



ЗАХОПЛИВІ
ЗАВДАННЯ ДЛЯ
МЕБЕ



ТАМ, ДЕ ТИ НЕ БУВ..

Вулиця 6 (73)

Фіджі

Незабутні пригоди в пошуках ГОЛОВНОГО

Щоб відкрити таємниці Дружболандії і стати її Вартовим, тобі знадобляться спеціальні КЛЮЧІ. Ось вони:

ДРУЖБОЛАНДІЯ -
прекрасна Небесна країна, у якій
панують добро та любов.

ТВОРЕЦЬ І ПРАВИТЕЛЬ
країни - Бог.

СТАРОДАВНЯ КНИГА -
це Біблія, у якій зберігаються
головні закони Дружболандії.

СЛІДИ
ДРУЖБОЛАНДІЇ -
це все добре й прекрас-
не на нашій планеті, що
нагадує нам про Небесну
країну.

ВАРТОВІ ДРУЖБОЛАНДІЇ -
люди, які шукають і зберігають у
своєму серці ці сліди.

До цієї подорожі ми готувалися давно. Дядько Петро домовився зі своїми друзями на Фіджі, і зараз ми їдемо туди на цілий місяць! Упродовж червня ми будемо перебувати в Південній півкулі. Там зараз зима, а це – найкращий час на Фіджі. Я, Тишка, починаю заготовувати наші пригоди.

Ух, нарешті ми прилетіли! Місто Нанді розташоване на найголовнішому фіджійському острові Віті-Леву. 22 години перельоту з пересадкою в Південній Кореї втомили навіть нас – досвідчених мандрівників. В аеропорту на митниці стався кумедний випадок. Фіджієць з усмішкою перевіряв документи тітки Марини, мами Марійки та Михайлика, і сказав: «Була?!»

«Ні, не була. Я вперше тут», – чесно відповіла тітка Марина. Дядько Петро, який уже не раз бував на Фіджі, розсміявся і відповів митнику: «Була! Була!» Потім він нам пояснив, що так фіджійці вітаються. Ми ще довго це згадували і сміялися: «Була?! Ні, не була!»



Була!

Коли ми вийшли з приміщення аеропорту, ливув дощ. І не дрібний, мрячний, а холодна злива. Він барабанив по листю, по дорозі, по даху будинку, у якому ми оселилися, і по воді басейну перед ним. Ми дуже змокли й замерзли. Зазвичай узимку на Фіджі дощі йдуть не часто. Очевидно, це був виняток.

У нашому будинку ми висушили волосся феном, одягнули теплі речі й пили гарячий чай, однак до вечора в усіх, крім дядька Петра, заболіло горло.



«Я – моряк і звик до непогоди, – сказав дядько Петро. – Крім того, вже кілька років я роблю зарядку на свіжому повітрі, узимку обтираюся снігом і щодня приймаю контрастний душ. Це добре загартовує. Ви захворіли через переохолодження, а мій організм навчився з цим справлятися. Однак ви ж теж не домосіди і до того ж спортсмени, тому, думаю, що з цією застудою впораєтеся швидко».

Так і сталося. Ми поїли бананів, ананасів, випили гарячого чаю з лаймом і цілий наступний день грілися на сонечку. До вечора від застуди не залишилося й сліду, а хлопчики і чоловіки вирішили, що почнуть загартовуватися.

Першої ночі, коли ми витрусили москітну сітку, розташовану над ліжком, звідти випав маленький гекон. Ми назвали його Причепую. Усні дні він прожив з нами і навіть робив щоранку зарядку.

– Це я робив зарядку, а він сидів у мене на плечі, – з усмішкою уточнив Яша.

Ми так полюбили Причепу, що хотіли забрати його із собою на інший острів, але батьки сказали, що вдома йому буде краще. Сподіваюся, що нові гості теж його полюблять.

Сьогодні ми багато плавали в морі. Марійка порівняла його з акваріумом. Справді, дуже схоже, тільки розміри гігантські. В абсолютно прозорій воді маленькі різнокольорові рибки тримаються купки. Напевно, у зграйці їм не так страшно. Зате більші риби плавають поважно, але зустрічаються рідко.

Михайлик пробував наздогнати рибок. Деякі з них намагалися швиденько заховатися в рифі, а інші сміливо пливли на нього. Таких «сміливців» Михайлик теж лякався.

Батьки запливали далі й глибше, ніж ми, тому в них вийшли дуже гарні підводні фотографії. Одного разу дядько Володя побачив під водою величезну рибу. Вона була півтора метра завдовжки. «Акула!» – подумав він, перелякався і почав тікати.

На всіх островах щоранку ми робили зарядку на пляжі – загартовувалися, адже прохолодне морське повітря дуже корисне. Воно привчає організм до низьких температур.

У перервах між плаванням і мандрівками ми навчилися плести кошики з пальмового листа і готувати морозиво з кокосової стружки. Щоправда, на «білібілі» – сплав на бамбукових плотах – батьки нас не взяли. Це заняття не для дітей. Нічого!

Попереду нові острови, де ми продовжимо наші...

**...ПРИГОДИ В ПОШУКАХ
ГОЛОВНОГО!**

Республіка Фіджі

Посеред Тихого океану, далеко від материка, розташовані 322 острови. Це республіка Фіджі.



ОСТРІВ-СЕРЦЕ

Це один з островів республіки, острів Таваруа. Наче смарагова брошка, лежить він серед синього океану, оточений золотом пляжів і коралових рифів. Прихильники серфінгу вважають хвилі біля цього острова одними з найкращих у світі. Тому серфери і приїжджають сюди цілий рік.

УРАГАНИ

Зливи й урагани тут часті й сильні, переважно з листопада до березня, коли на Фіджі літо. Те, що нещодавно було населеним пунктом, може за один-два дні перетворитися на озеро. Фіджійці, звісно, цьому не раді, але що вдієш? Такий клімат на їхніх смарагових островах.

ЧОМУ «ФІДЖІ»?

Найбільший острів аборигени називали Віті. Їхні сусіди з острова Тонго вимовляли це як Фісі. Джеймс Кук, наносячи на карту нові острови та їхні назви, замість Фісі записав Фіджі. Саме ця назва й збереглася донині.

Була!

БУЛА!

«Була!» – місцеве вітання. Воно може означати і «Привіт!», і «Ми вам раді!», і «Бажаємо щастя!». Фіджійці вигукують «Була!», усміхаються і махають рукою, а також чекають від вас «Була!» у відповідь.



СЬОГОДНІ ЧИ ЗАВТРА?

Майже посеред острова Тавеуні проходить 180 меридіан – «лінія зміни дат». Коли на західній частині острова понеділок, на східній – ще неділя. На заході треба йти до школи, а на сході ще вихідний. Складно було так жити місцевим жителям, тому уряд вирішив цю лінію трохи «перемістити». Тепер офіційно весь острів лежить у Західній півкулі. Однак традиції залишилися. Це ж наче в «машині часу»: переступив лінію – і ти вже у вчорашньому дні!



МОРОЗИВО НА ГІЛЦІ

Усередині цієї зеленої шишки смачний білий м'якуш. Якщо його заморозити, то можна отримати морозиво зі смаком ананаса, папаї, полуниці, манго, банана та вершків одночасно. Тільки треба виїняти чорне насіння, бо воно містить отруйні речовини.



СПІДНИЦЮ, СЕР?

Спідниця «сулу» – це національне вбрання на Фіджі. Її носять і жінки, і чоловіки. Спідниці бувають найрізноманітнішими. На урочисті церемонії одягають сулу темно-сірого кольору, а в місцевих поліцейських сулу світлі зі зигзагами вниз.

ОХ, ЗАГАРТУЮСЯ!

Серед джунглів на острові Віті-Леву є три чудові джерела Сабето з лікувальною водою. В одному вона тепла, у другому – гаряча, а в третьому – ще вища температура води. Купання в цих джерелах справді ефективно лікує і загартовує організм.





Під час подорожі я зазвичай роблю короткі нотатки. Вони допомагають згадувати деякі цікаві факти.

На острові Ова-лау ми спустилися прямо до кратера вулкана. Згаслого, звісно. Тут розташоване селище Ловоні. У ньому багато білих будинків з пальмовими дахами, а поряд, у тропічному лісі, шумлять гарні водоспади.

Друг дядька Петра Тамбоа сказав, щоб ми зняли капелюхи та кепки, коли підемо до вождя. У фіджіців є традиція, що тільки вождь може носити капелюха.

ЗНІМИ КАПЕЛЮХА!

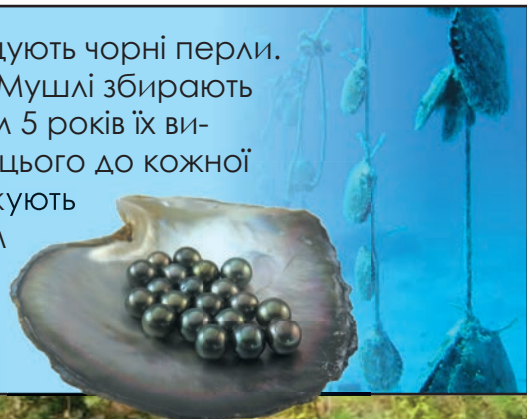
Вода на Фіджі прозора і блакитна. Набираєш її в долоні, а вона блищить, іскриться, наче разом із морем ти зачерпуєш сонячних зайчиків.

На обіді на честь дорогих гостей (тобто нас!) ми сиділи навколо великої рогожки. Це був стіл. Нас частували «палусаме» – салатом з листя колоказії в кокосовому молоці, пюре з варених коренів цієї ж рослини і моєю улюбленою папаєю.



Салат «палусаме» в кокосі

На північних островах вирощують чорні перли. Це тривала і важка робота. Мушлі збирають маленькими, потім протягом 5 років їх вирощують на фермах. Після цього до кожної устриці-перлинниці підсаджують кульки річних перлин. Згодом кулька обростає благородним темним перламутром, утворюючи ось таку красу!



Селище Ловоні в кратері вулкана



**Тут багато
яскраво-синіх
морських зі-
рок. Вони
полюб-
ляють на
мilkоводді грітися
під сонечком.**

Усі острови оточені кораловими рифами. Під час відливу вода далеко відходить від берега. У цей час ми могли краще оглянути риф та його мешканців у тих місцях, куди зазвичай не запливаємо. Це така краса!

Риф схожий на різнокольорові кактуси. Серед них снують білі, жовто-чорні, плямисті, смугасті та інші кольорові риби.

Ми лежали на воді над рифом, розкинувши руки й ноги, і, зануривши обличчя з маскою у воду, спостерігали. Риби, напевно, вирішили, що на їхньому рифі з'явилися нові морські зірки.



**Кошик
з пальмового
листя**

**«Вітака!» -
«Дякую»,
Фіджі!**

Ви думаєте, що за колоди везе цей паровозик? Цукрову тростину! Місцевий цукор – коричневий, з ароматом карамелі. Його вважають менш шкідливим за білий.



У червні на Фіджі зима. Сонце сідає о 18 годині. Після гарного заходу сонця місцеві жителі влаштовують на пляжі танці з палаючими факелами. Як їм це вдається?



**Нарешті я побачив, як
росте кайєнський пеку-
чий перець. Тільки дарма
я його спробував. Пече
страшенно!**



Нас навчили плести кошики з пальмового листа. Величезний лист пальми розрубують на чотири частини. З кожної частини плетуть невеликий кошик. Насамкінець товсте стебло розрізають – і кошик «розкривається».

Різнобарв'я, гарно, тепло,
смачно – навіть через
місяць відлітати не хотілося!



Фіджі - це
світ яскравих барв.
На кожному кроці
можна побачити щось
нове та дивовижне.
Я фотографувала
все!

ЯСКРАВИЙ СВІТ ФІДЖІ

Ось це – **райський банан**.
Їх тут багато.
В одному гро-
ні може бути
до 300 плодів,
а важить воно
50-60 кіло-
грамів!



Дегенерія фіджійська рос-
те тільки на Фіджі, тому в неї
така назва. У цього дерева
не тільки чудовий запах, але
й гарні квіти.



Кокосові пальми ростуть тут
усюди: біля будинків фіджій-
ців, біля готелів і на березі.
Місцеві жителі називають їх
«деревом життя». Мені по-
добається і кокосове мо-
локо, і м'якуш.



У **мангрові ліси** Яшу не пустили,
тому що серед переплетених ко-
ренів ходити важко, особливо дітям.
Коли нам дали лизнути листки ман-
грів, вони виявилися соленими.
Це тому, що вони вбирають сіль
із морської води!



Саговник

«Ще одна пальма!» – по-
думала я і... помилилася.
Хоч **саговник** дуже схо-
жий на пальму, але є
родичем хвойних дерев.
Мені не дуже віри-
лося, поки я не
побачила все-
редині ось
цю шишку.

Шишка
саговника





Ці **красуні-ігуани** – загадка для вчених. Місце їхнього заселення – Південна Америка. Як ці рептилії потрапили на Фіджі?



Місцевий домашній улюбленець – **гекон**. Він жив у нашому бунгало, і ми назвали його Причепою. Він міг триматися на чому завгодно: на стелі, стінах, пальцях, гілках, але найкраще він «чіплявся» до цукру. Зовсім не хотів від нього відходити!



Морські зірки та мушлі в піску.



Щовечора ми слухали «концерт» із хриплих криків, сухого скреготу та вереску. Усі ці жахливі звуки видають дуже милі пташки – **блискучі папуги**. Живуть вони тільки на Фіджі й галасують тільки ввечері. Михайлик кілька разів чув, що вони кричали «Була! Була!»
Справжні фіджійці!



«**Сад сплячого велетня**» не обійти навіть за день. Деревя, квіти, ставки, мостики – я фотографувала все, що бачила. Королеви серед квітів – орхідеї. Тут їх розводять в особливих теплицях.

Кокосовий краб. Він також – сухопутний рак-самітник, пальмовий злодій. Краб народжується і проводить дитинство у воді, а потім оселяється на суходолі. Він дуже любить м'якуш кокосів і бананів. Цупить і тягне до свої нірки все, що йому сподобалося. Може піднятися на пальму і сильними клешнями зрізати кокос. Якщо кокос не розколеться, краб буде ламати його, щоб дістатися до м'якуша.

ТРЕНУВАННЯ

НАВПАКИ!

Із приходом весни в Зо-зулиному лісі розпочалася підготовка до осінньої Олімпіади серед комах.

– Захід, як ви розумієте, відповідальний, – почала свою промову Бджола, президент Олімпійського комітету, колишня чемпіонка з художньої гімнастики. – Готуватися починаємо вже зараз. Цього року в нас нові запровадження: участь можуть брати не тільки найкращі та сильні спортсмени, але й усі охочі. Згідні?

Усі члени комітету, погоджуючись, закивали головами. Особливо радісним був замісник Бджоли, Стрибун. Взагалі-то він був коником-стрибунцем, але його дуже поважали, тому називали – Стрибун. У нього було двоє синів: Стрибунчик і Степанко. Спортивний і прудкий Стрибунчик з дитинства брав участь і перемагав у всіх змаганнях, а Степанко ріс хворобливим і слабким, тому на змагання його не запрошували. Степанко любив грати на скрипці, але батько вважав це не серйозною справою.

– Давай з тобою домовимося, – сказав він Степанкові. – Ти готуєшся до змагань, але чесно, щоб я це бачив, і береш у них участь. Після цього можеш навчитися грі на скрипці, я не буду перечити.

Степанко тяжко зітхнув. Пропозиція була цікавою, але йому так не хотілося перед усіма ганьбитися. У тому, що так воно й буде, коник-стрибунець не сумнівався. На допомогу йому прийшов старший брат Стрибунчик.

– Почни тренуватися, але навпаки.

– Як це, навпаки? – здивувався Степанко.

– Бігай, гуляй, займайся за будь-якої погоди. Особливо, коли дощ і коли холодно. Ти захворієш, почнеш кашляти, чхати, не зможеш брати участі в змаганнях, і складеться враження, що ти невинний.

– Оце так! – зрадів Степанко. – Тоді й тато сердитися на мене не буде, дозволить мені грати на скрипці, а змагання пройдуть без мене.

Натхнений такою перспективою, коник-стрибунець розпочав активні «тре-



нування навпаки» і почав щоранку гуляти. Він би і бігав із задоволенням, але нетреноване дихання зразу збивалося, у боці кололо й доводилося зупинятися. Тоді Степанко почав швидко ходити й гуляти, дихаючи прохолодним повітрям. Незабаром почало дерти в горлі, і коник-стрибунець зрадів, але ненадовго, тому що воно швидко перестало його турбувати.

Чим швидше коник-стрибунець ходив, тим бадьоріше себе почував. «Почну бігати!» – вирішив він, сподіваючись усе ще захворіти. Зміни справді відбулися: Степанко почав чхати, щоправда, переважно на вулиці. Удома, як він не старався, не виходило, і татові нічого не вдавалося «пред'явити».

– А ти під дощем гуляй! – порадив Стрибунець.

Це була хороша порада, але, як на зло, дощу не було, і Степан вирішив облитися холодною водою. Уранці він встав під великий листок лопуха, на якому було багато роси, і, зіщулившись від страху, потягнув його на себе.

– А-а-а-а! – закричав коник-стрибунець. Йому було холодно й мокро, але тільки деякий час, а потім чомусь стало гаряче. «Напевно, температура підвищується!» – зрадів Степанко, але даремно. Температура не підвищилася, а бадьорість з'явилася.

– Поглянь, який молодчина наш Степанко! –

**Загартований
характер будь-кому
в житті стане
в пригоді.**



ла перемога Степанка. Він зайняв третє місце, а Стрибун уперше став не першим, а другим.

– Ось, що може трапитися, коли пропускаєш тренування! – бурчав Стрибун. – А Степанко здивував мене. Ну що ж, я стримаю свого слова, знайшов тобі найкращого вчителя. Опануй свою скрипку.

– Дякую, тату. Учитися я буду, але й тренувань не покину. Дуже мені подобається бути здоровим і бадьорим. «Тренування навпаки» виявилися чудовою ідеєю! – сказав Степанко і підморгнув Стрибунцю.

казав тато Стрибун старшому синові. – Жодного дня не пропустив. Оце характер! Для спортсмена важливо загартувати не тільки тіло, а й характер. Щоправда, це важливо не тільки для спортсменів. Загартований характер будь-кому в житті стане в пригоді. Ти сам, до речі, чому тренування пропускаєш?

– Тату, ти ж знаєш, що я все одно найкращий, – махнув рукою Стрибунець.

Ходьба босоніж, плавання і обливання холодною водою давали тимчасові результати, але конику-стрибунцю не вдавалося захворіти. До осені Степанко зрозумів, що брати участь в Олімпіаді все ж таки доведеться і... почав ще більше тренуватися. А що йому залишалося?

Перед змаганнями несподівано похолодало. Деякі комахи серйозно захворіли і не змогли брати участі в Олімпіаді. Навіть Стрибунець почав чхати, а Степанку – хоч би що.

Жуки і сонечка бігали, коники-стрибунці – стрибали, чорні й червоні мурахи грали в хокей, а жуки-плавунці показували чудеса фігурного катання. Сенсацією Олімпіади стала перемога Степанка. Він зайняв третє місце, а Стрибун

Метелики фізжі

Мета гри: побудувати вертикальний, горизонтальний або діагональний ряд з чотирьох «метеликів» за одним із двох таємних задумів: або ряд з чотирьох «метеликів» однакової форми будь-якого кольору, або ряд з чотирьох «метеликів» будь-яких форм, але одного забарвлення.

Початок гри:

1. Перемішай окремо картки «Метелики», картки «Колір» і карточки «Вигляд».
2. Кожен гравець отримує набір: дві картки «Метеликів», дві картки таємних задумів («Колір» і «Вигляд»), один жетон «Сачок» і один жетон «Павутиння».
3. Гравці дивляться на свої картки таємних задумів, запам'ятовують колір і вигляд і кладуть перед собою малюнком донизу.

Гра містить:



картки «Метелики» чотирьох видів і кольорів – 32 шт.;



картки таємних задумів «Колір» – 4 шт.;



картки таємних задумів «Вигляд» – 4 шт.;



жетони «Сачок» – 4 шт.;



жетони «Павутиння» – 4 шт.

Підготовка до гри:

заламінуй скотчем і виріж усі картки (див. бонус).

Примітка:

- ♥ якщо грає троє людей, то з гри вилучають дві картки таємних задумів: по одній «Кольору» і «Вигляду»;
- ♥ якщо грає двоє, то з гри вилучають чотири картки таємних задумів: по дві «Кольору» і «Вигляду»;
- ♥ відкладають картки так, щоб гравці їх не бачили.

Правила ходу

1. Можна викласти одну з карток «Метелики», які на руках, і взяти собі іншу з колоди.
2. Можна взяти верхню картку з колоди і викласти її на стіл.
3. Наприкінці ходу в гравця має залишатися дві картки.
4. Першу картку «Метелики» можна покласти на центр столу, а кожну наступну картку «Метелики» потрібно класти поруч з уже

покладеною так, щоб картки дотикалися хоча б одним боком.

- 5** Як тільки кожен гравець викладе по три картки, у всіх гравців з'являються додаткові можливості.

Дозволяється:

- 1** Пересунути викладену на стіл картку «Метелики». Картку можна пересунути, але лягти вона має поруч з іншою карткою «Метелики», дотикаючись до неї хоча б одним боком.

Важливо:

- ♥ не можна пересувати картку, щойно викладену або переміщену іншим гравцем;
- ♥ забороняється розривати ланцюжки зграйок «метеликів», які вже існують, залишаючи між ними порожнє місце.

- 2** Дозволяється класти на картку жетон.

Жетон «Сачок» обмежує рух «метелика». Після його використання цю картку «Метелики» пересувати не можна, однак її продовжують вважати частиною ряду. Це допомагає захистити свого «метелика» від переміщення або заблокувати важливого для іншого гравця «метелика».

Жетон «Павутиння» позбавляє метелика не тільки можливості пересуватися. Його також не можна враховувати як частину ряду. Таким чином важлива для іншого гравця картка вилучається з гри.

Важливо:

- ♥ Не можна класти жетони на картку, на якій уже лежить жетон.
- ♥ Викладені на картки жетони не можна зняти жодним способом, і вони залишаються на полі до кінця гри. Заробити жетони теж не можна, тому використовуйте їх розсудливо.
- ♥ Якщо один із гравців вибудовує ряд із чотирьох «метеликів», він повинен розкрити картку таємного задуму і показати всім. Гра закінчується.

Командна гра (для чотирьох осіб)

Гравці діляться на дві пари і сідають за стіл хрест-навхрест.

Картки роздають, як завжди, тільки гравці однієї команди таємно показують картки задумів один одному. Гра триває за звичайними правилами, але гравці однієї команди намагаються допомогти виконати задуми один одного.

Якщо одному з них це не вдається, гра закінчена.

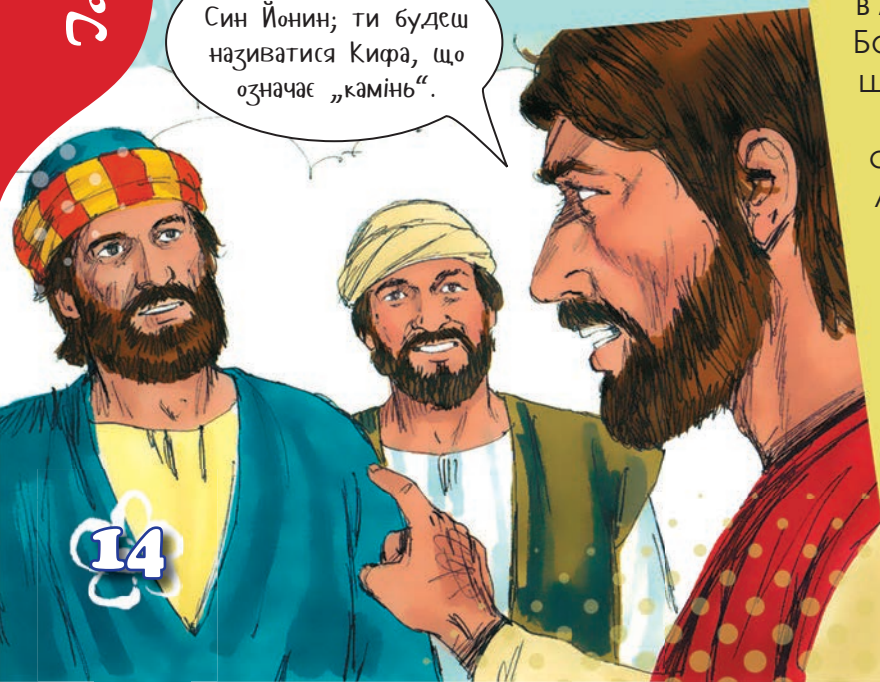


З очерета в камінь

Він народився в стародавньому Ізраїлі понад 2000 років тому в сім'ї рибалки Йони. У той час вважали, що син рибалки повинен стати рибалкою. Цю науку він і брат Андрій засвоїли ще з дитинства, виходячи з батьком у море.

Під час народження його назвали Симон, що означає «почутий» або «той, хто слухає». Симон умів слухати. Він слухав море і вітер. Шум говорив йому про те, якою буде погода. Уранці, ідучи до човна, він слухав шум піску під босими ногами і думав про те, як швидко проминає час. Колись він бігав тут дитиною, а зараз у нього сім'я і підрастають свої діти.

Ти – Симон,
Син Йонин; ти будеш
називатися Кифа, що
означає „камінь“.



Маленьким він любив слухати розповіді батька та вчителів у синагозі про минуле єврейського народу і про Месію-Визволителя,

Котрий має прийти. Продаючи торговцям рибу, він почув про Івана Хрестителя і, ставши його учнем, слухав його проповіді. А потім підбіг Андрій і повідомив, що Месія, про Котрого говорив Іван, прийшов. Брат привів Симона до Ісуса.

Ісус же, поглянувши на нього, сказав: «Ти – Симон, Син Йонин; ти будеш називатися Кифа, що означає „камінь“». Так він отримав своє друге ім'я зі значенням «камінь, скеля». Арамейською воно звучало Кифа, а грецькою – Петро. Ісус сказав так, бо знав, яким Симон стане в майбутньому після дружби з Ним – Сином Божим. Однак до цього майбутнього було ще далеко!

Ну а поки що Симон за характером був схожий на очерет. Це міцна, сильна рослина, яку важко вирвати, але від будь-яких, навіть невеликих, поривів вітру вона хитається то праворуч, то ліворуч. Так і Симона – чесного, відкритого, але запального і квалітивного в почуттях – кидало від одних крайнощів до інших.

Він єдиний, побачивши Ісуса, Котрий ішов по морю, попросив дозволу зробити те ж саме, однак, пройшовши трохи, швидко зникався і почав то-

нути. Він першим назвав Ісуса Христом, Сином Бога живого, і незабаром сам почав сперечатися з Ним, відмовляючи від важливого вчинку. Він пообіцяв Ісусові, що ніколи не зрадить Його, і тієї ж ночі тричі від Нього відрікся.

Симону потрібно було пройти через багато випробувань, у яких його віра загартувалася, а квапливість і запальність змінювалися на терпіння і мужність. Ісус не квапив його, прощаючи помилки та гріхи. Він робив це з любов'ю і терпінням. Симон побачив цю любов в очах Ісуса тієї ночі, коли зрадив свого Вчителя. Воїни та злі люди знущалися над Христом, а Він дивився на Свого учня. Йому важливо було, щоб Петро зрозумів, що Ісус любить його і прощає.

Після Свого воскресіння Ісус зустрівся з учнями і сказав: «Симоне, якщо любиш Мене, стань учителем і наставником для інших людей. Розповідай їм про Мене, про спасіння і люби їх так само, як Я люблю тебе».

Згодом Симон, «який слухав Бога», став Петром, «каменем, опорою» для багатьох людей і для всієї християнської Церкви. Це сталося тому, що Петро знав: Бог вірить у нього



і любить,
а також у всіх випробуваннях перебуває поруч із ним.

Як у Симоні Бог бачив Петра, так і в тобі Він бачить багато хорошого та дивовижного, навіть те, що в тобі, можливо, ніхто не помічає. Він хоче і може допомогти кожній людині змінити свій характер і дуже багато досягти.

Попроси Його допомогти тобі і вір: у радощах і в скруті Господь завжди поруч, а отже, тобі все вдасться!



Попрошу
Ісуса навчити
мене терпіння.
Петру ж вда-
лося!



Мені так
хочеться зміц-
нити силу волі
і не пропускати
тренувань!



Я хочу
стати смі-
ливішим!



Мені хочеться
перестати боятися і
розповісти дівчаткам у
школі про свою друж-
бу з Ісусом!



УТЕПЛЮВАТИСЯ? ЗАГАРТОВУВАТИСЯ!



Сьогодні лікарю шепочу:
«Хворіти більше я не хочу!
Без шапки в холод не ходжу
І з хворими я не дружу.

По морозу не гуляв,
Вікна вдома зачиняв.
Та застуда, як біда,
Все раптово виника!»

Виявляється, проста обережність не захищає від застуди або іншої хвороби. Організму потрібне тренування, щоб він не виявився обеззброєним перед холодом і вірусами. Як і м'язи, захисні сили організму потрібно тренувати. Найкращі помічники в цьому – сонце, повітря і вода!

16

ПРОВІТРЮВАННЯ

Це найпростіша, але дуже важлива справа. У холодну пору року температура в кімнаті не повинна перевищувати 22 °С. Провітрювати кімнату потрібно за будь-якої погоди, бажано щогодини й обов'язково перед сном. Якщо є можливість, то краще спати з відчиненою кватиркою.



ПОВІТРЯНІ ВАННИ – АЕРОТЕРАПІЯ

Щодня гуляй на свіжому повітрі. Найкраще в парку або біля озера, річки або моря. Це насичує шкіру й організм киснем. До того ж у холодну пору року одягатися треба не дуже тепло, але й так, щоб не замерзнути. Починати треба з 30 хвилин, а через деякий час – гуляти не менше години.

Якщо температура на термометрі перевищує 22-24 °С, то на балконі або у дворі виконай кілька простих вправ. Виконувати їх треба в шортах і майці, але починати необхідно з однієї хвилини. Обов'язково стеж за тим, щоб не було вітру. Поступово можна збільшувати час зарядки, а потім робити її за нижчої температури.



СОНЯЧНІ ВАННИ – ГЕЛІОТЕРАПІЯ

Завдяки сонцю в організмі виробляється вітамін D. Він зміцнює кістки і зуби, поліпшує настрій і роботу м'язів, зміцнює сон та імунітет. Однак улітку з 11 до 16 години засмагати не можна, а гуляти варто в головному уборі, інакше замість загартовування можна отримати тепловий удар або опік шкіри.



ВОДНІ ПРОЦЕДУРИ – ГІДРОТЕРАПІЯ

Цей вид загартовування вважають найефективнішим. Після того як тіло звикне до холодного повітря, потрібно привчати його до холодної води.

Перший крок – обтирання. Змочуєш водою рушника або цупку тканину і розтираєш нею тіло. Спочатку шию, потім груди, а потім спину. Після цього витираєшся сухим рушником. Потім можна переходити до «мокрого» розтирання ніг. Для загартовування краще, щоб тіло обсохло саме, але зразу цього робити не варто. Тіло повинно звикнути до холоду.



Другий крок – контрастний душ.

Для цього виду загартовування потрібна особлива підготовка. Перші два тижні приймай не гарячий, а теплий душ. Потім переходь до контрастного. Спочатку, як зазвичай, теплий душ, потім на три секунди прохолодніший, потім знову теплий і прохолодний. Допустимо не більше трьох

контрастів. На перших порах закінчувати краще теплим душем, а пізніше, натренувавшись, потрібно закінчувати холодним.

Згодом температуру холодної води потрібно знижувати, а час холодного душу трохи збільшувати, але звикати краще, починаючи з контрастного душу для ніг.

- ✗ Не можна починати загартовування під час хвороби.
- ✗ Не можна починати його, не порадившись із батьками та лікарем.
- ✗ Процедури для загартовування потрібно робити постійно. Якщо була велика перерва, то заново починати слід з найпростіших процедур.

ПАМ'ЯТАЙ!



МОРСЬКІ ЗІРКИ

Морські зірки живуть у морях і океанах. Рідко коли хтось із них вирушає на глибину, більшість зірок віддає перевагу мілководдю з теплими течіями. Їхнє найулюбленіше місце – коралові рифи.

Коротко про морські зірки
можна сказати так: «У них
усе навпаки!»

Скелет, який у людини й інших тварин усередині, у морських зірок зовні. Він щільний, з шипами і добре підтримує форму їхнього тіла.

На нижньому боці щупалець розташовано багато малесеньких ніжок із присосками. За допомогою них зірки потроху пересуваються – не більше 5-8 см/хв. Плавати вони не вміють.

Ніжками зірки не тільки пересуваються, але й бачать. Очі в них розташовані на кінчиках променів. Це означає, що в 5-променевої зірки їх п'ять, а в 40-променевої – сорок!

Ніжки з присосками

Очей у зірок хоч і багато, але зір поганий. Адже це не прості, звичні нам очі, а так звані очні плями, сховані під шкірою. Коли зірка підіймає кінчики променів, можна побачити чорну або червону крапку – очну пляму. Завдяки їм зірки можуть розпізнати тільки світло або темряву. Так вони знаходять шлях до рифів, де є їжа.

Крові в них теж немає. У центрі тіла є два отвори, схожі на отвори гудзика. Через них зірки втягують морську воду, пропускаючи її через усе тіло. З неї вони беруть кисень та інші потрібні речовини.



Зірка «Терновий вінець»

Морська зірка може їсти, як і всі, ротом. Цю роль виконує нижній центральний диск, але це тільки один зі способів харчування.

Коли зірка хоче поласувати мідіями, молюсками або устрицями, вона творить неймовірне. Приліпившись ротом і променями до мушлі, вона тягне її доти, доки та не знесилюється і не відкриється. Тоді зірка вивертає через рот свій шлунок і поміщає його в мушлю. Він перетравлює устрицю і перетворює її на рідкий суп. Після цього заповнений супом шлунок повертається в морську зірку і травлення триває. Ніхто більше так не вміє!

Відомо майже 2000 видів морських зірок! На перший погляд, усі вони такі милі і навіть кумедні. Однак серед них є і небезпечні. Морська зірка «Терновий вінець» має отруйні шипи. Її уколи призводять до пекучого болю та серйозного отруєння.

«Обід»
зірки



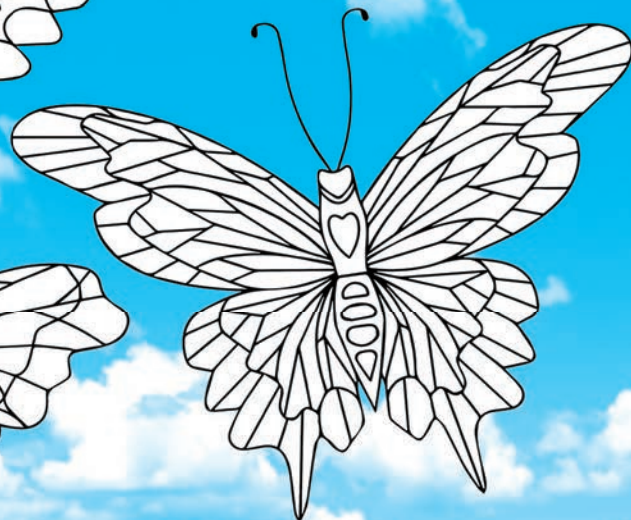
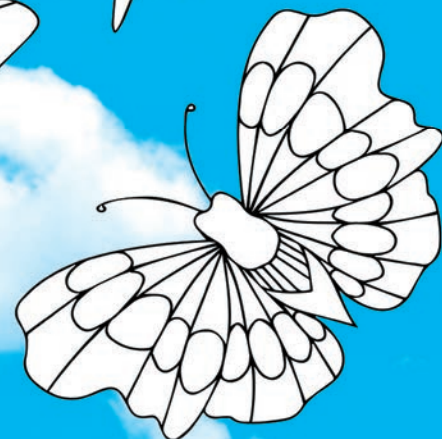
Через такі «здібності» зірки чинять шкоду устричним фермам. До речі, кораловим рифам теж, бо багато зірок із задоволенням ці корали поїдає.

Однак і користь від них велика! Щороку зірки знищують 2% вуглекислого газу на Землі. Це дуже багато і дуже добре для планети. До того ж вони дуже гарні!





Розмалюй
метеликів



Смаколики

Віг Марійки

МЕТЕЛИК

для друга

Тобі знадобляться:

- виноград;
- кукурудзяні кульки;
- фрукти або цукати;
- зіп-пакетик;
- дерев'яна прищепка;
- декоративні очка;
- пухнастий дріт;
- фарби і пензлик;
- клей.

1. Пофарбуй верхню частину дерев'яної прищепки фарбою і дай висохнути.
2. Приклей клеєм очка до прищепки.
3. Наповни наполовину зіп-пакет виноградом.
4. Перекрути кілька разів зіп-пакет посередині. На місці скручування прикріпи прищепку.
5. Наповни другу половину пакета сумішшю цукатів і кукурудзяних кульок. Закрий пакет.

Живі прудкі метелики
Над квітами кружляють,
Фруктових друзям подаруй –
Від радості засяють!

Зроби метелику вусики з пухнастого дроту.

Незвичайний подарунок
Легко змайструвати.
З ним багато радощів
Ти зможеш дарувати!



Допоможи кораблю доплисти до суші.



Яша нічого не може розібрати в листі, який він щойно отримав. Допоможи йому прочитати послання, замінивши слова, написані червоним, антонімами – словами з протилежним значенням.



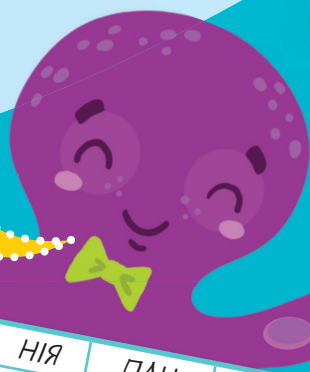
ЛИСТ

Мій дешевий Яшо!

Я коротко думала, що ж тобі отримати на ніч народження. Проте ідей у мене було багато, тому я вирішила запитувати поради у твого тата. Він запропонував продати настільну гру, старі кросівки або фотоапарат. І тут я подумала, що найгірший подарунок – це проведений разом час, чи не так? Приїжджай до мене, і ми влаштуємо маленьку вечірку з усіма твоїми ворогами.

Слабо однімаю, твоя бабуся

Закресли в таблиці частини слів, що становлять чоловічі та жіночі імена, якими я оточений. А потім з'єднай літери, які залишилися, щоб дізнатися моє власне ім'я.



АЛІСА

ОЛЕНА

ЄВГЕНІЯ

КАТЕРИНА

ДМИТРО

КСЕНІЯ

ФЕДІР

ПАВЛО

СЕРГІЙ

ДАРИНА

ОЛЕКСАНДРА

ХРИСТИНА

КОСТЯ ГАННА

АНГЕЛІНА

АНДРІЙ

ТЯ	НА	НІЯ	ПАН	ДМИ
КА	НІЯ	ОЛЕК	ОЛЕ	АН
ЛІНА	ГАН	ЩУ	РГІЙ	ГЕ
ФЕ	ВЛО	АЛІ	ТИ	СТЕ
СА	КОС	ПА	САНДРА	ДІР
ТРО	ЛЬ	ДА	ЄВГЕ	ЦЕ
ХРИС	НА	СЕ	ДРІЙ	КСЕ
НА	ПА	РИНА	ТЕРИНА	АН

СТЕПАН



Які числа пропущені в кожному ряді?

А	14		10		6	4
Б	5		15	20		30
В	1	2		8		32
Г	1	2	4	7		16

ГОРОД МИХАЙЛИКА



Я дуже люблю ягоди, фрукти та овочі. Дізнайся, що я люблю найбільше, порахувавши всі плоди.



ВІДПОВІДІ:

Апельсин
Морква
Яблуко
Перець
Кукурудза
Помідор

Виноград
Кавун
Полуниця
Груша
Баклажан
Броколі
Гарбуз

Мені можна літати тільки по стільниках з парними числами. Допоможи мені пройти через вулик у гості до королеви.



Допоможи рибиці Еллі відшукати свого тата серед інших риб.



с. 22: восьмиріг Щучальце; дорогий, довго, надіслати, день, купити, нові, найкращий, велику, друзями, міно; А - 12, 8; Б - 10, 25; В - 4, 16; Г - 11; с. 23: 4 апельсини, 8 морквин, 5 яблук, 7 перців, 6 качанів кукурудзи, 4 помідори, 3 грона винограду; 4 дольки кавуна, 10 полуничок, 7 груш, 5 баклажанів, 3 броколі, 3 гарбуза; Михайлик любить найбільше полуницю.

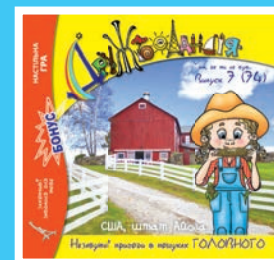
Чудовий малюнок



Замовити наші журнали

ви зможете,
написавши
листа на E-mail:
dzherelo@ukr.net,
а також зателе-
фонувавши
за номером
0 800 30 20 20.

У наступному
номері: подорож



до США,
штат Айова



Якщо вам цікаво, чим
займаються наші герої у
вільний від подорожей час,
дивіться дитячі передачі
«Дружболандія»
на сайті:
<https://tv.hope.ua>



**Побувай
з нами там,
де ти не
був!**

**На тебе
чекають неза-
бутні приго-
ди в пошуках
головного!**

Відповідальний за випуск: директор видавництва
«Джерело життя» Василь Джулай
Головний редактор видавництва: Лариса Качмар
Випусковий редактор: Олена Мехоношина
Відповідальний редактор: Людмила Поправкіна

Переклад: Олена Мехоношина
Коректура: Інна Гунько, Інна Джердж
Дизайн і верстка: Ганна Рафес
Художник: Ганна Рафес
Над номером працювала: Олена Поправкіна
Відповідальна за друк: Тамара Грицюк

Християнське видавництво
«Джерело життя»
Адреса: 04071, м. Київ,
вул. Лук'янівська, 9/10-А
e-mail: dzherelo@ukr.net;
тел.: (044) 428-84-38