

# MATI IN GOSPODINJA

LETO 1930 — STEVILKA 25.

## Ali že?

Ni še teden dni od tega, kar mi je mati vsa obupana pisala pismo, v katerem se bridko pritožuje, kako se ji njena mlada, komaj štirinajstletna hčerka ozira po fantih. Nič novega mi ni bilo to, saj to vsak dan sama vidim; a bridko je za naš vse, ker se lepota in svetost ljubezni vleče v blato tako pogosto in na toliko načinov.

Dve stvari sta, zaradi katerih se dandanes zaradi prezgodnjega znanja naše mladine pritožujemo. Prvič z ene strani, da se res prav še otroci spuščajo v znanje, drugič z druge strani pa, da se starši iz prav sebičnih vzrokov upirajo temu, pa najsi bi bili njih otroci že zdavnaj zreli za ženitev, oziroma mežitev. Oboje je prav v temeljih narobe.

Če se namreč otroci prav zgodaj seznanijo, je posledica ta, da leta in leta hodijo skupaj, so si drug drugemu vzrok za greh, ali pa zgodaj, prezgodaj stopijo v zakon, preden so telesno in duševno za to zreli, za težke in svete dolžnosti očeta in matere namreč. Slišimo in vidimo tako pogosto, da se dva morata vzeti in potem gresta na vrat na nos v zakon. Potem pa se prične žalostno zakonsko življenje, navadno s solzami in grenkobo, ker nista bila pripravljena ne telesno, ne duševno, ne moralno, ne glede oprave, ne glede izobrazbe.

Pa me vprašate, kako me je vprašala ona mati: »Kako pa naj jih varujem pred prezgodnjim znanjem?« Priznam, to ni lahko vprašanje. Prvič, da pripravite otrokom dom prikupljiv. Le pomislimo, kako zgodaj

že iščejo otroci zabave, veseljal in če tega ne najdejo doma, ga gredo iskat drugam. Mislim torej, če je dom tak, da jih veseli, potem bodo radi doma in okoli doma. Važno je, da se starši otrokom nekako vžive v njihovo življenje tudi še potem, ko ne rabijo tako nujno njihove pomoči. Da so jim starši obnem prijatelji, s katerimi se morejo tudi porazveseliti in pozabavati. Da otroci ne čutijo trajno nad seboj tistega gospodnjčega tona, a kljub temu vedo za pravilno razmerje do staršev.

Dalje naj bi starši poleg lepega, družabnega in prikupljivega doma, ki seveda ni brez dela in brez skrbi, pripravili otrokom še kakšno posebno veselje za nedeljo, ali za praznike. Skromno vzgojeni otroci pač v tem oziru ne bodo pričakovali nemogočih stvari. Veselilo jih bo, če se v nedeljo oče in mati prav vsa posvetita njim. Kako lepi so sprehodi kmetske družine po rodni grudi, po domačih poljih in travnikih! Kako prijetni družinski večeri pozimi, ko se vsa družina zbere, skupaj počiva, eden pa čita in se nato razplete pogovor kar sam od sebe! Ali tudi kakšna domača igra, domina ali tombola za prav domače debitke: orhe, suhe hruške, jabolka. Ali se res to in tako več ne da v naših kmetijskih družinah? Prav gotovo! Le začeti je treba in začeti prav od začetka. Otroci se bodo tega navadili in se na to družinsko skupnost že vnaprej veselili.

Drugo pa je, da otrokom pokažete in dokažete, da je vsak svoje sreče kovač. Zato je treba, da otrokom že in potem doraščajočim vzbudite in

gojite duha napredka, pravega stremljenja po lepem in visokem. Vcepiti jim morate v srce stanovsko zavest in stanovski ponos, da imajo v glavi druge, višje misli in zato vzbujajočo se čutnost obvladajo zaradi lepe in velike bodočnosti, ki jih čaka.

Seveda, če kdo nima pred seboj nikake bodočnosti, nobenega smotra, nikakega ideala, potem mu ne moremo zameriti, če se njegovo življenje izživlja zgolj v sedanosti. Šele bodočnost, ki jo pričakuje, za katero dela, ga dviga in bodri, da se zna premagati, da hoče postati dober mož, dobra žena, da zna ceniti svojo moralno moč.

Res pa je, samo doma držati in zapirati v domačo hišo otrok ne morete, in tudi ne smete; sicer postanejo enostranski in ne bodo poznali življenja. Pustite jih, naj v svoje fantovsko ali dekleško društvo; vpišejo naj se v Marijino družbo, ki je bila vedno dobra vodnica mladine in je še sedaj. Kazati pa morate razumevanje in zanimanje za društvo, v katerem so vaši otroci ter se v vsem poučiti, kaj delajo in kako se obnašajo. Potem otrokom nikoli ne bo prišlo na misel, da bi jim bilo društvo povod za slaba pota.

Potem se tudi sin ne bo bal ali sramoval, povedati očetu in materi, da je našel tisto, ki mu je všeč in deklehčerka ne bo skrivala pred materjo, da jo ima ta-le rad. Vse srčne skrivnosti otrok bodo potem zvedeli starši pravočasno in bodo mogli z ljubeznivo besedo marsikaj svetovati, kar bo v korist še poznim rodovom.

### Kako jemno jabolka.

Jabolko je v vsakem oziru naš najvažnejši sad. Glede sestavin snovi, glede okusa in zlasti še glede velike trpežnosti in vsakovrstne uporabnosti presega daleč vsa druga sadna plemena. Žal, da tega sadu ne uživamo tako, kakor bi bilo prav, da bi si obrnili v prid vse njegove izredne lastnosti in vrline in ga popolnoma izkoristili.

Najprej moramo povdarjati, da jemno jabolka kar le mogoče surova in s kožo v red. To je prvo in najvažnejše pravilo. Tik pod kožo se nahajajo razne snovi, ki jako ugodno vplivajo na prebavo in ki jih vse zavrže, kdor jabolka lupi. Vrhutega ravna jako potratno, ker ne odstrani samo kože, ampak z njo vred tudi dobršen del mesa. Le tehtajte neolupljena jabolka in potem olupke, pa se boste prepričali, da zavržete  $\frac{1}{4}$  do  $\frac{1}{3}$  jabolk in sicer v zdravstvenem oziru najvažnejši del!

Pr eden jabolka jemo, jih temeljito umijmo, če mogoče pod vodovodom.

Otroci in tudi zdravi odrasli ljudje, ki nimajo prav dobre zobe, zlasti sekavce (sprednje zobe), naj uživajo jabolko brez noža, tako da ga odgrizujejo. To je najnaravnejši in zato tudi najboljši način uživanja sadja. Povzije naj se tudi peščiče, ker je baš v njem mnogo važnih snovi, ki jih v drugem mesu ni.

Mnogo ljudi, zlasti starejših, ima pa slabe zobe. Taki pa ne morejo grizti celega jabolka. Razrežejo naj ga — seveda v koži — na krlje in naj počasi povzijejo posamezen krlj. V obeh slučajih je treba jabolko temeljito zvečiti, sicer ga prebavila težko predelajo in popolnoma izrabijo. Pri takem načinu uživanja zavržemo samo pecelj in muho.

Stari ljudje, ki imajo komaj še kaj malega zob, ali pa nič ne morejo jesti surovih jabolk niti v krljih. Zanje jih moramo pa nastrgati naribati na strgalniku, da dobimo kašnato tvarino, ki se da povžiti tudi brez zob. Da tudi v tem slučaju jabolka ne lupimo in da porabimo tudi peščiče je umevno samo ob sebi.

Jako nespametno in sila potratno ravna gospodinja, ki za kuhano je jabolka lupijo. Le zakaj bi jih ne kuhali v koži in zametali najboljši del?! Pa kako lupijo jabolka! Če so bolj drobna, gre kar polovica v olupke in izrezke in v pominjek. Seveda denejo potem v kompot ali čežano mnogo sladkorja, pa dobi slaščico,

ki ima kaj malo okusa po jabolkih. Koliko bolj okusna je čežana iz neolupljenih jabolk, pa seveda tudi kompot! Kdor je tako razvajen, da bi ga motile kožice, naj da čežano prečlajati. Tako se bodo izločile res same kože; snovi pa, ki so bile pod kožo, bodo ostale v jedi. Kože v kompotu lahko odstranjujemo sproti pri uživanju, ako bi jih nikakor ne mogli ali pravzaprav ne marali jesti.

Zadeva z lupljenjem jabolk je prav taka kakor s črnim in belim kruhom. Že davno dognana resnica je, da je kruh iz na črno zmletega žita — torej iz moke, ki je nepresejana, in ki ima v sebi vse sestavine žitnega zrna, mnogo bolj rediven in zdravju prikladen nego beli kruh, pa jedo vendarle rajši beli nego črni kruh.

Če hočemo jabolka uživati tako kakor je bilo povedano, morajo biti čista — to je brez napak. Črvivih, krastavih, obtolčenih, nagnitih, slabo razvitih plodov ne moremo jesti brez noža. Za sveže uživanje moremo uporabljati torej samo takojmenovano namizna jabolka.

H.

Dr. Anton Brecej:

## Revmatizem in podobne bolezni.

Morda se ne rabi v našem jeziku noben izraz za označenje bolezni tako pogostoma kakor revmatizem. Beseda je grškega izvora, reuma pomeni nekako tok, stari zdravniki so rabili to označbo za bolezn, kjer se je kakšna tekočina nabirala, ali pa tudi za bolezn, ki so se po telesu nekako razlivale. Da je revmatizem tako znan med našimi ljudmi, pomeni, da so revmatične bolezni med nami zelo razširjene. Zmeda glede teh bolezni ali nepravilno pojmovanje in zamenjavanje je pa celo pri izobraženejših ljudeh tako splošno, da se zdi potrebna razprava o teh več ali manj si podobnih bolezn, ki naj razbistri pojme o njih in ki naj tudi pomore, da se jih lažje otepmo.

Revmatične bolezni niso baš nevarne ali smrtonosne bolezni. Ker radi njih samih ljudje ne mro kaj pogostoma, spadajo torej med redkeše smrtne vzroke. Pač pa je vseh teh bolezni svojstvena posebnost, da mučijo ljudi, jih silno ovirajo pri delu in jim ogrožajo samostojno pri-

dobitno življenje. Kari tega žalostnega dejstva je narodno-gospodarski pomen teh bolezni silen in za nas Slovence izredne važnosti. Po izkazih socialno zavarovalnih ustanov (bolniških blagaj, rudarskih skladnic in dr.) povzročajo revmatične bolezni skoraj toliko stroškov za zdravljenje, hranarino in vsakovrstne podpore ko vse druge bolezni skupaj.

Revmatične bolezni so bolezni delovnega ljudstva. Naš narodič sestoji po ogromni večini (nad  $\frac{3}{4}$ ) iz delovnih slojev. Iz tega prevdarka je razvidno, kolikega pomena za gmočno in s tem tudi duševno plat življenja so te vrste bolezni. In kmetijski stan posebej tepejo revmatične nadloge v enaki, če ne hušji meri, gospodarska škodljivost teh bolezni je na kmetih še bolj občutna. Tudi s tega splošnega vidika je poznanje revmatičnih bolezni potrebno zlasti onim, ki se bavijo z zadevami splošne blaginje po poklicu ali pa iz dobrosrčnosti in človekoljubnosti. Pa si ogledimo revmatične bolezni po poglavitnih oblikah.

### I. Akutni sklepni revmatizem ali udnica.

Bistvo te bolezni se izraža v zaporednem ali hkratnem vnetju več sklepov, ki se čez nekaj dni ali tednov poleže in porazgubi, a se kaj rado ponavlja in dela ovare tudi drugod po telesu, največkrat na srcu. Bolezen je združena z vročnico, zelo občutnimi bolečinami v napadenih sklepih in močnim potenjem. Po svojem pojavljanju in potekanju se udnica tako pripodablja mnogim kužnim boleznim, da jo že davno štejejo med nje, dasi njeno kužilo še danes ni neoporečno ugotovljeno. Iztaknili so v te vrste bolniških neke glivice (ali bakterije), ki povzročajo pri poskusnih živalih slične bolezenske spremembe, a dognanja še niso zaključena.

Udnica se pojavlja v prehodnih letnih časih pogostneje, jeseni in posebno spomladi znatno v višem številu kakor pozimi ali poleti. Opazovali so češče primere udnice po nekaterih krajih in v družinah, kjer je obolelo več oseb hkrati ali zaporedoma na udnici. Od nekdanj že povzroča udnica skrbi vojnim upravam; po napornih pohodih na vežbah ali v vojni oboleva redno večje število doslej zdravih vojakov radi udnice. V nekkih primerih so se bolniki celo v bolnicah našli te bolezni od sosedu z udnico. Vsa ta opazovanja pričajo, da je akutni revmatizem kužna bolezen posebne vrste, podoben prisadnim krvnim boleznim.

Udnica pa ni dedna bolezen, kakor mnogi mislijo. Res da je sklepni revmatizem pri nekaterih družinah med predniki in potomci pogostnejši ko v drugih družinah, a ta okolnost ne dokazuje dednosti udnice, marveč potrjuje splošno izkušnjo, da ljudje enakega telesnega ustroja podlega o v enakih življenjskih razmerah enakim škodljivostim

lažje in češče ko drugi.

Glede spola ne dela udnica posebne izbire. Gotovo oboleva na sploh dvakrat toliko moških zavoljo udnice ko žensk, a ta razlika ne gre na rovaš spola, ampak poklicnih škodljivosti. V enakih življenjskih razmerah je število obolenj pri obeh spolih enako.

Velika in očitna pa je izbira udnice glede življenjske dobe. Udnica nastopa prvič v približno 50% vseh primerov v dobi od 10—20 let, v 25% med 20. in 30. letom, po 12—13% v prvem in četrtem desetletju. V kasnejši dobi (po 40. letu) se pojavlja udnica prvič bolj izjemoma. Vsekakor treba tej posebnosti udnice posvečati vso pozornost.

#### Kaj je udnici povod?

Od nekaj že velja prehlad kot poglavitni »vzrok« revmatizmu. Dandanes pojmujejo zdravniki prehlad nekoliko drugače in mu pripisujemo pri postanku udnice zares pogostno vlogo. Prožila ali pogojne priložnosti za obolenje. Deset ljudi zaloti nevihta in jih premoči do kože, vsi so enako daleč do doma, vsi enako opremljeni, domov prišedši se vsi enako oskrbe. Koliko njih jih oboli? Ako so ti ljudje mestni pomehkuženci, morda 3 ali 4 ali celo več, ako pa so to čvrsti kmetski ljudje ali celo planinski pastirji, morda nobeden, kvečemu eden ali dva. Prehlad utrjenemu človeku ne škodi mnogo, neutrjenemu ali pomehkuženemu pa sproži kako bolezen, najraje tisto, ki jo je že prej kdaj imel, nahod, vnetje gola ali grla, vnetje ušes ali kaj podobnega. Te bolezni so pa znane kot nekake kužne bolezni, povzročene po razpašenju ali razrasti nekih glivic, ki jih nosimo vedno v sebi, a se začno razvijati in nas delati bolne, ko nastopijo motenja v krvnem obtoku ali sestavi krvnih sokov radi premraženja ali shlaženja telesa. Te bolezenske kali so vedno v nas ali okoli nas kakor kali plesni, ki se v vlažnem prostoru takoj pojavi in vedno ponavlja, dokler ostane prostor vlažen. Plesen izgine v izsušenem prostoru sama.

Tako približno si predstavljamo razmerje prehlada do udnice in podobnih bolezni. Znano je, da mrz sam ne škodi toliko, če je suh, vlaga in mokrota sta pa nevarni družici. Tako obolevajo ljudje, ki opravljajo svoje poklicno delo v vlažnih ali mokrotnih prostorih, zlasti če so izpostavljeni toplotnim izpremembam. Rudarji, natakariji, peki, kuharji, sprevedniki, perice, sodarji in slični poklici dajejo velik prispevek k številu revmatikov, prav tako tudi naši kmetje, ponajveč radi zaduhlih in vlažnih divalšč.

Tudi napor ima za postanek udnice velik pomen. Revmatično vnetje se prav rado pojavi v udih, ki so podvrženi težkemu delu in se potem raznese še po drugem telesu. Pri natakariju se začne udnica v nožnih ali kolenskih sklepih, pri pericah na rokah ali za-

pestih, pri težakih, ki teže dvigajo in nosijo, v hrbtenici ali kolenu ali ramah, pri vojaki obolevajo po napornih pohodih sklepi v bedrih. Približno enakega pomena kakor napor so tudi poškodbe sklepov. V otočnem ali zvinjenem sklepu se začne revmatično vnetje, ki se brž ali polagoma razleže še na druge.

Potek akutnega sklepnega revmatizma je v glavnih potezah tak-le: Časih kar naglo se v mrzlicnim tresenjem, časih bolj polagoma po vnetju gola ali močnega nahoda se razvije hudka vročina (do 40°C in čez). Istočasno nastopijo v sklepih čimdalje hušje bolečine, ki se stopnjujejo pri vsakem najmanjšem pregibu ali dotiku. Napaden sklep je že vidno zabrekel in vroč. Bolnika obliha večkrat obilen pot, ki močno diši po kislem, močno o ga žejja, tišči ga ležišče, ker je vsako premikanje zelo boleče. Tako mukepolno stanje se vleče dneve in tedne, bolnik je v svoji nebolgljenosti navezan na strežbo in nego drugih.

Le redkokdaj oboli samo en sklep, navadno je več sklepov hkrati napadenih ali pa se vnetje seli iz sklepa v sklep. Po statističnih podatkih iz velikih bolnic so največkrat napadeni pri enkratnem obolenju štirje sklepi. Vrtni red, kako si udnica izbira sklepe, je večinoma ta-le: Največkrat oboli nožni (ali skočni) sklep, za njim pride koleno, potem rama, zapestje, komolec, kolk, v istem redu rasti na rokah in nogah. Zelo redkokdaj obolita celjustna sklepa, kar je seve zelo obzirno; tak bolnik je namreč v rabi ust (za sprejemanje hrane in govorjenje) pač skrajno oviran.

Pri revmatičnem vnetju sklepa se v sklepu nabere v večji ali manjši množini neka sirotkasta tekočina, še bolj pa vsklepni gozvi (t. j. sklepnem murenastem ovoju) in sklepnih vezeh, da so ti deli napejo prepojeni s to tekočino. Zabreklost kot znak in posledica vnetja sega časih celo na izvensklepne kite in mišice. Ta sirotkasta tekočina se po končanem vnetju porazgublja, dalje ostajajo sesirjeni kosmiči; prej mehka in prožna gozva ostala odebeljena in okorela. Ognj pa se revmatično vneti sklep le izjemoma kdaj, morda sam ozavoljo neprimerne ravnanja z njim.

Udnica spada med najbolj mučne bolezni in je radi pogostnih zapletljivostev (ali komplikacij) zelo nevarna. K revmatičnem vnetju sklepov se kaj rade pritaknejo vnetja drugih, za življenje važnih organov.

Najbolj običajne in nevarne so srčne komplikacije, skoraj vsak drugi bolnik z udnico dobi vnetje pri srcu. Vname se najraje notranja srčna mrenica s srčnimi zaklopnicami, pa tudi srčna mišica in zunanja mrena. Ves osrčnik se časih napolni s sirotkastim izcedkom do nabetosti. Tako obolelo srce seveda težko opravi svoje neodložljivo delo in časih odpove — bolnik z udnico umre

radi srčne komplikacije. Ako prestane bolnik prvo vnetno stanje srca, mu navadno ostane večja ali manjša napaka srca trajna, največkrat v obliki lažjih ali hujših okvar v srčnih zaklopnih. Srčne napake grene človeku življenje leta in desetletja, predno ga končajo.

Kakor srčna, tako se vnamejo tudi druge mreže, posebno prsna ali reburna mreža, bolj redkokdaj pljuča. Zelo pogosto pri udnici pa so motnje možganov in živcev. Časih se pojavi silna razdraženost možganov, ki se stopnjuje do blodnosti, časih pa nastopi otopelost do omatične omrtvelosti, časih zagrabijo človeka, posebno otroka rajše splošni krči, časih se ga pa poloti posebna živčna bolezen, ki ji pravimo vidovica (bolezen ali »ples« sv. Vida).

Tekom udnice je prebava redno motena že radi vročnice, pa tudi zavoljo drugih škodljivosti. Celo na koži se kažejo raznovrstni apuščaji, na kitah se delajo zrna-  
ste tvorbe.

Vse te nevesčnosti, ki spremljajo udnico, se večajo do neznosnosti ker se akutni sklepni revmatizem tako rad ponavlja in znajim te ali pritikline, zlasti pa srčne bolezni. Novi napadi udnice se dosti rajše in lažje pojavljajo ko prvi napad, najmanjša neprevidnost jih sproži. Kaj čuda, da peša revmatikom radi telesne nebolgljenosti tudi življenjski pogum!

## II. Kronični sklepni revmatizem ali skrnina.

Skrnina se časih izcimi iz navadne udnice tako, da po vsakem novem napadu udnice ostajajo v sklepih kakršnekoli posledice, ki ovirajo gibnost udov; napadi postajajo milejši, a sklepi čez dalje manj gibni. Časih so napadi že izprva manj silni a zato nežnejši, da sklep stalno okoreva. Polagoma se sklepi tako učvrščajo in zraščajo, da so popolnoma negibni, mišičje okoli njih se gubi, namesto gibčnih udov vidimo ob telesu toga kolena s pokvarjeno obliko.

To vrsto sklepnega revmatizma opazujemo pri ljudeh, ki so po svojem poklicu redno izpostavljeni škodljivostim, pri pečicah, strojarjih in tudi pri kmetiskih ljudeh. Skrnina redoma ne kvari notranjih organov, zato dosegajo ljudje s kroničnim revmatizmom visoko starost kot popolni hiralci, ki se sami ne morejo premikati in ne morejo sami niti jesti. Zive mrličje vidimo pogosto po hiralnicah in neredkoma po kmetiskih domovih.

## Var'te ogenj, var'te luči!

Nezgode in nesreče niso v gospodinjstvu nikaka redkost. Marsikdo pa je mnenja, da raste z napredujočo tehniko, ki nam sicer delo lajša, število nezdod. To pa ne drži. Nasprotno! — Možnost nezdod se je

od takrat, ko smo začeli opuščati petrolejko, pa do danes, ko jo že marsikje nadomeščata plin in elektrika, precej zmanjšala. Tehnične novosti sicer lahko povzročajo nove nevarnosti, vendar pa je pri njih dovolj preskrbljeno za varnost.

Najpogostejša nesreča, ki se v vsaki hiši kaj lahko in razmeroma tudi pogosto pripeti, je večji ali manjši požar. Strokovnjaki so mnenja, da povzroči tri četrtine vseh požarov le neprevidnost in nepravilno ravnanje s kurjavo ali razsvetljavo. Previdnosti je treba prav povsod, pa naj si imamo opravka s petrolejem, plinom ali elektriko. Zato moramo dobro poznati pravila, ki jih je treba upoštevati, kadar imamo opraviti z lučjo ali s kurjavo, pa tudi vedeti, kako si pomagamo, če vzlic vsej previdnosti na kakršen koli način izbruhne ogenj.

Pred vsem pomnimo tole: V žigalice imejmo shranjene vedno samo na takem mestu, kjer jih otroci nikakor ne morejo doseči. Tudi kurivo (drva, oglje, premog, petrolej, špirit, naj ne bo preblizu štedilnika. Kuhalniki na špirit ali petrolej (samovarji) naj stoje vedno na podlagi iz negorljive tvarine, na primer azbesta. Vroč likalnik postavljajmo in puščajmo, da se ohladi, samo na kovinastem ali lončenem podstavku. Perila ne sušimo preblizu peči ali štedilnika. Ako sušimo drva na štedilniku ali peči, tedaj ne smemo pozabiti nanje temveč sušenje vedno skrbno nadzorujemo! (Sploh je porečno, pustiti drva in trske v štedilnikovi pečeci.) Na plinske luči ne natikajmo senčnikov iz tkanine (svile ali drugega blaga). Pepela ne devajmo v lesene posode ali škatlje iz lepenke! Pri kurjavi z vlažnim kurivom si ne skušajmo pomagati s petrolejem; kajti polivanje drv s snovjo, ki se rada vžge, je zelo nevarno. Goreči petrolejki nikoli ne prilivajmo petroleja. Najprvo je treba svetiljko ugasniti in jo šele potem iznova napolniti. Isto velja za vse gorilce na

špirit. Snaženje z bencinom v bližini luči ali štedilnika je smrtonavno!!! Če imamo na večer opravka v kleti ali na podstrešju, je najbolje, da vzamemo v te prostore s seboj električno žepno svetiljko namesto petrolejke ali sveče.

Če pa navzlic pravilnemu ravnanju izbruhne ogenj? Kaj pa potem? Takoj moramo pozvati gasilce (rešilno postajo) če je možnost za to in svoje sosede, da nam pomagajo pri gašenju, tudi če se nam zdi ogenj neznačen. Ako se nam vžge obleka, ne tecimo na prosto, kjer se nam še bolj razvname zaradi vetrovnega ozračja, temveč zavijmo se v koc, plahto ali kako drugo tkanino, ki nam je pri roki in se valjajmo po postelji ali po tleh. Kajti brez zraka ni ognja — treba ga je torej na ta način zadušiti. Gorečega petroleja in terpentina ne gasimo z vodo; najboljšje je, če ga poskušamo udušiti s peskom ali z vlažnimi cunjami. Tleče ostanke pepela ali drv polijemo z vodo. Če začne goreti v stanovanju, velja tu glede razširjenja ognja isto pravilo. Čim manj zraka, tem hitreje udušimo požar — zaprimo torej okna in vrata, tecimo iz hiše in kličimo na pomoč.

Če se opečemo, ravnajmo z opeklinami tako-le: Opekla mesta pokrijmo ali zavežimo, da zrak ne more do njih. Ne polagajmo pa na rane vode ali mrzlih obkladkov, ki sicer lajšajo s svojim hladom trenutno bolečine, ako jih pa snamemo, pa povzročajo nove boleti. Če nimamo vazelina ali borovega mazila pri roki, polagajmo na opekline moko, mast ali olje. Ne stranujmo z nabrekle kože mehurjev, ker baš ta varuje rano. Kadar so pa mehurji radi nakopičene tekočine preveč napeti, kar povzroča neznošne bolečine, jih pa smemo prebosti z iglo, ki smo jo preje razbelili in ohladili. Pri hujših opeklinah, ki segajo v globokejšo kožno plast, pa moramo nemudoma poiskati zdravniško pomoč.

Š. H.

## Milo in druga pralna sredstva.

### Kako kuhamo milo?

Danes se ne izplača več kuhati milo doma, ker tovarne lahko pripravijo milo ceneje in mnogo boljše kakovosti. Tovarna kupi surovine, ki so za kuho mila potrebne, v velikih množinah in znatno ceneje kot gospodinje, ki bi jih kupovala po kilogramih. Važnejša od cene pa je kakovost mila, ki se v malih količinah redkokdaj posreči. Poznati je tretje dobro surovine, katerih kakovost se vedno menja. Še več je pa treba vaje pri kuhi mila. To je prava umetnost, ki se jo priučijo šele z leti.

Milo kuhajo v tovarnah na različne načine. Imamo razne vrste mila, ki so ali iz različnih sestavin ali pa se po proizvajanju med seboj razlikujejo. V naslednjem hočemo popisati, kako kuhajo v milarnah navadno pralno milo.

V tovarnah kuhajo milo v železnih kotlih, ki drže od 500 do 10.000 l. V teh kotlih pomešajo raztopino milnega kamna z različnimi olji in maslami, kar nato segrevajo do vrenja. Pri mešanju masti z milnim kamnom se izvrši sprememba: masti zgubijo značilne maščobne lastnosti in se pretvorijo v milo. Pravimo, da se mast razmili.

Ko spoznamo, da so se vse masti spremenile v milo, ločilo milo od ostalih snovi z izsoljenjem. Zmesi mila dodamo potrebno množino raztopljenih soli. V kotlu se po izsoljenju loči zmes v dva dela, v spodnjo tekočino, ki jo imenujemo podlužnino in v milo, ki plava na podlužnini.

Izoljenje je kočljiva točka pri kuhanju mila. Lahko uporablja tovarna še tako dobre surovine, toda če mojster, ki kuha milo, slabo izsoli, je milo slabo. Dober mojster pa s pravilnim izsoljenjem skuha lahko dobro milo tudi iz slabših surovin.

(Nadaljevanje.)

**Naročite »Slovenca« na ogled!**

# 3: a : n : a : š : e : m : a : l : e :

## V božični noči.

Noč srebrna je razpela  
svoja sinja krila,  
v noč božično misel sladka  
se je potopila;

gre na hribček v cerkev belo,  
tamkaj okenca žarijo,  
tamkaj angelci nedolžni  
o tihem rojstvu govorijo.

Slava se razcvita v hramu  
spevi orgel vmes bučijo  
in slavijo božje Dete,  
božje Dete in Marijo.

Mirko Kunčič:

## Modri krojaček.

2.

Ko je kraljičina zvečer slišala, kako renči in godrnja medved v hlevu, je bila prepričana, da renči od veselja nad tako slastnim prigrizkom...

Ko pa je zjutraj vsa zadovoljna, da se je na tako enostaven način iznebila snubača, vstaha, jo je čakalo veliko presenečenje: čil in zdrav je stopil krojaček pred njo in ji voščil dobro jutro.

Nobene besedice ni mogla spraviti razočarana kraljičina iz ust. Hočeš — nočeš, je morala držati besedo in privoliti v zakon.

Kralj je ukazal napreči zlato kočijo. Vanjo so posadili presrečnega krojačka in njegovo nevesto kraljičino. Medtem pa sta se druga dva krojačka splazila v hlev in rešila medveda iz neprijetne zanke. Strahovito renčeč jo je medved ubral za kočijo, v kateri se je vozil mladi par...

Ko je kraljičina zagledala razjarjenega medveda, jo je obšla smrtna groza. Oklenila se je krojačka z obema rokama in zaječala: »Oh, oh, oh! Medved je za nama in te hoče požrti!«

Krojaček pa ni izgubil prisotnosti duha. Jadno se je postavil v kočiji na glavo, pomolil noge skozi okno in zakričal: »Hej, hej, boter kosmatinec, ali vidiš rogovile? Če se mi hitro ne pobereš odkoder si prišel, boš moral spet vanje!«

In medved se je res kar koj obrnil in prestrašen pokazal peté...

Brez nezgode je pridrdrala zlata kočija do cerkve, kjer sta si krojaček in kraljična segla v roko in si obljubila zvestobo do smrti. Prej ošabna in svojeglava kraljičina je postala prijazna in pohlevna ženica in je živel ob strani junaškega krojačka-kralja srečno in zadovoljno do smrti. Kdor ne verjame, plača cekin!

## Šolarčkom za božič!

Kar naenkrat bodo tu božične počitnice! Dobro vem, da se jih že vsi izredno veselite in da komaj čakate, da se pomakne koledar v drugo polovico decembra; potem pa s knjigami kar v kot — in uživali boste zopet za kratko dobo zlato prostost.

Zaradi prevelikega veselja do božičnih praznikov bo marsikak učenček kar urno odložil šolsko torbico kamor že in se tekom vseh počitnic ne bo več spomnil nanjo. Toda če med tem časom mlajši bratec ali sestra odnese in pokvari knjigo ali zvezek — to bo potem jadikovanja.

Kolikokrat se primeri, da zadnji dan tega prostega časa tak šolar ali šolarica obupno išče zvezek, svinčnik, založeno knjigo itd. — Da se tudi vam ne pripeti podobna nesreča, morate dobro poskrbeti za svoje šolske potrebščine preden popolnoma pozabite na šolo. Shranite vse, kar je vašega prav lepo na varen prostor; le tako boste hitro našli kar potrebujete, ko bo zopet treba nastopiti pot v šolo.

Ali, nekaj drugega bi bilo še boljše! Gotovo ste že opazili, da vaša mamica pred prazniki natančno po-

spravlja po vsej hiši in tudi raznih omar in predelov ne pozabi pregledati. Pri tem delu ji vi ne morete mnogo pomagati, pač pa lahko storite nekaj drugega. Kaj, ko bi se ob tej priliki tudi vi lotili svojih omaric in predalčkov, kjer shranjujete šolske stvari, igračke in drugo. Če kdo izmed vas nima svojega varnega prostora za shranjevanje knjig in drugih reči, tedaj naj ob priliki pospravljanja lepo zaprosi mamico, da mu določi majhen prostor v omarici ali vsaj skromen predalček. Tja pa potem zložite prav vse, kar premorete. Šolske knjige zložite lepo skupaj, zvezke na poseben kup, peresnike, svinčnike in radirko pa v peresnico. Če imate že kakšen letnik »Angelčka« ali »Vrtca« ali kako povestno knjigo, tedaj je to že majčkena knjižnica, ki mora biti seveda tudi lepo urejena na posebnem kupčku. Marsikdo izmed vas ima gotovo še nekaj igračk, tudi te naj bodo vedno lepo v redu shranjene, da se ne pokvarijo in ne zgube.

Ako boste imeli na ta način vse svoje reči spravljene v redu že pred božičem, tedaj bodo prazniki za vas še lepši in še bolj brez skrbi. Ob zopetnem pričetku šole pa vam ne bo treba kakor nerednežem iskati knjige kdovekod — saj bodo vse na določenem mestu, kamor ste jih spravili.

F. Wiedemann-M. K.:

### Ptičje gnezdo.

Zivel je kralj, ki je hodil redno vsak dan na lov.

Ko je nekega dne spet hodil po širnem gozdu in oprezoval za divjačino, je zagledal na nizkem drevesu ptičje gnezdo. Vzpel se je na prste in pogledal vanj. Gnezdo je bilo prazno. Bilo pa je izredno lepo in umetno zgrajeno, zato je kralju na moč ugajalo in je sklenil, da ga vzame s seboj.

Skrbno ga je snel z drevesa, ga položil v lovsko torbo in se napotil

domov.

Ta kralj je imel v službi tri nad vse spretné in vešče zidarje. Poklical jih je naslednjega dne k sebi in jim dejal:

»Zgradili ste mi že mnogo krasnih palač in gradov. Danes imam pa posebno naročilo za vas. Zgradite mi gnezdo, ki bo popolnoma slično temu ptičjemu gnezdu. Kdor od vas treh mi prinese najlepše gnezdo, dobi za nagrado dragocen zlat prstan. V treh dneh pa morate biti z delom gotovi!«

Zidarji so se spoštljivo priklonili in odšli. Vsi so si mislili na tihem: Takole ptičje gnezdo zgraditi — prava igrača! Saj zato ni treba drugega kot nekaj drobne slame, zelenega mahu in mehkega perja.

Kralj je neprestano čakal, kdaj dovršijo zidarji naročeno delo. Pretekli pa sta dva dneva, pretekli so trije dnevi, a nobenega od zidarjev ni bilo blizu.

Kralj se je razsrdil in jih poklical k sebi.

»No,« jih je ostro pogledal. »no, kako je z vašim delom? Ali ste ga že dokončali?«

Osramočeni so povsili zidarji glavo na prsa in odkritosrčno priznali:

»Odpusti nam, o kralji! Zgradimo ti palačo visoko in lepo, kot je še ni videl svet — s takšnim delom, kot je zgradba ptičjega gnezda, pa nam prizanesi! Vsa naša spretnost in umetnost je pred delom božjega stvarstva tako majhna in neznatna, da bi se lahko trudili leto dni in ne bi ustvarili tega, kar zmore drobna ptica...«

In kralj se je zamislil in jih ni kaznoval, ker je bil moder in pravičen vladar. Spoznal je, kako resnične so njihove besede...

Jeklo za brušenje nožev, takozvani »štrajhar« mora biti čisto, sicer je brez vrednosti ker ne brusi. Ako je postalo mastno in umazano, pomoči ga v terpentini, nato pa v močno raztopino sode.

**Pošijite naročnino!**