Год. VIII София, октомври 1940 Бр. 2

# ЗДРАВЕЦЪ

Детски вестникъ за здравно възпитание, предпазна медицина и здравъ животъ

ГОДИШНО ABONAMENTЪТ 10 ЛВ.
НА ABONATИТЕ СЪ ПРЕТЪРАНЕ 20 ЛЕВА
ЕДИН ПРЕДАНЕЦ ЕДИНЪ ЛВ. 1 ЛВ.

ИЗЛИЗА МЕСЕЧНО ПРЕЗЪ УЧЕБНАТА ГОДИНА ВЪ 10 БРОЙ
Гл. редакторъ: Д-ръ Н. СТАНЧЕВЪ—слѣпъ, по поетъ и детски болестни
Редакторъ-отговорникъ: Здравка Д-ръ Станчева
София, I, Сердика 16, II ет.; Пощ. чек. сметка № 1413. Тел. 2-73-27

Конверсъ и кореспонденти отъ В. вмѣсто да изпращатъ на адрес. предсѣдателя № 3441 отъ 8. X. 1938 г. сѣмка Гл. Зар. надзиране съ изд. № 112345, 17. VIII 1938 год.

Есенни дарове за здравчета

Сътрудничатъ именити мъжи детски писатели, лѣкари, педагози, художници, композитори и учители

Въ „Здравецъ" е чистъ на „Бълг. журнал. д-во — София", въ кръстосвания установъ съ заповѣдь № 2908 отъ 20. X. г. с. отъ М-ство на вѣтрешнитѣ работи и народното здраве

## СЛЪНЧЕВА ХРАНА

Всѣки човѣкъ на земята живѣе и работи за да прекара единъ честитъ и здравъ животъ, пълненъ съ радость и щастие. За да поддържа обаче, силитѣ си за животъ и работа, той трѣбва да се храни.

Храната е основата на живота. Тя задоволява найсилния инстинктъ (природно-родено влечение)—на глада. Срѣщу глада мжчно се противопоставя, или здравчета. И не бива да се гладува или полугладува, защото тѣлото отслабва и става жертва на болестнитѣ. А кой може да работи, учи и игрие на гладенъ стомахъ?

Листата на зеленитѣ растения — овощни дървета, житни треви и зеленчуци сж чудотворна кухня — тайнствена химическа лаборатория. Продуктитѣ за готвене идатъ чрезъ соковетѣ, които корениитѣ изкачватъ отъ земята и отъ въздуха, който вдишватъ листата. А огнѣ праща животворното слѣнце. Неговитѣ лжчи изпълняватъ голѣмата работа — тѣ свързватъ гостбата и я пълнятъ съ слѣнчева сило и енергия. Това става, обаче, само въ едни чудновати готварски сждчета — зеленитѣ зрѣнца на листата (хлорофила), които сж наредени въ всѣки листъ съ хиляди. И така, тоз невидимъ готвачъ приготвя за храна на човѣка вкусни зеленчуци, сладки плодове, семена, грудки и всичко, което е необходимо за да се хранятъ и животинитѣ. Тѣзи храни сж пълни съ бѣлтъчини, въглеводи (захари) и мазнини; съдържатъ още витамини и минерални соли, плодови киселини и дъхави приятни вещества и др. Тѣ сж изпълнени съ преработената слѣнчева енергия. Затова, когато се хранимъ съ тази слѣнчева хранаи,ние ставаме здрави и силни, прѣрвани и горещи—защото поглъщаме слѣнчеви лжчи.

Якте, деца, слѣнчева хрена, за да сте здрави, силни, умни и красиви! Якте много плодове и зеленчуци!

Здравѣйте!

**ЧИЧО ЗДРАВЕЦЪ**

## Есень

Всичко вѣхне — въ е есень,
нѣма глъчка, нѣма пѣсень,
само плачутъ на гората,
носи се въ далечината,

Пѣятъ вѣйки — голи клони,
вѣтъръ дъхнѣ дребенъ дребенъ,
капки росни сълзи топли,
на гората нѣжни вопли.

Мъгла гъста ни притиска,
вѣтърьтъ студенъ се киска,
капнѣ листа, плачатъ клони,
тажна есень сълзи рони.

Славчо Ангеловъ

## СЛЪНЧЕВЪ ПЛОДЪ

Гроздето е царя на плодоветѣ

## Гроздоберъ

Още зора не зорила —
нѣзо село е на краѣ,
днеска всички сж рамнѣ —
гроздоберьтъ почна пакъ.

До доната викъ и пѣсни,
галъчка, шумъ и смѣхове,
корабѣтъ се пълни лесно
съ едри, зрѣли гроздове.

Сокъ отъ грозде ще направимъ,
мармеладъ, нетимезъ, компотъ
пъкъ и грозде ще запазимъ —
то дарява здравъ животъ.

Корабѣтъ вечъ се връщатъ
пълни съ едри гроздове, —
есеньта сега ни праща
своитѣ чудни дарове.

Вас. П. Нешевъ

## Първата българска ЗДРАВНА ЧИТАНКА „ЗЕЛЕНЪ ЗДРАВЕЦЪ"

отъ д-ръ Н. Станчевъ и Вл. Русалиевъ е най-необходимото здравно четиво за всѣко дете. Цената е вече 10 лева вмѣсто 20 — за да може всѣко здравче да я притежава!

Вас. Дунавски

## УЧИТЕЛЪТЪ

Равното пролѣтно слѣнце галѣше кятната земя. Росните капки блѣщукана по полскитѣ цвѣтя. Въздухътъ наситенъ отъ аромата имъ, лѣеше скрита наслада. Безгрижно пѣехъ птичкитѣ надъ безкрайната равнина.

Вдигнѣ стада изкачила срещата високчина, и у д и о, скрѣбни. Тѣхната мжка се усилваше ведно съ бѣлѣенето на агнцата, които отекваше по високия гжлъ. Овцетѣ извръщаха погледъ, пъленъ съ тага...

Шоколжнѣ зигзагъ разнесе трепетнитѣ си знуци. Тъ се слѣзка съ чирканенто на арабщитѣ по училищнии покривъ и плъзнахъ надъ бедничѣ селски хижи. Стигнахъ и до слуха на болния Койчо. Устнитѣ му бѣха изпукани отъ сгъвъ на треската.

Той трепна и промъкнѣ:

„Шоколжнѣ дъхесъ!"

Очитѣ му пролѣка отъ сълзи. Радостенъ трепетъ посѣли душата му, сетнѣ тоз трепетъ се превърна въ скрѣбь...

Нѣмало защо той бѣшѣ найсилния ученикъ. Вечѣ трети день както бѣше на легло. Майка му седѣше до него тжжавнрчка. А по-малкитѣ му братчета сж игрѣха весело съ въргавитѣ жгъчка... Дръжчета съ бѣло-сѣлкна броѣка се клѣка въ топлитѣ лжчи, а пчелитѣ кацкха отъ цвѣтъ на цвѣтъ и нѣкъдѣ скокта вѣжчи мелодия...

Койчо се унесе въ несъзнойно бѣлуждане. Школото, учителятъ и съучениитѣ му изкъвкваха-всичка се мѣркала въ неговото трескаво съзнание.. Но отъ както се бѣше разбрѣлъ, за него жалѣше и другъ. Това бѣше гонѣ учителя. За него Койчо бѣше тѣй мжъ и трудолюбивъ..

Едважно бащински грижи подлагаше! той за всички деца.

Учителятъ се мжчѣше да видѣ въ тѣхъ наклонности и честоредѣ него мислено се възправяхъ бѣлѣнитѣ гражданни. — Децата бѣхъ насѣдали по чиноветѣ и внимателно го слушахъ, притаени дъхъ и изпъкнѣхъ тѣй мжъ.

— Койчо, повторе!

— Той е бѣлѣнъ господинъ учителю, — въ хоръ отговаряхъ децата.

„Бѣлѣнъ", — се чу ехо отъ училищната стая и заседна дъбоко въ душата на учителя. . .

Вторнитѣ часъ нѣкъ сѣѣтане.

— Койчо, излѣзъ да решишъ задачата! — незабѣлѣжно такъ каза учителя.

— Койчо е бѣлѣнъ! отговорихъ му децата.

„Койчо е бѣлѣнъ", — тажно проехтя класната стая.

Учителятъ наведе глава умѣлно, а сърдцето му като че по силно бѣшне. Той сорѣ лжета сж на катедрата и прокара длань по замислѣнено си чело. Притвори очи.

Образѣтъ на болното дете не му даваше мира.

Зъвлекнѣтъ удари. Койчо вечѣ не го чушаше. Инаше силенъ огъвъ.

Потроя се на Койчовитѣ врата. После учителятъ влѣзе умилѣнъ, смутенъ. . .

Детето повдигна мокритѣ си ресници.

— Учителятъ, — попушна болнин. Следъ това дигна тревнрщата си рамнца и трескаво каза:

— Господинъ учителю, знамъ си урока, да излѣза ли на черната дъска, — а сълзитѣ му прелѣзѣ.

— Успокой се, мило дете, знамъ.

Нервни трески полазиха по тѣлото на добрия учитель.

Той бързо напусна болния си ученикъ, качи се на велосипеда си и се отправи къмъ близкия градъ. Следъ два часа той се върна съ лѣкарь при Койчо.

— Скарлатина, — каза лѣкарятъ. Да се изолира!

— Де е баща му?

— Той нѣма баща, — отговори тихо учителятъ. . .

Отдѣлиха Койчо.

Добрятъ учитель сѣедѣше разнои на болестта. . .

Следъ четиридесетъ дни Койчо оздравя. Дезинфекциия.

Аѣщата бѣлѣна, птичкитѣ чирикала.Училищнитѣ звъзъ се воспѣше надъ селото, а децата като пчели се втурнаха въ класната стая.

— Какъ си, Койчо? — радостно го попита учителятъ.

— Много добре, господинъ учителю... но...

— Какво?

— Уроцитѣ ми! Две сълзи се търкулнаха отъ синитѣ му очи...

— Нищо, ще настигнешъ другаритѣ си...

Съдрогто на Койчо забя радостно.

Кротка усмивка полази по устнитѣ и на добрия учитель.