



НАЗАДЪ
КЪМЪ ПРИРОДАТА

Здравецъ

Детски вестникъ за здравна просвета, предпазна медицина и здравъ животъ

ГОДИШЕНЪ АБОНЕМЕНТЪ ТО ЛЕВ.
БРОЙ 1 ЛЕВЪ
Отплатя за вестникъ на вестника
на 3 абоната — единъ динръ.

ИЗЛИЗА ВСЪКИ М-ЩЪ ПРЕЗЪ УЧЕБНАТА ГОДИНА
РЕДАКТОРЪ-СТОЛПНИКЪ: Д-ръ И. СТАНЧЕВЪ
Ул. Сердика 18, II етажъ — Телефонъ 73-27

Одобренъ и разрешенъ отъ
М-ото на Народ. Просвѣта съ
опр. № 8014 отъ 6. III. 1934 г.

СЪПРЕДСТАВИТЕЛИ: Проф. Д-ръ Ватевъ, Проф. Д-ръ Ас. Златаровъ, Владимиръ Русалиевъ, Д-ръ Бор. Каллпчиевъ, В. Лазаревичъ, Чичо Стоимъ, Д-ръ Дим. Чолаковъ, Димитър Пантелеевъ, Д-ръ Ст. Кадиевъ, Д-ръ Руса Радиковъ, Наумъ К. Маленовъ, Д-ръ В. Им. Неновъ, Хр. Лазевъ, Светозаръ Димитровъ, Д. Вожковъ, Хр. Върговъ, Косе-Босе, Проф. Д-ръ Вилимовъ, В. Вълчановъ-Вучковъ, Царевъ Д-ръ Станчевъ, М. Фридриховъ, Роза Ст. Попова, Д-ръ Б. Белякчиевъ, Кирилъ Манасиевъ, Д-конъ С. Арнаудовъ, Б. Тричковъ, Г. Костакиевъ и други видни наши писатели, д-нари и педагози

Да посрещнемъ слънцето!

Изтъжколи се зената. Пролѣтѣта настъжи. Гръбна мило, хубаво слънце. Цвѣтъ, лъчи и пѣсенъ — всичко ни маме навънъ: на полето, въ гората, край пѣчиливъ потокъ, въ планината. Просторътъ се разгръща ведъръ и безкраенъ. Колко много животъ, колко много радостъ блика навсякъде!

Да излъземъ навънъ. Да разтворимъ врати и прозори. Да отминемъ пердетѣ и завеси. Да разкриемъ жилището си за слънцето, което ни носи радостъ и здраве.

Нека ни къжатъ, прегръщатъ и цѣлуватъ неговитъ лъчи. Тѣ ни правятъ силни и пъргави, каратъ ни да пѣемъ, да скачаме и да обичаме всичко живо на земята.

Да посрещамъ слънцето съ цвѣтъ, съ пѣснь и игри. Да се радваме на неговата грѣйна, на неговата благодатъ — на неговитъ милувати.

Д-ръ В. Им. Неновъ

Малната овчарна

Отъ БОРИСЪ ГЕОРГИЕВЪ



Халпи си прѣона тревца, млечико!

Здравецъ

Ивъ граднитъ облукитъ,
по чукунитъ скалцитъ,
вазго де краи детитъ,
често де мълкн стѣнитъ,
въ аустнъ слышени вѣтѣ
азъ раста.

Дѣте нека слънце валя,
поне лека вѣтътъ хляпъ
и саяватъ за снами
въ хляпъ и саяване,
въ хляпъ всѣкога мѣлѣтъ
и засѣватъ.

Настъръ за край мене,
акѣтѣхъ сирѣ де да почине,
вѣтъта здравецъ безъ да чака
де качива на каляка,
ше се сѣтъ тоѣ отъ мене
покаждѣтъ.

В. Им. Стояновъ гати.

Направи ли вчера поне едно
добро дѣло?

Грижа за здравнъ жабн

По-добре е да се избѣгне болката, отколкото да се възлѣхува. Малкото разносни направени за да се дѣлува първия повреденъ жабъ, може да икономисатъ една сума десѣтъ лѣти по-голяма за втория жабъ.

Едно отъ най-добритъ срѣдства за да запазимъ едно добро жераво, това е да имаме винаги чисти жабн и не повредени.

Да се избѣгнатъ жабнитъ е сѣкщо това необходимо, както за малки тѣла и за голѣми, както за бѣдни, тѣла и за богатни.

Ивъ чудесата въ човѣшки организмъ

Моятъ най-вѣрнъ приятель — Моятъ най-вѣрнъ приятель, това е черниятъ ми добръ, казалъ единъ много ученъ. Тѣя души са много вѣрни, защото безъ тази голѣма мѣла, която се намира въ корѣна поевъ дѣлѣтътъ се бѣра, не може да се живѣе повече отъ нѣколко часа.

Тѣмъ става прѣчисването на отровитъ, което идатъ съ кръвѣта отъ чернатъ и които не се отпѣлѣватъ съ кръвни ни пѣтѣе. Тѣмъ се образуватъ жѣлѣчката и се кѣлѣта въ двѣмѣдесѣтѣриятѣмѣ черво (разгледайте картинцитъ на човѣшкото тѣло въ броеве 3 и 4 на в. „Здравецъ“). Та сѣдърже голѣма частъ отъ отровитъ, които чернодробната мѣла е отдалѣна отъ кръвѣта и сѣ шѣврѣно пѣтъ служи да се смѣта въ червѣта издѣлѣната храна, т. е. да стане годна за кръвъ. Не може хлѣбѣтъ или ябѣнто направо да валѣе въ кръвѣта, а трѣбва да се прѣхрани въ особня машинѣ, отъ която червѣта изхлѣкуватъ съ своитъ сѣчукаша (чревѣнитъ власинки) само най-полезнитъ частички и сокове, а неоптѣрѣбитъ нѣтъ оставатъ и се изхлѣкуватъ навънъ.

Чернитъ дробъ играе ролята на захаренъ складъ въ човѣшкото тѣло. Отъ всички сладки храни, сѣкщо отъ хлѣба, плодетѣтъ, орѣза и др. под. се образуватъ захаръ (наречена „гроздова захаръ“) и тѣ се натрупватъ тамъ. Тя е главното гориво (акогѣщата и бѣзината) за човѣшката машина.

Постоянно и неуменно чернитъ дробъ излѣта съ своитъ лопатки тѣя „бѣли вѣгнѣнѣта“ въ кръвѣта, колкото е нужно за сѣрѣшето и мускулитъ. Тѣмъ става нейното изгарѣне, което изхлѣкува „диоксида глѣзъ“, нареченъ въислѣдѣтъ, който вслѣдѣтъмъ постоянно съ чистия въздухъ, съ помощиѣта на бѣлитъ дробове. Това е кирѣнтѣта или искрѣта, която подпалва гроздовѣта захаръ и тѣ не само запалѣва човѣшкото тѣло, но и подпалѣва всички машини, т. е. дава мѣла сила, наречена „енѣрѣжа“ на сѣрѣшето да тупти, на рѣшетѣтъ и арѣтеда да се движѣтъ, на моторѣта да уни рулитъ сѣ по-мѣсно и т. н.

Да знаете дѣла, колко много „гроздова захаръ“ има въ плодетѣтъ, гроздетѣ, мѣлѣтъ, гроздовѣта сокъ — мѣлѣта нѣматъ да се отпѣлѣватъ отъ тѣмъ. Бравоже на чернъ дробъ сѣ виното, ракията, запекѣтъ, мисирѣни болѣсти, малѣрията, солѣна и лютова храна, много мѣсо, риба, сушѣтъ вѣсѣтъ, сушѣтъ, прѣчисването и др. подобни. Чичо Здравецъ



Цѣвнала е пролѣтѣта

Братство и любовь

Маша, Мишка и Момка са три сладки милн котенца, които цѣлъ дѣнь се прѣкачатъ и играятъ. Тѣ си иматъ и едно чудно другиче — прѣстѣно създание — пѣрицѣто Лѣбѣла. То подсѣкача по-рѣвъ тѣмъ, цѣрѣчи, качѣва се по гарѣветѣтѣ и живѣе бѣлѣчѣвитъ.



Кѣкво мило братѣстѣ! Тѣмъ и добритъ дѣтѣца живѣятъ въ миръ и любовь съ всички животинки съ котѣта, курѣнѣта, вѣтъща, пѣлетѣ и птичѣта, не ги кажѣватъ, не ги колѣтъ съ лѣстѣни и бушки, не ги колѣтъ. Сѣкщо това не се бѣитъ единъ другѣ, не си казѣватъ лоши дѣми и не си чуѣтъ главѣтитъ. Кѣкво би ставало съ това мило пѣрицѣ Лѣбѣла, ако Маша, Мишка или Момка не бѣла тѣя добрички? . . .

Окъ, жабн не блѣтъ

И лѣсѣка вѣе тѣмъ
Не ме е забравѣлъ —
Дѣмъ пѣтъ вѣло сладѣ
В' лѣсѣка е поставѣлъ?

Азъ вѣло ги обичѣтъ.
Тѣтъ бѣиѣни, повалѣтъ,
И скалѣни — да хлѣкуватъ —
Сѣтъ захаръ, мармѣлѣтъ,
Но — маѣ ми не ваѣ,
Че жабн не блѣтъ.

Това тѣло азъ вѣе
Не мога да понасямъ —
Ше ваѣ и се вѣлѣтъ
На чѣво забѣлѣхаръ!

Борисѣтъ



Живѣешъ ли си забѣтътъ сладѣ
къво вѣде?