



ВІД СУБОТИ ДО СУБОТИ

НАШ КАЛЕНДАР

25 ЛИПНЯ - День зубного техника.
26 - День парашутиста.
28 - Всесвітній день боротьби з гепатитом.
 - День хрещення Київської Русі.
29 - День системного адміністратора.

ІМЕННИКИ ТИЖНЯ

23 ЛИПНЯ - Антон, Данило, Леонтій.
24 - Ольга, Єфимія, Олена.
25 - Михайло, Іларій, Федір, Вероніка, Арсен, Марія.
26 - Мар'ян, Степан, Гаврило, Серапіон, Юліан.
27 - Онисим, Стефан, Феофіл.
28 - Володимир, Улита, Василь.
29 - Павло, Валентина, Юлія, Алевтина.

ЦІКАВО

БІБЛІОТЕКИ В... ЛАЗНІ

Саме римляни придумали публічну бібліотеку, хоча й у трохи дивній формі. Будь-хто міг почитати книгу в... лазні – там була спеціальна кімната, де книги не піддавалися впливу води і пари. Лазні в Древньому Римі будувалися всюди, виходить, і з бібліотеками не було проблем.

Саме бібліотеки належать до тих об'єктів, які людина знищує з особливою завзятістю. Варто згадати навіть недавнє минуле. Німецькі нацисти влаштовували величезні багаття з книг. Китайські комуністи спочатку спалили книжкові збірні монастирів Тибету, а потім увійшли в смак і спалили свої бібліотеки – у них це називалося "культурною революцією".

У 1992 році, під час громадянської війни в Югославії, сербські солдати підпалили боснійську бібліотеку в Сараєво, а потім убили пожежників, які спробували погасити полум'я. Афганські таліби спалили 50 000 найменувань книг. Навіть у США, де "бібліотека – опора демократії", є маса громадських організацій, що виступають за вилучення з бібліотек тієї чи іншої книги – наприклад, "Гаррі Поттера".

З ДАВНИНИ

ГАРНА ПОГОДА НА ГАВРИЇЛА – ГАРНА ОСІНЬ

За церковним календарем **23 ЛИПНЯ** - преподобного Антонія Печерського – святого Православної церкви, засновника Києво-Печерського монастиря і будівничого Свято-Успенського собору.

У минулі часи помітили, якщо в цей день глухий грім – до тихого дощу, а якщо грім гучний, можна чекати на зливу.

24 ЛИПНЯ - рівноапостольної Ольги, у хрещенні Олени – княгині Київської – дружини князя Ігоря, канонізованої Православною церквою. Княжила в Київській Русі в роки неповноліття свого сина Святослава (945 – 964). Упорядковувала збирання данини, організувала опорні пункти київської влади. Сприяла поширенню на Русі християнства.

Також у цей день вшановується пам'ять великомучениці Євфимії Всехвальної.

Якщо гримить глухо і вдалині – до негоди, а якщо близько і гучно – до злив і спеки.

25 ЛИПНЯ - мучеників Прокла та Іларія.

Бабки-знахарки вранці цього дня йшли збирати росу для лікування, оскільки вона вважалася цілющою. Ну і, звичайно, велика роса ще й обіцяла гарну погоду.

26 ЛИПНЯ - собор Архангела Гавриїла, у народі одного з найповажніших воїнів війська небесного. Сухий день віщував гарну осінь, однак якщо цього дня проходили сильні зливи з грозами – осінь очікувалася дощовою.

27 ЛИПНЯ вшановують одного з 70-ти апостолів – апостола Акілу.

28 ЛИПНЯ — день пам'яті святого рівноапостольного князя Володимира – хрестителя Київської Русі.

Володимир – онук княгині Ольги та син Святослава і простої дівчини Малуші. У ранньому віці був запрошений на правління новгородцями. Під керівництвом свого дядька Добрині пішов до варягів та, зібравши там військо, оголосив війну старшому братові Ярополку.

Ярополк загинув від рук варягів, а Володимир почав князувати у Києві з 980 року. Найголовнішою справою його життя було освячення Київської землі християнством, звичайно, після того, як він об'єднав Київські землі. Після хрещення винищував поганські ідоли, скидаючи їх у ріку Почайну та будував церкви, зокрема, Десятинну. Також займався благодійницькою діяльністю, за що у народі його почали називати "ясне сонечко". Помер Володимир Великий 28 липня 1015 року і був похований у Десятинній церкві.

29 ЛИПНЯ - святономученика Афіногена.

У народі **29 ЛИПНЯ** відзначали свято "іменного снопа". У минулому, коли жито, пшениця чи ячмінь вже дозрівали, господиня брала хліб, сіль, "свічку-громничку" та йшла у поле "зажинати ниву". Перший сніп вона несла додому і ставила його на покуті або у stodолі, де він стояв до кінця молотби. Цей сніп обмолочували окремо, а зерна його святити у церкві і перед засівом змішували з насінням. Соломою з першого снопа годували корів, щоб вони не хворіли.

Якщо день дощовий – хліб у снопах може прорости, тобто, необмолочений – згниє.

ХОЧЕТЕ – ВІРТЕ, ХОЧЕТЕ – НІ

РИБАЛКАМ НА ЗАМІТКУ

З давніх часів до нас дійшло цінне зауваження для рибалок: якщо грім у пісний день (середа і п'ятниця) – у рибалок буде хороший улов риби.

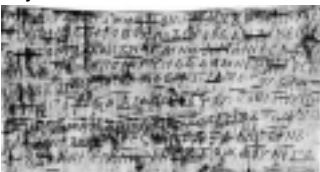


Танцівниці гурту «Ритм» районного будинку культури

З ІСТОРІЇ

БЕРЕСТЯНІ ГРАМОТИ

— це пам'ятки давньої східнослов'янської писемності (XI-XV ст.), написані на бересті. Їх писали люди різних соціальних груп, що свідчить про високий рівень грамотності на Русі.



Оскільки берестяні грамоти – це, насамперед, ділове і приватне листування (доручення, розпорядження, боргові зобов'язання, чолобитні, духовні та охоронні грамоти, купчі, учнівські вправи і т. п.), вони є достовірним джерелом для вивчення історії давніх східнослов'янських говірок, а також суспільних відносин, тогочасної економіки тощо.

На території сучасної України пам'ятки берестяної писемності знайдено 1988 року у передмісті давнього міста Звенигорода (тепер село Звенигород Львівської області) у культурному шарі, що датують 1110-1137 роками.

Ще одну берестяну грамоту знайшли 2008 року під час розкопок Буського літописного городища. У Києві ж берестяну грамоту було знайдено в 2010 р. біля колишнього будинку архітектора А. Меленського на Подолі (вул. Хорива).

НЕЙМОВІРНЕ

З НЕБА ПАДАЛИ... ПАВУКИ

Дощ може бути не тільки з крапель води. Погода деколи робить дивовижні сюрпризи: то гроза на ясном небі, то сніг влітку, то ще щось. Такі випадки часто зустрічаються. Цікаво інше – іноді замість води або льоду з неба падає щось зовсім вже неймовірне, наприклад, жаби або риба. Є і дивніші випадки, що відбулися не так давно.

У 2007 році, 6-го квітня, з неба в провінції Сальта, Аргентина, почали падати павуки. Причому павуки багатьох видів, всіх кольорів і забарвлень. Розміри таких павуків були не такі вже і малі – близько 10 сантиметрів (якщо вимірювати з кінцівками). Збереглися документальні свідчення цього цікавого випадку.

НАШЕ ЗДОРОВ'Я

ХВОРОБИ САМОТНИХ ЖІНОК

У дослідженнях взяли участь майже 1,3 мільйона жінок, усе задля з'ясування впливу самотності на їхнє здоров'я та тривалість життя. Було встановлено, що самотні красуні мають великий шанс занедужати хворобами серця та передчасно померти.

Дослідження тривало три роки, за цей період 307 747 досліджуваних зазнали хвороб серця, а 2 148 – померли. Встановили, що наявність чоловіка та сімейного стану мали такий же ризик захворюваності на серцеві недуги, як і у самотніх жінок. Але є суттєва відмінність – заміжні вмирали від цієї недуги майже на 30% рідше, аніж самотні.

Психологи пояснили таке явище тим, що заміжні жінки більш уважно стежать за своїм здоров'ям, адже присутній страх перед смертю та осиротінням дітей. Уважні та люблячі чоловіки своїх дружин морально підтримують та контролюють їх стан здоров'я. Хоча це не впливає на режим прийому ліків жінки, що частіше всього і є причиною передчасної смерті чи погіршення стану здоров'я.

ЧИ ЗНАЄТЕ ВИ, ЩО...

ДЕЩО ПРО СОН

* Рекорд на найдовшу відсутність сну становить 18 днів, 21 годину і 40 хвилин. Внаслідок такого неспання рекордсмен отримав галюцинації, параною, погіршення зору, проблеми з мовою, концентрацією і пам'яттю.

* Якщо вам досить п'яти хвилин, щоб заснути, значить, вам явно не вистаєє сну. Ідеальний проміжок – між 10 і 15 хвилинами. Це означає, що ви достатньо сильно втомилися, але вдень ви себе відчували бадьорим.

* Новонароджена дитина – причина браку сну батьків. У перший рік її життя батьки втрачають 400-750 годин сну.

* Деякі учені вважають, що нам сняться сні для закріплення подій в довгостроковій пам'яті, тобто нам сняться речі, які варто запам'ятати. Інші вважають, що нам сняться елементи, які потрібно забути, – усунути спогади, які «засмічують» наш мозок, заважаючи розумовій роботі.



* Фаза швидкого сну допомагає розвинути розумові здібності. У недоношених немовлят 75 відсотків сну становить саме ця фаза сну.

* Розлив нафти з танкера «Принц Уільям» в 1989 році, катастрофа шатлу «Челленджер» і аварія на Чорнобильській АЕС – всі вони пов'язані з людськими помилками, здійсненими через нестачу сну.

* Підліткам потрібно стільки ж сну, скільки і маленьким дітям, – близько 10 годин, тоді як тим, кому за 65, – 6 годин. Для середнього віку – 25-55 років – оптимально 8 годин.

ВИСНОВКИ ВЧЕНИХ

СИДЯЧИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ПРИЗВОДИТЬ ДО ДЕПРЕСІЇ

Вчені різних країн не раз приходили до висновку, що сидячий спосіб життя призводить до проблем зі здоров'ям. Серед них і діабет 2 типу, і хвороби серця. Тепер доведено, що сидяча робота призводить до депресії або, щонайменше, дуже високого рівня тривоги, стресу, туги.

У дослідженні були задіяні 3367 офісних працівників державних установ. Вчені з'ясували, наскільки нещасливими себе почували всі ці люди.

Виявилося, що ті, хто більше сидів на одному місці, мало рухався протягом довгого часу, більш схильні до розвитку психологічного дистресу.

Вийшло так, що чоловіки сиділи по п'ять годин на день, а жінки – близько чотирьох годин на день. Але більше від сидячої роботи страждають однаково жінки. Вони трохи більше рухаються, але депресія у них трапляється частіше.

Відвідування спортзалу не надто покращувало ситуацію. Ті, хто займається після роботи, все одно більше депресивні, ніж ті, хто взагалі не знає, що таке сидяча робота.

Вчені помітили, що три години сидячої роботи – той максимум, який дозволяє зберегти здоров'я і психіку.



УСМІХНИСЬ



Судять тракториста за наїзд на пішохода. Суддя запитує:

- Як ви наїхали на пішохода?

Тракторист:

- Ну що!? Іду я з кумом на тракторі, як ось зненацька вибігає на дорогу пішоход. Я вправо і він, я вліво і він теж. Питаю в кума: "Що роботи?", той каже: "Та дави!". Я його ледве догнав в кукурудзі!

Дівчина на побаченні:

- А ти з ким-небудь цілувався до мене?

- Та ні, що ти! Тільки один раз, і то при людях.

- А люди-то, що там робили?

- Кричали: "Гірко!"

Почув по телевізору, що дорослому леву на відпочинок потрібно 20 годин в день. Я так і знав, я – лев.

Начальник зранку:

- Очі у тебе опухли і чер-

вони... Ти що, пив?

- Ні, блін, на роботу йти не хотів... Плакав.

Зустрічаються два директори українських підприємств:

- Ти своїм зарплату платиш?

- Ні.

- І я ні. А вони все одно на роботу ходять?

- Ходять.

- І мої ходять. Може, вхід платний зробимо?

Після першої склянки горілки все незрозуміле стає зрозумілим.

Після другої – все таємниче перестає бути загадковим.

Після третьої – все буденне стає чудесним.

І шлях до ліжка виявляється захоплюючою подорожжю по казковій країні, де на підлозі лютує цунамі, дверні отвори стискаються до вузьких щілин, а стільці, як собаки, кидаються під ноги.

Свекруха невістка:

- Ну, як там мій синочок?

- Та як, як?.. Горілку п'є, по бабах вештається, мене б'є.

- Ну, слава Богу, тільки б не хворів!