

# MATI IN GOSPODINJA

LETO 1931 - STEVILKA 17.

## Jeza

Morebiti je že kdo izmed nas kdaj videl sliko Mozesa, ki jo je napravil Mihelangelo.

Štirideset dni in štirideset noči je bil na gori Sinaj. Gledal je božje skrivnosti. Gledal veliko nalogo, za katero je Bog določil njegovo ljudstvo. Da bo to ljudstvo razodetje pravega Boga poneslo dalje in, da bo iz tega ljudstva prišel Odrešenik sveta. Te skrivnosti večnosti so ga objele z vso močjo na višni gore. Prišel je z gore, v rokah table zaveze.

Kakšen prizor se mu je nudil? Spodaj v dolini je stal daleč naokoli se bleščeč zlat kip — teleta. In okoli so plesali in peli in kričali na vso moč njegovi ljudje, njegovo ljudstvo, božje ljudstvo. Možje so vriskali, žene cvilile in božje ljudstvo je kakor nerazsodni otroci plesalo ringaraja okoli zlatega teleta. Prav tisti ljudje, ki so nedavno jedli čudežno mano in pili vodo iz skale, ki so molili Gospoda na gori, prav ti vidijo zdaj v zlatem teletu svojega voditelja.

Tedaj je popadla Mozesa sveta jeza. Kaj je vse ljudstvo znorelo? Ali ni niti enega pametnega človeka več med njimi? Kje je neki brat Aron, ki je z njim stal pred Faraonom in pogumno odgovarjal egiptovskemu tiranu? Kje pa so leviti in možje iz Judovega rodu?

O, Aron je med tem časom postal slabič. Z zvijačo je hotel vladati to ljudstvo. On je bil tisti, ki jim je naročil, naj prineso skupaj ves nakit ženâ, iz katerega jim bo napravil no-

vega boga. Upal je, da se žene ne bodo ločile od svojih dragocenosti, pa se je motil. Te ženske bi bile za ples in veselice morebiti dale še kaj več, kot pa samo svoje dragocenosti. In tako je speljal Aron ljudstvo na opolzko pot. On je bil tisti, ki je postavil zlato tele in zdaj stoji on, veliki duhovnik, sredi vriskajoče in plešoče množice. In drugi pametni možje — so se poskrili; seče v svojih šotorih in se boje; pustili pa so svoje sinove in hčere, da plešejo okoli malika, sami pa molče k vsej tej norosti — iz strahu.

V sveti jezi vrže Mozes kamenite table ob skalo, da se razlete. Potem prime zlato tele, ga požge, stolče v prah, ki ga strese v vodo, ki bi jo moralo ljudstvo z zlatim prahom vred popiti. Potem pošlje Levijeve sinove, da vsakega z mečem prebodejo, ki bi ga dobili pri malikovanju.

Grozovita jeza! Strašno je bilo pogledati velikega vodnika Izraelcev v tej jezi. In vendar je bila to sveta jeza, ker je bila pravična. Le pomislimo: ljudstvo, ki ga je Bog izvolil in določil za največje poslanstvo, da bi bilo nositelj božjega razodetja, ki bi nekoč vsemu človeštvu posredovalo mesnico in božjo milost in to ljudstvo, vse ljudstvo s svojimi duhovniki in velikimi duhovniki pozabi na to poslanstvo, sledi nekaterim kričačem, si napravi malika in se prepusti brezmišlno trenutnemu veselju in zabavi. Če bi v tem trenutku ne prišlo nekaj čisto izrednega vmes, če bi poslanec božji ne udaril med nje z vso močjo svoje jeze, bi bilo to ljudstvo za določeno nalogo izgubljeno.

Ta jeza je bila huda, ker je zdrobila malika v prah, pa ni bil to zadnji smoter, da bi malika zdrobila v prah, ampak, da bi zavrla grdobijo malikovalstva, zbudila ljudstvo k premišljanju.

Podobna jeza je dvignila tudi Gosпода, ko je prišel v Jeruzalem in je videl v templju prodajalce, kupčevalce in sejmarje. Tudi njega je zgrabila sveta jeza zaradi zločina nad božjo hišo. Tudi On je videl: tu ne pomaga nobena pridiga več, treba je dejansko pokazati. In si je naredil bič iz vrvi in je s silo izgnal vso družbo skupuhov, trgovcev in sejmarjev iz hiše svojega Očeta.

Ali je torej jeza vselej greh? Ali ni Bog v človeško naravo položil zmožnost, da vzkipi, ako vidi kaj nepoštenega? Ali ni s tem človeške volje sam podžgal k hitremu in strastnemu delovanju? Zlasti tedaj, če je treba veliki krivici napraviti konec?

Toda prav tisti Kristus, ki je prodajalce in kupčevalce izgnal iz templja, ki bi mogel svojega Očeta prositi, da bi mu poslal legijo angelov, prav tisti sedi nekaj dni potem sredi dvorišča na kamenitem prestolu, da ga opljuje rimska soldateska; da mu položi trnjevo krono na glavo, da ga ima za norca vsa druhal, on pa molči in se ne brani. Kje je njegova jeza?

Postavi se ti na njegovo stališče! Ali bi ne bila postala najmanj blazna od same jeze? Ali bi ne bila te hudobije s prekletstvom zdrobila v prah? Kristus pa molči.

Tu se učimo, kdaj je treba biti jezen, kdaj pa krotek in ponižen od srca!

## Če hočete imeti lepe rože

Rože! Rdeče, rožnate, bele, rmenе in še v nešteti drugih barvah cvetoče vrtnice! Kdo jih nima rad, kdo si jih ne želi na vrtu čimveč in čim lepših?! Pa kaj, ko so tako drage, pa še gotovo ni da bi se prijelo in cvetele. Po 15, 20, 25 Din so. Kdo more utrpeti za rože toliko denarja v teh slabih, hudih časih?! Bomo pa brez njih...

Ni treba. Ako se hočete sedajle novembra meseca malo pobrigati za ta najlepši okras vrta, pa si lahko in prav poceni pripravite na vrtu lepih vrtnic deset, dvajset ali celo še več, pa takih, ki bodo bolj gotove nego kupljene.

Povsod pri nas raste po grmovju divja roža ali šipek. Iz večjih in manjših bodečih šipkovih grmov so zrastle minulo poletje dolge, trnjeve šibe. Ako take šibe najprej s sekirico ali žagico in škarjami pri tleh otrebimo vseh stranskih, nerabnih in zlasti starejših izrastkov, potem pa previdno izkopljemo, dobimo izvrstne podlage za žlahodne vrtnice. Kdor je količkaj spreten in se ne boji hudega trnja, nakoplje v enem dnevu že precej takih debelc. Sicer nimajo posebno razvitih korenin, vendar pa so kljub temu taki rožni divjaki prav radi primejo in izvrstno rastejo v dobri, vrtni zemlji, ako le prav ravnamo z njimi. Pri izkopavanju je treba paziti, da obvarujemo vsaj tisto malo koreninic, kolikor jih ima tak divjak, ki je navadno zrastle iz večjega ali manjšega štora. Izkopane divjake polagamo na tla in jim takoj pokrijemo korenine z vlažnim listjem. Če je po debelcu kaj listja, ga je treba takoj osmukati, še preden šipek izkopljemo.

Izkopanim divjakom doma še enkrat pregledamo korenine in gladko obrežemo na podzemeljskem štoru vse stranske izrastke in starino, skrbno pa pazimo na drobnejše korenine in korenice. Nato pomočimo vsak štor, oziroma korenino v gosto mešanico iz kravjeka in ilovice in takoj nato posadimo divjake na tista mesta, kjer hočemo imeti rože. Sadimo precej globoko in zemljo čvrsto pritisnemo h koreninam. Pri sajenju ne potrebujemo nikakoršnega gnoja. Rodovitna, vrtna zemlja zadostuje popolnoma.

Sedaj imamo še važno, pa lahko delo. Vse posajene divjake pripognemo tesno k tlam in jih po vsej njihovi dolžini pokrijemo z zemljo. Ko bi jih namreč pustili pokonci, bi pri količkaj mrzli zimi gotovo zmrznili in ves naš trud bi bil zaman. Šipek je sicer sam na sebi, dokler ostane na mestu v grmovju,

neobčutljiv za zimski mraz. Ko ga pa izkopljemo, zgubi zvezo z zemljo in je zaradi tega tako občutljiv, da pozebe kakor žlahtna roža. Zato pa takoj na čla z njim in zemlje gor! Napačno bi bilo tudi, ko bi divjake posadili na kak prostor na gosto (kakor drevje v drevesnico) z namenom, da bi jih pozneje že požlahtnjene presajali na stalna mesta. Take na gozdnih divjakih vzgojene rože izvrstno uspevajo in dočakajo precejšnjo starost, toda le tedaj, ako jih precej prvotno torej še kot divjake — posadijo na stalna mesta. Za presajanje pa niso, ker imajo v to svrhu premalo korenin. Vrtnarji jih sade v jeseni v lončke, ki jih postavijo v cvetličnjak. Ondi jih zarana spomladi cepijo s cepiči, potem čez poletje pa presajajo na plano.

Na vrtu posajena in z zemljo pokrita šipkova debelca pustimo pod to odejo do aprila meseca. Šele tedaj, ko opazimo, da začno pod odejo čvrsto odganjati, jih dvignemo in privežemo h kolom. Poleti julija in avgusta meseca jih požlahtnimo na speče oko in naslednje leto imamo že lepo cvetoče žlahtne rože. O požlahtnjenju rož pa o svojem času. H.

## Za boljšo preskrbo Ljubljane z mlekom

Z ozirom na neugodne rezultate, dobljene ob nedavni splošni kontroli mleka, prihajajočega na ljubljanski trg, je mlekarsko društvo za ljubljansko okolico sklicalo širšo odborovo sejo. Seje se je udeležil ravnatelj državnega Higijenskega zavoda dr. Pirc, Centralno mlekarsko društvo v Ljubljani pa je zastopal tajnik Benko.

Najprvo je g. ravnatelj Pirc polnoštevilno zbranim odbornikom natančno razložil izide zadnje kontrole. Kot je iz njegovih izjav razvidno, bi bila lahko Ljubljana pri zadostni pažnji in poštenosti vseh dobaviteljev ter ob zadostni kontroli od strani merodajnih oblasti preskrbljena z res dobrim mlekom, saj se na primer povprečna tolačnost mleka sedaj giblje

okrog 3,7%. Kar se tice onesnaženja mleka, sodi, da je tu največ krivde na nepoučenosti proizvajalca, ki se ne zaveda dovolj, kako se mleko lahko onesnaži. Zato pa je naloga mlekarskega društva, da dela z vso vnemo na to, da bodo producenti, ki so člani društva, poučeni o pravilnem ravnanju z mlekom, predvsem o pravilni molži. Posebej opozarja na nevarnost zauživanja mleka, ki vsebuje gnojne celice od vnetja vimena. Da se prepreči dobava takega mleka, je dolžnost vsakega posameznega gospodarja, da nadzira zdravje svoje živine.

Tajnik Centralnega mlekarskega društva, g. Benko izraža svoje zadovoljstvo, da se je tako važne kontrole lotila zdravstvena oblast, ki je edino merodajna. Toliki množini neprimerne mleka je krivo to, da se je pri nas silno razpaslo *prekupčevanje z mlekom*. Navaja, koliko je to prekupčevanje škodovalo baš mlekarskim zadržugam, ker so prekupci prigovaljali kmetovalcem, naj raje dajejo mleko njim, kot pa zadržugam, ki stavijo na mleko tako stroge zahteve. Posledica tega je bila, da je bilo vsako delo za izboljšanje naše mlečne produkcije skoraj onemogočeno. Če bi pregledali rezultate Higijenskega zavoda, bi gotovo našli, da odpade največ neprimernih vzorcev na prekupce, oz. da je njihovo mleko najslabše.

Nato navaja nekatere vzroke gospodarskega značaja, ki so privedli do sedanjega položaja na mlečnem trgu. To je predvsem porast živinoreje in vsled tega povečana mlečna produkcija, kriza ostalih kmetijskih panog, pomanjkanje inčezemskih trgov za mlečne izdelke, itd.

Da se temu odpomore, smatra za nujno potrebno, da se poraba mleka znatno dvigne, ter da se najdejo trgi za naše izdelke v južnih krajih naše države. Glede Ljubljane pa je mnenja, da bo treba določiti rajone, iz katerih bo dovoljena dostava le tistim producentom, ki dajejo garancije glede snažnosti in pristnosti mleka, to se pravi, da

se podvržejo redni kontroli. Vse ostalo ozemlje naj se združno organizira, združne obrate istotako podredi strogi kontroli, prekupčevstvo pa čimprej iztrebi.

K izvajanjem obeh g. predavateljev se je razvil živahen razgovor iz katerega se je razvidelo, da je v okoličinah-producentih dovolj dobre volje, da se obstoječi nedostatki odpravijo, ter da so kontrole mleka celo veseli, ker se bodo na ta način najlažje iznebili onih maloštevilnih nepopoljšljivcev, katerih nepošteno početje se maščuje nad vsemi. Izvolili so poseben odbor, kateremu je poverjeno, da tekom zime izvede potreben pouk med producenti in stopi v stik z mestnim načelstvom radi kontrole, predvsem pa radi čimprejšnje omejitve prekupčevanja.

Baš med pisanjem tega poročila je pisec dobil v roke poročilo o mlečni kontroli mesta Züricha, ki poroča, da je bilo v l. 1930. od 3500 vzorcev preskušenelega mleka troje vzorcev zalitega, 24 vzorcev deloma posnetega, 32 vzorcev onesnaženega, skupaj 59 ali 1.6% neprimernih vzorcev. To je dokaz, kaj se da doseči z smotrenim delom in kontrolo. Naj bi bile ravno te idealne številke, vsem, ki se jih to tiče, v vzpodbudo, da bi šli na delo, in poleg drugega napredka, ki ga v Ljubljani vidimo, uredili tudi preskrbo z mlekom tako, kot to zahtevajo zdravstveni in narodnogospodarski interesi.

Žzdr. dr. Hugon Turk:

## Trihine ali lasnice

Najnevarnejši zajedavci višje živalske vrste, ki povzročajo bolezni in tudi smrtne slučaje med živalimi in ljudmi so trihine ali lasnice. So to črvički — oblotočniki, ki imajo svetovno ime trihina, slovenski jo nazivajo po obliki tudi lasnico. Za svoj popoln razvoj potrebujejo ti zajedavci dveh gostiteljev ali hraniteljev med katerimi posredujejo prenos (okužbo) navadno podgane in miši, ker visok od-

stotek teh glodavcev je okužen s trihinami in tako se nalezajo prašiči navadno, ako požro trihinozne podgane ali miši ali njihovo blato ali svinjino in s svinjskim trihinoznim mesom se okuž potem človek. Zato je surova ali premalo pečena ali skuhana svinjina vedno nevarna kot hrana človeška. Trihine se dobe tudi pri divjih svinjah, mačkah, psih, lisicah, dehorjih, medvedih, ježih, kunah i. dr. Tako pri svinjah, kakor pri človeku nazločujemo dvojno stanje (stopnje) razvoja trihin. Po povzittju trihinoznega mesa se razvijejo v tankih črevah gori navedenih živali ali človeka črevesne trihine, tu ležejo oplojene samice tekoma 5 do 8 tednov 8000 do 10.000 zarodkov, ki so prostemu očesu posamezne nevidni. Ti zarodki se hitro razvijejo, prederejo skozi črevesne žleze in resice v mezgovni in potem krvni obtok in po krvi v najrazličnejše mišice (meso), kjer se naselijo takorekoč za stalno, vsaj so jih našli pri svinjah čez 11 let, pri človeku celo čez 30 let še živeče (mišične trihine ali lasnice).

Zanimivo je, da se trihine pri živih prašičih skoraj nikoli ne morejo ugotoviti. Znaki bolezni so čisto neznačilni in se pri drugih boleznih ravnotako pojavljajo, posebno pri *rematizmu v mišicah*, s katerim se navadno zamenja. Treba je izrezati meso živim svinjam in ga pod drobnogledom ali trihinoskopom pregledati, pa tudi na ta način ne uspe vedno ugotovitev trihin, pač pa se s temi pripravami po zakolu precej lahko najdejo ti zajedavci. S prostim očesom pa se tudi pri zaklanih prašičih ne da z gotovostjo dognati trihin. Le če je meso prav zelo trihinozno in so črvički že stari ali celo že okameneli, je včasih mogoče opaziti na tenko rezanih koščkih svinjine, katero držimo proti luči, silno majhne bele pikice, s katerimi je meso ko s pepelom potreseno. Košci mesa se morajo odrezati iz mišice (mesa) prepone, žvekalke, jabolka ali med rebri tam, kjer mišice priraščajo ali preidejo v kite

Človek zboli radi trihin samo tedaj, ako je použil surovo ali neprepečeno ali neprekuhano svinjsko meso. Bolezen se pojavi bolj lahko ali pa tudi prav silno; to odvsi od števila použitih zajedavcev. Mogoče je tudi, da radi skupno použitega mesa oboli večje število ljudi in lahko umrje do 30% bolnikov. — Bolezen popade človeka v dveh štadijih (oblikah). Že dan po okužbi se pokažejo ojstre bolečine v trebuhu in bolnik je nekam slab. Četrtri dan se pojavi driska ali zaprtje, pokaže se morebiti tudi vročina, slast do jedi izgine, v želodcu je slabo, včasih bluje bolnik (prvi ali trebušni stadij bolezni). Po preteku 2 tednov se prikaže huda vročica (do 40 in 41° C), očasne veke zatečejo, nastopi velika slabost, neutolajljiva žeja, moreča bojazljivost, spanje zgine, od časa do časa duši človeka in nato sledi sološno hudo potenje. Nastopijo male pikčaste krvavitve v zunanji koži in sluznicah, nosne krvavitve, lisasti izpuščaji na koži; pridružijo se lahko vnetja ledvic, bronhij, celo pljučnica, vnetje prsne mreže, dilirji (blodnje), vnetje možganske mreže in pozneje silno oslajenje krvi in oteklina vranice. V tem stadiju nastopi lahko smrt, popreje pa človek silno shira. Drugače pa nastopi v 3. ali 4. tednu obolenje mišice (drugi stadij ali trihinoza mišičevja). Tedaj se pokaže zopet vročina in hude bolečine v mišicah, splošna oslabeleost, težko požiranje, v hudih slučajih zateče obraz in noge. Ako se naselijo trihine v življensko važnih organih, nastopijo gori navedena težka obolenja; človek lahko tudi oslepi ali nenadoma umrje.

Neznatno število trihin prenese človek navadno brez slabih posledic; če niso prizadeti važni organi, ozdravi tudi pri močnejši okužbi bolnik v šestem tednu bolezni, slabost izigne, polagoma izginejo tudi bolečine in trdost mišice in bolezen se preboli.

Vebče je trihina v naših krajih bolj redka, k temu pripomorejo posebno zboljšani svinjaki, zatiranje podgan

in miši v domovih, klavnica, konjačijah, strojarnah, pouk ljudi in v modernih klavnica preiskavanje svinjskega mesa z drobnogledi = *trihinoskopi*. Prav posebno, pa nas varuje tega silno nevarnega zajedavca naša kuhinja in običaj, da ne uživamo surovega ali slabo pripravljene mesa svinj ali celo psov. Trihinoza mesa pol stane neškodljiva, če se ga temeljito prekuha ali prepeče ali vsaj zelo in več tednov nasoli ali dá v dim *izsušiti*. Na zraku sušeno meso (>peršute<) postane šele čez tri mesece nesumljivo glede trihin, vendar se ga je bolje ogniti.

Najvažnejše varstvo zoper te skrajno nevarne zajedavce - trihine pa je vsekakor temeljito *zboljšanje svinjakov*, hlevov, gnojišč, greznic in kanalov, odstranitev vsakere nesnage iz teh prostorov in dvorišč, potem pa najodločnejši boj v zatiranju podgan in miši.

## Kaj bi rad povedal mladini

Pod tem naslovom je imel pisatelj gospod župnik Finžgar pretekli teden otvoritveno predavanje v šolskem radiu, Njegovo predavanje je bilo nekaj izrednega. Zajel je dušo mladega življenja in porabil za svoja izvajanja obliko, da bodo še dolgo ostala v spominu mladine. Pričel je je s spominom na Levstika, nato pa je sejal zlate nauke v lepih prisposodobah in doživljajih v srca mladine. Prvo je govoril o mladosti in moštosti. »Najlepša je mladost, mladost je le ena, ki ne pride več nazaj.« »V življenje greste, skozi življenje, ki bo zahtevalo možato prenašanje bolečin.« »Domovina potrebuje močnih junakov in ne milih Jer.« Dalje je govoril o autoriteti (veljavi) na podlagi dogodbice iz lastnega življenja: »Da bodeš vedel, kaj je tvoja dolžnost.« »Tudi ako bi me privezal oče s pajčevino k mizi, ni me držala vrv, ampak očetova autoriteta me je držala, da se nisem odtrgal in šel k vozu in na voz tlačil seno in potem jahal na konju domov.« »Brez autoritete bi bilo gorje državi, narodu in družbi.« »Države najbolj kulturnih

narodov čuvajo avtoriteto.« »Sveta je avtoriteta staršev, sveta avtoriteta učiteljev itd.« »Mladina, ki tepta avtoriteto družbe in človeštva, je grobokop družbe, naroda in države.« Nadalje je povedal v lepi dogodbici nekaj o ljubezni do bližnjega: »V ljubezni pritrpane keščke delijo bednim siromakom po barakah.« — »Delo je naša sveta dolžnost.« Lepo je g. pisatelj vpletel v lasten doživljaj dogodbico o priheda Cehov v naše kraje in o prebujenju in poglobljanju narodne zavesti za časa pisateljevih mladih dni. »Slovenska vzajemnost je bila tedaj še velik greh,« je opisoval pisatelj mladini težke čase, ki jih je preživljal naš narod in z njim naša doraščajoča mladina. Spodbujal je mladino, naj ne dela zaradi nagrade in priznanja: »Več kot vse to je zavest dolžnosti do dela.« Svaril je mladino, naj ne bo zajedavec ne v narodu ne v družbi. — Nad vse posrečena je bila pa zadnja slika: »Kdo je gospod?« Mar oni, ki se nosi po modi, ali hodi na promenade; se nič ne uči, pa laže, da vse ve in zna; vse kritizira in pregodnja, sam pa ni še ničesar storil; se smeji v gledališču pri žalostnem prizoru in gleda okrog, kdo ga bo posnema; ga je sram očeta in matere, ker mu nista dovolj »nobel«; ki zapravlja očetovo premoženje; ki odriva staro ženico s pločnika v blato, da gre sam po lepem; ki si pusti od matere čevlje snažiti; ki ga je sram nesti paket na pošto ali knjige v šolo, da raje iztrga liste iz nje in jih zmečkane nosi v šolo v žepu.« Vsi drugi smo pa delavci, delavci s krampom, delavci s črnimom, delavci ob hladu v gozdu ali delavci, ki vcepamo modrosti v glavo, ali sejemo kulturne brazde v narod.« »Bodimo delavci vsi in ne gospodje, bodimo ponosni, da smo delavci.« G. predavatelj je končal zopet z Levstikom in rekel, da je povedal vse »Naj si bo komu ljubo ali gorko!«

Učitelj: »Zakaj imenujemo tiste, ki pridejo na vislice, uboge grešnike.«

Polde: »Zato, ker bogatimi ne pridejo na vislice.«

## Razno

ga **Več kakor 100 vrst gob je užitenih.** Na ljubljanski trg pa jih pride komaj par vrst. Koliko več bi ljudje zaslužili in prihranili, ko bi nabirali več vrst gob in pripravljali iz njih začimbo za juhe in omake, ki je boljša kakor magijeve kocke. Premalo poznajo gospodinje knjigo »Naše gobe«, kjer vidijo naslikane gobe vseh vrst. Dobi se v Jugoslovanski knjigarni in morala bi jo imeti vsaka hiša.

ga **Začimba iz gob.** Dobre gobe nareži, posoli in prevri. Odlij krop in kuhaj naprej, da nastane bolj gost močnik. Deni v steklenke, zamaši in prevri steklenke. Lahko se doda gobam popra in lavorja.

ga **Orehovo jedro** ima v sebi 57% maščobe in 19,8% beljakovine. Lesničkovo jedro ima maščobe 6%, beljakovine 17,4%.

ga **Uživanje orehov** pospeši obtok krvi. Kdor uživa orehe redno, je krepak in rdečih lic. Ako ne deluje prebava, ako nagajajo žilci, uživaj vsak dan par orehov s kruhom. Kdor nima dobrih zob, naj si orehe zmasti.

ga **Orehi z maslom**, medom in črnim kruhom nasitijo bolj kakor vsaka pečenka.

ga **Uživaj samo zdrave orehe** in tudi teh ne preveč, ker se nabere preveč maščobe in oteži želodec.

ga **Obuvaj vsak dan čiste nogavice** in ohrani si boš krepke noge.

ga **Pri kupovanju perutnine** pazi na prvo pero ob koncu kril. To je pri mladih živalih priostreno, pri starih okroglo. Tudi ima mlada žival mehak prsni koš in bolj mehke kremplje.

**Prehrana po novih zdravstvenih načelih.** Po spisih dr. med. M. Bennerja in po zbirki kuharskih zapiskov gospe Berte Brupbacher-Bicher v Zürichu priredila Stefanija Humek, učiteljica gospodinjstva, 224 strani. Založila Jugoslovanska knjigarna v Ljubljani. Cena vezani knjigi je 40 Din, nevezani 30 Din.

# Za naše mame

Virgilij:

## Legenda devetna stega novembra

Položila v kraj je krono, knežjo  
in s skrbjo je težko, vedno težjo  
pohitela v zadnje nizke kroge,  
med ubežne kakor med uboge.  
Prvi boste, ki ste bili zadnji!  
Kruha deci je prinesla gladni;  
poljubila rane je trpečim;  
vstolažila srca je ihtočim;  
ogrnila nage je z odelom;  
luč pred svetim vnela je razpelom  
in molitev zdihnula je vročo,  
da je čula v sleherno se kočo:  
»Križani se Jezus jih usmili!  
Kaj so danes src na križ pribili!  
In odšla je spet v nebesa sveta.  
Kdaj se vrneš nam Elizabeta?

## Pečka

Nekega večera je postavila mati po  
jedi krožnik marelic na mizo. Otroci,  
bili so štirje, so se željno ozrli nanje;  
očetu in materi pa so se iskreče oči  
otrok zdele še lepše kot slastni sadeži.

Jurče, najstarejši, je gledal na ma-  
relice kot navdušen strokovnjak in za-  
trjeval, da je v marelicah združen okus  
po slivah in breskvah.

Lenica, druga, ki se je učila šivati,  
je hvalila žametno mehko kožo in než-  
ne barve tega sadja.

Rezika, tretja, se je tudi že odlo-  
čila med tem, ko je z željnimi očmi gle-  
dala na marelice. Tisto hoče vzeti, ki  
ima črne pikice na rumenordečkasti  
koži. O, samo če bo še na krožniku, ko  
pride ona na vrsto.

Toda Milan, četrti, zakaj je postal  
tako rdeč? Saj ga nihče ni nič kregal.  
S čudno zadrego gleda na krožnik.  
Znabiti ga begajo sadeži, ki so prišli  
danes prvič vpričo njega na mizo.

Medtem, ko oče zamišljen opazuje  
vedenje svojega najmlajšega, mali  
skrivši preštevava marelice: res, ena  
manjka.

»Ali ni kdo izmed vas,« pravi, »eno  
marelico že vzel?«

Po vrsti, kakor jih mati pogleda,  
zmajejo otroci z glavami. Ne, mami-  
ca,« pravijo drug za drugim.

Jurčetov odgovor je resnoben in  
dostojen, Leničin glas kaže, da ji je  
zoprna že misel na tatvino, Rezikine  
besede so pa že tako gola nedolžnost  
in odkritost, samo Milan bi se rad ne-  
kaj opravičeval. Zakaj li?

Zdaj začne izpraševati oče. On mi-  
slji, da so otroci v Milanovi starosti ve-  
likokrat bolj boječi, kot odkritosrčni.

Če je kdo izmed vas ukradel ma-  
relico,« pravi, »je to huda reč. Je pa  
tudi nevarna, celo zelo nevarna, ker  
imajo marelice pečko. Če pa kdo po-  
žre iz nevednosti z marelico vred tudi  
pečko, se zna zgoditi, da hudo oboli,  
umrje in takoj pride v vice, da se po-  
korj za svojo tatvino.«

Mučen molk nastane okrog mize.

Toda takoj izbruhne vznemirjen  
glas, kakor s težavo: »Saj nisem po-  
žrl pečke, pri oknu sem jo vrgel ven.«

To je bil Milanov glas, ki je brijdko  
zajokal, drugi otroci pa so busili v  
smeh, veseli, ker je mali tatič vseeno  
priznal.

## O miškah v krompirjevi njivi

Bila je nekoč miš, ki je stanovala  
v krompirjevi njivi. Ko je pa prišla je-  
sen in je listje padlo z dreves, je re-  
kla miš-mati svojim otrokom: »Otro-  
ci,« je rekla, »zdaj je jesen in kmalu  
bo prišel mož, ki je lastnik krompir-  
jeve njive, pa bo izkopal krompir. Me  
pa bomo morale proč in si poiskati  
drugo gnezdo.« Tedaj so miške zajo-  
kale in mati-miš je rekla: »Jaz mo-  
ram zdaj oditi in vam poiskati živeža,  
ljubi otroci! Le dobro pazite, če pri-  
de tisti mož, da mi boste vse pove-  
dale, kaj je rekel.« In miške so ob-  
ljubile, da bodo povedale. Potem je  
mati-miš odšla.

Ko je bila že daleč, je pa prišel tisti mož, ki je bil lastnik krompirjeve njive. Rekel je svojemu sinu: »Oj, letos je pa krompir lepo debel in okrogel! Jutri grem sosedove prosit, naj nam pridejo pomagat, da ga izkopljemo.« Potem sta oba odšla, mož in njegov sin. Miške so pa vse slišale, kaj je mož ruel. In ko je prišla mati-miš domov, so ji vse povedale. Mati-miš se je zasmejala in je rekla: »Ah, otroci, potem lahko še v miru tu ostanemo.« In res, možlastnik njive, je šel k svojim prijateljem in je rekel: »Pridite nam jutri pomagat krompir izkopati! Prijatelji so obljubili, da pridejo. Drugo jutro je šel mož s svojim sinom spet na njivo in je tam čakal na svoje prijatelje. Ti pa niso prišli, zato je odšel mož s svojim sinom domov. Ko se je pa zvečerilo, je spet rekla mati-miš svojim otrokom: »Jaz moram zdaj z doma, ve pa pazljive bodite, dokler se ne vrnem!«

Miške so obljubile, da bodo. Potem je mati-miš odšla. Ko je pa ni bilo več, je spet prišel mož, ki je bil lastnik njive, in je rekel svojemu sinu: »Oj, oj! Krompir je tako debel in okrogel! Moji prijatelji pa nočejo priti pomagat, da bi ga izkopali, in tudi moji bratje ne! Morava pač jutri sama priti, da ga izkopljemo.« In potem sta spet odšla, mož in njegov sin. Miške so pa vse slišale.

Ko se je mati-miš vrnila, so ji miške vse povedale. Toda mati-miš se to pot ni več zasmejala, ampak je rekla: »Otroci, če bo pa mož sam prišel, potem je že čas, da me odidemo in si poiščemo drugod gnezdo.« In ena dve tri so stekle s krompirjeve njive, mati-miš in njene miške. Ker pa niso vedele, kje bi dobile novo gnezdo, so se zglasile pri palčku, ki je imel svojo hišo konci gozda. Palček je sprejel mater-miš in miške v svojo hišo. Smele so se naseliti v podstrešju. Ko je pa prišel drugo jutro tisti mož na krompirjevo njivo, mišk ni bilo več nazaj in zdaj je tudi te zgodbe kraj.

Virgilij:

## Palček in sinica

Sedel je palček v živi gredi, sinici tožil je sosedi:

»Kako lahko je v enem letu, dobiti tisoč ptic na svetu!  
Kako težko je najti ptico,  
ki pévala bi ti resnico;  
sladkeje poje, nego čuti.«

Sinica stala na razgledu, tožila palčku je sosedu:

»Kako lahko je v enem letu, dobiti tisoč palčkov v svetu!  
Kako težko je palčka najti,  
ki bil bi srečen v skromni bajti;  
močneje vzdihla, nego čuti.«

## Kdo e prav ucani ?

Rešitev uganke v naši zadnji prilogi se glasi takole: Kmet je prepeljal najprej kozo preko reke, zelje je pa pustil pri volku, ker volk ne žre zelje. Potem je šel po zelje in ga prepeljal h kozo. Da bi pa koza zelja ne požrla, je vzel kozo zopet nazaj k volku. Nato je vzel volka in ga prepeljal preko reke k zelju. Četrtilč je pa prepeljal zopet kozo k volku in zelju.

Rešitev smo pa prejeli toliko, da so se pismonosu jermeni pri torbi potrgali, ko je nosil dopisnice reševalcev s pošte v uredništvo. 522 jih je uganke pravilno rešilo. Skoro toliko pa nepravilno. Tolikeya števila reševalcev žal ne moremo imenoma navesti, ker bi bila naša priloga potem samih imen polna. Zato pa Vam sporočimo samo ime onega, kateremu je sreča po žrebu naklonila lepo knjigo Količkovega strička: »Najdenček Jokec«. Prejel jo bo Zvonko Debelak, Otoče 3., pošta Podnart.

Profesor svojim poslušalcem: »Vidite tukaj, gospoda, tole je posebno lepa lobanja gorile. V naši državi sta sploh samo dve tako lepi lobanji gorile; eno ima naš muzej in drugo imam jaz.«

Učitelj: »Janezek, meni bo prav žal, ako boš prinesel v spričevalu iz računstva enojko domov. Poskusim še enkrat s teboj, da red popraviš. Povej mi, koliko je polovica od pet.«

Janezek premišljuje, preštevata na prstih in končno v zadregi pove: »Gospod učitelj, meni je težko. Ako rečem, da je dve, je premalo; ako rečem, da je tri, je preveč.«