



ВІД СУБОТИ ДО СУБОТИ

НАШ КАЛЕНДАР

17 ВЕРЕСНЯ - День винахідника і раціоналізатора України.
- День працівників цивільного захисту України (День рятівника).
- День фармацевтичного працівника України.
18 ВЕРЕСНЯ - Всенародний День Батька.
- День працівників лісу.
19 ВЕРЕСНЯ - День народження смайла.
21 ВЕРЕСНЯ - День міста Чернівці.
- Міжнародний день миру.
22 ВЕРЕСНЯ - День без автомобілів.
- День осіннього рівнодення.
- День партизанської слави України.
23 ВЕРЕСНЯ - День народження Яндекс.

ІМЕННИКИ ТИЖНЯ

17 ВЕРЕСНЯ – Афанасій, Мойсей, Роберт, Федір, Юліан.
18 – Афанасій, Гліб, Давид, Денис, Єлизавета, Захар, Максим, Петро, Раїса.
19 – Амаля, Андрій, Василиса, Денис, Кирило, Михайло.
20 – Іван, Макар.
21 – Марія.
22 – Ганна, Йосип, Микита, Харитон.
23 – Андрій, Климент, Петро, Павло.

ФАКТИ

ПРО МИХНІВСЬКУ ОБИТЕЛЬ



- ♦ Місцеві жителі стверджують, що на території монастиря не приживаються плазуни, хіба невеличкі ящірки – навіть якщо спеціально перенести сюди змії із навколишніх лісів, де їх більш ніж достатньо.
- ♦ За радянських часів з найстарішого храму обители зробили склад міндобриів.
- ♦ Деревина, з якої складено Свято-Стрітенський храм, за понад чотири століття лишилася неушкодженою, це було виявлено під час реставрації споруди вже в наші дні.
- ♦ У 1980-ті роки ширилися чутки, що старовинний храм хочуть знищити, підпаливши, однак до цього не дійшло.
- ♦ Величезні дуби на території обители заборонено зрізати, а найстаріший із монастирських храмів, пам'ятка архітектури національного значення, використовують тільки як літню церкву: там не можна проводити опалення.
- ♦ Під час Другої світової війни у Михнівці правив службу священник із сусіднього села Бузакі, допоки не згоріла його парафіяльна церква.
- ♦ Після проголошення незалежності України місцеві священнослужителі активно ініціювали і відродження стародавньої обители.

ПРИТЧІ

МІШОК ПРОБЛЕМ

Одного разу до Бога прийшла жінка. Її спина була зігнута під вагою великого мішка, голова нахилена вперед, а погляд спідлоба був тривожним і пильним.
– Ти втомилася, мила жінко? – Стурбовано спитав Господь.
– Зніми свою ношу з плечей, присядь, відпочинь.
– Дякую, але я не можу тут розсиджуватися, я ненадовго, – відмовилася жінка. – Тільки попрошу – і відразу назад! А то раптом за цей час вже що-небудь трапилось? Ніколи собі цього не прощу!
– Чого ж ти не готова собі пробачити?
– Якщо з моєю дитиною щось станеться. Я якраз і прийшла попросити тебе: Господи, спаси і сохрани його!
– Я тільки цим і займаюся, – серйозно сказав Господь. – Хіба я дав тобі привід засумніватися в моїй турботі?
– Ні, але ... У цьому житті стільки всяких небезпек, поганого впливу, крутих поворотів! А у нього вік такий – все хочеться спробувати, всюди влізти, у всьому якось самоствердитися. Я дуже боюся, що його занесе на повороті, він вдариться, і йому буде боляче.
– Що ж, наступного разу він буде обережнішим, тому що на своїй шкурі дізнається, що таке біль, – відповів Господь. – Це



Аматори клубу с. Здомишель на фестивалі фольклорних колективів у день відзначення 816-ї річниці заснування селища Ратне

ЦЕЙ ДЕНЬ В ІСТОРІЇ

- Від 16 серпня 1994 року у третю суботу вересня (цьогоріч припадає на 17 вересня) в Україні відзначають День винахідника і раціоналізатора. Винахідницьку та раціоналізаторську діяльність регулює Український інститут промислової власності - Укрпатент. На сьогодні Укрпатентом було зареєстровано близько 100000 патентів на винаходи, а також близько 10000 патентів на корисні моделі. Україна має безсумнівні інноваційні досягнення світового рівня - літаки із сімейства «Анів», ядерні технології Адаменка, технологія стимулювання росту рослин в сільському господарстві Пономаренка, медичні винаходи - спосіб боротьби з раком Завірюхи і лікування судин людини неоперабельним методом Бурого.
- День осіннього рівнодення - це день астрономічного початку осені, у цьому році припадає на 22 вересня. 23 вересня Сонце сходить точно в точці сходу і заходить точно в точці заходу. У цей день воно знаходиться під і над горизонтом однаковий час (тобто день дорівнює ночі).
- 22 вересня 2001 року, у день 60-тої річниці з початку підпільно-партизанського руху в Україні в роки Великої Вітчизняної війни, в країні вперше відзначався День партизанської слави. 6200 партизанських загонів і підпільних груп, які налічували близько мільйона людей, завдали відчутних втрат гітлерівським військам на окупованій території, сприяючи просуванню частин і з'єднань Радянської Армії на захід. За мужність і героїзм, виявлені в боротьбі з ворогом, 200 тисяч партизанів і підпільників нагороджено орденами і медалями, 223 з них визнані гідними звання Героя Радянського Союзу.

НА ЗАМІТКУ

ПРАВИЛА ДЛЯ ПОЛІПШЕННЯ ПАМ'ЯТІ

В середньому людина забуває 30 відсотків з того, що чула - через 20 хвилин, і 50 - через півгодини. Давайте мозку постійне навантаження, і ваша пам'ять покращиться!

Тренування

Кросворди, рахунок в розумі, розв'язування логічних задач, заучування віршів напам'ять, вивчення іноземних мов - ось те, що є відмінним способом задавати мозку роботу. Це найпростіші і дієві прийоми для поліпшення пам'яті.

Виноградний сік

Якщо включити в наш раціон цей сік, то пам'ять покращиться на 20%. У ньому міститься багато антиоксидантів, які омолоджують мозок.

Фізична активність

Ходьба, біг, танці - все те, що тренує тіло, покращує пам'ять. Така активність сприяє надходженню кисню в мозок, сприяє запам'ятовуванню (утворюються нові клітини).

Гімнастика для очей

Якщо щоранку переміщати очі з одного боку в інший протягом 30 секунд, то пам'ять покращиться на 10%. Це визнаний факт. Це досягається тим, що обидві півкулі мозку працюватимуть в гармонії одна з одною.

Сон



Хороший сон - запорука здоров'я. Люди, які висипаються - живуть довше. Уві сні наш організм розслаблений. Уві сні різко посилюється вироблення омолоджуючих гормонів. Організм, що виспався, запам'

ятує інформації у два рази більше, ніж той, хто страждає безсонням.

Харчування

Здорове і правильне харчування сприяє відмінному запам'ятовуванню. Звичайно, це продукти - антиоксиданти. Чорниця, броколі, шпинат, горіхи, цитрусові, буряк, чорнослив, родзинки.

Вітаміни

Лідер тут - вітамін В. Нестача вітаміну В12 може привести до втрати пам'яті. А також вітаміни С і Е.



Успіхнісія

- Тату, тату, а чому ти з мамою одружився? - запитує син.
- От бачиш, - каже той до дружини, - навіть дитина дивується!
Жінка за кермом обурюється:
- "Милий, ти тільки подивися, що витворює цей божевільний! Він вже п'ять хвилин біжить попереду нашої машини! Що йому потрібно?"
- Думаю, він хоче, щоб ти все-таки з'їхала з тротуару.
На співбесіді:
- Юначе, скажіть чесно, чому ви вирішили вступати саме до нашого інституту?
- Тату, не мороч мені голову!
- Я люблю тебе!
- Молодець.
- А ти?
- І я молодець.
Онук, який провів все літо

у бабусі в селі, вимірює тиск краще дільничного лікаря.
- Дівчино, ви танцюєте?

- Так.
- Слава Богу! Я думав, вас струмом б'є.

Суддя запитує підсудного:

- Чому ви стріляли у товариша на полюванні?

- Я думав, що це - лось!
- І коли ви зрозуміли, що це не так?

- Коли лось почав відстрілюватися.
- Які хороші вчинки ви робили в своєму житті?

- Одного разу я на алгебрі руку підняв.

Приходить мужик до ворожки. Та карти розкинула і

говорить:
- Ви - батько двох дітей.
- Ні, ви помиляєтеся, я батько трьох дітей.
- Ні, це ви помиляєтеся.