Добре дошла златна есень

Здравець

ДЕТСКИ ВЕСТНИКЪ ЗА ЗДРАВНО ВЪЗПИТАНИЕ. ПРЕДПАЗНА МЕДИЦИНАЦИ ЗДРАВЪ ЖИВОТЪ

Годишенъ абонаментъ 10 лв.
1 брой 1 лв.
На настоятели 20% отстъпка

ИЗЛИЗА МЕСЕЧНО ПРЕЗЪ УЧЕБНАТА ГОДИНА ВЪ 10 БРОЯ
Гл. редакторъ: Д-ръ Н. СТАНЧЕВЪ—сот. по вътр. и детски болести.
Редакторъ-стопанинъ: Церковна д-ръ Станчева
София 1, ул. Сердика 18. II. ет. Поч. чекова сметка № 14-13, Тел. 2-73-27

Одобреніе и препоръчване отъ Р-то на народосв. съ окр. № 3441 отъ 9 X. 1936 г. и отъ Гл. Дир. нар. здраве съ окр. № 13245, 17. VIII. 1935 г.

ВИНАГИ ВЕСЕЛИ И ЗАСМѢНИ

Бѫдете винаги весели и засмѣни! Колко е хубаво да гледа човѣкъ засмѣно дете! То е като красиво цвѣте цъвтящо въ хитна градина. Колко е приятно да се слуша дете, което чурулика, пѣе и свири! То е като пойна чучулига, която огласява гори и поля съ своя чуденъ гласъ. Смѣйте се отъ сърце съ високъ гласъ, и пѣйте волно и безгрижно всѣки денъ!

Но-умереното, сприхаво и плачливо дете никой не обича и не го желае. То по-лесно заболява и по-мъчно се лѣкува.

Не се и много притѣснявайте въ работата си и не се измѫчвайте съ плачъ и страхъ, че нѣщо не сте могли да направите или научите. Съ спокойствие по-лесно ще извършите всичко и по-бързо ще решите задачитѣ си. Ядосването, мѫжитѣ, грижитѣ и притѣсненията сѫ сѫщински отрови за тѣлото и душата на човѣка.

Научете се да ги отбѣгвате и всѣка сутринъ си обещавайте, че днесъ ще бѫдете по-добри, по-спокойни и по-весели.

Отъ грижитѣ и ядоветѣ се появяватъ много болести, а съ весело настроение, безгрижие, спокойствие, пѣсни и смѣхъ — тѣ се лѣкуватъ най-лесно. Всички столѣтници сѫ били весели и безгрижни хора!

Съ радостно чувство и смѣхъ посрѣщайте зората на новия денъ въ ранното утро! И съ весело сърце изпращайте последнитѣ слънчеви лъчи на изминатия, въ работа и въ радость, денъ! Тогава ще бѫдете здрави, щастливи и дълголѣтни.

Пожелѣтъ на веселитѣ и засмѣни здравчета отъ

Чичо Здравецъ

Празднична работа

Всѣко здраве трѣбва да държи сѣтъка на дѣлата си. Презъ седмината то е претрупано съ много работи—да учи уроцитѣ си и да изпълнява домашнитѣ си задължения. Свободно време остава чакъ въ края на седмицата — сѫботата или недѣля. Нека въ тѣзи дни всѣки да се запита дали е изпълнилъ редовно своитѣ здравни обещания. Дали е бѫлъ чистъ, спретнатъ, сресанъ, съ изрѣзани нокти, съ чисти уши и кратъ, съ измити крака, дъснати обуши, съ изправи и спретнати дрехи, макаръ и закърпени. Дали е правилъ всѣка сутринъ редовно гимнастикатѣ си поне 10 минути.

Помогналъ ли е на нѣкое свое бедно другарче, което не е могло да си купи тетрадка или молив. Утѣшилъ ли е нѣкое болно, бедно или плачливо дете. Бѫлъ ли послушенъ и прилеженъ въ училище и приготвилъ ли си е редовно уроцитѣ и домашнитѣ работи. Направилъ ли е презъ седмината поне едно добро дѣло.

Ето това сѫ мѫки здравчета, въпросчетата, на които ако прия на седмицата трѣбва да си отговорите. Колкото повече сте извършили, толкова по-доволни ще бѫдете отъ себе си.

Не забравайте още, че празднициитѣ и свободни дни сѫ дни за почивка и освежаване. Тѣ трѣбва да се използуватъ добре за здравето — съ почивки, разходки излети, игри и пѣсни.

Така освежени, вие ще почнете отъ понедѣлникъ съ нови сили и бодрость своята всѣкидневна работа.

Ц. Д-ръ Ст.

Смѣхътъ е здраве.

Здравчета

Вѣрнаха се отъ морето
Черни — почернѣли,
отъ балкана, отъ полето —
всички напълнѣли.

Дрешкитѣ имъ ще се спукатъ,
бузкитѣ черveни —
бозри, свежи, слѣдъ почивка,
здраво закалени.

Закалѣли за наука
всичкитѣ си идатъ.
Пакъ съ другарчетата мили
съ радость да се видятъ

Съ нови сили чакъ до лѣто
знания ще сбираятъ —
кой се учи — чисто злато
цѣлъ животъ намира.

Веса Паспалеева

Дечко Марчевски

КРАЙ МОРЕТО

Пладне. Слънцето сякашъ се е сврѣло посрѣдъ небето и сипе жаръ жъркъ притихналото море. Марийта трепи на сребѣрни вълни надъ водата и и прави да лъщѧ като огледало. Въ дъно, къмъ Ежеанограда, се бѣлѣе гемийно платно, прилично на огромна птица, кацнала въ водата. На морския брѣгъ е тихо и пусто. Всичко живо е се скрило въ сѣнки. Почивалтѣ си и малкитѣ обитатели на пояшната станция горе всѣкадъ лежадатъ. Можатъ чакъ да Исидинъ-въ-гръ стрѣмоглавъ се почиватъ тридесетина дни. Тѣ се спрѣтъ за мигъ, оглеждатъ се. Нѣкой сочи къмъ щорнъ високъ камъкъ, на само морски брѣгъ и всички се спускатъ по-бодро.

— Ахъ, ѝкрие!

— Ахъ!

Въкъ закачки, сѣмѣлие...

Боснинъ, опъренъ отъ слѣнчето, децата викнахѫ къмъ чайки по гранчаки камъкъ. Ще играятъ на кренеица. Едно рошаво черноко момиченце бровъ:

— Аннче, чаинче, кюпче, тазъ, кой въдъе-тъ!

— Марийка, Марийка остана, тя ще гони. Обърни се къмъ морето!

Децата наскачатъ по пѣсъка и се пръскатъ да се крий ятъ тъ тратинкитѣ, зад камъкитѣ и креститѣ около брѣга Марийка остана самичка въ вѣрху камъка. Тя е малко, осемгодишно момиченце съ бистри, сини очи и руса, почти бѣла коса. Сѫрдцето ѝ усилено затупкѫ, Тя слага рядко вѣрху очитѣ си и се обрѫща къмъ морето. Разтваря пръсти и погледа среѫ тѣхъ. Морето! Марийка нито бѣше помислила, че ще го види нѣкога. Божичко мой — е хубаво!

— Хо-хо-оиъ! Готово!

Викнѫ ѝ Марийка свали рамце и се сгледа високо. Нѣкого нѣма. И лѣтовницитѣ се нижда отъ тукъ. Пъкъ тѣй тихо е... Само морето леко пропѣсква. Дестрашила ѝ! Нерешително слиза отъ камъкъ и тръгва пататъкъ. Устиитѣ ѝ затреперѣватъ на плачъ.

— Ба-а-те!

— Хо-ва!

Едно момче се стрелна край нея и скочи на камъка. Ей го и другъ, още едно! Тѣ бѣхѫ наблюдъ, а тя помислѝ, че сѫ я оставили. Тамъ се крие нѣкой! Чакай, тя ще го хване:

— Хванахъ ли те!

Той бѣлъ батко й Цвѣтанъ!

— Бате, ѧзъ се уплашихъ!

— Че защо? Ти, ѝзвичка, хайде!

Цвѣтанъ е повисъ на рѧце и прилѧ хъмъ другитѣ момчета.

— Ура-а!

Десетина рѧце се протѣгнѧ и подиватъ Марийка високо въ въздуха. Тя сиие отъ радость.

— Вижте, вижте, тамъ пущи! Марийка сочи къмъ морето и всички извръщатъ главѝ пататъкъ.

— Параходъ е.

Де го параходъ? Само димъ се вижда!

И комбинатъ се виждатъ. Скоро ще излѧзѧ цѣлия.

Далеко напредъ се появяна тъменъ облакъ. Той расте, изпвва се нагоре и повисва надъ морето. На хоризонта се показва грамаденъ параходъ. Бѣлнинъ къмъ мѧнка. Надъ стѧлналото море се появяя протъкнѧлъ рекъ. Децата трепетѧтъ.

— Какъ рене...

— Ей че ни се иска да се повисѧ! Хубаво трѣбва да е човѣкъ да бѧде морѧкъ.

— Ще обикоднишъ цѣлия свѣтъ.

— Както Робинзона...

— И въ Африка можешъ да идешъ.

— И въ Индия...

Настава мѫчаление. Децата сѣдѧтъ парадоя, и тѣлнатъ мисли летятъ къмъ Индия, къмъ Африка... на югъ. А Марийка се притиска къмъ бати си и му шепне на ухото:

— Бате, ние пѫкне нѣма да отиваме, нали? Ще се върнемъ, нали?

— Ще се вѣрнемъ, мило дете, ще се вѣрнемъ. И нѧма ще се заредя много, като те видѧ тѫжна лѣкнала!

Ненадѣяно отъкъмъ ѝвидѧлата се появяя екдинитѣ гласъ на зѧмъцла. Дѣдо Тодоръ, стрѣмнѧтъ учителшенъ слугѧ, се показва на високи брѣгъ. Той повдигнѧ зѧмъцла, и гоѧлѧнитѣ му рошавѝ мустѧци се разтѣгатъ въ добродушна усмивка:

— Хайде на закуска, деца, бѣгомъ!

Веселите другѧнци приемѧ нагоре съ викове.