



подросток.ru

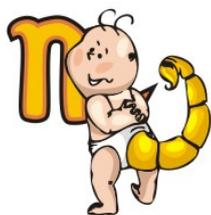


Дата выпуска: 18.11.2011

Номер выпуска: 17

18 Ноября 2011 года, пятница

Знак зодиака на 18 Ноября 2011 г



Из мифа древних греков пришло к нам созвездие скорпиона. Под этот знак зодиака попадают люди, родившиеся с 24.10 по 22.11. Скорпионы достаточны эмоциональные люди. В большинстве случаев такие люди добрые, искренние, практичные. В них при-

сутствует сила, энергия, ум. Любят соревнования, так как не привыкли, чтобы у них не было того, что имеют другие. Ещё, люди скорпионы обладают подозрительностью, непокорностью. Очень часто подвергаются под влияния других людей. Скорпионы обладают достаточной привлекательностью. Дети скорпионы часто бывают драчунами. У них есть удивительная способность, даже в маленьком возрасте, они очень терпимо

переносят боль. В школе такие дети могут достаточно хорошо учиться, вот только как их приучить к этому? У детей скорпионов очень выражено презрение к слабым, такие дети практически никогда не прощают обид. Скорпионы уже с детства любят фантастики, рассказы про приведения, им нравится всё паранормальное. Дети умны не по годам, стараются всегда достигать того, что задумали, напролом идут к своей цели.

Какой праздник сегодня?



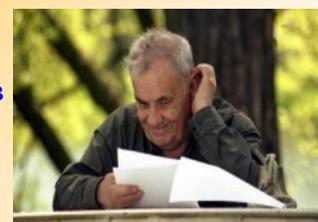
День рождения Деда Мороза 18 ноября в России официально празднуют день рождения Деда Мороза. Каков возраст зимнего волшебника — доподлинно неизвестно, но точно, что более 2000 лет. Дату рождения Деда Мороза придумали сами дети, поскольку именно 18 ноября на его вотчине — в Великом Устюге — в свои права вступает настоящая зима, и ударяют морозы.

Интересно, что в 1999 году Великий Устюг был официально назван родиной российского Деда Мороза. Особенно тщательно к этому празднику готовятся на родине именинника. В этот день открывают специальный почтовый ящик, в который можно опустить поздравление для Деда Мороза. Этой возможностью с удовольствием пользуются и местные детишки, и приезжие туристы. Поздравить сказочного именинника приезжают его многочисленные родственники — Санта-Клаус из Финляндии, Чисхан — якутский Дед Мороз, карельский Паккайне, зимний сказочник Микулаш из Чехии, Снегурочка из Костромы, а также официальные делегации из Вологды, Москвы, Нижнего Новгорода и многих других городов. А надежные помощники Деда Мороза каждый год готовят ему в подарок новый костюм, украшенный самобытной вышивкой. А дети зовут его ласково — «Дедушка Мороз».

Именины на 18 Ноября 2011 г
18 Ноября именины, день рождения или день ангела у: Галактион, Григорий, Памфил, Тимофей.

Родились в этот день

84 года назад
Кинорежиссер
Эльдар Рязанов



Выдающийся советский футболист и футбольный тренер **Константин Бесков**

День матери

Советы от врачей

Международный праздник в честь матерей. В этот день принято поздравлять матерей и беременных женщин, в отличие от Международного женского дня, когда поздравления принимают все представительницы женского пола День матери в России отмечается ежегодно в последнее воскресенье ноября.

Цель праздника — поддержать традиции бережного отношения к женщине, закрепить семейные устои, особо отметить значение в нашей жизни главного человека — Матери.



Материал взят из Википедии

Открытое письмо моей маме

Здравствуй моя дорогая мамочка!

В этот особенный день я хочу признаться тебе в том, что безумно люблю тебя, что ты для меня самый любимый и родной человек.

Скоро праздник, и я хочу сказать тебе огромное спасибо за то, что ты подарила мне жизнь, за все те бессонные ночи, которые ты провела рядом со мной, за твою любовь, доброту, нежность, ласку, заботу, которую ты даришь мне. Ты - самая любимая и добрая, самая милая и нежная, самая красивая и приветливая, самая дорогая для меня, моя мама. Я бы хотела, чтобы у тебя всё было хорошо, не было проблем, чтобы ты всегда оставалась такой же милой и заботливой. Хочу также тебе пожелать успехов, здоровья, силы, долгих лет жизни, уважения окружающих, всегда хорошего настроения, широкой улыбки на лице и блеска в глазах.

Я не всегда бываю послушной девочкой с ангельским характером, не всегда бываю права, спорю порой по пустякам, не всегда слушаю тебя... Но я всегда знаю, что ты в любом случае поддержишь меня, поможешь, подбодрить, выслушаешь, поговоришь со мной, подскажешь, как поступить в той или иной ситуации, ведь ты любишь свою дочку.

Я люблю тебя, потому что ты играешь очень большую роль в моей жизни, да и просто за то, что ты - моя мама, самый дорогой и любимый человек, ведь именно ты научила меня любить жизнь, уметь отвечать за себя, быть доброй и отзывчивой. Мамуля, большое спасибо тебе за то, что ты есть у меня.

Всегда любящая тебя твоя дочь Настя.

Над
выпуском работали:
Яндулина О., Новоселова А.

Фотокорреспондент: Оренбургская А.
Редактор: Калачева Ида Алексеевна
МОУ «Куженерская средняя общеобразова-

10 советов, которые составляют основу здорового образа жизни. Следуя им, можно продлить и сделать более приятной нашу жизнь.

1 совет: разгадывая кроссворды, изучая иностранные языки, производя подсчеты в уме, мы тренируем головной мозг. Таким образом, замедляется процесс возрастной деградации умственных способностей; активизируется работа сердца, системы кровообращения и обмен веществ.

2 совет: работа – важный элемент здорового образа жизни. Найдите подходящую для себя работу, которая будет вам в радость.

3 совет: не ешьте слишком много. Вместо привычных 2.500 калорий обходитесь 1.500. Это способствует поддержанию активности клеток, их разгрузке. Также не следует впадать в крайность и есть слишком мало.

4 совет: меню должно соответствовать возрасту. Печень и орехи помогут 30-летним женщинам замедлить появление первых морщинок. Содержащийся в почках и сыре селен, полезен мужчинам после 40 лет, он способствует разряжению стресса. После 50 лет необходим магний, который держит в форме сердце и полезный для костей кальций, а рыба поможет защитить сердце и кровеносные сосуды.

5 совет: имейте на все свое мнение. Осознанная жизнь поможет как можно реже впасть в депрессию и быть подавленным.

6 совет: дольше сохранить молодость помогут любовь и нежность, поэтому найдите себе пару. Укреплению иммунной системы способствует гормон счастья (эндорфин), который вырабатывается в организм, когда человек влюблен.

7 совет: спать лучше в прохладной комнате (при температуре 17-18 градусов), это способствует сохранению молодости. Дело в том, что и от температуры окружающей среды зависят обмен веществ в организме и проявление возрастных особенностей.

8 совет: чаще двигайтесь. Учеными доказано, что даже восемь минут занятий спортом в день продлевают жизнь.

9 совет: периодически балуйте себя. Несмотря на рекомендации, касательно здорового образа жизни, иногда позволяйте себе вкусенькое.

10 совет: не всегда подавляйте в себе гнев. Различными заболеваниями, даже злокачественным опухолям, более подвержены люди, которые постоянно ругают самого себя.

Материалы интернета

