



# Здравецъ

Детски вестникъ за здравно възпитание, предпазна медицина и здравъ животъ

ПОДПИШЕТЕ СЕ ОБЯВЛЕНИЕТО 10 ЛВ.  
ЗА ПОЛУЧЕНИЕТО СЪ ОТГОВОРЪ ЗА НА СЪУ  
НА РАЧНА ПРОДАВНА СЕДМЪ БР. 1 ЛВ.

ИЗЛЪЗНА МЕСЕЧНО ПРЕВЪ УЧЕБНАТА ГОДИНА ВЪ 10 БРОЯ  
Гл. редакторъ: Д-ръ Н. СТАНЧЕВЪ — съавт. и детски болестн.  
Редакторъ-отговорникъ: Царевна Д-ръ Станчева  
София, 1. Сремна 18. II. ст. Пош. чек. сметка № 1413. Тел. 2-73-27

Одобренъ е в редакцията отъ М-ното  
за възр. просв. съв. № 3441 отъ  
9. X. 1938 г. отъ Гл. Дир. на здравн.  
съ орг. №15245, 17. VIII. 1938 г.

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

Всѣ „Здравецъ“ е членъ на „Благ. журнал. д-во — София“, съ  
преутвърденъ уставъ съ законъ № 2508 отъ 20. X. т. г. отъ М-ното  
на вътрешнитъ работи и народното здраве

ЧЕСТИТА  
ПРОЛѢТЪ

## Богатствата на лѣтото

ЮНИЙ

## Слънчеви бонбони

Лѣтнитъ дни ни поднасятъ всевъзможни дарове, които обогатяватъ нашето здраве и укрепватъ тѣлото ни. Слънчевитъ лъчи убиватъ микробитъ и пречистватъ въздуха навредъ, гдето проникватъ. Тѣ убиватъ болестнитъ „Тамъ където слънцето влиза, лѣкарътъ си излиза“, казва поговорката. Затова живѣйте въ слънчеви стаи, безъ пердета или на открито.

Слънчевитъ бани сж много полезни. Тѣ засилватъ кожата и я обгарятъ съ едно кабряво вещество (пигментъ), което е преработена и натрупана въ клеткитъ, слънчева сила и енергия.

Водата въ рѣки и морета — чиста, свежа и приятна ви чака, мили здравчета. Където се често, и плувайте всѣки денъ, но не прекалявайте.

Чистиятъ въздухъ е бальсамъ за блѣтитъ дробове и кръвта. Дишайте чистъ въздухъ! Дишайте дълбоко! Спете и работете при отворени прозорци.

Движението усилва мускули, кости, сърдце, кръвъ, и всички вътрешни органи. Ходете, работете, играйте, тичайте, копайте, плувайте, катерете се по планинитъ — съ това ще се заякните много и ще станете силни, здрави и болди здравчета — готови за всѣкаква работа — умствена и тѣлесна.

Плодоветъ и зеленчуцитъ изобилствуватъ презъ лѣтото и есента. Нека тѣ да ви бждатъ главната храна и пиене. Плодоветъ, зеленчуцитъ, хлѣба, млѣкото и яйцата даватъ всичко, което е необходимо за човѣшкото тѣло — да расте, крѣпне и хубавѣй.

Използвайте, мили деца, всичкитъ богатства на лѣтото, за да се завърните въ училището здрави, обгорѣли, калени, яки и като дръвнъ корави.

Здравѣйте!

ЧИЧО ЗДРАВЕЦЪ



Христо Бояджиевъ

Гиздавъ, строенъ,  
неспокоенъ  
трѣгня юний изъ полета.  
Ниви мили  
класъ класили  
плодъ плодили.  
Юний коне разиграва,  
златно злато разпява,  
а гласа му силенъ, младъ,  
огулаша угѣлъ свѣтъ:  
„Ниви ширни, необятни,  
о, станете вие златни!  
Златна жѣтва да настане  
за гризовнитъ стопани.  
Да се радватъ всички, всички  
мирни хора, кратки птички!“  
А зелени ниви  
шаватъ като живи,  
и раце разгръщатъ  
въ златни се превръщатъ.



Най-хубавитъ бонбони и шоко-  
колади кичатъ овошнитъ дър-  
вета. Янтѣ плодове — прѣсни,  
сладки, сочни и свени!

Охъ! Какви сладки череси!

Ожина Педотъ

## Слънчогледътъ и калинката

Цѣлата градина го познаваше. Най-голямото и най-силно цвѣтѣ се бѣше прикметило съ най-древничното същество. Най-голямото цвѣтѣ обичаше най-лѣжното животинче.

Голѣмото жълто цвѣтѣ бѣше шедро. Пчели, стършени, пеперуди, гасеници, мушкетри, мравки, червечета и разни бубулички хвърчеха около него или се катерѣха по стеблото му, по голѣмитъ листи, или се мъжахъ между чернитъ семена. То даваше на всички приемъ и храна.

Но ако малката калинка-калинка се забавеше нѣкъде далечъ отъ него, голѣмото жълтѣ разнарише листа да я търси и една вечеръ го бѣха видѣли да трепери съ чѣлното си стебло, защото имаше буря, а малката му приятелка не бѣше прибрала още. Най-после тя долетѣ, напалашена, и кагна на черния семенекъ, който веднага се закри отъ жълтитъ листи, за да не кагне нито една калинка дѣждъ върху едното тѣло на бубуличката.

Цвѣтето я обичаше, защото бѣше хубава въ своята червена

рока и чика на черни точки и още — защото знаеше, че е добра, че не причинява вреда на хубавитъ цвѣтъ и зеленчуцитъ въ градината, а напротивъ — очисти я отъ вреднитъ червечета. Отъ него тя не искаше нищо друго освенъ покровителство. За отплата тя му разказваше хубави приказки изъ живота на цвѣтата, които много му харесваха. Често му разказваше и истории за едно мъжничко момченце, което изглеждале току същияно, току съ разтворило дѣе очички, приличащи на нѣжни небразавки.

И се случи, че точно това момченце я причини голѣма болка. То бѣше си прогнѣло рѣжкѣтата и калинка кагна на нея, за да го погледа и да му се порадва отъ обзиво. Тя бѣше гледала очичкитъ на цвѣтѣтъ; сега искаше да види какъ изглеждатъ човѣшкитъ очи.

Момченето, сякво любябито да я разгледа, я хвана съ два прѣста и бѣзъ да иска, притисна нѣжното ѣ тѣло и я нарани. Калинката успѣ да хвъркне на малко разстояние, но нѣкаква

сила болка въ раненото тѣло я свани на земята — и тя успѣ съ малка да допнѣ до своето цвѣтѣ-приятелъ. Дветъ ѣ кръгчета бѣха срутени и тя се влечеше по земето си.

Бѣше обѣлъ. Тя започна бавно да се изкачва по стеблото на цвѣтето, което бѣше високо около два метра. Тамъ, горе, цвѣтѣ да намѣри удобно мѣстечце за почивка и покровителство за ношѣта отъ жълтитъ дисас. Но колко пѣтъ, колко умора и мажъ знаеца да намѣра за малката болна калинка!

Тя въздѣше, въздѣше... но безсрочно високо стебло. Цвѣтѣ-приятелъ успѣ изкачаването ѣ и съ нѣжнѣтъ гласъ започна да я насърчава: — Куражъ! Още малко усилии! Тука е топло, слънчево; ще оздравѣеш! Ние нѣкаме друго лѣкарство, освенъ росата и слънцето. Азъ ще ти дамъ и едното и другото, ще те излѣкувамъ като най-вещия лѣкаръ и най-грозеливата милиостра сестра.

Така въздѣшената калинка успѣ най-после да достигне върха. Девнѣт клононѣ кътъ своя край и слънцето хвърляше последнитъ си лъчи върху голѣмия дискъ на цвѣтето.

— Стопи ли се?  
— Да.  
По добре ли се чувствувашъ?  
— Не знаямъ, но така ми е приятно.

Но последнитъ лъчъ се пазна по жолитъ на листа и цвѣтѣто остана въ сѣнка. Калинката затрепера.

— Студено ми е.

И сега голѣмото цвѣтѣ изрѣжано за малката си приятелка, направилъ усилие да изведе диска си колкото е възможно назадъ, за да проследи слънцето и да хване още нѣколко топли лъчи за калинката. Тя се столпи, и прѣди да заляже слънцето, асина. Цѣлата ношъ малката гостенка на голѣмото цвѣтѣ си непробудено, затворена въ топлата прѣтргла на жълтитъ листа. Призори тя се сплуди и за свое оудаване се намѣри огрѣна отъ слънцето, което току съ изгрѣване. Бавно се движеше слънцето презъ деня кътъ западъ и голѣмия дискъ на цвѣтето го селеше чакъ до заликъ, за да позови на — малката к а з и и к в да се радва и на последния лъчъ.

Така добротъ цвѣтѣ пролѣзти три дена. Пеперудитъ и пчелитъ се учудваха на това негово движение по следитъ на слънцето,

но скоро разбраха, че прави това, за да топли малката болна калинка, която умреше.

На третата ношъ душата ѣ отлетѣ кътъ небето и се превърна на малка, мъничка звездичка съ червенкава сѣвѣна.

Прѣвнѣтъ зѣфиръ на сутринта разтвори жълтитъ диска и бѣданото тѣло на калинката падна при корѣна на голѣмото цвѣтѣ. Единъ дѣждъ брѣмбѣръ я погрѣе, шуруетъ дълго пѣ за нея, а пеперудитъ прелетѣха надъ гроба ѣ съ тѣжни оглушати криле въ знакъ на трауръ. Нѣколко пчели поставиха съсѣчни пѣтки върху купчината прѣстъ, вмѣсто букетъ отъ цвѣтъ.

Нѣжнитъ приятелъ на калинката, въ своята скръбъ, не намърше друга утѣха, освенъ да говори съ слънцето. Той му разказваше за неѣ, питаше го разни въпроси и само топлитъ мивуки на лѣжитъ го караха да забрави голѣмита си скръбъ. Затова продължаваше да се върти по посоката, по която се движеше слънцето — всѣки денъ и да го гледа, да го гледа непрестанно.

И хората, безъ да знаятъ причината, забелязаха това и нарекоха голѣмото жълто цвѣтѣ слънчогледъ.