

Kraj Čučja mlaka, Dobrava, Hrovaški brod in Zameško iz okolišja po le Skočijan pri Mokronozu se za nasno dodela. ...

STRAH NEMSKI NAPISAL H. STADELMANN

Zunaj je lil dež. Vodne kapljice so tolkle na okno, se zbirale v majhen potok in odtekale nato v strešni žleb. Fritz Mangold je stal ob oknu in ...

»Da, že pred enim tednom, gospod Frey.« Ker se doslej še ni oglasil, se bojim, da še ni zdrav. Najbrže se bo oglasil šele prihodnji teden. Ali pa morda misli, da zadeva ni tako važna. ...

Filatelija Znamke Ljubljanske pokrajine V številki 2 Družinskega tednika som obljubi poročben opis novih znamk Ljubljanske pokrajine ...

- 7. 35 cent, ultramarin, natisk I rjava barva; 8. 50 cent, vijoličasta, natisk II rdeča barva; 9. 75 cent, rdeča, natisk I modra barva; ...

Osebnosti

POROČILI SO SE: V Ljubljani: G. Viktor Berlot, nadporočnik a gđc. Stefanija Širnetova, poštna uradnica; ...

Obvestila Slovenskega Rdečega križa

Slovenski Rdeči križ ponovno opozarja, da so vsa službena mesta pri njem zasledena ter so do nadaljnjega vse prošnje za podelitev službe brezpredmetne. ...

Deset tednov je nato ležal doma in se ni smel ganiti iz postelje. Stregla mu je neka usmiljena stara sosedka, od časa do časa ga je obiskal zdravnik. ...

Pred tremi dnevi mu je podjetje poslalo pismo, v katerem ga vodstvo okreval, takoj oglašji zaradi neke važne zadeve pri ravnatelju. ...

Zaradi tišine, ki je vladala v hiši, je Fritz Mangold razločno slišal korake, ki so se približali njegovim vratom in se tam ustavili. ...

Fritz Mangold je mirno ostal na svojem mestu in pridrževal sapo. Stražnika si bosta mislila, da ga ni doma, in bosta spet odšla, se je na tihem miril. ...

I. Pravekotna oblika. V sredini grb vojvodine Kranjske. Levo nazgorj PROVINZ, desno nazdvoj LAIBACH; zgoraj vodoravno LJUBLJANSKA, spodaj POKRAJINA. ...

Znamke so izhajale postopno. Če pogledamo nazaj, bomo našli v kolektorju zabeleženo: 5. 1. frankovne za 10, 20, 25, 30, 50 cent, 1.25 L. ...

Boljše je pri napadu teči v ...

Boljše je pri napadu teči v tako nezanesljivo zaklonišče kakor pod milo nebo. V zaklonišču ste zavarovani vsaj pred drobci in pred zračnim pritiskom.

Torbice, rokavice, fevlje itd. barvajte s specialno barvo...

Torbice, rokavice, fevlje itd. barvajte s specialno barvo, ki usaju ne škoduje. Elaks Napoleonov trg.

Pohišstvo

spalnice, jedilnice, kuhinje Krže Franc - Vrhnika

skladišče Ljubljana: Ciril-Metodova 47 (poleg kavarne Ma'cen)

Če bi imel dovolj denarja, bi še danes poslal podjetju manjkajoč znesek. A kar je imel prihrankov, je požrla bolezen. ...

Mangold je primaknil stol k oknu in strmel v potokčke, ki so drseli po šipi. Sklenil je, da bo počakal, kaj mu prinese usoda. ...

OKVIRJI ZA SLIKE

V VELIKI IZBIRI, NIZKE CENE I. GAMBERGER KOLODVORSKA UL. 18

Stari, sivolasi pismonoša in njegov mlajši tovariš, ki sta se bila pred Mangoldovimi vrati po naključju srečala, sta skupaj spet odšla na ulico. ...

Časopisna vest: Snoči se je v svojem stanovanju ustrelil trgovski namestnik Fritz Mangold. Stanovalec, ki so slišali strel, so prihiteli gledat, kaj se je zgodilo. ...

XV. Kaker XII, le da je v najspodnji vodoravni vrsti namesto +10 L. taktar +20 L. XVI. Kaker XIII, a namesto vrednosti +10 L. oznaka +20 L. ...

Klor v naslednjem ni drugače navedeno, se nahaja natisk sredi znamke.

Popolna serija tvorijo naslednje znamke: A. FRANKOVNE (natisk na Italijanskih frankovnih znamkah): 1. 10 cent, rjava, natisk I modre barve; ...

MOČNEJŠE KAKOR PRETEKLOST...

NAPISAL W. FEDERAU

Gospodu v tramvaju je bilo kaj malo mar, kaj se godi okrog njega. Razgrnil je pred seboj jutranjnik in ga bral počasi, mirno, s pretehtano vneto. ...

ostala v njegovem spominu ko simbol cvetoče mladosti in razkošne lepote. Zdad ji tudi njeno zdravje ni pomagal. Življenje je bilo dolgo bahalo z njo, toda ko je prišla smrt, je moralo položiti orožje. ...

med najmlajšimi, je pomislila, najbrže jih ima že nekaj več kakor štiri-deset, senca mu še sive. In vendar se ni naveličala s hitrimi, kratkimi pogledi božati ves ta obraz. ...

ZAMASKE stare, neuporabne in vsakovrstne odpadke kupimo v vsaki količini.

ZAMASKE stare, neuporabne in vsakovrstne odpadke kupimo v vsaki količini. Emonska c. 2, dvorišče - pisarna.

ZLOZLJIVE STOLE za vrtno zaklonišče.

ZLOZLJIVE STOLE za vrtno zaklonišče. kakor tudi vsakovrstne rezan in tesan les dobite v skladišču »Marade« v Zvinozdravniški ulici za Cukrarno.

Prima huta vreče na prodaj

Prima huta vreče na prodaj PETRONAFTA Ciril Metodova 35a (prej Tyrševa)

STARE PLASČE in zračnice za kolosa.

STARE PLASČE in zračnice za kolosa, tudi v nerabnem stanju kupim. Mehanična delavnica Ambrož, Ciril Metodova (Tyrševa) 71.

Za en večer knez**Beračeva zadnja večer'a**

Kako je potepuh Jean Berthier prvič in zadnjič sedel za bogato obloženo mizo

Jean Berthier je taval po dežju. Njegov obraz je bil trd, oči neprijazne in mrzle, usta skoraj brez ustnic. Pri vsakem koraku mu je iz mokrih platnenih čevljev privrel majhen potoček.

Berthier je bil star mož. Njegovo življenje je potekalo na cesti in glad je bil njegov vsakdanji gost. Njegova koža je postala neobčutljiva za sonce in veter, oči so mu otopele za lepoto. Bil je brezdomec in ni imel cilja, podobnjen je bil staremu ptiču z ohromelimi krili. Starec je bil eden tistih, ki lepega dne zmrznejo na skednju, umro pod obokanim mostom, ali pa v najboljšem primeru končajo v ubožnici.

Jean Berthier se po končani svetovni vojni nikakor ni mogel navaditi rednega življenja in dela. Zato je postal potepuh. Dan za dnem je taval po cestah, na rami je nosil culo, v roki pa palico, na katero se je opiral.

Dež je lil ko iz škafe. »Prenočišče moram najti,« si je mislil Berthier in taval dalje. V mislih na prenočišče se je samo za hip naslonil na železna vrata pri neki ograji, a že bi bil naslednji trenutek skoraj zapal od utrujenosti. Zdajci so se vrata pod njegovo težo vdala, se odprla in začrnila v tečajih. Jean Berthier bi bil skoraj padel. Ko je še lovil ravnotežje, je zdajci zagledal pred seboj nekega mladega, zelo elegantnega gospoda.

»Kaj iščete tu?« ga je negotovo, skoraj prestrašeno vprašal mladenič.

Potepuh je sklonil glavo in pogledal svoje premočene platnene čevlje. Potem je zaprosil mladeniča za prenočišče, za miloščino ali vsaj za cigarete. Te si je še najbolj želel.

Neznani mladenič ga je nejeverno pogledal in zdelo se je, da nekaj napeto premišljuje. Nenadno je pa spregovoril:

»Dobro, nekaj posebnega ti bom dal. Danes boš živel ko knez.« Zamisljeno si je prižgal cigareto in dovolil še Jeanu, da si je v njegovi zlati cigaretnici eno izbral.

Potepuh je negotovo obdržal cigareto v roki in zastrmel v mladeniča. Iz klobuka mu je curljala voda. V daljavi je v zvoniku udarila ura devet.

»Pojdi po drevedu v hišo!« je zdajci spet spregovoril mladenič. »Tam boš našel z jedmi obloženo mizo. Pričakujem nekega prijatelja, ki se je pa zakasnil. Jaz bom stopil med tem v vaško gostilno in odtod telefoniral.«

»V hišo naj grem?« je negotovo vprašal potepuh in debelo pogledal.

»Da,« je pokimal mladenič. »Pojdi v hišo, sedi za mizo in začni jesti.« Jean Berthier še zmerom ni mogel verjeti svojim usesom in je vprašal: »Menda ne mislite, da sem znorel?«

»Nikakor ne,« je rekel mladenič. »Sicer pa lahko greš, če nočeš sprejeti mojega vabila.«

»Ne ne!« je hlastno vzkliknil Jean. »Že v naprej se vam najlepše zavalim!«

Neznanec je takoj nato brez besede odšel skozi vrtna vrata v smeri proti vasi. Jean Berthier je stopal po drevedu. Dež je še zmerom lil in drevesa so se upogibala v vetru. Tema je bila tako neprodorna, da je Berthier z rokami otipaval okrog sebe, da se ne bi kam zadel. Naposled je dospel do hišnih vrat in vstopil. Nikogar ni bilo slišati. Da bi se prepričal, ali je res sam, je zaklical:

»Ali je kdo v hiši?«

Nihče se ni odzval. Stopil je h kaminu in si ogledal svoje premrle roke. Pogledal je okrog sebe in opazil, da pušča njegovi premočeni čevlji dokro sled na rdeči preprogi. Prestrašen je čevlje sezul in jih naslonil h kaminu. Potem je stopal po mehki preprogi sem in tja. Njegovim staram nogam, vajenim samo trde ceste, je mehka preproga dobro dela.

Jean je nato stopil k vratom, držim v naslednjo sobo. Zdelo se mu je, da veje skozi špranje vonj po vseh mogočih dobrotah. Ni se zmotil. Ko je stopil v sobo, je zagledal pred seboj z jedmi obloženo mizo. Potepuhu so se zašibila kolena. Toliko dobrot še svoj živ dan ni videl. Skoraj padel je na stol, opet s svetlo-modrim damastom. Pred njim je stala steklenica rdečega vina. Potepuh jo je požrešno pograbil, si nalil poln kozarec vina, ga v duško izpil, potem pa nalil še drugega in tretjega. Rdeče vino mu je stopilo v kri. Naslonil se je na naslanjalo in si z roko obrisal usta. Šele zdaj si je podrobneje ogledal dobrote na mizi. V zlati skodelici je vabila dišeča pašteta iz gosjih jeter, na kristalnem krožniku poleg nje pa mrzla perutnina. Sredi mize je stal pladenj z narezano šunko, zraven pa krožnik s presnim maslom in snežnobelim kruhom. Vsa miza je bila slavnostno okrašana s cvetjem, na sredi je pa stal svečnik in obsvetljujeval dobrote s prijetno svetlobo.



»Pozor, mine!« pomenijo napisne deske z mrlvaško glavo, stoječe po mjskih poljih na zahodni obali evropske celine v svarilo nemški vojski. Kajpak bi ti napisli takoj izginili, če bi se sovražnik izkrcal na tej obali.

Jean Berthier je nekajkrat požrl slino, si obliznil z jezikom ustnice, potem pa planil po dobrotah. Jedel je in jedel in se nalival z vinom. Prekrasnega srebrnega jedilnega orodja ni hotel uporabljati, zato je vzel iz žepa svoj žepni nož in z njim rezal. Nazadnje si je privoščil še šampanja.

Počasi se je njegova obleka posušila. Čutil je, da vročina kar izpuhva iz njega. Ko je hotel vstati, so mu noge odgovedale pokorščino. Padel je na preprogo in v trenutku zaspal.

Čez približno eno uro se je Jean zbudil. Pogledal je okrog sebe in zagledal dva stražnika, poleg njiju pa objokano sobarico. Berthier se je le težko vživel v resničnost. Le s težavo je vstal in odšel s stražnikom v sosledno sobo. Tam je zagledal na di-

vanu lepo, mlado žensko. Stražnika sta mu zapovedala, naj stopi bliže. Berthier je prestrašeno krknul. Ženska je bila mrtva, iz velike rane na vratu ji je lila kri.

»Z žepnim nožem si jo torej zabodel?« je vprašal stražnik.

»Tega nisem jaz storil,« je prestrašeno vzkliknil Jean. »Nedolžen sem!«

»Tako pravijo vsi,« je vnemarno dejal stražnik in nataknil Jeanu lisice na roko.

Dva dni pozneje se je javil pravi morilec mladi grof Larron. Zabodel je bil svojo ljubico v navalu ljubosumnosti. Sodišče ga je obsodilo na več let ječe.

A grof Larron je prišel prepozno. Potepuh Jean Berthier se je bil že prvo noč v zaporu obesil in izdihnil.

Anekdota

Slavni zoolog Alfred Brehm je nekoč prišel na obisk v neko hišo, katere gospodar je bil zelo pohleven in ga je imela njegova žena močno pod copato. Pri večerji se je zoolog z drugimi povabljenimi gosti zapletel v razgovor. Neke dama je napeljala pogovor na živalstvo in Brehma med drugim vprašala:

»Kajne, gospod profesor, da je lev kralj živali in se zato tudi nobene izmed njih ne boji?«

Brehm je pogledal gospodarico hiše in pomembno dejal:

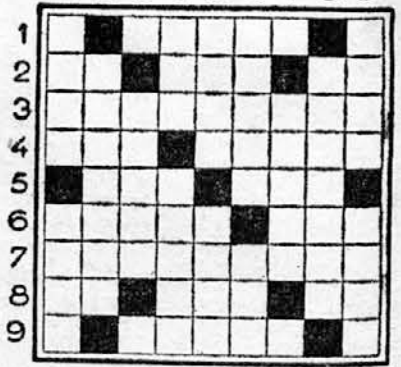
»In vendar se lev nekoga boji.«

Vsi so ga presenečeno pogledali, zoolog je pa smeje se rekel:

»Levinje namreč.«

Križanka štev. 10

1 2 3 4 5 6 7 8 9

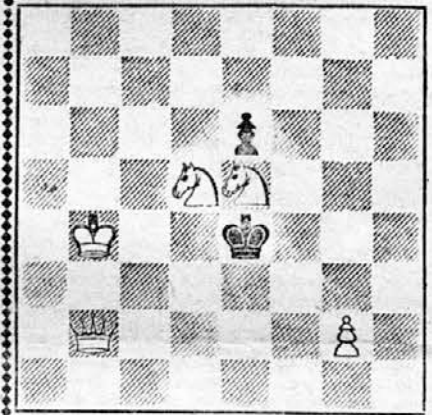
**POMEN BESED**

Vodoravno: 1. Časovni prislov. — 2. Prešernov veznik. Po njej se voda pretaka. Geometrijsko število. — 3. Pomaga bližnjemu. — 4. Pesnitev. Trop. — 5. Prvo plačilo. Žensko krstno ime. — 6. Beograjskanom priljubljena izletna točka. Kiparjeva srovina. — 7. Kronist. — 8. Kratica utežne enote. Kovina. Ime črke. — Ptič.

Navpično: 1. Indijansko orožje. Vodna rastlina. — 2. Tuje truplo. — 3. Vodilna oseba iz francoske velike revolucije. — 4. Srbsko krstno ime (pomajševalnica). Slovensko reklamno podjetje. — 5. Crnomorski polotok. Starogrški slikar (4. stol. pr. Kr.). — 6. Brani pot k cilju. Starorimski koledarski pojem. — 7. Športna panoga. — 8. V sedanji vojni večkrat slišimo o njem. — 9. Moderno orožje. Kis.

ŠAH**Problem št. 10**

Sestavil Fr. Mayer (1895)



Beli: Kb4, Db2, Sd5, e5, Pg2 (5)
Črni: Kc4, Pe6 (2).

Mač v treh potezah

Velblodji gonjač

Turška črtica

Neki trgovec je zaupal nekemu ponatnu velblodov štrideset bal svile, da jih njegove živali prenese do Carigrada. Tudi trgovec sam se je pridružil karavani.

Sredi poti je na trgovca zbolel. Moral je ostati v nekem manjšem mestu, kjer ni bilo nobenega poštenega zdravnikar tako da se je njegova bolezen preeci po nepotrebnem poštno zavlekla. Šele po nekaj mesecih je spet ozdravel.

Medtem je karavana kdaj že prispela v Carigrad. Gonjač je bil namreč več tednov čakal na kakšno sporočilo, ker pa ni bilo o njem ne duha ne sluha, je mislil, da je trgovec najbrže umrl. Prodajal je na dražbi vseh štrideset bal svile in še svoje velblode povrh in je sam odprl čedno trgovinico v Carigradu.

Nekaj mesecev nato se je na trgovca, ki mu je bil zaupal svilo, vrnil v Carigrad. Po dolgem iskanju je našel nepoštene gonjača in zahteval svoje blago nazaj. Slepar je na predrzno trdil, da ga ne pozna in da sploh nikoli v svojem življenju ni bil velblodji gonjač.

Zadeva je prišla pred kadija. Ta je mirno vprašal trgovca:

»Kaj hočeš?«

»Zahtevam, da mi vrne mojih štrideset bal svile, ki sem mu jih bil izročil, da mi jih njegove živali prenese v Carigrad.«

»In kaj praviš ti na to?« je vprašal kadi gonjača.

»Ne vem, kaj misli s svojimi štridesetimi balami svile!« je nejevolno odvrnil gonjač. »Nikoli v življenju nisem bil velblodji gonjač in nikoli v življenju nisem videl tega človeka!«

»Kakšne dokaze imaš?« se je kadi spet obrnil k trgovcu.

»Zal nobenih, razen svoje poštenosti,« je odgovoril vprašani.

»Oba sta lopova,« se je razjezil kadi in zaklical: »Ven iz moje hiše!«

Trgovec in gonjač sta odšla gonjač zelo zadovoljen, trgovec hudo potr.

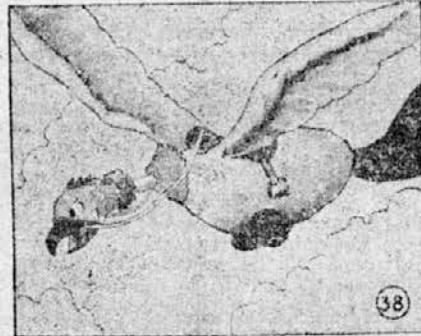
Ko sta bila že na cesti, je stopil modri kadi k oknu in zaklical: »Hei, gonjač! Za trenutek bi še rad govoril s teboj!«

Slepar se je takoj obrnil, ne da bi se bil spomnil, da je pred nekaj trenutki tako odločno tajil svoj poklic.

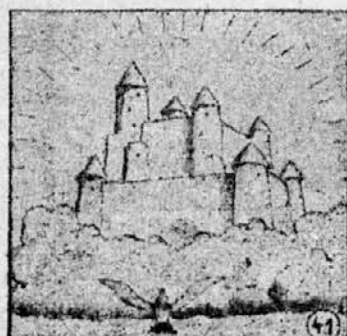
Kadi se je nasmeljal in veele sleparja zapreti. Gonjač je preiel takoj nekaj udarcev s palico, kadi ga je pa tudi obsodil da mora plačati trgovcu odkodnino, pa še visoko globo državi biagajni

TRIJE zlati KLJUČI

Morski kralj ga prisrčno sprejme in mu razkaže svoje vodno kraljestvo. Odkljuje ga tudi z redom »Morske alge I. razreda«. Naposled mu da še prvega izmed treh zlatih ključev in mu želi srečno pot. Jakec se kralju lepo zahvali, in riba ga spet popelje na obalo.



»Kam zdaj?« se je Jakec zaskrbjeno vprašal. »Ti greš zdaj z menoj,« se je nenadno oglasilo izpod neba. Jakec je ves preplašen pogledal v nebo. In kaj vidi? Velikanski orel se spušča k njemu. In že pristane v njegovi bližini. Na hrbtu ima udobno sedlo, tja sede Jakec.



Orel zafrlots s perutnicami in že poletita v sinje višave. »Kako visoko pa greva?« ga vpraša Jakec. »Do oblakov,« mu odgovori orel. Zemlja jima je že davno izginila izpred oči. Naenkrat se v daljavi pokaže krasen zlat grad na oblakih. Kmalu priletita do grajskega obzidja. »Dospela sva,« se oglašuje orel, »to je grad kralja vseh vetrov. Pojdi in prosil vratarja za zlat ključ.«

(Dalje prihodnjič)

„Veliko čiščenje“ kakor si ga moški zamišljajo

Te dni smo dobili duhovit in dovtipen dopis nekega našega bralca, kako si moški predstavlja veliko pomladansko čiščenje...

Vsako pomlad ob tem času pride dan, ko svojega stanovanja sploh ne poznam več. Stoli stoje z nogami navzgor, posvoda dregneš v prah...

Zelo rad imam ženstvo v naši hiši in tudi cenim in občudujem ga, toda ne zamerite mi, če trdim, da ženske ne znajo čistiti stanovanja.

Ce moški čistijo, čistijo zaradi higiene. Ženske pa čistijo stanovanje zaradi zunanjsčine. In tako imamo hiše, ki se zde na prvi pogled popolnoma čiste...

Zelo skrbna gospodinja menja posteljno perilo tudi dvakrat na teden, toda pogosto se ne domisli, da bi očistila jeklene vzmeti pri žimnicah.

Med predmeti, ki jih ženska posebno rada pozabi očistiti, so stropne svetilke. Zakaj? Ker so visoko in jih ne vidimo od blizu.

Ali čistite redno kljucke in telefonsko slušalko? Pogosto so ti predmeti v sicer čistih hišah tako zanemarjeni...

NAS NAGRADNI NATEČAJ Kotiček za praktične gospodinjine Za vsak prispevek objavljen v tej rubriki, plačamo 10 lir

Pomladna kuhinja Spomladaj zahteva telo spremembo hrane, predvsem rastlinske hrane. Čeprav nam vrh in trša skoraj ničesar ne dajeja...

Jedi, pripravljene iz divjega sočivja: Spinača iz kopriv je prav tako okusna, če ne še bolj kakor navadna zrna.

Zeliščna omaka Potrebujemo: dve jedlini žlici krompirjeve moke, 1/2 litra mлека (melnega), 1/4 litra dobro razredčenega kisa.

Juha iz pomladnih zelišč Vsi šele iz zemlje poganjajoči poganjki kakor žabci, kislica, marjetice, predvsem pa koprija, dajo posamično ali pa skupaj, na drobno sesekljani.

Za vsak prispevek, objavljen v „Kotičku za praktične gospodinjine“, plačamo 10 lir. Znesek dognate lahko takoj po objavi v naši upravi. Po

ki gredo skozi toliko rok. — kdaj pa kdaj očistimo s spirinom. Če ženska čisti stanovanje, se včasih zdi, kakor da ne bi imela pameti. Kako se more sicer zgoditi, da najprej očisti tla, nato pa strese nanje vse mogoče smeti iz predalov...

Kje bomo torej pričeli čistiti hišo, če imamo namen, da jo očistimo od vrha do tal? Pri stenah? Pri parketu? Ne! Najprej očistimo vse predale in vanje položimo nov varovalni papir.

Naj omenim še neko nelogično navado ženskega čiščenja. Po navadi ženske od vrha do tal očistijo eno sobo, nato se lotijo druge, tretje in na koncu očistijo še kuhinjo.

Čistimo vse podobne predmete v hiši hkrati! Na primer vse svetilke, vse predale, vse slike, vsa okna. Tako lahko uporabljamo zmerom prave krpe, pravo vodo in milnico.

Ce bi jaz čistil stanovanje, bi pričel pri kuhinji in končal pri kopalnici. In tisti dan bi pripravil hladno kosilo v že očiščenih kuhinji, tako da moj in otroci ne bi vdihavali prahu in polivali veder po stanovanju.

N. N.

pošči pošljamo šele takrat, ko se nabere več takšnih nakazil. — Prišpevke naslovite na Uredništvo „Družinski tehnik“, Kotiček za praktične gospodinjine, Ljubljana. Poštni predal 253.

Dobra drža - pogoj za prikupnost Drža je simbol osebnosti. V vseh dobah so živele ženske, ki so prešle v zgodovino ne po svoji lepoti, temveč po svoji lepi drži.

Ker je drža odvisna od gradnje telesa, je edino ena sama drža pravilna. Vse modne muhe, od krinoline do „osjega“ pasu, so učile napačno telesno držo.

Kako pa dobimo in si ohranimo pravo držo? Naša zunanost, naša drža je zelo odvisna od naše duševnosti. Če smo premočrtno, veliokusno narave, hodimo vzravnanje in s dvignjeno glavo.

Dobra vaja za pridobitev pravilne drža je tudi tala: stojmo na prstih, nato se pa počasi, počasi spuščamo na pete. Pri tem pazimo, da imamo glavo vzravnanjo, toda ne tako, da molli brada naprej, temveč tako, da tilnik potegnemo navzgor.



Trije lepi pomladanski plašči za mlada dekleta. Prvi je iz temnorjavega kockastega blaga, ima moderen ovratnik in dva poševno vsiđa žepa. Drugi je temnordeč in ima nekoliko nenavaden, loda svojevrsen široljaf izrez...

Nogte v zaprtih, tesno ukrojenih čevljih z visoko peto zelo trpe. Ni čudno, če s časom dobimo boleče noge, kurja ocesa, otiščance in sploh ne moremo več prožno hoditi.

Kako si negujemo noge

Zenske posvečajo nogam vse premalno pozornje. Ne zavedajo se, kako velike važnosti je zanje lepa, elastična hoja, in ne vedo, da potrebujejo njihove utrjene noge mnogo, mnogo nege in počitka.



DARMOL najboljšo odvajalno sredstvo

skakati po stanovanju. Poleti bi morala izkoristiti vsak prosti čas, da bi bosa tekala po travi. Pamotna ženska ne bo nosila čevljev s pretirano visoko peto.

Zimska pomoč ne sme biti za nas samo mučna obveznost. Darujte z zavestjo, da pomagате ljudem, ki trpe po nedolžnem, tistem bratom in sestram, ki jih je usoda prisilila, da morajo sprejemati darove, ne mlodarel Naslov Zimske pomoči: Gosposvetska cesta 2/I, telefon št. 47-57. Račun poštne hraniln. št. 16.580.

Mozolji in manjvrednostni občutek

Vsako leto doživlja tisoč in tisoč mladostnikov nepotrebni manjvrednostni občutek zaradi mozoljev ali — po zdravniško — acne vulgaris. Male je namreč mladih ljudi, ki bi živeli v takšnih ugodnih gmotnih okoliščinah, ali bi bili dovolj duševno močni, da bi bili kos občutku manjvrednosti, ki se tako rad pridruži tej neprijetnosti.

Starši po navadi otroka v tej dobi ne razumejo in ne dele njegovega stališča. Občutek manjvrednosti se podkrepe s tem, da jim ni mar otrokove naloge in jo označujejo za nevažno. Ta način vzgoje kajpak mladostniku prav nič ne koristi, zakaj zanj je prav njegova bolezen izredno važna.

vtise najobčutljivejši. In tako nam mozolji, prav za prav kaj nedolžna nadloga, povzročajo tedaj dosti skrbi, težav in neprijetnosti, ali celo resno duševno muko.

Zato je zelo važno, da starši s otrokom žive in dele njegove probleme, četudi se jim zde nevažni. Hudo napak je, če zdravnik ali starši otroku pravijo, da za mozolje ni zdravil in da bodo že sami prešli. To je nevezljivo in poleg tega neresnično.

V 90 do 95 % lahko mozolje popolnoma in trajno ozdravimo. Kajpak moramo otroka peljati k zdravniku, ki bo ugotovil, kakšno zdravljenje je zanj najprimernejša. Vsako zdravljenje kože je namreč individualno. Motnje žlez lojnic so različne, prav kakor so vzroki infekcije različni, in prav kakor odpornost človeka in zagon bolezni nista dvakrat enaka.

Obraz si vsak dan dvakrat umijmo s dobrim toaletnim milom, zdravniško ali tako imenovano vitaminsko milo je nepotrebno. Priporočljivo je tudi, če si obraz vsak dan enkrat ali dvakrat izmijemo s tekočino, ki lojnice krči in zapira. Ta tekočina pa ne sme biti premočna in jo mora pisati zdravnik.

Če je pa bolezen hudo brezupna in če nobeno zdravilo ne pomaga, nam ostane še zmerom obsevanje z rentgenskimi žarki. To obsevanje mora pa kajpak nadzorovati in voditi zdravnik-strokovnjak.

Kakor vidimo, je manjvrednostni občutek zaradi mozoljev hudo nesparna zadeva in še prav nepotrebna povzru. Skrbni starši bodo znali svojim otrokom v nerodni dobi pomagati z nasvetom, s tolažbo in dobro besedo, zavedajoč se, da je razvojna doba tista, ki pogosto odloča pozneje o vsem našem življenju.

O podbradku

Podbradka se skoraj vsaka ženska boji. Dobro se namreč zaveda, da je z njim videti starejša in debelejša. Kakor vsake lepote napake se je tudi podbradka laže obvarovati, kakor ga potem odpraviti.

Vsaka, ki se boji, da bi dobila podbradek, mora predvsem paziti na lepo držo.



držo. Hodi naj pokonec in z dvignjeno glavo. Ženskam, ki zmerom hodijo s sklonjeno glavo, ohlapne mišice pod brado in osovraženi podbradek se prikaže. One, ki že imajo podbradek in bi se ga rade iznebile, naj si polagajo nanj mrazce obkladke. Priči ali robec naj pomočje v mrzlo vodo, ga zavežejo pod brado in puste na podbradku 15 minut. Navadje naj se hoditi z dvignjeno glavo, še važnejše je pa, da ponoči spa brez blazina. Nekaj noči jih bo to ovarilo pri spanju, potem se bo pa telo novi legi privadilo in bodo še bolj spale ko na blazini.

ŽENSKI RAZGOVORI

Z. Z. Ljubljana: V našem listu smo že večkrat opisovali telovadne vaje, ki bi prišle za vas v poštev. Vendar moramo pripomniti, da je večših struktur okostja takšna, da tudi s telovadbo ni mogoče doseči posebnih izprememb. Sodi, da premalo časa telovadite, da bi mogli govoriti o uspehu ali neuspehu. Telovadite torej redno dalje, vendar ne samo takšnih vaj, temveč tudi vaje za boko in za vse telo. Telo mora namreč biti sorazmerno, če naj bo lepo. Tudi o teh vajah smo v našem listu že mnogo pisali. Upoštevati morate še, da ste še mladi in da še rastejo in se oblikujejo. Morda ste kot otrok imeli navado, da ste se slabo držali, odtod tudi ozkoprsnost. Vendar ne izgubite poguma! Telovadite dalje! Če se vam bo pa zdelo, da je vse to brez uspeha, si pomagajte tudi nekoliko z obliko. Nekoliko podložena ramena, spredej razni naborki in vstavki izredno ugodno učinkujejo in večših optične čudeže delajo. Brž ko se vam bo pa zdelo, da je vzrok takšnega napačnega razvoja bolezenski, vprašajte za svet zdravnika-ortopeda. Šaška