



История Дня смеха

Официальной версии возникновения Дня смеха не существует. В разных странах есть свои предположения о том, как зародился этот праздник. Так, итальянцы считают, что появление Дня смеха связано с Праздником глупых, который отмечался в Древнем Риме в конце зимы. Из-за смены календарей этот день стал выпадать на 1 апреля, а название сменилось на более политкорректное.

Почему 1 апреля называют Днем дурака

Другие европейцы связывают возникновение Дня смеха со своими культурами. В Средние века в Западной Европе Новый год отмечался в конце марта, а финалом праздничной недели было 1 апреля. С переходом на Григорианский календарь Новый год стал выпадать на 1 января, а тех, кто по привычке продолжал отмечать его в марте-апреле, стали называть апрельскими дураками. Из-за этого и зародилась привычка поддразнивать и разыгрывать сначала "дураков", а потом и всех вокруг. Эта традиция распространилась сначала в Европе, а потом и по всему миру.

- Во двор въехали две лошади. Это были сыновья Тараса Бульбы.
- Герасим поставил на пол блюдечко, и стал тыкать в него мордочкой.
- Лермонтов родился у бабушки в деревне, когда его родители жили в Петербурге.
- Герасим налил Муме щей.
- 15. Хлестаков сел в бричку и крикнул: "Гони, голубчик, в аэропорт!"

-Я подготовилась к 1 апреля уже
купила, клей, мел, кнопки, бесцветный
лак, туалетную бумагу и каску!
- А каску то зачем?
А вдруг меня догонят!!!



С Благовещением Пресвятой Богородицы!



Благих Вестей Вам!

Дата этого православного праздника привязана к определённому дню календаря и отмечается ежегодно 7 апреля. Именно в этот день (по новому стилю) дева Мария получила благовест о том, что она станет Матерью сына Божьего.

Для верующих людей этот день приравнивается к выходному, так как с ним связаны древние обычаи. В народе говорят, что в Благовещение птица гнезда не вьёт, девица косы не плетёт, потому 7 апреля возбраняется всякая работа, а православные поздравляют друг друга.



22 апреля Международный День Матери – Земли. Этот день можно назвать праздником чистой воды, земли и воздуха- всего, что необходимо для жизни.

Михаил Дудин Берегите землю

Берегите землю. Берегите
Жаворонка в голубом зените,
Бабочку на листьях повилики,
На тропинках солнечные блики.
На камнях играющего краба,
Над пустыней тень от баобаба,
Ястреба, парящего над полем,
Ясный месяц над речным покоем,
Ласточку, мелькающую в жите.
Берегите землю! Берегите!
Старости последнюю отраду,
Женщину, бегущую к детсаду,
Нежности беспомощное пенё
И любви железное терпенье.
Берегите молодые всходы
На зеленом празднике природы,
Небо в звездах, океан и сушу
И в бессмертье верящую душу,
Всех судеб связующие нити.
Берегите Землю!



Юрий Гагарин

Автор: В. Степанов

В космической ракете
С название «Восток»
Он первым на планете
Подняться к звёздам
смог.

Поёт об этом песни
Весенняя капель:
Навеки будут вместе
Гагарин и апрель.



Кто с мечом к нам придет, от меча и погибнет.

Александр Невский

18 апреля – День воинской славы России

5 апреля 1242 году на Чудском озере произошло сражение между войском Александра Невского и рыцарями Ливонского ордена. Впоследствии эту битву стали называть «Ледовое побоище».

Победа над немецкими рыцарями на Чудском озере имела большое значение. Было подписано перемирие с Ливонским и Тевтонским орденами, которые отказывались от своих претензий на русские земли. Невский со своим войском смог остановить наступление мощной армии крестоносцев, которое могло бы привести к исчезновению Руси как государства.

Игорь Артюхов

Во глубине Чудской водицы
На самом дне из века - в век
Лежат Тевтонские тупицы,
Которых Невский Князь поверг
Пришли к нам немцы Русь поганить,
Религию несли свиньей.
За нами выбор места брани,
К воде поближе дали бой.
Мечами им рога рубили,
Семь вёрст прогнали псов по льду,
Вражин в доспехах потопили
И вместе с ними их нужду.
Та битва миру показала
Не приходи на Русь с мечом
С тех пор она победной стала
Во Славе борется со злом!

А знаете ли вы, что...

Немцы действительно провалились под лед Чудского озера?

«Скорее всего, нет. В хронике Ливонского ордена и по свидетельствам очевидцев сказано, что убитые «падали на траву». Да и время битвы - начало апреля, говорит о том, что лед на озере был непрочен, а потому русские конные дружинники, весившие не меньше немецких рыцарей, чувствовали бы себя на нем непрочно.

Правда ли, что немцы наступали «свиньей»?

«Правда, но эта была не та «великая свинья», выстроенная в форме железного клина, про который нам рассказывают еще со школьной скамьи, - впереди пять рыцарей, следом девять, затем 13 и так далее.

7 апреля - Всемирный день здоровья

По данным РАМН, среди выпускников российских школ нет ни одного абсолютно здорового ребенка.

Преобладают болезни органов дыхания, костно-мышечной системы, пищеварения, нарушения зрения

Среди причин, разрушающих здоровье 50% приходится на образ жизни

Большинство болезней можно предотвратить!

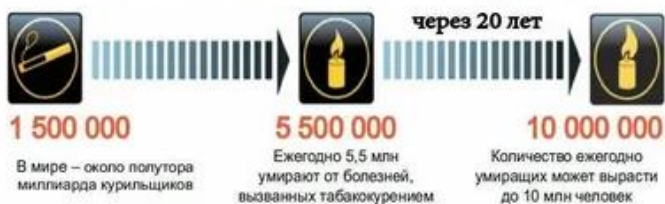


Дорогой друг!

Наверное, каждый из нас хочет быть сильным, бодрым, энергичным. Здоровый человек редко задумывается над тем, что такое здоровье. Между тем здоровье – одна из главных ценностей человеческой жизни, Здоровье в большей степени зависит от нас самих. Что может повлиять на состояние здоровья? Конечно, соблюдение режима дня.



Избавься от вредной привычки



КОГДА ВЫ БРОСИТЕ КУРИТЬ...

... **через 20 минут** последней сигареты артериальное давление нормализуется, восстановится работа сердца.

... **через 8 часов** усилится способность ощущать вкус и запах.

... **через неделю** улучшится цвет лица, исчезнет неприятный запах от кожи, волос, при выдохе.

... **через месяц** станет легче дышать, покинет головная боль, перестанет беспокоить кашель.

... **через полгода** улучшатся спортивные показатели: начнете быстрее бегать, плавать, почувствуете желание физических нагрузок.

... **через год** риск развития коронарной болезни сердца снизится наполовину по сравнению с курильщиками.

... **через 5 лет** резко уменьшится вероятность умереть от рака легких по сравнению с теми, кто выкуривает пачку в день.

Как избавиться от вредных привычек

1. Найдите настоящую мотивацию
2. Примите на себя обязательства
3. Опасайтесь раздражителей
4. Узнайте, о какой потребности говорит привычка
5. Создайте для каждого триггера привычку-заменитель
6. Не идите на поводу у желаний
7. Отвечайте на триггер новой привычкой
8. Осторожнее с мыслями
9. Бросайте постепенно
10. Учитесь на ошибках

Полезные привычки

Привычки, способствующие сохранению здоровья, считаются полезными.

- Полезные привычки:**
- УМЫВАТЬСЯ
 - чистить зубы,
 - соблюдать режим дня,
 - спать при открытой форточке и др.

