Мета цієї щорічної події полягає в тому, щоб домогтися більш високих соціально-економічних умов для сучасної молоді як засіб вирішення проблем безробіття і зайнятості.

### УСМІХНИСЬ



Ти горілку п'єш?  
 - Тільки на свята.  
 - А коли у тебе свято?  
 - Коли є горілка.

Дитина повинна бути гордістю! Дружина - гідністю! Чоловік - опорою! Друзі - вірними ... Гроші - зайвими ... Здоров'я - міцним ... А життя - прекрасним.  
 - Колю, а ти мене кохаєш?  
 - Галю, ну навіщо ти починаєш ранок зі скандалу?

На вулиці лежить чоловік. Реакція жінок різних національностей:  
 Українка: - Нажерся, свиня! А вдома, мабуть, дружина, діти голодні!  
 Німка: - Людини погано! Викличте "швидку"!  
 Француженка: - Чий чоловік? Нічий?! Таксі, таксі!!!

- Віддай, це моя цукерочка!  
 - А де ж тоді моя?  
 - Твою я з'їла.

Дівчино, підемо, я пригос-  
 шу вас мартіні.  
 - У мене є хлопець, віддали!  
 - У тебе є хлопець? А у мене є квартира, машина і купа бабла! Дівчино, чому ви плачете?  
 - Я тільки що з хлопцем розійшлась...  
 Тягаюсь по всьому супермаркету з продуктами в руках і в зубах, а все тому, що мені корзинка не потрібна, мені ж тільки хліба купити!

Міліціонер зупиняє водія для перевірки, простягає трубочку:  
 - Дихніть сюди, - той дихає. - Та ви зовсім п'яні!  
 - Помилочка, громадянин начальник. У рот не брав сьгодні. Ось дружину перевір.  
 Перевіряє.  
 - Теж п'яна!  
 - Так прилад зіпсований! Ну ось дитина п'яти років - нехай дихне!  
 Прилад показує, що дитина теж п'яна. Міліціонер вибачається і йде перевіряти прилад.  
 - От бачиш, Клавко! Я ж казав, що дитині 100 грамів не зашкодить...  
 - Кохана, а цей борщ сьгоднішній?  
 - Я тобі навіть більше скажу, він і завтрашній!