



ВЫПУСК 22

100%

Skyphone

ВСЕГДА
НА СВЯЗИ

Входящие...

БОГ



Отклонить

Ответить

► СОДЕРЖАНИЕ

Skyphone



Найди семь отличий.



||| ВСЕГДА НА СВЯЗИ

6% 

► НАЛАШТУВАННЯ 4

► ЗАМЕТКИ 8

► КОНТАКТИ 12

► АНТИСТРЕСС 16

► ТВОЙ ДОК 18

► GPS 22

► ИНТЕРНЕТ 26

► E-MAIL 30



► НАЛАШТУВАННЯ

Skyphone

КОРИСНА
ЗАБОРОНА

А вжеж, і таке трапляється! Доволі часто заборони стають для нас перевагою, як це трапилося в житті однієї американської дівчинки.

«Ох, як хочеться з'їсти цукерку, але тато не дозволяє навіть дивитися в їхній бік», – можливо, саме такі сумні думки роїлися в голові 9-річної Аліни Морс, коли її батько сказав, що вона не їстиме цукерки, тому що це шкідливо для зубів.

Аліна була дуже незадоволена цим, адже, незважаючи на вагомий батьківський аргумент, так хотілося солодо-щів, і тоді...

Дівчинка твердо вирішила: навчитися виготовляти такі цукерки, які будуть не тільки безпечними, а ще й корисними для зубів. ▶

Важливо!

Перечитавши всю можливу інформацію про виготовлення цукерок і переглянувши безліч роликів у соціальній мережі *YouTube*, Аліна почала щодня експериментувати на своїй кухні.

Коли юна винахідниця нарешті вибрала оптимальний рецепт солодоців і зробила кілька перевірених зразків, вона переконала батька допомогти їй розпочати бізнес.

Через деякий час дівчинка запустила проект *Zolli Candy* і створила найбільш продавані льодяники на паличці без цукру. Вони містять натуральні підсолоджувачі ксилітол і ерітрітол, що дозволяє збалансувати рівень рН у роті, а також почистити зуби під час їжі.

Цікаво!

Сьогодні цукерки Аліни Морс продаються в магазинах *Whole Foods* і *SuperValu*, а також на *Amazon*. 10 % від прибутку дівчинка жертвує організаціям, які проводять просвітницьку роботу в школах, навчаючи дітей правильного догляду за зубами.

«Неважливо, скільки вам років, звідки ви, що робите, – каже Аліна. – Мають значення тільки бажання й той факт, що ви цим захоплені й зробите все, що вам до снаги, щоб змінити цей світ на краще».

**Будь на зв'язку з Небесами,
і Господь розкриє всі твої таланти!**





«В ДРУЗЬЯХ» У МАМЫ С ПАПОЙ

Невероятно, но факт: дети, которые дружат со своими родителями, всегда успешнее и счастливее тех, кто объявил им войну. Еще бы: ведь иметь в союзниках тех, кто любит всегда, – очень круто!

Если у тебя регулярно возникают сложности в общении с мамой и папой, воспользуйся действенными рекомендациями и «добавься в друзья» к своим родителям.

1 *Узнай о них больше*

Непонимание – самая распространенная причина плохих отношений. Чтобы лучше понять родителей, постарайся узнать, как прошло их детство. Возможно, ты увидишь, что на самом деле разница между тобой и ими не такая уж и большая, ведь, находясь в твоём возрасте, они на многое смотрели так же, как ты, просто сейчас забыли об этом. Расскажи об их увлечениях, страхах и переживаниях. Подобное общение сблизит вас и поможет увидеть много общего.

2 *Общайся с ними*

Необязательно вести многочасовые разговоры. Достаточно регулярно и приветливо общаться за обедом или ужином, интересоваться делами друг друга и рассказывать, как прошёл ваш день. Так вы сможете не только узнавать новое, но также поддерживать и вдохновлять друг друга. 

3

Веди себя достойно

Важно научиться самообладанию и достойно отвечать на различные замечания родителей. Человек, который общается спокойно, без крика, вызывает уважение.

4

Покажи самостоятельность

Самостоятельно вставай по утрам, готовь еду в отсутствие родителей, контролируй свой учебный процесс – и твои родители будут воспринимать тебя как взрослого человека.

5

Предлагай свою помощь

Твое участие в жизни семьи – это важный пункт в построении хороших отношений. Старайся быть полезным своим родителям: предложи вынести мусор, помыть посуду, полить цветы и выгулять собаку. Помогай – это сближает людей.

6

Помни, что для них ты – ребенок

Это значит, что, независимо от твоего возраста, они будут проявлять заботу и опеку по отношению к тебе – такова родительская любовь. Постарайся принять это как данность и не обижаться, когда в очередной раз они начнут учить тебя жизни.

В любой ситуации поступай уважительно, тогда и к тебе будут относиться так же.

Почитая своих родителей, ты оказываешь честь Великому Творцу Вселенной, так что союзников у тебя прибавится!

Будь на связи с Небесами!



СПРАВЖНЯ ЗІРКА



Знайомся!

Ім'я: Естер.

Значення імені: «зірка».

Походження: юдейка з коліна
Веніямина.

Місце проживання: Перська імперія,
м. Сузи.

Фах: цариця.

Характер: поступливий, рішучий.

Детальніше: Біблія, книга Естер.

Чи могла вона – проста юдейська дівчина-сирота – уявити, що стане царицею? О, як це зворушливо, адже пере-
могти в масштабному конкурсі краси і стати дружиною перського царя, який завоював твій народ, – дано не кожній. Ще нещодавно вона була бідною єврейкою-полонянкою, а тепер на ній розкішна сукня, а на голові – царська корона. Її ім'я Естер.

Важливо!

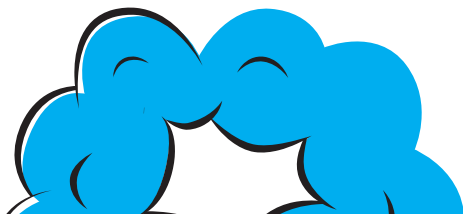
Усі нові привілеї не змінили серця єврейської дівчини. Вона, як і ра- 



ніше, була щиро віддана Богові і своєму народу. Особливо тепер, коли князь Гаман задумав цілковите знищення всіх євреїв, які живуть на території Перської імперії. Усе тому, що один із них, родич Естер на ім'я Мордехай, не захотів поклонитися зарозумілому князю, чим викликав у Гамана гнів і люту ненависть до всього єврейського народу. Застосовуючи хитрість, Гаман спонукав царя Ахашвероша видати наказ про те, щоб винищити всіх юдеїв, а їхні маєтки розграбувати.

Що ж робити? Адже Естер теж юдейка, але нікому в палаці про це невідомо. Це означає, що вона може причаїтися й перечекати цей страшний період знищення, але ж... загинуть тисячі людей... Як же бути?

Тривожні думки заповнили голову Естер. Вона готова була бігти до свого



чоловіка-царя з проханням про допомогу, але не могла постати перед ним без запрошення, інакше їй загрожувала б смерть. Тоді мудра цариця звернулася по допомогу до Великого Творця Всесвіту. Вона попросила всіх євреїв царського міста Сузи оголосити суворий триденний піст. Утримуючись від їжі, люди впокорювали себе, показували Богові свою повну залежність від Нього, готовність прийняти Його волю. Заручившись Божою підтримкою, Естер наважилася піти до царя без запрошення і... трапилося диво! Благання Естер про допомогу було вислухане! Ахашверош видав повторний наказ, що дозволив євреям захищатися, а злісного Гамана стратив.

Якщо ти любиш Бога, то, подібно до Естер, завжди опинятимешся в потрібному місці й у потрібний час. Якщо ти віриш Богові, то зможеш зробити неможливе не тільки для себе, але й для багатьох людей.

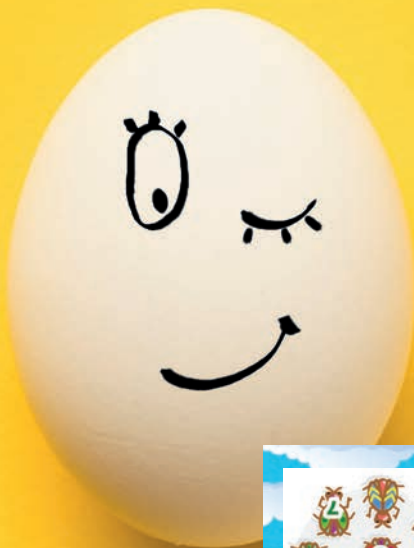
Будь на зв'язку з Небесами!

Раскрась картинку-антистресс.





КАК ВЫРОС ВИТАМИН D



Жил на свете Витаминчик D.
Он прятался в желтке, желток
в яйце, яйцо в курице, а курица на
птицеферме. И мечтал он творить
великие дела.

Однажды утром открыл Витаминчик D
глазки и застыл от удивления: его яйцо
съели на завтрак. Оглянулся – везде
ворсинки тонкой кишки. И чувствует,
что его ТУДА засасывать начало...
Прямо в капилляр утащило!

Тут Спецбелок подлетел, ухватил его,
на спину закинул – и в печень! А там
уже много таких, глазастеньких. Кто
в масле приехал, кто в сливках, кого
рыбий жир подвез... Некоторые роди-
лись под ультрафиолетовыми лучами,
в коже. За 15 минут собрался целый
пучок! Это он мучился, в курице сидел,
ждал своего часа. Эх, золотые детки
солнца, хорошо у них началась жизнь. ▶

А потом был Почксфорд. Учеба проходила в двух корпусах: Правая почка и Левая почка. Наш герой закончил Левую и получил почетное звание Кальцитриола. Это Витамин D 80-го уровня. Самый продуктивный.

Выпускники работали в разных сферах:

- обеспечение крепости костей и зубов;
- поддержание нужной концентрации кальция и фосфора в крови;
- выращивание и обучение новых кадров (клеток) для всех тканей организма;
- обеспечение внутренней безопасности.

Вот так Витаминчик D вырос и стал очень полезным Витамином.

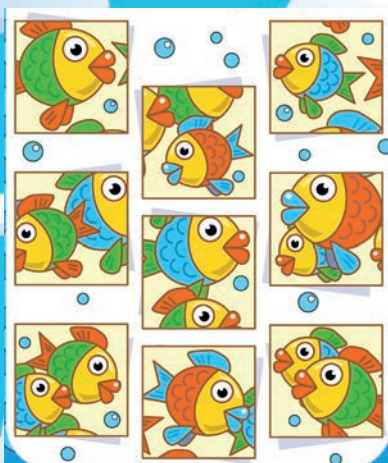
А еще он любит новых друзей. Старайся подставлять личико солнышку каждый день (пока бежишь на маршрутку – тоже считается; главное, чтобы в сумме насчитывалось 15 минут), и у него будет много компаньонов!

Здоровья тебе!

Dr. Didkovska



**Сосчитай рыбок,
не собирая головоломку.**



► GPS

Skyphone

ЛІТНЯ ІНСТРУКЦІЯ

Чудово, що на вулиці літо – пора відпочинку й вільного часу! Однак саме влітку переважає спека, тому потрібно дотримуватися певних правил для твого комфорту й самопочуття.

Зверни увагу на сім правил, які допоможуть тобі пережити спеку.

- 1** Щоб не зазнати сонячного удару, користуйся головним убором і перебувай якомога менше часу під прямими сонячними променями.
- 2** Пий чисту охолоджену воду, роби це якомога частіше, щоб уникнути зневоднення організму.
- 3** Одягай світлий одяг з натуральних і легких тканин. Таке вбрання добре пропускає повітря й менше притягує до себе сонячні промені. 

4

У період з 11 до 17 години сонце дуже агресивне! Пам'ятай про це! А якщо температура повітря сягає понад +28 °C, з дому виходь тільки в разі потреби!

5

Щоб охолодити своє тіло, приймай контрастний душ. Роблячи це регулярно протягом дня, ти істотно допоможеш своєму організму боротися зі спекою.

6

Намагайся не вживати вуличну їжу. Продавці не завжди дотримуються умов її зберігання, тому ти можеш отруїтися.

7

Щоб наситити свій організм, який не відчуває голоду за спекотної погоди, вибирай легку їжу: фрукти, свіжі або тушковані овочі, холодні супи й компоти.



Важливо!

- Якщо на твоєму тілі багато родимок – не захоплюйся засмагою.
- Якщо твоє тіло стало схожим на «червоний помідор», наступні два дні намагайся не виходити з тіні.
- Після купання в морській воді треба обполоснутися прісною водою або добре витерти шкіру рушником. Діючи за принципом лінзи, солоні краплі притягують сонце, а отже, зростає ризик отримати сонячний опік.
- Одяг не захищає шкіру від сонця повністю: одяг з бавовни пропускає 6 % сонячних променів, а мокрий – до 20 %.

***Пам'ятай, що все добре в міру,
і будь на зв'язку з Небесами!***



**ФОТО НА
СМАРТФОНЕ?
ЛЕГКО!**

Сегодня никого не удивишь возможностью делать сотни кадров на смартфоне одним прикосновением. Однако качеством подобных фотографий может похвастаться лишь тот, кто знает основные секреты такого фото-творения и умело их использует.

Важно!

Следи за чистотой объектива

Чтобы фотографии получались четкими и контрастными, протирай объектив мягкой салфеткой, особенно перед тем, как собираешься сделать важное фото.

Следи за светом

Не стоит рассчитывать на хорошие фото при плохом освещении. Естественный дневной свет делает фото более интересными и насыщенными, поэтому чаще снимай на улице. Наиболее качественными снимки получатся, 

если источник света находится позади или сбоку камеры, в противном случае получится темный силуэт.

► **Держи гаджет неподвижно**

Если твой смартфон не имеет функции стабилизации изображения, то даже самое незначительное дрожание рук может сделать фотографию нечеткой. Поэтому, когда делаешь снимок, найди какую-нибудь опору и сделай свой гаджет неподвижным.

► **Делай несколько кадров из разных ракурсов**

Чем больше кадров ты сделаешь, тем большая вероятность того, что в итоге получится удачный снимок.

► **Не используй зум**

Приближение с помощью зума значительно ухудшает качество фотографии, поэтому для крупной съемки лучше все-

го просто приблизиться к объекту или потом кадрировать фото в редакторе.

Используй серийную съемку

Такой режим поможет тебе при съемке движущегося объекта. Ты сможешь получить несколько снимков объекта в динамике, среди которых точно можно выбрать самый удачный.

Постоянно учись

Чтобы отточить свое мастерство, смотри, читай и слушай все, что поможет тебе стать настоящим профессионалом. Практикуйся, анализируй свои ошибки, благодаря этому ты сможешь создавать свои неповторимые фотошедевры.

Ты достигнешь многого, если проявишь усердие и настойчивость. Заручись поддержкой Великого Творца Вселенной и двигайся вперед к намеченной цели!

Будь на связи с Небесами!



НОВИЙ ЛИСТ¹

Вітаю тебе, Моє дорогоцінне дитя!

У цьому світі є безліч ситуацій, які змушують тебе хвилюватися. Зазвичай це трапляється тоді, коли ти чогось боїшся, не знаєш або не розумієш. У такі хвилини ти засмучуєшся – і це нормально. Не картай себе, а просто згадай про те, що Я поруч.

Я – твій Небесний Батько. А отже, тобі не варто хвилюватися. Замість того щоб сумувати, просто розкажи Мені про все в молитві й попроси допомоги. Це надзвичайно радісно для Мене! Я готовий позбавити тебе страху й подарувати щасливе життя. Головне – частіше розмовляй зі Мною!

Я дбаю про кожну маленьку квіточку й травинку, про тварин, птахів, але найбільше Я піклуюся про тебе. Ще б пак, адже ти – Моє дорогоцінне дитя і Я безмежно люблю тебе!

У Мене є для тебе пропозиція: візьми чистий аркуш паперу й напиши Мені листа. Розкажи про все, що тебе лякає і хвилює. А ввечері, перш ніж лягати спати, прочитай свого листа Мені – тобі стане значно краще! Після цього поклади лист у заздалегідь підготовану скриньку й спокійно відпочивай – відтепер Я беру всі твої турботи на Себе.

Не бійся й не хвилюйся: для Мене **ЗАВЖДИ** важлива будь-яка твоя ситуація, і Я ніколи тебе не залишу!

З любов'ю – твій Друг Ісус



Визуальная загадка.

Какие из
рисунков 2-10
являются
недостающими
фрагментами
картинки 1?



Издатель – издательство
«Джерело життя»

Ответственный за выпуск –
директор издательства
«Джерело життя»
Василий Джулай

Главный редактор
издательства
Лариса Качмар

Выпускающий редактор
Елена Мехоношина

Ответственный редактор
Людмила Поправкина

Корректоры

Инна Джердж
Елена Мехоношина

Над номером работала
Наталья Наumenко

Дизайн и верстка
Артур Аптер

Ответственная за печать
Тамара Грицюк

Тираж 1 000 экз.
Адрес: 04071, г. Киев,
ул. Лукьяновская, 9/10-А
E-mail: dzherelo@ukr.net;
тел.: (044) 467-50-72