

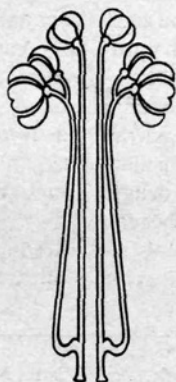
*Spedizione in abbonamento postale.  
Poština plačana v gotovini*

# VIGRED

Z E N S K I L I S T

L E T O 1 9 4 3 - X X I

1



»VIGRED«, ženski list. — Izhaja vsak mesec. — Naročnina znaša lir 11.50. Če se naroči 20 izvodov pod enim naslovom, samo lir 9.50.

Izdaja konzorcij »Vigredi« (Vida Mašič) v Ljubljani, Slomškova ulica 1. — Uredništvo (odgovorna urednica Zora Poženel) in upravištvo Slomškova 1.

Tiska Zadržna tiskarna (M. Blejec) v Ljubljani.

---

**VSEBINA:** Sveti božični dan. — Danejeva Vida (Janez Jalen). — V svetem hlevčku (Franjo Neubauer). — Tajinstveni klic (B. š.). — Božjemu Detetu (Slavko Ljubniški). — Modrim iz Jutrovega (Franjo Neubauer). — Prehrana zdravega in bolnega človeka (Sivec Milica). — Gospodinjska kemija (Inž. Nežima Albin). — V naših domovih. — Na poti v novo leto. (Franjo Neubauer). — Za pridne roke.

---

*Vsem naročnicam in naročnikom, bralkam in bralcem, pospeševalnicam in pospeševalcem želi lepo sveto noč in blagoslovljeno novo leto 1943*

*uredništvo in uprava »Vigredi«.*

---

### Naša posvetovalnica

Z novim letom 1943 otvarja »Vigred« splošno posvetovalnico za vse Vigrednice. Nanjo se lahko obrne vsaka, ki si v kateri koli zadevi ne more sama pomagati in bodo vrstnice s svojimi praktičnimi izkušnjami dale svoje nasvete, navodila in praktične napotke. Že nekaj let sem je imela »Vigred« zdravniško posvetovalnico, tudi že posvetovalnico za ročna dela in nekoč skozi vse leto tudi poseben kotiček »Vi vprašate — mi odgovarjamo«. V sedanjih časih se zopet kaže potreba po izmenjavanju misli v raznih domačih, družinskih, zdravstvenih, športnih, gospodinjskih, gospodarskih, kulturnih, socialnih in vseh drugih vprašanjih. Vsak mesec bomo priobčevali došla vprašanja in istočasno pozvali bralke, da v prihodnje številko pošljejo svoje

odgovore na stavljena vprašanja, ali da sporoče, kam naj se vprašalka obrne s svojo zadevo, ali kdo bi ji mogel svetovati ali pomagati. Krog naših bralk je tako obširen, njihov delokrog tako vsestranski, da bodo z lahkoto dale pravilne odgovore in nasvete na stavljena vprašanja. Sedanji čas nas je tudi vse tako tesno povezal, da bodo vse to tudi rade storile in dale na razpolago svoje znanje in svoje zmožnosti svojim sosestram, ki so nasveta potrebne.

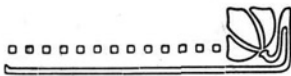
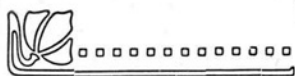
— Vse Vigrednice že takoj danes opozarjamo na »Našo posvetovalnico« in jih vabimo, da se zaupno obračajo v vsakršnih zadevah vanjo po nasvet. Žene in dekleta, bralke »Vigredi«, vprašujte! Žene in dekleta, bralke »Vigredi«, odgovarjajte!

Vprašanja in odgovore naslavlajte na uredništvo »Vigredi«, Ljubljana, Slomškova ulica 1.

---

**Hranoslovje.** Sr. M. Adelinda Žužek. Založila Pokrajinska zaloga šolskih knjig v Ljubljani. Leto 1942. Cena 22 lir. — Vsem našim gospodinjam naznanjamo, da je izšla nova knjiga, ki smo jo že tako dolgo pričakovali. V njej bodo našle naše gospodinjice za kuhinjo in pripravljanje hrane najboljše in najtočnejše navodila. Knjiga je razdeljena v štiri poglavja in dodatek. V prvem delu obravnava sestavine hranil, v drugem poglavju rastlinsko hrano, v tret-

jem živalsko hrano, v četrtem delu poživila, v dodatku pa nauk o bakterijah. Vsaka gospodinja bi morala imeti to knjigo v svoji knjižnici, da bi jo imela vedno pri rokah za vsakršen nasvet. Saj knjiga obravnava poleg prehrane tudi navodila za sestavo jedilnikov, najrazličnejša navodila za pripravo rib, uporabo medu, pripravljane kisa in brezalkoholnih pijač itd. Gospodinjice, segajte po tej knjigi!



## Sveti božični dan

*Iz evangelija pri angelski (polnočni) maši: »Angel jim je rekel: Ne bojte se; zakaj, glejte, oznanjam vam veliko veselje, ki bo za vse ljudstvo: Rodil se vam je danes v mestu Davidovem Zveličar, ki je Kristus Gospod. In to vam bodi znamenje: Našli boste Dete, v plenice povito in v jasli položeno.«*

*Iz evangelija pri zorni (pastirski) maši: »Pojdimo v Betlehem in pogledjmo to, kar se je zgodilo in nam je oznanil Gospod! — In pohiteli so, prišli tja in našli Marijo in Jožefa in Dete, v jasli položeno. Ko so to videli, so umeli besedo, ki jim je bila povedana o tem Detetu. In vsi, ki so slišali, so se čudili tudi temu, kar so jim povedali pastirji.«*

*Iz evangelija pri veliki maši: »V začetku je bila Beseda in Beseda je bila pri Bogu in Bog je bila Beseda. Ta je bila v začetku pri Bogu. Vse je po njej nastalo, in brez nje ni nič nastalo, kar je nastalega. V njej je bilo življenje in življenje je bilo luč ljudi in luč sveti v temi in tema je ni sprejela. — Bila je prava luč, katera razsvetljuje vsakega človeka, ki pride na ta svet. Na svetu je bila in svet je po njej nastal in svet je ni spoznal. V svojo lastnino je prišla in njeni je niso sprejeli. Vsem pa, kateri so jo sprejeli, je dala pravico, da postanejo otroci božji.«*



# Danejeva Vida

Janez Jalen

## Razpostavljeni mejniki

Na vrtovih in mejah je otava lepo odgnala. Za trdim senom se pa nova trava kar nikamor ni hotela ganiti. Čeprav ni bilo ravno suše, ni bila letina nič kaj bogata. Stare lipe so začele v vrhovih zgodaj rumeneti. Kdor je hotel, da mu bo vejevje pozimi kaj prida odvrnilo jarcem za krmo, ni smel več odlašati. Kar sekirico in srpico je bilo treba vzeti in iti obsekovati lipo, jesen in hrast, ki se mu pa še ni nič mudilo.

Danejevi so delali vejevje v Črvivcih. Matija je obsekoval drevje. Pravkar je splezal v vrh najvišje lipe. Stala je visoko na hribu. Z levo se je držal debla, z desno je vihtel sekirico. Veja za vejo je padala na niže rastoče, dokler se jih ni nabrala težka plast, ki je zdrsnila na kraj krošnje in hrupno zgrmela na tla.

Za dober seženj na visoko je bil Matija obsekal lipo. Nad njim se je košatil gost, zelen vrh, ki ga je bil pustil zavoljo lepšega. Pod njim je drevo široko stegalo veje. Matija se je prestopil za novo rogovilo navzdol. Grede se je ozrl naokrog. Čeprav se mu je mudilo, se ni mogel premagati, da bi se ne razgledal.

Na nebu je plavalo nekaj svetlih oblakov. Tu pa tam so zakrili sonce, ki je z jasnine močno pripekalo. Gore so bile čiste in vse osvetljene. V peščeni Rebri je v nekatere kraje od vročine trava še porjavela. Polja so pa še kar lepo kázala. Po njivah so zorela zadnja žita. Stogovi so bili pa že obdevani s snopjem. Na Blatih, ki se še niso obrasla, so se različno poznale redi. V lipah in hrastih je bilo vse tiho. Med sadnim drevjem so se skrivale vasi. Le zvoniki cerkva so se belili izmed zelenja. Svetega Petra nad Begunjami je zakrivala gošča. Samo križ in jabolko sta gledala čez vrhove smrek.

---

Z našimi besedami gradimo most navzgor ali navzdol. Blagor nam, ako se vse naše besede porajajo iz ljubezni in se vse zopet usmerjajo k večni Ljubezni. S tem pripravljajo zadnji poti naše duše pravo blaženost.

Danejev Matija je pogledal še proti domu. Po stezi čez travnike je prihajala Vida. Košaro je nesla v roki. Za njo pa so drobenceljali Alenkini otroci: Metka, Tonček in Vidka. Matija se je spomnil svoje starejše sestre, ki je bila poročena pri Jeranu v Lescah. Zadnji otrok ji ni dorastel. Kako bo pa zdaj, pa Bog ve. Nič kaj zdrava ni bila videti zadnje čase Alenka. Da bi le kaj narobe ne bilo. No, pa saj je mama šla v Lesce. Bo že vse prav oskrbela. Za botra pa pojde tokrat Ciril. Ne več on. Se bolj spodobi tako, ko je brat že poročen, čeprav je mlajši. On je pa še vedno samski. Počemu bi se pa ženil, ko je še vedno Vida doma. Mu kar nobena ne bo tako gospodinjila kakor mu mama in Vida. Saj prav za prav je bilo odveč, da je posestvo že on prevzel. Pa mama ni dala prej miru.

Matija je spet zamahnil s sekirico in začel naprej obsekovati lipo. Znova so se razlegali rezki udarci. Listi na sekani veji so potrepetavali kakor v smrtnem strahu.

»Malicat!« se je oglasila pod lipo Vida.

»Počakaj, da se prisekam do tal,« je odgovoril z višave Matija. In je še kakor pogodrnjal: »Nalašč ne bom hodil dol, čeprav sem žejen.«

»Stric! Ti jaz prinesem sadjevec gor,« se je brž ponudil Tonček.

»Ne hodi mi blizu, da kaj nate ne pade,« je zavpil Matija nad nečakom.

Vida je postavila košaro v senco, vzela v roko srpico in pričela klestiti nasekane veje. Zastavila je tudi koj Metko, da je morala ravnati vejnike. Dekliču delo nič kaj prida ni dišalo. Vse bolj jo je mikalo v kopicе postavljeno vejevje in ob obsekano vejevje prislonjeni vejniki. Tonček in Vidka sta že lezla po vseh štirih skozi prazne prostore med vejniki, se skrivala pod njimi, tekala okrog kopic in od časa do časa glasno zakričala ali se pa zasmejala. Otroke prav nič ni skrbelo, kaj se godi doma. Celó veselí so bili, da so jih poslali k Daneju, k teti Vidi, ki jim je opoldne skuhalo južino, kakršne jim mama še za vsak praznik ni.

Matija je obsekal lipo do dna. Počasi



je prišel po lestvi na tla. Najprej se je odžejal. Potem je pa koj poskrbel, kako je s sestro Alenko. Vida mu ni vedela nič povedati. Matiju se je kaj malo ljubilo jesti. Da bo že kasneje, je rekel. Vzel je spet sekirico v roko in pričel klestiti veje. Hitro ja rastel pred njim zeleni kup razsekanih vej, za njim pa so se nabirali vse navzkriž razmetani mežlji.

»Kukuc!« Izpod razpostavljenih vejnikov je pomolila razkodrano glavico Vidka, podražila strica Matija in ga gledala s svojimi živimi očmi. Matija je bil pa pravkar obsekal precej dolgo prekle. Stegnil jo je proti otroku in ga narahlo podregal: »Buc, buc!« In sta se oba zasmejala. Met-

ka se je spet brž skrila nazaj med vej-nike, Matija je pa pomislil, kako narobe bi bilo, če bi tile njegovi nečaki ostali brez matere. Bog ne daj! Zakon pa res prinaša skrb za skrbjo in nikoli jih ni konca. Pa ne bo dolgo, ko se bo moral tudi on poročiti. Vsaka domačija mora o pravem času dobiti novo gospodinja. Če ne, hodi rado narobe. Kar nič več mu ne kaže odlašati. Pa še nobene ogledane ni-ma. Treba se mu bo ozreti malo naokrog.

Sek, sek, sek, je pela sekirica, on pa je mislil na dekleta in preudarjal, katera bi utegnila biti zanj in za Danejevo domačijo prava.

(Dalje prih.)

## V Svetem hlevčku

Franjo Neubauer

Povit je v plenice  
in spava Otrok,  
nad Njim se visoki  
odpira obok.

V višavi nebeški  
pozvanja napev  
in spušča nad tihi,  
samotni se hlev.

Otroka ožarja  
svetlobe sijaj,  
na nežnem obličju  
igra mu smehljaj.

In gleda Ga Mati,  
Rednik in pastir,  
od Njega v srce se  
razliva jim mir.



## Tajinstveni klic

B. š.

V konferenčni sobi so se zadnjič zbrali pred božičnimi počitnicami. To pot sicer ne, da bi pretresali šolske zadeve. Odsev božičnega veselja se je izražal vsem na obrazih, ki so v lepi skupnosti in tovarištvu delovali na tej šoli v blagor mladine. Božične počitnice so se pričele...

Prav lepa in iskrena voščila so si izmenjavali tovariši in tovarišice. Vendar mala Tinca Markež ni zdržala na mestu;

bila je učiteljica telovadbe in velika lju-biteljica športa. Skočila je k barometru, da vidi, kako bo z vremenom.

»Sirotka!« jo je pomilovala gospodična Bartol, starejša učiteljica in že dolgo let na tej šoli. »Kaj torej pravi vremenski prerok?«

Vsi so se zasmejala, gospodična Tinca Markež, drobna osebeca, se je obrnila k njim: »Ali ni res škoda! Vse leto sem se

že veselila na te božične počitnice, pa izgine sneg prav zdaj, ko bi ga najbolj potrebovala!«

»Se boste morali vستي pač v kot k peči in se zatopiti v lepo knjigo in uživati počitnice, kakor jih bom užival jaz!« je predlagal gospod šolski upravitelj šonc.

»Ne, ne, gospod upravitelj! Že zaradi treninga ne smem! Moram s smučmi v gore! Takoj po obeh praznikih zakupim vse svoje premoženje, da dobim res lep dres, za katerega sem hranila vse leto. Stari mi je premajhen, ker sem se kljub vsej gimnastiki nekoliko zredila. Tudi gojzarji so mi bili nekoliko prekratki, da sem jih odstopila sestrični. Hvala Bogu, da so vsaj smuči res še dobre! Saj sem pa tudi takrat dala celo premoženje zanje. Sploh pa vse povabim v gore! Tudi vam, gospod upravitelj, prav gotovo ne bo škodovalo!«

Vsi so se zasmeli veliki gorečnosti. Upravitelj šonc pa je odvrnil: »Le kar pri miru me pustite v mojem kotičku, gospodična tovarišica! Naj bo zunaj kakor hoče, jaz bom vse dni doma! — Torej na svidenje in vsem želim prav dobre odnose do Jezuščka!«

»Vremenski izgledi za prihodnje dni: Najprej nikake izpremembe sedanjega vremena, ostane za dež pripravljen zahodni veter. Zaradi slabih izgledov odpadejo vsi napovedani vlaki za športnike.«

Tinca je prebrala to poročilo in skoraj so ji silile solze v oči. Tudi med dnevom večkrat se je znašla v takem razpoloženju, ki prav nič ni bilo podobno njenemu veselemu značaju. Z globokim vzdihom je vzela iz predala bankovce, ki so bili pripravljeni za nakup novega dresa. Morebiti se bo pa še hitro spremenilo. Počakati je treba. Saj bo lahko kupila prvi dan po praznikih in bo imela več miru za izbiranje, ko so pred prazniki vse trgovine tako polne.

Kmalu se je nekoliko potolažila, ko se je spomnila na vse lepe stvari, ki jih bo kupila: par močnih gojzarjev, nogavice z lepimi barvastimi progami zraven in toplo ruto in čepico. Seveda predvsem drugim pa dres! Pulover, jopico, hlače, morebiti temno modro, morebiti tudi temno rjavo! Kakor bo bolj prikladno!

## Božjemu Detetu

Slavko Ljubniški

Limbar na vrtu s svojo belino  
v zlate je žarke sonca odet.  
Z lepšim je svitom Bog ves ožarjen,  
ko je kot dete prišel na svet.

V uri polnočni Cvetka je vzkliła:  
Bog se kot človek v hlevčku rodi.  
Jasli in slama — borno ležišče,  
da nas ponižnost z zgledom uči.

Nagelj cvetoči z okna se vije:  
čiste ljubezni lepí simbol.  
Večno ljubezen Bog je prinesel  
doli iz raja v zemeljski dol.

Lilij natrosi, skromnih vijolic,  
nageljnov rdečih v srca ljudi.  
Naj nas krasita: čistost, ponižnost,  
božja ljubezen naj v nas žari!



Pretegnila se je in za trenutek stopila  
k oknu in zabrnela drobno pesmico.

Župnik pri cerkvi sv. Martina je bral  
polnočnico. Oltar je bil spremenjen v jaslice: v ozadju precej visoke smreke, vse potresene s kristali, ki so se svetlikali pri luči; od veje do veje so se vlekli angelski laski, kadilo pa je tako božično lepo dišalo.

Ko je bila polnočnica končana, se Tinci kar nič ni mudilo domov. Prerinila se je prav do jasic in si jih je ogledovala prav od blizu. Kakor vsako leto izza otroških let, se ji je tudi letos prav v srce zasmililo Dete, ki je golo in ubogo ležalo na trdi slami. Ko je nekoč ob materini roki prišla gledat jaslice, je v otroški preprostosti zaklicala Mariji: »Saj ga zebe! Zakaj ga pa ne oblečeš?«

Prav dobro se je še spominjala tistega božiča, ko se je to zgodilo in nehote se je ozrla, če ne stoji za njo mati in jo miri s prstom, položenim na usta... Toda danes je Tinca sama in kar ne more se ločiti od jasic. Obrnila se je šele, ko je cerkvenik pogasil vse sveče in zarožljaj s ključi, da bo cerkev zaprl. Toda lepo sliko jasic je nesla s seboj in zdelo se ji je, da je prav njeno srce postalo prave jaslice nocojšnji večer.

Čudno, da ji je bila od svetega večera dalje nameravana pot v gore kar nekam oddaljena. Res je sedela doma v kotu ob zakurjeni peči in je brala »Legende« Selme Lagerlöf. Pogosto pa so ji pohitele misli k polnočnici nazaj. Nenavadno umirjena in tiha je bila Tinca oba praznika.

Kar nič se ni jezila, ko je prvi dan po praznikih še in še deževalo, kakor v zgodnji pomladi. V časopisu je brala vremensko poročilo kar samo iz navade. Mimo je gledala in nekaj se je zganilo v njej, kakor rahel klic, ko je na isti časopisni strani brala, da v ubožnici pripravljajo otroke na prvo sveto obhajilo in že zdaj prosijo dobre ljudi, ki bi mogli prispevati za obleke, perilo in vse drugo, kar je za prvo sveto obhajilo treba. Kar hitro se je oblekla in odšla, ko je iz predala vzela vse bankovce, ki so bili pripravljani za nabavo smučarskega dresa. Kmalu je obiskala razne trgovine. Ob uri, ko je navadno cerkev prazna, jo vidimo sedeti prav v prvi klopi pred jaslicami v prijetnem somraku. Božje Dete, ki ga tako zebe v jaslicah, pa je videlo vse polno zavojev in zavitkov v njenem naročju in pri vsakem njenem gibu je zašumel svilen papir; Tinca pa je na tihem molila: »Glej, Jezušček, da te ne bo zeblo! Saj je vse za tebe, kar storimo kateremu izmed tvojih najmanjših bratcev. Ti, Jezušček pa moraš blagosloviti to malo dobro delo in osrečiti tvojega malega bratca in tvojo malo sestrico, ki ju bom jaz ozaljšala za tvoj tempelj!«

V Tinčini sobi pa je bilo kmalu nato vse polno skrivnostnega dela in šumenja s papirjem, zavijanja in zavezovanja. Iz omare, ki ji je bilo predalo vse prevlečeno s svilenim papirjem, je pobrala najraznovrstnejše zavitke: beli otroški čevlji in nogavice, snežno bel pajčolan, sveča, še ovita s cvetjem in zelenjem, venček iz mirtine vejice, mašna knjižica, rožni venček, vse to je bila njihova vsebina. Večji

V življenju so časi, ko se čutimo močne in trdne in se zelo zanašamo na našo zmogljivost. Pogosto nam potem Bog z boleznijo, razočaranjem in neuspehom pokaže, kako slabi smo še in kako zelo potrebujemo njegove pomoči. To ponižanje je grenko, toda krepi našo dušo.

zavoj je vseboval belo volneno blago za obleko; zopet drugi lep kos šifona za perilo; pa še belih svilenih trakov in lasnic in bucik, kar se vse lahko porabi, ko je treba obleči male prvoobhajance.

Vse to je Tinca zložila v karton, zavila v papir in skrbno povezala. V ovojnico je vtaknila še dva bankovca, ki sta ji ostala pri nakupu in še to vtaknila v karton. Še enkrat je prebrala klic v časopisu: »Prosimo, kdo bi hotel pomagati prvoobhajancem v sirotišnici z obleko, perilom i. dr., ko bodo spomladi šli prvič k mizi Gospodovi?«

Skrbno je še napisala naslov na zavitek in drugega — nič. Nobenega imena! Saj je Jezuščku znano, drugim pa ni treba vedeti!

Ali je bil mali Jezušček, ki je prav za Tinco stavil vprašanje, ki ga je prinesel božični časopis? Ali jo je On poklical?



## Modrim iz Jutrovega

Franjo Neubauer

Prišli ste iz jutrovih krajev do Kralja nebes in zemljé, prinesli darov mu bogatih in ste Ga molili klečé.

Ko spavali trudni ste, v sanjah zaslišali ste opomin, da kralj, ki vas vabil je k sebi, ostuden pripravlja zločin.

In niste se h kralju vrnili, napotili ste se drugod, zastonj vas je čakal in čakal in gledal na pota Herod.

Ko ni vas bilo od nikoder, poslal je morilce besneč, a Dete že v noč je zbežalo in v hlevčku ni bilo ga več.

Med ljudstvi ste vi razglasili, da Bog nas prišel je otet in narod poganski številni poslušal vaš glas je zavzet.

Pozdravljeni, kralji vi modri, slovesni slavimo vaš god, prosite, naj k Jezusu zvezda popelje ves zemeljski rod!

# Prehrana zdravega in bolnega človeka

Sivec Milica — (Nadaljevanje)

## Obed

Obedovanje je zelo važno opravilo; za vzdrževanje moči, zdravja in življenja je neobhodno potrebno. Da pa doseže svoj namen, mora biti opravljeno s preudarkom in vso skrbnostjo.

Vsakomur je znano, da v prosti naravi jed bolj tekne in jo povzijemo z večjo slastjo, kakor doma. Čist zrak pospešuje presnavljanje hrane v telesu, lepota narave pa vpliva na naše duševno razpoloženje. Bolj vedri in dobre volje smo, kar je za vsako naše delo, torej tudi za obedovanje velikega pomena.

V poletnem času mnogi radi obedujejo v vrtni lopi ali na odprti verandi, kjer ne primanjkuje ne zraka, ne zelenja in cvetja. Vsi si seveda ne morejo privoščiti kaj takega in ker je pri nas polovica dni v letu hladnih in mrzlih, obedujemo večinoma v zaprtih prostorih.

Gospodinja, ki pripravlja obed naj skuša po svojih močeh priklicati v obednico vse to, kar bi nam nudila narava, če bi obedovali na prostem. Obednica naj bo snažna, dobro prezračena, v poletnem času lahko ostanejo okna odprta tudi med obedom in okrašena z zelenjem in cvetjem. Posebno naj skrbi gospodinja, da v obednici ne bo nadležnih, nesnažnih in zdravju nevarnih muh.

Miza naj bo najskrbneje pripravljena. Snažna naj bo in vsaj v prazničnih dneh tudi v kmečkih hišah pogrnjena z belim prtom. Za svečanostne prilike, n. pr. poroko, birmo, krst, godovni dan in večje praznike v letu okrasimo mizo tudi s cvetjem in zelenjem, če tega nimamo pa s pisanimi trakovi.

Posoda, ki jo rabimo pri obedu naj odgovarja prilikam in razmeram. Za vsakodnevno uporabo imamo bolj preprosto, za svečaneje prilike pa boljšo, dragocenejšo posodo. Glavno je seveda, da je ista snažna in cela. Na kmetih splošno razširjena navada, da vsa družina obeduje iz ene in iste sklede in pipe iz istega kozarca, naj se odpravi, ker daje ugodno priliko za razširjenje nalezljivih bolezni. Člani družine naj zajemajo hrano iz sklede z

zajemalko in jo devljejo na svoj krožnik. Tudi snagi pribora, žlic, vilic in nožev naj posveča gospodinja vso skrb in pažnjo.

Navodila, kako je razporejati posodo, pribor in prtčke na mizo nam nudijo strokovne knjige in praktični gospodinjski tečaj.

Važno je kako polagamo hrano v posodo in jo v njej razvrščamo. Naj ne bo prijetna le za vonj in okus, temveč tudi za oko. Kakor je mikaven vsak lep predmet in ga imamo radi, tako rajše sežemo tudi po lepo pripravljeno hrano. Kako je zlagati in razvrščati hrano po barvi, obliki in okusu na krožnike, spada v poglavje krasilne tehnike. Nazorno nam to kažejo za to pripravljene slike v raznih strokovnih listih, glej n. pr. »Vigred« v oktoberski številki na strani 123. Iznajdljivost skrbne in spretne gospodnje si zna ustvariti vedno kaj novega. Zanimiva bi bila zbirka narodnih okraskov na pecivu, belokranjskih pisanicah itd.

K obedu prihajamo spočiti in dobre volje. Nikdar ne jejmo, ko smo utrujeni, razburjeni in jezni. Tudi strah in žalost škodujeta. Naš organizem v takem stanju le slabo sprejema in presnavlja hrano. Zato je v takih primerih potrebno, da se najprej odpočijemo in umirimo in šele potem pristopimo k obedu.

Rekli smo že, da je obedovanje zelo važno opravilo. Zato je potrebno, da ta čas usmerimo in osredotočimo svoje misli k obedu, ter opustimo vse, kar nas odvraca od tega dejanja. Vsaj ta hip odložimo moreče dnevne skrbi in pristopimo k obedu s pobožnostjo v srcu. Že stari narodi so se zavedali tega in so začenjali in zaključevali obed s pobožno molitvijo.

(Dalje prihodnjic)

---

## Imaš, kar daš ...

Če izžarevaš življenje, boš živa; če razdaješ moči, boš močna; če nudiš lepe misli, boš bogata lepih idej; če prizanašaš, dosežeš sama potrpljenje; če deliš mir, ga imaš sama; če deliš veselje, ti prihaja nazaj kot plačilo.



# Gospodinjska kemija

Ing. Neřima Albin

## Odgovori in vprařanja

Prišel je k nam mrzli val zraka. Zato nas zanimajo topla oblačila. Ker imajo gospodinje mnogo skrbi in opravka z nakupom in izbiro blaga za druřino, so prispela vprařanja, v katerih řeže pojasnil iz raznih panog tekstilne kemije.

Tako nas je naprosilo veĉ gospodinj, da bi pisali tudi o blagoznanstvu in razlořili, kako spoznamo dobro blago.

Za řivili so najvařnejši oni predmeti, ki jih uporabljamo za oblaĉenje in obutev. V pravadnini se je ĉlovek oĉeval najprvo s krznom in kořami raznih řivali. Pozneje se je nauĉil predelovati rastlinska in řivalska vlakna. Do uvedbe strojev se je blago pletlo edino z roko in roĉnimi pripravami. Odtod je ostalo ime »manufakturno blago«, to je blago, ki je napravljeno z roko. Dandanes ta naziv ni veĉ pravilen, ker izdelujejo blago v preteřni veĉini le tovarne s stroji in ga zato pravilneje imenujemo »tekstilno blago«.

Surovine za tekstilno blago so razna vlakna, ki nam jih dajo koristne rastline in řivali. V novejšem ĉasu se je krog prvotnih sirovin znatno razširil, ker se predelujejo tudi rastline in umetna vlakna, ki prej niso sluřila za izdelovanje blaga.

Izmed rastlinskih surovin bi navedli v prvi vrsti bombař, ki se goji v deže-

lah z vroĉim in zmernim podnebjem. Surovi bombař se ocenjuje po dolřini in debelini vlakna. Ćim daljše je vlakno in ĉim tanjše je, tem laže se da presti. Nit dobrega bombařa zgori enakomerno in mirno do kraja in pusti zelo malo pepela. Pri mali koliĉini zařganega bombařa ne zaznamo nobenega duha, veĉja koliĉina pa razvije kisel duh po goreĉem papirju. To pa zaradi tega, ker je v obeh predmetih ista kemiĉna snov, namreĉ — celuloza.

Lan daje daljše niti, od 30—100 cm; zaradi tega je predenje lanenih niti laže od bombařevih, ki so dolge od 1 do 5 cm. Zaradi tega bo tudi razumljiva veĉja trajnost lanenega blaga, ker je blago mnogo jaĉje. Laneno vlakno je sestavljeno v glavnem iz celuloze in nekaj lesenih, gumastih, vořĉenih in beljakovinstih snovi.

Konoplja daje še daljša vlakna, saj je nit konoplje dolga od 100—300 cm. Na prvi pogled je podobna lanenemu vlaknu, toda je debelejša in bolj surova in nima tako lepega sijaja, ki je znaĉilnost lanu. Tudi konoplja je v glavnem sestavljena iz celuloze, ima pa še veĉ drugih primesi poleg onih, ki smo jih našeli pri lanu.

Konoplja in lan se uporabljata za tkanje platna. Poleg tega se uporablja konoplja še pri izdelovanju vrvi in mreže.

(Dalje prih.)

## V naših domovih

### Na potu v novo leto

Franjo Neubauer

Odbila bo polnoĉ,  
veĉ leta ne bo,  
ki vzelo za vedno  
od nas bo slovo.

In novo se leto  
ljubo nasmehljá,  
pozdrav nam zakliĉe  
roko nam poda.

In vrata nam sreĉe  
odpre na stežaj  
in radosti same  
obljubi nam slaj.

Ah, naj ne omami  
obljube nas lař,  
O Jezus, Ti kljuĉ le  
do raja imař.

Zdaj v jaslicah trĉih  
na slami ležiř,  
v ubořtvu in mrazu  
trpeĉ nam veliř:

Nikdar ne bo leta  
za zemeljski dol,  
da ne bi ga muka  
grenila in bol!



## Našim gospodinjam!

Vse naše gospodinje so pokazale prav mnogo smisla za praktično in varčno gospodinjstvo. Kadar pridejo skupaj, si rade pripovedujejo svoja nova gospodinjska in zlasti kuharska dognanja in si na ta način v mnogočem pomagajo pri umnem gospodinjstvu. »Vigred« je že od nekdaj prinašala obilico praktičnih gospodinjskih napotkov svojim bralkam, ki so bile zanje vedno hvaležne. Da bi se to prijateljsko razmerje med Vigrednicami obnovilo in še bolj utrdilo, zato bo v tem koticu vsak mesec prinašala nasvete, napotke, navodila, kuharske zapiske svojih naročnic, ki jih bodo dale na razpolago za tisk. Prav lepo vabimo vse naše bralke, da nam pošljejo ali prinesejo čim več le-teh v naše

uredništvo. Marsikatera gospodinja bo s tem prav mnogo koristila svojim tovarišicam, ki bodo njene napotke praktično preizkusile, jih izpopolnile in vnovič poslale v »Vigred«. Na ta način upamo sestaviti kar lepo zbirko gospodinjskih nasvetov, ki bodo za trajno ohranjeni v »Vigredi«. Nobeni gospodinja se ni treba bati, da bi ne bila dobrodošla s svojimi nasveti; vse, kar se ji zdi primerno za objavo, naj pošlje. V našem uredništvu pa bomo vse uredili, da bo vsem bralkam dostopno in res v korist. Tako pričakujemo od vseh strani najpridnejšega sodelovanja. Gospodinje, pošljite nam in svojim tovarišicam čim več svojih preizkušenih nasvetov in zapiskov! Vsaka številka naj bo polna tega skupnega dela!



## Kuharski zapiski za januar

**Zelenjavna juha.** Skoro vsaka gospodinja si je letos pripravila juhino zelenjavo za zimo, bodisi kar surovo, zmešano s soljo, ali parjeno. Ker je vsa ta zelenjava preveč slana, ne moremo same uporabljati za zelenjavne juhe. Zato si zlasti sedaj, ko še dobimo svežo zelenjavo, za zelenjavno juho pripravimo, narežemo ali nastrežemo vsaj 10 dkg sveže zelenjave, dodamo še žlico vložene in vse skupaj pražimo na masti, maslu ali olju. Potem dodamo žlico paradižnika, odišavimo s poprom, zalijemo z vodo in zakuhamo riž. Okus zboljšamo s kako kocko za juho, z nekaj zribanega parmezana, s koščkom presnega masla ali enim jajcem. Če imamo radi bolj gosto juho, prepražimo še žlico moke ali naribamo krompir.

**Pražen riž.** Riž operemo in s slano vodo počasi skuhamo do mehkega. Riž naj bo mehak, vendar zrna še ne smejo razpadati. V večji kozici segrejemo žlico masti ali masla, stresemo vanj riž in ga dobro premešamo. Tako lahko prihranimo polovico maščobe in je riž le dobro za-beljen.

**Rižev narastek z marmelado in orehi.** Riž skuhamo na vodi ali na kondenziranem mleku. Če smo ga kuhali na vodi, ga nekoliko osladimo. V namazano kozico naložimo izmenoma plast riža, namaženo z marmelado in potresemo z orehi. Po vrhu pokapamo s stopljeno maščobo, polijemo še nekoliko s mlekom in spečemo v pečici.

**Zajček v paradižnikovi omaki.** Domačega zajčka zreži na primerne koščke.

osoli in na segretem olju ali maslu hitro oprazi. Dodaj sesekljane šalotke, paradižnika, zelenega peteršilja in žlico sesekljanih poparjenih suhih gob. Ko se vse sprazi, potresi z žlico moke, zalij s četrta litra dobrega belega vina, potem še z vodo in kuhaj, da se meso zmehča.

**Fižolov golaž z navadno salamo.** 30 dkg belega fižola ali fižolice namakaj čez noč in skuhaj potem do mehkega. Sesekljaj 15 dkg navadne salame, pol čebule in dodaj žlico sesekljane vložene juhine zelenjave, odišavi s poprom ali papriko, kumno in lovorjevim listom. Prepraži vse skupaj na žlici kakršne koli maščobe, dodaj žlico paradižnika in zalij s kuhanim fižolom. Ko še 10 minut vre, je gotovo.

**Božični keksi.** Naredi na deski testo iz pol kg moke, 15 dkg sladkorja, 8 dkg masla, 10 dkg tekočega kondenziranega mleka, 1 jajca, 1 pecilnega praška in 5 dkg orehov. Za dišavo dodaj 1 vanilin, nekoliko cimeta in limonove lupinice. Naredi z mesnim strojčkom kekse in jih speci v dobro segreti pečici.

**Vojna linška torta.** Presej enotne moke na finem situ. Naredi na deski krhko testo iz 30 dkg te presejane moke, 15 dkg sladkorja, 6 dkg masti ali masla, 3 dkg zmletih orehov, žlice kakavovega nadomestka, 1 jajca, ščepca cimeta in klinčkov, pol pecilnega praška in nekaj žlic vode. Zvaljaj pol cm debelo, obloži s tem testom model, namaži z marmelado, naredi iz ostankov testa mrežo, pomazi s stepenim jajcem, ki si ga malo prihranila, in speci v zmerno topli pečici. Potresi močno s sladkorjem in zreži šele prihodnji dan.

## Za pridne roke

1. **Lep zimski kostum iz moške obleke.** Iz stare »frak obleke« ukrojiš kostum, za katerega te bo marsikatera zavidala. Žepi, ovratnik, torbica, zavihli pri rokavicah in klobuk so iz baržuna, ki učinkovito nadomesti krzno. Baržun podloži z vatelnom, križno prešij s strojem, v križišča pa uvezi male pikice s svetlejšo svilo. Vse dele obrobi z vrstico, ki jo spleti prej v kito. Gumbi pri jopici so tudi prevlečeni z baržunom. Namesto torbice si narediš lahko tudi muf iz baržuna.

2. a **Pletene spodnje hlačke** za 6 letne deklice. 180 gr srednjedebele volne, pletilke št. 3. — Pletilni vzorec: 1. vrsta — desno, 2. vrsta — 1 leva, 1 desna petlja. Ti dve vrsti ponavljaj, le desne petlje postavi nad leve itd. Sprednji del prični spodaj, združi obe hlačnici na eni pletilki in dalje primerno razširjaj z dojemanjem. — Zadnji hlačni del prični tudi spodaj in pleti do pasu kot sprednji del. V pasu vpleti gumbnice ter odverži. Levi in desni hrbtni del pleti posebej, tudi od spodaj

navzgor. Desnemu vpleti gumbnice. Za kozo napleti primerno velik kvadratega, ki ga pregani počez in vsi med hlačnice.

3. b, c — **Moški pulover** iz srednjedebele enobarvne volne. — Pletilni vzorec: 1. vrsta: 2 levi petlji, 2 petlji nepletene — nit pelji zadaj dalje, 2 levi petlji itd. 2. vrsta: 2 desni petlji, 2 petlji nepletene — nit pelji spredaj dalje, 2 desni petlji itd. (Nepletene so one petlje kot v 1. vrsti.) 3. vrsta: kot 1. vrsta. 4. vrsta: kot 2. vrsta. 5. vrsta: 2 levi petlji, nepletene petlji pletli križno: najprej 2. petljo (od dveh nepleteneh) zagrabi od zadaj in popleti desno, nato 1. petljo (od dveh nepleteneh)

popleti desno, a šele sedaj spusti obe petlji na drugo pletilko. 6. vrsta: petlje, ki si jih v 5. vrsti pletla levo, popleti levo, a križne petlje desno. 7. vrsta: ponavljaj 1. do 6. vrsto, a vzorec premenjaj. Križne petlje so sedaj leve in desne, a ostale nepletene petlje. — Vzorec se ne vleče ter je zato zelo primeren za moške telovnike.

4. **Iz volnenih in usnjenih ostankov** si napravi lične copatke. Pletemo enostavno kratko nogavičko, na katero prišijemo usnjeno kapico, podplatek in petko. Potem šele uvezemo s pisano volno ličen vzoreček.

5. Igračke za naše malčke iz povoščene platna.

## Nove knjige

»Med pritikavci in velikanj«. Gulliverjeva potovanja. Po Swiftovi povesti mladini pripoveduje Tone Glavan. S slikami okrasil Ivan Romih. Založila Ljudska knjigarna v Ljubljani. Cena 30 lir. — Izšla je ta knjiga, ki jo bodo radi brali ne samo otroci, ampak tudi odrasli. Za Miklavža, za božič, za razne godove je kaj primerno darilo. Že samo po sebi prijetno pripovedovanje čudovitih in zelo verjetnih dogodkov pri pritikavcih in velikanih oživljajo še prav posrečene slike. Vigrednice bodo to novo knjigo rade kupovale svojim, pa tudi same jo bodo prav rade brale.

»Nebeška lestvica«. Povesti za mladino. Spisal Mirko Kunčič. S slikami opremil France Podrekar. Založila Ljudska knjigarna v Ljubljani. Cena 21 lir. — V tej knjigi je zbranih 10 mladinskih povesti Mirka Kunčiča — Kotičkovega strička. Vse smo že brali tu ali tam. Vendar je s to zbirko zelo ustrezno našim malim, da bodo lepo knjigo dobili za Miklavža, za božič, ali pa za svoj god. Naslov je dobila knjiga po osmi povesti, ki se v knjigi imenuje »Juhuhuhu!«, v kateri opisuje otroške igre v prelepi pomladi, ko se vmes prikaže mavrica — nebeška lestvica. Otroci in odrasli bodo povesti radi prebrali in jih zato radi kupili.

**Iz uredništva in uprave.** Pričenjamo novo leto. Prvo številko »Vigredi« pošljemo vsem naročnicam iz leta 1942, četudi nekatere še niso poravnale naročnine. Upamo, da bodo to storile prav kmalu, najbolje kar za obe leti, za nazaj in za naprej. Ako bi pa do konca meseca januarja ne storile svoje dolžnosti, jim druge številke ne bomo več poslali. Vendar smelo pričakujemo, da bodo prav vse razumele, da je le v tem primeru možno redno izdajati list, ako vse, prav vse plačajo naročnino in opozore tudi druge, ki tega še niso storile. Žene in dekleta — Vigrednice morajo pač storiti vse, da ne samo obdrže edini slovenski ženski list, ampak da mu pridobijo čim več novih naročnic. »Vigred« bo znala ceniti to delo in jim bo nudila, kolikor se v danih razmerah največ da.

Ako pazno prelistate to našo prvo številko, lahko ugotovite, da hoče po najboljših močeh vsaki bralki nuditi nekaj, za kar se pač vsaka posamezna zanima. Glavno povest nam je tudi za letos napisal naš najpriljubljenejši pisatelj Jalen. »Vigred« pa bo prinašala poleg raznih dosedanjih rubrik tudi še krajše povesti in otvarja s to številko »Našo posvetovalnico«, na katero še prav posebno opozarjamo. Tako upamo, da bo »Vigred« tudi v novem letu redno obiskovala svoje prijateljice. Kadar koli se katera Vigrednica mudi v Ljubljani, naj se ne pozabi oglasiti pri upravi »Vigredi«, Slomškova ulica št. 1, da lahko osebno prevzame »Vigred« ali prinese vprašanja in odgovore za »Našo posvetovalnico«. Tudi poverjenice, ki so dosegle nagrade, naj se osebno oglašajo v upravi.