

Koledar

1930



Nabavljalna zadruga državnih
uslužbencev v Mariboru r. z. z. o. z.



MATI IN SIN

Glej sinko, primerjajva enkrat perilo oprano z
Zlatorog terpentinovim milom

s perilom, opranim z drugim
milom.

Kakšna razlika!

Perilo, oprano z Zlatorog ter-
pentinovim milom, je res lepše,
kakor novo. Zato rabim le
Zlatorog terpentinovo milo!



TVORNICA ČARAPA I PLETENE ROBE

C. D. GAON

Dučan :
Jurišičeva ul. 3

ZAGREB

Tvornica :
Zavrtnica

FRANC GULDA, MARIBOR

Meljska cesta 26

Tel, interurban 2120

Agentura in komisijsko zastopstvo



Trgovina s kolonijalnim in materijalnim
blagom ter kemičnimi izdelki na debelo

Zahtevajte povsod **Battle Axe**
Jamaica Rum in **Baker's Tea**



A. A. Baker & Co. a. d. Zagreb

B-cesta 35 Pošt. pretinac 367

BRANKO SUČEVIĆ - MARIBOR

SLOVENSKA ULICA 8 TELEFON 2153

Najcenejši nakup za: **petrolej, bencin, špirit** (gorilni) in vse ostale petrolejske produkte. Najsolidnejša postrežba!



Rabite vedno izvrstne proizvode

- Elida Ideal milo
- Elida Favorit milo
- Elida Bath soap
- Elida Shampoo
- Elida Creme de chaque heure
- Elida Coldcream
- Elida Zobna krema
- Elida Puder
- Elida Parfum Ideal in Chypre
- Elida Eau de Cologne

„ELIDA“

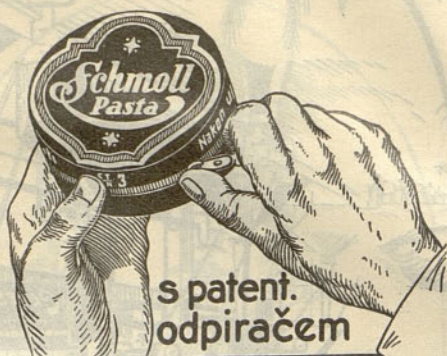


Od palme
pa vse do gospo-
dinjine mize sploh
ne pride v dotik
s človeško roko
prirodni produkt
Ceres mast za jelo.

Čista je sirovina, čiste so
tovarne, čisto je izdelo-
vanje in torej tudi popol-
noma čista neprecenljiva
Ceres mast za jelo.

Ceres mast za jelo je zajam-
čeno čista kokosova mast,
nadvse okusna, lahko prebav-
ljiva, v največji meri izdatna
in neomejeno stanovitna.

Ceres mast za jelo



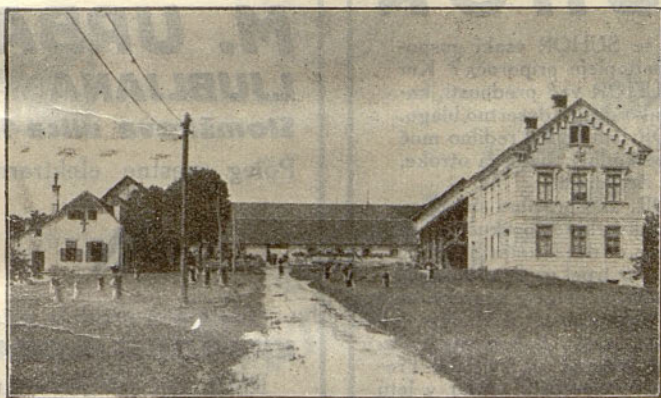
Schmoll-ova pasta

že 50 let najboljša
krema za čevlje

**Kaiserjeve
prsne
karamele**
s „3 jelkami“

Proti
**kašlju
katarju**

GRAF-JUHA



Tovarna čokolade in likerjev očetov trapistov, Rajhenburg ob Savi

„Chocolat imperial“

izdelujejo očetje trapisti iz najboljših vrst kakava in sladkorja. Ta produkt je v vsakem oziru vzoren in od javnosti zelo čislán. Cene so zelo nizke z ozirom na izvrstno kakovost. — Zahtevajte cenike!



PERSIL

Srebrnobela platnina daje naj-
skromnejši mizi prazničen izgled.

Samo eden je način,
kako peremo pravilno
namizno perilo — to
je Persil-ov način!

SUHOR

Zakaj se SUHOR vsaki gospo-
dinji najtopleje priporoča? Ker
ima SUHOR več prednosti, kar-
kor vsako drugo desertno blago.
SUHOR ima veliko redilno moč
in je neškodljiv, tako za otroke,
kakor za odrasle

SUHOR, ako pravilno shranjen,
je nepokvarljiv; poskušnje so
dokazale, da dve leti star SUHOR
ni nikakor trpel na kvaliteti; na-
sprotno, po dolgem konzerviranju
sladkorja je postal SUHOR še bolj
krhak, nego popolnoma svež.
Cena suhorja je zmerna. Pre-
vidna gospodinja lahko v letu
pri nakupu veliko prihrani.
Kupujte ROBAUSOV SUHOR,
ker dobite najboljše in največ
za Vaš denar.

Zahtevajte samo originalne pa-
kete z zaklopno znamko:

**ROBAUS SUHOR, Maribor,
Koroška cesta 24**

Stara renomirana tvrdka

M. URBAS LJUBLJANA

Slomškova ulica 13

Poleg mestne elektrarne



Izdeluje in prodaja pristne
KRANJSKE KLOBASE

Razpošilja po povzetju od
5 kg naprej v vsaki mno-
žini po najnižji ceni.

Brzovjavni naslov: URBAS
LJUBLJANA

Telefon št. 3322

Koledar

1930

2 420 / 1930



190627

**Nabavljalna zadruga državnih
uslužbencev v Mariboru r. z. z. o. z.**

Samozaložba — Odgovorni urednik: Mirko Kožuh, Maribor
Tisk Mariborske tiskarne, predstavnik Stanko Detela, Maribor

Rodovnik dinastije Karadjordjeviću

KARADJORDJE, rojen 3. novembra 1752. v Viševcu, umrl 13. julija 1817. v Radovanju.

Knez **ALEKSANDER KARADJORDJEVIĆ**, rojen v Topoli 29. septembra 1806., umrl 3. maja 1885. v Temišvaru.

Kralj **PETER I. VELIKI OSVOBODITELJ**, rojen 29. junija 1844. v Beogradu, umrl 16. avgusta 1921. v Beogradu.

Njegovo Veličanstvo kralj **ALEKSANDER I.**, rojen 17. decembra 1888. na Cetinju. Kraljevsko oblast vrši od 24. junija 1914., prestol je zasedel 17. avgusta 1921.

Njeno Veličanstvo kraljica **MARIJA**, rojena 9. januarja 1900. v Goti, poročena 8. junija 1922. v Beogradu.

Nj. Visočanstvo prestolonaslednik **PETER**, rojen 6. septembra 1923. v Beogradu.

Nj. Visočanstvo kraljevič **TOMISLAV**, rojen 19. januarja 1928. v Beogradu.

Nj. Visočanstvo kraljevič **ANDREJ**, rojen 28. junija 1929. na Bledu.

Nj. kralj. Visočanstvo kraljevič **JURIJ**, brat Nj. Vel. kralja Aleksandra I., rojen 8. septembra 1887. na Cetinju.

Nj. kralj. Visočanstvo kneginja **JELENA**, sestra Nj. Vel. kralja Aleksandra I., rojena 4. novembra 1884. na Reki, vdova Nj. Veličanstva kneza Ivana Konstantinoviča Romanova.

Nj. Visočanstvo knez **ARZEN KARADJORDJEVIĆ**, stric Nj. Vel. kralja Aleksandra I., rojen 16. aprila 1859. v Temešvaru.

Nj. Visočanstvo knez **PAVLE**, sin kneza Arzena, rojen 27. aprila 1893. v Petrogradu, poročen z

Nj. kralj. Visočanstvom, kneginjo **OLGO**, hčerko grškega kneza Nikole, rojeno 29. maja 1903. v Tatoju.

Nj. Visočanstvo knez **ALEKSANDER**, sin Nj. Visočanstva kneza Pavla, rojen 26. avgusta 1924.

Navadno leto 1930

ZAČETEK LETA 1930.

Občno in državno leto se začne novega leta dan, 1. januarja.

ASTRONOMIČNI LETNI ČASI.

Pomlad se začne dne 21. marca ob 9. uri 30 minut.

Poletje se začne dne 22. junija ob 4. uri 53 minut.

Jesen se začne dne 23. septembra ob 19. uri 36. min.

Zima se začne dne 22. decembra ob 14. uri 40 min.

Ure se štejejo od 1 do 24, t. j. od polnoči do polnoči.

GODOVINSKO ŠTEVILO.

Zlato število	12	Rimsko število	13
Epakta	XXX	Nedeljska črka	E
Solnčni krog	7	Letni vladar: Sa t u r n.	

ZNAMENJA ZA MESEČNE SPREMEMBE.

Mlaj	☉	Ščip ali polna luna	☽
Prvi krajec	☾	Zadnji krajec	☾

MRKI SOLNCA IN LUNE.

V letu 1930. bosta mrknila sonce dvakrat in luna dvakrat; v srednji Evropi bo prav malo viden le lunin mrk dne 7. oktobra.

Dne 13. a p r i l a nastopi delni lunin mrk, in sicer ob 6.21 ter konča ob 7.36. Viden bo v južno-zahodni Evropi in v severno-zahodni Afriki, na Atlantskem oceanu, v Severni in Južni Ameriki in deloma tudi na Tihem oceanu.

Dne 28. a p r i l a bo mrknilo sonce polno, in sicer začne mrk ob 17.20 in konča ob 22.46. Mrk bo viden ob severno-zahodni Aziji, na severnem delu Tihlega oceana in Ledenegega morja, v Severni Ameriki in na Atlantskem oceanu.

Dne 7. o k t o b r a bo delno mrknila luna; začetek ob 19.46, konec ob 20.27. Ta prav malenkosten mrk bo viden v Evropi, Aziji, Afriki ter na Indijskem oceanu in v Avstraliji.

Dne 21. in 22. o k t o b r a bo popoln mrk solнца, ki se začne ob 20.4 ponoči in konča ob 1.23 zjutraj. Viden bo le v vzhodni Avstraliji, na južnem Tihem oceanu in na južnem koncu Južne Amerike.

Zahtevajte povsod
KOLINSKO
ČUVAJTE
CIKORIJO
S R Z E

ki je res izvrstna in okusna,
zdravilna in zelo izdatna

VREMENSKI KLJUČ.

s katerim vsakdo lahko zvé za vreme celega leta naprej, ako le vé, kdaj se izpremeni luna (t. j.: ob kateri uri nastopi prvi krajec ☽, ščip ☽, zadnji krajec ☾ in mlaj ☽). — Ta vremenski ključ je napravil slavni zvezdoslovec J. W. Herschel in dunajska kmetijska družba ga je l. 1839. spoznala za najbolj zanesljivega. Pomeni pa, kadar se izpremeni luna:

Ob uri	Poleti	Pozimi
od 24. do 2.	lepo	mrzlo, če ni jugozapadnik
od 2. do 4.	mrzlo in dež	sneg in vihar
od 4. do 6.	dež	sneg in vihar
od 6. do 10.	spremenljivo	dež ob severozapadniku sneg ob vzhodniku
od 10. do 12.	veliko dežja	mrzlo in mrzel veter
od 12. do 14.	veliko dežja	sneg in dež
od 14. do 16.	spremenljivo	lepo in prijetno
od 16. do 18.	lepo	lepo
od 18. do 22.	lepo ob severu ali zapadniku, dež ob jugu ali jugozapadniku	dež in sneg ob jugu ali zapadniku
od 22. do 24.	lepo	lepo

O p o m b a. Celo leto se razdeli na dva dela, t. j. na poletje in na zimo; za poletje velja čas od 15. aprila do 16. oktobra, ostali čas pa velja za zimo.

}



KAVARNA CENTRAL

Maribor, Gosposka ulica

Najugodnejša lega v sredini mesta. ~ Prvorazredna rodbinska kavarna. ~ Sfajališče gg. častnikov, uradnikov, trgovcev in trgovskiš ponikov. ~ Cenj. občinstvu se priporoča najtoplejše z odl. spoštovanjem posestnik

Fr. Sticker

Utemeljeno god. 1886

P
ATRIA

Tvornica konjaka i finih likera, pecara, šljivovice, borovičke i komovice d. d.

ZAGREB

Maksimirska cesta 2

Telefon 3393

Tvornica kravat
„Mela“ d. z o. z.

En gros — En detail

Ljubljana, Dunajska c. 9
Tavčarjeva ul. 2

JAKOB PERHAVEC

Tovarna za izdelovanje likerjev, dezertniš vin in sirupov

Maribor, Gosposka ulica 9

*

Vedno v zalogi pristna domača in srbska slivovka, brinjevec, tropinovec, droženka, nadalje vse vrste likerjev, rum, konjak in sadni soki. — Na drobno in debelo!

JANUAR

- 1 S NOVO LETO, Obr. G.
 2 Č Makarij, Ime J.
 3 P Genovefa, Slavim.
 4 S Tit, Angela

- 5 N TELESF., GROZD.
 6 P SV. 3 KRALJI. Dar.
 7 T Valentin, Svetosl.
 8 S Severin, Bogoljub
 9 Č Julijan in Bazilisa
 10 P Pavel, Dobroslav
 11 S Higin. Božidar

- 12 N ERNEST, ARKADIJ
 13 P Veronika, Sv. Dr.
 14 T Feliks, Neda
 15 S Maver, Hilarij
 16 Č Marcel
 17 P Anton, Ratislav
 18 S Sv. Petra st.

- 19 N KANUT. HRANIMIR
 20 P Fabijan in Seb.
 21 T Neža, Janja
 22 S Vincencij, Vinko
 23 Č Raimund, Z. M. D.
 24 P Timotej, Milisl.
 25 S Spr. Pavla

- 26 N POLIKARP, VSEVL.
 27 P Janez Zl.
 28 T Egidij
 29 S Franjo Sal.
 30 Č Martina, Hiac.
 31 P Peter N., Divna

6. I. 1929. Vidovdanska
ustava ukinjena.

25. I. 1236. † Sv. Sava.

27. I. 1924. po rimskem
sporazumu pripada Re-
ka Italiji.

☽ Prvi krajec dne 8. ob
4.11 (sneg, vih.).

☾ Ščip dne 14. ob 23.21
(lepo).

☾ Zadnji krajec dne 21.
ob 17.07 (lepo).

☉ Mlaj dne 29. ob 20.07
(dež in sneg).

Sneg, če o sv. Pavlu de-
bel leži,
počaka do pusta, kadar
prej ne skopni.

Kadar je dva dni pred
svečnico vreme lepó,
ne bode ves prosinec
nikdar več grdó.

Fr. Levstik.

B E L E Ž K E

1. II. 1815 * Josip Juraj
Strojmanov († 8. IV.
1887)
2. II. 1815 † France Pro-
ševan (* 3. XII. 1807)
12. II. 1815 * namčen Ma-
liš Ošec, vodil naor-
nih kmetov.
20. II. 1858 * skladatelj
Viktor Pavina († 28.
dec. 1934).

1. Prvi kraljice dne 6. op.
12. 20. (1897)
2. Svoje dne 12. op. 2. 30.
(deli in snagi)
3. Kadeti kraljice dne 20.
op. 2. 11. (snagi)
4. Mlad dne 28. op. 14. 33.
(deli in snagi)

Mal soluce postje na svo-
je Polone rob.
potom je v mestu po-
bela xadost dob.
Ali se dosti moč in in
ženi o gati.
velike se dosti na ošle in
ludem v želosti.
Fr. Pavina

1 S kralji Ognjeslav
2 N SVEČMICA DAR. G.
3 P Blaž
4 T Andrej Hrabroslav
5 S Agata
6 C Doroteja, Amand
7 P Romuald, Malina
8 S Ivan, Zvezdobrag

9 N APOLONIJA, CIRIL
10 P Škofjašča
11 T Devidelj
12 S Irena
13 C Katarina
14 P Valentin, Cveti
15 S Faverin, Ljudost.

16 N JULIJANA
17 P Franček K.
18 T Simon, Dobran
19 S Kourad
20 C Aleksander
21 P Maksimilijan
22 S Marija K.

23 N PETER D., ROM.
24 P Marija
25 T Valburga
26 S Matilda
27 C Leander
28 P Roman

FEBRUAR

1 S Ignacij, Ognjeslav

2 N SVEČNICA. DAR. G.

3 P Blaž

4 T Andrej, Hrabroslav

5 S Agata

6 Č Doroteja, Amand

7 P Romuald, Malina

8 S Ivan, Zvezdodrag

9 N APOLONIJA, CIRIL

10 P Sholastika

11 T Deziderij

12 S Irena

13 Č Katarina

14 P Valentin, Cveta

15 S Favstin, Ljubosl.

16 N JULIJANA

17 P Frančišek K.

18 T Simeon, Dobrana

19 S Konrad

20 Č Aleksander

21 P Maksimilijan

22 S Marjeta K.

23 N PETER D., ROM.

24 P Matija

25 T Valburga

26 S Matilda

27 Č Leander

28 P Roman

4. II. 1815. *Josip Juraj Strojtmayer († 8. IV. 1905.)

8. II. 1849. † France Prešeren (*3. XII. 1800.)

15. II. 1573. usmrčen Matija Gubec, vodja upornih kmetov.

20. II. 1858. * skladatelj Viktor Parma († 25. dec. 1924.).

☽ Prvi krajec dne 6. ob 18.26 (lepo).

☽ Ščip dne 13. ob 9.39 (dež in sneg).

☾ Zadnji krajec dne 20. ob 9.44 (sneg).

☉ Mlaj dne 28. ob 14.33 (dež in sneg).

Naj solnce posije na sve-
te Polone zob,
potem je v mokrem po-
letju zadosti gob.

Ako se dosti moži jih in
ženi o pusti,
pride jih dosti na ôklic in
ljudem v čeljusti.

Fr. Levstik.

BELEŽKE

3 III. 1844 * Jos. Jančič
 († 3. V. 1881.)
 6 III. 1836 * Jos. Štěl-
 († 17. XI. 1923.)
 7 III. 1850 * T. G. Ma-
 saryk

3 Prvi kralj dne 8. 9.
 20. (bež).
 4. Šlo dne 14. 10. 1888
 (bež in svet).
 6. Zgodn. kralj dne 20.
 11. 11. 1888.
 8. Mitj. dne 20. 10. 1888
 (bež in svet).

3. Kralj. kraljica sice je
 mladice dož.
 ostane žive, dokler je kaj
 ne umore.
 4. Četudi nje ne oženja to-
 čer in svet. 1888.
 5. Četudi je dva dni pred
 svetom. Matjevo svetil. Mit-
 jev. 1888.
 6. Mitj. 1888.

1	S	Albin, Borko
2	N	SIMPLICIJ, MILENA
3	P	Krištkunda
4	T	Pust, Kazimir
5	S	Popelnica, Jožef
6	C	Evzebij, Danica
7	P	Tomaz, Alojz
8	S	Janex od B.
FRANČIŠKA		
9	N	
10	P	10 mučenikov
11	T	Sotoni, Herablj
12	S	Gregor, Božena
13	C	Rozna, Teodora
14	P	Milida, Desimil
15	S	Klemen M. Dv.
HILARIJ, LJUBISL.		
16	N	
17	P	Jedert
18	T	Edvard
19	S	Jožef
20	C	Aleksandra, Eva
21	P	Benedikt
22	S	Kal. M. B. Eva
JOŽEF O. OTON		
23	N	
24	P	Gabriel
MARJA OZNAJENJE		
25	S	Emanuel, Trixma
26	C	Rupert, Jan. D.
27	P	Janex Kap.
28	S	Grif, Bert.
JANEZ KI		
29	N	
30	P	Benjamin

M A R E C

- 1 S Albin, Belko
-
- 2 N SIMPLICIJ, MILENA
- 3 P Kunigunda
- 4 T Pust, Kazimir
- 5 S Pepelnica, Jožei
- 6 Č Evzebij, Danica
- 7 P Tomaž Akv.
- 8 S Janez od B. ☽

-
- 9 N FRANČIŠKA
- 10 P 40 mučenikov
- 11 T Sofronij, Heraklij
- 12 S Gregor, Božena
- 13 Č Rozina, Teodora
- 14 P Matilda, Desimir ☽
- 15 S Klemen M. Dv.

-
- 16 N HILARIJ, LJUBISL.
- 17 P Jedert
- 18 T Edvard
- 19 S JožEF
- 20 Č Aleksandra, Evg.
- 21 P Benedikt
- 22 S Žal. M. B., Lea ☽

-
- 23 N JOŽEF O., OTON
- 24 P Gabrijel
- 25 T MARIJ. OZNANJENJE
- 26 S Emanuel, Dizma
- 27 Č Rupert, Jan. D.
- 28 P Janez Kap.
- 29 S Ciril, Bert.

-
- 30 N JANEZ KL. ☽
- 31 P Benjamin

3. III. 1844. * Jos. Jurčič
(† 3. V. 1881.).

6. III. 1836. * Jos. Stritar
(† 25. XI. 1923.).

7. III. 1850. * T. G. Masaryk.

☽ Prvi krajec dne 8. ob
5.0 (dež).

☽ Sčip dne 14. ob 19.58
(dež in sneg).

☽ Zadnji krajec dne 22.
ob 4.13 (sneg).

☽ Mlaj dne 30. ob 6.46
(dež in sneg).

Zajklja, katera sušca že
mladiče doji,
ostane živa, dokler je kaj
ne umori.

Četudi ptic ne oženita Je-
dert in sveti Gregorij,
vendar je dva dni pred
sveto Marjeto sveti Mo-
horij.

Fr. Levstik.

BELEŽKE

4. IV. 1909. Peary dosel
 50 severni tečaj
 14. IV. 1908. doter v
 Ljublanj
 29. IV. 1910. kronasti
 Dušana Simona v Skop-
 lu.

3. Pavi kralec dne 2. ob
 12.35 (dohajna)
 2. ob dne 12. ob 2. ob
 (zarjemočivno)
 2. Kodaž kralec dne 29.
 ob 23.00 (leho)
 2. Mlati dne 28. ob 20.00
 (leho in mlati)

Pos. 14 in mesec xivo
 travo.
 mora k domu arboricini
 xivo
 Kadav vella nos pri de-
 ti v niti sedi.
 nameriti, da se ji xiva
 ostanje xli.
 In Lovca.

1 T Hugon
 2 S Franc Pavl. G.
 3 C Ribard
 4 P Izidor Dušica
 5 S Vincencij

6 N VILJAM SIKST
 7 P Herman
 8 T Albert
 9 S Marija K.
 10 C Ecehjel
 11 P Lev J. Rada
 12 S Viktor Julij

13 N HERMENEOLD
 14 P Justin
 15 T Teodor Helena
 16 S Benedikt Turbilj
 17 C † Vel. S. Rudolf
 18 P † Vel. p. Apolonij
 19 S † Vel. S. Ema

20 N VELIKA NOC.
 21 P VEL. POND. ANJ.
 22 T Soter in Kajetan
 23 S Adalbert Voljev
 24 C Julij
 25 P Marko
 26 S Klet in Marcellin

27 N PEFERGIN PETER K.
 28 P Pavel Krški
 29 T Robert Peter
 30 S Katarina S.

APRIL

- 1 T Hugon
- 2 S Franč. Pavl., G.
- 3 Č Rihard
- 4 P Izidor, Dušica
- 5 S Vincencij

- 6 N VILJEM, SIKST ☽
- 7 P Herman
- 8 T Albert
- 9 S Marija K.
- 10 Č Ecehijel
- 11 P Lev I., Rada
- 12 S Viktor, Julij

- 13 N HERMENEGILD ☽
- 14 P Justin
- 15 T Teodor, Helena
- 16 S Benedikt, Turibij
- 17 Č † Vel. č., Rudolf
- 18 P † Vel. p., Apolonij
- 19 S † Vel. s., Ema

- 20 N VELIKA NOČ. ☽
- 21 P VEL. POND., ANZ.
- 22 T Soter in Kajetan
- 23 S Adalbert, Vojteh
- 24 Č Jurij
- 25 P Marko
- 26 S Klet in Marcellin

- 27 N PEREGRIN, PETER K. ☽
- 28 P Pavel Kriški ☽
- 29 T Robert, Peter
- 30 S Katarina S.

6. IV. 1909. Peary doseže severni tečaj.

14. IV. 1895. potres v Ljubljani.

29. IV. 1346. kronanje Dušana Silnega v Skopliju.

☽ Prvi krajec dne 6. ob 12.25 (deževno).

☽ Ščip dne 13. ob 6.49 (spremenljivo).

☾ Zadnji krajec dne 20. ob 23.09 (lepo).

☽ Mlaj dne 28. ob 20.08 (dež in mrzlo).

Pes, ki ta mesec grize travo, mora k tlom pripogniti glavo.

Kadar velika noč pri peči v hiši sedi, nemara, da se ji zunaj premrzlo zdi.

Fr. Levstik.

BELEZKE

3. V. 1888. navi. telefon.
 4. V. 1871. † Napoléon.
 10. V. 1870. * Ivan Cam.
 kar. († 11. XII. 1918.)

3. Prvi kraker dne 2. ob
 17.53 (levo).
 4. 2. kraker dne 12. ob 18.33
 (levo).
 5. 3. kraker dne 20.
 ob 17.33 (levo).
 6. 4. kraker dne 28. ob 17.37
 (levo).

Kraker v svetini Pankra-
 čin v letu 1888.
 Če mi ne verjete, pa
 vidi danes kraker.
 Krakeri dan leta so: Janek
 Napoléon.
 krakeri so: Napoléon, Janek,
 Ivan Cam.

1	C	Filip in Jakob
2	P	Atanasij
3	S	Najb. sv. kr.
<hr/>		
4	N	FLORIJAŃ, CVETKO
5	P	Pil. V. Kraker
6	T	Benedikta, Janek
7	S	Stanislav
8	C	Mišel
9	P	Gregor
10	S	Antonin
<hr/>		
11	N	FRANČIŠEK, MAM.
12	P	Pankracij
13	T	Servacij
14	S	Bonifacij
15	C	Izidor, Kofija
16	P	Janek Ned.
17	S	Pasha H.
<hr/>		
18	N	ERIK, VENACIJ
19	P	Peter C. Vitosl.
20	T	Bernardin
21	S	Folka, Šteško
22	C	Euh, Julja
23	P	Bozidarji
24	S	Mar. D. pom. kr.
<hr/>		
25	N	URBAN
26	P	Sv. Trojica
27	T	Janek, Boda C.
28	S	Avguštin
29	C	KRIST, VNEBOL
30	P	Fridman
31	S	Angela

M A J

- 1 Č Filip in Jakob
- 2 P Atanazij
- 3 S Najd. sv. kr.

- 4 N FLORIЈAN, CVETKO
- 5 P Pij V., Irenej
- 6 T Benedikta, Janez
- 7 S Stanislav
- 8 Č Mihael
- 9 P Gregor
- 10 S Antonin

- 11 N FRANČIŠEK, MAM.
- 12 P Pankracij
- 13 T Servacij
- 14 S Bonifacij
- 15 Č Izidor, Zofija
- 16 P Janez Nep.
- 17 S Pashal B.

- 18 N ERIK, VENACIJ
- 19 P Peter C., Vitosl.
- 20 T Bernardin
- 21 S Feliks, Srečko
- 22 Č Emil, Julija
- 23 P Deziderij
- 24 S Mar. D., pom. kr.

- 25 N URBAN
- 26 P Sv. Trojica
- 27 T Janez, Beda Č.
- 28 S Avguštin
- 29 Č KRIST. VNEBOH.
- 30 P Ferdinand
- 31 S Angela

3. V. 1888. prvi telefon-
ski pogovor.

5. V. 1821. † Napoleon I.
10. V. 1876. * Ivan Car-
kar († 11. XII. 1918.).

☾ Prvi krajec dne 5. ob
17.53 (lepo).

☾ Ščip dne 12. ob 18.29
(lepo).

☾ Zadnji krajec dne 20.
ob 17.22 (lepo).

☾ Mlaj dne 28. ob 6.37
(spremenljivo).

Kdor o svetem Pankra-
ciju v loterijo stavi,
če nič ne zadene, pa
vsaj denar zapravi.

Kateri dan leta je Janez
Nepomuk,
takrat je polovica maini-
ka smuk.

Fr. Levstik.

BELEŽKE

8. VI 1808 * Pčinov
Tupur (7. 20. VI
1886).
28. VI 1889. dika na
Kosovm.
28. VI 1911. Sarajevski
 atentat.

3 Prvi krize dne 3. od
22.56 (bludno).
5 Ščin dne 11. od 7.12
(sramotljivo).
6 Zadnji krize dne 19.
od 10.00 (465).
8 Mrti dne 28. od 11.45
(loho dohiti).

Medarba na solnce pose.
at. dož. krovi.
za nika in škofo at. škofo
vreme šifiranci diti.
Na svetovni Pčin in Pčin
in voston.
mladen v hudi letini
dravno ševonca.
Pr. Lovell:

1 N FORTUNAT, RADOV.
2 P Eraxom
3 T Klottida
4 S Franc. Kar. Kvir.
5 C Bondiacij
6 P Norbert, Milutin
7 S Srce Jex. Robert

8 N BINKOŠTI, DUHOVO
9 P BINK. POND. FEL.
10 T Marjeta
11 S Barnaba
12 C Janex Fekund
13 P Anton Pad.
14 S Bazilij

15 N VID IN TOV.
16 P Fran R.
17 T Adolf
18 S Erem
19 C TELOVO, JULIA
20 P Silverij
21 S Alojzij, Vokoslav

22 N AHAC, PAVLIN
23 P Anđelina
24 T Janex Krst.
25 S Viljem
26 C Janex in Pavel
27 P F. Adislay, Ema
28 S VIDOV DAN

29 N PETER IN PAVEL
30 P Spomin sv. Pavla

JUNIJ

- 1 N FORTUNAT, RADOV.
- 2 P Erazem
- 3 T Klotilda
- 4 S Franč. Kar., Kvir.
- 5 Č Bonifacij
- 6 P Norbert, Milutin
- 7 S Srce Jez., Robert

- 8 N BINKOŠTI, DUHOVO
- 9 P BINK. POND., FEL.
- 10 T Marjeta
- 11 S Barnaba
- 12 Č Janez Fakund
- 13 P Anton Pad.
- 14 S Bazilij

- 15 N VID IN TOV.
- 16 P Fran R.
- 17 T Adolf
- 18 S Eirem
- 19 Č TELOVO, JULIJA
- 20 P Silverij
- 21 S Alojzij, Vekoslav

- 22 N AHAC, PAVLIN
- 23 P Agripina
- 24 T Janez Krst.
- 25 S Viljem
- 26 Č Janez in Pavel
- 27 P Ladislav, Ema
- 28 S VIDOV DAN

- 29 N PETER IN PAVEL
- 30 P Spomin sv. Pavla

8. VI. 1508. * Primož
Trubar († 29. VI.
1586.).
28. VI. 1389. bitka na
Kosovem.
28. VI. 1914. Sarajevski
atentat.

- ☽ Prvi krajec dne 3. ob
22.56 (hladno).
- ☺ Ščip dne 11. ob 7.12
(spremenljivo).
- ☾ Zadnji krajec dne 19.
ob 10.00 (dež).
- ☉ Mlaj dne 26. ob 14.47
(obilje dežja).

Medarda naj solnce peče,
al' dež kropi,
za njim je tako al' tako
vreme štirideset dni.

Na svetega Petra in Pav-
la rosico,
meljemo v hudi letini
drago pšenico.

Fr. Levstik.

B E L E Ž K E

13. VII. 1926. nože Nár.
doma v Trzinu.
23. VII. 1919. usmrtit
lov slov. vojskiščev
prijatelj.
28. VII. 1914. zagotov
svetovno vojno.

3. Pril. krajec dne 4. ob
298 (dost.)
25. dne 10. ob 21.91
(leop.)
4. Zadol. krajec dne 12.
ob 6.19 (leop.)
2. Misl. dne 25. ob 21.12
(slovenščina).

Kadar je bil na svetu
lepa dan
potem je bil sv. vzhod
ves mali svet
Kadar v malom svetu
bil svetlo svetlo svet
le.
more dostični svet
prijeli svet.
Pr. Lovštin.

1 T Teobald
2 S Opisk M. D.
3 C Lev II.
4 P Lrh. Beris
5 S Cihl in Meled

6 N IVALJA, BOGOMILA
7 P Vihald
8 T Evgenij
9 S Veronika
10 C Analijsa
11 P Pij. L. Olga
12 S Motor in Fortun.

13 N ANAKLET, DRAGAN
14 P Bonaventura
15 T Vladimir
16 S B. M. Karm.
17 C Ales
18 P Friderik (Mirosl.)
19 S Vincentij Pavl.

20 N ELIJA, MARJETA
21 P Danilol. Prakseda
22 T Marija Magdalena
23 S Anolinarij
24 C Kristina
25 P Jakob (Radostav)
26 S Ana

27 N NATALIJA (BOŽENA)
28 P Viktor (Zmagost)
29 T Marija
30 S Abdon in Senen
31 C Jancelj (Ognješ).

JULIJ

- 1 T Teobald
- 2 S Obisk M. D.
- 3 Č Lev II.
- 4 P Urh, Berta
- 5 S Ciril in Metod

- 6 N IZAIJA, BOGOMILA
- 7 P Vilibald
- 8 T Evgenij
- 9 S Veronika
- 10 Č Amalija
- 11 P Pij I., Olga
- 12 S Mohor in Fortun.

- 13 N ANAKLET, DRAGAN
- 14 P Bonaventura
- 15 T Vladimir
- 16 S D. M. Karm.
- 17 Č Aleš
- 18 P Friderik (Mirosl.)
- 19 S Vincencij Pavl.

- 20 N ELIJA, MARJETA
- 21 P Danijel, Prakseda
- 22 T Marija Magdalena
- 23 S Apolinarij
- 24 Č Kristina
- 25 P Jakob (Radoslav)
- 26 S Ana

- 27 N NATALIJA (BOŽENA)
- 28 P Viktor (Zmagosl.)
- 29 T Marta
- 30 S Abdon in Senen
- 31 Č Ignacij (Ognjesl.)

13. VII. 1920. požig Nar. doma v Trstu.

23. VII. 1919. ustanovitev slov. vseučilišča v Ljubljani.

28. VII. 1914. začetek svetovne vojne.

☾ Prvi krajec dne 3. ob 5.03 (dež).

☼ Ščip dne 10. ob 21.01 (lepo).

☾ Zadnji krajec dne 19. ob 0.29 (lepo).

☼ Mlaj dne 25. ob 21.42 (spremenljivo).

Kadar je piš na svetega Urha dan, potem je tih al' viharen ves mali srpan.

Kadar v malem srpanu krt močno izriva zemljo, mora dostikrat kosec brusiti kosó.

Fr. Levstik.

BELEŽKE

16. VIII. 1914. - otvoren
Hannský útekón.
16. VIII. 1921. - Křan
Peter J. Karadzičević
Yellki Osvoboditelj
21. VIII. 79. strasen is-
trub Vaxava

3 Prvi křasac dne 1. 09.
13.26 (srazm.).
50p dne 9. 09. 11.58
(veliko dešće).
4 Zadnji křasac dne 15.
09. 17.31 (srazm.).
Mlaji dne 21. 09. 13.7
(dešć).
3 Prvi křasac dne 31.
09. 0.57 (lepo).

2na, kieta svetca Jo-
viena xřtial xřndi.
ostana ves mesec, ali so
na křotomaj.
Co dešć v svetem Rõnu
ne kře.
ostanajo v xřtianskih
deřljih suha nože.
F. J. Favalik.

1 P Vexi sv. Petra
2 S Porcunskula

3 N NAJD. SV. ŠTEFANA
4 P Dominik (Ned.)
5 T Mar. D. Snežna
6 S Sprem. Gosp.
7 C Kajtana
8 P Cirijsk
9 S Roman

10 N LAVRENCI
11 P Suzana
12 T Klara
13 S Janex Bertm.
14 C Evzebij
15 P VNEBOVZETJE D. M.
16 S Rok, Joahim

17 N HIACINT, JULIJ
18 P Helena (Jelena)
19 T Judviti T.
20 S Bernard
21 C Ivana Tr.
22 P Tmotej
23 S Filip (Xdenko)

24 N JERNET, BORIVOJ
25 P Judviti
26 T Xeljtin
27 S Jožef K.
28 C Avgustin
29 P Oglj. Jan. Křst.
30 S Roza Lm.

31 N RAJMOND (RAJKO)

AVGUST

1	P	Vezi sv. Petra	☽
2	S	Porciunkula	
3	N	NAJD. SV. ŠTEFANA	
4	P	Dominik (Ned.)	
5	T	Mar. D. Snežna	
6	S	Sprem. Gosp.	
7	Č	Kajetan	
8	P	Cirijak	
9	S	Roman	☽
10	N	LAVRENCIJ	
11	P	Suzana	
12	T	Klara	
13	S	Janez Berhm.	
14	Č	Evzebij	
15	P	VNEBOVZETJE D. M.	
16	S	Rok, Joahim	
17	N	HIACINT, JULIJ	☾
18	P	Helena (Jelena)	
19	T	Ljudevit T.	
20	S	Bernard	
21	Č	Ivana Fr.	
22	P	Timotej	
23	S	Filip (Zdenko)	
24	N	JERNEJ, BORIVOJ	☉
25	P	Ljudevit	
26	T	Zefirin	
27	S	Jožef K.	
28	Č	Avguštin	
29	P	Obgl. Jan. Krst.	
30	S	Roza Lim.	
31	N	RAJMUND (RAJKO)	☽

15. VIII. 1914. otvorjen Panamski prekop.

16. VIII. 1921. † Kralj Peter I. Karadjordjević Veliki Osvoboditelj.

24. VIII. 79. strašen izbruh Vezuva.

☽ Prvi krajec dne 1. ob 13.26 (sprem.).

☽ Ščip dne 9. ob 11.58 (veliko dežja).

☾ Zadnji krajec dne 17. ob 12.31 (sprem.).

☽ Mlaj dne 24. ob 4.37 (dež).

☽ Prvi krajec dne 31. ob 0.57 (lepo).

Sapa, ktera svetega Lovrenca zjutraj zbudi, ostane ves mesec, ali se na izpremeni.

Če dež o svetem Roku ne gre, ostanejo v raztrganih čevljih suhe noge.

Fr. Levstik.

B E L E Ž K E

3. IX. 1828 * L. N. Tol-
stoj
16. IX. 1916. predložil so-
lunsko kromu.
21. IX. 1825. prva zala-
znica (na Ankerském).

3) Šel dne 8. ob 3.12
(dne v mixto).
4) Zabili kráice dne 18.
ob 2.13 (levo).
5) Míst dne 22. ob 1.43
(levo).
6) Prvi kráice dne 29.
ob 1.58 (sprava).

Kor. křehni leden so-
vedo do detelli nase.
viti du křize vsako ži-
vlice vase.
Koder so 13 mesec otehi
xviti.
tamni so tudi samu-
cvoiti.
Pa. Levstik.

1 P Egidij
2 T Štefan, kr.
3 S Doroteja
4 Č Rozalija
5 P Lavrencij
6 S Caharja

7 N REGINA, BRONISL.
8 P ROJSTVO M. D.
9 T Peter, Klav.
10 S Nikolaj Tol.
11 Č Erna, Prot. in H.
12 P Ine Matijno
13 S Notburga

14 N POVŠI, SV. KRIŽA
15 P Nikomed
16 T Judmila
17 S Lambert, Hlbgg.
18 Č Tomaž
19 P Januarj
20 S Evstahij

21 N MATEJ
22 P Tomaž, Emertan
23 T Linus, Tekla
24 S Gerard
25 Č Kamil in tov.
26 P Ciprijan in Just.
27 S Kozma in Dam.

28 N VENCESLAV
29 P Milibel
30 T Mitron (Jetro)

SEPTEMBER

- 1 P Egidij
 2 T Štefan, kr.
 3 S Doroteja
 4 Č Rozalija
 5 P Lavrencij
 6 S Caharija

- 7 N REGINA, BRONISL.
 8 P ROJSTVO M. D. ☉
 9 T Peter Klav.
 10 S Nikolaj Tol.
 11 Č Erna, Prot. in H.
 12 P Ime Marijino
 13 S Notburga

- 14 N POVIŠ. SV. KRIŽA
 15 P Nikomed ☾
 16 T Ljudmila
 17 S Lambert, Hildeg.
 18 Č Tomaž
 19 P Januarij
 20 S Evstahij

- 21 N MATEJ ☉
 22 P Tomaž, Emeran
 23 T Linus, Tekla
 24 S Gerard
 25 Č Kamil in tov.
 26 P Ciprijan in Just.
 27 S Kozma in Dam.

- 28 N VENČESLAV
 29 P Mihael ☽
 30 T Hijeron. (Jerko)

9. IX. 1828. * L. N. Tolstoi.

16. IX. 1918. prebitje solunske fronte.

27. IX. 1825. prva železnica (na Angleškem).

☉ Ščip dne 8. ob 3.48 (dež in mrzlo).

☾ Zadnji krajec dne 15. ob 22.13 (lepo).

☉ Mlaj dne 22. ob 12.42 (lepo).

☽ Prvi krajec dne 29. ob 15.58 (sprem.).

Kdor kvaterni težen govedo po detelji pase, vidi da grize vsako živinče záse.

Koder so ta mesec orehi zreli, tamkaj so tudi sponiladi cveteli.

Fr. Levstik.

BELEŽKE

3. X. 1929. naša država
 dobila ime "Jugoslavija"
 10. X. 1920. Korotki otkr-
 uje
 29. X. 1918. osvojenost
 Slovenov.

20. X. 1929. naša država
 dobila ime "Jugoslavija"
 10. X. 1920. Korotki otkr-
 uje
 29. X. 1918. osvojenost
 Slovenov.

Some, in mesec 7. xam-
 ho delovno.
 Se ne poteno kaj, ne po-
 de zelena.
 Če kakež vintovka raz-
 kopava na stehi mala.
 kaže da bi morala raz-
 kaj pozobala.
 Pt. Lestnik.

1 S Remigij
 2 C Angel varuhi
 3 P Kandib
 4 S Franc. Seraf.

5 N PLACID IN TOV
 6 P Branon
 7 T Sergij, Justus
 8 S Brigita
 9 C Dionizij, Svetina
 10 P Franček Borz.
 11 S Nikanij

12 N MAKSIMILIAN
 13 P Edvard
 14 T Kalist
 15 S Terentij
 16 C Gal, Florentin
 17 P Jadviga, Mira
 18 S Luka

19 N PETER ALK.
 20 P Felician
 21 T Uršula in tov.
 22 S Kordula
 23 C Klobida
 24 P Katal
 25 S Križant in Darija

26 N AMAND, EVARIST
 27 P Frumencij
 28 T Simon in Juda
 29 S Narcis, Ida
 30 C Kizdij
 31 P Volpeak

OKTOBER

- 1 S Remigij
- 2 Č Angeli varuhi
- 3 P Kandid
- 4 S Franč. Seraf.

-
- 5 N PLACID IN TOV.
 - 6 P Brunon
 - 7 T Sergij, Justina ☽
 - 8 S Brigita
 - 9 Č Dionizij, Svetina
 - 10 P Frančišek Borg.
 - 11 S Nikazij

-
- 12 N MAKSIMILIJAN
 - 13 P Edvard
 - 14 T Kalist
 - 15 S Terezija ☾
 - 16 Č Gal, Florentin
 - 17 P Jadviga, Mira
 - 18 S Luka

-
- 19 N PETER ALK.
 - 20 P Felicijan
 - 21 T Uršula in tov. ☽
 - 22 S Kordula
 - 23 Č Klotilda
 - 24 P Rafael
 - 25 S Krizant in Darija

-
- 26 N AMAND, EVARIST
 - 27 P Frumencij
 - 28 T Simon in Juda
 - 29 S Narcis, Ida ☽
 - 30 Č Klavdij
 - 31 P Volbenk

3. X. 1929. naša država dobila ime »Jugoslavija«.

10. X. 1920. Koroški plebiscit.

29. X. 1918. osvobojenje Slovencev.

☽ Ščip dne 7. ob 19.56 (lepo).

☾ Zadnji krajec dne 15. ob 6.12 (dež).

☽ Mlaj dne 21. ob 22.48 (lepo).

☽ Prvi krajec dne 29. ob 10.22 (sprem.).

Seme, ta mesec v zemljo položeno, če ne poženo kali, ne bo de zeleno.

Če kokoš vinotoka razkopava na sredi tuala, kaže, da bi menda rača kaj pozobala.

Fr. Levstik.

NOVEMBER

1 S VSI SVETI

2 N SPOMIN VERN. DUŠ

3 P Viktorin

4 T Karol Bor.

5 S Emerik, Caharija

6 Č Lenart (Lenko) ☉

7 P Engelbert

8 S Bogomir (Božo)

9 N TEODOR (BOŽIDAR)

10 P Andrej Avelin

11 T Martin (Davorin)

12 S Martin

13 Č Stanislav K. ☾

14 P Jozafat

15 S Leopold

16 N OTMAR, IVAN T.

17 P Gregorij

18 T Odon, Hiida

19 S Elizabeta

20 Č Feliks (Srečko) ☽

21 P Darov. M. D.

22 S Cecilija

23 N KLEMEN, FELICITA

24 P Janez od K.

25 T Katarina

26 S Silvester

27 Č Virgilij

28 P Eberhard, Lelija ☽

29 S Saturnin

30 N ANDREJ (Hrabroslav)

3. XI. 1550. prinese Fr. Drake krompir v Evropo.

16. 11. 1869. otvorien Suški prekop.

12. XI. 1920. Rapalska pogodba.

☉ Ščip dne 6. ob 11.28 (mrzlo, veter).

☾ Zadnji krajec dne 13. ob 13.27 (dež).

☽ Mlaj dne 20. ob 11.21 (mrzlo, veter).

☽ Prvi krajec dne 28. ob 7.18 (sneg).

Od vernih dušic do Andreja mraz, kmeta zebe ves listopadov čas.

Kadar o sveti Lišpeti sneg se iti napravi, najbrže zapade, če se poprej ne ustavi.

Fr. Levstik.

B E L E Ž K E

1. XII. 1918. Ujednotenje
Srbov. Hrvatov in Slo-
vensv.
14. XII. 1911. Amundsen
doselje severni tečaj.
17. XII. Kolačni dan
Ni. Vel. kniž. Aleksan-
dra I.

⊙ 25. dne 6. ob 1.10
(mixto).
⊙ Zadnji križec dne 12.
ob 21.07 (dž.).
⊙ Misi dne 20. ob 2.34
(snež. vetrovnoj).
⊙ Prvi križec dne 28. ob
4.59 (snež. vih.).

Ako deli to leto malino
dajove svet. Miklaj.
malo pričneš nastavi mi
čevlji ali tovar.
Kakor vreme na svetlo
Silvestra kane.
tako notno do konca leta
ostane.
F. Lovšnik

1 P NAR. UJEDINJENJE
2 T Bibijana
3 S Frančišek Ka.
4 Č Barbara (Bara)
5 P Saba, Krištin
6 S Miklavž (Nikolaj) ⊙

7 N AMBROŽ
8 P Brezn. sp. M. D.
9 T Levkadija
10 S Lavret. M. B.
11 Č Dama
12 P Aleksander
13 S Lucija ⊙

14 N SPRID. (DUŠAN)
15 P Kristina
16 T Evzebij
17 S Lazar, Kr. kol. dan
18 Č Gracijan
19 P Urban V.
20 S Lipot ⊙

21 N TOMAŽ
22 P Dometrij
23 T Viktorija
24 S Adam in Eva
25 Č BOŽIC, R. G.
26 P ŠTEFAN, ZLATKA
27 S Janez Ev.

28 N NEBOŽNI OTR. ⊙
29 P David
30 T Evgenij
31 S Silvester

DECEMBER

- 1 P NAR. UJEDINJENJE
2 T Bibijana
3 S Frančišek Ks.
4 Č Barbara (Bara)
5 P Saba, Krispin
6 S Miklavž (Nikolaj) ☉

- 7 N AMBROŽ
8 P Brezm. sp. M. D.
9 T Levkadija
10 S Lavret. M. B.
11 Č Damaz
12 P Aleksander ☽
13 S Lucija

- 14 N SPRID. (DUŠAN)
15 P Kristina
16 T Evzebij
17 S Lazar, Kr. roj. dan
18 Č Gracijan
19 P Urban V. ☽
20 S Liberat

- 21 N TOMAŽ
22 P Demetrij
23 T Viktorija
24 S Adam in Eva
25 Č BOŽIČ, R. G.
26 P ŠTEFAN, ZLATKA
27 S Janez Ev.

- 28 N NEDOLŽNI OTR. ☽
29 P David
30 T Evgenij
31 S Silvester

1. XII. 1918. Ujedinjenje
Srbov, Hrvatov in Slo-
vencev.

14. XII. 1911. Amundsen
doseže severni tečaj.

17. XII. Rojstni dan
Ni. Vel. kralja Aleksan-
dra I.

☉ Ščip dne 6. ob 1.40
(mrzlo).

☽ Zadnji kraec dne 12.
ob 21.07 (dež).

☉ Mlaj dne 20. ob 2.24
(sneg, vetrovno).

☽ Prvi kraec dne 28. ob
4.59 (sneg, vih.).

Ako deli to leto majhne
darove sveti Miklav,
malo prinese, nastavi mu
čevele ali rokav.

Kakor vreme na svetega
Silvestra kane,
tako potem do konca leta
ostane.

Fr. Levstik.

BELEŽKE

do vršen nabornostak zmate kave priporoča
se najhipejs veskratno gospodinjstvu.
x mlekom daje izvratno belo kavo zelo
prijetnega teka in okusa.

je vseh najgovev izdatnosti in kvalitete
zelo poceni. Izkusite v an im
omogoča vsiljanje kave tudi vsem onim,
katerim je xvrsta kava prepovedana ali jim
pa ne ugaja.

izdelate tovarna
Stenik Franca sinovi d. b. Zagreb
in atagub, staz v

avtorov in staz v

Mi pa ne rastejo k solcu
na v alinavozov in in

Beleške

se najboljši!

Mi pa ne damo ničesar
tudi miru ljudem.

Za naše izdelke vporabljamu najkisejše čajno maslo,
polnomastno mleko in izključno kavo najhipejšee surovine

zav. št. 123456789
kor. št. 987654321

Encilo

dovršen nadomestek zrnate kave priporoča se najtopleje vsakemu gospodinjstvu.

Encilo z mlekom daje izvrstno belo kavo zelo prijetnega teka in okusa.

Poraba

Encila je vsled njegove izdatnosti in kvalitete zelo poceni.

Encilo omogoča uživanje kave tudi vsem onim, katerim je zrnata kava prepovedana ali jim pa ne ugaja.

Izdeluje tovarna:

Henrik Francka sinovi d. d. Zagreb

Bizjak keksi

so najboljši!

Za naše izdelke vporablamo najfinejše čajno maslo, polnomastno mleko in izključno samo najboljše surovine

Ko gre leto mimo nas

I.

Lastovke drobne se vračajo,
iščejo, kje so doma ...

Nežne slutnje trkajo,
božajo nam srca.

Nežne slutnje oznanjajo
vero ljubezni in nad.

Mi pa v zimskih kožuhih
zapravljamo svojo pomlad.

II.

Poletni plameni se vžigajo.
Naše polje gori.

Vse raste in dozoreva
v zrele, bogate dni.

Vse raste in dozoreva,
ko dozoreva čas.

Mi pa ne rastemo k solncu
in ni dozorevanja v nas.

III.

Trudni dnevi se krajšajo,
v beli dan sega večer.

Izmučilo jo je poletje
in zemlja išče svoj mir.

Izmučilo jo je poletje
in darovanje v njem ...

Mi pa ne damo ničesar,
niti miru ljudem.

IV.

Bele snežinke padajo
po mokrih, umazanih tleh,
kot da se dušice bele
izgubljajo v črni greh.

Kot da se dušice bele
pogrezajo v gluho noč...
Mi pa stopamo nanje,
ko kličejo na pomoč.

Maribor

Ob Dravi, zeleni Dravi,
ki pesem koroško šumi,
kot jelen na straži samotni
mejnik naš ponosno stoji.

Pod Piramido se skriva
in sniva svoj južni san
o solncu, o večni pomladi
naš jugoslovenski Meran.

Proti Ptujju v prostrane
bele ravnine želi,
čebelice zlate posluša,
ko ajda na polju zori.

In gleda v zelene valove
naših Slovenskih goric
in čuje čebljanje klopotcev
in čuje obupen klic

Pohorja, kjer je v gozdovih
vlada brezdušnih sekir
pregnala pravljice bele
in tihi pravljичni mir.

Ta klic in ta borba življenja
v težek odmev izzveni,
ob Dravi, zeleni Dravi,
ki pesem koroško šumi.

Kalvarija naša pa čaka
in čaka veliko noč,
v goro Peco veruje
in v kralj — Matjaževo moč.

Nabavljalna zadruga in združništvo

Uredba z dne 5. dec. 1920, št. 292, predvideva ustanovitev nabavljalnih zadrug za državne uslužbence in upokojene v državi z namenom, da bi ti potom teh zadrug nabavljali življenjske potrebščine po primernih cenah in proti takojšnjemu plačilu.

Smoter uredbe je, da bi se na eni strani uslužbencem vsaj nekoliko olajšal njihov položaj vsled nezadostnih prejemkov, na drugi strani bi se jih privadilo omejitvi zadolženja pri drugih dobaviteljih, tako da bi v svojih lastnih zadrugah potrošili samo toliko, kolikor znaša njihova gospodarska moč.

Na podlagi uvodoma omenjene uredbe se je vršil ustanovni občni zbor Nabavljalne zadruge za Maribor dne 1. aprila 1921 v porotni dvorani mariborskega sodišča.

Državni uslužbenci in upokojeni v Mariboru so imeli že svojo »Samopomoč«, ki je poslovala v kleti ženskega učiteljskega v Cafovi ulici ter po možnosti preskrbovala svoje člane z najpotrebnejšimi življenjskimi potrebščinami. Po ustanovitvi Nabavljalne zadruge je »Samopomoč« likvidirala ter so izgubile dne 15. maja 1921. leta njene izkaznice svojo veljavo in je s tem dnem pričela poslovati Nabavljalna zadruga.

Dedič »Samopomoči« je bila »Okrožna skupina državnih uslužbencev in upokojencev v Mariboru«, ki je posodila Nabavljalni zadrugi ostanek aktiv Din 15.329.32 po 5% obrestovanju kot pripomoč za obratni kapital.

Novi zadrugi je ta gmotna pripomoč dobro došla, vrhu tega pa je »Samopomoč« deloma že vzgojila državne uslužbence v zadrugnem duhu, da so mnogi pričeli uvidevati veliki njen pomen.

Vsled nezadostnih prostorov v Cafovi ulici je uprava zadruge najela prostore v hiši v Stolni ulici št. 5, kamor se je preselila 15. avgusta 1921. To je bil začasno lep napredek, ali hiba je bila v tem, da je morala zadruga računati s povišanjem najemnine kakor tudi z eventualno odpovedjo prostorov. Uprava zadruge je uvidela, da je obstoj in napredek zajamčen samo v lastni zgradbi. Radi tega je na prihodnjem občnem zboru predlagala izpremembo pravil v tem smislu, da se od-

kaže letno nekaj odstotkov čistega dobička fondu za lastni dom.

Na rednih letnih občnih zborih do vštrevši leta 1924. so zadružniki, uvidevajoč potrebo in korist lastnega doma, prostovoljno darovali temu fondu tudi po pravilih jim pripadajoči delež na čistem dobičku.

Že v prvem letu obstoja je štela zadruga 788 članov, njih število pa se je do leta 1929. dvignilo na 1749. Ta prirastek članov jasno dokumentira, da je bilo zaupanje v zadrugo vedno večje in da so tudi člani dobro umeli, da bodo imeli sčasoma vedno večje koristi od svoje zadruge.

Namen zadruge ni, s prenizkimi cenami ubijati pošteno trgovino, temveč je njen namen nuditi svojim članom po dnevnih cenah dobro blago in tako v prvi vrsti regulirati tržne cene. Iz tega razloga je tudi v uredbi in pravilih predvideno, da se del čistega dobička po odobrenem letnem zaključnem računu porazdeli med zadružnike.

Ta del čistega dobička je znašal do sedaj:

1925	12 %	0.45	Din 20.681.45
1926	30 %	1.43	„ 55.787.25
1927	30 %	2.—	„ 113.634.80
1928	41 %	3.60	„ 253.481.20

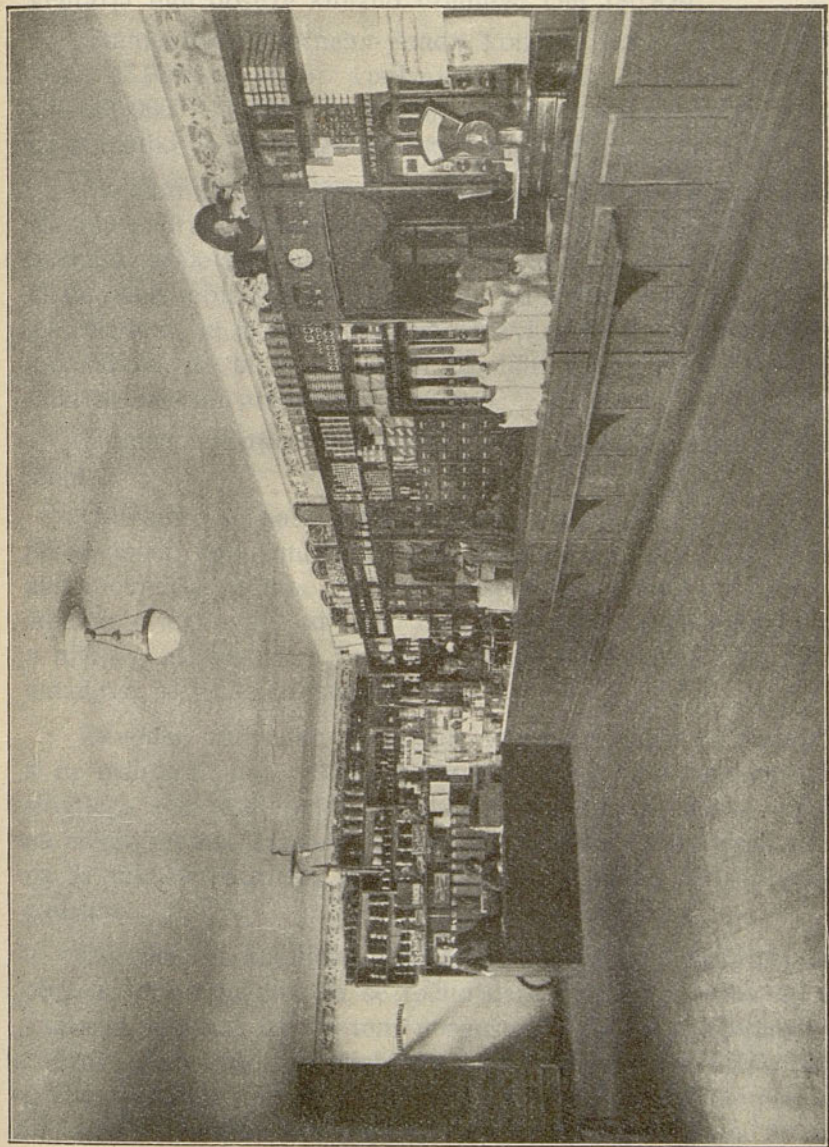
Sicer je znesek povračila za posameznega člana malenkosten, ali vsekakor je treba vpoštrevati, da je zadruga v štirih letih povrnila svojim članom lepo vsoto

Din 443.584.78.

Delež 41% čistega dobička, ki se zadružnikom vrača, se bo povišal na okroglo 70 %, kakor hitro bo imela zadruga v spremembi pravil predpisano trikratno kritje jamstva svojih zadružnikov v lastnem premoženju.

V stavbo, ki jo je kupila zadruga koncem leta 1927., se je v celoti investiralo Din 647.727.05. Od te vsote se je v dveh letih amortiziralo Din 51.946.65 tako, da je med aktivami koncem leta 1928. za stavbo všteti še Din 595.780.40, in ker znaša fond za nepredvidene odpise na nepremičninah (prekrstitev prejšnjega fonda za lastni dom) koncem leta 1928. Din 286.056.48, bi bil ostanek Din 309.723.92, dočim je stavba več vredna.

Za celokupni inventar, vstet 51 novo nabavljeni tovorni avto, je izdala zadruga do konca leta 1928. Dn 26.1810,—, od tega je amortizirala Dn 83.051,10 tako, da faktna vrednost inventarja niu, izv. 83.051,10.



Naša prodajalna — leva stran

istih slučajih lahko prosi zadrugnik pisмено za podajanje zapadnih obrokov na upravni odlok, ki v svojih rednih uenih prešpan po možnosti ugodi.

Za celokupni inventar, vštrevši novo nabavljeni tovarni avto, je izdala zadruga do konca leta 1928. Din 263.810.—, od teh je amortizirala Din 83.051.10 tako, da faktična vrednost inventarja tudi doseže knjižno vrednost Din 180.829.

Stanje dobrotvornega fonda koncem leta 1928. je bilo Din 43.959.11. Ako vpoštevamo rezervni fond preko Din 600.000.—, stoji naša zadruga danes na trdnih nogah ter je po statistiki Saveza med prvimi v državi!

To nam daje upanje, da bodo v letu 1930., po desetletnem obstoju zadruga, pristopili kot člani še vsi oni državni uslužbenci, ki stoje še danes iz neznanih vzrokov ob strani, zakaj glede na gmotno stanje zadruga ter na stroge revizijske predpise Saveza, ki je danes tudi na zdravi podlagi, je vsaka bojazen odveč, da bi morali člani izpolniti kedaj svoje, po pravilih in zakonu predpisano jamstvo.

Z mirno vestjo vabimo torej vse naše tovariše k pristopu.

Oklenimo se naše gospodarske ustanove na ta način, da po možnosti kupujemo vse svoje potrebščine pri njej, ker, čim močnejša postane zadruga gospodarsko, tem več koristi smemo pričakovati od nje! Zaupamo v naše zadrugarje in v njihovo zadrugarstvo zavest ter smo prepričani, da bo naša ustanova še lepše prospevala!

Zaveden zadrugar, ki kupuje vse potrebščine v zadrugi, si ne prihrani samo nekaj pri nakupu, ampak dobi koncem poslovnega leta tudi delež na čistem dobičku, ki znaša glede na naše gmotne razmere vpoštevanja vredno vsoto. Vrhu tega pa je takšen zadrugar močan steber za obstoj in napredek zadruga.

Članom, ki kupujejo v zadrugi na mesečni obračun ali obroke, priporočamo, da se točno drže plačilnega roka do 6. vsakega meseca, ker s tem pospešujejo redno poslovanje v zadrugi. Zadrugnik, ki misli, da v zadrugi ni treba točno plačevati zapadlih obrokov, ampak, da lahko zavlačuje plačilo mesece in mesece, ne pojmuje pravega zadrugništva. V izjemnih slučajih lahko prosi zadrugnik pismeno za podaljšanje zapadlih obrokov na upravni odbor, ki v svojih rednih sejah prošnjam po možnosti ugoti.

Zadruga mora poravnati svoje račune za nabavljeno blago najkasneje v 30. dneh po nabavi blaga, ker bi se ji drugače zaračunavale bančne zamudne obresti. Le tedaj, ako člani točno plačujejo nakupljeno blago, lahko zadruga redno poravnava račune in se okoristi z blagajniškim skantom, ker se s točnim plačevanjem ne odtegne preveč obratnega kapitala.

Kako počasen je bil razvoj zadruge v početku, ko še ni bilo na razpolago zadostnega obratnega kapitala, izurjenih trgovskih moči in ko tudi uprava zadruge ni imela potrebnih izkušenj!

Zadruga se je borila prvi čas z različnimi težkočami. Imela ni niti lastnih poslovnih lokalov in tudi država ni izpolnjevala svojih obljub, ki so bile v uredbi predvidene. Vsled pravega združnega duha večine svojih članov pa je zadruga kljub vsem težkočam stalno napredovala; iz tesnih lokalov Stolne ulice se je preselila v svoje poslopje, kjer si je uredila krasne poslovne lokale, kakor jih kažejo slike.

Zadruga ima sedaj tudi lastni avto za prevažanje blaga s kolodvora in brezplačno dostavo nakupljenega blaga članom na dom. Nabava avta je omogočila i Slovenjebistričanom, da so se oklenili naše zadruge. Točno vsakega 6. v mesecu jim dostavljamo naročeno blago. Skušali bomo po možnosti dostavljati blago tudi v druge kraje mariborskega okoliša in na ta način nuditi članom priliko, da se okoristijo z Nabavljalno zadrugo, do katere imajo po zakonu pravico.

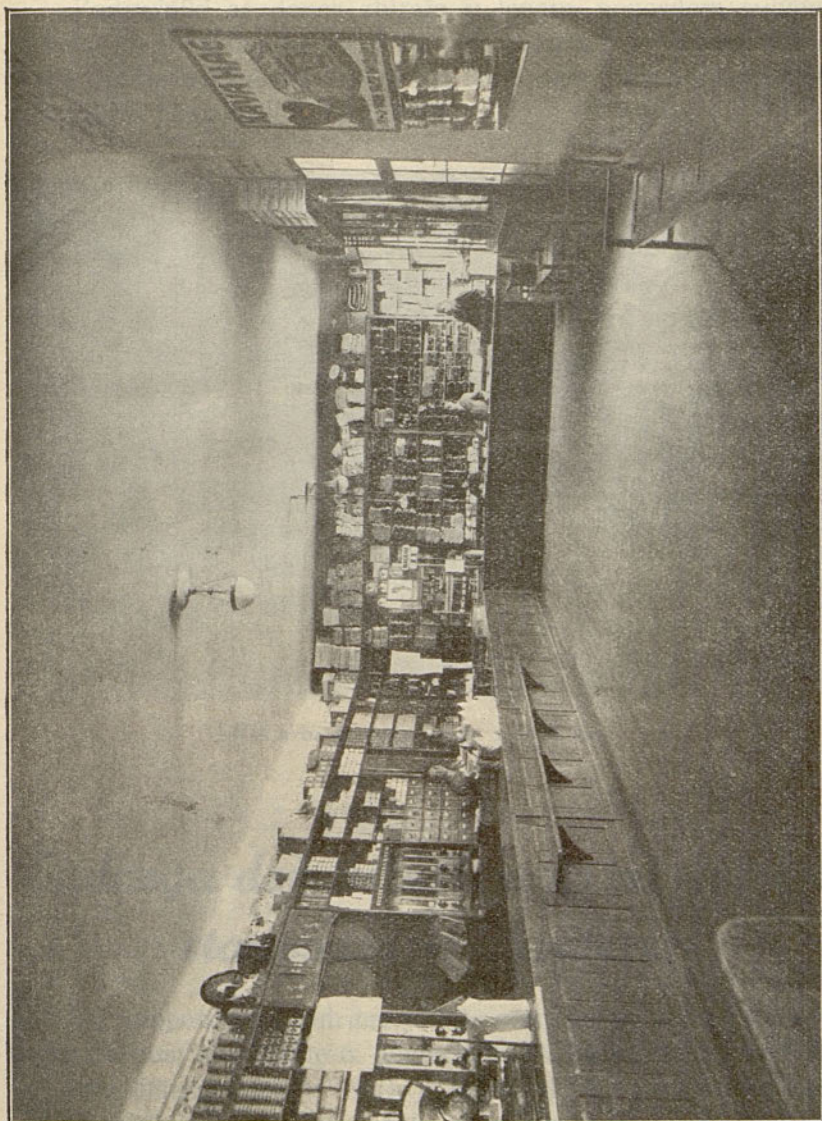
Obrat se vedno širi, zato so postali dosedanji obratni prostori premajhni in je vsled tega nakup sosedne hiše že izvršen.

Tak je bil naš dosedanji razvoj in razmah!

Radi se spominjamo onih prvih dni, ko je zlato solnce svobode tolikim pokazalo pot v obmejni Maribor. Začutili smo takrat vsi potrebo združenja in našli smo ga v »Društvu državnih uslužbencev in upokojenecv«. Slabi časi so bili tedaj. Vojna še ni odtegnila do kraja svojega strašnega repa. Povsod še pomanjkanje!

Tako smo začeli v kleti v Cafovi ulici, kjer nas je »Društvo« preskrbovalo z najpotrebnejšimi živili. Odborniki so sami delali, zakaj takrat je verižništvo mnogo neslo in je bilo zbog tega težko dobiti delavcev. Delali so državni uslužbenci vseh vrst in z vnemo tekmovali med seboj v delu za dobro

kovaršev. Brez nagrad, brez plačila so darovali svoj prosti čas, nekaj čutili so v sebi, da je to začetek nečesa velikega. Služba se je uredila!

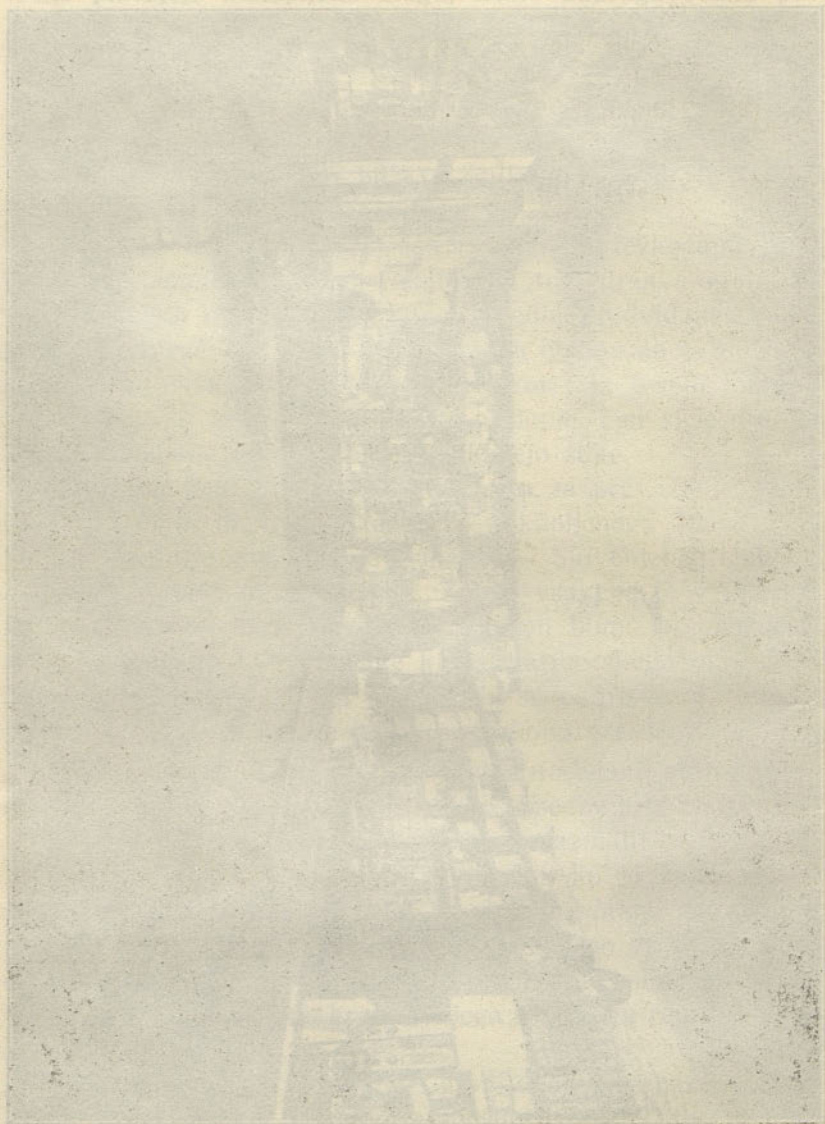


Naša prodajalna — desna stran

Ustanova
Društvo je dobilo kredit 100.000.— Din, od katerih
se plačevali letno 4% obresti. 13. januar je razdelila med

Zadruga mora poravnati svoje račune za nabavljeno blago najkasneje v 30 dneh po nabavi blaga, ker bi se ji drugače zaračunavale bančne zamudne obresti. Če tedaj, ako člani točno plačujejo nakupljeno blago, lahko zadruga redno po-

Zasad blagorajni — prasa stena



sami delali, kakor faktor je veržalčtvo mnogo bolje, in je bilo zbog tega težko dobiti delavcev. Delali so državni uslužbenci vseh vrst in z vnoso tekmovali med seboj v delu za dobro

tovarišev. Brez nagrad, brez plačila so žrtvovali svoj prosti čas, zakaj čutili so v sebi, da je to začetek nečesa velikega.

Slutnje so se uresničile!

Zadružniki se danes zbirajo v lepem, ponosnem svojem domu, ki bo prihodnje leto še bolj razgrnil in razpel svoja krila. Naš zadružni dom bo postal nam vsem pravo in pristrčno zatočišče, shajališče in zbirališče.



Naš avto dostavlja živila v hudi zimi

Zadruga drž. uslužbencev za nabavo stanovanj v Mariboru

Ta prepotrebna zadruga je bila oživotvorjena na ustanovnem občnem zboru dne 6. januarja 1929. Vzlic razmeroma visokemu deležu (1000.— Din), je pristopilo k zadrugi lepo število državnih uslužbencev, tako da šteje zadruga že sedaj 32 članov.

Od Saveza je dobila kredita 100.000.— Din, od katerih mora plačevati letno 4% obresti. Ta denar je razdelila med

svoje člane, ki so si zidali hiše, in je zasigurala to posojilo s hipoteko na prvem mestu.

Za posojila plačujejo člani zadrugi 6% letnih obresti. Najvišji znesek, ki ga more dobiti posamezni zadružnik, znaša 50.000.— Din. Če pomislimo, da zahtevajo posojilnice 8—9%, vidimo, da je s posojilom pri zadrugi članom precej pomagano.

Ko se bo zadruga gmotno okrepila in bo Savezni kredit večji, se bo i sama lotila zidanja lastnih stanovanjskih hiš, v katerih bodo dobivali člani proti primerni najemnini stanovanja, hiše same pa bodo ostale last zadruga. Na ta način bo imelo večje število zadružnikov korist od zadruga in tudi poznejši rodovi bodo občutili blagodejni vpliv njenega dela. Zato je potrebno, da pristopi čimveč članov, da se poveča vsota vplačanih deležev in da bo mogla zadruga potem z večjim povdarkom zahtevati od Saveza povišanje kredita¹⁾.

Začasno posluje zadruga v poslopju »Društva stanovanjskih najemnikov«, na Rotovškem trgu št. 1, kjer dobe državni nameščenci vsak petek od 18.—19. ure vsa pojasnila.

Ker si bo Nabavljalna zadruga v kratkem razširila svoj dom, je upati, da bo v novih prostorih dobila tudi Stanbna zadruga svoje zavetišče. Upamo, da bomo mogli čez leto dni poročati o obširnejšem delu Stanbne zadruga.

Tajnik.

Dr. Franjo Pavlič, Maribor.

Post kot zdravilno sredstvo

V zadnjih letih se mnogo piše o zdravljenju bolezni, posebno kroničnih, s pomočjo posta. Toda pojem »post« je danes še večini ljudi nejasen. Nehoté se jim vrinejo v misel drugi slični pojmi kot glad, askeza, fanatizem i. p. Ali post je postal danes že terapeutično sredstvo medicine in sicer eno najbolj učinkovitih, seveda samo pod nadzorstvom dobro izvežbanega zdravnika.

Postiti se, pomeni, vzdrževati se vsake hrané tako dolgo, dokler se telo ne iznebi vseh produktov presnove, ki so zdrav-

¹⁾ Mesečni odtegljaji od plače po 10, oziroma 5 Din so namenjeni fondu za »Stanbne zadruga«. Op. ur.

ju škodljivi. Organizem porablja takrat vse nagromadene nepotrebne in istočasno tudi škodljive substance. Kadar pa je telo primorano lotiti se dragocenih stanic v svrhu dobave nujno potrebnih kalorij, se uničuje delujoče tkivo, živa beljakovina; potem govorimo o gladovanju. V tem je razlika od posta. Skupno obema pa je, da živi organizem na račun lastnega materiala. Seveda lahko preide post v gladovanje, prostovoljno ali pa primorano, toda narava sama konča post z elementarnim čutom gladu po izvršenem čiščenju telesa.

Postna kura je posebno priporočljiva pri vseh kroničnih boleznih, izvzemši tam, kjer gre za težke organične spremembe, kakor n. pr. pri rakovini, težkih srčnih napakah, v končnem stadiju sušice. Pač pa je potrebno, da vsak, ki se hoče podvreči postu, to stori samo pod izkušeno zdravniško kontrolo; posebno treba stalno opazovati stanje srca. Predvsem je tudi potrebno za vsakega, da si izbere za post, če le mogoče, prosti čas, ker potrebuje tedaj mnogo svežega zraka, popolnega mira, izprehodov v prosti naravi in pa solnca. Tudi ni svetovati, postiti se neposredno po običajni mesni ali mešani hrani, temveč uživati neposredno pred postom nekaj dni izključno sadje (tudi orehe). V prvih dneh prevlada občutek gladu, ki se pa polagoma izgublja in razvijajo se počasi izraziti znaki obolelosti, kakor so oslabeledost, težki udi, mraz, zevanje, omotica, posebno pri naglem vstajanju, suha usta itd. Urin je kalen; ako nekaj časa stoji, se vsede na dnu sluzasta gošča. Jezik je prevlečen z belkasto maso in po klistirih se pokaže tudi v stolici dosti sluz. Glavobol, dalje melanholično razpoloženje prisilijo večkrat k prekinitvi posta. V drugem tednu se pa vsi ti znaki zgubé, urin postane čist, jezik se čisti, duševno razpoloženje je zopet normalno in celo telo izgleda sveže, dobiva zopet barvo. Iz tega je razvidno, da je post sicer radikalno, vendar pa učinkovito sredstvo. Vidno poslabšanje zdravstvenega stanja med postom je za marsikoga nepremostljiva ovira za podaljšanje istega do zmagovitega konca, ker večina ljudi ne ve, da je ravno ta simptom neobhodno potreben za uspešnost posta.

Pri postu odpade vse delo za prebavo in asimilacijo hrane. Telesne sile se zdaj lahko udejstvujejo na drugem polju. Nastopa ojačeno delovanje vseh zdravih stanic. Potrebne kalorije pa si jemlje organizem iz sebe. Bolne ali pa obrabljene stanice,

razne bolezenske kali, preostanki presnove, nagromadena maščoba, sploh vse, kar telo lahko pogreša, se spali in izloči, najmanj porabno najprej. Vse te snovi, ki so deponirane na mestih, kjer po navadi ne povzročajo nobenih težav, preidejo v kri in so vzrok vsem neprijetnim občutkom — nastalo je akutno zastrupljenje organizma pred končnim izčiščenjem. Počasi pa pride vedno manj in manj škodljivih snovi v kri, telo se znebi vseh nepotrebnih zalog, ter popolnoma okreva. Čiščenje je končano, kadar narava v človeku sama zahteva kategorično hrane. Temu pozivu se je treba brezpogojno pokoriti, ker bi telo pozneje živelo na stroške svojih lastnih krepkih, delovnih stanic. Doba čiščenja traja različno dolgo (10 do 20 dni in več), je to povsem individualno in odvisno od bolezni. Prehod k hrani pa naj bo previden, če se hoče doseči trajen uspeh.

Post po strokovnih navodilih s potrebnim mirom zamore torej izboljšati oziroma ozdraviti bolezni, posebno take, ki izvirajo iz slabe ali nepravilne prehrane oziroma presnove, kakor n. pr. protin, revmatizem, sladkorno bolezen. Saj k temu nas navaja narava sama, ko vendar čuti bolnik pri vseh vročinskih boleznih, ali pa pri obolenju želodca in čreves, odpor proti vsaki jedi. Temu pozivu naj bi se pokorili zdravniki, kakor vsi, ki bolniku strežejo. Žival se vedno brezpogojno podvrže tej zahtevi svojega instinkta, nikdar v svojo škodo.

Razven čiščenja vsega organizma pa prispeva post tudi k duševni poglobitvi — in to je njegov etičen pomen.

Tako so šli veliki učitelji vseh glavnih svetovnih ver pred oznanitvijo svojih načel v samoto in so se pripravljali za svoj visoki cilj s postom. Svetovali so tudi svojim učencem post kot najboljše sredstvo telesnega in duševnega prenovljenja. Ni slučajno, da so vsi veliki verski posti ravno v zgodnji spomladi. Takrat je tudi postna kura najbolj učinkovita.

Bodi točen plačnik!

Ne pozabi, da je mnogokrat težko postreči eni sami ženski, kaj šele par stotim na dan!

Bodi vedno zvest in agilen član zadruge!

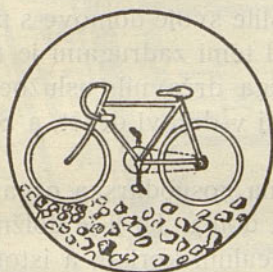


Dr. Kavčuk pri stalnem omizju

V GOSTILNI PRI »ZELENEM DREVESU«.

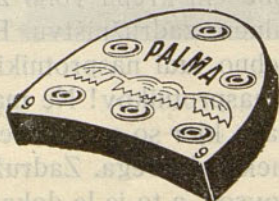
Če ves dan težko delaš in si od prvega petelinjega klica pa do solnčnega zahoda na nogah, se že pripeti, da ti noge predčasno opešajo.

In to ni nič čudnega. Predstavljajte si vendar, ljudje božji, kaj bi bilo, ako bi bicikelj ne imel gumijastih obročev. No, to kolo bi hitro lahko treščili v staro železo.



Tudi pri ljudeh ni mnogo drugače. Kdor hodi po trdih usnjenih petah, ki so mnogokrat povrhu še podkovane, zadobi pri vsakem koraku prav pošten sunek. Ako se tudi tak posamezen sunek ne čuti, pa vpliva — stotisoč takih sunkov prav izrazito na kosti.

Zato, ljudje božji, ker rabite ves ljubi dan svoje noge, in ker rabite iste **zdrave in močne**, nosite **PALMA-kavčuk-pete**.



Ta kavčuk je namreč kakor pnevmatika. Pri vsem tem je še cenen, zdrži trikrat toliko kakor usnjena peta in hrani drago obutev.

Na **PALMA-kavčuk-petah** hodite prijetno, prožno in varujete svoje noge. Dobite jih povsod in vsak čevljar jih namesti v par minutah.

Kdor nosi **PALMA-kavčuk-pete**, lahko prenaša nadloge in napore dnevnega dela do visoke starosti. Imel bo pri tem vedno zdrave in močne noge.

LJUDJE BOŽJI, MISLITE NA TO, KADAR STE TRUDNI!

Savezov dom

Savez nabavljalnih zadrug državnih ulužbencev, ki ima svoj sedež v Beogradu, si je postavil v prestolici Jugoslavije svoj dom, v katerega se je preselil koncem oktobra 1929. leta. Pred njim je bilo že precej nabavljalnih zadrug državnih uslužbencev v naši državi, ki so si omislile svoje domove s pomočjo Savezovih denarnih sredstev. Med temi zadrugami je tudi odlično poslujoča Nabavljalna zadruga državnih uslužbencev v Mariboru. Vsega skupaj jih je sedaj v državi deset, a Savezov dom je jednajsti.

Vsaka življenja sposobna, resna gospodarska organizacija skuša prej ali slej priti do lastnega doma. To ji je dolžnost narokovana od moralnih, oziroma idealnih koristi, a istotako od čisto gospodarskih koristi. Lastna streha more samo povoljno vplivati na razpoloženje organizacije, seveda s pogojem, da je do njene realizacije prišlo pod normalnimi okolnostmi in da je torej delo tudi pravilno vrejeno. A istotako je vsaka gospodarska ustanova dolžna, da pri taki akciji pravilno računa z gospodarskimi koristmi.

Kar se tiče Savezovega doma, se more mirno zabeležiti, da bo isti budil ponos vseh organiziranih članov ter bo v njih obenem krepil voljo za še intenzivnejše delo v našem nabavljalnem zadružništvu. Poslopje je lepo, zapazili ga bodo vsi, posebno tudi nasprotniki našega zadružništva. Saj jih ne manjka, nasprotnikov! Ne manjka jih nikjer in ni jih manjkalo nikdar tam, kjer so se ali poedinci ali organizirane skupine borile za nekaj dobrega. Zadružništvo ima svoje nasprotnike pri nas in povsod, a to je le dokaz, da ono kot pokret velikih mno-

šle moče muzičarom dobro, na škodo vseh oseb, ki muzičarom dobro nišo privoščili iz egoističnih razlogov.

Čisto gospodarske koristi Savezovega doma ne bodo malenkostne. Pred vsem ima Savez sedaj svoje pristore v lastnem domu, medtem ko je doslej v tujih plačevalnih hišah na



Dom Saveza nabavjalne zadruge v Beogradu

1. Kdo lahko postane član zadruga? Član zadruga lahko postane vsak aktivni in usposobljeni drž. uslužbenec, vsako drž. uslužbenec, ter vsi oni, ki prejemajo kakršnokoli podporo ali invalidnino iz drž. ali blag. zakonodaje, udarne uslužbenci samokrajinskih teles; t. j. ministrstva. Kdor želi pristopiti k

čic hoče množicam dobro, na škodo vseh onih, ki množicam dobro niso privoščili iz egoističnih razlogov.

Čisto gospodarske koristi Savezovega doma ne bodo malenkostne. Pred vsem ima Savez sedaj svoje prostore v lastnem domu, medtem ko je doslej v tuji hiši plačeval letno najemnino okroglih 100.000 (enstotisoč!) dinarjev. Razun tega se je v domu uredila menza državnih uslužbencev. Ni dvoma, da bo v prestolnici menza v doglednem času imela mnogo sto odjemalcev za razmeroma skromno ceno (sedaj obed in večerja dnevno skupaj 15 dinarjev). Razun tega je v domu rezerviranih za početek 7 sob za državne uslužbenke-člane nabavljajalnih zadrug v svrhu prenočevanja, kadar pridejo po svojih opravkih, službenih ali privatnih, v Beograd. Cena za eno prenočevanje 20 Din, kar je za beogradske razmere do skrajnosti malenkostno. Tudi ostala stanovanja — okoli 25 — so oddana državnim uslužbencem, ki so člani nabavljajalnih zadrug in to po manjši ceni, nego je sicer običaj v naši prestolnici.

Že iz teh kratkih podatkov se vidi, da je Savezova uprava pri graditvi svojega doma, ki se nahaja v centru mesta (Poenkareova ulica), mislila v vsakem oziru na koristi cele naše organizacije. Državni uslužbenici že po dosedanjih izjavah odobravajo ta korak in ni dvoma, da bo koristnost nove naprave v bodočnosti postala še očiglednejša.

Svečana otvoritev Saveznega doma se izvrši o priliki prihodnje Savezne letne skupščine, torej l. 1930. v Beogradu.

Da bi bilo delo dobro za celo organizacijo in da bi si mogle lastne domove v doglednem času omisliti tudi še vse one zdrave, dobro uspevajoče nabavljajalne zadruge državnih uslužbencev, ki se še ne nahajajo pod lastno streho!

F.:

Navodila našim zadrugarjem

1. **Kdo lahko postane član zadruge?** Član zadruge lahko postane vsak aktivni in upokojeni drž. uslužbenec, vdove državnih uslužbencev ter vsi oni, ki prejemajo kakršnokoli podporo ali invalidnino iz državne blagajne, nadalje uslužbenici samoupravnih teles, t. j. magistratni. Kdor želi pristopiti k

zadrugi, mora lastnoročno podpisati pristopno izjavo in plačati delež Din 100.— ter vpisnino Din 5.—. (Čl. 4. pravil.)

2. **Jamstvo zadrugarjev.** Vsak član zadruge jamči za vse njene obveznosti z vsoto vplačanih deležev in vrhu tega še s štirikratnim zneskom. Torej, kdor je plačal en delež Din 100.—, jamči z vsoto Din 500.—. (Čl. 13. pravil.)

3. **Kedaj preneha članstvo?** Po čl. 7. pravil ne more nihče izstopiti iz zadruge, kadar bi sam hotel, ampak preneha članstvo v teh-le slučajih:

a) Vsled smrti. V tem slučaju se prenese delež na zakonitega naslednika (dediča).

b) Vsled premestitve ali izselitve iz obsega zadruge. Ako je zadrugar premeščen ali se je izselil iz obsega zadruge in hoče izstopiti iz iste, mora to pismeno javiti upravnemu odboru. Ako v kraju preselitve ne obstoja zadruga, se preodkazuje delež članu v gotovini po prihodnjem rednem občnem zboru. V slučaju pa, da je tam zadruga, se nakaže delež isti v nadaljnje razpolaganje.

Nabavljalne zadruge so osnovane v vseh večjih mestih države. Razen teh pa imajo svoje zadruge železničarji, pri katerih zamorejo postati člani samo železničarji. K našim zadrugam pa smejo pristopiti tudi uslužbenci drž. železnic. Za vse pa je enoten Savez (Zveza) v Beogradu, pod katerega območje spadajo tudi kreditne in staubene zadruge, o katerih se poroča na drugem mestu.

4. **Način nakupovanja v zadrugi.** Zadržniki zamorejo nabavljati v zadrugi življenjske potrebščine na dva načina in to: proti takojšnjemu plačilu ali proti mesečnemu obračunu. Za nakupovanje na kredit se predvidevajo še gotovi pogoji. Predvsem mora biti delež Din 100.— plačan v celoti, dočim se dovoljuje proti gotovini nakupujočim članom odplačevanje članskega deleža v desetih zaporednih mesečnih obrokih po Din 10.—. Drugi pogoj je izjava, s katero se s podpisom zaveže član sam, soproga (pri poročenih) in starešina urada za točno odplačevanje. To velja za aktivne uradnike. Pri upokojencih mora podpisati izjavo član sam, soproga in namesto starešine en garant. Ta more biti ali aktivni državni uslužbenec ali pa druga, plačila zmožna oseba. Kdor izpolni te pogoje, ima pravico nakupovati špecerijo proti mesečnemu ob-

računu, manufakturo in kurivo pa na obroke. Nekateri člani se razburjajo radi izjave, kar pa je nepotrebno. Kdor plačuje redno, mu nihče ne dela nobenih sitnosti, jamstvo pa mora imeti zadruga po predpisih Saveza. Pripominjamo tudi, da se tu z nobenim pogojem ne more delati izjem. Vsi člani so enakopravni, za vse veljajo enake pravice in dolžnosti.

Računi se zaključujejo z vsakim 24. v mesecu. Nakupi z dne 25. veljajo že za prihodnji mesec. N. pr.: dne 25. nov. 1929 nakupljeno blago ni plačljivo 1. dec. 1929, ampak 1. jan. 1930. Aktivnim drž. usluž. se pošlje skupen seznam odtegljajev na starešinstvo urada, upokojenci in ostali pa dobijo obračune na dom. Špecerija se po predpisih Saveza z nobenim pogojem ne sme kreditirati za daljšo dobo, kakor en mesec, dočim se dovoljujejo za odplačevanje manufakture in kuriva obroki. Manufaktura od Din 600.— dalje se razdeli v šestmesečno odplačevanje, najmanjši obrok pa je Din 100.—. N. pr. nakupi za Din 200.— niso plačljivi v šestih, ampak v dveh obrokih.

Kurivo mora biti plačano v treh obrokih.

P. n. člane prosimo, naj se predpisanih obrokov točno držijo in naj **poravnavaajo mesečne obračune v celoti najkasneje do 6. v mesecu**. Nadalje, da poravnavaajo izkazane vsote po priloženi poštni položnici ali pa na naš račun pri naših bančnih zvezah »Posojilnici v Mariboru«, Narodni dom in »Ljubljanski kreditni banki« v Mariboru na vogalu Gospodske in Slovenske ulice.

Vsa ta plačila se vršijo točno, hitro in brezplačno na naš račun, proti prejemu pobotnice.

P. n. člani si s tem prihranijo dolgotrajno čakanje pri združni blagajni, ki je posebno prve dneve v mesecu neizbežno, na drugi strani pa olajšajo zadrugi poslovanje s tem, da oddajo denar neposredno zavodu, ki se ga poslužuje zadruga, in se prihrani čas za trikratno štetje enega in istega denarja, namreč: 1. blagajničarka šteje denar pri sprejemu od člana; 2. šteje isti denar pri oddaji glavnemu blagajniku; 3. glavni blagajnik ga šteje zopet pri oddaji v denarni zavod.

Vse to nepotrebno štetje odpade, ako se člani poslužijo plačila na pošti ali v denarnih zavodih.

Tudi priporočamo p. n. članom, da si z ozirom na vedno rastoči promet v zadrugi nakupovanje po uvidevnosti sami

razdelijo in uredijo, t. j., da ne pridejo vsi prvega in tudi ne 25. v mesecu, ko se otvori kredit. Najugodnejše je v sredini meseca in sicer od 5. do 20. Če si bodo člani to sami uredili, se bodo izognili dolgotrajnemu čakanju in — kar je s tem v zvezi — nevolji in jezi.

Zadruga izdaja vsakega 24. v mesecu nov cenik in veljajo cene od tega dne dalje.

Da se izvrši odprava pri blagajni hitro in neovirano, se priporoča članom, da si priskrbe cenike pravočasno in si na podlagi teh doma na poseben listič zabeležijo nakupe ter oddajo ta listič z nakupno knjižico vred pri blagajni.

Vse reklamacije glede dostave blaga naj se prijavijo takoj upravi zadruga, ker je pozneje težko dognati in razjasniti stvar. Ako p. n. člani niso zadovoljni s premogom, naj ga nikar ne spravijo v klet, ampak je najboljše, da ga sploh ne prevzamejo. Ako je enkrat v kleti, se sploh ne more več ozirati na reklamacije.

Razveseljivo je tudi, da so člani likvidirane zadruga v Slov. Bistrici pristopili k nam. Naša zadruga jim dostavlja vsakega 6. v mesecu (ako je praznik ali nedelja, prihodnji delavnik) živila na dom v Slovensko Bistrico. Te ugodnosti bi bili lahko deležni drž. uslužbenci tudi iz drugih krajev, ako bi se jih prijavilo zadostno število, da bi bilo vredno dostave.

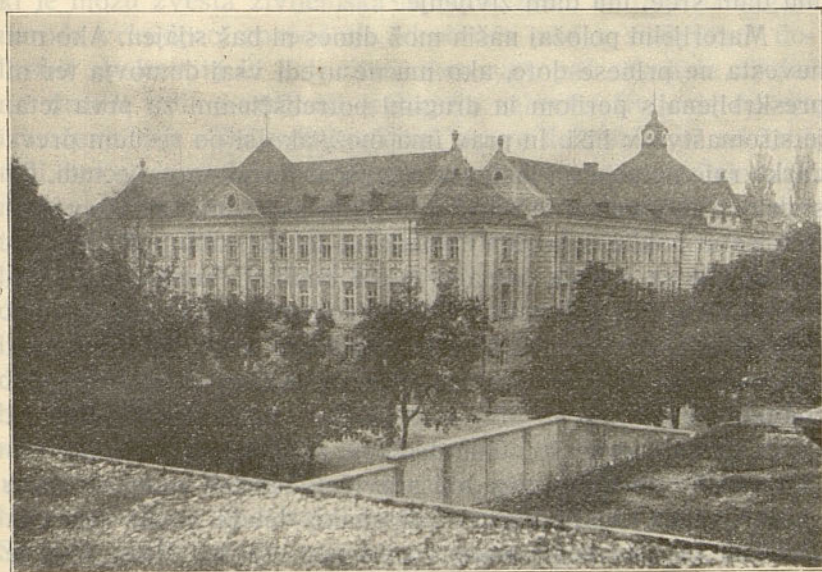
Blago prejema po isti ceni, kakor vsi člani v Mariboru.

5. Kakšne ugodnosti nudi zadruga svojim članom? Zadruga preskrbuje svoje člane z vsemi življenjskimi potrebščinami, t. j. z živili, obleko in kurivom. Ker ima mnogo članov, se blago hitro razproda in ne leži dolgo v skladišču, vsled česar prejema člani vedno sveže in nepokvarjeno blago, in razen tega cenejše nego pri trgovcih. Da zamore svoje člane še bolj zadovoljiti, si je nabavila zadruga tovorni avto, s katerim dostavlja živila nad 15 kg (izvzemši steklenic) na dom.

Vrhu vsega tega participirajo člani na letnem čistem dobičku zadruga. Po čl. 64. pravil pripada zadrugarjem 41% od celokupnega dobička.

V svrhu razdelitve teh 41 % celokupnega čistega dobička, morajo člani ob koncu vsakega leta predložiti svoje nabavne knjižice in listke upravnemu odboru, da se zamorejo na podlagi

teh ugotoviti nakupi posameznega člana. Čisti dobiček se razdeli v blagu in to po odobritvi letnih sklepnih računov, kar se vrši na rednem občnem zboru približno koncem marca vsakega leta.



Palaca bivšega vel. župana v Mariboru

Anka Mešiček:

Žena in njen poklic

Mnogo, prav mnogo se danes piše o ženi in njenem poklicu in moški zabavljajo zlasti čez žensko emancipacijo. Pogledajmo, če po pravici! Narava je ustvarila ženo predvsem za mater in nje vzvišena naloga je skrbeti za telesno in duševno blaginjo svojcev. Ta prvi in sveti poklic žene je deklici prirojen. Le pogledjmo jo, koliko pozornosti kaže napram svoji punčki, s kakšno nežnostjo skrbi za mlajše bratce in sestrice! Dekle se drži doma, skuša ga olepšati z ročnimi deli. Kakšno veselje ima s svojo gredico na vrtu, s koliko potrpežljivostjo goji in neguje cvetice! Poklic žene kot matere in gospodinje je naraven, vse drugo je posledica razmer, v katerih živimo. Že številčno razmerje med moškim in ženskim spolom ne dopu-

šča mladenkam lahko miselno čakati, ali in kdaj pride mladenič, da si jo vzame za življenjsko družico. Premnoge prevare, ki jih preživljajo v zakonu nekdanj poštena dekleta, pa jim stavi jo še drugo, večje vprašanje: Kdo me snubi? Je li vreden, da mu dam srcé, mu dam življenje?

Materijalni položaj naših mož danes ni baš sijajen. Ako mu nevesta ne prinese dote, ako mu ne uredi vsaj domovja ter ni preskrbljena s perilom in drugimi potrebščinami za prva leta, je siromaštvo v hiši. In prav ima mož, ako si po resnem prevdanku raje ne postavi lastnega ognjišča. Naravno pa je tudi, da si pridno in inteligentno dekle, ki nima potrebnih sredstev, poišče lastni poklic, s kojega dohodki se lahko samo pošteno preživi ali, če se poroči, pomaga možu, rodbini. Veliko naših duševnih delavk je s kmetov. So to večinoma nadarjena dekleta iz kolikor toliko premožnih hiš. Mogoče je dekle že v mladosti samo preudarilo svoj položaj, mogoče, da so si ga razmislili roditelji. S tem, da so otroka izsolali, so razbremenili dom za enega izmed morda številnih dedičev. Ako hoče kmečki posestnik ohraniti dom, ne more biti pravičen napram vsem otrokom v tem smislu, da bi vsem volil enake deleže svoje imovine. Z deleži bi obremenil posestvo do nemožnosti, zlasti kjer je več otrok. Zato je dota, ki jo dobi kmečka hčerka, navadno minimalna in sosed, ki bi si jo morda rad popeljal kot gospodinja na svoj dom, si mora premisliti, ker ima v rojstni hiši izpolniti obveznosti. Kmečko dekle, če se ne poroči, dela na domu do smrti staršev ali do časa, ko se ta stisneta v izgovorjeni kotichek. »Mladi« je že v naprej v napotje in le lepe in častne izjeme so, če se hči v domači hiši poleg brata-gospodarja in svakinje ne čuti tuja, nepotrebna.

V krogu onih, ki stremijo za tem, da ohranijo kmečka dekleta kmečkim domovom, se zategadelj razmotriva vprašanje primerne zavarovanja. Roditelja bi dala hčerko koj ob rojstvu zavarovati, recimo za dobo 20 let. Višina zavarovane vsote bi se ravnala po možnosti plačevanja premij, ki bi sigurno ne bile velike, vendar bi naj ta vsota dosegla višino pravičnega deleža dedščine. Po 14. letu bi si naj dekle samo s prihranki in skromnejšimi zahtevami n. pr. pri obleki, plačevalo premije. Na ta način bi se kmečko dekle že zgodaj privadilo štedljivosti in bi prišlo s svojim 20. letom do dote, ki bi pomogla ustvariti dom. Pomagano bi bilo s tem tudi onemu, ki prevzame domačijo.

Ako mož, zlasti inteligent, zabrusi svoji ženi očitek v obraz, da je on reditelj rodbine, da ona ne zasluži, ne pripravi ničesar, ni to le brezsrčno, marveč tudi zelo krivično. Tudi to je pereče vprašanje, zakaj si iščejo ženske samostojnih poklicev. Žena, ki je možu zvesta življenjska družica, mati, ki rodi in vzgaja narodu vrlo deco, gospodinja, ki obrača možev zaslužek v dobrobit svojcev in ki ji je dom njen svet, pač nikoli in nikdar ne zasluži trdih besed. Ni treba, da zahteva življenje od nje izmučeno bitje z žuljavimi rokami, pravo delo zahteva od žene tudi mnogo preudarnosti in prožnosti duha. Ako kočejo naši možje, da se vrnejo žene iz javnih služb, kamor jih je vsled težkih življenjskih razmer privedla prirojena inteligenca in marljivost, k domačemu ognjišču, bodo pač morali gledati njeno domače delo z drugačnimi očmi. Priznati bodo morali, da je izpolnjevanje njenih dolžnosti težje kot navadno mehanično delo, da je žena, ki je dobra mati, pridna, vešča gospodinja, stebber domači hiši in da je njeno delo rodbini ne le prepotrebno, marveč tudi srečonosno. Še eno vprašanje. Poročena žena in mati v poklicu. Dvema gospodarjema je težko služiti. Ta stavek bo podpisala in podčrtala vsaka, ki opravlja to dvojno delo. Smelo pa trdim, da bo poročena žena (vsaj po pretežni večini) svoje službene dolžnosti opravljala z največjo natančnostjo. Ima tudi toliko stanovskega ponosa in tovariškega čuta, da ne bo zahtevala nobenih ozirov v javni službi radi privatnih razmer. Toda njen dom! V najboljših slučajih jo nadomešča v gospodinjstvu, vsaj deloma, pridna, zvesta služkinja. Kot mati pa je nenadomestljiva. Velika večina javnih delavk ne bo de zmogla tega dvojnega težkega dela. So to izjeme, močne narave, ki telesno ne podležejo in so to le žene, ki so v poklicu in v rodbini srečne. Ako pa hoče mati zapustiti službo v prid svojih otrok, naj bi se je ne oviralo. Načrt novega šolskega zakona baje predvideva, da bodo učiteljice z več kot 3 otroki stopile lahko v pokoj z 20 službenimi leti, kar je vsekakor humano.

Boljši gmotni položaj naših mož, primerno zavarovanje deklet za doto ter pravična cenitev dela žene — matere — gospodinje, bi torej po mojem mnenju pripomoglo, da bi naše žene vedno bolj in bolj stavile svoje moči v prid prvi in najlepši nalogi, od narave jim danemu poklicu — materinstvu.

Anica:

Domotožje

Muči me hrepenenje bolnega človeka
in v meni je senca, je tuga neka.

Moja duša hoče v svobodni svet —
mrtve stene ji ovirajo polet.

Pretesno mi je življenje mesta,
preozka mi je ulica in cesta.

Zato raste domotožje iz dneva v dan,

po senci gozdov in pesmi poljan:

v zimi po zasneženem bregu,

po svetli polnočki in gazi v snegu,

spomladi po črešnji v belem cvetju,

po zlati pšenički in maku rdečem v poletju

in kadar ugašajo vroči plameni,

po zrelem sadju, po barvah razkošne jeseni,

po listju, praproti, ajdi in ozimini

v blagoslovljeni, tihi dolini,

kamor romajo moji spomini.

Hodim po svetu s hrepenenjem bolnega človeka

in v meni je tuga, je tuga neka.

—lj:

Kolobocija brez naslova

Na živilskem trgu pred starinskim rotovžem, je kar mrgolelo kupujočih gospodinj in služkinj, ki so se prerivale s svojimi košaricami ob dolgih mizah, za katerimi so ponujale prodajalke svoje sveže raznovrstno blago. Bilo je ob postnih dneh velikega tedna, ko potrebujejo naše gospodinje več in različnih takih dobrot, s katerimi ne samo zadovoljijo, ampak tudi razveselijo svoje družine ob praznikih. Zato je bilo na trgu tiste dni še posebno živahno vrvenje.

Pa se dobita na pločniku, ravno pred magistratom, stari prijateljici gospa Ančka in gospa Lojzka. To se pravi pravzaprav, da stari še nista bili. Saj je vsaka imela komaj svojih štirideset let; a prijateljici sta si bili že od mladih nog. Sku-

paj sta rastle na vasi v mladih letih, skupaj študirali, no, in potem je dobila vsaka svojega moža. Eden je služboval kot uradnik v predvojni dobi v Brežicah, drugi pa v Slovenjgradcu. Po prevratu pa je nanoslo, da sta bila oba premeščena v Maribor, v veliko zadovoljstvo obeh ženic, ki sta po več letih zopet obnovili svoje prijateljstvo. Le to je bil križ, da je gospa Ančka stanovala v Koroškem predmestju, gospa Lojzka pa tam v Melju. Zato se nista mogli prepogosto obiskovati, kar je bilo za obe morda tudi prav. Tembolj sta pa bili veseli, če sta se slučajno dobili tuintam kedaj na trgu. Od zadnjega slučajnega srečanja na trgu je minulo že nad mesec dni. In morda bi se sedaj niti ne opazili, dasi sta bili tako blizu skupaj, da ni gospa Lojzka s svojo košarico v veliki gneči prav nenežno butnila v polno košarico gospe Ančke.

»No, kakšno teslo pa tako buta? Toliko, da mi ni košarica padla iz rok!«, se ozre nevoljno gospa Ančka.

»No, no, Ančka! Oprosti, nisem nalašč. Nekdo je v mene dregnil in tako sem zadela ob tebe.«

»Oh, ti si, Lojzka!« se nasmeje gospa Ančka vsa vesela in stisne roko prijateljici. »Oprosti tudi ti! Veš, komaj sem se izmotala iz te gneče. Vso so me že pohodili. Le poglej moje čevlje! Po rokah, mečah in kolkih pa sem menda že vsa črna od tega prerivanja. Zato ne zameri, če sem že nevoljna. Saj ni čuda. Sicer je pa prav, da si se zadela obme, ker drugače bi se menda ne dobili. Stopiva malo v stran k zidu!«

In potegnila jo je za rokav ter sta stopili k steni, da bi imeli vsaj malce miru.

»Ali si že vse nakupila, Ančka?« začne gospa Lojzka in gleda na polno Ančino košarico.

»Za danes bo že. Drugo pa dobim še te dni. Saj je danes šele sredo. Oh, če je pa vse tako drago, plača moža pa tako majhna! Kako naj živimo!« vzdihne gospa Ančka.

»Res je. Človek obrača te uborne pare na vse strani, pa nikjer nič ne zaleže,« ji pomaga gospa Lojzka.

»Kaj ti! Ti imaš vsaj obleko, kakor se spodobi, pa moje cape poglej!«

»Saj ti nič ne manjka. Ta obleka ti tako pristoja, da te najrajši vidim v njej, Ančka.«

»Eh, človek mora leto in dan hoditi vedno v isti koži!«

In tako je šlo tarnanje svojo pot, dokler ga ni pretrgal kak mimohiteči pasant, ko se je zadel v gneči ob obe prijateljici.

»Veš, Lojzka, tu ni miru. Stopiva malo v zadružno zajtrkovalnico! Tam imava vsaj mir in se lahko kaj pogovoriva. Saj je še-le tričetrť na deset.«

»No, pa pojdiva za pol urice! Dalje pa ne utegnem. Sem sama doma.«

»Saj tudi jaz ne smem ostati več nego pol ure. Tudi mene čaka še vse delo doma.«

In že jo zavijeta med živahnim razgovorom v ozko in temno Lekarniško ulico, proti zajtrkovalnici. Tam je sedelo že par priprostih ženic in gruča gospej, ki so se med seboj živo razgovarjale. Vsaka je imela pred seboj osminko vina, eno ali dve sardelci v olju ter bigo. Na tleh pa so stale ob mizi polne košarice. Očividno so že opravile na trgu nakup ter se oglasile kakor gospa Lojzka in Ančka v zajtrkovalnico na mal prigrizek in razgovor.

»Vidiš, ravno prav. Miza pri oknu je še prazna.«

»Pa res. Na okno postaviva košarice, pa je.« Odvrne Lojzka.

»Glej jo, glej! Tvoja košarica je prav taka kakor moja,« se nasmeje gospa Ančka in sede za mizo.

»Saj res ima tudi tvoja rdeč in moder pas čez trebuh, kakor moja.«

»Se pač vidi, da imava obe enak okus že od nekdej.«

»Želite, prosim?« se oglasi uslužbenka, mlado dekle, črnih, kodrastih las.

»Oh, saj človek ne ve, kaj bi!« vzdihne gospa Ančka in pogleda razne jestvine razložene pod steklom in na krožnikih.

»Par koščkov šunke!«

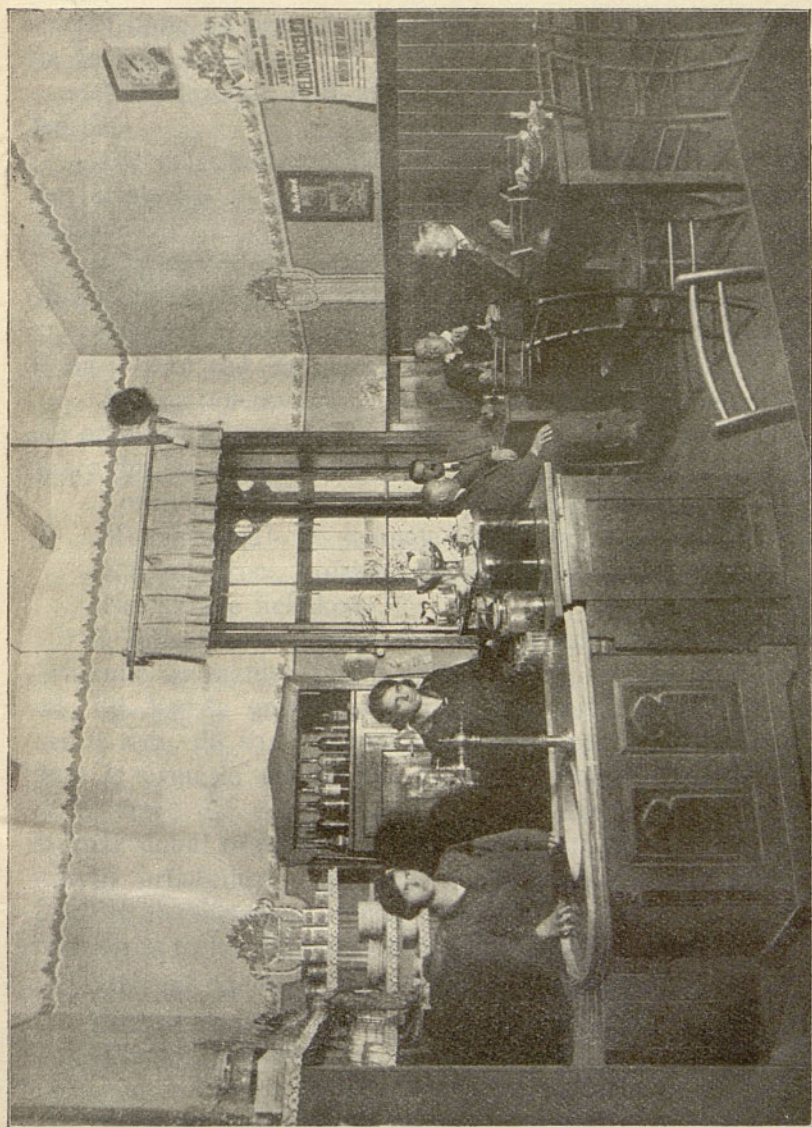
»Šunke?« se začudi gospa Lojzka. »Danes je že post.«

»Saj res. Čisto sem že pozabila. Veš, po novem ni nič več post na veliko sredo, a mi se še vseeno držimo starih navad. — No, pa mi dajte dve sardelci z oljem in osminko vina!«

»Pa še meni tako!« pristavi gospa Lojzka.

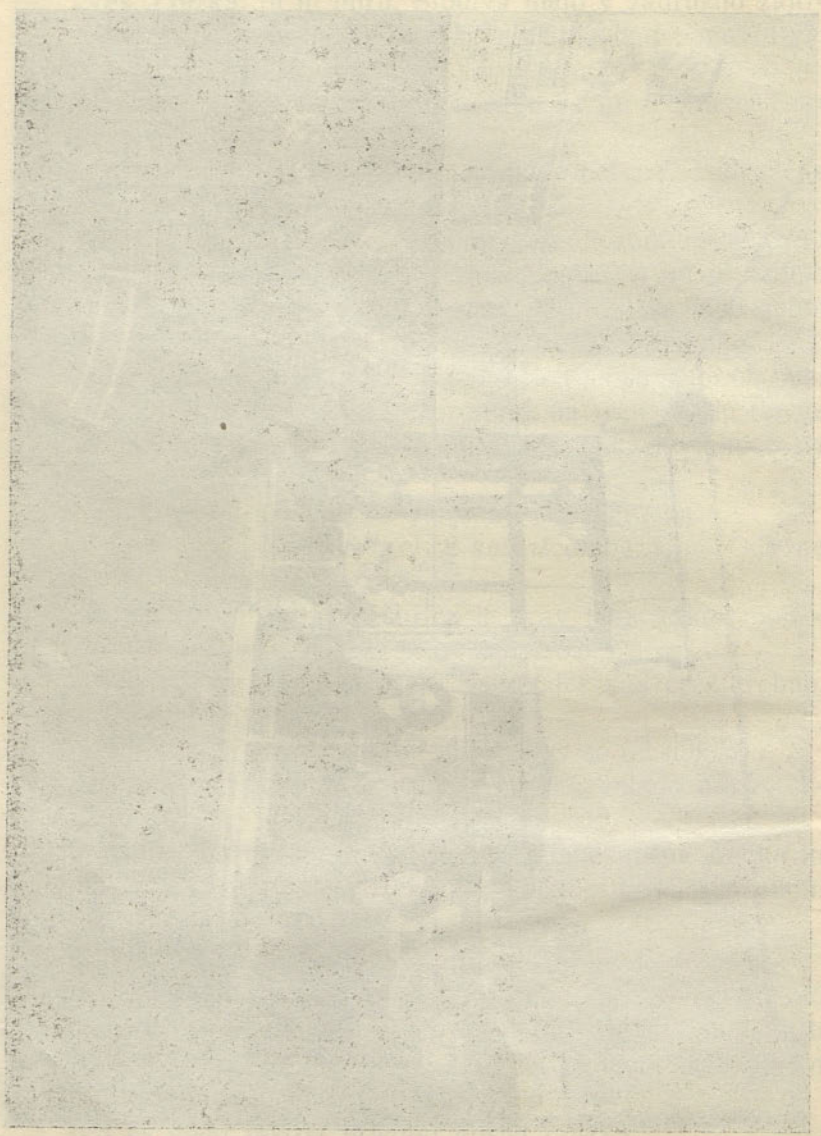
»Črnega ali belega, prosim?«

»Črnega. — Se vidi, da prideva poredko semkaj, ker ne ve, kakšno vino pijeja. Pri pogostih gostih Minka niti ne iz-



Naša zajutrkovalnica

in tako je bilo razumljivo, da je bilo potrebno
vse narediti, da se v tem času vseh stvari
dohajajo.



oblikovništvo 1947

Črna in bela fotografija
Črna in bela fotografija, ki prikazuje
notranjost prostora. Pri pogledu na levo

prašuje, ampak kar prinese, ker že pozna njihovo navado, kakor trdi moj mož.«

»A tvoj tudi zahaja sem, kakor moj?« vpraša gospa Ančka.

»Takole po prvem se večkrat zgledi, proti koncu meseca pa že bolj poredko.«

»Tako je tako; tuji našim možem ni lahko v sedanjih razmerah.«

»Da, marsikaj morajo opustiti, čeprav imajo že nad dvajset let službe. — Kakšno kosilo boš pa danes napravila, Ančka?«

»Postno seveda. Krompirjevo juho in sirove štruklje. Moj mož si jih tako želi, pa naj jih ima. — Kaj pa ti?«

»Polenovko v omaki s polento. Štrukljev moj ne mara, to pa je jako rad. Že zjutraj sva sestavila jedilni list.«

»Moj pa polenovke ne. Ne prenese tistega duha že od nekdanj ne. Tudi midva se navadno dogovoriva vsaj za kosilo, da napravim, kar mu diši.«

»Torej bosta danes najina možička z nama zadovoljna.«

»Menda pa ja!« se zasmije Lojzka ter izpije požirek vina.

»Kaj pa otroci, Lojzka? Dobro študirajo?«

»No, še gre nekako!«

In tako sta se razgovarjali o družinskih razmerah doma, dotaknile se razmer svojih znank, sosed, vzgoje otrok, mode itd., itd. Vsa ta vprašanja imajo široko polje za razgovore in čas ti teče, da sam ne veš kako. Niti opazili skoro nista, da jima je prinesla uslužbenka že drugo osminko, in da že od te ni skoro nič več v kupici. Sicer je ura v zajutrkovalnici, ki kaže dokaj pravilni čas, a kdo bi se zmenil za uro, če razpravlja prijateljica s prijateljico o stvarih, ki obe zanimajo. Tako je kazalec na uri kazal že tričetrt na enajst, ko se spomnita, da je treba iti domov pripravljat kosilo.

»Jej, jej, koliko je že ura!« hiti gospa Ančka.

»Saj ni mogoče!« se še bolj začudi gospa Lojzka.

»Plačati, prosim!«

»Kaj ti, imaš vsaj avtobus v Melje. Jaz moram pa peš.«

»Imaš pa toliko bližje domov, Ančka!«

V naglici pograbitna košarici in hitita ven na uličo.

»Z Bogom, Ančka! Avtobus že stoji, če ga bom še dobila.«

»Srečno, Lojzka!«

Komaj sta si podali roki v slovo in odbrzeli vsaka na svojo stran. Niti veselih praznikov si nista utegnili voščiti. K sreči je gospa Lojzka še dobila avtobus. Gospa Ančka je pa tudi skoro bolj tekla, kakor pa šla po Koroškem predmestju. Žakaj, obema je hodilo na kratko s časom za pripravo kosila, čeprav je bilo docela priprosto.

Ko pa gospa Ančka in gospa Lojzka prisopihata domov, bi ju skoro zadela kap od presenečenja. Obe sta namreč videli, da sta pri odhodu iz zajutrkovalnice v tisti naglici zamenjali košarice. Gospa Ančka je vzela Lojzkinjo, gospa Lojzka pa Ančkino. Seveda ni imela nobena več časa, da bi študirala, kaj bo de kuhala. In tako je pripravila gospa Ančka svojemu možu za kosilo polenovko z omako, četudi ni bil nikoli prijatelj te jedi, in gospa Lojzka je pa napravila štruklje, dasi jih njen mož ni posebno cenil. Pri kosilu sta se oba držala precej čmerikavo, dasi je bilo obeh ženic obnašanje napram njima sama prijaznost, ljubeznjivost in sladkost. Še-le za par dni sta zvedela od svojih ženic, kako je prišlo do takega kosila in do tolike prijaznosti obeh boljših polovic.

Na Veliko nedeljo pa sta obe družini napravili skupen izlet v okolico in se prav od srca nasmejali.

Od takrat se včasih gospa Ančka in gospa Lojzka po nakupu na trgu še zglasita v zajutrkovalnici, a košaric ne zamenjata več. Če pa ju moža katerikrat podražita s tisto nesrečno zamenjavo, pa jima tudi ne zamerita. — Saj je vsemu kriva seveda zadružna zajutrkovalnica.

Anka Mešiček.

Materam

Matere, ve ste vir življenja! Poteze vašega obraza si najprej zapomni nežno dete, vam velja prvi njegov smehljaj, vaše ime je prvo, ki ga izgovarja otrok. »Mama!« vzklika dete v sreči, mamu kliče v nesreči. In ko je na širnih bojnih poljanah imela smrt bogato žetev, ko je s svojo neusmiljeno koščeno roko objemala junake, se je izgubljal črez trepetajoče ustnice njihov poslednji glas: »Mati!« Materi, edino materi je splel naš pesnik Cankar venec časti in ljubezni, venec, zložen iz malo, prav maloštevilnih cvetk, a mnogo, mnogo trnja.

Mati! Kdo popiše srečo trenutka, ko se žena zave, da je to postala! Kdo pa tudi ve za skrb, ki jo prevzame isti hip, trepetajočo za srečo malega bitja! In če razjeda srcé in dušo še skrb za obstanek, za preživljanje, uboga, revna mamica! A v trenutku, ko stisne mlada mati dete na svoje ljubeče srce, je pozabljena vsa prestana bol. In bolj ko je revno, bolj nebogljeno, tem bolj je potrebno nege, tem večja je materina ljubav. Neki pesnik položi sinu, ki stoji ob sveži gomili svoje matere, v usta besede: Kako oklepa ta mala gomila to velikansko ljubezen! Tako bi pač mlada mamica ob pogledu novorojenčka lahko dejala: Dete ljubo, dete malo, kam hočeš s toliko ljubavi, ki jo imam zate jaz, tvoja mati!

Materina ljubezen nima mej. Prava ljubav pa hoče osrečevati. Tako se tudi vse misli matere osredotočijo v želji za otrokovo srečo. Vglobimo se v dušo dobre, pametne mamice in razmišljajmo ž njo!

Zdravje je prvi pogoj k sreči. Ko postane žena mati, je njena sveta dolžnost, skrbeti s podvojeno mero za svoje zdravje, saj ima delež na tem tudi njeno dete. Razne zdravniške knjige ji dadó navodila, ki se jih naj drži. Solnca, zraka in vode potrebuje dete. Blagor otroku, ki mu sije solnce v stanovanjico. Pri izbiri stanovanj naj ne igra vloge mala razlika v ceni, zlasti če ima rodbina otroke. Zdravje je nad vse in predpogoj za zdravje, posebno nežne dece, je suho, solnčno stanovanje. In ko razdeliš svoj dom, največja, solnčna soba bodi spalnica. V njej prebiješ največ ur na svojem domu, zlasti še otrok, ki naj mnogo spi. Kako nespametno je, stiskati se v tesne spalnice, da se lahko ponašamo z velikimi sprejemnicami! Pri izbiri stanovanja, pri ureditvi doma, celo pri postavljanju male posteljice, naj te vodi misel na otroško zdravje. Priveščimo zlate solnčne žarke otroku na prostem, odpirajmo jim tudi okna na stežaj!

Kakor solnce, je za zdravje važen tudi zrak. Slabo se je godilo našim ubogim vojakom v svetovni vojni. Poznala pa sem občutljive, bolehave mladeniče, ki so se vrnili z bojnih poljan krepki in utrjeni. Priznali so, da jim je bivanje na svežem zraku pripomoglo do okrepiteve. Naši skavti se vračajo s svojih taborenj vkljub zelo preprosti hrani vidno močnejši in okrepani na zdravju. Torej kolikor mogoče ven z našimi malčki, ven v naravo! Ne na ulice, kjer je gneča ljudi, ne na cesto, kjer

te vsak hip zavije oblak prahu! Maribor ima mnogo prostorčkov, kjer se sreča mestno ozračje s čistim podeželskim. Tja hiti in privošči otročičku in sebi, da se nadihata svežega, zdravega zraka. Kadar pa vreme in žal tudi čas tega ne pripušča, postavi voziček (posteljico) na balkon ali vsaj v bližino odprtega okna. Velikanska je nadloga prahu v pritličju stanovanj ob cestah, ki so zelo prometne. Izkoristi čas, ko je poškopljeno, izkoristi noč. V zavodih za bolne na pljučih obstoja glavno zdravljenje v dobri prehrani in miru ter v ležanju pri odprtih oknih in sicer tudi pozimi. Poznam rodbino, ki to prakticira doma. Deca se sleče v topli sobi, potem pa poskače v postelje v nekurjeni spalnici. Dobro jih pokrij, na glavice stisni kapice in sedaj odpri vrata v sosednjo sobo in tu še okno. Globoki dihi in mirno spanje ti kmalu dokažejo, kako se otroci počutijo dobro. Instinktivno se varujejo sami, da bi se odkrili. Zjutraj okno zapri, otroci poskačejo v toplejšo sobo. Dasi je v sobi voda v kupici zmrznila, se otroci niso prehladili. Zrak, sveži zrak krepí in utrdi človeka in krepak, utrjen človek že ima precej življenjske sreče — je zdrav. Umevno pa je, da ta procedura ni za prav malo dete.

Ker pa človek ne diha le s pljuči, marveč tudi skozi kožo, pridemo do tretje potrebe — vode. Slabotni otroci se sicer naj ne kopljejo dnevno predolgo, vendar naj bo telo malčka, kakor vsakega odraslega, čisto! Snaga je polovica zdravja. Neki otroški zdravnik je svetoval materam, naj kopljejo otroke v vodi, v kateri se je kuhalo orehovo listje. Poskusi so se obnesli prav dobro. V vodi 28° C, pozneje 24°, umij otroku ličece, glavico, nato vrzi v vodo pest morske soli in ono vodo orehovega listja (odcedi in prilij, pa pazi, da ostane ista temperatura). Revne matere včasih z najboljšo voljo ne morejo dovolj snažiti otrok. Zgodi pa se tudi, da je dete na zunaj nališpano, perilo pa nas razočara. In vendar, čim bližje telesu je oblačilo, tem čistejše naj bo, da prepušča zrak in eventualno vsrkava znoj.

Prah in druga nesnaga sta zavetišče neštetihih bacilov, bolezenskih kali. Zato naj bo stanovanje, zlasti otroška soba, brez vseh nepotrebnih navlak, v kojih se nabira prah in koje je težko vsak dan temeljito čistiti. Preprosto, pa snažno naj bo otrokovo bivališče! Kjer se praši, od tam se naj odstrani otroka!

Nežna pljuča so občutljiva in se lahko okužijo. Otroku torej zlatih solnčnih žarkov, dobrega, svežega zraka in vode, snage!

Zelo važna za zdravje otrok je prehrana. Narava sama jo je dala otroku na pot v življenje. Mamice, ne odrekajte malčkom pravice do nje. Ne bojte se staranja, ne slabega zgladanja! Strežite zaradi otroka sebi, a dajte otroku, kar je njegovega! Statistično je dokazano, da je umrljivost otrok, ki so imeli naravno materino mleko, veliko manjša od drugih. Le, ako žena ni zmožna dojiti otroka, ali če ji zdravnik to odločno odsvetuje, je upravičena to opustiti. Držati pa se mora navodil svojega zdravnika, ali se ravnati po priznani dobri zdravniški knjigi. Njen trud in njena skrb pa sta mnogo večja kakor sicer. Znano je tudi, da v krajih, kjer žene otrok ne doje, boluje večji odstotek žen na raku.

Pa tudi v prehrani večjih otrok napravljamo često napake. Otroci dobivajo navadno preveč mesa in si kvarijo tek s slaščicami. Zelenjava (paradižnik, špinača i. dr.) vsebujejo vitamine, za ohranitev človeškega zdravja prepotrebne snovi. Teh nudimo otroku v obilici. Posebno zdravo in otroku naravnost potrebno je sadje. Slaščice pa nadomeščaj preprosta močnata jed.

Spanje krepí otroka. Brez guncanja in vozarenja, brez nošenja po sobi, v miru naj zaspí malček. Če malo pojoče, je to brez škode. Tako je treba navaditi otroka prav od prvega dne. Prve dni se vrtí vse okoli ljubljénčka, ki se kmalu razvadi. Polagoma pa se navdušenje poleže, a razvajenec ostane mami. Razvajeno dete je muka svoji okolici, je pa tudi samo revše, ki ne pozna pravega počitka, mirnega spanja. Otrok naj spi čim več, do 4. leta tudi čez dan kakšno urico. Prav nerazumljivo je, če jemljejo inteligentne matere ponoči otroke v gledališče ali z zehajočimi posedajo po kavarnah. Otrok spada zvečer domov, spada v posteljo!

Izbornó sredstvo za okrepitev je telovadba, zlasti na svežem zraku. Pretirani enostranski šport pa ne pospešuje razvoja in ima večkrat slabe posledice, zlasti za srce.

To bi bile glavne točke glede telesne vzgoje, glede na nego zdravja. Otroke pa tudi sicer začnimo zgodaj vzgajati za življenje. Vse privzgojeno naj postane od nežne mladosti otroku

navada, naj mu bode duševna potreba. Otrok, ki je od prvega tedna dobival ob točnem času hrano, ki si ga polagala vedno ob isti uri k počitku, ki je v snažnem domu sam pospravil svoje igračke, ki je pazil na snažno oblačilce in imel veselje z istim, temu otroku bosta red in snaga prešla v kri. V tem oziru je med otrokom in otrokom, med človekom in človekom silen razloček. Matere, vzgoja v mladosti vam bode v poznejših letih dobro poplačana.

Samostojni naj postanejo naši otroci. Sami naj pospravljajo igračke, šolske reči, obleko i. dr., sami se naj umivajo in češejo, sami se naj uče in pišejo naloge. Jasno je sevé, da bo treba povsod materinega očesa, mnogokrat tudi materine roke. Toda mati le nadzoruj in pomagaj samo po potrebi. Otrok ljubi prostost in jo v razvoj laštneга »jaza« mora imeti, seveda do gotove mere. Zapovedujmo našim otrokom le malo, premišljeno. Zato pa mora otrok smatrati svojo nalogo kot resno dolžnost, ki jo mora izvršiti. K danim nalogam pa si bode fant, dekle polagoma stavil svoje cilje, dobil bo veselje do dela, postal bode delaven in vesten. Vestne in poslušne otroke ima vsakdo rad.

Obzirnost je današnji mladini po večini tuja. Ako pa otroka v zgodnji mladosti navadimo, da je obziren do vseh ljudi, zlasti starejših, ga bode ta lastnost dičila v življenju. Kadar kdo odpre usta, ga vemo uvrstiti v njegov stan, njegov poklic, presodimo njegovo izobrazbo. In kadar govore naši otroci, se sklepa po njih na nas roditelje. Zato bodi govorica z otroki vedno lepa, pravilna, v izbranih besedah, bodi takšna, kot bi si je sami želeli od otrok v prisotnosti družbe in kritikov. Lepa beseda najde lepo mesto in gladi pot v življenje.

Matere živite svojim otrokom v dobi detinstva. Takrat so vaši, samo vaši. Ko pa popeljete svojega ljubljenca prvič čez šolski prag, se začne zanj nova življenjska doba. Roditelji in učitelji, podajte si roke k složnemu delu, — dom in šola, podpirajta se! Vaše delo je v bistvu isto; vsi hočete otrokom le dobro, vsi jih hočete privedi do srečne bodočnosti, vam vsem je do tega, da vzgojite vrle člane človeške družbe, ki bodo delali vzgojiteljem veselje in čast. Ako pa se vrine med roditelje in učitelje nesporazumljenje, — mogoče se celó zgodi krivica na eni ali drugi strani, opravite stvar v miru med sa-

bo! Najbolje je jasen, odkrit razgovor, le nič razburjenja, zlasti pred otroki ne. Vzgojitelji, starši kakor učitelji, morajo ostati otroku ideal, vzor človeka. Ne jemljimo si medsebojno ugleda, temveč skušajmo, dvigniti spoštovanje in ljubav do vzgojiteljev mladine!

Čas poteka, leta minevajo, otroci doraščajo. Volijo si poklice, stopajo v vrvež življenja, najdejo življenjske druge. Prišel je čas, ko se otrok popolnoma osamosvoji, ko se kakor zrelo jabolko z drevesa odtrga od doma, od roditeljev. Materina skrb pa ne preneha. Do skrajnosti je požrtvovalna, da bi otroku olajšala pot v življenje, mu pomagala priti do čim boljšega položaja. Toda v življenjska vprašanja otroka bo segala pametna mati le previdno. Pri izbiri poklica mu bode prevdarno in premišljeno svetovala, nikoli pa zahtevala od mladeniča, da se ji v tem pokori. V stanu, kojega si bo izbral sam, bo najzadovoljnejši — sicer pa vsaj staršem ne bode mogel očitati ničesar. In pri drugih življenjskih vprašanjih isto. Opozorimo mladino na to in ono opasnost, svetujemo, a ne pozabimo, da je vsakdo sam svoje sreče kovač — žal, seve mnogokrat tudi svoje nesreče. Toda, ako ste storile vse iz ljubavi in po prevdarnosti, imate lahko vest, da je vaša življenjska naloga dopolnjena. Solnce življenja se začne nagibati k zatonu in utrujene se spravljate k zasluženemu počitku. Da vam bi uspelo vaše življenjsko delo, da bi zmogle svojo vzvišeno nalogo, da bi vas čakala lepa in bogata jesen vašega življenja, — da bi zrle na srečne, poštene, pridne svoje otroke in vnuke, to vam iz srca želi

m a t i.

Imej vedno pred očmi dejstvo, da imaš kot žena zadugarja = člana v zadrugi prodajalni svoje pravice pa tudi svoje dolžnosti!

Priznaj, da nudi zaduga vedno le pristno, sveže in dobro blago, ki je cenejše kot povesod drugje, in da je v zadrugi red in snaga glavni pogoj!

Naša hrana, zdravje in moderna linija

Vedno bolj in bolj se bavi človek s problemom pravilne in cene prehrane. Nauk o živilih in poživilih postane v kratkem ena najvažnejših samostojnih ved. Ali bomo potem kaj drugače jedli? Ah, to ne, ampak instinkt se bo počasi umaknil pameti in preudarnosti. Zavedali se bomo, kaj jemo, kaj smemo jesti, kaj nam koristi, kaj škoduje.

Naša hrana v širšem pomenu besede pomeni pravzaprav vse one snovi, ki jih kakorkoli sprejema naše telo, jih presnavlja in uporablja za svojo zgradbo. Sem spadajo posebno takozvana živila in poživila. Seveda pa hrana ne služi le za zgradbo našega telesa, temveč skrbi tudi za njegovo ohranitev, mu dovaja vedno novih energij, ki jih telo po svoje uporablja, kakor n. pr.: toploto, energijo, mehansko energijo itd. Če bi hoteli primerjati naše telo s strojem, bi rekli, da hrana ta stroj ne le skonstruira, sestavi in da ves material zanj, temveč tudi skrbi za njegov najpopolnejši obrat, ohranitev, oziroma spopolnitev in eventuelno obnovitev vseh obrabljenih delov. Jasno, da ni tega zmožen noben mrtev stroj, ampak le živi organizem od najenostavnejšega do najpopolnejšega, za kar ravno smatramo — živega normalnega človeka.

Večina živil ali hranil in poživil, kakor n. pr. kruh, meso, sadje, pivo, vino itd., je mešanica različnih kemičnih spojin. Najenostavnejše, vendar pa naše, takorekoč, stalno in neprestano živilo je pač zrak, oziroma njegov bistveni sestavni del, kisik. Imenujemo ga po pravici »pabulum vitae«, to je življenjska hrana. Za organizem je nenadomestljiv in največjega pomena. Vsakokrat, ko zadihamo, použijemo približno pol litra

Pomožni viri, ki so delno služili tudi pri sestavi tega spisa.

Ferd. Knepe: Hygiene.

Krause: Klinische Diagnostik.

Dr. Schall: Nahrungsmittel-Tabelle.

Berg: Nahrungs- und Genußmittel.

Weitzel: Vitamine und Fehlnährschäden.

Heß: Nahrungsmitteltabelle.

Ullstein: Sonderhefte 53, 54, 89.

»Kosmos« in razne blagoznanstvene, kemične in botanične knjige.

zraka, kar znese, ako napravimo v minuti 16 dihov, v celem dnevu 11520 l ali okroglo $11\frac{1}{2}$ m³. Okroglo $\frac{1}{6}$ tega je plin kisik. Ker tehta 1 l kisika 1.429 g, zaužijemo dnevno okrog $3\frac{1}{2}$ kilograma kisika.

Najvažnejše živilo za zrakom je voda. Te najdemo v vsakem organskem bitju velike množine. V nekaterih organskih snoveh je celo kemično prispojena. Tudi posamezni organi, oziroma deli rastlin in živali vsebujejo več ali manj vode. Nas zanima voda predvsem kot živilo. Nič manj ni važna za prehrano, kakor n. pr. beljakovine, tolšče in ogljikovi hidrati. Človeško telo vsebuje okrog 60% vode, tako ima n. pr. celo zobni emajl 0.2%, kosti 22%, ledvice pa kar 82.7% vode v sebi. Naše telo neprestano oddaja del vode in sicer pri dihanju, pri potenju in s sečem, oziroma z blatom. Tako izgubimo dnevno približno 2 do 3 kg vode. To je treba nadomestiti. Kot najmanjša množina vode, določena na ladjah za osebo in dan, veljajo 4 l, seveda samo pitne vode, ki nam služi za pijačo in za pripravljanje jedi. V srednjevelikih mestih se v resnici praktično porabi povprečno 150, v velikih 200 l in več za vse potrebe, torej tudi čiščenje stanovanja, perila, kopel itd. Najboljša pitna voda je studenčnica, ki vsebuje vse lastnosti dobre pitne vode in jo dovajajo zato iz velikih daljav in z dragimi napravami v mesta in naselbine. Dobra pitna voda vsebuje v vsakem litru približno pol grama trdnih, to je rudninskih snovi. Zelo dobro je, ako vsebuje tudi nekaj ogljikove kisline. Sveža naj bo in ne pretopla. Dobra, sveža, osvežujoča pitna voda tudi nemalo omejuje takozvano čezmerno pijančevanje. V naši tabeli je navedena na prvem mestu, kajti težko je najti kako živilo, ki ne bi vsebovalo vsaj sledov vode.

Takoj za vodo najdemo v našem pregledu najvažnejših živil beljakovine. To so najvišje organizirane organske snovi. Ne bomo jih tu obravnavali kemično. Vsak ve, da je v jajcu beljak in rumenjaki. — Oboje štejemo k beljakovinom, vendar je v njih le okrog 12—16% pravih beljakovin. Toliko, oziroma celo precej več beljakovin, najdemo celo v stročnicah, n. pr. v fižolu itd., seveda so pa to druge beljakovine in tudi drugače prebavne. Glavno množino prebavnih beljakovin sprejemamo v svoje telo pač z mesom in sicer vsebuje to, čimbolj je pusto — tem več beljakovin in manj tolšče. Seveda naše telo tudi ne prebavi vseh beljakovin, temveč le okrog 85%.

Od polnovrednih beljakovin naj omenimo tu posebno živalsko sirnino in mlečni albumin, a od rastlinskih posebno žitni glutin. Naša hrana naj vsebuje približno 18%, to je nekaj manj kakor eno petino beljakovin.

Tolšče pozna vsak. Lahko so trdne, lahko tekoče — bodisi živalske ali rastlinske. Zadostuje, ako jih sprejmemo s hrano okrog 16%. Približno 9 desetih zavžitih tolšč telo prebavi.

Ogljikovi hidrati so organske kemične spojine ogljika in vode in jih tvori rastlina s pomočjo solne energije. Tu imamo predvsem škrob, ki ga najdemo največje množine v žitih, za tem sladkor in dekstrine in še celulozo, ki jo v tabelah posebej omenjamo, ker ni prebavna. Naše telo rabi malo ogljikovih hidratov — komaj 1%; prebavimo pa okroglo 95%. Najlažje prebavljamo sladkor in škrob.

Končno omenimo v pregledu tudi še poživila in tu alkohol in razne alkaloide. Vse te snovi so takozvana dražila, ki vplivajo na prebavila, a prav posebno tudi na živčevje. Seveda jim pa ne smemo odrekati tudi gotove redilne vrednosti, o čemer bomo razpravljali pri kalorijah.

Skoro v vseh živilih in poživilih najdemo tudi še rudninske, t. j. mineralne snovi. Vsak pepel sestoji iz takih snovi, zato smo jih v tabeli kratko označili s to besedo. Kako dobimo pepel, je vsakemu znano, manj pa, iz česa je ta pepel. Tu najdemo predvsem najrazličnejše okside, t. j. spojine s kisikom. Vsi kovinski oksidi, posebno pa oksidi alkaličnih kovin natrija, kalija in kalcija so bazičnega, to je lugastega značaja. Vse proste nekovine, kakor tudi njihovi oksidi, so kislinkega značaja. Naše telo samo tvori precej prostih kislin, zato pa moramo dovajati več snovi lugastega značaja, da neutraliziramo kisline. Ker ima služiti naš pregled predvsem praktični uporabi, zato smo izračunali, oziroma vpisali samo takoimenovano »končno miligramsko ekvivalentno vrednost pepela«.

Kako dobimo to? Za podlago analizam vzamemo navadno 100 g snovi, tako imamo povsod grame. Večinoma vpišemo v tabele samo izrabljive snovi, neizrabljive izpustimo. Pri pepelu dobimo le majhne množine in tu računamo, koliko kisline veže bazična snov in koliko bazičnih snovi potrebuje kislina za svoje neutraliziranje. Da dobimo večja števila, računamo v miligramih in množimo **grame**:

Natrijevega oksida	= Na ² O	s številom	21.23..
Kalcijevega oksida	= Ca O	„ „	32.27..
Magnezijevega oksida	= Mg O	„ „	35.66..
Železnega oksida	= Fe ² O ³	„ „	49.60..
Fosforjevega pentoksida	= P ² O ⁵	„ „	37.57..
Žveplenega troksida	= S O ³	„ „	42.23..
Kalijevega oksida	= K ² O	„ „	24.98..
Klora	= Cl	„ „	28.20..

Števila smo zaokrožili na 2 decimalki, ker to v splošnem zadostuje. Prvih pet soli je bazične narave, druge tri snovi so kislinske. Razen omenjenih bazičnih soli pa imamo dostikrat tudi še aluminijev, amonijev, dušikov in manganov oksid.

Za vsako rudninsko snov torej posebej izračunamo njeno vezilno vrednost v miligramih. Končno seštejemo vsa + = pozitivna števila, ki značijo baze, oz. koliko miligramov kisline te baze lahko vežejo, t. j. neutralizirajo, in nato vsa -- = negativna ali kislinska števila. Odštejemo manjša od večjih in stavimo predznak večjega števila in tako vemo, ali ima živilo več bazičnih ali kislinskih rudninskih snovi v sebi in si sestavimo jedilni list tako, da normalno prevladajo + = plusi, t. j. bazične snovi. Kdor ima preveč kisline v želodcu, je jasno, da mora uživati pretežno take snovi, ki so bazičnega značaja, ki imajo torej v rubriki pepela s + označeno število.

Poleg vsega tega pa še sami živila solimo. Kuhinjska sol vsebuje natrij in klor. O važnosti kuhinjske soli bi bilo preveč pisati. Narodi, ki uživajo veliko surove hrane in tudi surovo meso s krvjo vred, ne čutijo potrebe po tej soli, ker je je posebno v krvi že v zadostni meri. Mi pa pustimo, da izteče iz mesa skoro vsa, ali vsaj večina krvi —, zato pa moramo sol, ki odide s krvjo, nadomestiti. V rastlinski hrani najdemo razmeroma največ soli v rižu, zato tudi rižojedci ne potrebujejo veliko kuhinjske soli. Vendar imajo v tem oziru celo Malajci poseben pregovor, ki pravi, da riž brez soli ne nudi posebnega užitka.

Izmed drugih soli vsebuje posebno veliko kalija krompir, kalcija zelje in mleko, magnezija ozimno žito, **železa**, oziroma železnega oksida kri, salata in špinača, fosforne kisline riž, žito, meso, grah, mleko in mesni ekstrat, žveplene kisline pa salata, špinača in jabolka.

Klor tvori v našem telesu vedno kislino in se veže na natrij in kalij, žveplo tvori žvepleno, fosfor pa fosforno kislino.

Rubrika pod št. 7 nam kaže kalorije. Tako, zdaj smo pri »moderni liniji«.

Toda, najprej nekaj o kalorijah. Kalorija je enota toplotne energije.

Množina toplote, ki je potrebna, da segreje 1 kg (= 1 liter) vode za 1° Celzija, je kilogramska ali velika kalorija »Kal«, pisana tudi »Cal«, ali »kg Cal«. Imamo namreč tudi malo ali gramsko kalorijo, »cal«, to je ona množina toplote, ki segreje 1 gram vode za eno stopinjo Celzija. V naši tabeli so velike Kalorije in števila spodaj pomenijo, koliko kg vode bi lahko segrelo 100 gramov dotičnega živila ali poživila za 1° C. Treba je omeniti, da se lahko vsaka energija spremeni v energijo druge vrste, tako n. pr. toplotna v mehansko in obratno. Za enoto mehanskega dela vzamemo 1 kgm (= kilogram-meter). To je praktična enota dela, katerega opravimo takrat, kadar premagamo na poti 1 metra upor 1 kilograma, torej n. pr., ako smo dvignili 1 kg 1 m visoko. Toplotna energija 1 Kalorije (= 1 kg Cal) odgovarja približno delu 427 kgm (po Robertu Mayer-ju). S toploto, ki je potrebna, da segreje 1 kg vode za 1° C, torej lahko dvignemo 427 kg 1 m visoko ali pa n. pr. 42 kg 700 g 10 m visoko itd. V vsakem slučaju moramo dobiti produkt 427 kgm.

Mi rabimo za ohranitev telesne toplote in za izvrševanje neštetihih funkcij našega telesa in v telesu samem vedno sveže hrane, to je, vedno svežih kalorij.

Tako izgubimo dnevno že samo s tem, da izdihamo recimo 330 g vode okrog 192 Kal., kar odgovarja 81.984 kgm mehanskega dela. Pri potenju izgubimo veliko več vode in več energij. Opazovali so celo do 2500 g izpotene vode dnevno, kar znaša 1455 Kal. in odgovarja 621.285 kgm —, normalno pa izgubimo s potenjem okrog 384 Kal. dnevno, to je 660 g vode po 0.582 Kal. Tako izgubljam Kalorije še na vse mogoče načine.

Koliko nadomestila torej rabimo dnevno, da lahko še izhajamo brez škode? Kot osnovno potrebo smatramo: 1 Kal. za vsak kg naše teže in za vsako uro. To pa velja le tedaj, ako nič ne delamo. Čim težje delamo, tem več Kal. rabimo. Faktor 1 Kal. raste pri delu vedno bolj, n. pr.: ako nič

drugega ne delamo, kakor samo sedimo in jemo že na $1\frac{1}{4}$ Kal., pri lahkem delu v sobi od $1\frac{1}{2}$ —2 Kal., itd. pri težkem delu že na 4 Kal. Tako rabi n. pr.: 70 kg težak človek v 1 dnevu, to je v 24 urah pri popolnem počivanju v postelji 1680 Kal., pri navadnem »lenarenju« v postelji že 1890 Kal., uradniki, dijaki, trgovci in podobno rabijo že 2200—2300 Kal., ročni delavci, kakor krojači, urarji in podobno 2600—2800, čevljarji, pismonošče, zdravniki okroglo 3000, težji delavci, kakor mizarji, tesarji, slikarji 3400—3600, a težki delavci, kakor kleparji, kovači itd. 4500—6000 Kal.

Ako vzamemo za primer žensko, ki tehta 60 kg, rabi torej dnevno najmanj $1 \times 60 \times 24 = 1440$ Kal. Ako hoče shujšati, ni treba drugega, kakor da poje manj Kalorij dnevno — n. pr. samo 1200. Da ne »strada« preobčutno, si izbere iz tabele taka živila, katerih lahko veliko poje, torej, da ne čuti lakote, ki pa dajo vendar le malo Kalorij. Tak jedilni list si ni pretežko sestaviti in ni treba, da bi bilo to samo sočivje brez olja in masti. Najbolje storimo, da mešamo hrano v približnem razmerju:

beljakovin	18%,
tolšč	16%,
ogljikovih hidratov	1%,

vse drugo pa odpade na vodo in malenkost rudninskih snovi.

Mi računamo v naših tabelah le čiste Kalorije, to se pravi, koliko da dotično živilo v resnici uporabljivih Kalorij, ne surovih, ki bi jih dalo sicer, ako bi se snov popolnoma porabila za proizvajanje toplote.

Računamo za:

1 gram beljakovin	4.1 čistih Kalorij
1 „ tolšč	9.3 „ „
1 „ ogljikovih hidratov	4.1 „ „
1 „ alkohola	7 „ „

Berg nam svetuje v svoji knjigi, naj uživamo pet do sedemkrat toliko krompirja, korenik, zelenjave, sočivja in sadja, kakor vseh drugih živil. Del rastlinskih živil uživajmo dnevno po možnosti v surovem stanju, čistega mleka pa pijmo največ pol litra dnevno. Amerikanci pravijo: Izdaj dnevno najmanj toliko za zelenjavo in sadje, kakor za mleko, meso, ribe, sploh živalska živila, žita, izdelke iz žit in sladkarije.

Naša zdrava hrana bodi torej mešana. Ako hočemo obdržati svojo težo, jemo le toliko Kalorij, kolikor jih v resnici potrebujemo — včasih lahko nekoliko več, zato drugič nekoliko manj, da se izenači. Malo rezerve tudi ne škodi, — posebno ne za slučaj bolezni.

Ako še rastemo in se razvijamo, ali ako hočemo odebeliti, ako težje delamo, hodimo, plezamo, plešemo, plavamo itd., rabimo seveda več — ako hočemo shujšati, ako bolj počivamo, lažje delamo, smo mirnejšega značaja itd., pa rabimo seveda manj novih nadomestil, ker jih tudi manj porabimo. Z dnevnim ali pa tedenskim tehtanjem lahko dovolj točno kontroliráš, ali se debeliš ali hujšaš, ali imaš svojo normalno težo — in tako več — potrebuješ li več Kalorij ali manj —, ali ti tvoja sedanja prehrana prija ali ne.

Premalo imamo prostora tu, o tem še nadalje razpravljati, zato preidimo k »V i t a m i n o m«.

V i t a m i n i: A. B. C., tako stoji v pregledu, so v splošnem protirahitični, protineuritični in protiškorbutni. Kaj se to pravi?

Po mnogih preizkušnjah na živalih in ljudeh so prišli učnjaki do prepričanja, da same Kalorije ne vzdržujejo živih bitij.

Pitali so živali s čistimi, steriliziranimi beljakovinami, toščami in ogljikovimi hidrati, in živali niso uspevale — temveč so — poginile. Nekaj je torej manjkalo.

Čemu zbole ljudje, ki nimajo prilike uživati sveže zelenjave, za gnilobo dlesni, t. j. za škorbutom?

Čemu so uporabljali že nekdanj ribje olje proti angleški bolezni, t. j. rachitisu?

Šele točna, dolgotrajna in mukepolna raziskavanja zadnjih let so privedla do neizpodbitnega rezultata, da vsebujejo naša vsakdanja živila še posebne snovi, brez katerih bi naše telo ne uspevalo, naša rast zaostajala, skratka, brez katerih bi se naša prehrana ne mogla vršiti v redu. Te snovi preprečujejo vse motnje v naši prehrani.

Učinkovite so te snovi že v tako majhni množini, da kot proizvajalke Kalorij sploh ne prihajajo v poštev.

V razliko z glavnimi hranilnimi snovmi, jih imenujemo »posebne snovi«, »dodatne snovi« ali »Kompletine«, po Funku »Vitamine«, »akcesorična živila«, »Nutramine« in podobno.

Ne bomo o imenih in njihovi kemični sestavi dalje razpravljali; mi smo izbrali najbolj znano ime »Vitamini«.

Najbolj znan je gotovo proti- ali antirachitični vitamin.

Največ se ga tvori v zelenih rastlinskih delih, dočim ga je v sadovih in koreninah, oz. koreninah le malo. Od tu pride v živalsko telo in se zbira posebno v jetrah in v mleku. Danes je ta vitamin tudi kemično tako točno preiskan, da ga že umetno izdelujejo.

V splošnem je znanih šest vitaminskih razredov:

1. Dihalne snovi, ki se nahajajo skoro v vseh naravnih živilih. Občutljive so proti vročini.

2. Vzdrževalne snovi, ki preskrbujejo normalno prehrano mišic in živcev. Te snovi manjkajo v sredini žitnih zrn. Ako uživamo samo fin kruh in poliran riž, zbolimo na živčnih boleznih. »Beriberi« je tipična bolezen, ki jo ozdravimo s tem vitaminom, to je vitaminom »B« v naši tabeli.

3. Rastni kompletin ali vitamin, to je v vodi se topeča rastna snov, povzročuje vzdrževanje prave teže in normalne rasti.

4. V tolšči se topeča snov »A« ali tolščeno se topeči »A« — pospešuje rast in ohranitev normalnih kosti. Odpor proti nalezljivim boleznim se ojači po uživanju zadostnih množin tega vitamina. Ako manjka ta vitamin, postaja torej telo vedno slabše — omahljivejše in je lahko podvrženo vsem mogočim nalezljivim boleznim.

5. Protiškorbutni vitamin »C«. Ako ta manjka, zbolimo na škorbutu, to je gnilobi dlesni. V konzervah ne najdemo tega vitamina.

6. Antirachitična snov, ki smo jo že omenili.

Razen vitamina »A« so vsi v vodi raztopni in jih torej pri kuhanju izlužimo.

Popolno učinkujejo vitamini le tedaj, kadar vsebuje naša hrana tudi dovolj bazičnih snovi.

Mi smo razdelili, kakor že omenjeno, vse vitamine v tri skupine, kar praktično popolnoma zadostuje.

»A« vsebuje v tolšči se topečo snov in naštetih 6. vitamin. »B« vsebuje vse ostale vitamine, razen 5., to je protiškorbutnega »C«.

Na vitaminu »A« bogate snovi so: **ribje olje**, mleko, maslo, smetana, jajčni rumenjaki, srce, ohrovt, zelje, špinaca, pa-

radižniki, vsi zeleni listi in trave, posebno še regrat, koprive in detelja.

Na »B« bogati so: kvas, špinača, ohrovt, detelja, trave, kopriva, paradižniki, stročnice — posebno v strokih in vzkaljeno žito — n. pr. zeleni slad, otrobi, jajca, možgani, srce, jetra, kavijar, orehi, mandelji, kostanj, čebula, cvetni prah.

Na »C« bogati so: paradižniki, maline, pomaranče, limone, glavната salata, detelja, kumare, ohrovt, repa, pesa, regrat, koprive, špinača, surovi krompir, mleko, ki ga dajejo krave, koze itd. spomladi.

Posebno moramo omeniti pri paradižniku, da vsebuje vse vitamine, a to najbolj ravno pod kožo. Ne smemo pa uživati paradižnikovih semen — to je peščic, ki so v paradižnikovem soku, ker je v njih strup »solanin«.

Omeniti moram še, da s kuhanjem in staranjem izgubljajo vitamini svojo moč.

Vsi vitamini nastajajo v rastlinah in pridejo z rastlinsko hrano v živalsko telo in z živalsko in seveda tudi z rastlinsko hrano, v naše telo.

Ako hočemo biti zdravi in krepki, uživajmo ravno pravo množino kalorij, zadostno bazičnih redilnih rudninskih soli in veliko vitaminov.

Zadnjo rubriko: »Cene« smo pustili prazno. Tu lahko vsakdo vpiše ceno za 100 gramov dotičnega živila ali poživila. Vpisali nismo mi teh cen radi tega, ker se prepogosto izpreminjajo. Razmerje se nič ne spremeni, ako vpišete cene n. pr. za 1 kg ali pa samo za 1 dkg. Iz teh cen si lahko vsak sam izračuna, kako lahko najceneje in kljub temu še vedno najbolj zdravo je.

Končno omenim še enkrat takozvane stradalne kure, ki so v zadnjem času postale moderne.

Kdor hoče stradati, ne da bi trpel, naj torej uživa veliko onih snovi, ki vsebujejo veliko, — to je kar največ vitaminov, a dajo prav malo kalorij. To je vsa umetnost.

Popolnoma natančnih tabel seveda še nimamo in veliko, veliko je še vrzeli in pomanjkljivosti, ki jih bo veda v teku časa morala izpopolniti; tako tudi naše tabele niso popolne. Vendar vam služi v splošnem vsaj delno sledeči:

100 g vsebuje

Vitamin	MILITARI					100 g vsebuje
	A	B	C	procentna vrednost	mednarodni simbol	
1	13,4	9,1	1	81,9	2,3	100 g vsebuje
2	10,2	1	1	74,75	0,31	100 g vsebuje
3	8,8	0,9	0,9	68,7	0,9	100 g vsebuje
4	7,1	0,9	0,9	73,1	0,6	100 g vsebuje
5	6,8	0,6	0,6	87,4	0,3	100 g vsebuje
6	4,8	1	1	66,6	2,3	100 g vsebuje
7	3,9	1,6	1,6	69,8	1,4	100 g vsebuje
8	3,7	1,6	1,6	69,8	1,6	100 g vsebuje
9	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
10	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
11	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
12	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
13	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
14	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
15	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
16	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
17	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
18	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
19	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
20	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
21	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
22	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
23	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
24	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
25	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
26	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
27	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
28	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
29	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
30	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
31	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
32	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
33	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
34	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
35	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
36	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
37	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
38	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
39	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
40	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
41	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
42	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
43	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
44	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
45	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
46	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
47	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
48	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
49	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
50	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
51	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
52	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
53	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
54	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
55	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
56	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
57	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
58	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
59	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje
60	2,9	3	3	63,3	1,6	100 g vsebuje

**Prehled najvažnejših živil
in poživil**

z ozicom na njih čisto redilno vrednost, končno vrednost rudninskih snovi, in vsebina vitaminov

1. mnogo = 4
2. malo = 4
3. malo = 4
4. malo = 4
5. malo = 4
6. malo = 4
7. malo = 4
8. malo = 4
9. malo = 4
10. malo = 4
11. malo = 4
12. malo = 4
13. malo = 4
14. malo = 4
15. malo = 4
16. malo = 4
17. malo = 4
18. malo = 4
19. malo = 4
20. malo = 4
21. malo = 4
22. malo = 4
23. malo = 4
24. malo = 4
25. malo = 4
26. malo = 4
27. malo = 4
28. malo = 4
29. malo = 4
30. malo = 4
31. malo = 4
32. malo = 4
33. malo = 4
34. malo = 4
35. malo = 4
36. malo = 4
37. malo = 4
38. malo = 4
39. malo = 4
40. malo = 4
41. malo = 4
42. malo = 4
43. malo = 4
44. malo = 4
45. malo = 4
46. malo = 4
47. malo = 4
48. malo = 4
49. malo = 4
50. malo = 4
51. malo = 4
52. malo = 4
53. malo = 4
54. malo = 4
55. malo = 4
56. malo = 4
57. malo = 4
58. malo = 4
59. malo = 4
60. malo = 4

100 g vsebuje	1	2	3	4	5	6	7	Vitaminski		
	Voda	Beljakovine	Tolšče	Oglikovki hidrati brez celuloze	Celuloza	Pepel, končna- miligram-aequi- valentna vrednost	čiste kalorije (Cal)	A	B	C
								Protirahitčni	Protineuritični	Protiškorbutni
ŽITA, MOKA, ZDROB:										
Pšenica, očiščena . . .	13·4	9·1	1·—	51·3	2·3	— 8	259	2	3	1
Fina pšenična moka										
0, gg	13·3	10·2	1·—	74·75	0·31	— 10	350	1	1	1
Krušna moka	12·6	8·8	0·9	68·7	0·9	— 3	325	2	3	1
Pšenični zдроб	13·—	7·1	0·2	72·1	0·6	— 10	324	2	2	1
Pšenični škrob	6·8	0·6	0	87·4	0·2	— 8	353	0	1	0
Rž	13·4	8·4	1·—	66·6	2·2	— 11	316	2	3	1
Ržena moka	12·6	6·7	0·9	69·8	1·4	— 16	320	1	2	1
Ječmen (ječmenček)	6·3	7·7	1·6	69·3	1·6	— 11	329	2	3	1
Ječmenov zдроб, oz. moka	14·1	8·6	1·5	64·3	0·9	— 20	312	2	2	1
Oves (olupljen, čisti) .	12·8	8·6	4·5	58·7	1·4	— 3	318	2	3	1
Ovsena moka	9·7	9·4	3·6	64·0	1·8	— 14	335	2	2	1
Riž, očiščen	12·6	5·9	0·3	74·7	0·5	— 3	330	2	3	1
Riževa moka (najfin.)	12·3	5·9	0·5	76·2	0·1	— 3	338	1	1	1
Rižev škrob	5·7	0·1	0	88·6	0·1	— 5·7	355	0	1	0
Koruza	13·3	7·7	3·2	63·4	2·2	— 5	321	2	3	1
Korzna moka	13·—	8·—	2·2	69·2	1·4	— 6·5	336	1	1	1
Ajda (čista, oluplj.) .	12·7	8·6	0·8	68·1	1·7	— 7	321	2	3	1
Ajdova moka	14·—	8·9	1·—	66·6	1·—	— 4	319	2	2	1
Proso (kaša)	15·—	9·5	1·8	62·—	2·5	— 1	311	2	3	0
TESTENINE, KRUH:										
Makaroni, rezanci in podobno v splošnem:	12·—	9·—	0·4	72·—	0·4	— 5	336	1	1	1
Keksi	7·5	7·5	7·7	72·—	0·4	— 12	396	1	1	1
Navaden prepečenec .	9·5	7·6	1·8	73·2	0·3	— 6·5	346	1	1	1
Vojaški kruh	34·—	4·—	0·2	39·—	2·—	— 7	178	2	2	1
Črn kruh	40·—	5·—	0·5	48·—	0·5	— 12	230	2	3	1
Bel kruh	38·—	6·—	0·4	53·—	0·6	— 11·5	243	2	2	1
GOMOLJI IN KORENIKE:										
Krompir v splošnem .	76·—	1·8	0·1	18·—	0·7	+ 6	80	2	3	4
Topinambur	79·1	1·5	0·1	15·7	1·3	+ 11	71	2	2	2
Batati	71·7	1·2	0·3	23·2	1·—	+ 10	101	3	2	1
Koleraba (gomolji) . .	85·9	2·1	0·1	6·9	1·7	+ 6	39	3	3	4
Zelena (gomolji) . . .	84·1	1·1	0·2	9·9	1·4	+ 11	47	2	2	2
Korenje	86·8	0·9	0·2	8·7	1·8	+ 10	41	3	2	2
Rdeča pesa, sveža . . .	88·1	1·1	0·1	7·—	1·1	+ 11	34	1	2	1
Sladkorna pesa	81·3	1·—	0·1	14·6	1·2	+ 9	64	0	0	2
Cikorija (korenika, sveža)	78·8	0·8	0·2	17·2	1·1	+ 7	75	2	2	2

O p o m b a: Vitamini: nič = 0, sledovi = 1, malo = 2, zadostno = 3, mnogo = 4.

Miligram — equivalentna vrednost pepela je + = bazična ali — = kislinska.

100 g vsebuje	1	2	3	4	5	6	7	Vitamini			
	Voda	Beljakovine	Tolšče	Oglikovi hidrati brez celuloze	Celuloza	Pepel, končna miligram-aequi- valentna vrednost		čiste kalorije (Cal)	A	B	C
									Protirahitčni	Protineuritični	Protiskorbutni
Ime											
Črna redkev (z lupino vred)	86.9	1.4	0.1	7.1	1.6	+40	36	3	3	3	
Bela redkev, olupljena	90	1.3	0.1	7.—	1.3	+ 3	32	2	2	2	
Redkvice	93.3	0.9	0.1	3.2	0.8	+ 6	18	1	2	1	
Hren	76.7	2.—	0.2	13.4	2.8	+ 3	65	1	3	2	
Krompirjev škrob	10.8	0.3	0.1	84.6	0.1	+0.34	341	0	1	0	
ZELENJAVA:											
Endivija	94.1	1.3	0.1	2.2	0.6	+14	16	3	3	3	
Glavnata salata	94.3	1.2	0.2	1.8	0.7	+14	15	3	3	3	
Karfijol (cvet, ohrovt)	90.9	1.8	0.2	3.8	0.9	+ 3	26	2	3	2	
Koleraba (listi in ste- blo)	86.—	2.2	0.3	6.1	1.6	+18	38	3	3	4	
Ohrovt	91.6	1.2	0.1	5.1	1.1	— 0.6	32	4	3	4	
Regrat (listi)	85.5	2.—	0.4	6.3	1.5	+22	39	4	3	3	
Zelje (surovo)	90.—	1.3	0.1	5.—	1.3	+ 6	27	3	3	3	
Zelena (listi, steblo)	85.6	2.—	0.3	6.6	1.3	+ 2.5	36	2	2	2	
Špinača, surova	89.—	3.—	0.2	3.—	0.7	+10	27	4	4	4	
Špargelj (beluš)	94.—	1.4	0.1	2.—	1.—	— 1	16	2	2	2	
Artičoki	82.5	1.5	0.1	9.4	2.3	— 4	46	3	2	2	
Paradižniki	93.4	0.7	0.1	3.4	0.8	+14	18	4	4	4	
Buče:											
Užitno meso rdeče buče	90.—	0.8	0.1	5.5	1.2	+ 0.3	26	1	?	?	
Lubenica (melona, divja)	92.—	0.6	0.4	4.9	0.5	+ 2	26	1	?	?	
Kumare	95.4	0.8	0.1	2.—	0.8	+32	12	1	2	4	
Čebule	90.—	1.1	0.3	3.2	0.7	+ 3	21	1	3	3	
Luk (drobnjak, šnitlah, listi)	82.—	2.8	0.5	7.6	2.5	+ 8.3	49	2	3	3	
Por (luk), gomolji	87.6	2.—	0.2	5.5	1.5	+ 7	33	1	3	3	
Por (luk), listi	91.—	1.5	0.3	3.8	1.3	+11	25	2	3	3	
Detelja sveža	85.—	2.—	0.5	6.—	2.—	+10	34	4	4	4	
STROČNICE:											
Fizol, splošno	14.—	25.7	1.7	47.3	8.3	— 9.7	315	2	1	2	
Grah	13.8	23.4	1.9	52.7	5.6	— 3.4	330	3	3	2	
Leča	12.3	26.—	1.9	52.8	3.9	—17.8	330	2	1	0	
SADJE:											
Jabolka, splošno	65.—	0.3	0.05	5.—	1.2	+ 1.2	24	2	2	2	
Hruške, splošno	80.—	0.3	0	11.2	2.—	+ 3.2	46	1	2	1	
Češplje	77.—	0.6	0	11.—	0.8	+ 4.7	47	3	2	1	
Breskve	73.—	0.8	0	8.7	0.5	+ 6.4	38	2	2	1	
Češnje	70.—	0.7	0	11.—	1.—	+ 3.8	45	2	2	2	

O p o m b a: **Vitamini:** nič = 0, sledovi = 1, malo = 2, zadostno = 3, mnogo = 4.

Miligram — aequivalentna vrednost pepela je + = bazična ali — = kislinška.

Vitamin		Cena		Opombe							100 g vsebine																																																																																												
A	B ₁	inh. enota	100 g vsebine	Cena (COP)	p	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100				

Opomba: Vitamin: mg = 0, slehovi = 1. mg = 0,2 endostno = 1 mg = 4
 Mikrogram = desetilina vrednost pomeni je + = dvestan ali
 stiška.

) Razen tega še 381 g obojkov.

100 g vsebuje	1	2	3	4	5	6	7	Vitamini		
	Voda	Beljakovine	Tolščice	Ogljikovi hidrati brez celuloze	Celuloza	Pepel, končna miligram-aequi- valentna vrednost	čiste kalorije (Cal)	A	B	C
								Protitrahitični	Protineuritični	Protiskorbutični
Ime										
Datelji, suhi	23·1	1·3	0·1	54—	6·5	+ 4	223	?	?	?
Jagode (jagodnjaka)	85·2	0·4	0	9·7	3·7	+ 3	41	2	2	3
Fige, posušene	28·7	2·7	0	56·3	6·2	+28	238	?	?	?
Brusnice	89·6	0·1	0	6—	3—	+ 3	25	?	?	?
Jagode, splošno	85—	0·5	0	8—	3·5	+ 5	35	2	1	2
Grozdje	79—	0·5	0	17·4	2·2	+ 7	72	0	2	2
Rozine	25—	1·5	0	65—	7·5	+12	267	0	2	2
Maline	85—	1—	0	6·6	1·5	+ 5?	31	3	2	4
Malinov sok	48·7	0·2	0	43—	0	+ 1·2	173	3	2	4
Pomaranče	50—	0·5	0	5·5	4—	+10	25	1	2	4
Limone	51—	0·4	0	6—	3·7 ¹	+10	25	2	3	4
Olive	22·6	2·8	35—	6·7	6·7	+30·6	366	?	?	?
Orehi:										
Orehi	3—	4·7	21—	4·4	1·2	— 8	236	1	2	0
Lešniki	3·6	6·1	28—	3·1	1·6	— 0·2	304	1	3	1
Zemeljski orehi	5·7	14·7	30·4	10—	1·8	— 13	394	2	3	1
Mandlji, sladki	3·6	8·4	27—	6·3	2·1	— 0·6	318	2	2	1
Kostanj, maroni	39—	3·6	3·1	28—	1·3	+12?	158	1	3	1
Gobe, splošno	85—	2·5	0·3	4—	1—	+ 1	29	2	2	0
MESO:										
Pusto, goveje	76·71	20·61	1·5	0		— 19	98	2	2	2
Tolsto, goveje	54·76	16·93	27·23	0		— 6	323	3	2	1
Tolsto, kravje	70·96	19·86	7·70	0		— 7	153	3	2	1
Pusto telečje	78·82	19·76	0·82	0		— 4	89	2	2	2
Srednje, telečje	71—	19·5	7·6	0		— 23	120	3	2	2
Bravina (koštrun) srednje tols.a	55·3	16·4	25·7	0		— 21	318	2	2	2
Svinjina, srednje tolst.a	57·4	17·2	22·8	0		— 12·5	295	2	2	2
Svinjska gnjat, preka- jena	28·1	24·1	34·6	0		— 3·6	439	1	1	1
Svinjska slanina z me- som nasoljena	9·2	9·5	72—	0		— 8·6	715	3	0	0
Konjsko meso, pusto	74·2	21·5	2·5	0·8		— 7	127	2	2	2
Divjačina (zajci, kunci, srne)	66·9	20·9	9·3	0		— 22	190	3	2	2
Mastna kokoš	70·1	18—	8·9	1·2		— 24	162	3	2	2
Svež govej jezik	65·6	15·3	16·8	0·05		— 10	230	0	1	1
Sveža telečja jetra	71·6	17·7	3·4	3·3		— 15	130	4	3	2
Srce	72·5	18·2	8·03	0·3		— 8	150·5	4	2	2
Pljuča	80·14	15·46	2·47	0·06		— 20	57	3	2	2
Ledvice (obisti)	75·89	18·51	3·89	1·25		— 5	117	3	3	2

O p o m b a: **Vitamini:** nič = 0, sledovi = 1, malo = 2, zadostno = 3, mnogo = 4.

Miligram — aequivalentna vrednost pepela je + = bazična ali — = kislinska.

¹⁾ Razen tega še 38,1 g odpadkov.

100 g proizvoda					100 g proizvoda					
Opombe					Opombe					
Meso:					Meso:					
Losec sveže					Losec sveže					
Krač sveže					Krač sveže					
Štinka sveže					Štinka sveže					
Ostale meso in kosti					Ostale meso in kosti					
Kaviar, soljen (krsto- svojivo)					Kaviar, soljen (krsto- svojivo)					
JAJCA:					JAJCA:					
Kuhana jajca, brez ju- stine					Kuhana jajca, brez ju- stine					
Kuhana jajca, srednja					Kuhana jajca, srednja					
Velikost (meslo)					Velikost (meslo)					
Halek kuhane jajca					Halek kuhane jajca					
Kuhane kurt jajca					Kuhane kurt jajca					
MLEKO:					MLEKO:					
Krema, normal. (sveže					Krema, normal. (sveže					
in kuhano, a ne pa- sterizirano)					in kuhano, a ne pa- sterizirano)					
Sterilizirano					Sterilizirano					
Mleto mleko, normalno					Mleto mleko, normalno					
Kozje mleko					Kozje mleko					
Posneto mleko					Posneto mleko					
SIR:					SIR:					
Sveta ošadnja (zim- ski sir)					Sveta ošadnja (zim- ski sir)					
Domski sir, sveže					Domski sir, sveže					
Pastirski sir, suh					Pastirski sir, suh					
Svičarski sir, masten					Svičarski sir, masten					
Parmezan					Parmezan					
TOLČE:					TOLČE:					
Sveže maslo					Sveže maslo					
Svitiško maslo					Svitiško maslo					
Govci (olje)					Govci (olje)					
Panna					Panna					
Margarin					Margarin					
Čez					Čez					
Olje rastlinsko olje					Olje rastlinsko olje					
Rajsko olje					Rajsko olje					
Opomba: Vitamin: m = 0, sledovi = 1, malo = 2, zadostno = 4					Opomba: Vitamin: m = 0, sledovi = 1, malo = 2, zadostno = 4					
Mikrogram — kvadratna vrednost pesca je + = bakerica ali - = kislina					Mikrogram — kvadratna vrednost pesca je + = bakerica ali - = kislina					
28.2	11.9	25.2	0	0						
64	30.2	12.3	0	0						
60.2	13.3	6.2	0	0						
46.2	18.2	12.4	1.2	1.2						
30.6	12.9	0.2	0.2	0.2						
87.4	2.8	1.1	3.2	3.2						
47.2	38.2	12.2	1.2	1.2						
73.7	12.2	11.4	0.7	0.7						
36.1	6.1	3.6	0.2	0.2						
60.2	12.2	0.2	0.2	0.2						
21	12.2	30.2	0.2	0.2						
87.2	3.2	3.2	4.8	4.8						
67.6	3.8	25.6	3.8	3.8						
87	2.2	4	4.2	4.2						
90	3.2	0.8	4.2	4.2						
204	24.8	2.4	0.2	0.2						
32.2	32.2	11.1	4.1	4.1						
37.8	28	37	1.2	1.2						
37.8	28.6	12.4	2	2						
16.6	0.2	81.2	0.2	0.2						
0.7	0.2	92.1	0	0						
0.71	0.12	92.1	0	0						
0.1	0	92	0	0						
9.1	0.2	84.2	0.4	0.4						
0	0	100	0	0						
0	0	100	0	0						
0	0	100	0	0						
0	0	100	0	0						
0	0	100	0	0						
0	0	100	0	0						
0	0	100	0	0						
0	0	100	0	0						
4	78.2	4	1	1						
4	88.2	2	0	0						
1	92.2	2	0	0						
12	88.2	1	0	0						
731	730	2	0	0						
0	99	1	0	0						
0	920	1	0	0						
0	920	4	0	0						
7	230									
8	214									
17	122									
17	238									
2	284									
10	23									
12	266									
24	168									
10	72									
8	62									
22	221									
4	97									
2	244									
4	24									
2	41									
17	222									
30	219									
2	242									
17	419									
1	226									
4	78.2									
4	88.2									
1	92.2									
12	88.2									
731	730									
0	99									
0	920									
0	920									

100 g vsebuje	1	2	3	4	5	6	7	Vitamins		
								A	B	C
Ime	Voda	Beljakovine	Tolšče	Oglikovi hidrati brez celuloze	Celuloza	Pepel, končna miligram-aequi- valentna vrednost	čiste kalorije (Cal)	Protirahitini	Protineuritični	Protiskorbati
RIBE:										
Meso:										
Jegulja, sveža . . .	58·2	11·9	25·5	0		(- 7)	290	2	2	2
Losos, svež . . .	64—	20·5	12·3	0		- 8·3	214	2	2	2
Krap, svež . . .	60·5	13·3	6·5	0		- 17	125	1	2	1
Slanik, nasoljen . . .	46·2	18·3	15·4	1·5		- 17	238	2	2	2
Ščuka, sveža . . .	79·6	17·9	0·5	0·92		- 2·5	78·4	1	2	1
Ostrige, meso in teko- čina . . .	87·4	5·8	1·1	3·5		+ 10	52	1	2	1
Kaviar, soljen (ikre lo- sosove itd.) . . .	47·9	28·5	13·3	1·3		- 12	266	2	3	2
JAJCA:										
Kokošja jajca, brez lu- pine . . .	73·7	12·2	11·4	0·7		- 24	168	4	3	1
Eno jajce, srednje velikosti (mečuš) . . .	36·1	6·1	5·6	0·3		+ 10	75	4	3	1
Beljak kurjega jajca . . .	86·3	12·3	0·2	0·7		- 8	65	1	1	1
Rumenjak kurj. jajca . . .	51—	15·5	29·5	0·3		- 52	351	4	3	1
MLEKO:										
Kravje, norm. (sveže in kuhano, a ne pa- sterizirano) . . .	87·3	3·2	3·5	4·8		+ 4·2	67	4	3	2
Smetana, normalna . . .	67·6	3·8	22·6	3·8		+ 3	244	3	3	1
Kozje mleko . . .	87—	3·5	4—	4·5		+ 2·4	71	4	3	3
Posneto mleko . . .	90—	3·2	0·8	4·9		+ 4·9	41	2	3	2
SIR:										
Skuta, ožemček (žmi- tek, »Quargel«) . . .	52·4	34·8	5·4	0·9		- 17	222	3	1	1
Domač sir, svež . . .	55—	35·5	5·1	0		- 20	219	3	1	1
Pust sir, suh . . .	43·1	33·8	11·1	4·1		- 5	283	2	1	1
Švicarski sir, masten . . .	34—	28—	27—	1·5		- 17	419	3	1	1
Parmezan . . .	31·8	38·6	17·4	2—		- 1	356	3	1	0
TOLŠČE:										
Sveže maslo . . .	14·6	0·9	81·2	0·5		- 4	762	4	1	1
Svinjska mast . . .	0·7	0·2	95·1	0		- 4	885	2	0	0
Govej loj . . .	0·71	0·12	99·1	0		- 1	922	2	0	0
Palmin . . .	0·1	0	95—	0		- 12	883	1	0	0
Margarin . . .	9·1	0·5	84·5	0·4		- 7·31	790	2	0	0
Ceres . . .	0	0	100—	0		0	900	1	0	0
Čisto rastlinsko olje . . .	0	0	100—	0		0	930	1·2	0	0
Ribje olje . . .	0	0	100—	0		0	930	4	0	0

O p o m b a: **Vitamins:** nič = 0, sledovi = 1, malo = 2, zadostno = 3, mnogo = 4.

Miligram — aequivalentna vrednost pepela je + = bazična ali — = kislinška.

100 g vsebine				Opombe					Cena	Din
1	2	3	4	5	6	7	8	9		
skola	pepišona	škariot	medena	malikova	plava	čokolada	čokolada	čokolada	čokolada	
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	
8,2	12,7	26,7	12,8	2,8	2,8				171	
15-	42	27,2	4,9						286	
5,6	9,2	0,7	61,1	2,8					292	
7-	10,1	0,7	63,2	6,1					408	
8,2	10,2	0,6	62,2	6,1					304	
7,1	19-	2,2	23,2	7,8					282	
6-	8,2	4,1	73,1	0,2					371	
8,4	10,6	1,2	69-	0,6					228	
20,2	60,2	0,2	0						292	
26,9	11,4	0	41-	0					219	
6,7	24,2	0,1	2,2	0					324	
									4	
									1	
									0	
2,16	0,2	0	94,6	0					380	
0,32	0,22	0	99,2	6					1	
2,16	0,2	0	94,6	0					380	
2,2	8,2	26,7	23,8	2,4					429	
1,6	2,4	20-	28,2	1,7					432	
8,2	0	0	10,6	+ 2,3					0	
2,4	0	0	18,1	+ 2,4					0	
1,2	13,2	2-	26,2	4,2					368	
12,8	6,6	2,2	14,2	8,1					229	
31-	4,2	2,8	20,2	7,2					172	

Opombe: 1. vitamini: nič = 0, slabot = 1, malo = 2, zadostno = 3. vitamini: nič = 0, slabot = 1, malo = 2, zadostno = 3.

*) Olive kvasovke
 **) + alkaloid Thein = identičen s Kofeonom 80 mg
 *) + Kofein 60 mg
 *) + dekstrin 30 g

Ime	100 g vsebuje							Vitamins		
	1	2	3	4	5	6	7	A	B	C
	Voda	Beljakovine	Toliše	Oglikovi hidrati brez celuloze	Celuloza	Pepel, končna miligram-aequi- valentna vrednost	čiste kalorije (Cal)	Protirahitčni	Protineuritčni	Protiskorbutni
SEMENA:										
Makovo seme	8.2	13.7	36.7	15.8	5.6	+31	471	2	1	1
Želod, pražen, olupljen	15.—	4.2	3.8	57.5	4.9	+16	286	?	?	?
SLAD:										
Ječmenov, zelen slad	6.6	9.2	0.7	61.1	5.8	-6.49	295	2	3	3
Rženi slad, zelen	7.—	10.1	0.7	63.3	6.1	-8	308	2	3	3
Pšenični slad, zelen	8.5	10.3	0.6	62.2	6.1	-6	304	2	3	3
Ovseni slad, zelen	7.1	10.—	2.2	53.3	7.8	+1	282	2	3	3
OTROČJE MOKE:										
Nestle-jeva redilna moka	6.—	8.5	4.1	73.1	0.3	+6	371	2	3	1
»Kufek«., redilna moka	8.4	10.6	1.2	69.—	0.6	-0.1	338	2	3	1
Mesni ekstrakt Liebig	20.5	60.2	0.2	0	0	-19.7	293	1	1	1
Ekstrakt redilnih soli dr. Lehmann	26.9	11.4	0	41.—	0	+92.87	219	0?	0?	0?
Roborin	6.7	74.3	0.1	3.3	0	+219.1	374	0?	0?	0?
Kvas, svež ²⁾								4	4	1
Kvas, suh								1	3	1
POŽIVILA:										
Sladkor, neočiščen	2.16	0.3	0	94.6	0	+14.5	380	0	0	1
Sladkor, rafinir., konzumni	0.35	0.25	0	99.3	0	+1	407.1	0	0	0
Kandis-sladkor, rjav	2.16	0.3	0	94.6	0	+18.4	380	0	0	1
Kakaov prah	5.5	8.5	26.7	32.8	5.4	-4.8	423	?	?	?
Čokolada	1.6	2.4	20.—	58.5	1.7	-8	432	?	?	?
Čaj, suhi listi ³⁾	8.5	0	0	0	10.6	+53.5	0	?	?	?
Kava, pražena ⁴⁾	2.4	0	0	0	18.1	+5.6	0	0	1	0
Kathreiner-jeva sladna kava	1.5	13.3	2.—	76.3	4.3	+?	368	1	1	1
Cikorija, kavin nadomestek	12.8	6.6	2.5	14.5 ⁵⁾	8.1	+35	230	1	1	1
Figova kava	21.—	4.2	3.8	30.5	7.5	+30	172	1	1	1

O p o m b a: **Vitamins:** nič = 0, sledovi = 1, malo = 2, zadostno = 3, mnogo = 4.

Miligram — aequivalentna vrednost pepela je + = bazična ali — = kislinska.

²⁾ Glive kvasovke.

³⁾ + alkaloid Thein = identičen s Kofeinom 0.8—6%.

⁴⁾ + Kofein okroglo 1.2%.

⁵⁾ + dekstrin 30 g.

Cena		Opombe	Plače Alkohol:				
A	B		1	2	3	4	
Din	Opombe		Vino	Whisky	Port	Brandy	
1			0	0	0	0	
2			0	0	0	0	
3			0	0	0	0	
4			0	0	0	0	
5			0	0	0	0	
6			0	0	0	0	
7			0	0	0	0	
8			0	0	0	0	
9			0	0	0	0	
10			0	0	0	0	
11			0	0	0	0	
12			0	0	0	0	
13			0	0	0	0	
14			0	0	0	0	
15			0	0	0	0	
16			0	0	0	0	
17			0	0	0	0	
18			0	0	0	0	
19			0	0	0	0	
20			0	0	0	0	
21			0	0	0	0	
22			0	0	0	0	
23			0	0	0	0	
24			0	0	0	0	
25			0	0	0	0	
26			0	0	0	0	
27			0	0	0	0	
28			0	0	0	0	
29			0	0	0	0	
30			0	0	0	0	
31			0	0	0	0	
32			0	0	0	0	
33			0	0	0	0	
34			0	0	0	0	
35			0	0	0	0	
36			0	0	0	0	
37			0	0	0	0	
38			0	0	0	0	
39			0	0	0	0	
40			0	0	0	0	
41			0	0	0	0	
42			0	0	0	0	
43			0	0	0	0	
44			0	0	0	0	
45			0	0	0	0	
46			0	0	0	0	
47			0	0	0	0	
48			0	0	0	0	
49			0	0	0	0	
50			0	0	0	0	
51			0	0	0	0	
52			0	0	0	0	
53			0	0	0	0	
54			0	0	0	0	
55			0	0	0	0	
56			0	0	0	0	
57			0	0	0	0	
58			0	0	0	0	
59			0	0	0	0	
60			0	0	0	0	
61			0	0	0	0	
62			0	0	0	0	
63			0	0	0	0	
64			0	0	0	0	
65			0	0	0	0	
66			0	0	0	0	
67			0	0	0	0	
68			0	0	0	0	
69			0	0	0	0	
70			0	0	0	0	
71			0	0	0	0	
72			0	0	0	0	
73			0	0	0	0	
74			0	0	0	0	
75			0	0	0	0	
76			0	0	0	0	
77			0	0	0	0	
78			0	0	0	0	
79			0	0	0	0	
80			0	0	0	0	
81			0	0	0	0	
82			0	0	0	0	
83			0	0	0	0	
84			0	0	0	0	
85			0	0	0	0	
86			0	0	0	0	
87			0	0	0	0	
88			0	0	0	0	
89			0	0	0	0	
90			0	0	0	0	
91			0	0	0	0	
92			0	0	0	0	
93			0	0	0	0	
94			0	0	0	0	
95			0	0	0	0	
96			0	0	0	0	
97			0	0	0	0	
98			0	0	0	0	
99			0	0	0	0	
100			0	0	0	0	

Opombe: 1 - vino; 2 - whisky; 3 - port; 4 - brandy; 5 - rakija; 6 - žet; 7 - vino; 8 - rakija; 9 - žet; 10 - rakija; 11 - žet; 12 - rakija; 13 - žet; 14 - rakija; 15 - žet; 16 - rakija; 17 - žet; 18 - rakija; 19 - žet; 20 - rakija; 21 - žet; 22 - rakija; 23 - žet; 24 - rakija; 25 - žet; 26 - rakija; 27 - žet; 28 - rakija; 29 - žet; 30 - rakija; 31 - žet; 32 - rakija; 33 - žet; 34 - rakija; 35 - žet; 36 - rakija; 37 - žet; 38 - rakija; 39 - žet; 40 - rakija; 41 - žet; 42 - rakija; 43 - žet; 44 - rakija; 45 - žet; 46 - rakija; 47 - žet; 48 - rakija; 49 - žet; 50 - rakija; 51 - žet; 52 - rakija; 53 - žet; 54 - rakija; 55 - žet; 56 - rakija; 57 - žet; 58 - rakija; 59 - žet; 60 - rakija; 61 - žet; 62 - rakija; 63 - žet; 64 - rakija; 65 - žet; 66 - rakija; 67 - žet; 68 - rakija; 69 - žet; 70 - rakija; 71 - žet; 72 - rakija; 73 - žet; 74 - rakija; 75 - žet; 76 - rakija; 77 - žet; 78 - rakija; 79 - žet; 80 - rakija; 81 - žet; 82 - rakija; 83 - žet; 84 - rakija; 85 - žet; 86 - rakija; 87 - žet; 88 - rakija; 89 - žet; 90 - rakija; 91 - žet; 92 - rakija; 93 - žet; 94 - rakija; 95 - žet; 96 - rakija; 97 - žet; 98 - rakija; 99 - žet; 100 - rakija.

100 g vsebuje	1	2	3	4	5	6	7	Vitamini		
	Voda	Beljakovine	Tolšče	Ogljikovi hidrati brez celuloze	Alkohol	Pepel, končna miligram-aequi- valentna vrednost	čiste kalorije (Cal)	A	B	C
PIJAČE, ALKOHOL:										
Pivo, splošno	89-	0·7	0	5·5	4·3	- 0·2	55	0	1	0
Pivo Porter	86·5	0·6	0	5·5	5-	(+2)?	70	1	2	1
Vinski mošt	81-	0·9	0	16-	0	+ 5·2	80	0	2	3
Vina, splošno	89-	0	0	1·5	10-	+ 1	75	0	2	2
Tokajec	66·3	0	0	21·1	9·9	+ 1	159	?	?	?
Malaga	65·3	0	0	19·4	12·6	+ 3	172	?	?	?
Šampanjec, francoski	87·2	0	0	1·9	10·4	+ 1	83	?	?	0
Jabolčno vino	92-	0	0	1·9	4·4	+ 4·4	38	0	2	1
Vino iz hrušk	90·1	0	0	1·3	5·2	+ 3·6	42	?	2	1
Jajčni kognak (Advo- kat)	38·0	4·24	9·2	33·6	14-	-10	284	?	?	?
Žganje (»vodka«, sred- nja)	62-	0	0	0	38-	0	266	0	0	0
Kognak	52-	0	0	0	48-	0	336	0	0	0
Slivovka	58-	0	0	0	42-	0	294	0	0	0
Rum	47-	0	0	0	53-	0	371	0	0	0
Curacao	29-	0	0	28·5 ⁶⁾	42·5	0	414	?	?	?
Benediktinec	28·9	0	0	32·6	38·5	0	403	?	?	?
Chartreuse	29·6	0	0	34·4	36-	0	393	?	?	?

O p o m b a: **Vitamini:** nič = 0, sledovi = 1, malo = 2, zadostno = 3, mnogo = 4.

Miligram — aequivlentna vrednost pepela je + = bazična ali — = kislinska.

⁶⁾ sladkor.

Cena

Opombe

D n

p

Maggi-jeva zabela

Že desetletja se uporablja Maggi-jeva zabela vsled svojega neizpremenjenega dobrega okusa in izdatnosti v priprostih in odličnih kuhinjah. Maggi-jeva zabela je praktično in hkrati ceneno sredstvo, ki da slabim juham, omakam, prikuham in solatam izvanredno fin, močen in prijeten okus. Maggi-jeva zabela je zelo izdatna, zato jo uporabljaj varčno. Ker se njena količina ne more vedno v naprej določiti, zato je pokusi večkrat tekom dodajanja. Nadaljna prednost Maggi-jeve zabele je ta, da pri pravilni uporabi ne pokvari naravnega okusa jedi, temveč ga celo dvigne. V primeri z mesnimi ekstrakti ima Maggi-jeva zabela še to prednost, da bolj zabeli, je cenejša, ne barva jedi ter je zaradi tega uporabna tudi za svetla jedila.

Maggi-jeve kocke.

Maggi-jeve kocke za govejo juho se vsled svoje cenenosti uporabljajo dandanes za hitro in enostavno pripravo okusnih in redilnih govejih juh pri večini gospodinjstev. Iz njih se hipoma, ako jih poliješ z dobrim $\frac{3}{4}$ litrom vrele vode, napravi delikatna juha, ki se lahko uporablja kakor vsaka doma skuhana goveja juha.

R.:

Zgodovinski zakon o novi ureditvi države

Nj. Veličanstvo kralj Aleksander je dne 3. oktobra 1929 na predlog ministrskega predsednika in ministra notranjih poslov podpisal in proglasil zakon o imenu in razdelitvi kraljevine na upravna področja.

Čl. 1. Službeni naziv kraljevine Srbov, Hrvatov in Slovencev je »Kraljevina Jugoslavija«.

Čl. 2. Obča uprava v kraljevini Jugoslaviji se vrši po banovinah, srezih in občinah.

Navajamo vseh devet banovin po velikosti.

Ime	Km ²	Prebivalci	Na km ²	Sedež	Ban
1. Vardarska	39.566	1.450.000	36.6	Skoplje	Lazarić Živojin
2. Savska	36.897	2.320.000	65.6	Zagreb	Dr. Šilović Josip
3. Zetska	32.322	740.000	22.9	Cetinje	Smiljanić Krsto
4. Drinjska	29.273	1.400.000	40.8	Sarajevo	Popović Velimir

5. Dunavska	28.160	2.100.000	74.6	Novi Sad	Popović Dako
6. Moravska	25.721	1.200.000	46.2	Niš	Nestorović Gjorge
7. Vrbaska	20.558	850.000	41.3	Banjaluka	Milosavljević Svetisl.
8. Primorska	19.417	800.000	41.2	Split	Dr. Tartaglia Ivo
9. Dravska	15.936	1.440.000	65.2	Ljubljana	Serneck Dušan

Cl. 3. Dravska banovina obsega del ozemlja, ki ga razmejujejo kota 1344 (kjer seže južna meja sreza Čabar do državne meje), dalje državna meja napram Italiji, Avstriji in Madžarski do kraja, kjer pride državna meja na reko Muro (severovzhodno od Čakovca), po vzhodnih, oziroma južnih mejah srezov Lendava, Ljutomer, Ptuj, Šmarje, Brežice, Krško, Novo mesto, Kočevje in Čabar, obsegajoč obenem vse te sreze. — Dravska banovina je odstopila Savski srez Črnomelj, pridobila pa srez Čabar.

Člen 4. Uprava mesta Beograda, Zemuna in Pančeva tvori posebno upravno celoto, ki stoji pod neposredno upravo in nadzorno oblastjo notranjega ministrstva ter se naziva »Uprava grada Beograda«.

Člen 5—15. Na čelu banovine stoji ban. Bana postavlja kralj na predlog notranjega ministra v soglasju z ministrskim predsednikom. Ban je predstavnik kraljevske vlade in vrši najvišjo politično in splošno upravno oblast v banovini, rešuje končno vse predmete svoje pristojnosti. Podrejene so mu vse oblasti splošne uprave v banovini. Kot druga instanca splošne uprave rešuje vse pritožbe proti upravnim aktom, vrši nadzorstvo nad samoupravami in vodi nadzorstvo nad posli evidence obrambne sile, v kolikor spada ta evidenca v delokrog notranje uprave. V pristojnost bana spadajo vsi posli okrog pospeševanja vseh kmetijskih panog, posli kolonizacije, zgradbe in vzdrževanje vseh cest, izven občinskih, okrajnih in državnih poslopij, sploh gradbeni posli, kanalizacije, vodni toki, izkoriščanje vodnih sil, melioracije itd. Nadzorstvo nad delniškimi družbami, zadrugami, trg.-obrtnimi zbornicami; izvajanje zakonov o gozdovih, obnova gozdov, nadzorstvo nad državnimi rudniki, vsi posli dozdanjih rudarskih glavarstev; zaščita in inspekcija dela, posredovanje dela, nadzorstvo delavske zbornice, nadzorovanje socialnih ustanov, skrb za invalide; posli sanitetne uprave, bolnic, kopališč, zdravilišč; osnovno, meščansko in višje strokovno šolstvo, nadzorstvo nad delom in osebjem srednjih šol; nadzorstvo nad društvi. V njegov delokrog spada tudi postavljanje, nameščanje, premeščanje, napre-

dovanje, upokojitev in odpust nižjega osebja splošne uprave do zaključno 2. skupine III. kategorije.

Člen 18. Ban ima letne plače 96.000.— Din ter draginjsko doklado in druge, s tem položajem zvezane ugodnosti.

Člen 19. Banu se dodeli kot pomožni organ pomočnik, ki bana nadomešča v primeru, da je zadržan, v vseh poslih.

Člen 20.—22. Ti členi določajo, da se posamezni srezji v banovini lahko združijo v okrožne inspektorate, katerim na čelo se postavijo okrožni inspektorji s potrebno kvalifikacijo (fakultetska izobrazba in najmanj 12 let državne službe, od teh šest let upravne; kar pa ne velja za bivše velike župane). Okrožni inspektorji so pomožni organi bana v vseh poslih javne varnosti v svojem območju.

Člen 23. določa, da morajo banovine pričeti poslovati najkasneje po poteku dveh mesecev, ko stopi zakon v veljavo. Takrat preneha poslovanje velikih županij. — To se je zgodilo 11. novembra 1929. leta.

Člen 24. ukinja zakon o oblastnih in srezkih samoupravah, ki s tem prenehajo obstojati.

Člen 28. določa, da bo notranji minister po uveljavljenju tega zakona razpustil vsa plemenska društva, ki so v nasprotju z državnim in narodnim edinstvom.

Člen 29. Od dneva, ko stopi ta zakon v veljavo, se smejo izobešati samo državne zastave.

Praktična navodila gospodinjam

Anka Mešiček.

1. **Svetle šipe.** V raztopljeno naplavljeno kreda namoči cunjico in z njo namaži šipe. Ko se posuše, jih obriši z mehkim suknom in potem med nadihavanjem stekla drgni z usajeno krpo vse dotlej, da so šipe lepo čiste. Preizkusili so tudi časopisni papir kot izborno čistilo.

2. **Priboru za ribe** odzameš duh in okus po teh, če ga po uporabi odrgneš z limonovo lupino.

3. **Pleskanim predmetom**, ki so po vodi ali kaki drugi tekočini dobili svetle pege, vrne čisti kis prejšnjo barvo.

4. **Dobro sredstvo za čiščenje madežev** dobiš, ako raztopiš v litru vroče vode dve žlici labudnega mila in dodaneš žli-

co salmijaka. To mešanico shrani v steklenici, ki je dobro zamašena. Pred čiščenjem obleko dobro iztepi in izkrtači, na to pomoči madež v toplo vodo, pokapljaj z ono tekočino in krtači po teku niti. S toplo vodo krtači še tako dolgo, da ostane voda čista. Končno odrgni še s snažno krpo. Še vlažno zlikaj in obratni strani.

5. **Kuhinjske deske**, nepleskana tla, steklo, emajl, porcelan in pribor očistiš najbolje z »Ominolom«.

6. **Pečatni vosek** odstraniš iz prevleke pisalne mize ali drugega blaga na ta način, da pokapljaš madež dva- ali trikrat s špiritom. V špirtu se namreč vosek raztopi. Nato pokapljano mesto odrgni in nalahko skrtači, da se posuši in ne zapusti nelepilih robov.

7. **Preproge iz slame** oznažiš najbolje s solno raztopino in trdo krtačo.

8. **Očuvanje steklenine**. Posode iz prav finega brušenega stekla rade počijo, če z njimi ne ravnaš zelo previdno. Voda za umivanje bodi le topla, ne pa vroča. Iz previdnosti položi v posodo, v kateri umivaš steklenino, par srebrnih žlic. Pripomba: steklenic sploh ne umivamo v vroči vodi, ker postanejo motne.

9. **Impregniranje**. Plašče, vozne odeje, nahrbtnike i. dr. napraviš lahko sama nepremočljive. K temu je treba: vode, galuna, mila. Dve kopeli po 20 litrov vode v dveh raztopinah. Za prvo raztopino vzami 5 dkg galuna na liter vode, za drugo kopol 5 dkg jedernatega mila na liter vode. Raztopine rabi drugo za drugo. Galunova kopol bodi srednje topla, milni lug kar mogoče vroč. V galunovi raztopini naj leži tkanina eno do dve uri, potem neožeto obesi in posuši. V lugu pa naj ostane tkanina čez noč, potem zopet neožeto posuši in zlikaj.

10. **Nogavicam** škoduje predvsem pot toplih nog. Zato nogavice pogosto menjaj ter jih zračni. Leseni obroč, kakršnega imamo za torbice, ovij s trakom, napravi zgoraj lično zanjko, zadaj prišij mal obroček (rinčico), da lahko natakneš na žrebliček ob notranji strani omarnih vrat. V ta obroček lahko čedno obesi več parov nogavic. Tako se ti zračijo, ne leže okrog in vsako luknjico opaziš takoj.

11. **Riž** ostane pri kuhanju lepo bel, ako mu prideneš nekoliko kapljic citronovega soka ali kisa.

12. **Če se šarkelj ali potvica** prime modela, ga postavi na lonec, v katerem voda vre. Vročina odlušči pecivo.

Nakup čevljev

Pri vsakem oblačilnem predmetu, kakor obleki, perilu, nogavicah itd., se da kvaliteta pri nakupu precej točno ugotoviti, ni pa lahka ta ugotovitev pri čevljih. Pod apreturo in polituro, kakor tudi v notranjosti čevlja se skriva dostikrat manjvredno blago, in ni nobena redkost, da se dobi dandanes v notranjosti lepenka kot nadomestilo za usnje in to celo v delih, kjer bi moralo biti najboljše usnje (obpetnik — Afterleder; notranjik — Brandsohle). Po pretežni večini se je čevljarska industrija poprijela tega cenenega izdelka, da nudi na eni strani za oko cenejše blago, na drugi strani pa tudi, da se carinski stroški nadomestijo vsaj deloma.

Smatramo in trdimo, da morajo dobri čevlji zdržati več mesecev brez popravila, nato vsled dobrega notranjega temelja zdržati 2—3 podplatenja, razen tega pa moramo imeti ves čas občutek dobre, prijetne in sigurne hoje.

Nekaj cen najbolj priljubljenih čevljev za gospode, dame, dečke in deklice podajamo s tem v splošno informacijo:

Ia. boks za cestno rabo po velikosti Din 180.— do 290.—

Ia. Waterproof dullboks, za štrpac . Din 220.— „ 380.—

Damski modni čevlji, enobarvni,

kombinirani, lak, sandaleti i. t. d. . Din 170.— „ 290.—

Povdarjamo, da je v teh cenah mesto carinskih in drugih prevoznih stroškov samo najboljše usnje, brez odpadkov ali papirja.

Razen tega izdelujemo tudi vse vrste specialnih čevljev za turiste, lovce, smučarje, ribiče itd.

Člani Nabavljalne zadruga dobe lahko z nakaznico zadruga vse izdelke izgotovljene ali po meri **na večmesečno odplačevanje**.

Tiskana navodila, kako snažimo in konzerviramo razno obutev, dobite brezplačno v naši trgovini, Koroška c. 19.

INDUSTRIJA »K A R O« ČEVLJEV,

MARIBOR.

Knjige za gospodinje

Vsaka gospodinja naj ima tudi svojo knjižnico, ki ji pomaga pri njenem težkem poslu. Priporočamo posebno sledeče knjige: Slovenska kuharica, Din 160.—; Iz francoske meščanske kuhinje, vez. Din 115.—; Sadje v gospodinjstvu, Din 24.—; Domači vrt, broš. Din 33.—, vez. Din 40.—; Prikrojevanje perila po životni meri, Din 40.—; Nasveti za hišo in dom, broš. Din 20.—, vez. Din 30.—; Gospodinjstvo, Din 40.—; Čitanka o higijeni, Din 60.—; Kneip: Domači zdravnik, Din 44.—; Zel

in plevel, pouk o naravnem zdravilstvu, broš. Din 68.—, vez. Din 75.—; Materinska pomoč, Din 15.—; Mati-vzgojiteljica, Din 16.—; Naše prijateljice (cvetlice), broš. Din 36.—, vez. Din 45.60.

Vse te knjige, kakor tudi druge, kot leposlovne, poučne in molitvenike kupite v Tiskarni sv. Cirila v Mariboru, Koroška cesta 5 in Aleksandrova cesta 6.

Številke govore za Ceresovo jedilno mast

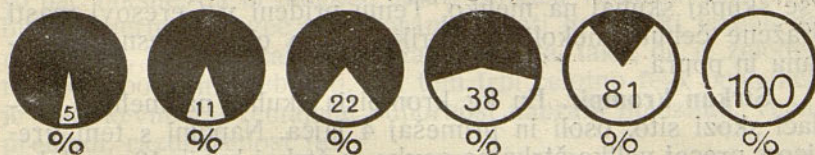
Gotovo nikdo ne more oporekati ugotovitvam znanstvenih raziskavanj, izraženim celo v številkah; saj se te ugotovitve lahko preizkusijo vsak čas. Nasledne tabele naj pokažejo nekaj takih, neizpodbitno ugotovljenih dejstev, na katera bi se vsekakor morali ozirati pri nakupovanju živil in pripravljanju jedil.

Popreje pa še nekoliko izpregovorimo o vrednosti masti pri naši prehrani. Imamo 3 vrste redilnih snovi, ki so neobhodno potrebne, da si ohranimo življenje: beljakovine, ogljikove hidrate in mast. Poslednji dve nadomeščata telesu porabljeno moč in mu dajata potrebno toploto. Poizkusi, ki so jih napravili v ugotovitev hranilne ali boljše, kurilne vrednosti ogljikovih hidratov in masti, so pokazali, da mast vsled svoje kemične sestave daleko nadkriljuje ogljikove hidrate. Zato je vsekakor potrebno vedeti, koliko masti vsebujejo naša živila.

Naslednji pregled razkaže to prav poučno:

Izmed važnejših živil imajo masti:

sir, jajca, čokolada, gos, surovo maslo, Ceres



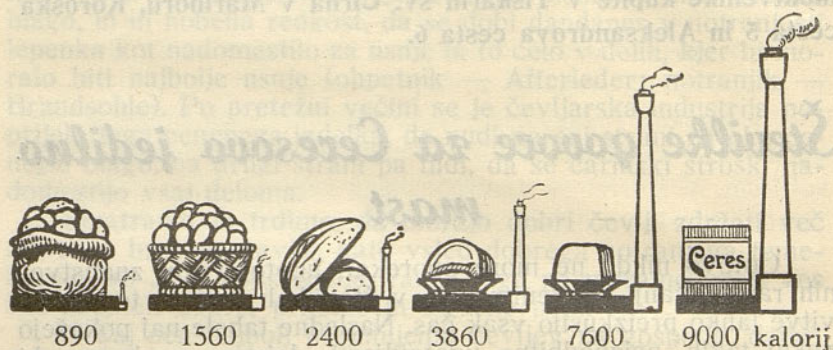
Sto odstotkov masti (čiste kokosove masti) ima samo Ceres.

Največ masti — kuriva našega telesa — najdemo torej v Ceresu. Vrednost kuriva pa se določa po tem, koliko lahko oddaja toplote. V svrhu tozadevnih primerjatev nam služi posebna mera: toplotna enota ali kalorija. Kalorija je ona množina toplote, ki je potrebna, da se segreje 1 liter = 1 kg vode od 0° na 1° C.

Dnevna hrana odraslega človeka, ki dela, bi mu morala nuditi 3100 kalorij. Zato nas mora gotovo zanimati, koliko kalorij oddajajo najvažnejša živila.

Tako ima 1 kg:

krompirja, jajc, kruha, svinjine, sur. masla Ceresa



Na najvišjem mestu stoji Ceres (100 % čista kokosova mast).

Evo Vam nekaj dobrih, preizkušenih receptov:

Francoski krompir. Operi surovo olupljeni krompir ter ga razreži v $\frac{1}{2}$ cm debele in 5 cm dolge koščke. Medtem močno segrej 1 kg Ceresove masti. Narezani krompir deni prgišče za prgiščem v vrelo Ceresovo mast ter ga speci lepo svetlorumeno, kar traja kakih 5 minut. Zajemaj ga potem z žičnato žlico iz masti in ga potrosi s soljo. Tako pripravljeni krompir serviraj zelo vroč. Preostalo mast lahko porabiš v druge svrhe. — Surovemu, olupljenemu krompirju daš seveda lahko tudi druge oblike, kakor: ploščice, kocke, kroglice, ladjice itd. Pečeš jih kakor zgoraj povedano.

Grenadir-krompir. Deni v vrelo vodo 1 kg kockasto narezanega krompirja, $\frac{1}{4}$ kg kaše in približno 2 dkg suhih gob ter vse skupaj skuhaj na mehko. Temu prideni v Ceresovi masti pražene čebule, nekoliko paprike in po okusu česna, majonana in popra.

Štrkan krompir. En kg krompirja skuhaj na mehko, pretlači skozi sito, osoli in primešaj 4 jajca. Napolni s tem vrečico s precej veliko štrkhalno cevko in štrkaj kakih 10 cm dolge palčice ali tudi kolobarčke v močno razgreto Ceresovo mast. Lahko pa narediš iz tega tudi žličnike, ki jih istotako spečeš v Ceresovi masti.

Krompirjevi hrustavci (kroketi). Skuhaj 1 kg olupljenega krompirja v slani vodi, zmečkaj ga na drobno ter ga premesi z 2 rumenjaka in soljo. Izvaljaj iz tega testa palec velike rezance ter jih peci 3—4 minute v močno razgreti Ceresovi masti, da postanejo lepo zlatorumeni.

Krompirjevi rezanci (svaljki). Nastrgaj 5 kuhanih krompirjev, osoli jih ter jih zmesi z 2 rumenjakoma, 9 dkg moke ter 2 dkg zdroba v testo. To zvaljaj, nareži v majhne kose, iz katerih narediš svaljke, in kuhaj v slani vodi 4—8 minut. Nato jih precedi, polij z mrzlo vodo in jih deni v vročo Ceresovo mast, v kateri si preje zapekla drobtine. Svaljke lahko tudi potrosiš s sladkorjem.

Krompirjevi cmoki. Nastrgaj 6 kuhanih krompirjev, zmešaj s soljo, 3 dkg zdroba, 15 dkg moke, 1 jajcem in 1 rumenjacom in zgneti to v fino testo, iz katerega narediš cmoke. Kukaj jih potem 15—25 minut, kakršna je pač njih oblika in velikost. Kuhane cmoke zabeli z Delta-margarino ali s Ceresovo mastjo ter s praženo čebulo.

Krompirjeve rezanke. Nareži surov, olupljen in opran krompir v prav fine rezance ter jih speci v dveh minutah v vroči Ceresovi masti, da postanejo lepo zlatorumeni in krhki, nato jih potrosi s soljo ter serviraj kot prilogo.

Krompirjeve omelete. Skuhaj 1 kg krompirja, olupi ga in vročega nastrgaj. Potem ga zgneti s 15 dkg moke, 1 jajcem in soljo v trdno testo. Iz tega zvaljaj kakor krožnik velike, tanke omelete ter jih speci brzo v Ceresovi masti. Nato jih namaži z marmelado, zvij, potrosi s sladkorjem in serviraj.

Razgovor o tekočem kruhu

Učenjaki pridno raziskujejo delovanje našega želodca. In kaj so že ugotovili?

Narava je dala človeku gotovo izvrstno ustvarjen želodec, če bi živel človek — naravno. Sodobni človek pa mora delati vedno več, začeti mora z resnim delom že prav zgodaj (šola!). Zato pa potrebuje vedno več kuriva — več hrane. In razmere so pač takšne, da ni mogoče dajati želodcu vedno hrane, ki bi bila primerna, temveč mu moramo dajati hrano, ki je pač na razpolago, ki pa je žal velikokrat pretežka, tako, da je želodec ne more povsem prebaviti. Pri tem trpi celotno telo, posledica je slabokrvnost, premajhna odpornost napram boleznim, večni prehladi, razdraženost itd.

Kje je pomoč? V zdravilih gotovo ne. Če je vzrok prevelika obremenitev želodca, je treba pač želodec **razbremeniti**. Treba mu je dati pač hrano v taki obliki, da jo prebavi z manjšim trudom oz. da jo sploh prebavi do zadnje mrvice. Premislimo samo sledeče:

Žitno zrnje kot tako danes gotovo ni primerno za prehrano. Kdor bi se ga najedel surovega, bi mu gotovo škodovalo. In vendar so naši davni predniki najbrže uživali tudi surovo zrnje, preden so ga začeli predelavati v moko in peči

presni kruh. Danes nam je tudi presni kruh pretežak. Prekvasiti ga je treba, potem je šele primeren. Danes smo pa že tako daleč, da nam postane lahko tudi že dobro zapečen kruh pretežak, in zato je treba iti še korak naprej. In znanost je našla pot, da je mogoče nuditi želodcu žitno hrano še v bolj lahki obliki.

Taka žitna hrana je Žika. Zakaj? Žiko izdelujejo iz žitnih rženih zrn. Na poseben način pripravijo zrna, da skalijo. Ko žito kali, se vrši v njem podoben postopek, kakor kadar kipi testo, samo da napravi kaljenje v zrnu snovi še vse bolj pripravne za prebavo. V lupinici je namreč izredno veliko koristnih snovi, žal pa te lupinice kot otrobi pri mletju odpadejo. Vemo sicer, da so otrobi za človeka neužitni, ker jih z enostavnim kuhanjem ali pečenjem ni mogoče napraviti za človeka užitne. Popolnoma drugače pa je, če žitno zrno kali. V tem slučaju narava izpremeni snovi tudi v lupinici tako, da jih more izkoristiti ne samo mlada rastlinica, temveč tudi človeški želodec.

V tem tiči že ogromna vrednost Žike!

Ko je narava tako pri kaljenju prekvasila ali kakor pravimo, presladila zrno, je treba njeno delo prekiniti in sicer na ta način, da se zrnca posuše in sprajijo. Vse vredne snovi so sedaj v zrnцу vjete, ne morejo se več izpreminjati, sedaj lahko čakajo, da jih porabi človek. Taka zrnca so Žika, kakor jo kupite v trgovini.

Nastane samo vprašanje, kako je treba Žiko pripraviti za jed.

Običajno imamo Žiko kot nadomestilo za kavo. Vendar nima Žika s kavo dosti skupnega. Dočim skušamo pri kavi s kuhanjem izločiti posebno oni značilni okus in vonj, kar je mogoče le na hiter in oprezen način (posoda mora biti pri kavi dobro pokrita!) je pri Žiki zadeva čisto druga.

Pri kuhanju Žike je treba predvsem stopiti ali izlužiti vse hranilne vrednosti. To gre prav enostavno: treba je Žiko prav fino zmleti, da se potem lažje stopijo vse snovi. Kuhati jo je treba dolgo časa, čim dalj tem bolje. In ker se ni bati, da bi izgubila kakšno posebno dišavo, je niti ni treba tako skrbno pokrivati. Samo za barvo ji pridenemo po okusu nekaj fine cikoriije. Pri tem pa pozor! Kajti cikoriije ne smete dolgo kuhati!

Najpriročnejši način, da imate vsak čas hitro na razpologo dobro in okusno Žiko, je sledeči:

Kolikor mislite, da potrebujete Žike **za cel dan**, jo skuhajte v posebnem loncu dopoldne, ko kuhate kosilo. Takrat ima čas počasi vreti do pol ure. Ko se vsede, jo ocedite in postavite na hladen prostor. Tako jo imate vedno pri roki. Ko jo rabite popoldne, zvečer ali drugo jutro, **jo vzamete samo toliko, kolikor je potrebujete**, ter jo pristavite k ognju. Takoj ko zavre,

ji šele sedaj dodenite cikorije in če hočete, tudi malo prave kave, in stvar je gotova. Čudili se boste polnemu okusu tudi brez prave kave. S pravo kavo je sploh križ. Res ni napačna v okusu, ampak preveč škoduje. Poleg slabega učinka na srce in živce so ugotovili v novejšem času pri kavi in čaju nevarne zaveznike — raka. Če uživata pravo kavo ali čaj le včasih, gotovo stvar ne bo preveč huda, **redno** uživanje prave kave ali čaja je pa odločno, **nepriporočljivo**. Če boste Žiko skuhali z vso skrbnostjo, boste prav lahko pogrešali pravo kavo in tudi najodličnejšemu gostu jo boste lahko servirali (s spenjeno smetano) brez skrbi. Samo poizkusite!

A najvažnejše, kar Vam nudi ta pijača, je, da vsebuje izredno veliko redilnih snovi, ki želodca prav nič ne obremenjujejo. Želodec jih prebavi z lahkoto ter jih popolnoma osvoji za telo. Žlico zmlete Žike lahko primerjamo tako v učinkih z večjim kosom kruha in ni slabo povedal oni kemik, ki je rekel:

»Žika je tekoči kruh!«.

Skrbnost v gospodinjstvu se vedno izplača, posebno pa tam, kjer gre za zdravje.

Izkuhajte iz Žike vse hranilne snovi!

Ne zametavajte kruha in to najboljšega — v pomije!



Palača okrožnega sodišča v Mariboru

Nekaj misli k vzgoji otrok

Vzgojna vprašanja spet razgibajo duhove. Naravno. Saj je usoda naraščaja in ž njim vse generacije zavisna v veliki meri od modrosti njenih vzgojiteljev.

Pretežna večina mladine ima prvo vzgojo v družini, ki ji vtisne neizbrisen pečat za vse življenje. V obiteljski vzgoji pa odločuje po največ mati, ako je to, kar mora biti: srce in središče domače hiše.

Do nje se torej pred vsem obračam s to črtico. Ne podaja nič novega. Ponazoruje le v nekaterih primerih stara vzgojna načela, ki jih hočejo tupatam pozabiti.

Pred več nego dvajsetimi leti je bilo. Povabljena h kosilu prijateljske obitelji sem se radovala pametnih, ljubeznivih otrok. Dvoje deklic, starih okrog deset let, je sedelo z nami pri mizi, najmlajši otrok, prisrčen fantek, jih je imel komaj pet.

Na mizo pride pečeno pišče. Ko so mi bili ponudili prvi komad, reče oče, mlad doktor, ki mu je bil sinček največje veselje: »Zdaj pa najlepši košček za našega pobčeka. Nu, Mirkec, kaj hočeš, povej! Ali bedrce, ali perutko ali bela prsa?« Razvajeni fantiček je odmajal s kodrasto glavico pri vsakem kosu. Noben mu ni bil po volji. In ko mu da oče slednjič belo meso na krožnik, namrdi obrazek in reče: »Nogico hočem, atek, nogico!« Seveda mu jo koj pokorno zamenja mamica. Tudi kompot si je izbiral mali ljubljencek družine po lastni želji, dočim sta dobili deklici svoj del brez vprašanja na krožnik. Ali je bila v njihovih srcih ljubosumnost radi bratca, ne morem reči. Vsekakor sta čutili, da je Mirkec središče, okoli katerega se suče vse v domači hiši.

Mnogo let pozneje, bilo je v vojnem času, me zopet pripelje pot k dotični družini. Obe hčerki sta že bili poročeni. Osemnajstletni Mirko pa se je baš tisti teden odpravljal k vojakom. Z očetom in mamom me je spremljal in ko je oče podražil sina češ: »Dobro je pa res, da prideš k vojakom« in je mamica pristavila: »Da, da, se boš vsaj naučil vse jesti,« je mladenič porogljivo zavrnil: »Kdo pa je temu kriv? Saj ste me Vi tako navadili!«

Ormož grad je bil od detinske dobe nad dvajset let moj dom. Takratna njegova posestnica je bila visoko naobražena dama in govorila vse moderne jezike. Neizbrisna ostane njena podoba v moji duši. Nobena žena ni name naredila tako globokega utisa, tudi ne v poznejšem življenju, kakor ta gospa s svojo veličastno postavo in častitljivo belo glavo. Energične, resne, skoro moške poteze so bile odsev njenega velikega duha. Modre oči pa so znale gledati neizrečeno milo in dobrotno. Najbolj pa jo je odlikoval njen izredni značaj: stroga do same sebe, a prizanesljiva do drugih, čim so se zavedali svoje dolžnosti. Poštenost in resnica ji je bila nad vse. Radodarnost njena je osrečila vsakogar, ki se je obrnil z zaupanjem do nje. Ker ni imela otrok, je obrnila vse premoženje pokojnega moža v ustanovitev zavoda za ponesrečena in izgubljena dekleta.

In ta žena je večkrat z globoko hvaležnostjo govorila o svoji materi. Pravila je, kako je morala po materinem ukazu kot deklica opravljati vsako, tudi najpriprostejše delo v hiši kakor: pomivati tla in okna, prati perilo, kuhati, likati i. t. d. Hčerkice so bile prideljene kot učenke v pomoč kuharici, hišni in perici v domačem gradu. Mati njena je pravila: »Vem, da moje hčere tega ne bodo rabile. A potrebno je, da razumejo vsako delo. Potem ga tudi znajo ceniti in spoštovati.« »Nekaterikrat sem se sprla z učiteljem glasbe in mu ugovarjala. Hotela sem igrati po svoji volji. Učitelj se je zato pritožil materi. Ko se je to zgodilo v drugič, mi reče mati: ‚Henrijeta! Od danes naprej se ne boš več učila klavirja!‘ Stemi besedami je zaklenila instrument. Po kolenih sem jo prosila odpuščanja. Vse zaman!« Nato je obmolnila, kakor bi jo bolelo srce. Kljub temu pa pristavila: »Oj, v grob blagrujem svojo pokojno mater, da je strla moj napuh in mojo trmo. Kam bi bila prišla sicer v življenju? Saj sem si kot mlado dekle domišljevala, da morem in smem vse, kar hočem. In če bi bilo treba iti po navpični steni kvišku!«

Tako mi je govorila dostojanstvena stara gospa, ko ji je bilo že nad osemdeset let. Tistikrat, bila sem mlada, je nisem mogla umeti. A življenje me je izučilo, kako je imela prav.

Nedavno sem se razgovarjala s svojo prijateljico o naših mladih letih, o veselju in bridkosti otroške dobe. Pa mi reče

med drugim: »Kakor sem sicer vedno ljubila, da, oboževala svojo pokojno mater, vendar ji nečesa ne morem pozabiti. Vedno me je namreč zapostavljala za mojo dve leti starejšo sestro. Ona je vselej dobila lepšo obleko od mene. Nekoč nama je mati prinesla blago, ki ga je kupila kot ostanka. Za njo modro z drobnimi cvetkami, za me pa sivo, kakor bi jo lahko nosila moja babica. Še zdaj vem, da sem se razjokala. — Obe s sestro sva si želeli solnčnikov. Njej je kupila belega z vezenim robom, meni pa nič. — Vem še zdaj, kako rada bi bila imela granatno broško. Takrat so prišle v modo. Pa je nisem dobila nikdar, četudi jo je imela sestra od tete.«

»Zakaj pa je mati tako krivično ravnala s Teboj?« jo vprašam sočutno. Kajti spomin na zapostavljanje pred petdesetimi leti ji je še zdaj grenil dušo. »Moja sestra je bila mnogo lepša od mene,« mi odgovori poluglasno.

Ne zabimo pri vzgoji: Razvajan otrok stopi staršem na srce prej ali slej. Za strogost pa, ki izvira iz skrbi in ljubezni, ti bo nekoč hvaležen. Pač pa ostane otroku storjena krivica odprta rana, ki ne zaceli nikdar.

Dva najboljša izmed mnogih kuharskih receptov za okusno in tečno pripravo priznanih testenin



1. **Sekljano meso s »Pekatetami«**, $\frac{1}{2}$ kg govejega mesa sesekljaj na drobno. Istotako srednje veliko čebulo. Oboje deni v kozico, kjer si razbelila 2 žlici masti. Osoli poprej nekoliko in duši dotlej, da vsa tekočina izhlapi in se meso in čebula lepo zarumenita. Prideni 1 žličko paradižnikove mezge, vejico majarona, košček citronove lupine, nekoliko nastrganega muškarnega oreha ter $\frac{1}{4}$ l vode ali juhe, ako jo imaš. Pusti, naj se vse skupaj nekoliko povre ($\frac{1}{4}$ ure), potem pa vsuj na makarone »Pekatete« (1 kg), katere si medtem skuhala in potresla s parmezanom. Vse skupaj dobro

premešaj in serviraj. Jed je okusna in hitro pripravljena. Zadostuje za šest oseb. Lahko serviraš meso in »Pekatete« posebej, a bolje je, če vse skupaj prej zmešaš, da se meso enakomerno razdeli.

- II. **Pikantni makaroni »Pekatete«.** 5 dkg surovega masla, 3 rumenjaki, 3 osnažene sardele, malo majarona, popra, $\frac{1}{8}$ l sladke smetane, od 5 beljakov sneg, 14 dkg nasekljane šunke ali suhega mesa, vse dobro premešano, k temu kuhane »Pekatete«, potrošene s parmezanom. Vse to premešano speci v namazani posodi. Namaži posodo z mastjo. Ne peci dolgo, a spodaj se mora narediti skorja, ki je malo zarumenela.

Radio bodočnosti

Fantazija. Spisal Fr. Š k o f.

Pogledali bi radi moje sedanje stanovanje? Zakaj pa ne? A tako, moje radio-naprave Vas najbolj zanimajo? Pa dobro. Luč, kurjavo, pralni, šivalni in druge navadne stroje ima seveda že itak vsaka hiša montirane po vseh stanovanjih. Meni je v ta namen dodeljen val »Azg«. Sicer pa imam svoj lastni rezervar elektromagnetne sile. Vidite ono bodičasto napravo v obliki ježa z neštetimi ostmi? To je moj lovilec. Tudi s solničnimi žarkmi sem za celo leto zadostno založen. Tu je moj sortirni aparat za posamezne vrste žarkov.

Lahko proizvajam tako močno svetlobo, da na mah človeka oslepi, a vendar nič ne speče in zopet lahko s itemnim žarkmi takoj sežgem, karkoli hočete.

Pa, skoraj bi pozabil, za moj radio se vendar zanimate. Napravil sem si kompletno praktično pripravo, ki jo lahko vedno nosim s seboj. Ta čelada tukajle je moj oddajni in sprejemni aparat. Čisto lahka je, na glavi je ni čutiti, poskusite sami. Ta rob na vrhu je usmerjevalec za oddajanje in sprejemanje ultramikrokratkih valov. Vsa osamila so iz zelo lahkega, prožnega in zelo trdnega stekla. Tudi ves kovinski material je najboljše, najlažje, najtrdnejše, najprožnejše, najuporabnejše in najvztrajnejše blago.

Na Mars ali Venero lahko telefoniram, kakor govorim zdaj z vami. Ta mala vzboklina tu je zvočnik. Mali gumbek poleg

služi za reguliranje sile. Poslušam lahko tihe glasove, kakor šepetanje, ali pa glasne, kakor grmenje, kakor mi pač prija. A tole pogledjte, ta verižica z dvema gumboma? To pa vendar poznate. To je slušalo, za zemljo zadostuje. Oba gumba sta mikrovijaka v zvezi z mikrofoni. Z mikrovijakom ujamem poljubnen zemeljski val, ki je splošen, neusmerjen, in poslušam godbo in dnevne novice, predavanja i. t. d.

V ušesih jih prav nič ne čutim, ker se prilegata gumba popolnoma v moji ušesi, kakor bi imel v njih rahla koščka bombaža. Verižica je sprejemni aparat, nekaka zveza malih prelahnih, trdnih antenic z detektorji. Vse skupaj lahko obesiš kakor lahen amuletek okoli vratu in pod ovratnik. Sicer je pa to stvar mode. Jaz denem to v žep, kadar grem peš na izprehod, da lahko poslušam, kadar se mi ljubi. Tu, vidite, pa je moj daljnovidni aparat. Nič večji ni, kakor so bili nekdamali triedri, zato pa zelo čist in razločen in močen, da Vam lahko to, kar ravno opazujem, povečam velikansko. Lahko ga tudi nataknem na oddajno čelado ali pa na svoj novi magnetodynamo, univerzalni letalni in plavalni stroj, tako, da mi sega ravno pred oči. Zdaj bo pa menda dosti ogledovanja. S prijateljem sva se zmenila, da me pokliče z Marsa, da mu poročam najnovejše z zemlje, on pa mi poroča o svojih novih odkritjih na Marsu. Čuden človek je to. Nima miru na zemlji, le druge planete bi vedno preiskoval. Da, da, Mars je daleč, tudi moj daljnovidni aparat je še malo šibak za to daljavo. Označil mi je točno lego, kje bo, na dekametre natančno. No, ga že imam, takoj Vam ga pokažem. Pritrdiva aparatek tukajle, tako. Zdaj odprem to malo zaklopko in zavrtim ta mali mikrovijak s svetliru gumbom. Sliko vidite na oni konkavni steni.

Glejte ga, glejte, kako zamišljeno išče neka zelišča. No, čelado ima na glavi. Pokličiva ga! Usmerim čeladni obroč proti njemu. Na tako daljavo ni treba, da je tako strašno natančno. Valovi se že toliko razprše, da ga zadenejo, pozneje jih še natančneje usmerim in ojačim. Dogovorila sva se za val 33 milimikronov. Aha, aha, se že giblje, me že čuje. Ga vidite, že uravnava v svoji nerodni obleki. »Kako, prijatelj, si ti?« »Da, da, gotovo si pozabil, da sva se zmenila za pogovor.« »Prosim te, počakaj trenotek, ravno nekaj interesantnega iščem. Ti pozneje poročam.« »Do svidenja torej!«

Torej, pojdemo kam drugam, ali počakamo na prijateljeve vesti? Nočete me motiti? Ne, ne — no, toda nočem Vas zadrževati. Zbogom!

Resnična zgodba iz sodne dvorane

Ne v Mariboru — vendar ne smemo izdati kraja — se je vršila prizivna razprava zoper nekega reveža zaradi tatvine. Ovadeni je bil obsojen od okrajnega sodišča na deželi, akoravno je tajil; mogoče je bil obsojen tudi zato, ker ni imel odvetnika in ker je imel zastopnika okradeni.

Na prizivno razpravo sta prišla obsojeni in okradeni. Zastopnik okradenega, odvetnik z dežele, ni nameraval priti osebno in je naprosil zato svojega prijatelja odvetnika v mestu, da ga nadomestuje na vzklicni razpravi. Ta je prišel v dvorano, ko je poročevalec že končal glavni del svojega poročila. Ko je poročevalec še navedel nekatere malenkosti, je bila razprava končana, nakar je takoj vstal odvetnik, ne da bi mu predsednik razprave dal besedo, in je pričel prepričevalno braniti obsojenca. Navajal je, da je obsojeni najpoštenjši človek na tem svetu, da sedi na zatožni klopi, ker so se priče zmotile v osebi storilca in ker je državni pravdnik z veseljem porabil to zmoto prič in zasleduje nedolžnega človeka, ker pač hoče imeti storilca.

Sodniki so kajpada opazili, da je odvetnik v usodni zmoti, ko je mislil, da mora braniti obsojenca, namesto, da bi varoval koristi oškodovanega. Silno nervozen pa je bil oškodovani in je parkrat skušal prekiniti navdušenega govornika-odvetnika, ta pa ga je vsakokrat ostro zavrnil, češ, naj molči, zdaj da govori on, in uporabljal to vnemo okradenega v svojem nadaljnem govoru in jo prikazal kot očitvidno maščevalnost napram obtožencu, zato da okradenemu ni nič verjeti, ker se niti v sodni dvorani ne more obvladati. Svoj govor je zaključil odvetnik s pozivom na sodnike, naj ne dopuste, da bi se na podlagi tega dokazilnega gradiva izrekla obsodba in bi se dogodil obžalovanja vreden justični umor.

Šele sedaj je opozoril predsednik razprave odvetnika, da on ni branitelj obtoženega, marveč zastopnik okradenega. To pojasnilo je izzvalo splošno veselost. Odvetnik pa ni bil niti

najmanj zmeden. Ne da bi količkaj premišljal, je na predsednikovo opozorilo nadaljeval svoj govor češ, da je položaj z ozirom na predsednikovo pojasnilo sedaj popolnoma drugačen. Obtoženi je vendar splošno znani tat, to da kažeje njegove številne kazni radi tatvine, on da je oseba, pred katero ni varna nobena reč, in da ni zato nobenega dvoma, da je izvršil tatvino, radi katere je bil obsojen od okrajnega sodišča. To da je povsem dokazano po pričevanju zaslišanih prič, ki so resnicoljubne in nimajo nobenega povoda pričati obtožencu v škodo. Zato da jamči tudi osebnost okradenega, moža velikega ugleda in splošne priljubljenosti, kojega nesebičnost da je uradno potrjena v spisih, in konečno še obče znana stroga objektivnost in natančnost državnega pravdnika. Odvetnik je v drugič zaključil svoj govor s pozivom na sodnike, tokrat, da naj dajo pravici zadoščenje, da se naj ne dajo premotiti po trdovratnem tajeju zakrknjenega obtoženca in da naj zato potrdijo obsodbo.

—hm.—

—ski:

Prijateljevo pismo prijatelju po operaciji

V preteklem poletju sem moral nenadoma v bolnico radi dokaj težke operacije slepiča. Ta spak me je bil tako zdelal, da sem ležal par tednov docela onemogel. Ko sem pa prvič prilezel do mize, sem sedel in sporočil svojim po svetu raztresenim prijateljem, kje sem in kako mi je.

Seveda nisem pri tem pozabil svojega prijatelja Prijatelja, s katerim ~~sva~~ delila vse žalostne in vesele urice od rane mladosti. Omenil sem mu, da bi bil skoro moral v tistih dneh pisati nekrolog meni on, ki vedno stoka in boleha, dasi sem bil jaz vedno trden in zdrav.

Po treh dneh dobim od njega odgovor. Bil je tako originalen, da sem se počteno nasmejal. In smeh je neki polovica zdravja!

Da se še kdo drugi razvedri ob čitanju tega pisma, zato ga priobčujem docela neizpremenjenega. Nekateri izrazi so kot lokalizmi pojasnjeni pod črto.

Dne 14. septembra 1929.

Draga Jerhovna!¹⁾

Že v Mariboru sem zvedel, da Te nekaj drži za vamp, pa nisem mogel zaznati, kje Te padrajo. Da ne bo nič hudega, sem bil prepričan. Hrenovi korenini lahko odrežeš spodaj ali zgoraj, kjer češ, pa Ti spak vedno zopet požene. Kaj pa šele žlahtna korenina Hrenova iz blažene doline fovčarske.²⁾ Da bi te gavznila, če jo malo odrežeš, tam, kjer je najslabša, če ji odrežeš tisto, kar prav nič ne rabi? Jok!

Da Te je malo šegečkalo, ko Ti je padar brbal po črevih, verjamem. Saj ni čuda, to je pač Tvoj najžlahtnejši del! Že od mladih nog skrbiš najbolj zanj. Ko si še študiral, ali si se zmenil kaj za Pestalozzija in Komenskega, če je bil vamp prazen? Šel si v fovšluknjo³⁾, pa si kupil za dva solda fižola, da si potolažiš svojega sitnega spremljevalca. In pri Štihu sva prelomila tisto božjo ali cerkveno zapoved, ki pravi, da pusti tuja jajca pri miru, ker bo sicer smrdelo.⁴⁾ Zakaj? Samo zaradi Tvojega sitnega vampa. Kaj so Te brigale taljanske granate in ruske bombe, ko je zakrutil Tvoj sitni želodec in klical, da ga preskrbi! Gledal si pač, kje boš zmaknil gališkemu židu konjsko klobaso, vse drugo Ti je bila deveta briga. In zdaj pride padar, pa Ti gleda notri v čreva, kaj si vse pofulil gori v Galiciji in v solnčni Goriški, za koliko si osleparil svoje predpostavljene, ko si rajni Avstriji prevažal po svetu njeno borno balo⁵⁾. Pač te je skrbelo, če ne bo morda ravno tiste dni inšpiciral špitala kak minister, pa bi našli ves tisti magacin, ki ga skladaš že pol stoletja. Bogue, kaj Ti je že vse obležalo v želodcu? Kam bi Te pač zapisali, kam poslali, ko bi to prišlo na dan! Prav lahko bi Te poslali med komuniste, vem, da imaš dosti takega materijala v želodcu. Sreča Tvoja, da so Ti vamp samo odprli in Ti vzeli tisto, kar prav za prav Tvoje ni, ampak imaš samo za spomin od svojih prapraperdedov, ki so se šli še afne po kompolskih⁶⁾ pragozdovih. Morda boš še kdaj pravdanski⁷⁾ človek, ko Ti ne bo več nagajalo podedovano blago.

¹⁾ Lokalni zdevek med prijatelji v dobrem smislu, med sovražniki v razžaljivem. ²⁾ Zbadljivka za dobropoljsko dolino. ³⁾ Bivša ljudska kuhinja v Ljubljani, kamor je hodilo tudi revno dijaštvo na kosilo in večerjo. ⁴⁾ Kot mala dijačka sva nekoč našla gnezdo jajec ter sva si jih skrivaj skuhala na palici v robcu v kopalnici prijateljevega strica Štiha. ⁵⁾ Med vojno sem opravljal več let na fronti posle trenskega voznika. ⁶⁾ Moj rojstni kraj. ⁷⁾ Pravi, v redu.

Sreča Tvoja pač, da niso pogledali malo bolj globoko notri, pa bi zahtevali, da pošlješ v Beograd vse, kar si sunil med tisto lepo vožnjo, da se reši država propada?

Meni je bilo hudo le za mater Ančko.⁸⁾ Kako je pač trepetala za špeh, ki ga je s težavo pridelala v teh šmentano težkih časih! Na drugi strani pa mora biti vesela, saj so Te dohtarji pač prešacali in Ti zmerili panceto. Zdaj tudi sam veš, koliko si vreden, in to je tudi nekaj. Jaz bi Ti povedal še dosti, pa kaj, ko bo padar jezen, če se Ti vamp pretrga od smeha. Cviren pa je v špitalih šmentano drag in špitalski žnidarji tudi. Zate pa vem, da si kaj slab pri kasi.

Kar se pa tiče posmrtnih spevov, je pa taka. Cel kup jih že čaka, da Ti bodo pisali nekrolog, ne zaradi Tebe, pač pa, da se bodo pokazali, da so tudi na svetu. Meni tega ni treba, ker bo padala Tvoja slava tudi name kot Tvojega mladostnega varuha in prijatelja. Vidiš, če se potem še sam kažem, me nazadnje še v Beograd pokličejo in bi se moral na stara leta vaditi ražnjičev in čevabčičev, kar bi bilo pretežko zame. Torej z nekrologom počakaj, da prej odidem jaz tja, kamor gre vse. No, potem pa le pridi za mano!

Zdaj pa le vari svoj zlahtni vamp, pa misli, da si še študent. Ne bo Ti prehudo v špitalu, če se zamisliš v tisto dobo, saj si tudi takrat imel prazno črevo.

Če boš še kaj časa na oddihu, pa se zglesi, če Ti bo dolg čas.

Pozdravil bi Te, pa pridem z dohtarjem navskriž, zato le: na skorajšnje svidenje!

prijatelj Prijatelj.

Ne zabavljaj, če pri vpisovanju naročenega blaga ne gre vse gladko, in pomisli, da si večkrat sama kriva, ker ne pišeš razločno!

Ne pozabi, da je zadruha naša zaščitnica in rešiteljica, torej naše zavetišče!

⁸⁾ Moja žena.

Anica:

Lučka dogoreva

Ura polnočna odzvanja . . .
Nad dete edino se sklanja,
srce se bori, se upira,
da njeno življenje umira.

Minute so lene, počasne,
skrbi so težke in glasne,
misli — slutnje moreče
smrtno vznemirjene sreče.

Sence krog hiše plazijo,
po gredah cvetočih gazijo,
na okna zagrnjena trkajo,
zadnje upanje srkajo.

Slutnje plašne naraščajo,
trudne se duše polaščajo,
ljubezen drhti, omedleva,
lučka brli, dogoreva.

—lj:

Tri kolodvorski blagajni

Dogodek iz predvojnega Maribora.

V karakteristiko predvojnih razmer Maribora naj vam povem sledeči dogodek.

Bilo je nekega lepega poletnega dne 1. 1912., ko sva se mudila s prijateljem Mirkom v Mariboru po opravkih. Takrat sva oba službovala v Dravski dolini in sva bila neprestano v ospredju narodnostnega boja, ki se je vršil z vso srditostjo v tisti dobi vzdolž naše severne jezikovne meje.

Pa je nanoslo, da sva z opravki končala nekje v koroškem predmestju tako, da sva lahko še dobila popoldanski koroški vlak. Zato se nisva vrnila na glavni kolodvor, ampak sva krenila kar preko brvi proti koroškemu kolodvoru. Jaz sem že imei

vozni listek za povratek, Mirko si ga je moral pa še preskrbeti. Zato se je postavil v dolgo vrsto potnikov pred blagajno, kakor zahtevata red in spodobnost.

Zunanost mojega prijatelja Mirka je bila takrat docela neznatna. Njegova majhna in šibka postava se je kar izgubila med vrstjo krepkih pohorskih drvarjev in splavarjev ter med drugim občinstvom, ki je bilo pomešano med njimi. Vrhu vsega tega v tisti dobi kot mlad samec ni veliko dal na obleko. Zato bi mu vsakdo na prvi pogled prisodil, da je k večjemu pomočnik pri kakem obrtniku, ne pa učitelj.



Že majhen kos daje krasno peno

Albus milo „Zvon“ za pranje čisti perilo hitro in brez truda. Močna raztopina mila prodere v vsak rob perila ter odstrani oprezno vso nesnago. Prosto vseh jedkih dodatkov varuje Albus milo „Zvon“ tudi občutljivo svilo ter mehko volno. Barve barvastega perila se svetijo sveže in novo.

Mehko Albus milo „Zvon“ za pranje varuje roke. Albus milo „Zvon“ za pranje je izdatno ter odgovarja ceni, njegova kakovost je vedno v neizpremenjeni vrlini.

Tako pride Mirko lepo v vrsti do blagajne, pri kateri je izdajal listke mlad uradnik, ki je bil živo nasprotje mojega prijatelja Mirka. Stasite postave se je v novi železniški uniformi samozavestno in ponosno sukal pri blagajni in delil vozovnice nekako z viška in prezirljivo, kakor bi delil bahati bogataš siromakom kruha.

Dolga vrsta se je hitro pomikala proti blagajni, ker mu je šlo delo še dokaj izpod rok. Seveda je vsakdo navedel postajo z nemškim imenom, pa čeprav se mu je videlo, da ne razume nemškega jezika. To je bilo takrat že v navadi. Ko pa pride moj Mirko do blagajne, se razvije med njim in železniškim uradnikom sledeči dialog:

»Wohin?«

»Vuzenica, tretji razred.«

»Ich verstehe Sie nicht, reden Sie deutsch!«

»V Vuzenico bi se rad peljal,« odgovori Mirko s prav ponižnim glasom ter se kakor v zadregi ozre okrog sebe ves preplašen.

»Wenn ich Sie aber nicht verstehe!« je vzkliknil uradnik že precej ogorčen. »Wie heißt die Station?«

»Vuzenica, Vuzenica! Saj sem že povedal,« odgovarja Mirko in prav nerodno pripravlja denar.

»Das ist aber doch zu dumm!«

»Ne ‚Tum‘, ampak Vuzenica, Vuzenica!«

»Ach, so ein Trottel,« vzdihne uradnik.

»Tudi ne v ‚Trotel‘, ampak v Vuzenico se peljem.«

Ljudje se okrog muzajo, uradnik se v svoji sveti jezi razburja, Mirko pa stoji pred blagajno, kakor da bi ne znal niti do pet šteti. Da bi pa uradnik pogledal na seznam postaj, kjer so bila poleg nemških tudi slovenska imena, tega seveda v svoji nadutosti ni hotel. Poklical je rajši vratarja za tolmača ter mu ukazal, da naj Mirka vpraša, kam se pelje.

Pa se postavi vratar mogočne postave in častitljive brade poleg neznatnega Mirka in ga potreplja po rami.

»Kam se pa peljate?«

Mirko ga ves začuden pogleda.

»Domov v Vuzenico.«

»Also, Saldenhofen,« se obrne vratar proti uradniku.

»Fünf Kronen zwanzig,« reče uradnik in vrže nevoljno vozovnico.

»Koliko je to?« se obrne Mirko na vratarja.

»Pet kron, dvajset vinarjev.«

Neznatni Mirko našteje denar, vzame listek, dvigne glavo in pogleda zdaj uradnika zdaj vratarja.

Potem se pa nasmehne ter pravi še pri blagajni stoječemu vratarju v čisti nemščini:

»Sind Sie gescheid! Sie wissen ja mehr, wie der Herr da drin. Eigentlich sollten Sie bei der Kasse sein, weil Sie mehr wissen, als der Herr da.«

Uradnik je postal rdeč kakor kuhan rak. Vrtar je pa izprva gledal ves začuden, odkod pride naenkrat iz teh ust tako čista nemščina. Začudenost pa se kmalu izpremeni v zadovoljen smehljaj. Ljudje pa, ki so opazovali ves prizor, so se smejali kar na glas, ker smeha pri najboljši volji niso mogli zadržati.

—ski.

Nekaj prirodopisnih odpatkov o konju

Konj je sicer poskočna žival kakor bolha, vendar ni bolha, ampak konj.

Pri tej živali — namreč pri konju in ne pri bolhi — je čudno to, da z zobmi menja spol. Dokler je še majhen in nima zob ter še ziza, mu pravimo žrebe in je torej srednjega spola. Otroci ga kličejo tudi cizek seveda zato, ker so še majhni in ne razločajo spola. Pozneje pa, ko dobi žrebe že zobe, se izpremeni sam po sebi v kobilo ali pa v žrebca, to je v ženski ali v moški spol. Med kobilo in žrebcom pa stoji konj, ki ni ne to, ne ono, ampak pač navaden konj. — Ko pa konj, kobila in žrebec ostarijo in jim izpadajo zobje, takrat so pa vsi trije ženskega spola. Pravimo jim namreč — mrha. Ta izraz je zelo priljubljen zlasti med starejšimi zakonci, ker si često utrjujejo zrahljano ljubezen s tem, da zabrusijo drug drugemu mrho v obraz. Tako početje je neki zelo zdravo, ker pospešuje cirkulacijo oslabele krvi. Kadar je človek pijan, se često izpremeni v pravo pravcato mrho, pa naj si bode moškega ali ženskega spola. — Ženskega spola mrha je na starost srednjega spola in ji pravimo kljuse, ki ima prav žalostno figuro.

Konja prištevamo k četverokopitarjem, ne pa v razred enokopitarjev, kakor to pomotoma učijo prirodopisci. Saj kdor ni slep, lahko razloči pri konju štiri kopita.

Konj ima na enem koncu glavo, na drugem pa rep. Srednji del je valjast ter nabasan s senom ali ovsem. Rep je neki zelo muzikaličen, kadar pride v dotiko z gosli, čelom ali basom.

Gosposke ženske nosijo bubi glavice, gosposki konji pa bubi repke.

Na spodnji strani ima konj pritrjene štiri noge, ki segajo prav do tal. Da se prehitro ne obrabijo, ga podkujejo z železom v obliki miz pri slavnostnih pojedinah.

Zelo obrabljenega konja imenujemo poni. Belim konjem pravimo belci, ali pa kar šimelni. Šimelne jako radi jašejo dijaki, kadar prevajajo grške in rimske klasike. Mnogo šimelnov je tudi po raznih pisarnah. Če je šimel črn, govorimo o vrancu. Kadar je beli vranec rjav, potem je rujavec ali fuhs. Fuhsi so jako priljubljen inventar po šolah in kanclijah.

Prav posebna vrsta šimelna je stari uradni šimel. Hrani se s papirjem in prospeva najbolje na zelenih mizah. Je jako trdoživ. Vsi ga sovražijo in pobijajo, a se vedno lepše razvija.

Konji so ustvarjeni iz prav različnih snovi. Prav majhni in leseni konjički, ki zadaj piskajo, so bili nekdanj priljubljena igrača otrokom. Zdaj je to sorto pri otrocih izpodrinil avto in zrakoplov. Ostali so le še večji leseni konjiči, ki se zibljejo ali pa vrte na vrtiljakih. S temi imajo otroci še vedno svoje veselje. Lesene konjičke cenijo tudi odrasli pri — šahu. Pločevinasti konji so za izveske pri gostilnah. Srebrni so priklenjeni na verižicah. Meseni pa sami hodijo po svetu. Pri mesenih konjih je velikega pomena kri, dasi je ne rabijo za krvavice. Če kak konj dobi čisto kri od Pincgavca, Angleža ali pa še celo od Arabca, se ga prav lahko proda. Bolj poceni so drugi konji, kateri imajo namesto čiste krvi navadno brozgo.

S konji vozimo in jih jašemo. Jezdec ima na nogah dolge železne trne. Te zasadi konju v trebuh, da se obdrži v sedlu in ne cmokne na tla. Taki jezdeci imenujejo sami sebe kavalirje. Kavalirji pa se često izpremene — zlasti kadar ni zraven nežnega spola — v kravalirje. Kravalirji so velika nadloga gostilničarjem, zakonskim ženam, otrokom, policajem in žandarjem.

Kdor je na konju, se drži jako imenitno. Če pa pride ob konja, pravimo, da je na psu. Raz konja priti na psa je sicer jako kratka pot, a silno tragična.

Konj ima več sorodnikov kakor: morski konjiček, povodni konj, usnjati konj za telovadce, mula, mezeg in osel. Vsi ti sorodniki hodijo po štirih; le osle vidimo često hoditi samo po dveh.

Čisto posebne vrste konj je Pegaz, ki služi pesnikom in takim, ki bi to radi bili. V zgodovini sta ovekovečena dva konja: Aleksandra Velikega Bukefal ter Trojanski konj. V literaturi zavzemata odlični mesti don Kihotov Rosinante in Krpanova kobila.

Konj v obliki kobilic je huda šiba božja, če se pojavi v masah.

Bolne konje zakoljejo, da ne poginejo. Njihovo meso je pri mesarjih zelo priljubljeno kot nameček strankam. Posebno radi ga pa denejo v klobase; seveda ne radi dobička, ampak samo radi pikantnega okusa. Zadnja moda v ženskih plaščih zahteva, da so iz konjske kože. To sicer še ni tako hudo samo po sebi. Hujše pa lahko postane, če je v taki zunaj kosmati mrhi — še živa mrha.

Pri tej priliki ne smemo pozabiti, da proizvaja konj iz ovsu in sena posebno silo in sicer v tekoči, plinasti in trdni obliki. Ta konjska sila ima v prometu in tehniki velik pomen. Zapišemo jo s črkama HP, ali pa PS. to je po tem, kakor pač izhaja od žrebca ali kobile.

Toliko naj zadostuje o konju, čeprav bi se lahko še marsikaj povedalo. Iz vsega pač vidimo, da je konj silno važna žival v življenju posameznika, v znanosti, trgovini, prometu, industriji in v — hlevu. Kdor se pa hoče še natančneje poučiti o notranjosti konja, ta naj stopi h konjedercu. O njegovi zunanosti pa mu lahko pove še marsikaj zanimivega vsak hlapec. Želimo le, da bi vsi tisti, ki so na psu, kmalu zlezli na konja. Kdor je pa že gori, naj pazi, da ne pade dol.

R. T.:

Za domačijo

Vzorna domačija, red, snaga, čistoča vsepovsod, so garancija v domu, seveda pa tudi izpričevalo vsake gospodinje.

Slovenska gospodinja ljubi red in snago in skrbi za njo, vendar pa se pojavijo mnogokrat nenadoma slučajji, ko si v sili ne more in ne ve prav pomagati.

Naš koledar prinaša za razne take nenadne slučaje nekaj navodil.

Ker pa mora biti koledar pester po vsebini, da zadovolji vsakogar, so vsi članki in prispevki kratki. Tudi praktični gospodinjski del je stisnjen v pičel prostor. Da si bo pa vrla zadržarica lahko pomagala ob vsaki priliki, opozarjamo na pred kratkim izišle knjige za gospodinje.

Prva: »**Knjiga vzorne domačije**«, izkušeni nasveti, migljaji in predpisi za gospodinje. Knjigo je spisala A. Kejšova, strokovna pisateljica in učiteljica kuhanja na šolah in posestnica kuharske šole Hradec Kralove-Pouchov.

Knjigo, ki je za vsako domačijo neprecenljive važnosti, je izdala v slovenskem prevodu »Umetniška propaganda« v Loki pri Zidanem mostu že v četrti izdaji.



so najlažji pot po katerem prihajajo bolezenske klice v naše telo. **Otroke**, ki obiskujejo šolo, najzanesljiveje obvarujejo prehlada, nahoda in influence ANACOT-pastilje dr. Wanderja. Dobivajo se v vseh lekarnah. Ogibajte se izdelkov, ki v zadnjem času imitirajo Anacot-pastilje!

Vsebina: 1. »**Koledar za gospodinje**«, to je tedenski red, ki obsega vse delo v domačiji, razdeljeno na posamezne dneve. Tu najdeš vsa potrebna navodila za pranje, čiščenje madežev i. t. d.

2. »**Kuharski koledar**«, prirejen po mesecih, ki vsebuje vse, kar mora vedeti kuharica.

3. »**Hitri obedi in večerje**«, nasveti, kako napravi gospodinja obed ali večerjo hitro, kadar ima mnogo neodložljivega drugega posla.

4. »**Domača lekarna**« zaključuje 148 strani obsegajočo knjigo, ki stane jedva 35.— Din.

DOLNIČAR & RICHTER

Tovarna voščenih izdelkov,
pralnega praška in nočnih
lučic znamke:

„Zora“

Rafinacija: ozokeritceorezina
karnauba in čebelnega voska



Račun pri poštni hranilnici podr.
Ljubljana št. 13 552

Telefon Ljubljana / št. 2623
Telefon interurban / št. 2623

Brzojavni naslov:
ZORASVEČE LJUBLJANA

Druga knjiga: Dr. Montfleury »**Moderna kozmetika**«. Negovanje in varovanje lepote z naravnimi sredstvi, z množino navodil in cenениh receptov. Strani 120, broš. 30.—, vezano 40.—, v luksuz-platno 50.— Din. Naroča se pri »Umetniški propagandi«, Loka pri Zidanem mostu. (Dr. Montfleury je znamenit francoski zdravnik).

Tretja knjiga: »**Dobra gospodinja**«, 160 praktičnih nasvetov za čiščenje, odstranjevanje madežev in razna druga gospodinjska vprašanja, založil »Labor«, Zagreb VI., strani 62, cena Din 10.—. Iz te knjige smo ponatisnili nekaj receptov oz. nasvetov.

Vse tri navedene knjige so vsakoj gospodinjki neobhodno potrebne, zato jih našim zadrugaricam toplo priporočamo.

Nekaj receptov oz. navodil iz v uvodu navedene knjige »Dobra gospodinja«, »Labor«, Zagreb VI.

Št. 7. Madeži od piva iz svile ali volnenega blaga se odstranijo: vzemi mlačne vode in čistega špirita v enakih delih. V to mešanico namoči gobo ali mehko krpo ter zamazana mesta pazljivo drgni toliko časa, dokler madeži ne izginejo. Namočena mesta pokrij po možnosti z blagom enake barve in jih zlikaj.

Madeže od piva iz oblek odstraniš hitro, če jih takoj opereš v hudi raztopini soli.

Št. 33. Madeže, za katere ne veš, odkod izvirajo, odstraniš iz platna, če jih namažeš z gobico, namočeno v raztopini amonijaka (enega litra milnice in enega litra amonijaka). Potem jih izperi s čisto vodo.

Št. 38. Mastne madeže na ovratniku od sukniča ali na usnju od pokrival (klobukov) čistiš z 10 deli vode in 1 delom salmijaka. S to mešanico umij zamazana mesta s pomočjo gobe ali krtače. Mast bo izginila in preje zamazana mesta bodo čista.

Št. 119. Kako si ohraniš meso sveže? Surovo meso ohraniš sveže, če ga dobro nadrgneš z octom. Na ta način ostane meso ne samo sveže, ampak postane tudi nežnejše.

Št. 137. Vlažen zrak v sobi ali kleti odpraviš, če deneš v široko posodo ali vedro (čeber) sveže gašenega apna. Posoda in pa množina apna naj se ravnata po velikosti prostora. Apno pohlepno usrkava vlago zraka in tako se vlažni zrak v prostoru hitro osuši. Ko apno začne razpadati, ga izmenjaj z novim.

Št. 160. **Bolezni v žilju in ostarelost.** Kdor trpi na boleznih v žilju in čuti ostarelost, naj redno pije pijačo iz kombuše. Kombuša je indijska čajna rastlina (zvana v trgovini tudi fungojapon), na katero se vliva gotovo množino sladkanega mrzlega čaja, katerega se pusti potem nekaj dni stati. Vsled spojitve z zrakom začne pijača vreti in z vretjem se v veliki meri razvijajo vitamini in glukolova kislina, ki igra zelo veliko vlogo — kot zdravilno sredstvo — pri sladkorni bolezni. Ta čaj deluje dobrotvorno tako na bolni kakor na zdravi organizem. Vsak, kdor pije to zdravilno pijačo, se čuti zdravega in krepkega, čuti povrnitev življenskih moči in je poln hvale o tej čudoviti rastlini.

Ker je dobro imeti takega cenenega zdravnika v hiši, se ta rastlina vdomačuje čim dalje bolj v vsakem gospodinjstvu. (Kdor se želi o tej zdravilni rastlini poučiti natančneje, naj javi svoj naslov in priloži znamko za odgovor. »Labor«, Zagreb VI.).

Ne pozabi, da si kot zadrugar dolžen štiti ugled zadruge!

Vedi se v vseh prostocih zadruge dostojno!

F. F.:

Todatkil o plačilu uslužbenskega davka za družinske posle

Služkinja (služitelj), ki ima mesečne plače 200.— Din, hrano in stanovanje, je davka prosta (prost), mora pa imeti davčno knjižico, v katero vpiše službodajalec plačo ali zaslužek za vsak mesec posebej. Pri izstopu iz službe izroči službodajalec davčno knjižico uslužbencu in vpiše v stolpec na 1. strani dan izstopa. Pri vstopu v službo mora uslužbenec prinesiti s se-

boj davčno knjižico, izpolnjeno od prejšnjega službodajalca, ako pa vstopi v službo na novo, si mora nabaviti davčno knjižico pri pristojni občini ali pa pri davčni upravi.

Davek se odmeri sledeče:

od mesečnega zaslužka od Din 201.— do Din 300.—	Din 6.—
” ” ” ” ” 301.— ” ” 400.—	” 9.—
” ” ” ” ” 401.— ” ” 500.—	” 11.—
” ” ” ” ” 501.— ” ” 600.—	” 14.—
” ” ” ” ” 601.— ” ” 700.—	” 17.—
” ” ” ” ” 701.— ” ” 800.—	” 20.—
” ” ” ” ” 801.— ” ” 900.—	” 23.—
” ” ” ” ” 901.— ” ” 1000.—	” 27.—

i. t. d.

Za plačilo tega davka je odgovoren službodajalec osebno in ga mora plačati takoj pri vsakem izplačilu zaslužka s predpisanimi markicami, ki se nabavijo v trafikah in pri davčnih upravah.

Službodajalec vpiše v davčno knjižico izplačani zaslužek. Za plačilo odpadajočega davka nabavi davčno markico, jo prelepi v knjižico na prostoru določenem za davek, ter jo razveglavi z žigom ali pa lastnoročnim prepisom.

Kontrolo o plačevanju uslužbenskega davka z markicami vrši finančna kontrola pri službodajalcih, ki naj pazijo, da bodo imeli za vsakega uslužbenca predpisano davčno knjižico.

V mesecu januarju vsakega leta je predložiti izpolnjene knjižice davčni upravi v pregled.

Ako ima uslužbenec mesečni zaslužek na več krajih, n. pr. pri 1. Din 300.—, pri 2. Din 250.—, pri 3. Din 390.— ne plača davka, ker se v takem slučaju ne seštejejo vsi zaslužki skupaj, ampak pride pri obdačbi vsaki zaslužek posebej v poštev in ker torej ne presega nobeden posamezni zaslužek Din 400.—, je oseba davka prosta.

Ako ima pa kdo zaslužka nad Din 400.— pri več službodajalcih, se odbije z zakonom določeni odbitek i. s. za uslužbenca Din 400.— in za vsakega nepreskrbljenega otroka do 18. leta starosti 100.— Din samo enkrat in sicer pri največjem zaslužku.

Takse in pristojbine za različne listine

Vsaka pismena vloga ali prošnja	Din	5.—
če se zahteva tudi odgovor še	Din	20.—
vsaka priloga mora biti kolekovana	Din	2.—
ako je priloga kolekovana že s kolekom izpod Din 2.— se mora kolekovati na Din 2.—		
za pritožbo (priziv) na višjo oblast	Din	20.—
trgovski računi do Din 100.—	Din	—10
trgovski računi nad Din 100.—	Din	—20
pooblastilo generalno	Din	20.—
pooblastilo specialno	Din	10.—
vsaki plakat ali objava, ki se prilepi na vidnem mestu (okna, vrata, zidovi itd.), za vsaki izvod	Din	—10
reklame, stalne, izpod $\frac{1}{2}$ m ²	Din	40.—
reklame, stalne od $\frac{1}{2}$ m ² do 1 m ²	Din	80.—
reklame, stalne, nad 1 m ²	Din	150.—
taksa za igralne karte, domino in vse druge vrste iger tudi za domačo rabo	Din	50.—
menice po monopolnih obrazcih do Din 300.—	Din	—60
preko 300.— do 600.— Din	Din	1.20
preko 600.— do 1200.— Din	Din	2.—
preko 1200.— do 2000.— Din	Din	4.—
predlog za zemljeknjižno zavarovanje do 500.— D	Din	10.—
za vsakih nadaljnjih 100.— Din	Din	1.—
tožbe za vlogo do Din 500.—	Din	30.—
od 500.— do 1.500.— Din	Din	50.—
od 1.500 do 10.000 Din	Din	70.—
od 10.000 do 50.000 Din	Din	150.—
nad Din 50.000.—	Din	300.—
in poleg tega še od spornega predmeta nad Din 300.— 3%		
prijave za vozila (voz ali avto)	Din	100.—
letna taksa za enovprežni voz	Din	100.—
letna taksa za dvovprežni voz	Din	200.—
letna taksa za avto	D	3000.—
Šolska spričevala:		
za osnovne šole in nižje razrede srednjih šol	Din	5.—

za višje razrede srednjih šol in strok. moških in ženskih	Din	10.—
pobotnice in zadolžnice od vsote		½%
kupne pogodbe za premičnine od vsote		1%
kupne pogodbe za nepremičnine od vsote		4%
najemne pogodbe za trajajoči čas od vrednosti		1%
za tombolo nad Din 2000.— vrednosti dobitka		½%
veselična taksa od vstopnine 20% in od teh 20% še 5% je skupaj od vstopnine		21%
zastavljalne listine (garancijska pisma)		0.1%

Poštarne pristojbine

Pisma. V tuzemstvu do teže 20 g 1 Din, za vsakih nadaljnih 20 g ali del te teže 50 par več. V inozemstvu do 20 g 3 Din, za vsakih nadaljnih 20 g ali del teže 1.50 Din več. Teža omejena v tu- in inozemstvu 2 kg.

Dopisnice. V tuzemstvu navadne 50 par, z odgovorom 1 Din. V inozemstvu navadne 1.50 Din, z odgovorom 3 Din.

Tiskovine. V tuzemstvu do 50 g 25 par, za vsakih nadaljnih 50 g ali del te teže 25 par več. V inozemstvu do 50 g 50 par, za vsakih nadaljnih 50 g ali del te teže 50 par več. Za Čehoslovaško veljajo pristojbine za tuzemstvo. Največja dovoljena teža 2 kg. Pošiljati se morajo odprte.

Vzorci brez vrednosti. V tuzemstvu do 100 g 50 par, za vsakih nadaljnih 50 g ali del te teže 25 par več. V inozemstvu do 100 g 1 Din, za vsakih nadaljnih 50 g ali del te teže 50 par več. Največja teža 500 g. Zaviti morajo biti tako, da se vsebina lahko pregleda.

Priporočene pošiljke. Za priporočene ali rekomandirane pošiljke se plača še posebna pristojbina in sicer v tuzemstvu in inozemstvu 3 Din.

Ekspresne pošiljke. Pisemske pošiljke ekspresno dostavljajo le v kraju, kjer je pošta. Pristojbina v tuzemstvu 3 Din, v inozemstvu 6 Din.

Povzetne ali odkupne pošiljke. (Pisemske pošiljke za izterjevanje denarnih zneskov do 5000 Din.) Predati se morajo vedno priporočeno. Pristojbine pri predaji: Kakor za priporočene pošiljke brez odkupnine in 50 par za pokaz. Pristojbine

pri izdaji: Od izterjane odkupnine se odbije nakaznina za dotični znesek, cena nakaznične golice in eventualna izplačnina do 50 Din 50 par, do 1000 Din 1 Din, do 5000 Din 2 Din. Z inozemstvom je do sedaj odprt promet s povzetnimi pošiljkami med našo državo in Avstrijo, Švico, Čehoslovaško, Madžarsko in Nemčijo. Veljajo pa za predajo posebni pogoji in se je za pojasnila obrniti na najbližjo pošto.

Poštni nalogi. (Pisemske pošiljke za izterjevanje denarnih zneskov do 5000 Din.) Cena poštnemu nalogu je 50 par, cena ovitku pa 25 par. Pristojbina pri predaji kakor za priporočeno pismo in pristojbina za pokaz 50 par. Pristojbine pri izdaji: kakor pri povzetnih pošiljkah in morebitne finančne pristojbine.

Poštne nakaznice. Največji dovoljen znesek 5000 Din. Pristojbina za nakaznice z izplačnino vred se plačuje samo v gotovini in znaša: do 25 Din 1.50 Din, do 50 Din 2 Din, do 100 Din 3 Din, do 300 Din 4 Din, do 500 Din 5 Din, do 1000 Din 6 Din, do 2000 Din 8 Din, do 3000 Din 9 Din, do 4000 Din 10 Din, do 5000 Din 12 Din. Izplačnina se ne plača, ako je nakaznica namenjena na pošto, kjer se denar ne dostavlja na dom. — Za brzojavne nakaznice se plačajo sledeče pristojbine: 1. nakaznična pristojbina, 2. brzojavna pristojbina in 3. ekspresna pristojbina. (Ekspresna pristojbina znaša 3 Din in se plača tudi tedaj, če gre brzojavna nakaznica v kraj, kjer ni pošte.)

Denarna pisma. V tuzemstvu. Pristojbina, kakor za priporočeno pismo jednake teže; razen tega še vrednostna pristojbina, ki znaša: do 100 Din 1 Din, do 500 Din 2 Din, do 1000 Din 5 Din, do 5000 Din 10 Din, nadalje pa za vsakih 1000 Din ali del te vrednosti še po 1 Din. Dostavnina 3 Din, če je naslovljeno na pošto, ki dostavlja vrednostna pisma na dom; obvestnina 50 par, če je naslovljeno pismo v kraj, kjer ni sedeža pošte. Dovoljena teža 2 kg, vrednost neomejena. Sprejemajo se samo zaprta pisma. **Vrednostna pisma za inozemstvo.** Pristojbina: kakor za priporočene pošiljke iste teže in vrednostna pristojbina 5 Din. Dovoljena teža 2 kg, največja vrednost 3000 Din. Vrednost je treba označiti razen v dinarski veljavi tudi v frankih in centimih.

Paketi. V tuzemstvu. Brez označene vrednosti se plača do teže 1 kg 6 Din, do 5 kg 10 Din, do 10 kg 20 Din, do 15 kg 30 Din, do 20 kg 40 Din. Poleg tega je treba takoj pri predaji

plačati pri paketih, ki jih pošta dostavlja na dom še 5 Din dostavnine, za druge kraje pa samo obvestilno pristojbino v znesku 50 par. Ako je na paketu označena vrednost, se plača še vrednostna pristojbina, ki znaša do 100 Din 1 Din, do 500 Din 2 Din, do 1000 Din 5 Din, do 5000 Din 10 Din, nadalje pa za vsakih 1000 Din ali del te vrednosti še po 1 Din. Za ločenko, to je obsežnejši paket ali paket, ki zahteva večjo opreznost, se plača dvakratna težna pristojbina. Največja dovoljena teža 20 kg. Ekspresnina 6 Din.

Za paket s povzetjem se plača pri predaji tudi še nakaznična pristojbina in eventuelno tudi izplačnina, če sprejemna pošta paketa (naslovna pošta povzete nakaznice) izplačuje nakaznice na domu. Nakaznična pristojbina in izplačnina je ista, kakor pri navadnih nakaznicah.

Za pakete v inozemstvu veljajo posebne pristojbine in posebni predpisi in se je za tozadevna pojasnila obrniti na najbližjo pošto.

Raznovrstne druge pristojbine. Če je pošiljka premalo frankirana, se zaračuni kot porto dvakratni manjkajoči del pristojbine. Vse pristojbine je plačati pri predajni pošti. Za pismena sporočila na položnici je treba plačati v tuzemstvu 50 par, v inozemstvu 1.50 Din. Za prejemno potrdilo, ki ga plačnik davka na položnici zahteva, se plača 50 par ali 1 Din, kakor pač želi, da dobi to potrdilo po dopisnici ali v pismu. Za čekovne nakaznice plača naslovnik izplačnino, če se izplačajo na domu, za avizirane se ne plača nobena pristojbina. Za odjavo paketa 50 par. Za ležnino za vsak paket na dan 1 Din. Za izplačilno pooblastilo (dvojnik nakaznice) izdano po krivdi naslovnika, 5 Din kolekovine za prošnjo in še 4 Din v znamkah. Za vrnitev ali preklic pošiljke, spremembo naslova, znižanje ali črtanje povzetja se plača pristojbina za priporočeno pismo. Za zaposlane ali vrnjene pošiljke se plača pri paketih pristojbina za težo in vrednost, kakor tudi dostavnina oziroma obvestnina, pri denarnih pismih samo dostavnina oziroma obvestnina; pri vseh drugih pošiljkah nič.

Brzojavne pristojbine. V tuzemskem prometu se plača za vsako besedo privatne brzojavke 50 par, najmanj pa za vsako brzojavko 5 Din in 50 par za goliko. Za nujne brzojavke se plača trikratna pristojbina. Če se glasi brzojavka v tuzemskem prometu za kraj, kjer ni telegrafa, lahko plača pošiljatelj že v na-

prej posebnega sla, ker se sicer brzojavka dostavi z navadno pošto. Pristojbina za sla znaša po dnevi 10 Din, po noči 20 Din za vsak započeti kilometer. Dostavlja se samo do 10 km. Za brzojavke v inozemskem prometu ima skoraj vsaka država drugačne pristojbine in se je tozadevno obrniti na najbližji telegraf.

Telefonske pristojbine. V tuzemstvu. Za pogovore med kraji, ki niso oddaljeni več kot 6 km zračne črte drug od drugega (krajevno omrežje), se plača za 3 minutni pogovor 1 Din. Za druge medkrajevne pogovore se plača za 3 minutni pogovor ta-le pristojbina: do 25 km zračne razdalje 5 Din, od 25 do 50 km 10 Din, od 50 do 100 km 15 Din, od 100 do 200 km 20 Din, od 200 do 400 km 25 Din, preko 400 km 30 Din.

Za nujni pogovor je plačati 3kratno navadno pristojbino.

UPOTREBLJAVAJTE SAMO

FOX



v tubah, steklenicah ali škatljicah s patentnim odpiracem — ter za platnene in semiš čevlje
„ALBION-CLEANER“

Za kratek čas

Priobčil M. K.:

Belite si glave

1.

Ivan in Marko neseta jabolka v mesto na trg. Vsak jih ima 30. Ivan naj bi jih prodajal po 2 za 1 Din, Marko pa po 3 za 1 Din. Ivan bi tako iztržil 15 Din, Marko pa 10 Din, torej skupaj 25 Din. Pa reče Ivan: »Kaj bi hodila oba na trg! Stresi svojih 30 jabolk v mojo košaro, pa jih bom sam prodajal in sicer po 5 za 2 Din«. Pa je iztržil za 60 jabolk po 5 za 2 Din samo 24 Din. — Odkod zdaj ta razlika 1 Din?

2.

Ob reki Misisipiju se snidejo trije Indijanci in trije belokožci. Vsi bi radi na ono stran reke. Čoln pa, ki jim je bil na razpolago, je bil tako majhen, da sta se zamogla prepeljati samo dva obenem. Razmerje med Indijanci in belokožci pa je bilo tako, da, ako so bili belokožci v številčni premoči, niso storili Indijancem ničesar žalega, Indijanci pa bi bili v enakem slučaju belokožce pobili. Pa so se vendar vsi prepeljali čez reko. Kako so to napravili?

3.

Iz New Yorka v San Francisko in obratno vozi dnevno ob 12. uri brzovlak in rabi do cilja sedem dni. Koliko teh brzovlakov sreča brzovlak iz New Yorka na svoji poti?

Priobčil M. K.:

Kaj so te osebe?

Vido Vicelj

Dr. Ivan Znak

Luka Vraničič

Karel Retik

Todor Sjajev

Tomo Nagšé

Mija Dostin

Jelica Utič

Anica Šparl

J. Preac.

Směšnice

»Vprašanje Dravske banovine je pa res izborno rešeno. Maribor in Ljubljana, oba imata dobiček.«

»Ni res. Maribor je vendar veliko izgubil.«

»Se motiš, prijatelj. Maribor ima še večji dobiček pri tem nego Ljubljana.«

»Zakaj neki?«

»Glej! Maribor je dal naši banovini ime, bana in podbana; a Ljubljana pa ni dala ničesar razen sedeža. Torej imamo mi trojen moralen dobiček, Ljubljana pa samo enega in še ta je prav prozaičen, ker je — gmoten.«

* *

»Kedaj posije v zadržno zajtrkovalnico solnce?«

»Nikoli.«

»Pač. Kadar se točajka zašmeje.«

* *

O n a : »Bog zna, kaj te vleče, da tako rad zahajaš v tisto zajtrkovalnico naše zadruge?«

O n : »Svojo opeko iščem.«

O n a : »Svojo opeko! Ali se ti meša?«

O n : »Ne; moji možgani so čisto zdravi.«

O n a : »Če pa praviš, da iščeš tam svojo opeko?«

O n : »Da. Veš, ljuba moja, to je tako: Zadržni dom je last zadržnikov. Ker sem tudi jaz član nabavljalne zadruge in sem že plačal svoj delež, je torej tudi moj. Seveda ne ves. Ampak ena opeka je pa prav gotovo čisto moja. In tako hodim gledat, kje je pravzaprav tista moja opeka. Toliko sem že dognal, da je najbrže v zidu zajtrkovalnice. Popolnoma na čistem pa še nisem. Tako zahajam tja res samo za to, da doženem, katera opeka je pravzaprav moja.«

* *

»Zakaj je ob pondeljkih v zadrugi tako toplo?«

»Ker bolj kurijo.«

»Ne. Zato, ker ima takrat Kožuh nadzorstvo.«

* *

»Odkod toliko blagoslova pri napredku naše zadruge?«

»Vsled pametnega gospodarstva.«

»Morda tudi. A glavno pa zato, ker ima Škofa v nadzorstvu, ki ji deli svoj blagoslov.«

Učitelj: »Kdo mi zna povedati, zakaj leže kukavica svoja jajca v tuja gnezda?«

Učenec: »Radi stanovanjske krize!«

Šef pisarne stranki: »Sedite, sedite, da mi spanja ne odnesete!«

Ko so v družini odmolili večerno molitev, vpraša sinček očeta: »Zakaj pa vsakikrat tako čudno pogledaš mamo, ko rečemo: reši nas hudega, amen?«

Uganke Križanka

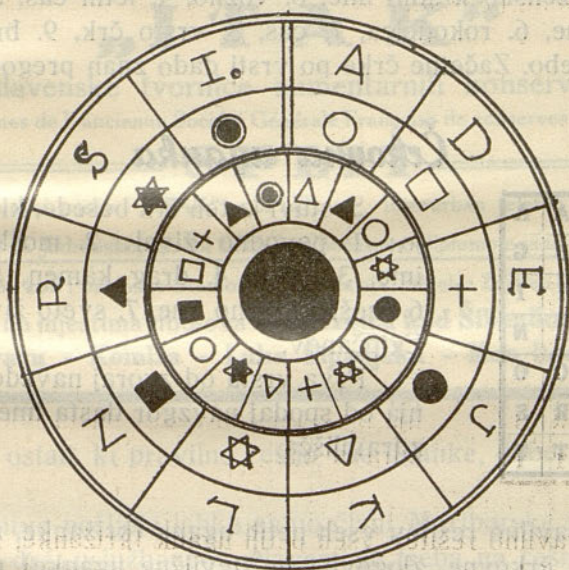
	1	2	3	4	5			
6	7				8	9	10	
11		12	13	14	15			
	16	17			18	19		
20		21				22		
	23			24	25			
26	27		28	29	30	31	32	33
34			35			36		
37			38			39	40	
	41				42			

Vodoravno: 2. del Indogermanov, 6. kamor hodijo planinci, 8. grška boginja, 11. del voza (množina), 12. vrsta zvezd, 15. rabijo mizarji, 16. jed, 18. žensko ime, 20. kemični znak za neko lahko kovino, 21. važen pojem v narodnem gospodarstvu, 22. ploskovna mera, 23. lepa ptica, 24. število, 26. ponočno za-

bavališče, 28. francoski komponist, 31. fizikaličen pojm, 34. mesto v Siciliji, 35. pot v rudniku, 36. reka, 37. visok uradnik, 38. merilo za diamante in zlato, 40. zverina, 41. vladarski naslov, 42. vrsta pesnitve.

Navpično: 1. ptič, 2. okrajšava za samarium, 3. del glave, 4. Zevsova hči, 5. število, 6. rastlina, 7. zver, 9. žensko ime, 10. rimski bog, 12. domača žival, 13. mesto, 14. zverina, 17. skrajšano žensko ime, 19. del tedna, 23. knezov sin, 25. znana žurnalistična agentura, 26. gora v Kamniških planinah, 27. mesto v Italiji, 29. kažc čas, 30. svetopisemsko ime, 32. rimski pozdrav, 33. se izliva iz vulkanov, 38. okrajšava za star avstrijski denar, 39. kazalni zaimek.

Znakovna zastavica



Priobčil M. K.:

Številčna uganka

1	2	3	4	1	smoter
2	5	2	6	2	žensko krstno ime
7	8	4	9		predlog
2	10	11	2		žito

12	13	14	2	11					vložek
14	15	6	4	8					mera
10	16	17	16						medmet
2	18	6	8	19	14	19	5		zvezdar
14	2	11	2						boginja ljubezni

Začetne in končne črke od zgoraj navzdol dajo ime gospodarske institucije.

Zlogovna uganka

Priobčil M. K.

a, a, be, ce, če, če, da, dar, e, je, le, na, ni, o, sa, sen, ta, to, to, va, vor, zi.

Sestavi iz teh zlogov besede, ki pomenijo: 1. vojaški oddelek, 2. žensko krstno ime, 3. vozilo, 4. letni čas, 5. žensko krstno ime, 6. rokodelca, 7. čas, 8. vrsto črk, 9. breme, 10. moško osebo. Začetne črke po vrsti dajo znan pregovor.

Črkovna uganka

1	A	A	A	A
2	A	A	B	G
3	H	I	I	I
4	K	L	L	N
5	O	O	O	O
6	P	R	R	S
7	S	Š	T	T

Sestavi iz teh črk besede, ki pomenijo: 1. povodno žival; 2. moško krstno ime, 3. ptice, 4. drag kamen, 5. zavod, 6. moško krstno ime, 7. sveto žival starih Egipčanov.

Prva vrsta od zgoraj navzdol in zadnja od spodaj navzgor dasta ime znanega zdravilišča.

Za pravilno rešitev vseh petih ugank (križanke, znakovne zastavice, črkovne, zlogovne in številčne uganke) razpisujemo tri nagrade:

1. nagrada: fotoaparat, knjigi »Moderna kozmetika« in »Vzorna domačija«, 1 kg čokolade, 1 kg keksov, 1 kg fig, 1 kozarec kompota.

2. nagrada: obe navedeni knjigi, $\frac{1}{4}$ kg finih bonbončkov, 1 kg fig, 1 kozarec kompota.

3. nagrada: obe navedeni knjigi, 1 kg rožičev, $\frac{1}{2}$ kg fig, 1 kozarec kompota.

Proizvađa



„SAMOPOMOČ“

Centralna seljačka mljekarska zadruga



ZAGREB, Šenoina ulica br. 30

Nabavljачke zadruge državnih službenika
imaju poseban popust

Pokušajte!

„ITAK“

Jugoslavenske tvornice alimentarnih konzerva d. d.
(prije „Usines de l' ancienne Société Générale Française de conserves alimentaires“)

SPLIT

Brzojavni naslov: „ITAK“ - SPLIT. Interurban telefon br. 32.

Odlikovano na Jadranskoj izložbi 1925. god. počasnom diplomom sa zlatnom kolajnom

Račun kod Poštanske Štedionice Jugoslavije. Filijala: Zagreb br. 38141

Tvornice na mjestima ribolova: **Rogoznica kod Šibenika - Vrbovska
na Hvaru - Komiza - Luka Šipanjska - Muo kod Kotora**

Vsi ostali, ki pravilno rešijo vse uganke, dobe manjše nagrade.

Rešitve pošljejo lahko samo člani Mariborske nabavljalne zadruge drž. uslužbencev. Navesti je treba na rešitvi združeno število, ime, stanovanje, (ni pa treba, da bi bil to sam član zadruge, lahko je tudi sin, hčerka, sorodnik: ali le eden na združeno število). Z združnim številom označene rešitve je poslati do 2. februarja 1930.

Nagrade določi žreb. Žrebanje se vrši dne 11. februarja 1930. popoldne. Dobitki se dobe takoj po žrebanju in do konca meseca februarja 1930. v združni pisarni. Na rešitve, došle po 2. februarju, se ne bomo ozirali.

Odgovori na vprašanje: Kaj so te osebe? 1. Divji lovec. 2. Zdravnik. 3. Ključavničar. 4. Električar. 5. Strojvodja. 6. Nogometaš. 7. Modistinja. 8. Učiteljica. 9. Plansarica. 10. Perica.

Pripomba uredništva: Prihodnje leto nameravamo prirediti jubilejno izdajo našega koledarja in vabimo zato člane, naj nam pošljejo gradivo za ta koledar vsaj do 1. septembra 1930.

Ivan Korenčan

Ljubljana, Mestni trg št. 20



Trgovina norimberškega in ga-
lanterijskega blaga in pletenin



GRAFIČNO PODJETJE

MARIBORSKA TISKARNA

MARIBOR

„SIDOL“

je že skozi desetletja priznано najbolje
sredstvo za čiščenje kovin in nosi na
vseh steklenicah ime **„SIDOL“**

Varujte se v lastnem interesu ponarejenih znamk!

Jos.
BENKO
tovarna mesnih izdelkov
MURSKA SOBOTA

Prporoča svoje prvovrstne izdelke! Izdeluje šunke á la Praga
Prepričajte se o izborni kvaliteti!
Konkurenčne cene!

Veletrgovina s surovinami in prevoz tovora
Ivan SLUGA
MARIBOR, Tržaška c. 5



Nakup vsakovrstnih industrijskih odpadkov, kakor železa, litin, vsakovrstne kovine i. t. d. — Prodaja različnih rabljivih predmetov od strojev i. t. d.
Največja zaloga cunj za čiščenje strojev v Sloveniji.
Tovorni prevozi po najnižjih cenah.

Prepričajte se!

Gospodinja, ki je enkrat kupila domače Franz-ove testenine, jih bo vedno zahtevala, ker so edine najboljše kakovosti in poceni

Prepričajte se!



Bučno olje

pristno zajamčeno
znamka «Buča» dobavlja v vsaki množini tovarna

Ivan Bezjak
Fram



je ljubljena vseh ljudi finega okusa

Ustanovljeno l. 1888

Odlikovan z zlato
kolajno



Veležganjarna in izdelovalnica sadnih sokov
I WAN BAUMAN
ŠT. III J
pri MARIBORU

Proizvaja
najfinejšo do-
mačo slivovko,
droženko, tropinovec,
brinjevec, konjak, rum,
pelinkovec in razno-
vrstne likerje ter pristni
gorski malinovec, oran-
žead, citronado, nudi
vse so najnižjih in
konkurenčnih cenah
**Vzorci in ponudbe na
razpolago**

Ako želite dobro pecivo, potem
uporabite za prireditev istega

Dr. Oetkerjev pec. prašek

in Dr. Oetkerjev vanilinov sladkor,
na zalogi pri Nabavljalni zadrugi

MESTNA LEKARNA „PRI ORLU“

GLAVNI TRG ŠT. 12, POLEG ROTOVŽA

Mr. FR. MINARIK

Zaloga domačih in tujih zdravilnih sredstev, mineralnih voda, **obvezil, kirurških potrebščin**.
Ustna voda „Saneco“. Zobna pasta „Saneco“

VELETRGOVINA Z ŽELEZNINO

PINTER & LENARD, MARIBOR



VELIKA ZALOGA ŽELEZA IN KUHINJSKE POSODE

Tvornica zdravstvene sladne kave

Viktor Jarc, Maribor - Lajteršberg



zdravstvena sladna kava
je dobra, poceni in okusna

BRANKO MEJOVŠEK

trgovina s kurivom

Maribor, Tattenbachova ul. 13 Telefon 2457

V zalogi vse vrste premoga, koksa, kovaškega premoga, oglja, drva v kolobarjih in pruski briketi

Najcenejša in točna postrežba



Varstvena znamka

Prima flor nogavic

„Mravlja“

traja en par delj nego več parov drugih.

Pazite na znamko in zahtevajte povsod le 1a. flor nogavice znamke „Mravlja“

Henrik Saboty

Maribor, Krekova ul. 14

Telefon 2082



Nudi na debelo vse vrste moškega in damskega perila, špeciálno pa obleke za ključavničarje, šoferje, motocikliste, nadalje plašče za delo iz klota, belega in modrega gradla, satina itd. v solidni izdelavi. Zahtevajte povsod moje proizvode, ki Vas bodo najbolj zadovoljili

LJUDSKA TISKARNA MARIBOR

DELNIŠKA DRUŽBA V MARIBORU, SODNA UL. 20

SE PRIPOROČA

TELEFON INTERURBAN 20=92

ADOLF KOSS, Maribor

trgovina z južnim sadjem in sočivjem



Na veliko: Vetrinjska ulica št. 8

Na drobno: prva stojnica na Glavnem trgu

Pivovarna in žganjarna

Josip Tscheligi - Maribor

Koroška cesta 2 Telefon 2335



Je najstarejša pivovarna in žganjarna v Mariboru

TOVARNA ZA BUČNO OLJE
ALBERT STIGER
SLOVENSKA BISTRICA

„KRONSKA ZNAMKA“ — Izmenjal-
nica za izluščene in neizluščene bučnice

UMETNI MLIN

KARL GOLDSCHNIG, Fram

priporoča cenj. odjemalcem svoje
najboljše mlevske izdelke, ki se
dobe pri Nabavljalni zadrugi kakor
tudi drugod

Telefon interurban št. 2

ROBAUS SUHOR

to je znamka, katera jamči za kvaliteto
Fino desertno pecivo k vinu in čaju
Pristno samo z orig. zaklopno znamko

ROBAUS SUHOR

Utemeljeno 1887. god.

Kr. dvorski dobavljači.

Prva Bjelovarska tvornica suhomesnate robe

JOSIPA SVOBODE SINOVI D.D.
BJELOVAR

Brzojavni naslov: Tvornica Svoboda Bjelovar Tel. interurb. 94

«VIKTORIA»

TVORNICA ČEŠLJEVA I DUGMETA



ZAGREB, TRATINSKA CESTA 34

Viktor Kosi

Trgovina z usnjem in čevljarskimi potrebščinami



Maribor, Kralja Petra trg št. 9

B. NEUMANN - A NASLJEDNIK

tvornica octa i naravnog

Ia. vinskog octa i trgo-

vina vina na veliko

ZAGREB, MARTIĆEVA ULICA BR. 21

Telefon broj 53-88