



GOSPODINJA IN MATI

LETO 1944

25. OKTOBRA

ŠT. 43

UZGOJA

Potrpežljivost

Vsa zasopljena je prihitela žena domov s trga, kjer je predolgo morala čakati v vrsti pri delitvi krompirja. Kljub vsej dobri volji je bilo kosilo četrť ure pozneje kuhano in ena jed celo prismojena. Moř, poln nerazumevanja, se je kljub upravičeni zakasnitvi zjezil zaradi ponesrečenega in nepoznega kosila in ves nestrpen robantil nad ženino netočnostjo. Žena ozlovoljena, se je obregnila ob otroka, ki se je motal okrog nje. Razdražen otrok se je znesel nad psom in mačko, ki tudi nista hotela biti tiho in tako je šel ravs in kavs naprej. Otrok je dobil zaušnico, moř in žena pa sta se jela obkladati z vsemi mogočimi očitki, dokler moř ni zaloputnil za seboj vrat in odšel v gostilno. Majhen, nedolžen vzrok, velike posledice!

»Ljudje so postali slabih živcev,« pravi moderna medicinska znanost. Res, da živimo v razgibanih časih, da je naše zdravje slabše, a vendar bi bilo umestno, če bi rekli: »Ljudje ne znajo več potrpeti.«

Potrpežljivost res ni ena izmed človeških kreposti, ki se na lahek način dosežejo. Kdor si hoče to lastnost pridobiti, mu je treba včasih zelo zelo mnogo vaje, samovzgoje in samopremagovanja. Kako često pride v vsakdanjem odnosu med domačimi ali med sosedji in prijatelji do trenutkov, ko je bolje stieniti zobe in pomolčati, kakor pa govoriti. Kajti vsakdanji prepri, če so sprva še tako majhni ter razne zamere in očitki imajo marsikdaj hude posledice, ki bi se jim kaj lahko z nekoliko dobre volje takoj spočetka izognili. Če pa se predamo nestrpnosti in besedičenju, pride potem do tiste odtujitve, sovražnosti in maščevalnosti, ki je pogosto ni mogoče več ustaviti. Včasih je tudi samo besedica, ki bi se lahko zamolčala, toda nepotrpežljivcu se zdi, da bo v njegovi duši takoj bolj jasno, čim bolj bo vsčipnil z jezikom.

Nepotrpežljivost izvira predvsem iz prevelike zaljubljenosti vase in iz preobčutljivosti. Vsak se sam sebi zdi tisto središče, okrog katerega naj bi se vse vrtelo. On da je najbolj upoštevanja vreden, njegovo delo največ velja in je najbolj naporno ali pa, da je njegovo stanje najbolj usmiljena

vredno. Hoče tolažbe le za sebe, obzirnosti le za svojo velecenjeno osebo, ni mu pa mar, da drugega prav tako boli krivičen očitek, ga prav tako užali brezobzirna beseda, ima prav tako svoje skrbi in bolečine, ki pa jih zna bolje skriti in jih ne obeša na veliki zvon. Koliko bolj bi vsak od nas znal potrpeti, če bi najprej mislil na druge, šele potem na sebe, če bi bil najprej potrpežljiv z drugimi, potem bi šele sebe pomiloval. Saj vendar niso drugi zaradi nas na svetu, ampak zato, da eden drugemu pomagamo in drug z drugim potrpiamo.

Prav tako smo nepotrpežljivi, kadar nas doletijo telesne bolečine, razne bolezni. Zdi-hovanja in tarnanja ni ne konca ne kraja. Nikoli nismo dovolj postrženi, nihče ne jemlje naše bolezni dovolj resno, če pa vidimo trpeti druge, se obračamo proč in nočemo nič vedeti, da si oni prav tako žele razumevanja, kakor smo si ga mi sami, ko smo bili bolni. Tudi nočemo razumeti, da ima bolečina v človeškem življenju zelo važen namen. Kajti kakor se zlato čisti v ognju, tako se čisti človekova duša v trpljenju. Kdor hoče prav obrniti vsako bolezen ali bolečino, mu je to le v korist, ker ga zblizuje z onostranstvom.

Tudi današnje res hude čase je treba prav potrpeti. Vsak bi rad, da se že kar takoj povrne mir in sreča, ne vpraša pa se, če je tudi dozorel za pravi mir. Kakor bolečina očiščuje dušo posameznika, tako naj bi splošno gorje in vojna očistila v narodu to, kar je v njem gnilega. Vsaka zadeva ima svoj čas v katerem zori. Božji mlini meljejo počasi, a gotovo. Drevo tudi ne zraste iz majhnega zrna v enem dnevu. Treba je mnogo dni pa tudi pravega podnebja in dobre zemlje. Tudi mi bi morali biti pripravljeni, da vzrase iz nas drevo miru. A med nami še vse vre, mnenja in nazori so komaj pri polovici od nas izčiščeni. Nič koliko je med nami še nesoglasja, nesloge, sovražnosti in drugih takih zaprek, ki ne dajo, da bi uspevala misel miru.

Najhujša preizkušnja v potrpežljivosti pa je danes dana vsem tistim, ki so izgubili, kar jim je bilo najdražje: svojeje in dom. Ti naj se tolažijo z Jobom, ki je rekel: »Bog je dal, Bog je vzel, češčeno naj bo njegovo ime.« Ni še vseh dni konec in

če bodo znali vdano potrpeti, jim bo lahko še vse povrnjeno v dvojni meri. A tudi vsi drugi, ki niso doživeli takih usodnih izgub,

naj bi v pričakovanju tega, kar jih lahko še doleti, imeli s temi reveži več usmiljenja in razumevanja.



PERUTNINA



Ob novem kurjem letu

Kurje leto se prične 1. novembra, zato perutinarji na delo.

Med živalmi vedno dobimo dobre in slabe živali, ki bodisi po obliki, velikosti ali po gospodarski vrednosti zaostajajo za drugimi. Skrben perutinar mora odpraviti manj vredne živali, ki ne donajajo nikakih koristi. Po storimo zato, ker se skoraj vse lastnosti podedujejo na potomstvo. Velik del naših kmetovalcev ravna napačno, ko dobro, lepo žival proda, slabo pa ohrani doma za plemo. To nikakor ni prav.

Skrbna gospodinja mora najprej izbrati najboljše živali za svojo plemensko rabo in jih za nobeno ceno ne sme prodati. Kolikokrat se zgodi takole: Ko pride kopunar (nakupovalec perutnine) ali kaka branjevka v hišo, odbere dobro razvite zgodnje spomladanske piščance, pusti pa zaostale, slabotne in pozne. In to, ti gospodinja, kar gledaš in še pristaviš: »O le zberite najlepše.« Te napake se moraš izogibati, če hočeš pri perutinarstvu priti na zeleno vejo. Pa še en primer: Če pride v hišo kak obisk ali bolezan ali kak vesel dogodek (krst, poroka). Takrat ti pride perutnina na pomoč. To bi bilo v redu, če bi vzela žival, katero je treba odstraniti iz reje, navadno pa se dogaja nasprotno. Gospodinja si izbere lepega piščanca ali živahno kokoš. Ne uničuj najboljših mladih nesnic ali najbolj razvitih piščancev, ker je tak postopek skrajno škodljiv. Ni čuda, če ne pridemo s kurjerejo nikamor naprej.

Pomni! Ob vsaki priliki, ko prodajaš ali za sebe uporabljaš kako žival, vzemi vedno najslabšo in ohrani za plemo vedno le najlepše živali.

Zdaj je zadnji čas, da odberemo piščance. Med mladino je navadno polovica petelinčkov. Ker ne smemo domačih petelinčkov porabiti za plemo, zato jih prodamo, za menjamo ali kopunimo.

Jarkice je treba prav zdaj prebrati in slabiše ali živali z napakami odstraniti. Dobre je, da živali vedno malo opazujemo in, kar je slabega, brez usmiljenja odstranimo. Jarkice temeljito odbiramo najkasneje do konca oktobra. Pri pregledu vzamemo vsako žival v roke in jo vsestransko preosidimo. Čez zimo sme ostati v kurji družini samo tisto, kar je res dobro in v resnici sposobno za plemo. Vse slabo razvite živali odstranimo, pa tudi prelahke ali na visokih nogah. Odrasla jarkica mora tehtati 1,75 kg, vse lažje živali odstranimo. Onim jarkicam, ki so bile pregledane in ki ostanejo za ple-

me, damo na nogo barvast obroček. Vsako jesen damo jarkicam, ki ostanejo za plemo, na nogo obroček druge barve. Tako ločimo kokoši na prvi pogled, katere so enoletne, dveletne in triletna. Ti obročki so potrebni, ker pri kokoših s starostjo nesnost vedno bolj pojenjuje. Opazujte — videle boste — v prvem in drugem letu kokoši najbolj nesejo, v tretjem letu že popuščajo, v četrtem pa nesnost tako pade, da z donosom jajc kokoš ne plača več krme. Leto nesnosti računamo vedno tako, da se pričenja prvo nesno leto s 1. novembrom onega leta, v katerem so se jarkice zvalile, in konča z 31. oktobrom naslednjega leta. V mladostni dobi, to je pred 1. novembrom, morebiti znesenih jajc ne štejemo.

Iz vsega navedenega spoznamo, da moramo vsako kokoš koncem tretjega ali v začetku četrtega leta nesnosti odstraniti. Ker imamo vsako kokoš označeno s posebnim barvastim obročkom, vsako leto z drugo barvo, bomo takoj ugotovili, katere kokoši bomo odstranili. Ker je obročkanje kokoši prav potrebno in koristno, moramo na vse kmečke domačije uvesti obročkanje kokoši.

Torej gospodnje, takoj na delo — november se bliža — na dvorišču ne sme ostati nobena stara kokoš in noben zaostal piščanec.

Kakor vse druge lastnosti, se tudi teža jajc podeduje na zarod. V naših rokah je, da vzgojimo z večletnim nasajanjem debelih jajc polagama tak rod kokoši, ki nese samo velika jajca.

Če odbiramo živali po zunanjih znakih, smo veliko storili, nismo pa še vsega storili. Živali prihajajo od leta do leta bolj v sorodstvu. Pri tem je nevarnost, da se slabe lastnosti in oslabelost stopnjujeta, zato skrbimo, da se to ne bo dogajalo.

Če skrbno upoštevamo vsa navodila, vendar brez zaklopnih gnezd ne dosežemo dosti več kot kakih 120 jajc na leto. Tudi če smo plemensko blago nabavili iz rejskega središča, ki je jamčilo za nesnost 160 jajc na leto, ne moremo te visoke nesnosti ohraniti brez stalnega nadzorstva z zaklopnimi gnezdi. Živali se izrodijo, kakor se izrodi seme, če ga ne menjamo. To so razlogi, ki zahtevajo, da od časa do časa osvežite kri. Sveže plemensko blago si oskrbite iz rejskega središča, ki je od oblasti priznano. Če pa opazite, da so se živali izrodile in da nimate čistih štajerk, je potrebno, da si spomladi oskrbite valilna jajca iz kakega rejskega središča. Tudi začetniki kupite spomladi jajca za nesad pri odobrih priznanih perutinarskih farmah ali postajah.



Kako negujemo stare ljudi v bolezni

Za nego starih ljudi ob težji bolezni all že morajo zaradi slabotnosti ležati dalj časa, je treba še večje pozornosti kot pri mlajših bolnikih. Navadno je negovanje takega bolnika zvezano s težkočami, ki jih pri mlajših ljudeh ni. Poleg bolezni nastopijo še drugi pojavi, ki nimajo z boleznijo nič opraviti, ki pa se pojavijo zaradi dolgega ležanja.

Predvsem je nevarnost, da nastanejo rane na koži zaradi dolgega ležanja. Koža postane najprej rdeča na mestih, pritisnjenih od ležanja, na hrbtu, ramenih in nogah. Kmalu se pokažejo majhne rane, ki povzročajo včasih bolniku silno trpljenje.

Koža mladega človeka je sveža in odporná. Mišičevje je prožno in tudi še v bolezni se še lahko več ali manj premika, če ne gre za bolezen, ki zahteva popolno negibnost. V tem primeru pa je tudi pri mladih ljudeh nevarno, da se naredijo rane od ležanja.

Pri starih ljudeh pa je koža bolj občutljiva, manj prožna, pod njo je manj masti in mišičevje je že oslabelelo. Zato je pritisk kosti na kožo močnejši in prav v tem je vzrok ranjene kože.

Da preprečimo te pojave, moramo poskrbeti, da ima bolnik pod hrbtom in ramenih gumijaste blazine, napolnjene z zrakom ali vodo. Če pa teh nimamo, vsaj mehke blazine, ki jih moramo večkrat na dan zrahljati in premenjati. Za noge pa naredimo blazinice iz prtičkov zvitih v kolač. Vsaj enkrat na dan moramo kožo narahlo zdrgniti z žganjem in potresti s pudrom. S takim ravnanjem je treba pričeti že takoj v začetku vsakega resnejšega obolenja.

Pri starih ljudeh je še prav posebne važnosti urejena prebava med ležanjem. Na to je treba na vso moč paziti. Bolnik ne sme nikdar dobiti jedi ki bi ga napanjale. Če bi zaradi vrste bolezni ne bila na mestu posebna odvajalna sredstva, je mogoče pospešiti prebavo z masiranjem želodca in trebuha. Hrano je treba dajati v majhnih količinah. Star človek, posebno še če je bolan, ne potrebuje mnogo hrane. Občutek lakote, ki ga utešimo z lahko hrano v majhnih količinah olajšuje prebavnim organom njihovo delo.

Zelo resna zadeva lahko postane pri starejših bolnikih zastajanje krvi. Srce ne deluje več tako krepko kot pri mladih ljudeh in zaradi dihanja dihanja tudi pljuča ne delujejo več redno. Dihanje lahko olajšamo z dihalnimi vajami. Če pa bolezen tega ne dopušča pa s tem, da bolnik tako leži da mu je dihanje lažje. Na vsak način se

moramo že v začetku posvetovati z zdravnikom, da preprečimo nevarnost teh postranskih pojavov, ki so nemalokrat za bolnika bolj nevarni kot bolezen sama.

Za skorajšnje ozdravljenje bolnika je zelo važno tudi, da skrbimo za dobro voljo, da odstranimo vse, kar bi ga utegnilo razburiti, da si ne dela nikakih skrbi; saj dokler je v postelji tako ne more nič pomagati ali spremeniti. Tudi še tako skrbna nega in še tako učinkovita zdravila ne pomagajo mnogo, če se bolnik trapi z mučnimi mislimi, ki mu ves dan in morda še ponoči ne dajo miru.

Vsaka bolniška strožnica, pa naj bo pokličena ali samo priložnostna v družini, mora zato kazati vedno prijazen in vesel obraz. Pripoveduje naj mu samo vesele in prijetne stvari in naj mu vzbuja zaupanje, da bo kmalu ozdravel ali vsaj, da bodo bolečine ponehale. S tem, da se prilagodi njegovim miselnosti in mu izpolni vsako željo, pripomore k ozdravljenju prav toliko kot s skrbno nego. Saj vsakdo dobro ve, kolik vpliv ima duševno stanje na telo.

Sadni mošt kot zdravilna pijača

Pri nas imamo priliko, da si privoščimo sadni mošt samo ob času ko sadje, predvsem grozdje prešajo. Drugod, posebno v Švici pa ga lahko dobiš skozi vse leto. Tam izdelujejo take sokove na veliko iz jabolk, hrušk in grozdja. Pri nas bi ga pa lahko gospodinjje izdelovale same vsaj za domačo uporabo, posebno še zdaj, ko je izdelovanje malinoveca in podobnih sokov otežkočeno zaradi odmerjene količine sladkorja. Ti sadni sokovi, o katerih govorimo danes, pa se pripravljajo brez dodatka sladkorja. Treba je mošt le sterilizirati in s tem preprečiti kipenje. Čisti mošt nalijemo v snažno oprane steklenice in jih dobro zamašimo z nepoškodovanimi zamaški, ki smo jih namakali en dan v mlačni vodi, nekaj minut preku hali in nato še splaknili z mrzlo vodo. Mošta naj bo v steklenicah za tri prste manj kot do vrha. Zamaške pritrdimo z vrvice. Nato postavimo steklenice v večji lonec. Na dno položimo primerno deščico in nanjo postavimo steklenice. Voda naj sega tako visoko kot mošt v steklenicah. Posodo pristavimo k ognju in segrevamo do 70° C. V te toplini pustimo steklenice pol ure. Voda ne sme biti bolj vroča, ker se tedaj sok skuha in zgubi naravni okus. Ko vzamemo steklenice iz vode, jih postavimo narobe v kako košaro, dokler se polagoma ne shladijo. Nato odstranimo vrvice z zamaškov in jih zalijemo s parafinom, pečatnim voskom ali navadnim voskom. Spravimo jih na hlad-

nem prostoru. Ko steklenico odpremo, moramo sok čimprej porabiti, ker sicer začne kipeti.

Tako pripravljen sadni mošt ni samo zelo okusen, kajti kljub temu, da vsebuje veliko količino sladkorja, ni zoprno sladek, ker vsebuje tudi sadne kisline, ampak je tudi nadvse zdravilen.

Ta pijača pospešuje prebavo in čisti črevesje. Prav tako izboljša delovanje ledvic. Tako temeljito čiščenje celega organizma je zelo koristno in potrebno.

Sadni mošt vsebuje v velikih količinah vitamine in rudninske snovi. Sadne kisline razkužujejo sluznice v ustih in grlu.

Človek, ki redno pije tak mošt je navadno vedno vesel in dobre volje. To je čisto naravno, ker mošt odstrani iz telesa vse škodljive snovi in se zato človek čuti kar sproščeneja.

Zelo dobro bi bilo, če bi se tudi pri nas začel tak mošt izdelovati na debelo; saj je v nekaterih predelih naše domovine kar precej sadja.

Vreča za Jožka

Prvih šest mesecev življenja dela otroček materi veselje s tem, da mnogo spi in ji tako omogoči, da brez skrbi opravlja svoje delo. Po šestih mesecih ali včasih še prej, pa postane mali zemljan bolj živahen. Valja se po postelji sem ter tja, brca na vse strani in kmalu leži na odevici, namesto pod njo. Nema lokrat zmeče tudi vse na tla in se spretno znebi celo pleničk. Seveda mati tega ne more brezbržno gledati. Kako naj si pomaga, če nima starejših otrok, ki bi pazili na malega nemirneža, ali pa skrbne stare mamice?

Prav lahko si pomaga iz zadrege, saj imamo pripomočke, ki nadomeščajo pestunjo in ki si jih vsaka mati lahko priskrbi. Za malega razgrajča je zelo priporočljiva vreča, ki si jo mati lahko sama naredi.

Za izdelavo lahko uporabimo vsako mehko blago, ki ga je mogoče prati in prekuhati. Za poletne mesece torej naredimo vrečo iz platna ali bombaževine s tanko, nekoliko bolj toplo podlogo na notranji strani. V hladnejših mesecih uporabimo flanelo. Seveda lahko tako vrečo tudi spletemo.

Za izdelavo vzamemo dva kosa blaga, široka 40 cm in dolga 60 cm. Daljši stranici obeh delov sešijemo skupaj v dolžini štiri-desetih centimetrov. Ostalih 20 cm in ves zgornji rob obrobimo s trakom. Na spodnjo stran prišijemo gumbe, tako da je vrečica spodaj zapeta. Na zgornjem robu prišijemo dva gumba in dve zanki, ki jih zapnemo malemu pod pazduho, ko ga denemo v vrečo tako, da ima roke proste. Ko mali postane večji, premestimo oba gumba kolikor je pač potrebno.

Drug tak pripomoček za nekoliko večjega kričača je tako zvan »kurnik« ali »štalcac«. Je to štirioglatna lesena ograjica, ki jo

lahko postavimo na tla kjer kolč, da se otrok v njej lahko igra in počenja kar hoče, ne da bi se materi bilo treba bati, da se mu kaj zgodi. Taka ograjica je zelo koristna tudi za vzgojo, ker se otrok že zgodaj nauči najti si sam zaposlitev.

Seveda morajo biti tla, kamor postavimo ograjico snažna. Najbolje je, če jih pregrne-mo s povoščenim platnom. Ob lepem vremenu jo lahko postavimo na prosto. Prav je, da ima mali v »kurniku« pripravljen prostorček, kjer lahko počiva. Igracke je najbolje, če jih pritrdimo z daljšo vrstico na ograjo, da mali ne bo neprenehoma kričal, če ne bo mogel do njih, ako jih v preveliki živahnosti razmeče na vse strani.

Po »kurniku« mali lahko kobaca in brca kakor hoče, mamica pa lahko mirno opravlja svoje delo.

Drugič

Majhna besedica iz shrambe gospe lenobe, ki dokazuje, da nečemo takoj in z veseljem storiti to, kar bi morali, ker je za to treba nekaj truda ali pa bi nadleteli na kake neprijetnosti.

Kakor tudi je krivično prehitro kaznovanje, je vendar pri vzgoji otrok mnogo bolj nevarno, če mati samo grozi porednemu otroku: »Drugič, če boš še kaj takega naredil...« Ta usodepolni »drugič« jemlje vzgoji hrbenico. Otroci se na to navadijo, toliko bolj, ker mati največkrat na grožnjo pozabi ali pa jo izgovarja kar tako, ne da bi jo mislila resno izvesti.

Nekoč bodo naši otroci stali sredi trdega življenja in bodo morali na lastni koži grenko občutiti in spoznati, da noben izgovor in noben izhod ni več mogoč. Ničesar boljšega ne moremo dati otrokom na pot v življenje, kot da jih že zgodaj naučimo premagovati se v vsem, posebno pa da znajo premagati lenobo ter takoj z veseljem izvršijo to, kar je treba storiti.

V tem oziru pa si bomo tudi same temeljito izprašale vest. Mar ne odlašamo tudi me marsikatero stvar z izgovorom: Drugič... Da, drugič, ko bo več časa bom obiskala ubogo vdovo; drugič bom dala revni sosedu nekaj priboljška za bolnega moža; drugič bom rekla sestrični dobro besedo, da popravim storjeno krivico.

Da, kako lahko je dobiti izgovore in kako poceni so! Drugič... Tako, da je medtem bolna vdova že umrla, sosed je ozdravel in sestrična se je čisto odtujila. Toda človek vedno odlašča in končno ničesar ne naredi.

Že zgodaj se moramo naučiti, da tudi najmanjših stvari ne odlašamo, ampak nemudoma izvršimo. Če se navadimo zvestobe in poguma v malenkostih ter nikdar ne popuščamo in odlašamo, bomo tudi velikim nalogam kos in nam pred njimi ne bo zmanjkalo poguma, ampak jih bomo brez oklevanja zgrabili in izvršili.