

ŽENSKI SVET

GLASILO ŽENSKIH DRUŠTEV JULIJSKE KRAJINE

LETNIK I.

JANUAR 1923

ŠTEVILKA 1.

VSEBINA 1. ŠTEVILKE:

NAŠA POLJANA	Stran 1
OLESJA — A. J. Kuprin. (Iz ruščine poslov. P. Hočevarjeva)	3
REVMATIZEM. — Fran Milčinski	6
NAŠA ŽENSKA DRUŠTVA. — Milka M.	8
KAKO OBVARUJEMO NAŠO DECO JETIKE. — Dr. Volavsek Jos.	11
DOBRA GOSPODINIA. — Jerica Zemljanova	15
VEČERNA. — (Pesem). — Ulva	17
REČ ŽENAMA. — -sja	18
IZVEŠTJA : Društvena poročila . - Po ženskem svetu . - Materinstvo . Higijena . - Gospodinstvo . - Kuhinja . - Ročno delo . - Razgovori . Listnica uredništva	Stran 19, 20, 21, 22, 23, 54

„ŽENSKI SVET“ izhaja prve dni vsakega meseca. - Letna naročnina : L 14 ; polletna : L 7 ; četrtletna : L 3'50 ;
poedini zvezki : L 4'20. - Uredništvo in uprava : Trst, poštni predal 384. -
Odgovorna urednica : C. E. Godinova. - Tiska „Tiskarna Edinost“ v Trstu.

ŽENSKI SVET

Naša poljana.

Naša zemlja ima ugodno trgovsko in prometno lego, pa so že od nekdaj tujci grabili po njej. Mala je in zato tem pripravnejša. Preko nas so stegali Nemci požrešne prste do Jadrana, mi pa smo bridko občutili težo njihovih dlani. Udeještvovala se je v političnih, gospodarskih in prosvetnih pritiskih. Umevno je, da se nismo mogli kulturno razmahniti, saj smo morali svoje najboljše moči uporabljati za obrambni boj. Ne moremo se tedaj čuditi, če je tudi naša žena zaostala pri delu na oni njivi, kjer so žene večjih narodov obdelale že velike kose. Vidimo jih pred seboj, nekatere se nam zde celo v nedosežni daljavi. Ne moremo trditi, da je bilo vsako njihovo seme dobro; tudi ni vsako zdravo seme obrodilo zaželjenega plodu. Sufrazetke z odurnimi nastopi; pretirane tekmovalke na moških poljih, ki so za ženo neprikladna; boriteljice za nekatere hipermoderne reforme življenskih oblik: vse te ne morejo vabiti slovenskega ženstva v svoje vrste. Hudo pa nam mora biti pri srcu, ko vidimo drugorodne žene tako daleč pred seboj pri občekoristnem socialnem delu. Dobrotornost, skrb za sirote, nadzorstvo nad nemarnimi stariši, boj za nravno povzdigo novega rodu, borba proti lahkomiselnemu zapravljanju duševnega in telesnega zdravja, pomoč bolni deci, skrb za prosveto ženstva: vse te in slične panoge ženskega področja so drugod že krasno obdelane, zlasti pri Čehih. Da je danes češko-slovaški narod med prvimi v Evropi, ni mala zasluga njegovih žen, ki so z dolgoletnim smotrenim delom vzgajale novi rod in gladile pot onim socialnim idejam, ki so danes tako visoko dvignile kulturno in gospodarsko stopnjo te države.

Naš pogled sega še dalje, tja do onih delavk, ki se uspešno bore za politična prava žene. Tudi do njih gre naša pot, a je še daleč, daleč. Za tako delo so sposobne le one, ki so prehodile prej vse stopnje razvoja. Surovi nedostojni politični boji bi zadobili še umazanejšje oblike, ako bi se jih udeleževalo nezrelo ženstvo.

Premnogo drugega nujnejšega dela imamo še na svoji poljani. Žalosten je pogled po njej. Marsikje je še stara ledina, na premnogih krajih je vojna nametala trde kamenc gruče in zasejala strupen plevel, ki čimdalj silneje izsesava iz naše duševne grude one zdrave soke, katerim je bila celo vojna prizanesla. Razuzdanost in lahkomiselnost, zapravljivost, zanemarjanje najsvetejših človeških dolžnosti, neznačajnost, beda, bolezn, malodušnost: vsa ta ničvredna strupena trava razpreza nadležne korenine in duši mnoge zdrave mladike, ki so nekdam že tako bujno klile na naši njivi.

Ne moremo še stopiti v vrsto političnih delavk; preveč ledine moramo še obdelati, preveč plevela izruvati, premalo je še pognojena in izpočita naša poljana, da bi mogle že sedaj sejati to seme, čeprav ga ne smemo nikdar izgubiti z vidika. Doma smo v preozkih in prežalostnih razmerah, da bi se mogle postaviti v to vrsto svetovnih delavk. Pač pa bodi posvečeno naše delo blagostanju celokupnega človeštva, kar je končni smoter vsakemu socialnemu pokretu. Največje zlo človeštva je vojna, ki nastane kot neizogibna posledica plemenskega sovraštva. Naša pot gre zato v smeri narodnega pomirjenja. Koga zadene vojna močneje nego ženo! Saj je njeno glavno sredstvo ubijanje človeka, onega bitja, ki mu je dala življenje žena. Vojna je največji sovražnik žene, uničuje ji ono, s čemer je izpolnila svojo najsvetejšo prirodno dolžnost. Zato je ženstvo v prvi vrsti poklicano, da začrta vsakemu svojemu delu one smernice, ki vodijo k zblizanju narodov in k popolni odpravi vojne.

* * *

Naša duševna poljana je priprosta kakor naša gruda. Na njej živi poleg kmetice in služkinje tudi srednje izobrazena žena; manjka nam industrijskih delavk. Zato bomo sejale tako seme, ki bo moglo pognati korenine na naši njivi. Komur je na srcu napredek lastnega rodu in blagostanje človeštva, naj stopi v naš krog in sodeluje za prosveto ženstva, ki ima že po starem pregovoru važno in resnično nalogo: podpirati tri vogale skupni hiši človeštva.

Uredništvo.



OLESJA. A. I. KUPRIN. (Iz ruščine poslovenila P. Hočevarjeva.)

I.

Moj sluga, kuhar in tovariš na lovu, gozdar Jarmola, je stopil v sobo, pripogibaje se pod butaro drv, vrgel jo z ropotom na tla in sopol v premrzle prste :

„Uh, veter pa tak na dvorišču, gospod!“ je rekel ter sedel s prekrižanimi nogami k peči poleg zaslona. „Treba je dobro zakuriti v peči. Dajte mi ognja, gospod!“

„To se pravi, da ne pojdeva jutri na zajce, a? Kako misliš, Jarmola?“

„Ne... ne bo mogoče... slišite, kakšna vihra. Zajec zdaj leži in... pa ni mur-mur. Jutri ne boste videli ni enega sledu.“

Usoda me je vrgla za celih šest mesecev v odljudno vasico Volinjske gubernije, na mejo Polesja. Lov mi je bil tam edini opravke in edino veselje. Priznavam, da nisem oni čas, ko so mi ponudili, naj grem v to selo, niti pomislil, da se bo treba tako neznansko dolgočasiti. Šel sem celo prav rad. „Polesje... tišina... naročje prirode... proste nravi... pristne nature...“ sem premišljeval, sedeč v kupeju: „meni povsem neznan narod, s svojo posebno govorico... in, seveda, velika množica poetičnih legend, tradicij in pesmi“. Tisti čas (da povem vse) se mi je celo posrečilo, da sem natisnil v nekem malem časopisu povest o dveh ubojih in drugo o samomoru, ter sem teoretično vedel, da je opazovanje značajev zelo važno za pisatelje.

Toda... ali so se prebrodski kmetje odlikovali z neko posebno uporno nezgovornostjo, ali pa jaz nisem mogel pronikniti v njih življenje, moji odnošaji do njih so segali samo tako daleč, da so se mi že iz daleč odkrivali, ko so me zagledali in, ko so stopili tik mene, mrmraje izpregovorili: „gaj Buh“, kar je imelo značiti: „pomagaj Bog“.

Kadar sem poizkušal z njimi pogovor, so me vedno gledali začudeno in se celo delali, kakor da bi ne razumeli niti najpriprostejših vprašanj, in kar porivali so se proti meni, da mi poljubijo roke — stara navada, ostanek poljskega gospodstva.

Knjige, kar sem jih imel, sem kmalu vse prečital. Od dolgega časa — čeprav se mi je zdelo od začetka to neprijetno — sem poizkušal, da se seznanim s krajevno inteligenco v osebi: poljskega duhovnika, ki je živel 15 vrst daleč od mene, njegovega „pospoda organista“ krajevnega čuvaja, blagajnika sosednega posestva, ki je bil odpuščen podčastnik — toda izjavilo se mi je vse.

Potem sem se začel baviti z zdravljenjem prebrodskih prebivalcev. Na razpolago mi je bila: bobrovina, karbolna kislina, borova kislina, jod. Poleg svojega bornega znanja sem naletel tukaj tudi na popolno nemogočnost, da bi mogel staviti diagnozo, kajti bolezenski znaki pri vseh mojih bolnikih so bili vedno enaki: „notri me boli“ in „ne morem ne jesti ne piti.“

Prišla je k meni, na primer, stara ženska. V vidni zadregi se popraska z desnim kazalcem po nosu, z levico pa mi pomoli izpod pazduhe par jajec — pri čemer vidim za trenotek njeno zlatenično polt — pa jih položi na mizo. Zatem pa začinja loviti mojo roko, da bi jo poljubila. Jaz umikam roko in prepričujem starko: „Je že dobro, mati . . . pusti . . . nisem duhovnik . . . meni ni treba tega . . . Kaj te boli?“

„Notri me boli, gospod, prav tukaj notri, tako, da ne morem ne jesti ne piti.“

„Ali čutiš to že dolgo?“

„Kaj vem?“ mi odgovarja tudi vprašalno. „Pa, tako me peče, peče. Ne jesti ne piti ne morem.“

Pa če sem se še tako trudil, nisem vendar nikdar dobil bolj natančnih znakov boleznih.

„Le ne vznemirjajte se,“ mi je rekel blagajnik - podčastnik: „se bodo že sami ozdravili. To se kar prisuši kakor psu. Jaz, recimo, uporabljam samo eno zdravilo: salmijak. Pride k meni kmet: „Kaj ti je?“ — „Bolan sem“, pravi. Takoj steklenico salmijakovega špirta pod nos! „Poduhaj!“ . . . Puduha . . . „Poduhaj še! . . . močnejše!“ Poduha. „No, je bolje, kaj?“ — „Kakor da bi mi nekaj odleglo.“ — „Tako pa pojdi z Bogom!“

Poleg tega mi je bilo tudi odveč poljubovanje rok. (Nekateri so mi celo kar naravnost padali k nogam in mi hoteli po vsi sili cmokati čevlje.) V tem se nikakor ni kazala ginjenost hvaležnega srca, temveč samo stara navada, pridobljen v stoletjih suženjstva in nasilja. Zato sem se samo čudil onemu blagajniku - podčastniku, ko sem ga gledal, s kako hladnokrvno važnostjo je molil svoje velike rdeče tace kmetom pod usta.

Preostajal mi je samo lov. A proti koncu januarja je nastopilo tako vreme, da ni bilo mogoče hoditi na lov. Vsak dan je pihala strašna burja, po noči pa se je napravila na snegu trda ledena plast, po kateri je zajec lahko tekal brez sledu. Sedel sem v sobi in poslušal tuljenje burje — pa neznansko mi je bilo dolgčas. Umevno je, da sem se z največjim veseljem poprijel take nedolžne zabave, kakor je bilo poučevanje gozdarja Jarmole v pisanju.

Vendar se je začelo to dokaj originalno. Nekoč sem pisal pismo, pa sem v hipu začutil, da mi stoji nekdo za hrbtom. Ozrl sem se in zagledal Jarmolo, ki je kakor vedno neslišno prišel v svojih opankah.

„Kaj ti je, Jarmola?“ sem ga vprašal. „O nič, čudim se, kako vi pišete? Ali bi ne tudi mene tako . . . Ne, ne . . . ne tako kakor vi,“ je v zadregi hitel, videč, da se jaz držim na smeh. „Jaz bi rad samo svoje rodbinsko ime“ . . .

„Čemu bi ti pa bilo?“ sem se začudil . . . (Treba je pripomniti, da imajo Jarmolo za najrevnejšega in najbolj lenega človeka v vsem Prebrodu: svojo plačo in poljski dohodek zapija, tako slabih volov, kakor so njegovi, ni nikjer v okolici. Po mojem mnenju je zanj pisanje in čitanje popolnoma

odveč.) Še enkrat sem ga vprašal dvomljivo: „Zakaj pa je tebi treba, da se znaš podpisati?“

„Ej, vidite, kako je ta stvar, gospod,“ je odgovoril Jarmola nenavadno mehko, „v naši vasi ni nikogar, ki bi znal pisati. Kadar je treba podpisati kak list, ali kaj pri uradu, ali kaj drugega . . . ne more nihče . . . Starosta pritisne samo pečat, pa sam ne ve, kaj je na njem napisano . . . To bi bilo za vse dobro, če bi znal kdo pisati.“

Taka skrb Jarmole — vestnega gonjača, brezbriznega postopača, čigar mnenja bi niti najmanje ne upošteval vaški svet — taka skrb za občī blagor rojstne vasi me je kar nekako ginila. Sam sem se mu ponudil za učitelja. Ali, težko, težko delo je bilo to — vsi moji poizkusi, da bi mu razjasnil pojem čitanja in pisanja! Jarmola, ki je čudovito dobro poznal vsako stezo v svojem gozdu, skoro vsako drevo; ki se je vedel orientirati na vsakem poljubnem mestu; ki je po sledu znal razlikovati vse okoliške volkove, zajce in lisice — ravno ta Jarmola si n. pr. nikakor ni mogel predstavljati, zakaj tvorita črki „m“ in „a“ skupaj „ma.“ Navadno je pri taki nalogi mučno premišljal 10 minut, včasih tudi dalj, njegove upadle črne oči in njegov rujavi suhi obraz, ki je bil ves skrit v črno brado in dolge brke, je pa izražal najskrajnejšo stopnjo umstvene napetosti.

„No, reci, Jarmola, „ma.“ Reci samo „ma,“ sem mu prigovarjal. „Ni treba gledati na papir, glej samo mene, vidiš, tako! No, daj, govori; „ma.“

Tedaj pa je Jarmola globoko vzdihnil, položil papir na mizo ter izpregovoril žalostno in odločno: „Ne . . . ne morem“ . . .

„Kako, da ne moreš? To je vendar tako lahko. Reci samo, čisto samo — „ma,“ samo tako, kakor rečem jaz.“

„Ne . . . ne morem, gospod . . . sem pozabil . . . Vse metode, poizkusi, primerjave, vse se je izjalovilo pri tem prečudnem nerazumevanju. Toda Jarmolino stembenje k prosveti ni nikakor oslabilo.

„Jaz bi rad samo svoj priimek!“ . . . me je bojzljivo prosil. „D drugega mi ni treba, samo priimek: Jarmola Popružuk — in drugega nič.“

Popolnoma sem opustil misel, da bi ga mogel naučiti razumnega pisanja in čitanja, pa sem ga začel učiti, kako naj se mehanično podpiše. Na moje veliko začudenje se je izkazal ta način najbolj dostopnim Jarmoli, tako, da sva že proti koncu drugega meseca za silo skoraj napisala priimek. Kar se pa tiče imena, sva pa — k očividnemu olajšanju naloge — sklenila, da ga izpustiva popolnoma.

Zvečer, ko je Jarmola dobro zakuril peč, je nestrpno pričakoval, kdaj ga pokličem.

„No Jarmola, daj, uči se,“ sem rekel. Sramežljivo se je obotavljal in šel k mizi, naslonil se nanjo s komolci, vrtil pero med svojimi črnimi, ožuljenimi, negibčnimi prsti in me vprašal, privzdignivši obrvi:

„Pisati?“

„Piši!“

(Nadstjevanje.)

REVMATIZEM. (Fr. Milčinski.)

Najprej je imel revmatizem prijatelj Tomo in ga je negoval, odkar pomnim. Nikdar mu ni bilo dovolj zakurjeno, vedno je tarnal: „Marko, ako poznaš Boga, kuri peč!“ Marko je bil naš uradni sluga. Kar nas je bilo drugih na seji, smo vsi pojemali od puhteče vročine — on pa se je opravičeval: „Gospoda, vi ne veste, kaj je revmatizem!“ Nismo mogli, da vzdržimo, in smo se žurili, da končamo sejo in pridemo na sveži zrak. Če se je pa stvar krtovičila in se seja nikakor ni dala pognati k zaželjenemu koncu in se je bližala opoldanska ura, tedaj je prijatelja Toma rado prijelo, boleost mu je šinila preko lica in vsem se je smilil, ko nas je moral zapustiti sredi seje. Revmatizem je vražja reč! Pa smo po njegovem odhodu na stežaj odprli okna in pridno sejali še dve, tri ure.

Potem se je zgodilo, da sem nenadoma jaz začutil nogo. Boleti me je pričela v stopalu, nekako pod palcem, in me je bolela včasi bolj, včasi manj. Zlasti sem opazil, da mi hoja ne dé dobro. Švepal sem, ko sem prihajal s sprehoda, komaj da sem prilezel preko stopnjic in žena je rekla: „Kaj je to?“

„Mislim, da je revmatizem“, sem dejal. „Prijatelj Tomo ga ima že od-davnaj. Njemu pomagajo vroče kopeli; pravi, da tako vroče, da jih noga baš še strpi“.

Žena je ukazala in so mi pripravili za nogo kopal. Sodim, da je bila dovolj vroča, kajti izpustili so se mi mehurji, kakor je bila koža prišla v stik z vodo. Drugače pa mi je storila dobro, šel sem v posteljo in mi je žena nogo zavila v gorko.

Tomo pije veliko črnega vina, pa ne vem, ali zaradi revmatizma ali kar tako. Poiskal sem ga v dalmatinski kleti, da čujem njegovo mnenje.

Zdelo se mi je hladno v kleti in vlažno in sem izrazil svoje pomisleke in mu razložil svoje stanje.

Vprašal me je, kateri mesec pišemo; rekel sem, da april, pa je dejal, ali mislim, da bodo meni v čast kurili sredi poletja. Pozval me je, naj bom mož in naj naročim liter dalmatinca — videl bom, da mi bo odleglo.

Storil sem tako. Vino mi sicer ne diši in ga nisem vajen. Ali človek ne sme biti mehkužen, zdravil se ne kaže brniti, tudi če so grenka. Pa sva pila in vmes mi je prijatelj Tomo razkladal in se je junaški glas razlegal po kleti. „Boš že še izkusil, po čem je spak. Mene poglej! Dvajset let že pasem svoj revmatizem, dvajset let, vse sem že poizkusil, da se ga iznebin. Preganjal sem ga z lepo in z grdo, z mokroto in s suhoto, od zunaj in od znotraj. Glorija božja! Sem ga pregnal iz stopala, preselil se mi je v koleno; pregnal sem ga iz kolena, se mi je preselil, kaj vem kam. Boš že sam doživel in čutil in užival, kako se ti bo lepo šetal po tvojega rojstva kosteh. „Bog te požvižgaj!“ Trčila sva in izpila in je zopet nalil in me pozval, naj bom mož.

Naročil sem še eno, pa se je prijatelj Tomo razvnel in je razodel meni in vsej postorni kleti, kakšen je on mučenik, kadar se mu revmatizem naseli v desni roki. Glorija božja! Rad bi pisal v pisarni, toliko je dela, nak, pa ne more! Najrajši ga zgrabi tačas, kadar je največ dela. Pa ga drži in ga ne izpusti in lahko traja ta reč šest tednov ali še dalj!

Zamižal je, lice mu je izražalo globoko bolešt, naslonil je glavo v roko in mi pustil časa, da premislim mero njegove tuge. Potem je zopet dal duška pobožni želji, da bi me požvižgal Bog, in je izpil in nalil.

Ne vem, do katere ure sva sedela skupaj v poučnem razgovoru.

Drugo jutro me je bolela glava, v želodcu mi je godlo, kakor da je konservatorij notri, hudo mi je bilo in sem stokal.

Žena me je vprašala, ob korej sem prišel domov.

Odgovoril sem, da se mi zdi, da se mu je revmatizem iz stopal preselil v glavo.

Rekla je, da dehti moj revmatizem po vinu.

Te besede so me dirnile jako neprijetno.

Vstal sem in se napravil, da grem po svojih poslih. Komaj sem dobro stopil, se se mi pojavile stare bolečine v stopalu. To mi je bilo v veliko zadoščenje. Mislim, stopalo ni še nikogar bolelo od vina. Iz tega je posneti, kako ničen je bil žaljivi sum moje žene.

Molče sem šel, molče sem prišel, molče prenašal svojo bol, zraven jemal kopeli in se lečil s črnim dalmatincem.

Peti dan je rekla žena: „Moj dragi, pa bi vendar stopil k zdravniku, da te pregleda in svetuje.“ Pričenjal sem se ji smiliti, saj je vendarle plemenita duša.

„Ne,“ sem dejal, „k zdravniku ne grem. Zdravniki ne znajo drugega, nego da režejo. Revmatizem ni, kar bi se dalo rezati“.

Žena je zmajala glavo, skoro so se ji orosile oči. „Pokaži mi nogo, kje te boli!“ in si je ogledala stopalo. Zopet je zmajala glavo in je šla in vzela moj črevelj in segla vanj.

„Nak!“ je vzklinila. „Res si revež in še sam ne veš, kolikšen. Mu moli iz podplata žrebelj, pol palca je dolg in ga bode v meso, pa misli, da ima revmatizem! O, o, o!“

Res je bilo tako. Potolkli so žrebelj in ga spilili in je bilo vse dobro.

Sploh štejem za jako koristno, ako je ženstvo kos prvi pomoči v najobičajnejših boleznih.

Opozoril sem prijatelja Toma, naj bi mu še njegova gospa z večjo roko pretipala črevelj in tako zatrla vir bolezni.

Pogledal me je postrani, menda mu ni bilo prav, da je zdajci konec mojemu lečenju v kleti, in je izjavil, da so on pa tudi vsi predstojniki njegovi in tovariši že preveč vajeni njegovanja revmatizma; pogrešali bi ga in bi lahko nastale zmede v uradu, če bi nenadoma njegov revmatizem prenehal. Zato, je dejal, je bolje, da ostane, kakor je.

NAŠA ŽENSKA DRUŠTVA. (Milka M.)

Globoke brazde so zasekala vojna leta v življenje skoro vseh evropskih narodov. Trpeli so in trpe še dandanes v materialnem in moralnem pogledu; težko je reči, v katerem oziru več. Nekaterim narodom je vojna prinesla to, kar so želeli — in niso zadovoljni. Drugim je vojna vzela še ono malo, kar so imeli. Nezadovoljstvo, to je menda danes najsplošnejši pojav pri narodih vse Evrope. In to nezadovoljstvo je zavzelo že najrazličnejše forme. Zamorilo je v ljudstvu marsikatero dobro kal, pospešilo in razvnelo marsikatero prikrito strast. Narodi, stranke, zavezniki dolže drug drugega kot povzročitelje vsega zla, vsak se predstavlja kot žrtev drugega, močnejšega, brutalnejšega. Kdo naj razreši ta kaos?

Mnogo prosvetljenih duhov se trudi, da bi pomagalo svetu v tem pogledu. Za pomoč v gospodarskem oziru se oživljajo stara gospodarska društva, ustanavljajo se nove zadruge in različne organizacije, ki naj pomagajo na noge našemu malemu posestniku, obrtniku, delavcu.

Za povzdigo morale delujejo razna prosvetna društva, prenavljajo in ustanavljajo se knjižnice, ustanavljajo se takozvane ljudske univerze i. t. d.

Istotako se reorganizirajo različne velike dobrodelne akcije, n. pr. svetovna organizacija „Rdečega Križa,“ ki danes ni več to, kar je bil še do konca vojne. namreč, da je skrbel le za bolne in ranjene vojake in le pogostokrat ni to ne, ampak često je bil le nekaka sinekura za propadlo aristokracijo obojega spola.

Naj tu omenim češkoslovaški „Rdeči Križ,“ ki je zasnovan na najširši podlagi. Skrbi za izboljšanje ljudskega zdravja, ima svoje rešilne postaje, ambulance za splošne bolezni, posebej za tuberkulozne, za otroke; ima lasten kino, kjer prireja poučne predstave, združene s predavanji; ima svoj potovalni kino, ki neprestano kroži širom češkoslovaške republike. Češkoslovaški „Rdeči Križ“ izdaja tudi knjige, brošure, ima lasten mesečnik in celo krasno urejen mesečnik za otroke.

Poleg tega imajo Čehoslovaki velikansko organizacijo „Češko Srce,“ ki je razpredana po vsej čehoslovaški republiki in deluje tudi v tujini povsod, kjer so nastanjeni Čehoslovaki v majhnih kolonijah. „Češko Srce“ je sprejelo v letošnjih počitnicah samo iz Dunaja nad 1500 čeških otrok na počitnice, ne všteti onih iz drugih dežel, n. pr. iz Nemčije, Švice, Francoske i. t. d. Vsega skupaj je bilo na Češkem preteklo poletje nad 20.000 otrok po raznih letnih kolonijah. Ne bom naštevala še vseh dugih nalog te češke dobrodelne organizacije, ni to omenjam drugih sličnih organizacij, naj le navedem, da pri vseh teh organizacijah igrajo največjo ulogo ženske, ki zavzemajo tudi najvidnejša mesta v predsedstvih, v upravi in pri vodstvih raznih zavodov in inštitucij. Češkemu Rdečemu Križu n. pr. predseduje ženska, dr. Alica Masarykova, in njej ob strani sodeluje veliko število uglednih gospa in delavnih, strokovno izobraženih uradnic. Naj navedem tu geslo dr. Masarykove, ki

sem ga nekje čitala in ki se glasi: „Storimo vsak dan nekaj dobrega, pozabimo za trenutek nase, da bi v tem, da mislimo na drugega, našli svojo osebnost.“

Mi si pač ne moremo privoščiti vsega, kar si lahko privoščijo drugi veliki narodi, ki so poleg tega še sami svoji gospodarji. Toda mi se lahko mnogo naučimo od njih; moramo si jih le vzeti za vzgled, posebno kar se tiče delavnosti, vstrajnosti in požrtvovalnosti. Če se žene drugih, velikih in bogatih narodov toliko trudijo in žrtvujejo za blagor svojih bratov, ali naj me držimo roke križem? Ali naj se me postavimo na stališče: jaz ne bom delala za druge? Na to niti misliti ne smemo! S tem bi si zaslužile omalovaževanje in prezir vsega ostalega ženstva.

Da se enkrat zbudimo iz tega mrtvila, da pokažemo, da tudi me živimo z duhom časa, da imamo zmisel za težnje in potrebe našega ženstva, smo si ustanovile društva, katerih naj se oklene vse naše ženstvo v Julijski Krajini, in ki naj postanejo obraz in zrcalo vseh naših teženj, vsega našega stremljenja. — Imamo doslej: „Žensko udruženje“ v Opatiji, „Splošno žensko društvo“ v Gorici in „Žensko dobrodelfno udruženje“ v Trstu.

Glavne in najvažnejše naloge, ki so si jih postavila naša društva, so:

- I. dobrodelfnost.
- II. prosveta,
- III. pouk v ženskih ročnih delih, pospeševanje ženske narodne umetnosti

* * *

Dobrodelfnost je ena najvažnejših in najkočljivejših točk v programu naših organizacij. Važna zato, ker bo v neimovitejših slojih našega ženstva našla največji odmev. Moramo računati z dejstvom, da se bo vsaj 50% naših rednih članic vpisalo v organizacijo v nadi, da bodo imele od nje materijalnih koristi. Kočljiva pa je ta točka zato, ker bi, če bi se preveč izrabljala pri agitaciji, lahko izpodkopala tla društvu. Moramo se strogo držati navodila: malo obljubljeni, a to, kar obljubimo, za gotovo izpolniti. Jasno je, da mlado, komaj ustanovljeno društvo s tako nizko članarino, ne more delati čudežev, posebno ker mora imeti obzira tudi na druge organizacije, ki absorbirajo velik del našega narodnega davka. V začetku se moramo pač omejiti na skromne božičnice, na enkratne podpore v izvanredno težkih slučajih in slične male pomoči. Toda ob dobrem gospodarstvu in če bomo znale zainteresirati maso, ne dvomim, da bodo naša ženska društva zamogla doseči lepih uspehov na polju dobrodelfnosti. Potrebno je, da organizacija dela sporazumno z drugimi dobrodelfnimi društvi in ustanovami, kakor so n. pr.: v Gorici „Sirotišnica“, v Trstu društvo „Dobrodelfnost“, „Organizacija vdov in sirot“ i. t. d., da se prepreči neenakomerna delitev podpor in da se omogoči smotreno in uspešno delovanje na dobrodelfnem polju. Nikar naj ta društva ne gledajo drugo na drugo kot na nevarnega

tekmeca, ampak naj se vzajemno dopolnjujejo, naj si razdele delo; vsako naj deluje v začrtanem delokrogu, ker le tako bo njihovo delo doseglo zaželjeni uspeh.

Razven goriomenjenega delokroga dobrodelnega odseka naše nove ženske organizacije naj opozorim še na eno stvar, ki se mi zdi zelo važna in ki bi se gotovo dala polagoma vpeljati tudi pri nas. So to letne kolonije za šolske otroke, katere sem omenila že v začetku. V mestih imamo mnogo otrok, ki žive v najslabših razmerah, ob pomanjkljivi hrani, v tesnih, temnih in vlažnih prostorih, ki se zde napravljeni nalašč, da uničujejo nežna mlada bitja. Otroci se v takih stanovanjih ne morejo primerno razvijati, niti telesno niti duševno, blede in hirajo. Koliko bi koristilo takim otrokom, ko bi mogli vsaj mesec ali dva v letu prebiti zunaj mesta na čistem zraku! Koliko naše mladine bi rešili na ta način, ker bi sicer bila prisiljena prebivati neprestano v svojih nezdravih domovih in bi gotovo propadla.

„Žensko dobrodelno udruženje“ v Trstu je že medtem, ko je vršilo šele pripravljalno delo za svojo ustanovitev, mislilo na to akcijo. Požrtvovalne osebe so omogočile, da je bilo preteklo poletje poslanih na deželo preko dvajset tržaških slabotnih otrok. Skromen začetek, prvi poizkus, ki se je pa obnesel nad vsako pričakovanje. Otroci so bili poslani večinoma v postojnski okraj, k družinam, ki so jih zelo prijazno sprejele in jih negovale z vso ljubeznijo. Čast takim zavednim družinam!

Ne dvomim, da bi se našlo pri nas še več takih družin. K vsemu je treba ljudi vzgajati, tako tudi k dobrodelnosti. Ne vem, kaj bi n. pr. počeli naši ljudje, če bi hoteli naenkrat pri nas upeljati navado, ki je že davno ukoreninjena na Čehoslovaškem, namreč, da se vsak večer nabira po gostilnah, kavarnah i. t. d. v dobrodelne svrhe. Pripeti se, da pridejo v teku ene ure v kavarno ali gostilno po trije nabiralci: za Šolsko Matico, za Rdeči Križ, za invalide i. t. d. To bi gledali naši kavarniški in gostilniški gostje! To bi bilo žalitev in zasmehovanja: vse bi se uprlo takšnemu „beračenju“. Na Čehoslovaškem je pa to nekaj navadnega, nekaj samo po sebi umevnega. Vsakdo da rad, po svojih močeh; ko daje, se zaveda, da daje samemu sebi. „Narod sebi“ je geslo, ki je prišlo iz Češkoslovaške tudi že k nam in moramo gledati, da bo tudi pri nas našlo toliko razumevanja in da se bo tako ukoreninilo kakor tam, kjer vas noben kmet, noben še tako siromašen delavec ne bo zavrnil, če ga naprosite prispevka v dobrodelne ali narodne namene. In vendar je tudi tam draginja, tudi tam vlada brezposelnost in beda. Toda kakor v vsakem, tako je tudi v tem oziru čehoslovaški narod veliko pred nami. Ni nam bil zastoj že dolgo učitelj in voditelj. Posneli smo od njega marsikaj, daj Bog, da bi se naučili še tega, kar nam tako zelo manjka: požrtvovalnosti in ljubezni do nesebičnege dela.

(Nadaljevanje.)



KAKO OBVARUJEMO NAŠO DECO JETIKE. (Dr. Josip Volavšek.)

Tuberkuloza, jetika ali sušica je nalezljiva bolezen, povzročena po malih, s prostim očesom nevidnih bakterijah, imenovanih tuberkelbakteriji.

Jetika se ne podeduje; kal bolezní dobi otrok šele pozneje po rojstvu. Pač pa podeduje otrok razpoloženje — otroci jetičnih starišev zbolijo lažje na jetiki kakor otroci zdravih starišev. Ako je mati tako zelo bolna, da umrje na porodu ali takoj potem na jetiki, pride otrok vseeno zdrav (brez jetike) na svet (z izvanredno redkimi izjemami.) Pri sifilidi pa se n. pr. otrok okuži že v materinem telesu.

Glavni vir okuženja z jetiko je vedno in povsod jetični človek, ki izkašlja tuberkelbakterije in okuži z njimi svojo okolico ali naravnost ali pa tako, da trosi pri kašljanju in pljuvanju tuberkelbakterije na hrano, pohišstvo in druge predmete, ki pridejo potem v dotiko z drugimi ljudmi. Okuženje z živalsko tuberkulozo (v poštev pride posebno govedo, pes in mačka — pa tudi papige in kanarčki zbolijo večkrat za jetiko) je manjšega pomena. Relativno največkrat se še lahko okužimo z neprekuhanim mlekom jetičnih krav. Med govejo živino je jetika zelo razširjena. Zanimivo je, da se človek lahko okuži s tuberkulozo goveje živine, medtem ko človeški tuberkelbakteriji govedu ne škodujejo.

Jetika je pravzaprav otroška bolezen. Pretežna večina vseh ljudi se v otroški dobi okuži s tuberkelbakteriji in preboli nevedè in brez bolzní to infekcijo. Večkrat pa ostane ta infekcija skrita, latentna in izbruhne v poznejših letih v času, ko postane človek posebno dostopen ali razpoložen za obolenje na jetiki, ko telo slučajno vsled kakšne druge bolezni (španska, tifus, posebno pa malarija) ali vsled nezdravih življenjskih in klimatičnih razmer oslabi. Ako n. pr. šolske otroke preiskujejo s tuberkulinom, najdejo čez polovico pozitivnih reakcij, to je takih, katerih telo je bilo že enkrat okuženo s tuberkelbakteriji, a večinoma ni zbolelo. Pri odraslih pa najdemo skoraj v 90 odstotkih pozitivno reakcijo.

Telo ima sredstva, da do gotove meje uniči tuberkelbakterije, le večja množina močnih bacilov ali pa večkratno okuženje z njimi povzroči obolenje na tuberkulozi in to šele tedaj, ako je bil dotičnik takrat razpoložen za okuženje in obolenje. Samo bakterije še ne povzročijo bolezni, treba je tudi telesne dizpozicije in ta je večkrat važnejša kakor bakterije.

Najbolj občutljivi za tuberkulozno okuženje so dojenčki. Pri teh zadoštuje navadno že, ako samo enkrat pridejo v dotiko z jetičnim človekom. ako jim samo enkrat kašlja jetičnik v obraz, da zbolijo na jetiki. Disponirani so vedno, odporne sile pa nimajo nobene, tako da zapadejo dojenčki, ki zbolijo na jetiki, vsi v kratkem času smrti. Jetična mati negujè svojega otroka, ga doji in pestuje, pri tem pa mu kašlja v obraz, ga poljublja in mu tako nehotè in nevedè vcepi kal bolezní in smrti. Zato tudi postane dvakrat več

otrok jetičnih v družinah, kjer je mati jetična, kakor tam, kjer je oče bolan, ker pride mati večkrat in v večjo dotiko z otrokom kakor oče. V splošnem pa zboli na jetiki nad polovica otrok jetičnih družin.

Čim pozneje se otrok okuži z jetiko, tem lažje jo preboli; zato moramo posebno dojenčke in male otroke varovati, da ne pridejo v dotiko z jetičnimi ljudmi, s takimi, ki imajo odprto jetiko, ki kašljajo in pljujejo bakcile.

Večina ljudi se okuži z vdihavanjem tuberkelbakterij, le majhen del skozi želodec, to je z okuženo hrano. Tudi je potreba za okuženje skozi želodec veliko več bakterij kakor pri vdihavanju: pri morskem prašičku, na primer, zadostuje pri vdihavanju 100 bakterij, da zboli na jetiki, pri okuževanju s hrano pa mora zavžiti okoli 6 milijonov tuberkelbakterij, da zboli.

Najbolj nevarni so jetičniki, ki so težko bolni, pa še vendar hodijo okrog, kašljajo in trosijo po celem stanovanju bakterije (večkrat tudi po kavarneh in gostilnah, po parkih i. t. d.) prijemajo vse v roke in okužijo vsak prostorček, kamor pridejo. Največ ljudi se okuži pri kašljanju jetičnih bolnikov. Pri kašljupršijo iz ust male kapljice slin in sluz, katere so, ako pridejo iz jetičnih pljuč, polne tuberkelbakterij. Razločujemo ustne kapljice, ki pridejo iz ust pri govorjenju, in bronhijalne kapljice, ki brizgajo pri kašljanju iz ust; prve so navadno brez bakterij in ne nevarne, razven ako ima dotičnik tudi v ustih in goltancu jetiko; druge pa so polne bakterij in povzročijo največ tuberkuloznih okuženj. Pri močnem kašlju brizgajo ti delci slin do 1 m daleč naokrog, največ jih pa pade v razdaljo do 30 cm. Te kapljice padejo kmalu na tla, zato je treba tla okoli postelje takega bolnika večkrat na dan obrisati s cunjjo, pomočeno v lizolovo ali sublimatovo raztopino. Največ teh kapljic pada na posteljo, na odejo, na obleko, na bolnikov obraz. Kako lahko se otrok okuži, če biva in spi v isti sobi kakor bolnik, in večkrat celo v isti postelji! Ne samo da se otrok veliko veliko lažje okuži s tuberkulozo z vdihavanjem bakterij, temveč otrok se plazi tudi po tleh in pobira z obleko in rokami tuberkelbakterije in se tako okuži. Na tleh in v bližini tal je večina bakterij. To je pokazal tudi sledeči poizkus: v neposredno bližino postelje jetičnega bolnika so postavili 40 morskih prašičkov in sicer 20 na tla, 20 pa 1 m visoko od tal in so jih pustili en dan tam. Od onih 20, ki so bili na tleh, so vsi zboleli na jetiki, od onih 20 pa, ki so bili 1 m visoko od tal, pa samo eden.

Vsak, ki kašlja, naj drži robček ali pa vsaj roko pred usti, in tisti, ki je v njegovi bližini, naj se drži kolikor mogoče daleč od njega in naj obrne vsaj obraz vstran. Razven tega pljujejo nečisti bolniki na tla in izločujejo z izmečkom milijone tuberkelbakterij. Bakterije se iz pljuncev vzdignejo in pridejo v zrak samo tedaj, ako se pljunci posušijo in razpadejo v prah; vendar pa so do takrat tuberkelbakterije k sreči navadno že neškodljivi, posebno če je sijalo solnce na nje ali pa vsaj dnevna svetloba. Zato se v cestnem

prahu n. pr. še nikoli ni posrečilo najti živih tuberkelbakterij. Solnce in svetloba so največji sovražniki tuberkelbakterij in jih uničijo v najkrajšem času. Ako pustimo n. pr. rjuho, ki je vsa prepojena s tuberkuloznimi pljunci, vsaj 30 ur na solncu, ne dobimo več živega tuberkelbakterija na nji. — Kolikokrat so taki bolniki ravno zaradi tega, ker vsled bolezni niso zmožni za drugo delo, kot varuhi malih otrok, posebno na kmetih. Oni „varujejo“ otroke, se z njimi igrajo, jih hranijo, poizkušajo hrano in pihajo na žlico, predno jo dajo v usta. Tukaj so zopet dojenčki in mali otroci najbolj izpostavljeni okuženju. Večji otroci so vsaj podnevi večinoma zunaj ali v šoli in ne pridejo toliko v dotiko s takšnim „varuhom.“ — Na kmetih se tudi večkrat opazja, da se da hrana, ki ostane bolniku (temu kuhajo navadno kaj boljšega) otroku in to iz iste posode in z isto žlico. V spominu mi je družina, oče in mati zdrava, a vseh 5 otrok jim je umrlo na jetiki že v prvem letu po rojstvu. Rešitev te uganke je bila lahka: ko sem prvič obiskal to družino, sem videl, kako je stari stric, ki je imel baje naduho, v resnici pa jetiko, pestoval in hranil malega otroka in ga seveda okužil. Tako je postalo vseh 5 otrok žrtev tega varuha. Slednjič je tudi on umrl na jetiki; dva otroka, ki ju je imela družina po njegovi smrti, sta pa popolnoma zdrava. Danes se je pač težko izogniti okuženju s tuberkelbakteriji, saj ljudje, ki imajo odprto tuberkulozo in trosijo okoli sebe bakterije, niso ločeni od zdravih, kakor n. pr. na Angleškem. Vendar pa moramo skrbeti, da obvarujemo pred infekcijo vsaj dojenčke in otroke do šolske dobe in da jih ne okužijo že v družini. Največ ljudi naleze namreč to bolezen doma v lastni hiši. Tri pota imamo, da obvarujemo otroke jetike v rodbini, kjer je eden ali več družinskih članov jetičnih: prvič, da ima bolnik lastno sobo in ne pride v dotiko z drugimi člani družine, (dandanes večinoma nemogoče); tuberkuloza je bolezen revnih ljudi. V zaduhlih, vlažnih, prenapoljenih stanovanjih žanje smrt največjo žetev na jetiki. Otrok absolutno ne sme prestopiti praga sobe, v kateri prebiva jetični član družine, ne sme priti v nobeno dotiko z njegovo obleko, perilom ali posodo. Bolnik mora imeti seveda lastno posodo (krožnike, kozarce, vilice, žlice in nož, umivalnik,) lastno posteljno in telesno perilo. Njegova posoda in jedilno orodje se mora umivati ločeno od posode drugih in sicer v vroči vodi, v kateri raztopimo nekoliko sode. Perilo, (posebno robci) se mora pred pranjem namakati 24 ur v 2% lizolovi raztopini, ali se pa v lugu prekuhati. Kadar bolnik kašlja, naj drži robec ali pa vsaj roko pred usta. Pljuje naj v pljuvalnik ali najboljšo v pljuvalno stekleničko, v kateri je nekoliko razkuževalne tekočine, Parol ali alkalilizol, ki raztopi pljunce in najhitreje uniči bakterije. Navadni lizol ali sublimat ne raztopi pljuncev in ne more do vseh bakterij, ki so v sredi gostega sluzja. Pljuvalniki so najbolj higijenični fisti, ki so napolnjeni z lesno volno ali z žaganjem, katero se pri izpraznjevanju s pljunci vred vrže v ogenj in sežge.

Ako se ravnamo strogo po teh navodilih, bomo navadno obvarovali otroke okuženja v obitelji.

Druga in veliko zanesljivejša pot je ta, da odstranimo bolnika iz družine, da ga pošljemo v bolnico, hiralnico ali sličen zavod ali pa v zdravilišče, ako je še upanja, da okreva. Na Angleškem se morajo oddati vsi jetični, ki so nevarni za okolico, v hiralnice in bolnice, kjer jih obdržijo, dokler vsaj toliko ne ozdravijo, da izgubijo bakterije ali pa umrjejo.

Tretja metoda, ravnotako zanesljiva, pa je ta (posebno na Francoskem v navadi) da odstranijo otroke iz jetične družine in jih dajo zdravim ljudem v odgojo ali v primeren zavod, dokler dotični član družine ne umrje ali ozdravi.

Dispanseri ali oskrbovalnice za tuberkulozne pa morajo skrbeti, da najdejo in imajo v pregledu vse jetične, da nadzorujejo njih stanovanja, da ločijo zdrave od bolnih, da opazujejo sumljive i. t. d.

V šolskih letih pa mora država skrbeti za higijenične šole, da se počuje v zdravih, svetlih, suhih in neprenapolnjenih postorih, da se odstrani jetično učiteljstvo od pouka. Šolski zdravnik pregleda ob začetku leta vse otroke, bolne izroči iz šole, sumljive pa ima v evidenci in jih pri perijodičnih pregledih natančno preišče.

Vsak otrok, bodisi še tako močan in od zdravih starišev, lahko zboli na jetiki, ako se okuži z veliko množino močnih tuberkelbakterij, ali pa je stalno ali večkrat izpostavljen tudi manjšim infekcijam. Vendar pa tuberkelbakterije sami še ne zadostujejo, da se razvija tuberkuloza. Posebno pri starejših otrocih in odraslih se vidi, da se velikokrat okužijo 'n relativno redko zbolijo na jetiki. Telo mora biti razpoloženo za razvoj tuberkuloze. Ta dispozicija je lahko prirojena ali pa pridobljena. Kakor proti bakterijam ravnotako se moramo boriti proti dispoziciji za tuberkulozo. Otroke moramo pravilno vzgajati, da postanejo močni, dobro razviti, zdravi in neobčutljivi za vsako vremensko izpremembo. Tu je v prvi vrsti zračno in solnčno stanovanje. Kamor ne pride solnce in zrak, tam je bolezen doma. Važen pripomoček je prava in zadostna hrana. Dajte otroku dovolj in tečne hrane! Kdor preveč varčuje pri hrani, bo pozneje imel večje izdatke za zdravnika in zdravila. Ne kadite v otroški sobi in ne dajajte otrokom nikakoršnega alkohola! Vedno naj bodo čisti, umivajte jih in vsaj enkrat na teden jih okopajte, (dojenčke seveda vsak dan!) Vodite jih na izprehod, pri lepem vremenu naj bodo kolikor mogoče na prostem, v čistem zraku. Telovadijo naj, poleti naj se kopljejo na prostem, naj se zrači in solnčijo.

Otroke bomo očuvali jetike le na ta način, da jih obvarujemo pred jetičnimi ljudmi. Če jih pravilno vzgajamo, jim ne bo škodovala takoj vsaka najmanjša infekcija s tuberkelbakterijami.

Zdravniki, duhovništvo, učiteljstvo in sploh vsak, ki pride med narod, mora sodelovati v boju zoper to morilko človeštva.



DOBRA GOSPODINJA. (Jerica Zemljanova.)

Med vsemi poklici, kar jih spada v žensko področje, je gospodinjstvo najvažnejše. Kje pa je še poklic, ki bi stavil toliko zahtev in odgovornosti na žensko kakor baš gospodinjstvo ?

Žena gospodinja mora delati od ranega jutra do poznega večera za svojo družino — ne le samo z rokami, ampak tudi z razumom in s srcem. Misli in skrbeti mora, kako jo prehrani, obuje in obleče, kako jo ohrani zdravo, kako ji oskrbi stanovanje snažno in udobno, da se počuti zadovoljno in prijetno. Ona mora štediti in računati, obračati novce, da jih ne izda nepotrebno in ne pride koncu meseca v zadrego. Težak in odgovoren poklic in kdor nima srca in razuma na pravem mestu, ta mu ne more biti kos. Časi, ko se je moglo gospodinjstvo popolnoma prepustiti oskrbi plačane služkinje, so minuli, zakaj dandanes ni več tistih zvesto udanih poslov, ki bi oskrbovali gospodinjstvo z isto vestnostjo, zvestobo in ljubeznijo, ki je v gospodinjstvu nujno potrebna.

Za tako važen poklic bi morala biti tudi primerna priprava, katero pa žal pri marsikateri gospodinji prav občutno pogrešamo. Ako bi bilo po moje, potem bi pač gospodinjstva ne smela prevzeti nobena, ki ni napravila preje preizkušnje, da je zmožna biti temelj, ki podpira v družini tri vogale. Kakšna pa mora biti gospodinja, da bo znala izvrševati težko nalogo? Pred vsem mora biti dobra kuharica. Pravijo, da dobra kuharica slovi čez devet fara. To smo občutili prav posebno med vojno, ko ni bilo ne masti, ne sladkorja, ne moke, ne mesa in ne kruha ampak le buče, korenje in repa in še te le v malih porcijah. V teh časih je bilo prav posebno treba zbrati vse kuharske talente, da je gospodinja skuhala obed, vreden človeka. Ona, ki ni imela kuharskega talenta, ni znala iz živalske hrane napraviti človeškega obeda, je morala z žalostjo gledati, kako propada in hira njena družina. Tudi dandanes ni mnogo bolje. Živila se sicer dobijo vsa, toda po cenah, ki prestrašijo vsakega. Ali tudi tam, kjer je vsega na razpolago, ni kuharija tako enostavna, kakor si kdo misli. Zakaj med juho in juho, ki je skuhana iz enake količine mesa, ali med kruhom in kruhom, spečenim iz iste moke, je lahko velikanska razlika. Ta gospodinja kuha z veseljem, razumom in z ljubeznijo, ona z nevoljo in brez glave. Med tem, ko slaba gospodinja še krompirja ne zna skuhati okusno, ga zna dobra gospodinja pripraviti na 99 načinov, drug okusnejše od drugega. Nikakor ne zadošča, da jed želodec samo napolni. To zadostuje komaj pri živali. Pripravljena mora biti tako, da jo človek zavžije z veseljem in s slastjo, ker le taka prija njegovemu organizmu ter ga ohrani zdravega in krepkega in mu da moči za vsakdanje delo.

Dobra gospodinja vè, da se jed včasih že s kako malenkostjo izdatno poboljša. Pa ne samo, da je jed pripravljena okusno za jezik, tudi nos in

oko morata biti zadovoljena, to se pravi: pripravljena mora biti snažno ter podana v čisti posodi. Najsi je jed pripravljena še tako okusno, pa ti ne diši, ako jo dobiš v umazani posodi, ali ako dobiš v nji las ali muho. Pa tudi to še ni dovolj. Ako bi se ista jed vrstila dan za dnem, če tudi dobro pripravljena, bi se je človek konečno preobjedel in nič več bi mu ne šla v slast. Dobra kuharica mora dati hrani spremembe. Saj sprememba prija nele okusu, ampak tudi zdravju.

Toda vse te lepe lastnosti bi gospodinji ne pomagale dosti, ako bi ne znala pri vsem tem štediti. Štediti in varčevati, varčevati in štediti more gospodinja na ta način, da zna vsako stvar dobro uporabiti in da ne vrže ničesar proč. Varčevati in štediti na ta način, da daje svoji družini premalo jesti, ni pravo varčevanje. Dobro in okusno kuhati, pri tem pa varčevati, je prava umetnost.

Druga nič manj važna lastnost dobre gospodinje je snažnost in redoljubnost. Gospodinja, vajena snage in reda, ima oči po vseh kotih. Vsaka stvar ima določeno mesto, kamor se spravi, kadar se več ne rabi. Kar ne spada v sobo, v kuhinjo, tega redoljubna gospodinja ne trpi v nji. Najsi je stanovanje še tako priprosto, da je le vse lepo pomito in pospravljeno, pa je prijetno bivati v njem. Časih se dolgočasno stanovanje spremeni v prijetno, ako n. pr. postavim na okno par cvetočih cvetic, pogrnem mizo in mizico s čistim prtom. Tudi kuhinja mora biti v najlepšem redu. Posoda bodi vedno lepo umita in pospravljena, nikoli je ne smeš puščati umazane, da bi se pasel roj muh po nji.

Snaga pa mora biti tudi pred stanovanjem, na dvorišču, stranišču, vsepovsod. Le v snažnem stanovanju je doma družinska sreča, medtem ko jo iščeš zamanj tam, kjer ni reda. In ako gleda gospodinja na čistost stanovanja, gotovo tudi ne pozabi snage svoje družine. Najsi je obleka skromna, zašita in zakrpana, ako je čista, pa je lepa.

Snažnost in redoljubnost je pa tudi močna vez, ki pridrži moža doma ter mu napravi dom prijeten kraj, kjer se počuti zadovoljnega in srečnega.

Ako mož tega ne dobi doma, si poišče kraj, kjer se mu zdi prijetneje in to je gostilna.

So nekatere, ki se izgovarjajo, češ „nimam časa“, da bi vedno snažila in urejevala. Slab izgovor! Zakaj gospodinja, ki je vajena reda in snage, zahteva isto tudi od svoje družine, od svoje dece, ki ji pomagajo in jo podpirajo pri tem, da je vse vedno snažno in v redu. Ko se je dete nehalo igrati, mora lepo pospraviti igračice, učenec mora pa po končanem učenju pospraviti knjige in zvezke — potem šele dobi jesti in sme iti spat.

Redoljubna gospodinja se kaže tudi v tem, da zna razvrstiti vsakdanje delo zase in za vso družino, da je točnost in red tudi v hrani, da se ide ob določeni uri spat in ob določeni zopet vstaja. Kako prijetno je živeti in tudi delati v hiši, kjer gre vse po žnori. Tam ni nikoli nobenih zmešnjav, nikoli prepira.

Ako zna gospodinja dobro kuhati, ako je redoljubna in snažna, je že prav mnogo, a še daleko ne vse.

Gospodinja mora znati še sto in sto drugih stvari, da se imenuje dobra. Znati mora zlasti varčevati — ne le pri kuhanju, ampak povsod. Najbogatejša družina pride lahko na boben, ako ima zapravljivo gospodinjjo. Skrbeti mora, da vsak član družine pazi na to, da se nič ne poškoduje in da se vsaka poškodovana stvar takoj popravi.

Prav posebne važnosti za gospodinjjo je tudi, ga zna ravnati z bolnikom. Baš ob bolniški postelji pokaže gospodinja svoje najlepše lastnosti: požrtvovalnost, potrpežljivost, snažnost in ročnost v kuhanju. Zakaj bolnik mora imeti pred vsem snago, red in pravilno hrano, sicer je izgubljen.

In zdaj pride še točka, ki je za gospodinjjo — mater najvažnejša, hkratu pa najlepša, in ta je vzgoja otrok. — Vzgoja je pa nekaj tako vzvišenega, da se ne more dovolj pisati o tem. Dobro in lepo vzgojeni otroci so zaklad in veselje družine, so največja sreča narodova. Slikar in kipar ustvarita krasne podobe in kipe, katerih se veseli človeško oko, četudi so brez življenja. Mati pa nam z lepo vzgojo ustvari živ umotvor, nad katerim se radnje nele človeško ampak tudi božje oko.

Zdaj se nam pa usili vprašanje: kako, kje in odkod pa dobiti gospodinj, ki bodo imele vse te lastnosti? Z neba nam ne padejo, poskrbeti moramo sami zanje.

Po drugih državah so izpoznali že davno, da je najboljšo, kar sploh morejo dati svojemu narodu — dobre gospodinjje. Zato imajo že povsod gospodinjnske šole, kjer se nauče dekleta vsega, kar je treba za dobro gospodinjstvo. Kakšne so gospodinjnske šole, kako so urejene i. t. d. jo tem hočem napisati ob drugi priliki. Za danes rečem samo toliko, da bi bila sveta dolžnost vsakega državljana, kaj šele merodajnih faktorjev, delati na to, da ima vsak večji kraj gospodinjnsko šolo.



VEČERNA. (Utva)

Tiho gorijo	„Ave Marija,
zarje večerne,	Gospod je s Teboj,
v dalje gubijo	Zveličar vesoljstva,
se neizmerne.	glej, Sinek bo Tvoj!

Milo je zvonček	Tiho gorijo
iz line zapel,	zarje večerne;
božjo Skrivnost je	blagor vam, blagor!
v svet razodel:	dušice verne.



RIJEČ ŽENAMA. (—sja.

Žena može da bude čoveku andjeo ili vrag, ona drži u rukama njegovu sreću ili nesreću, može da bude njegov spas ili oružje koje ga ubija. Ona valja da njega proučava i jao njoj ako bi htela da sve podvrgne svome egoizmu, to će joj se pre ili posle osvetiti. Ona valja da svoje želje stopi s njegovima. Ne valja da započne otvorenu borbu protiv njegovim zlim običajima; u tome bi ona sigurno ostala pobijedjenom. Ona valja da nastoji da ga na lepe od zla odvraći. Neka nikad ne zahteva da se on slepo pokorava njezinim željama, jer bi ga to ponizilo pred drugima. Valja da se žena čuva bolesti ljubomora i da prama mužu bude uvek *iskrena, nežna i vesela*. Valja da u svemu bude uredna i da posvećuje veliku pažnju odevanju, osobito u kući. Mnoge žene misle da su lepe riječi, milovanja, veselost samo darovi, koji se davaju zaručniku; postane li on muž da on više toga ne treba. Ovoj pogrešci mogu mnoge žene da pripišu svoju bračnu nesreću.

Čar milovanja, lepe reči, nežnost i veselost u braku, međusobno razumevanje, pak kućni red, stroga čistoća, dobar stol, to su uveti bez kojih ne može da bude bračne sreće. Čovek, koji je po naravi sklon duševnoj hrani, ako ju ne nadje u ženi, tražiti će ju van braka, kod onih žena, koje, i ako ne osećaju, pretvaraju se, jer znadu da je to jedino oružje, kojim mogu, da ga sebi privežu. Žena valja da mužu uvek pokaže kako ona mnogo drži do njegova društva, ali i u tome ne sme, da preterava i da galami ako on jedan dio slobodnoga vremena posveti prijateljima ili športu. Kaže se da je brak lanac — e pa dobro; do žene je da bude od ruža a ne od gvoždja. Žena je u braku kormilar, do nje je da bračnu sreću ne nasuče i da je sačuva od nepogode vremena. Ne poričem, ima i u ljudima mana, koje se ne dadu popraviti, ali to ne biva često.

Što se tiče materijalne strane braka, financije su često uzrok velikog nesklada i nesreće u braku. I tu žena valja da bude dobar računar. Ona valja da to uredi tako, da nikada ne bude manjka, pa bio i neznašan. Mnogi je brak nastradao radi neumerenog luksusa žene. Iz strasti za lijepim odijelom mnoge su žene kadre učiniti da celi mesec stol oskudeva potrebom hranom. Mnogi se je muž latio revolvera i tim završio preterane zahteve svoje žene; ali ima i onih, koji su radi istoga razloga fizično živi ali duševno mrtvi, a to je još gore.

Eto dakle potrebe, da žena bude izobražena i upućena u različite obrte i zanate, jer će tako i ona, pokaže li se potreba, moći da doprinese financijskom poboljšanju obitelji i ne će se bojati mudre reči, koja kaže: „Kad potreba udje kroz vrata, ljubav pobegne kroz prozor“. Na ženi dakle leži budućnost bračne sreće. Žene valja da dobrim odgojem i ponašanjem pobiju onu koja kaže: „Brak je grob ljubavi“, te da dokaže, da je „*Brahram i život ljubavi*“.

IZVESTJA

DRUŠTVENA POROČILA.

Žensko dobrodelno udruženje v Trstu

je bilo ustanovljeno 8. novembra 1922. Organizacija šteje danes okrog 800 članic z okolico vred. Njegovo poslovanje je razdeljeno v tri odseke: a) dobrodelni, b) prosvetni, c) odsek za ročna dela. Vsi trije odseki že pridno delujejo.

Dobrodelni odsek za sedaj še ne more zaznamovati dejanskih zunanjih uspehov. Pomagal bo izvrševati težko delo svoji posestrimi «Ženski podružnici Šolskega društva» ter bo potom društvene prireditve pripomogel k čim izdatnejšemu obdarovanju bednih otrok za Božič. Obenem zbira sredstva za počitniške kolonije. Po naših družinah je mnogo slabotnih otrok, ki ne morejo vsled revščine nikdar dihati prostega svežega zraka. «Dobrodelni odsek» pa bo izkušal, da omogoči tem revčkom lepe počitnice. Z društvenimi sredstvi in s pomočjo požrtvovalnih oseb po deželi bo pošiljal v zadušnem letnem času slabotno mestno deco na deželo, na čist zrak in zdravo hrano.

«Prosvetni odsek» si je nadel nalogo, da ho skrbel za duševni napredek ženstva. V ta namen je priredil že par programatičnih predavanj. Glavno njegovo delo pa je bilo doslej osredotočeno v pripravah za izdajanje ženskega lista, ki naj bo društveno glasilo vseh naših ženskih organizacij in obenem posredovalec vsake dobre, lepe in koristne besede.

Tečaj za ročna dela. Pričel se je v Trstu tečaj za ročna dela, krpanje in šivanje na stari policiji pri Sv. Jakobu, v prejšnjem otroškem vrtcu.

Tečaj ni namenjen samo dekletom od štirinajstega leta naprej, temveč tudi ženam in materam. Morda so ga te še bolj potrebne! Koliko krpanja in šivanja za otroke! Ne zmajujte z glavami — češ, da nimate časa! Namesto da bi krpale doma, bodete krpale in šivale v družbi, v veseli družbi! In znebile se boste svojih kričačev za nekaj ur in ušesa se Vam bojo ohladila! Zmenite se s svojo prijateljico: dajte ji otroke za sredo popoldne in pridite vi v tečaj, v soboto popoldne pa vzemite vi njene in bo mogla ona priti med svet. Vam vsem bo to v razvedrilo in v pouk. Na razpolago so najrazličnejši kroji, tako da je ustrezno po možnosti vsaki. Objednem se vrši tudi tečaj za idrijske čipke.

«Splošno žensko društvo» v Gorici deluje že dalj časa. Kakor lani tako skrbi

tudi letos za čim bogatejše božično obdarovanje siromašnih otrok. Krasno uspeli Miklavžev večer beleži v društveni bilanci izdatno gmotno in moralno postavko. Društvo je priredilo tudi nekaj predavanj. Odsek za ročna dela ima v razprodaji veliko zbirko vzorcev za predpasnike, prtiče itd. Na razpolago so tudi nar. noše in podobni izdelki, ki so posebno priporočljivi dramatičnim društvom. «Spl. žen. dr.» ima sedež v Gorici v Trgovskem domu. Pisarna uraduje ob četrtkih od 2-3 pop.

Ženska podružnica «Šolskega društva» v Trstu je imela 11. novembra t. l. ustanovni občni zbor. Naše ženstvo je z obilno udeležbo pokazalo, da se zaveda svoje dolžnosti in razume vzvišeno nalogo, ki si jo je postavilo «Šolsko društvo». Izvoljene odbornice in porjenice so takoj pričele z delom; kot pridne čebelice nabirajo prispevke za božično obdarovanje naše siromašne šolske dece.

Zveza «Marijin Dom» v Trstu ima svoj sedež v ul. Risorta v lastnih prostorih. Pod okriljem «Marijinega Doma» stoji zavod sv. Marte, zavetišče brezposelnih služkinj. Te dobe tam proti mali odškodnini hrano in stanovanje. Dekleta ostanejo pod nadzorstvom zavoda tudi po nastopu nove službe. Zato je «Marijin Dom» neprecenljive vrednosti za naša poštena, neizkušena dekleta, ki pridejo za kruhom z dežele v mesto.

«Marijin Dom» ima tudi lepo, prostorno dvorano, kjer se vrše dramatične predstave, otroške igre, predavanja, ki so čestokrat združena z res lepimi skiopatičnimi projekcijami. Zato pa je ta dvorana priljubljeno zbirališče naših deklet, saj je zanje v njej kos domovine, kjer za par uric pozabijo, da so v tujini.

Za božične praznike se vrši v «Marijinem Domu» običajna božičnica, ki je na prvi praznik namenjena članicam «Marijine Družbe», na drugi pa tudi nečlanicam. — Ko zro tedaj na božično drevo in poslušajo mehke melodije božičnih pesmi, se marsikateri zaleskečejo solze v obeh: o, kje si, domovina? — Ob tej priliki se vrši tudi obdarovanje revnih otrok, za kar skrbi poseben odsek «Marijine Družbe». Tu se pokaže požrtvovalnost slovenskega dekleta v žarki luči: svoje žulje prinese na oltar naše domovine.

Zveza «Marijin Dom» podpira tudi dobrodelne ustanove, kakor društvo «Dobrodelnost» in «Organizacijo vojnih sirot», katerim prispeva z dobički svojih predstav.

A. Čokova.

PO ŽENSKEM SVETU

V Jugoslaviji je nad 200 ženskih društev, ki delujejo na socialnem, prosv. in gospodarskem polju. Skrb za sirote, zanemarjeno in bolno mladino tvori glavno točko njihovega programa. Tudi propagandno delo za politična prava in soc. povzdigo ženstva zavzema dokaj važno mesto v društvenih programih. Skoraj vsa udruženja so nadstrankarska, le da nekatera izrazitejše povdarjajo verski svetovni nazor.

V Italiji je bil ženski pokret v primeri z drugimi zapadnimi državami malo razvit. Vendar je bila že l. 1892. ustanovljena v Milanu «Lega per la tutela degli interessi femminili». Kakor drugod, se je tudi med Italijankami začela l. 1919. živahna človekoljubna in politična delavnost. Tistega leta so bile dosegle izredne uspehe v borbi za politične pravice; upravičeno so upale, da dobe z l. 1920. volilno pravo. Ilitre spremembe na vladi pa so ovirale udejstvitev teh nad in danes zopet čutimo, kako je tudi v tej državi ženska pot do volišča še dolga in težka.

MATERINSTVO

Pod tem naslovom bo naš list redno prinašal razne pučne nasvete za žene-matere. Materinstvo je pač naš najvažnejši poklic; priroda sama nam ga je določila. Dala nam je zato mnoge prirojene sposobnosti; a vendar potrebuje mlada mati še mnogo pouka, nasvetov in izkušenj. Saj vidimo v vsakdanjem življenju, kako nespretne so še matere novinke, kako jih najde porod nepriljavljene, kako so v zadregi, če je otrok bolan ali če njih lastno zdravje ni v redu. Mnoge napačno hranijo otroke, mnoge jim ne znajo dati potrebnega duševnega pouka. Uredništvo «Ženskega Sveta» je zato naprosilo priznane zdravnike, dobre babice in izkušene matere, da bodo priobčevali v tem listu pojasnila in navodila, ki so potrebna ženi v vsakdanjem življenju, da si odgoji krepke in dobre otroke, da ohrani zdravje sebi in družini.

Mleko za dojenčke. Edino pravo hranivo za dojenčka je pač materino mleko. Zato je najsvetejša dolžnost vsake matere, da doji otroka. Če je pa mati tako nesrečna, da iz kateregakoli upravičenega vzroka ne more tega storiti, se mora pa dobro poučiti, kako je treba pripravljati otroku drugo mleko. Kravje in kozje mleko že samo na sebi nima one redilne in zdravilne sposobnosti kakor žensko; če ga pa mati ne zna pravilno kuhati, shranjevati in podajati

otroku, pa je lahko celo škodljivo. Ker so nežni otrokovi organi tako zelo občutljivi, je napačno prehranjevanje že marsikdaj povzročilo detetu smrt. Zdravniki so dokazali, da umre že v prvem mesecu približno petkrat več otrok ob kravjem mleku kakor pa pri materinih prsih. V poznejših mesecih je pa razlika se večja.

Vsako pomolženo mleko ima v sebi dvojne bakterije, to so male, nevidne glivice, ki delujejo, da se mleko pokvari, in pa take, ki povzročajo bolezni. Te se naselijo v mleko večinoma potom nesnagne; lahko jih pa dobi mleko že v vimenu, če so krave ali koze jetične. Zato se mora vime pred molžo dobro osnažiti, mlekarica mora molzti s čistimi rokami in v čisto golido. Dobro je, da stoji kdo ob kravi pri repu, da živinče ne oteplje v golido in ne okuži mleka. Bakterije se posebno hitro množe v toplém mleku, zato moramo imeti mleko vedno na hladnem kraju. Predno damo dojenčku mleko, ga moramo razkužiti, to se pravi, uničiti bolezenske kali, ki so gotovo v vsakem mleku. To delo je jako preprosto: vreti mora 1 do 2 minuti, pa poginejo v njem bakterije. Čimprej prevremo mleko, tem bolje je. Potem pa ga moramo prav hitro ohladiti in postaviti na hladno v pokriti posodi. Ko dobimo zjutraj mleko, ga takoj odmerimo, kolikor ga potrebuje dojenček za 24 ur. Nato mu takoj primešamo vode ali drugega razredčila, dodamo sladkorja in dobro prevremo (2 minuti). Da se ne pripali, ga večkrat pomešamo in kuhamo pri malem ognju. Priliti moramo toliko vode oziroma druge tekočine, kolikor je primerno za posamezno dobo otrokove starosti. Ko je mleko vrelo 2 minuti, ga pokrijemo in postavimo v skledo mrzle vode. Voda pa se kmalu segreje, zato jo moramo večkrat menjati. Ko je mleko docela hladno, ga postavimo na mrzel kraj, najbolje zopet v mrzlo vodo ali moker pesek. Za mleko je najboljši tak lonec, ki ima «šobo ali nosek», da ga lahko takoj nalivamo v stekleničico in nam ni treba zajemalke; če namreč ta ni popolnoma snažna, se lahko mleko nanovo okuži. Otroka pa ne sme dobiti mrzlega mleka, zato ga moramo zopet segreti. Steklenico z mlekom postavimo v lonec vroče vode, da se segreje. Da poizkusimo, če ni prevroče, ga vlijemo na roko par kapljic; nikdar pa ne smemo pokušati iz steklenice, ker ga lahko okužimo. Nekatero matere mislijo, da je bolje, če mleko še vsakokrat sproti prevro. Dokazano je, da vrenje sicer uniči bacile, a uniči tudi hranilno vrednost mleka. Čim večkrat ga prevrevamo, tem težje ga prebavlja

otroški želodček. Zato so taki otroci večkrat zaprti.

HIGIJENA

Zračenje. Nekako neradi odpiramo pozimi okna, vse preveč mraza nam pride v stanovanje, ali ne? In vendar jih moramo, zakaj čist zrak dobimo le od zunaj in čist zrak nam je prepotraben. Nekatero gospodinje odpro samo zgornja okna in le malo, ter skrbno zapirajo vrata, da ne bi nastal prepih. Pa puste tako odprta okna tudi vse dopoldne in so prepričane, da store prav. Ljudje se najbolj boje prepaha — vse drugo je postranska stvar. Pri takem zračenju pa nam uide ves gorki zrak izpod stropa in soba se temeljito shladi. Ne samo zrak, tudi stene in pohištvo se zmrazi. Odprimo okna in vrata na stežaj za nekaj hipov, da pospešimo prepih, pripravimo in odprimo nekolikokrat kolikor mogoče hitro okna ali na vrata. Zrak se premeni hitro, peč. stene in pohištvo pa se ne shladijo in izžarivajo svojo toploto in soba ni premražena.

Če kurimo v spalnici, je dobro, da zvečer okno vsaj nekaj hipov odpremo.

A. F.

Štetje denarja. Z denariem se prenese marsikakšna bolezen in treba je, da pazimo kolikor mogoče, kako ravnamo z njim pri štetju. Kovinast denar ni tako nevaren, ker oksidira in na oksidih se ne razvijajo bacili. Drugače pa je pri papirnatem denarju. Tudi tu sicer ni nevarnost tako velika, kakor si to nekateri ljudje predstavljajo, vendar pa moramo strogo paziti vsaj na nekaj. Če štejemo bankovce ne smemo prstov sliniti, da bi lažje šтели, ker s tem prenesemo bacile na ustnice. Skozi zdrave ustnice sicer bacili ne pridejo v kri, toda nevarnost je velika, če so ustnice razpokane. Zadoštuje tudi tako majhna razpoka, da niti ne vemo zanjo in nastanejo dolgotrajna vnetja, ki povzročajo hude bolečine.

GOSPODINJSTVO

Kurjenje. Zima je tu in morali smo pričeti kuriti, čeprav nekoliko neradi — zopet delo več v gospodinjstvu. Prava kuriva kurjenje samo na sebi in snaženje peči, vse nam vzame čas, ki nam je tako dragocen! In vendar mora biti, ker drugače je nemogoče vsako šivanje, pisanje itd. Ali novem vam, kako si uredimo pri nas, da nam je vse nekoliko lažje. V prvi vrsti imamo pripravljen papir za netenje — že od poletja in še preje sem. Ves papir, namesto da bi ga vrgli v smeti, tudi majhne

koščke, smo metali v precej veliko škatljo. Ko se je škatlja napolnila — in napolni se kmalu, sem ga namočila v vodo za nekaj ur. Ko se je dobro razmočil, da je bil ves mehak in se je dal dobro mečkati, sem ga zmečkala v podolgovate, kolikor mogoče trde kepe in ga nesla v podstrežje sušit. Poletno sonce in jesenske sane so ga temeljito presušile in ni mi treba delati nikakih trščic, če hočem zakuriti peč. Spravljali smo pa tudi vretenca od sukanca, zakaj koliko se nabere teh v gospodinjstvu, vidi človek šele, kadar jih spravlja. Nadalje smo spravljali vse lesene škatljice, n. pr. od cikorije in iz kartona in vse to nam pride prav. Zakurim šele po kosilu, ker komaj takrat pridem do miru. Dopoldne mine s kuho in pospravljanjem. Proti večeru se kurjenje neha, tako da zvečer lahko osnažim peč in pripravim vanjo kurivo za drugi dan. Drugi dan pa podtaknem samo žveplenko.

A. F.

Čevlji. Nove čevlje mažem po podplatih toliko časa z oljem, dokler ga nič več ne vpijajo, zato da se ob slabem vremenu ne napijejo vode.

Otroci bi se morali že od malega navaditi, da osnažijo čevlje zvečer sami, potem pa jih položijo postrani, ne na podplate. To pa zato, da se podplati čez noč temeljito presušijo. Če čevlji niso blatni, je zadosti, da jih namažemo samo vsak drugi dan z mazilom. Mazilo namreč zapira luknjice v usnju in to za nogo ni zdravo, ker se noga ne zrači. Vsak vt. da tudi galoši niso zdravi za noge, ker so neprodušni. Treba jih je odložiti takoj, ko pridemo s ceste. Ravnotako niso zdravi lakasti čevlji, ker ne propuščajo nič zraka.

A. F.

KUHINJA

Za Božič. Gorčica. Na 13 dkg gorčične moke (se dobi v škatlicah v trgovinah istvin far. di senane) vlijemo $\frac{1}{2}$ l vrelega belega vina in jo pustimo 48 ur. Pri ognju raztonimo 14 dkg sladkorja, nridenemo še 14 dkg marmelade, in prilijemo gorčico z vinom. Potem pa vložimo še različnega kandiranega sadja, čim več tem bolj. Da ne kupujemo kandiranega sadja, lahko denemo v tekočino no nekaj kosov vseh vrst vložene sadja (če je tako sladko, da je trdo in kakor kandirano) iz domače zaloge. Gorčico damo k mesu ali pečenki.

A. F.

Rozinova notica z mandli. Iz $\frac{1}{2}$ kg moke, 3 $\frac{1}{2}$ dkg kvasa, 5 rumeniakov, 2 dl smetane in sladkorja z nekoliko limonovega olupka (nastrganega) naredimo testo, ga dobro stenemo in potem tenko razvaljamo. Pomažemo ga s sle-

dečim nadevom: 15 dkg surovega masla, 4 rumenjake in 3 žlice smetane dobro zmešamo in pridenemo nazadnje še sneg iz 3 beljakov. Ko je to namazano na testu, potresemo še 42 dkg rozin, ki so bile namočene v rumu, 7 dkg nastrganih mandljev, 5 dkg citronata in 7 dkg sladkorja z nstrganimi limonovimi olupki. Zvijemo in pustimo shajati, nato spečemo. Potica ostane sočna več tednov.

A. F.

Potica v ubožni družini (rožičeva). Prejšnji večer si pripravi rožiče. Vzemi jih 3/4 kg; operi jih v vroči vodi, da se omečajo. Nato jih deni v prtič in jih dobro zbriši. Takoj nato jih zribaj na strgalniku; mleti jih ne moreš, ker imajo pečke. Pri vsakem pogledj, če ni črviv. Ko so vsi zribani, izberi pečke in debelejše drobtine. Obribke lahko uporabiš za čaje. Kuhaj jih z bezgom ali slezom (ajbiš), pa bo imel čaj prijetnejši okus.

Drugi dan zamesi testo: 1 kg bele moke, sol, 1/4 kg toplega mleka in dodajaj po potrebi še tople vode. Prideni že prej pripravljene kvas, 1 jajce in košček masla, ki ga pa že prej raztopi v mleku. Ko testo shaja, pripravljaj nadev: zribane rožice polij z vrelim mlekom tako, da nastane gosta kaša. Če jih dovolj ne popariš, bo potica suha in se bo neprijetno drobila. Nato mešaj v skledi z leseno žlico nekoliko masla; ko je dovolj umejeno, mu primešaj par žlic stolčnega sladkorja in 1 ali 2 jajci. Jako dobro se poda tudi sladka smetana. Vse to zmešaj z rožiči, dodaj malo cimeta in zribane limonove lupinice. Premešaj dobro, da so dodatki enakomerno razpuščeni v kaši. Ko je testo dovolj shajano, ga na pogrjnjeni mizi razvaljaj in tanko razvleci. Nato ga namaži z nadevom. Dobro je, da ob kraju porežeš rob, ker je tam testo debelejšje. Tako pripravljeno potico deni v dobro namazano kozico, kjer naj zopet shaja. Peč mora biti zadostno razbeljena.

Rožičeva potica je zelo poceni in je jako priljubljena zlasti po Kranjskem. O Božiču diši skoro na vsaki kmetski mizi. Kjer si ne morejo ali ne znajo pripraviti boljših potic, ali pa kjer jih potrebujejo več, je ta potica zelo primerna. Če si ne moreš kupiti masla, odpraviš lahko tudi z mastjo. Ako pa primešaš več smetane in jajec ter potreseš še nekoliko rozin, jo pa lahko deneš na vsako mizo.

P.

Vrhna skorja na poticah. Kruh in tudi potice, ki niso pokrite z glazuro, je dobro, da jih po vrhu namažemo, predno jih denemo v peč. Vrhna skorja ne razpoka in ima prijeten blesk. Navadno jo namažemo z jajcem; če ga pa nimaš, ti dobro odleže oslajena črna kava. Tudi

po njej bo skorja lepo zagorela in sladka.

P.

Koze za potice. Če se bojiš, da bi se ti velika potica dobro ne prepekla in bi bila na sredi še surova, ji daj obliko kolača. Ako nimaš take posode, si lahko pomagaš s tem, da postaviš v sredo kozice okroglo pločevinasto škatlico, ki pa mora biti seveda popolnoma čista in zunanaj dobro namazana z maslom.

P.

Božično pecivo. Deni 28 dkg presejane moke na desko, vmesc zamešaj 5 dkg presnega masla ali masti, 8 10 dkg sladkorja, drobno zrezane limonove lupinice, ščipec soli in 1—6 žlic mlačnega mleka ter ugneti mehko testo. Čim je testo ugnetenno, ga takoj razvaljaj za nožev rob debelo ter z večjim kraprovim obodcem izreži okrogle hlebčke; nato vzemi manjši obodec ter izreži iz hlebčkov obročke. Razporedi jih na pekač, namaži z raztepenim jajcem in potresi povrhu drobno zrezanih mandeljnov ali orchov, ter jih v zmerno vroči štedilnikovi pečici svetlo rumeno speci.

Pečene obročke lahko tudi pomakaš v razpuščeno gorko čokolado in jih deneš na hladno, da se čokolada strdi. Teh ni treba, predno jih spečeš, z jajcem namažati in z orehi potresti.

Izrezke testa zopet pogneti, razvaljaj in izkroži z obodci kakor zgoraj povedano, dokler ne porabiš vsega testa.

Iz te količine ti pride 40—50 obročkov, polovico jih lahko namažeš z jajcem in potreseš z orehi, drugo polovico lahko obliješ s čokolado. Oboji so okusni in pripravi za okrasek božičnega drevesca.

M. M.

ROČNO DELO

Gospodinjam. Draginja je neznosna in ve premišlujete in prevdarjate, kako bi obrnile denar, da bi vam več zalegel in si pomagata na vse mogoče načine. Tu lira — tam lira, pa jih izgine nešteto, da same ne veste kdaj. Z vsako prihranjeno pa imate neizrečeno veselje. Ali ni res? In list vam bo tudi pomagal, da prihranite semintja kakšno — prinašal bo vzorce za obleke, perila in ročno delo. Proti majhni odškodnini, toliko da bo za pošto in papir, bode te lahko naročile pri listu kroje in si po njih izdelale dotične stvari same. Saj veste, kako je, blago se še kupi, če bi šivilje ne bile tako silno drage. In če se same lotite šivanja, prihranite mnogo, mnogo! Vsaka nova stvar nas stane ravno polovico, stare stvari pa imamo popolnoma za-stonj.

Potrpežljivosti je res treba pri šivanju, včasih še prav precej. Poznam gospo, ki je začetkom svojega zakona prišla na

misel, da bi šivala vsaj otroške stvari sama. In se je lotila. Začela je oblekico za svojega najstarejšega sinčka, ki je bil star takrat šest let. Toliko se je mučila, da je jokala zraven. Pa je le vzdržala in naredila še marsikaj za otroke in zase.

Danes vam prinašamo troje stvari: pleteno bluzo, oblekco za dečka in ročno delo z narodno vezenino.

Za enkrat Vam v listu ne moremo dati krojev v naravni velikosti. Če želi katera kroj za bluzo ali oblekco v naravni velikosti, naj pošlje v pismu za L 150 znanek, pa ji ga pošljemo.



Štev. 1.

Pletena jopica. Narisek št. 1 nam kaže pleteno jopico, kakršne so sedaj v modi. Delamo jih iz volne ali pa tudi iz svile. Volnene so zelo praktične in poceni. Rabimo 700 gr volne. Čim tanjša volna je, tem lepša jopica. Svilnate (rabimo pribl. 11 preden za jopico z dolgimi rokavi) so dražje in pridejo v poštev tudi za gledališče itd. in se nosijo poleti tudi k belim krilom. Nasnujemo verižne petlje kolikor je dolga polovica spodnje širine in naredimo 2 vrsti šibičnih petelj, nato 1 vrsto križnih petelj, še 2 vrsti šibičnih, še eno križnih in še dve vrsti šibičnih petelj. Kvačkamo zelo rahlo. Nato kvačkamo ves čas enakomerno takole: 1 verižna petlja, ena šibična, ena verižna, ena šibična, tako da imamo samo luknjice drugo poleg druge. Delo polagamo na kroj zaradi širine in dolžine. Pod vratom pustimo spredaj na sredji odprto. Nato kvačkamo posnemajoče (vedno polagajoč delo na kroj) da dobimo odprtino za vrat. Hrbet skvačkamo kakor sprednji del, toda brez odprtine. Rokave začnemo kvačkati pri roki z enakim robom kakor jopico. Ovratnik je raven in ima tudi dve vrsti križnih petelj kakor robovi jopice

in rokavov. Dele sešijemo na narobni strani zelo rahlo, da se nam šiv lepo raztegne in ne trga. Skozi drugo vrsto križnih petelj potegnemo iz volne v kito spleteno vrvico. Na obeh šivih nekoliko nižje od pasu prišijemo zanjke, skozi katere potegnemo pas, spleteno enako kakor vrvica v rokavih. Široki rokavi (brez vrvic), ki so tudi zelo moderni, pridejo v poštev bolj pri jopicah, ki jih nimamo za vsak dan, ker se mažejo prehitro. Tiste, ki ste iznajdljive, si lahko naredite robove drugačnih vzorcev. Vzamemo lahko za rob: za križne petlje 100 gr zelene volne, za vrste vmes 100 gr rdeče volne, za drugo pa 500 gr sive.



Štev. 3.

Eleganten zimski plašč. 3. slika kaže eleganten zimski plašč iz težkega volnenega blaga. Širok rokav nalikuje kimono-kroju, zato tvori hrbtni šiv lepo črto, ki napravi postavbo vitkejšo. Plašč je čez hrbet širok, proti spodnjemu

robu pa se zožuje. Širok rokav, velik ovratnik in ozka črta spodaj pa so glavni znaki zadnje mode pri plaščih in zimskih kostumih.

Št. 2



Oblekica za dečka (št. 2) je zelo pripravna. Posebno za tiste možakarje, ki imajo včasih še — hlačke mokre! Naredila sem svojemu dva para hlačk k eni bluzi. Hlačke se pripno objednem s spodnjimi na modrček. Dvoje hlačk pa zato, da vzamemo ene za rezervo s seboj, če greva na izprehod ali pa kam na obisk. S seboj jih je lahko vzeti, saj so tako majčkene! Bluza pokriva hlačke skoraj popolnoma in ni nič videti, če se kaj primeri. Vrhutega vsaka mati ve, koliko trpi hlačna zadnja stran pri njenih sinovih in pri tej oblecki hlačke tudi lahko zakrpamo in krp ni videti.

Naslov za kroje: Žensko dobrodelno udruženje, odsek za ročna dela, Trst, poštni predal št. 384. Pišite tudi svoje želje glede krojev!

A. F.

Kadar gredo otroci na izprehod ali spat, vzame v roke ročno delo. Z dobrim okusom in ročno spretnostjo si je sama krasno opremila sobe in kuhinjo. Pri tem delu pa je zvesto sodeloval tudi mož-uradnik. Šivanka in klavir sta neobhodno potrebna v hiši. Naredil ji je več malih luksuznih kosov pohištva, ona pa jih je izpopolnila z narodnimi vezeni-nami. Za primer omenim ljubko mizico za čaj.

Od stare črvive mize — ki pa je bila iz trdega lesa — je izbral zdrave kose. Napravil je priprosto malo mizico. Vrh te je položil prtič z narodno vezenino in pokrnil s steklom. Ob robu mize je pritrjen okvir. Ob dveh straneh je pristavek, ki je izdelan tako kakor vrhna plošča: deščica, prtič in steklo, okvir. Pritrjen je k nogam tako, da se zapre in kaže okrašeno stran; kadar se servira na mizici čaj, pa se pristavek odpre tako, da zdrsne na ročaj, ki je pritrjen na prečniku med nogami in je steklo zgoraj. Leseni deli kakor tudi prtiči morajo biti v enotnem slogu. Mizica je prav pripravna in dela kras sobi. Jako lepa bi bila tudi iz črno polakiranega lesa, s črnim dnom in vložkom iz idrijskih čipk. Kako sta stranska pristavka pritrjena, je odvisno od iznajdljivosti mizarja. Lahko sta tudi nepremična ali pa se dasta odpirati tako, da sta pritrjena spodaj. V tem slučaju pa mora biti vezeni vložek na obeh straneh. Omenjena znanka je uporabila za okrasek vzorec Sičevih «Narodnih vezenin» II. del.

P.

RAZGOVORI

Vprašanja:

Kako bi osnažila prt iz voščenega platna, da bi ne trpela barva in vzorec?

M.

Kako odpravim madeže od kave iz blaga ki je občutljive barve?

Mila.

Kakšen cucelj je najbolj priporočljiv za otroka, ki se hrani s stekleničico?

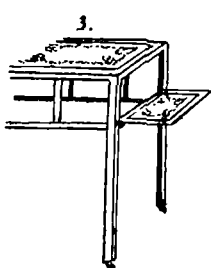
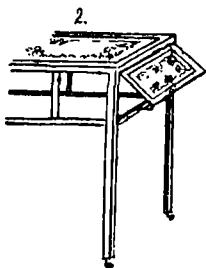
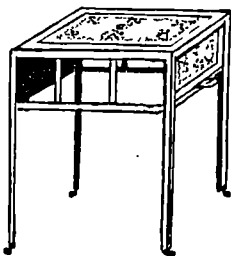
Mati.

V «Razgovorih» bodo list priobčeval vprašanja, ki jih bodo stavljal čitateljice; v vsaki naslednji številki bodo pa druge čitateljice odgovarjale. Tako se bodo razvijali koristni pismeni pogovori med nepoznanimi naročnicami, kar bo gotovo marsikaterego zanimalo.

LISTNICA UREDNIŠTVA.

Prosim vsa naša ženska društva, naj mi pošiljajo točna poročila o svojem delovanju redno do 20. vsakega meseca. — Do vseh čitateljic pa se obračam s prošnjo, da mi blagovolijo pošiljati čim več prispevkov za to ali ono rubriko «Izvestij».

UREDNICI: PAVLA HOČVARJEVA.



Mizica za čaj. Moja znanka ima prav prijetno stanovanje. Vojna ji je uničila skrbno pripravljeno balo, sedaj pa si s skromnimi sredstvi prireja novi dom.

