

1926 MATI IN GOSPODINJA Št. 11.

Družina.

Ljubezen v družini je ona prvotna moč, ki daje družini pravi smisel. Smisel za družinsko življenje prejme otrok takorekoč že z materinim mlekom. Raste pa tudi z otrokom vred, bodisi, da je ta v zgodnji dobi samo prejemajoči član družine, bodisi kot sodelujočemu družinskemu članu ali celo kot novemu in tvernemu čustvelju v novi družini. Vse telesne, duševne in duhovno vrline neguje, razvija in uporablja družina kot svojo skupno last, mnogo bolj pa jih presnavlja, preoblikuje in oddaja naprej v novo družino. Zbujanje in nogovanje duševnega bogastva, ki vedno krepkeje oprijemlje moč in lepoto družine, je en del družinskega dela, močno sodelovanje v družinskem življenju do zrele samostojnosti družinskega smisla pa druga stran družinskega dela. Oboje pa je bistveni del vzgojne naloge na doraščajočem rodu naših družin. Smisel za družinsko življenje je torej nekaj bistvenega v vsakem človeku; je pa to nekaj tako notranjega v vsakem posamezniku, da do te korenine z golo besedo ne prideš. Pač pa na vnanjih pojavih kmalu spoznaš, če je ta čut za družinsko življenje obolel in če zaradi na zunaj neznanih vzrokov pojema in hira. Saj v današnjih časih niso tako redki slučaji, da se ta ali oni družinski član odtujače družinskemu življenju, da ima zanj le posmeh in iz tega lahko izprevidiš, da nima več smisla za družinsko življenje. Tu je treba poiskati vzrokov za ta pojav, posebno pa je treba premisliti, ali ni današnja doba sama oni vir, iz katerega prihajajo ovire razvoju družinskega čuta, ali niso morebiti tudi še druge sile soudeležene pri tem uničevanju družinskega smisla in čuta. Ko pa so najdeni vzroki tega uničujočega dela, pa je treba najti nasprotnih moči, ki bi bile zmognene družinski čut na novo poživiti. Za to delo pa je treba pritegniti vse moči, ki se že udejstvujejo pri splošni družinski vzgoji.

Kje naj torej iščemo vzrokov za oškodovanje družinskega življenja in smisla zanj? Kako to, da je mnogo mladih ljudi izgubilo nagnenje in veselje za družinsko življenje, izgubilo smisel za družinsko srečo? Odkod to, da nekateri očetje in matere ne najdejo več v družinskem življenju svoje bistvene življenske naloge? Kako, da pri možu in ženi od danes opazimo tako malo zmožnosti za izvrševanje nalog v družini? Ali je morebiti to v zvezi z razvojem naše sodobne mladine? Ali ni v vsej sodobni družbi tako mnogo družin tuje in sovražne tendence? Ali niso v naših ljudeh ostale nerazvite moči in sile, ki pomenijo za človeštvo življenske moči? — Vsa ta vprašanja se porajajo pri razmišljanju sodobne družine. Razmišljajmo o njih in skušajmo polagoma odgovoriti na nje!

Glave pokonci stariši.

Najpogosteje se pritožujejo revni ljudje, da nimajo dovolj za vzrejo otrok. Toda tudi ubožna mož in žena, ki so žalostna sklanjata nad zibeljo, imata v svoji moči, da dasta otroku zakladi.

V prvi vrsti je to ljubezen; ona tesna, intimna osebna zveza, kakoršno najdemo le v resnično krščanskih družinah. Potem pa nežnost in razumevanje. Otroci, ki imajo to, je bogat, otroci brez tega, pa ubog revež, četudi ima vsega blaga na razpolago.

Mati, ki je vedno pripravljena razprostriti roke ter pritisniti otroka na srce, mati, ki se nikdar ne utruja, odgovarjati na otrokova vprašanja, mati, ki zbira svoje otroke okoli sebe, da jih učijo ljubezni do Boga in svojega bližnjega, da otrokom tisočkrat več kot pa tista bogata mati, ki oskrbi otrokom postrežnice, vzgojiteljice, jim napravljajo draga oblačila, kupujejo stotero igračk, ne da jim pa samo sebe.

Pred nedavnim časom je na Angleškem nek mlad, a silno bogat človek stal vsled neke škandalozne afere pred sodiščem. Eden glavnih njegovih zagovorov je bil ta, da mu je mati že davno umrla, oče pa mu ni nikdar dal nič drugega kot denar. Ko je bil šoloobvezen, ga je oče poslal v nek razkošen zavod in ga pustil tam, ne da bi ga sploh kedaj prišel obiskat, ali da bi kdo drugi prišel k njemu iz ljubezni. Bil je samo ubog, zapuščen milijonar za katerega se ni brigal nihče, nihče ga ni ljubil.

Usoda takega otroka je neizmerno bolj nesrečna kakor tistega, katerega stariši morajo trpeti pomanjkanje in mu zamorejo dati le najslabšo hrano in obleko, pa mu zato dajo pravi dom, poln gorkega družinskega življenja.

Zato pokonci glave vi stariši, ki tarnate, da nimate otrokom kaj dati. Dajte jim ljubezni, naučite jih kako naj živijo, učite jih spoznavati božjo modrost, pa ste jim dali neprimerno več kot pa je denar.

Kuhinja.

Smo v času, ko so zrele borovnice, staro domače zdravilno sredstvo proti želodčnim in črevesnim katarom. Borovnice slovijo predvsem radi svojega bogastva na blagodišečih sadnih kislinah, redilnosti, kakor tudi radi sladkorja in čreslovitega barvila, ki ga vsebujejo. Ker imajo borovnice lastnost, da vlečejo skupaj in zabranjujejo kisanje (vnetje), jih uporabljamo ne samo za črevesne bolezni, temveč tudi kot izvrstno sredstvo proti obolelosti sluznic. Tako n. pr. rabimo razredčen borovničev sok za grgranje in izpiranje ust in zobnega mesa ter pri katarih v jabolku, grlu in vratu; ako nam prihaja iz ust slab duh, si jih moramo prav tako izpirati z borovničevim sokom zelo dobrodejno na sluznice. Tako sveže, kakor suhe borovnice nam služijo proti driski in želodčnim

krčem. Tudi čaj iz borovničevih listov se priporoča posebno tistim, ki trpe na sladkorni bolezni. Pri driski upliva čisto najboljše požirek borovničevega vina. Enako kakor tudi uživanje svežih ali posušenih borovnic, ki jih seveda moraš dobro prežvečiti. Ker sloni učinek v znanem modrilu kože, mora biti tkočina z obolelimi deli čim dalje v dotiki, oziroma mora priti z njimi vsaj večkrat v dotik. Ako dalje časa in pogosto ponavljamo izpiranje ust z borovničevo vodo, učinkuje to zelo zdravilno pri lišaju na jeziku, kateremu so podvrženi zlasti kadilci. Tudi pri lišajih in izpuščajih na koži so priporočljivi ovitki iz platnenih krp, namočenih v borovničevi; vendar naj to delajo samo izvedenci. Zelo pogosto uporabljamo, kakor že omenjeno, borovničevo vodo za grgranje; eno do dve čajni žlički neoslajenega borovničevega soka na en četrt litra vode segrejemo do 20° C. Borovničev sok iz posušenih jagod napravimo na sledeči način: pol kg posušenih jagod polijemo z 2 litri sveže vode ter jih pustimo stati 24 ur na toplem. Nato jih kuhamo počasi toliko časa, da se strdijo v precej gost sirup, jih precedimo skozi gosto sito ter prideneo 1 gram borove kisline, ki se dobi v lekarni. Med vednim mešanjem zgostimo sok počasi še nekoliko na ognju nakar ga popolnoma ohladimo in napolnimo z njim male steklenice, ki jih dobro zapremo. Ako rabimo sok za grgranje, ga moramo razredčiti po zgornjem navodilu. Posušene borovnice denemo v steklenice in nalijemo nanje dobrega žganja. Kadar rabimo, se deno tega žganja eno kavino žličko v 1/2 litra zavrele vode in še gorko spijemo, ako nas nadleguje driska. Posušene borovnice so dobre tudi za kompot ako jih skuhamo in dodamo nekoliko sladkorja. Poznan gospoda, ki je imel v ustih vnetje (slinovko) zdravnik mu svetuje naj žveče jagode borovnice sveže ali suhe, ki naj jih samo prevre. Res v par dneh so se usta popolnoma pozdravila. Tudi sok, ki ga napravimo iz borovnic, je zelo okusen.

BOROVNICEV SOK.

Dobre zrele borovnice operi in jih stresi na rešeto, da se očeejo. Potem jih postavi za par dni na hladen prostor, da se nekoliko zmlade. Nato jih dobro stlači z rokami ali tolkačem in jih pustij še en dan. Nato jih ožmi skozi prtič ter pustij, da stoji eden do dva dni, da se sok očisti. Tedaj ga zopet precedij na zmoženim, dobro ožetem prtiču, ki ga priveži na stojeve noge. Zmeri sok, zlij ga v čisti lonec in pridene na vsak liter borovničevega soka 80 dkg sladkorja. Postavi na ognjišče, da vre 7—10 minut, medtem pobiraj peno. Nekoliko ohlajenega deni v suhe in ogrete steklenice, popolnoma ohlajenega zamaši z zamaška, ki jih zapečati, kar pa ni neobhodno potrebno.

STENSKE URE F. ČUDEN
Prešernova ulica 1

V vsako hišo Domoljuba!

BOROVNICE V KOZARCIIH.

Borovnice strebi, ojeri in stresi na rešeto, da se odteko. Nato stresi 2 litra borovnic v lonec in jim pridene tri četrt kg sladkorja, postavi na ognjišče in počasi kuhaj, da se zgoste. Nekoliko ohlajene stresi v ogrete kozarce in ko se popolnoma ohladi, jih potresi po vrhu s salicilom. Zaveži jih s prgamentnim papirjem in shrani na suhem prostoru. Te borovnice lahko otrokom mažeš na kruh ali jih porabiš za močnata jedila. M. R.

Vrt.

Odcvetele so potonke s svojimi velikimi, polnimi raznobarnimi cvetovi. Potonka je vsepovsod udomačena in priljubljena cvetica. Ko se je ukoreninila, ne potrebuje skoro nobene střežbe. Potonke so rane, srednjerane in pozne. Rane so potonke grmotke, ki imajo olesenela stebila in cveto v prvi polovici majnika. Barve so rožaste z zelo velikimi cvetovi. Za njo zacvete potonka temnordeče in prelepe barve, ki je najbolj razširjena po naših kmetijskih vrtovih. Za to nas razveseljujejo s svojim belim, rumenim svetlo in temnordečim cvetjem pozne potonke, ki cveto v prvi in še nekaj časa v drugi polovici meseca junija. Razmnožujejo se vse potonke z razdeljevanjem korenin. Čas za razdeljevanje in pomnoževanje je druga polovica meseca julija in cel avgust. Korenine se razdeljujejo na sledeči način: Okoli grma se odkopije zemlja. Potem se s špičasto lopato odreže prav previdno in kolikor mogoče globoko del korenine, ki je namenjen za presaditev. Te odrezane korenine posadimo tako globoko kot so bile prej. Stebla, razen dveh, porežemo nad korenino. Če je suho, zalivamo nekaj dni. Cvete navadno šele drugo leto po presaditvi. Belocvetne potonke so doma na Kitajskem. Drugobarvne pa rastejo divje po gorskih gozdovih južne Evrope. Pozne potonke imajo prav prijeten duh. — Bela lilija. Prelepa je v svoji deviški lepoti. Zacvete navadno za god svetega Alojzija, kot simbol njegove deviške čistosti. Letos je vsled vednega deževja za par dni zakasnela. Poleg svoje lepote ima v stebli in v cvetu tudi zdravilno moč. Poglej iansko številko koncem junija, kjer smo popisali, kako se izrabi zdravilna moč stebila in cvetja. Lilije spadajo k rastlinam čebulnicam. Razmnožujejo se z razdeljevanjem čebulj. Razdeljevati jih je najboljšo takoj ko odeveto, ker presajene v začetku julija cveto takoj drugo leto, pozneje presajene pa kaj nerade. Lilije prezime brez odeje. Če imajo dobro pognojeno zemljo in solnčno lego, imajo na enem stebli mnogo velikega cvetja. Njihov duh prepoji ves vrt. Pri okopavanju in pletju je paziti na to, da se ne rani korenin čebulnic. Ranjena korenina se nobena ne popravi, da bi cvetela tisto leto.

Poleg belih lilij so še drugobarvane, ki so tudi lepe a ne dosežejo finosti bele lilije ali limbarja. Po barvi so druge lilije rumene, rumeno-pegaste in rdečkaste. Med rumenimi so nekatere vrste, ki pripadajo k sadikam koreninam. Cvetice trajnice so pa vse vrste lilij. — Glede vrtnic, ki so do

malega prvič že vse odcvetele, je pripomniti tole: Odcvetele cvete porežemo tik nad očesom, da iz očesa lepše požene nova sveža mladika.

V mesecu juliju bodo cvetele dalje, ki jih privežemo h količem, da jim veter ne polomi stebel. Cveteli bodo nagelji, oslužniki in naprstniki, zvončnice, vrbene in še druge poletne cvetice. Od cvetnih obrbkov pohitimo še h gredicam zelenjadnicam. Poletna solata noče umreti, želi, da najlepšo zaznamujemo s količem in jo pustimo za seme, da spomladi pomnoži svoj zarod. Eadivija pravi: presadi me in na novo nasej, da me boš imela tudi v pozni jeseni in še pozimi. Paradižniki hočejo, da jim poščiplotno zalistnike in jim glavna stebila privezujemo h količem. Kumare žele, da jim razpeljemo in osipamo plodne poganjke, neplodne pa odstranimo. Zimska redkev, repa, špinača, motovilec, radič in kolerabe nam zatrjujejo, da je še čas, da jih na novo nasejemo. Jagoda vzdihuje: tako slabim, ker mi vrtnarica ne poreže nadležnih dolgih vrvic, ki se plazijo po tleh. Vrtnarica usmili se jagode! Dišavnice cveto, nam na ljubo žele, da jih povežemo v cvetju, povežemo v šope in posušimo v senci. K dišavnicam spadajo: bazilika, setraj, majaron, krebulca, materna dušica, poprova meta, melisa, zdravilna kadulja (zavbelj), sivka, pelin, janež in vinska rutica.

Zdravje.

Bolha v ušesu. Vtakni konec ženske kite v uho, skokica skoči v lase. Pomaga tudi žlička olja če držiš glavo navzdol in napadeno uho navzgor, priplava žival na olju na vrh. Kjer je zdravnik v bližini te reši hitro muke.

Ščipanje in klanje napada rado otroke. Skuhaj gomilični čaj in dajaj otroku gorkega po žlički ali stolec majarona in daj par kapelj soka. Se dobi tudi v lekarni. Segrej pa tudi laškega olja in maži otroku trebušček. V lekarni dobiš tudi lorberjevo mazilo, staro zdravilo za otroške krče in klanje.

Božjastnega otroka ne smeš stresati. Ne dajaj mu vina ali žganja in ne ruskega čaja ali prave kave. Koplji ga večkrat v izkuhi materine dušice, hrane mu dajaj raje večkrat po malem kakor dosti na enkrat. Vse kar napenja, škoduje božjastnemu.

Obramba proti nalezljivim boleznim

V. Škratinka.

Škratinka je bolezen otroške dobe, zbole pa tudi odrasli ljudje. Povzročitelja ne poznamo. Verjetno je, da jo povzročata neke posebne vrste živalica ali glivica, ki se v telesu bliskovito razmnoži. Najprej se nastani v ustih, v grlu in požiralniku, nahaja pa se tudi v luskinah in v prahu, ki odpade s telesa po prebolenju. Vhod v telo mu nudi ustna in nosna votlina.

Povzročitelj škrlatinke je odporen proti izsušenju, zato je prenos bolezni po olupljeni koži mogoč tako dolgo, dokler se bolnik popolnoma ne olupí. To traja

VI. OSLOVSKI KAŠELJ.

Ta bolezen je nalezljiva za otroke do 10. leta in zelo nevarna deci do 4 let. Povzročajo jo majhen bacil, o katerem pa nam ni znano drugega kakor, da se ne giblje in da je zelo malo odporen proti zunanjemu svetu in razkuževalnim sredstvom. Tudi to še ni dognano, ali je odkrit res pravi povzročitelj oslovskega kašlja in kako dolgo ga bolnik lahko raznaša po okolici. Opazovanja sicer dokazujejo, da je ta kašelj začetkoma jako prenosljiv, pozneje pa pojenja njegova nalezljivost. Otroci s prvimi bolezenskimi pojavi so najbolj nevarni za prenos bolezni.

Bacil oslovskega kašlja se naseli v sapniku na mestu, ki je za kašelj posebno občutljivo; tu se razmnožuje, izloča strupe in vzbuja močne izbruhe kašlja, izraženega v napadih. Povzročitelja nahajamo v izpljuvkih in sluzu grla, ust in nosu. Prehaja direktno od bolnika po kapljicah, nastajajočih pri kašljanju, dihanju, kihanju in govornju — edini način, po katerem se širi ta bolezen po zdravi okolici. Prenos po okuženih predmetih (obleki, jedilih in pijači) je mogoč, a ni dokazan.

Za oslovski kašelj obstoji prijavna dolžnost. Poglavitno, kar moramo storiti je, da odstranimo otroka v posebno sobo, v kateri spi in prebiva ločen od zdravih. To je najenostavnejši in najboljši način, ki prepreči širjenje te bolezni. Priporočljivo za bolnika so mlačne kopelji in osnaženje po vsakem napadu. Krpe, s katerimi smo ga brisali, moramo namočiti v razkuževalno tekočino ali pa jih sežgati. Kako vedno in povsod, tako je tudi tukaj osebna snaga jako na mestu, dočim pa razkuževanje nima mnogo pomena, ker povzročitelj oslovskega kašlja zunaj bolnikovega telesa nima obstanka in naglo pogine.

Oslovski kašelj je nevarna otroška bolezen in zahteva od obolelih do 10 odstotkov življenjskih žrtev. Pri nas v Sloveniji imamo letno po 100 smrtnih slučajev. Spada med bolezni, katere dobimo le enkrat v življenju.

navadno šest tednov, zato mora ostati toliko časa izoliran v posebni sobi. Po prebolenju se bolezen navadno ne ponovi nikoli več v življenju.

Slično kot davica se prenaša škrlatinka z drobnimi kapljicami, nastajajočimi pri kašljanju, dihanju, kihanju in govornju. Največ jo raznesejo po dotiku bolnika, s poljubovanjem, po igračah, knjigah in odpadajočih kožnih luskinah. Tudi prenos po živilih ni izključen, svoj izvor pa ima vedno v okuženem človeku.

Zatiranje škrlatinke vršimo z vestno osebno snago, umivanjem rok pred jedjo in po dotiku bolnika s sanitolovo tekočino. V bolnikovi sobi naj bo vedno pripravljena posoda za umivanje. Oseba, ki streže bolniku naj ima svoj plašč ali vsaj predpasnik, katerega obleče, ko stopi v sobo ter ga odloži pri odhodu.

Poglavitno pazljivo posvečajmo tekom bolezni bolnikovim izločkom iz ust in nosu. Zbirajmo jih v posebnih posodah ali pljuvalnikih ter jih polivajmo s sanitolovo vodo. Šele po preteku treh ur jih smemo izprazniti na gnojšče. Pri tem ne pozar

oimo na temeljito očiščenje posode od zunaj in po robovih. Obvezila in krpice, s katerimi brišemo bolnika, moramo sežgati ali pa jih namočiti v sanitolovi raztopini. Isto namočimo pred pranjem vse žepne robce, brisače, perilo, posteljnino, pa tudi strežnikovo obleko in perilo drugih sobprebivalcev. Z vso marljivostjo čistimo sobna tla, posteljo in steno pri postelji, skratka: ne prezrimo nobenega predmeta, da bi ga odtegnili razkuževanju. Tudi voda, s katero umivamo bolnika, mora biti razkužena z enako množino apnenega mleka, predno jo izlijemo iz posode.

Z vso pazljivostjo moramo izvesti tudi končno razkužitev po ozdravljenju. Posteljnino, perilo, slabšo obleko itd. namočimo v sanitolovo raztopino ter pustimo, da stoji čez noč, šele drugi dan jo smemo oprati. Priporočljivo je tudi prekuhanje perila v vrelem lugu. Tla, klopi, stole in druge lesene predmete umijemo z razredčenim sanitolom, s katerim odrgnemo tudi blazine in žimnice; boljše obleko pa prelikamo ter jo obesimo na sonce. Končno prebelimo bolnikovo sobo ali pa jo razkužimo s formalinom.

Ker je škrlatinka po svojih posledicah zelo nevarna bolezen, moramo naznaniti vsak tudi najlažji pojav in vse storiti, da se ne razširi po okolici.

Obleka.

Odpravljanje madežev.

Krvave madeže izperemo hitro z milom in gorko vodo. Močno belo tkanino namili suho in deni na sonce. Ko izgine na solncu madež, izperemo milo. Barvano blago namoči v osoljeni vodi in izperemo kadar je izjedla sol kri, ne jemlji pa sode, ki razje barvo. Pri občutljivi barvi naredi krompirjev škrob, namaži z njim madež in odkrtači kadar se posuši. To ponavljaj, dokler ni izpil škrob madež. Če pereš, jemlji pri fini tkanini le benečansko milo.

Lak omeščaj z špiritom ali terpentinom in izdrgni. Kar ostane zperemo z bencinom ali kloroformom. Če dopušča to barva in tkanina omadeževanega blaga, kuhaj več ur v lugu. Lak ne gre rad ven. **Lino** izpereš z vročo vodo. **Lugove** madeže izperemo hitro iz volne in pokapaj s kisom. **Pikerjeve** madeže izpereš z bencinom ali z razredčenim špiritom.

Lapisove madeže moči z raztopino petih delov kuhinjske soli v 40 delih vode. V 500 gr vode raztopi 3 gr salmiaka in 3 gr sublimata.

Mlečne madeže izpereš iz črnega in iz modrega blaga z zmesjo 4 žlic salmiakovca, 4 žlic vinskega cveta in žlice soli. Moči in drgni z volneno krpico in izperemo s čisto vodo. Za druge barve rabi bencin ali vodo in marziljsko milo.

Mušje pike moči z kostanjevo vodo in izbriši s čisto ruto. **Mastni** madeži so sitni, če jih je povzročila vrela mast. Blago pristne barve se pere lahko z vročo vodo in milom, tudi z sodo. Največ se rabi bencin in špirit, ki pa ne izčisti masti popolnoma. Dobra so v začetku navedena čistila štev. 11, 10, 6, 2, 1, kakor tudi sledeče: Vzemimo žlico salmiakovca na osem žlic

vode, namoči krtačo in peri umazana mesta. Ali pa: sveže madeže namaži na obeh straneh z belo glino. Ko se je napila glina jo izkrtači, zmešaj krede, volovjega žolca in rmenak, namaži madež in izperemo po preteku šestih ur. Ali pa: peri madež z žolčnim milom. Za madež v suknu raztopi 25 gramov stolčnega boraksa v pol litra kropka. Ko se ohladi peri sukno s krtačo, namočeno v tej vodi in posuši s krpo. **Mastne** suknene ovratnike namaži z vročim mizarskim limom in pusti, da stoji štiri ure. Nato namaži na lim vročega zelenega mila. Ko je stalo to šest ur, namoči krtačo v žganje in odkrtači lim in milo. Niti uravnaj nazadnje še s tem, da pomoči krtačo v toplo vodo in potegnesh po njih. Tako snažiš ovratnike ali sploh mastne madeže v suknu. Salmiak, rmenak, krompirjeva voda, tudi pomagajo.

Tudi izpereš mastne madeže vseh vrst s fižolovo vodo, krompirjevim škrobom, bencinom, jantarjevim prahom, kruhom, kredo, magnezijo. Belo magnezijo osuši na ognjišču, napoji jo z bencinom in namaži to kašo štiri milimetre na debelo na madež. Kadar se posuši magnezija, izkrtači in če je madež še tu, ponovi proceduro. Lahko pa tudi zmešaj v steklenici 4 grame amoniaka, 4 grame citronovega in 4 grame bergamotovega olja. Ko se očisti, kani par kapljic na madež in posuši s pivnikom. Vzemimo enak del vode in amoniaka, zmoci madež in položi nanj pivnik, na pivnik pa gorko železo. Tudi tole pomaga: Deni na madež debelo plast krompirjevega škroba. Ko stoji 24 ur, izkrtači. Kuhaj v pol litra vode 30 gramov milne korenike. Ko se vkuha za polovico, odstavi, da se ohladi. Precedi in prilij 20 gramov amoniaka, zmoci madež in izperemo s krtačo in vročo vodo. To čistilo je dobro za občutljive tkanine, ki ne prenašajo mila, in pomaga tudi za olje in smolo.

Kako si ohranim zdrave noge.

Tisoči in tisoči bolehalo na tem, da imajo noge ali otekle ali razbolene z raznimi izpuščaji, krčne žile, kurja očesa, ozeblino in ne vem kaj še vse.

Zdravniki raznih držav so ugotovili, da posebno revnejši sloji trpijo na bolnih nogah prvič radi neprimerne obutve, drugič napačne prehrane ter radi pomanjkanja svežega zraka in sonca. Otroku noga oboli že, če nosi premajhne ali prevelike nogavice. Pri odraslih pa nosijo glavno krivdo čevlji. Od desetih oseb, posebno ženskah, jih nosi devet premajhne čevlje. Ozek čevljev neprestano nekje na prste pritiska in čisto naravno obrambno sredstvo se napravi samo s tem, da se dotično mesto po večkrat preraste. Na ta način nastane kurje oko.

Zmotno je mišljenje, da ima kurje oko korenino. Ne, kurje oko le večkratno prevlaka kože, katera ima v sredini tudi jedro in to jedro pritiska na živec ter povzroča bolečine. Zato pa razni obliži ali odstranjenje kurjega očesa pomaga le začasno. Ako ostaneš pri isti ozki, tesni obutvi, se bo kurje oko kaj kmalu zopet pojavilo.

Da si noge utrdiš in če hočeš živeti brez teh nepotrebnih nadlog, nosi predvsem primerne čevlje. Za tistega, ki to more, priporočajo mnogo »broditič« po morški vodi, ker morska voda vsebuje sol in nekoliko joda. Kadar imaš razgrete noge, koplji jih v mlačni vodi v kateri si raztopil pest navadne kuhinjske soli.

Praktični migljaji.

Vrzi kos bukovega ali drugega oglja v kozarec ali vazo, v kateri imaš cvetlice. Oglje čisti vodo, jo ohrani svežo kakor tudi cvetlice.

—o—

Kadar odstranjuješ madeže iz obleke z bencinom, prideni istemu malo soli. Če tako storiš, bo oni umazani rob okoli mesta, ki ga čistiš, izginil.

—o—

Če ima otrok krče, je najboljšo, da ostane kolikor toliko miren, moči mu glavo z mrzlo vodo, noge pa z vročo, v katero si dejala nekaj gorčice. Život pa zavij v rjuho, ki si jo izžela v gorki vodi. Med tem pa po zdravnika.

—o—

Kadar rastepavaš beljak, prideni kavino žličko vode. Mnogo preje se bo beljak spenil, kar prihrani čas in delo.

—o—

Satinovo perilo peri v gorki vodi pomešani z boraksom. Belo svileni pa ohraniš v prvotnem stanju ako zadnji vodi v kateri izplakuješ dodaš 4 koščke sladkorja.

—o—

Mrzel veter škoduje očem. Izvrstno sredstvo je, da zjutraj in zvečer izpiriš oči s svežim mlekom v katerega prideni par kapljic vroče vode, da bo mleko mlačno. to te zamudi le dve minuti, osveži pa oči in trepalnice.

—o—

Kos muslina poškopri s kisom. Tedaj brez skrbi zavij sir in se ti ne bo posušil.

Iz otroških ust.

Učiteljica preizkuša učence, če so trdni v poznavanju števil. V ta namen ji pripovedujejo: »23«. Učiteljica napiše 32. »45«. Napiše 54. »72«. Napiše 27. Ves razred molči. Zdaj zakliče Joško: »88. Pa to obrnite, če morete!«

Mati: »Tonček, steci hitro k mesarju in poglej, če ima sveže telečje noge (parklje)!« Čez nekaj časa se Tonček vrne in in pravi: »Nisem mogel videti, mama, ker je mesar obut.«

»No, Slavko. Kdo pa je bil v tvojem razredu najbolj len?« — Slavko: »Ne vem, ata.« — Ata: »Boš vendar vedel: kdor je zmeraj sedel, pa nič delal, če so vsi drugi pisali.« — Slavko: Ja, seveda, gospod učitelj.«

d »Brezalkoholna Produkcija«, Ljubljana, Poljanski nasip 10/VI, pošlje vsakemu naročniku »Domoljuba« zanimiv cenik brezplačno. Zahtevajte ga takoj; ne bo vam žal!

Naznanila.

Vrhniška orliška srečja vabi dne 18. julija na popoldansko prireditev, ki bo vsa samo ženska prireditev naše organizacije. Po krščanskem nauku, ki bo ob dveh, se vrši tabor pred cerkvi. Ob pol štirih bo telovaden nastop v znani farovski dolini. Nastopijo članice 8 krožkov. Polovična volja je dovoljena. Udeleženci kupijo pri odhodnih postajah cele enosmerne, na obratni strani z postajnim žigom žigosane karte, katere jim veljajo tudi za povratek, ako se izkažejo s potrditvijo o udeležbi na prireditvi. Potrdila bomo izdajale na telovadišču pri blagajni.

n Preska pri Medvodah. Ljudski oder iz Ljubljane gostuje v nedeljo dne 18. julija ob 3. uri popoldne v Društvenem domu v Preski. Uprizorila se bo splošno priljubljena in humorjopolna burka v petih dejanjih »Stabilent«, ki vzneta cele salve smeha. Ta igra se je povsod uprizorila z največjim uspehom in v splošno zadovoljnost.

»Podružnica SDZ za ribniški okraj ima v nedeljo 11. julija 1926 ob 3. pop. VIII. redni občni zbor v dvorani KID v Ribnici. Ker je občni zbor radi volitev velike važnosti, so je gotovo udeležite vsi člani! — Za odbor: Franc Fric, t. š. pred.

Na Trsat! Kat. prosvetno društvo v Škofji Loki sporoča, da se priglasi in vplačila za romarski izlet na Trsat sprejemajo še nadalje. Sprejemajo se tudi udeleženci z Dolenjske in sicer na postajah: Višnja gora za ceno Din 190, Trebnje 125 Din, Novo mesto 120 Din, Črnomelj 105 Din, Metlika 100 Din. Upamo, da se nam bodo lahko pridružili tudi taki, ki se vozijo z režijskimi kartami. Tozadevno rešitev bomo objavili. Vozni red je sledeč:

| | | |
|--------------------------------------|----|-------|
| Tja: | | |
| Odhod iz Škofje Loke dne 13. avgusta | ob | 21.35 |
| prihod v Medvode | > | 21.47 |
| > > Vižmarje | > | 21.57 |
| odhod iz Ljubljane | > | 22.30 |
| prihod v Višnjo goro | > | 22.20 |
| > > Trebnje | > | 24.00 |
| > > Novo mesto | > | 1.30 |
| > > Črnomelj | > | 1.40 |
| > > Metlika | > | 2.10 |
| dohod na Sušak 14. avgusta | > | 9.09 |
| Nazaj: | | |
| Odhod iz Sušaka dne 15. avgusta | ob | 19.00 |
| prihod v Metliko | > | 1.30 |
| > > Črnomelj | > | 1.40 |
| > > Novo mesto | > | 2.50 |
| > > Trebnje | > | 3.20 |
| > > Višnjo goro | > | 4.10 |
| > > Ljubljano | > | 5.15 |
| > > Vižmarje | > | 5.37 |
| > > Medvode | > | 5.47 |

> > Škofjo Loko 16. avgusta > 6.00
Hitite a priglasi. — Za Kat. prosv. društvo v Škofji Loki: Lovro Planina, t. š. predsednik.

Velika veselica v St. Vidu nad Ljubljano. Udruženje vojnih invalidov, vdov in sirot, Krajevni odbor v Ljubljani, priredi v nedeljo 11. t. m. v St. Vidu v dvorani Društvenega doma pri pogrnjenih mizah veliko veselico z enodejanjkami, vokaligri »Kakršen gospod tak slugac in »Nastreseneec. Med odmor komični prizori in preta zabava. Kdor se hoče v resnici nepriljubljen nazmejati in zabavati, naj ne zamudi posetiti te veselice. Začetek ob 4. uri popoldna. — Ker je pribitek te prireditve najpogostejša ugodna opazilna uspešna oazis vabi k obilni udeležbi — odbor.

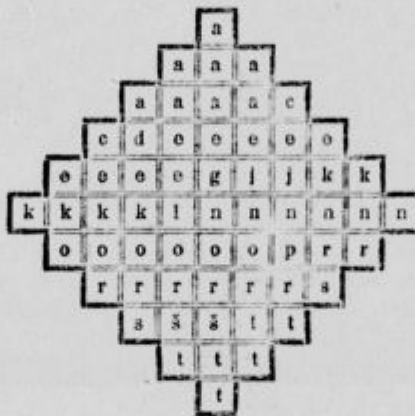
Šmartno pri Litiji. Glasno društvo priredi 8. avgusta t. l. veliko godno veselico, na kar opozarjamo že danes vsa sosedna bratska in prijateljska društva. Cisti dobiček je namenjen za novo motorno brigadno. Priporočamo se za najobilnejšo udeležbo. — Odbor.

Koliko znaš misliti.

8. Demaat.

(Rihteršč Boris, Celje.)

(Šteje 4 točke.)



Besede pomenijo: 1. Samoglasnik. 2. Žensko krstno ime. 3. Moško krstno ime. 4. Koroško. 5. Del Kranjske. 6. — 7. Delo nove zavese. 8. Obrtnik. 9. Otok v Sredozemskem morju. 10. Poljska rival. 11. Soglasnik.

V srednji vrsti in od zgoraj navzdol čitaš ime in priimek slov. pesnika.

7. Premena.

(Rihteršč Boris, Celje.)

(Šteje 3 točke.)

o s
• • •
• • • •
• • • • •
s t o l a r

Besedo »os« spremeni v »stolar« tako — da prestavljaš črke ter vedno dodaš eno novo.

Rešitev ugank št. 5. in 6.

St. 5. Knjigovodja.

St. 6. Mati očka sanje veste vino miza šivanka otrok kava perica prah

Mačka ne lovi miši v rokavica. V reševanju ugank od 1—6 so dobili največ točk Rajko Grimšek, dijak, Preserje pri Ljubljani — 16 točk, Franc Kolman, Bled — 14 točk in Ljudevit Domanjko, Zihava — 14 točk. Točke vseh šestih ugank znašajo 19. Imenovanim so se poslale nagrade: Grimšek je dobil povest: Otroci kapitana Granita, Kolman in Domanjko pa povest Kazan, voljši pes.

Neki hotel nekje na Angleškem je bil že poln gostov samo ena soba je bila še prosta. »Ali jo hočete?« vpraša gosta sobarica. Seveda, toda ali je tekoča voda v oddoljni sobi? »Ne,« pravi sobarica »prejanih teden so streho popravili.«

Ivanček: »Gospodična me je po šoli izpraševala. Mati: »Kaj pa je hotela vedeti?« Ivanček: »Hotela je vedeti, če imam še kaj bratov in sester. Mati: »In kaj je rekla, ko si povedal, da si edinec?« Ivanček: »Hvala Bogu je rekla.«

Denar

je od nekega časa postal redek. Vedno težje postaja pridobivati si ga. Ali življenje primorava vsakega na borbo za obstanek in kdor hoče v tej borbi zmagati, mora biti zdrav, svež in uporen. Zatorej uporabljamo pri utrujenosti, oslabilosti, nervozni in vsled tega povzročenem nespanju, Fel-

lerjev blagodišči »Elsaluida«, ki osvežuje, krepki mišice in živec, lajša bolečine. Kot nam vedno iznova potrjujejo, Fellerjev Elsaluid tudi pri močnih reumatičnih bolečinah izvrstno deluje. Dober kosmetikum. Močnejši, štedljivejši in boljšega delovanja kot francosko žganje. 6 dvojnatih ali 2 veliki specialni steklenici za 63 Din, 12 dvojnatih ali 4 velike specialne steklenice za 99 Din, 36

dvojnatih ali 12 velikih specialnih steklenic za 250 Din, že obnemem z zabojem in pošiljno razpošilja po povzetju ali proti vnaprejšnjemu denarju lekarnar Eugen V. Feller v Stubiški Donji, Elsatrg 16, Hrvatska. — Posamezne steklenice »Elsaluida« po znižani ceni 9 Din v lekarnah in sorodnih trgovinah.

ZAHVALA.

Prilikom velikega požara v Prigorici je tudi meni pogorela hiša z vsem gospodarskim poslopjem. Kljub temu, da nisem še plačal premije in tedaj tudi nisem bil v posesti police, mi je zavarovalna družba »Jugoslavija« izplačala odškodnino v mojo popolno zadovoljnost tako, da čutim prijetno dolžnost, da se družbi javnim potom zahvaljujem ter je vsakomur priporočam.

PRIGORICA PRI RIBNICI,
dne 13. junija 1926.

Franc Nosan m. p.

HARMONIJA dobro ohranjen, poraben za manjšo cerkev, napročaj. — CIRIL ZRNEC, organist, Begunje, Gorenjsko, 4632

KRAVARICA zanesljiva, starejša in snažna ženska, se sprejme takoj pri upravi graščine Križ pri Kamniku. 4564

POZOR KROJAČI, ŠIVILJE, NEŠIVILJE, kateri se hočete naučiti samostojno krojiti po vseh podobah, da si sami napravite kroje, ne pozabite obiskati pri krojevalnega tečaja Krojna šola, Ljubljana, Stari trg 19, ki je zadnji v tej sezoni z znano ceno za revnejše. Vsak učencec ima potom vodstva dobiti ceneje šivalni stroj s 15 letno garancijo. Pričetek 12. julija.

la GONILNA JERMENA in MLINSKE KAMNE

za vsakovrstno meljavo ima po konkurenčnih cenah na zalogi trvdka

CADEŽ & BRCAR, LJUBLJANA
Kolodvorska ulica 35.

Zlatnike v Zlatorog terpentinovem milu so našle sledeče osebe: Nežika Babšek, Rudnik št. 7, pri Ljubljani. Vinko Naroglav, Trbovlje—Loke 283. Urška Klemenčič, Oštrc pri Kostanjevici, Marija Kera v Kranju, Marija Mihelič, Slov. Javornik, Marija Kosi, Hanjdl št. 16, pošta Vel. Nedelja, Franciška Merlak, Drenov grič 37 pri Vrhniki, Anton Kriger, učencec, St. Jernej, Gosp. Srgnetič, Jastrebarsko kod Karlovca, Bara Žitković, Zagreb, Ilica 76, Stefanija Božidar, Zagreb, Draškovičeva ul. 23, Angela Kočar, Stranje pri Kamniku, Marica Radić, Bjelovar, gestiona Škuna,

POSESTVO S HIŠO

obsegajoče zemljišče za 20 mernikov posstve in dobre krme za štiri govedi, napročaj. Pri posestvu tudi primerno gozda in sadnega drevja. Kupnina po dogovoru. Več pove posestnik JANEZ ŠTRUBELJ, Zglavniča pri Polšniku, pošta Sava