

ljenje za reformo ženske noše. Ob priliki berlinskega ženskega kongresa se je javno izpregovorila o tem predmetu marsikatera beseda, vrhu tega ustanovilo se je v Berlinu posebno žensko društvo, katerega glavna naloga je, da reši to iz zdravstvenega stališča jako važno vprašanje. Ravno tam so se poklicale v življenje in poverile z izdelovanjem reformovanih ženskih oblek posebne izdelovalnice. Nek dunajski modni list je razpisal pred kratkem darilo onemu, ki izumi najboljšo spremembo ženske obleke, z ozirom na zdravje in praktično rabo.

Iz navedenih pojavov se lahko razvidi, da se je ženstvo poprijelo tega predmeta z vso resnostjo, katera pa mu vzlic temu ne pomaga, kajti prav to ženstvo, ki koketuje na jedni strani s svobodo, dá se tlačiti na drugi strani od trinožke mode.

Nova obleka naj bo vzor iz zdravstvenega in praktičnega stališča, a vendar naj ne žali mode, to je namreč vodilna ideja ženskega stremljenja, ki smeši razum prav tako, kakor današnja moderna ženska noša.

Tukaj se mora postopati radikalno. Ali napovedati boj največjemu sovražniku našega zdravja — modi —, ali pa rajši pustiti vse pri starem, kajti vsaka polovičarska reforma bila bi le nekak pesek v oči! Največji uspeh, ki nam ga je pričakovati od te ideje, bo pač nova moda, ne ptič, ne miš, ki pa ne bo ni za las mileja našemu zdravju od sedanje.

Ceprav pa se nam Slovenkam očita, da smo povsod najzadnje, vendar je mogoče, da prekosimo v tej točki glasovite sestre, nezmotljivega kulturnega naroda, kajti imenitna slovenska žena, jedna izmed najdičnejših hčerk majke Slave, obeča nas seznaniti s stalno narodno nošo, ki se bo gotovo ponašala z vsemi vrlinami, odgovarjajočimi zdravju in praktičnej vporabi.

Po nemškem priredila Márica II.

Slovenski operni pevec, Naval-Pogačnik, žanje, kakor poročajo dunajski in za njimi italijanski časniki, obilo hvale in slave v gledišči „an der Wien“, kjer se poje Puccinijeva opera „La Boheme“.

Kolesarstvo in zdravje. Zdravje in moč je glavno orožje človeku v boji za obstanek. Kedor hoče vztrajati v tem boju, mora skrbeti, da mu to orožje nikoli ne zjavi ali pa postane celo nerabno. „Ali je to gotovo?“ — „Ali mi to in ono ne bo škodovalo?“ Taka in jednaka vprašanja so vedno na dnevnem redu. Gotovo je, da so vprašanja celo umestna in njih prava rešitev bi morala biti prva skrb vsacega mislečega človeka, kajti v zdravem telesu biva zdrava duša.

Odkar se je kolesarstvo razvilo s tako nepričakovano močjo, da se mu klanja najvišja kakor najnižnja glava, pretresa i zdravnike i lajike vprašanje, ali je vožnja po kolesu blagodejna za zdravje. Splošni „da“ priporočja nam ta šport, kajti kakor vsak, je tudi ta velike važnosti za zdravje, *če se ne pretirava.*

Kakor vsaka stvar, tako ima sicer tudi kolesarstvo svoje prijatelje in sovražnike, vendar se pa število poslednjih vidno zmanjšuje. Moč in elastičnost, najpotrebnejši pogoji za telesno, kakor za duševno delo, odvisno je od živahnosti in čilosti naših mišic in živcev, katerih

delovanje pa zahteva tudi posebnega pozora in negovanja. Zdravniki priporočajo torej vsak šport, poleg tega pa seveda previdnost in vztrajnost, kajti le na tak način krepé se mišice in živci, povspešuje se krvotok in pretvarjanje redilnih snovij.

Na tisoče zdravnikov osrčuje nas za kolo, proslavlja je kot imenitno izumitev za povzdigo močij pešajočega človeštva. Vožnja po kolesu ne krepí samo mišic na nogah in rokah, ampak utrjuje tudi pljuča in spodnje telo.

Pljuča dihaajo hitreje in sprejemajo tako mnogo več kislika, kakor pri navadnem gibanji, pljučne celice se okrepe in utrde. Močna pljuča, močne prsi pa se mnogo lažje ustavljajo različnim vremenskim vplivom, kakor pa rahla, nežna, ki poznajo gimnastike dihanja le iz knjig. Konečno se kolo priporočja korpulentnim ljudem kot najbolje sredstvo zoper korpulenco.

Nek ameriški strokovni list je prinesel nedavno članek o kolesarstvu s posebnim ozirom na ženstvo: „Nekaj časa igra pri nas kolo sosebno za ženske imenitno ulogo, kar se tiče higijene. Medicinska fakulteta prepričala se je, da je kolo jedno glavnih sredstev za povzdigo in utrditev ženskega zdravja, sosebno z ozirom na spodnje telo. Domači zdravniki ne odsvetujejo ženskim nikoli kolesa, slabotnim je še celo posebno priporočajo. Slučaji, v katerih zastavijo vso svojo avtorito da premagajo predsodke in ugladé pot kolesa tudi v protivniške kroge, se vedno bolj množe in so najboljše priporočilo imenitnej iznajdbi.

Po nemškem: Márica II.

DOMA.

Male rane. Majhne rane, pred katerimi ni varna sosebno gospodinja nobeden dan, vidijo se včasih jako malenkostne, a vendar lahko postanejo ne samo nadležne, počasi celijo in se gnojé, puščaje potem grde obrastke, ampak škodujejo zdravju z zastrupljenjem krvi. Snažnost je prvi pogoj, da se rana hitro zaceli, sosebno če se takoj stisne n zaveže. Dostikrat je pa bilo orodje, s katerim smo se ranili samo nesnažno, recimo nož pri rezanji mesa, ker je posebno opasno pri crevih ali pa nesvežej divjačini, ker se pri razkrojenji beljakovin tvorijo lahko jako močni strupi. Tudi zaskali se lahko v kuhinji na starem lesu in najsi bode treskica še tako mala, vendar vcepi pod kožo bacile provzročajoče gnojitev.

Tudi v najugodnišem slučaju zadržuje nesnažnost celjenje rane in ravno snažnost je ono čarilo kojemu se zahvaljuje današnja kirurgija na tako sijajnih uspehih.

Ze iz rane curljajoča kri omije rano, ako pa se je bati, da tiči nesnaga globlje v rani, mora se izprati z vodo, katerej se je prililo malo kisa ali pa se vzame dvoprocentna karbolova voda. Še boljše pa je, kakor pravi Kneipp, slavnega spomina: da se raztopi v vodi malo belega galuna ali pa se jej primeša arnike. Sredstva za ustavljanje krvi naj se ne rabijo brez zdravnika, kajti kri, ki ostane v rani, se razkroji in zadržuje celjenje, pajčevina pa, katere se poslužuje naš narod še dandanes, v ta namen, onesnaži rano s prahom in drugo nesnago.

Kri se ustavi itak sama od sebe, če seveda ni ranjena kaka večja žila, kakor hitro se rana stisne in obveže. Če je pa krvavenje močnejše in se ponavlja, mora se ranjeni ud tako držati, da se krvotoku oteži pot do rane, ki naj se trdno povije, dokler ni zdravniške pomoči.

Po nemškem: Marica II.

Kako se ohrani žganej kavi prijeten duh! Ko se je kava sežgala, dene se takoj, še gorško, v močno in dobro se zapirajočo posodo in se posuje z dobro stolčenim sladkorjem. Potem se posoda zapre in se trese in premetuje z rokami in čez nekaj časa privleče se vsako zrno s sladkorjevo glazuro, katera brani, da kava ne izgubi prijetnega duha, katera nima čestilcev samo med ženskim svetom, ampak prav tako ga vedo ceniti i možki.

Sredstvo zoper kuhinjske ščurke. Kuhinjski ščurek, ta neokusni gost, dela gospodinjam mnogo preglavice, ker mu sosebnost v starih zidovih ni priti zlepa do živoga. Različna draga sredstva, ki so razglašena po časnikih kot smrtno orožje zoper to „črno vojsko“, nimajo navažno drugega namena, kakor polniti žepe onim, ki jih ponujajo in hvalijo. A neko prav ceno domače sredstvo lahko bi olajšalo mnoge gospodinje srce, da bi je poskusila. Ščurkom namreč baje grozno diši pivo! Kupi se torej starege piva, ki se dobi po ceni in se nalije v plitvo, samo znotraj jako dobro loščeno skledo ter se jim nastavi po noči v kuhinjo na tla.

Duh nastavljenega piva vabi ščurke z nevdržno silo bližje in bližje, da prilezejo drug za drugim na rob skleda od koder pocepejajo in splezajo v žlahtni „ječmenov sok“, kjer se potopé, kajti po gladkem lošču se jim ni mogoče rešiti.

Kar čez noč seveda ne pomaga niti to sredstvo, a polagoma in z vztrajnostjo mogoče, da koristi v gospodinjstvu.

FAMBURIC

dobiva se pri tvrdki

J. Stjepušin

Sisak



Cenike pošiljam vsakemu na zahtevo franko.

Jedini zastop

tovarne „GUTENBERG“ v Gradcu za
trgovinske registre zisten

„Patent Workman Chicago“

izvršuje vsako delo glede trgovinskih
registrov, brošur in plakatov po naju-
godnejših cenah.

Za naročbe in nadaljnja pojasnila
obrniti se je do glavnega zastopnika,

Arnolda Coen

TRST — Acquadotto 35 — TRST

Gabrielj



Piccoli

lekarnar

pri angelju

Ljubljani

Dunajska cesta

— Najvišje priznanje —
na II. mejnar. farm. razstavi v Pragi 1896
London—Pariz—Zenever 1892—1893.

Železnato vino

preizkušnega, zanesljivega učinka, ima v sebi
lahko prebavljiv železnat preparat, kateri učinkuje
pri slabotnih, na pomanjkanju krvi in na
živcih trpečih osebah, priporočljiv posebno
tudi za slabotne, blede otroke. III

Deset gramov tega preparata ima v sebi 25 miligramov železnatega kisleka in 10 miligramov izlečka iz skorje kineškega drevesa.

Lekarnar Piccoli v Ljubljani jamči za označeno, zmeraj jednako sestavo, potrjeno po kemični razkrojni dr. H. Hagerja v Frankobrodu na Odr in prof. Balt. Knapitscha, zapriseženega sodniškega kemika v Ljubljani

Steklenica imajoča pol litra velja 1 gld., 4 polliterske steklenice 3 gld. 60 kr., franko s poštnino vred 4 gld.

Naročbe odpošiljajo se točno proti poštnem povzetju.

Alessandro Levi & Minzi

Trst, via Riborgo, 21 in Piazza Vecchia
št. 21.

zaloga pohištva

in tapetarij vseh slogov, lastnega izdelka.
Bogato skladišče ogledal in vsakovrstnih slik. — Na zahtevanje ilustrovan cenik zastonj in franko. Naročeno blago stavlja se parnik, ali na železniško postajo, ne da bi za to računil stroške.

Li-t zhaja vsako drugo soboto in stane za vse leto 3 gld.; za naročnike „Edinosti“ pa 2 gld.; posamezne številke se bodo dobivale v Trstu v bakarnah: pri Chiozzi in pri g. Lavrenčiču (Piazza Caserma), pri Pipanu (Ponte della Fabbra) in pri Fratniku (Sv. Jakop po 12 kr. Rokopisi naj se pošiljajo uredništvu „Slovenke“, naročnina pa upravništvu „Edinosti“ ulica Molino piccolo, hšt. 3, II. nstr

Lastnik konsorcij lista „Edinosti“ — Izdavatelj in odgovorni urednik Fran Godnik. — Tiskarna Dolenc. Trst.