

MATI IN GOSPODINJA

LETO 1930 — STEVILKA 21.

Dr. Ant. Breclj:

Arterioskleroza.

(Od več strani smo prejeli željo, naj pišemo o tej bolezni. Naš priznani strokovnjak, dr. Breclj se je naši želji rad odzval in poslal sledečo razpravo.)

S to grško skovanko (arteria = žila odvodnica in sklerosis = trd) označujemo bolezen, ki nam žile otrjuje in celo apneni (z apnenimi solmi pre-paja), po naše bi ji torej rekli *otrije-nje* ali *poapnenje žil odvodnic*. Bole-zen ni redka, a strah pred njo je v nekih krogih naše družbe večji kakor pred jetiko in rakom i odtod je na-stala želja, naj »Domoljub« kaj izpre-govori o arteriosklerozi.

I. Uvodna pojasnila.

Vsak del in delec našega telesa potrebuje, da živi in dela, sproti hra-nivne snovi. Te snovi dobiva po krvi. Kri se pretaka po žilah in sicer po žilah *odvodnicah* ali *utripnicah* (ar-terijah), ki prihajajo kakor vejice in veje iz velikega debla, glavne odvod-nice (aorte), ta pa izhaja iz srca. — Vsak najmanjši delec našega telesa je prepleten ali opleten z gostim omrežjem najmanjših žilic, ki jim pra-vimo *žile lasnice* (kapilare) radi neke podobnosti s tenkimi lasmi; iz krvi v lasnicah se telo hrani. Odvišne in obrabljene snovi teko v isti smeri na-prej v lasnicah (ali v pomožnih žilah me-zgovnicah), lasnice se združujejo v večje žilice, te v žile, ki jim pravimo *dovodnice* (vene), ker dovajajo kri k srcu nazaj. *Srce* žene kakor močna *brizga* kri po odvodnicah v telo do najmanjših njegovih delcev v lasni-

ne pleteže, iz teh jo vleče po dovod-nicah kot krepka *črpalka* nazaj v se. To je *krvni obtok*, ki se vrši v živem telesu nepreslano in s precejšnjo na-glico, zakaj tekom ene same minute obkroži kri približno dvakrat vse telo.

Značilna posebnost žil, zlasti od-vodnic ali utripnic je njihova izredna *pročnost* ali elastičnost; ena in ista žila je včasih zelo tenka, včasih znat-no ali večkratno širša. Ako telesni del ali ud miruje, ne rabi dosti hra-ne, v tem stanju je žila tenka; ako pa ud ali telesni del opravlja delo ali celo naporno delo, rabi več ali zelo mnogo hrane, zato se žila razširi, da dova-ja dovolj hrane. Žile se torej ožijo ali širijo po dejanski potrebi svojega področja. V zdravem stanju telesa je *mirovanje* uda ali organa združeno z *malokrvjem* ob zoženih žilah, *delovanje* pa z *obilokrvjem* pri razširjenem žilju.

Žilje je prožno, a ne samo trpno raztežno ali trpno zožljivo kakor gu-mijeva cev, marveč *žilje* je tudi *samo-gibno*, samo se oži in samo se širi ne glede na vsebino, množino krvi. Sred-nja plast žilne stene, in ta je pri žilah odvodnicah najmočnejša, sestoji iz mi-šičnih (>mesnatih<) vlaken, ki se pod vplivom posebnega žilnega živčevja krčijo in tako žilo ožijo, če pa žilno mišičje omlahne, se žila razširi. Sicer pa ima žilna stena v vseh plasteh *obilno prožnih vlaken*; med notranjo in srednjo plastjo je vložena močna *prožna mreža*. Zanimivo je, da imajo vse žile in žilice vsaka svoje ožilje, pleteže lasnic, pač radi lastne pre-hrane.

II. O uzrokih.

Mnogim se zdi arterioskleroza le nekaj naravni pojav *ostarelosti*. To pa ne drži, ker je dosti starih ljudi, ki imajo zdrave žile in ker se pojavlja ta bolezen v najbolj nevarnih oblikah (srce in možgani) v srednji ali zrelejši dobi (40—55 let), opazamo jo celo pri mladih in nedoraslih ljudeh. Seve, v starosti je bolezen razmeroma pogostnejša iz lahko umevnih razlogov.

Veliko primerov te bolezni ima svoj izvor v *prenapornem delu*. Nاپorno delo zahteva v delujočem organu ali udu več krvi, žile v njem so s krvjo prenapolnjene in prenapete. Če traja tako stanje zdržema, brez *zadostnih odmorov*, se prožne sestavine v žilnih stenah gube ter nadomeščajo z manjvrednim, neprožnim vezivom, skratka otrdevajo. Pri telesnem nاپornem delu trpi žilje na udih in pri srcu, pri duševnem v možganih.

Nekatere *kužne bolezni* nam kvarijo žile, da otrdevajo. Najbolj znana v tem pogledu in strašna je spolna kuga sifila, ki se rada loteva velike odvodnice, srčnih in možganskih žil. Te izpremembe se pokažejo navadno več let ali desetletij po okužbi.

Zastrupljenja so menda najbolj pogosti vzrok arterioskleroze in sicer tista počasna, neopazno nastopajoča, kronična zastrupljenja z *zunanji* in *notranji* strupi. Semkaj štejejo strupe, ki jih uživamo kot poživila in sicer *alkohol*, *nikotin* in *kofein*, ki imajo vsi nek svojevrsten dražec vpliv na srce in žile. Še bolj nevaren za žile je *svinec*, ki se ž njim obrtoma zastrupljajo črkostavci, slikarji in še drugi, ki imajo opraviti s svičnenimi stvarmi. Še večje važnosti za postanek arterioskleroze so pa tako zvani notranji strupi, ki nastajajo v telesu samem in so prav za prav ali razkrojnine zavžite hrane, ali razpadline telesnih sestavin, ki se ali zadostno ne uporabljajo ali pravilno ne izločujejo. *Nepravilno razmerje* sestavnih snovi v krvi, tudi če je vsaka snov zase pra-

vilna in dobra, povzroča raznovrstne bolezni in tudi arterioskleroza. Žile trpe pri *sladkorni bolezni*, kjer je kri preplavljena z odvišnim sladkorjem, pri *protinu*, kjer je moteno presnavljanje beljakovin, pri *zamaščenosti*, ki je svojevrstna motnja v meni toščobe. Učeniaki so v zadnjih desetletjih odkrili mnogo važnih podrobnosti v tem pogledu ter nam razbistrili vpogled v postanek arterioskleroze.

Ravnokar omenjene bolezni spadajo v vrsto *konstitucijskih bolezni*, ki so nekako v zvezi z našo splošno konstitucijo ali splošnim sestavom. Splošni sestav pa se prenaša od rodu do rodu, je torej deden, zato je tudi arterioskleroza v tem smislu *dedna bolezen*, ker se naklonjenost do te bolezni deduje. V premnogih točno opazovanih družinah je bilo ugotovljeno, da so potomeci zapadli posledicam arterioskleroze (srčni ali možganski kapi) približno v isti življenjski dobi in isti obliki kakor njihovi predniki v prvem, drugem ali višjem rodu.

S temi učenjaškimi ugotovitvami se na splošno strinja navadna življenjska izkušnja. Arterioskleroza se kaj rada razvije pri ljudeh, ki se prenapenjaajo v duševnem ali telesnem pogledu, še rajše pri onih, ki pijejo kupo življenjskih radosti v polnih požirkih, ki se vdaajo nerednemu, razbrzanemu in nasladnemu življenju. V teh primerih se kopičijo škodljivosti za žilje očividno.

III. Kako nastaja bolezen?

Ko izgublja žila svojo odlično lastnost, prožnost, to je sposobnost, da se prilagodi vsakokratni potrebi pravnega krvnega obtoka, zmanjšanega ali povečanega, ko se spreminja mehka in prožna žila v trdo in togo cev, pravimo takemu bolestnemu vršenju otrjevanje ali arterioskleroza.

Prožna vlakna in prav tako mišični kosmiči v žilni steni se izrabljajo in ginejo zaradi prekomerne rabe:

(»pretegovanja«), pa tudi radi nezadostne ali nepravilne prehrane po lastnih žilicah-lasnicah ali celo radi strupenih snovi v krvi, ki naravnost kvarijo prožna vlakna ali mišice. Živo telo pa skuša vsako nastalo škodo sproti popraviti. Rana v koži se nam zaceli sama, zlomljena kost se zraste. Tako nastajajo nadomestki za izgubo in poprave za okvaro telesnih delov, ki jim pravimo brazgotine. Brazgotine so nadomestki ali poprave, ki pa največkrat niso toliko vredni in tako uporabni kakršen je bil prvotno nepokvarjen del, ker so narejeni iz slabših, nadomestilnih snovi. Tako je tudi v žilah. Izrabljena prožna vlakna, pokvarjene mišične kosmiče nadomešča telo z navadnim, neprožnim, grobim vezivom, v žilah se tvorijo večje in manjše brazgotine, žila se otrjuje in odebeli. Največkrat se v otrdelih žilah votlina žile zoži, zato žila ne more več propuščati toliko krvi mimo, kakor prej pri delu, tudi ne more pri mirovanju primerno se zožiti, ker je trda. To je huda za va, krvni obtok je zelo moten in z njim prehrana in delovanje oskrbovanih delov telesa, udov in organov.

To škodo si popravi telo na ta način, da začena srce poganjati kri v žile z večjo silo (z močnejšim pritiskom), da krvni pritok še zadošča potrebam navzlic zoženim žilam. Krvni pritisk ali tlak krvi v žilah je pri arteriosklerozi zvišan, srce se poveča in kasneje razširi. Zvišani krvni pritisk pa vpliva zelo neugodno nazaj na žile same; zlo narašča. Prožne sestavine žilnih sten ginejo hitreje, radi stisnjenih lasničnih pletežev trpi tudi prehrana žil samih. V brazgotine se usedajo apnenčaste in podobne soli, ovapnele žile so krhke.

Tako spremenjena žila kaj rada počí, ako se itak previsoki pritisk še količkaj zviša, iz počene žile se razlije kri v obližje. Posledice take notranje krvavitve so zelo različne, odvisne so od velikosti počene žile in kakovosti obližja, škoda se ravna po življenjski važnosti tako okvarjenega

organa. Ako počí kaka večja žila in ima kri kam odtekatí, nastopi notranja izkrvavitve. V drugih primerih, ko ne pride do izkrvavitve, izstopivša kri poškoduje ali razruši organske dele, kamor se je razlila, naposled se kri strdi. Ako človek tako poškodbo preživi, se tekom mesecev kri porazgubi, na okvarjenem mestu se najde kasneje večja ali manjša *brazgotina* ali pa s sirotko napolnjen *mekur*.

Časih pa žila ne počí popolnoma in naglo, zaradi poka v notranjih plasteh se srednje in zunanje plasti žilne stene razširijo v *mehaste izbokline* ali *nabrekline* (*anevrizma* pravijo taki okvari), ki s svojim pritiskom na obližje povzročajo razna motenja, na koncu pa taka nabrekline počí, in krvavi!

Otrdela ali poapnela žila ima včasih drugačen usoden razvoj. Notranja povrhnjica v skvarjenih žilah ni več gladka, marveč grbančasta, časih celo razjedena. Na takih mestih se kri zastavlja, sprijemlje in celo strjuje. Razpadline žile same ali pa kosček strjene krvi se zatakne v manjšo žilo in jo zamaši (*embolija* pravijo takemu zamašenju), ali pa se v skvarjeni žili kri kar celotno *sesiri*, *vsá* prej tekoča kri v žili se *strdi* (*tej strditvi krvi v žili* sami pravijo *tromboza*). V obeh primerih, ko se žila zamaši ali se kri v njej strdi, je krvni dotok ustavljen in pripadajoče področje uda ali organa brez hrane, obsojeno na pogin. Tako se tudi dejansko dogaja, kjer dovodnice, vsaka zase, brez zveze z drugimi, oskrbujejo vsaka svoj ločeni del organa. Tako urejene *odvodnice-končnice* poznamo najbolj v možganih in deloma v drugem drobju po zlih posledicah, ves zamašeni žili pripadajoči del organa odmre. Povsod drugod v telesu je krvni obtok tako urejen, da če se katera žila zamaši ali drugače pokvari, priteka v ta ogroženi del telesa po *žilah zveznicah* kri po ovinkih in da se take žile zveznice, ako so zdrave, razvijejo do popolne sposobnosti in povsem nadomeste prvotno glavno žilo.

Pranje.

(Nadaljevanje.)

Kaj je umazanost na perilu in oblekah? Umazanost lahko precej točno določimo. Povečini so to snovi, ki jih izloča naše telo potom kože in ki so vsled zunanjih vplivov pomešane še s prahom, sajami in drugimi tvarinami. Razen maščob so vse te snovi v vodi lahko topljive. Težko topljiv pa je kožni prhljaj (beljakovina) in krvni madeži, posebno če so zastareli.

Za perilo je priporočljivo, da ga pred namakanjem izkrtamo. Posebno važno je iztepanje nogavic, ker odstranimo s tem iz njih drobna zrnca peska, ki drugače zelo razdenejo in uničijo fina vlaknenca.

Umazanost na perilu moramo pred pranjem temeljito odmočiti v topli vodi. V ta namen perilo namočimo in sicer na večer ali popoldne pred pranjem. Predolgo ležanje perila v vodi pa ni dobro, ker postane rado sivo. Sedaj, ko vemo iz kakšnih sestavin obstoja nesnaga, lahko takoj ugotovimo, da sama čista voda ne more raztopiti vse umazanije na njem. Pridejati ji je treba še nekaj, kar topi maščobe in beljakovine. V splošnem jemljemo za to s o d o, ki nam obenem tudi omehča trdo vodo. Dobimo pa že veliko milnejše in popolnoma neškodljivo sredstvo za namakanje z imenom »Burnus«.

Za pranje jemljimo če le mogoče mehko vodo, t. j. deževnico ali snežnico. Če uporabljamo trdo vodo, porabimo po nepotrebnem preveč mila, ki se v tem slučaju takoj zveže z apnencem v vodi in tvori neraztopno apneno milo, ki se izloča v obliki trdih belih kosmičev. V krajih, kjer je na razpolago mehka voda, naj se gospodinje ne poslužujejo sode, ker je ostro sredstvo in razjeda vlakna blaga. Voda za namakanje bodi mlačna in ne sme imeti več kot 43° C.

Na dan pranja zakurimo kotel za perilo in pripravimo dosti vroče vode. Pri pranju začnemo vedno z boljšim

perilom in tega tudi najprvo skuhamo.

Umazano vodo, v kateri se je namakalo perilo odlijemo, nalijemo nanj čiste mlačne vode in izperemo v tej kos za kosom. Tako izprano perilo namilimo, izmencamo in se pri tem potrudimo, da odstranimo vso nesnago. Nato ga speremo z vročo in z mrzlo vodo. Potem perilo zopet namilimo in drugič zmencamo. Sedaj mora biti že popolnoma čisto, vendar ga še prekuhamo. Kotel napolnimo do $\frac{3}{4}$ z vodo, v kateri smo raztopili nekoliko sode in na listke zrezanega mila. Ko voda v kotlu zavre, zložimo vanjo perilo. Vsak kos razgrnemo narazen in ga razprostrtega položimo v vodo. Fino perilo pa zavežemo v rutico ali vrečico, da se med kuhanjem ne poškoduje. Perilo kuhamo 10—20 minut in ga med tem večkrat obrnemo in potlačimo, da stoji voda vedno nad perilom. Kotel ne sme biti preveč poln, da se voda med perilom lahko giblje. Ako pa ne gre vse perilo naenkrat v kotel, ga kuhamo po večkrat, toda vsakokrat v vedno drugi, čisti vodi. Skuhano perilo zopet ponovno izmencamo in zložimo v posodo z vročo vodo, da gre milo iz njega. Potem perilo izplaknemo; to končno izplakovanje je posebne važnosti. Površno splaknjeno perilo ni nikoli lepo belo. Splakujemo najprvo v toplih, potem pa še v mrzlih vodah. Pri zadnjem splakovanju mora ostati voda popolnoma čista.

Perilo, ki ga ne sušimo na prostem, rado nagiba na rumenkasto, zato ga plavimo. Prašek zavežemo v krpico ali vrečico in potegnemo z njim parkrat po vodi, da je le malo modrikasta, če jo zajamemo z roko. V to vodo pomakamo perilo kos za kosom, ki pa ne sme biti modro, temveč čisto belo. Vsak kos takoj ovijemo, razgrnemo in položimo v košaro za perilo. Ker je ovijanje posebno večjih kosov zelo težavno delo, imamo za to enostaven in dober pripomoček. To je »k a v e l j z a o v i j a n j e p e r i l a « napravljen iz močne žičnate kljuke, ki jo s pomočjo vijaka pritrdimo na rob škafa ali česbra. Perilo, ki ga hočemo oviti (po-

sebnost priporočljiv je ta kavelj za velike kose) nataknemo čez sredo na kljuko, ki ga drži. Oba konca perila pa primemo skupaj in ovijamo. S. H.

Kisanje zelja.

Kislo zelje je v naših krajih, pa menda tudi po vsem svetu od nekdaj čislana, zdrava jed, ki se pripravljala baš ta mesec. Vobče moramo priznati, da je pravilno ravnanje pri tem poslu znano, saj uživa baš naše kislo zelje velik sloves ne samo doma, ampak tudi v inozemstvu. Kljub temu pa menda ne bo zamere, ako opozorimo zlasti mlajše gospodinje na nekatere okoliščine, ki jih je treba uvaževati, ako hočemo pripraviti lepo, okusno in trpežno kislo zelje.

1. Kislo zelje mora biti belo. Le tako je lepo in dobro. To bomo pa dosegli le tedaj, ako uporabljamo popolnoma razvite, trde, čvrste glave. Mehke vehaste glave ne dajo lepega kislega zelja.

2. Zelje je treba ribati čimprej, dokler so glave še sveže in sočne. Čimdlje leži na kupu, tembolj venejo — izgubljajo vodo — tem težje se potem zelje stlači in tem kesneje začne kipeti.

3. Ko zelje pripravljamo za ribanje, temeljito in skrbno osnažimo glave. Odstranimo vse zunanje liste, zlasti pa izrežimo vse nagnite ali drugače pokvarjene dele. Večje glave prerežimo čez pol in izrežimo kocen. Posodo (kad) za zelje je treba o pravem času pripraviti — temeljito osnažiti in zamočiti, da ne pušča.

4. Zelje treba sproti, ko ga ribamo, tlačiti v plasteh v kad. Vsako plast moramo stlačiti tako čvrsto, da stopi čez vodo. Ko bi zribano zelje čakalo na kupu le 12 ur, bi zelo porjavelo in izgubilo lepo prikupljivo obliko. Kjer tlačijo zelje z nogami, je treba, da oblečemo na temeljito osnažene noge bele močne nogavice.

5. Ne solite zelja preveč! Prslano zelje ni okusno. Nikari ne mislite, da sol, zelje ohranjuje (kon-

servira). Ne! To nalogo ima mlečna kislina, ki se tvori pri kipenju. Solimo samo zaradi okusa. Za 50 kg zelja zadostuje $\frac{1}{2}$ kg soli. Med zelje devajo tudi razne dišave kakor drobno zrezane kutine ali jabolka, grozdje ali liste od vinske trte, brinjeve jagode, kumino itd. Ko je zelje stlačeno, oziroma posoda napolnjena, pregrnemo po zelju čist platnen prt, nanj položimo lesen pokrov, ki ga obtežimo s snažno umitimi kamni. Voda naj sega 3—4 prste čez zelje.

6. Posoda z zeljem mora stati izpočetka na toplem, sicer zelje ne more kipeti. Pozneje, ko pokipi (se skisa), je lahko bolj na hladnem. V 3, 4 tednih je kisanje gotovo, ako stoji posoda v topli kleti ali v kakem drugem primernem prostoru.

Da je treba kislo zelje pogostokrat — navadno vsak teden — snažiti, je splošno znano. Na vrhu in ob straneh, kjer pride v stik z zrakom, se namreč kvari in razkraja. H.

Kuhinja.

Kako ohranimo peteršiljeve liste zelene. Liste položimo v kozarec, ki ga pokrijemo. Tako ostanejo listi 1 cel teden sveži.

Krušna juha. Kos kruha zreži in v pečici posuši. Nato ga v možnarju stolci ali z valjarjem steri. Nato stresj kruh v lonec in naliij vanj $1\frac{1}{2}$ l mrzle vode in počasi kuhaj. Preden postaviš juho na mizo ji prideni 2 žlici kisle smetane in eno stepeno jajce. Postavj juho z opečenimi krušnimi rezinami na mizo.

Zdrobova juha z gobami. V 3 dkg sirovega masla zarumeni 6 dkg zdroba in počasi prilivaj $1\frac{1}{2}$ litra tople vode ali krompirjevke, osoli ter kuhaj deset minut. Posebej pa duši eno pest poparjenih in vretih gob z nekoliko drobno zrezano čebulo in zelenim peteršiljem ter jih prideni zdrobu. Ko vse skupaj še par minut vre, postavi juho na mizo. Ako hočeš juho zboljšati ji prideni še en zmešan rumenjak.

Kašnata juha z gobami. Štiri polne žlice kaše z vrelo vodo polij, odcedi in

še z mrzlo vodo splakni. Nato kuhaj kašo v $1\frac{1}{2}$ l osoljene vode. Posebej napravi blede prežganje, v katero si pridejala žlico drobno zrezanega zelenega peteršilja, nekoliko čebule, strok česnja in eno pest poparjenih in ožetih gob, vse skupaj duši $\frac{1}{4}$ ure, nakar stresi gobe v napol kuhano kašo. Ko si vse skupaj še nekaj minut kuhala, je juha gotova.

Ohrovtova mešanica. Majhno ohrovtovo glavo zreži na debele rezence in jo duši v 1 žlici masti. Ko je napol dušena ji prideni osminko litra riža, nekoliko drobno zrezane čebule in duši z nekaj žlic tople vode, osoli in duši do mehkega. Nato stresi mešanico na krožnik in potresi z nastrganim bohinj-skim sirom.

Čebulna bržola (rosprateli). Bržolo potolci in posoli. Razgrej v plitvi kozi nekoliko (pol žlice) masti in ko je vroča, položi vanjo bržolo ter jo peci dve minuti, nato jo obrni in jo peci zopet dve minuti. Prideni ji tudi nekaj koščkov čebule. Ko se čebula nekoliko zarumeni, vzemi bržolo iz kože, v kozo pa prilij dve žlici juhe, ko prevre položi bržolo nazaj in jo daj takoj z omako na mizo.

Kocenje na ogenj!

Sedaj je doba, ko spravljamo zelje z zeljnikov in z vrtov. Pri tem pošlu pa ljudje navadno ne ravnaajo prav. Glave posekajo, odpadle liste in vehe skrbno poberejo, kocenje pa navadno puste na njivi ali na gredi in ga pozneje podorjejo ali podštihajo. Na vrtovih ga zmečejo včasih tudi na kompost. Tako ravnanje s kocenjem je pa zelo napačno. V kocenju in v koreninah se namreč nahajajo trije hudi zajedavci zelja, ki napravijo včasih velikansko škodo, zlasti po vrtovih, kjer gnoje močno s hlevskim gnojem. Dva — in sicer kljunotaj in zeljna muha, spadata k živalskim zajedavcem, golšavost zelja je pa glivičasta bolezen. Vsi trije zajedavci uničujejo mlade zeljne rastline in sicer v koreninah. Kjer najdemo na spodnjem

delu kocena kot lešnik debele nabrekli in v njih bele »črve« (žerke ali ličinke), imamo opraviti s kljunotajem. Kjer pa razjedajo zeljne korenine ličinke kar na vrhu, je to zalega zeljne muhe. Otekline po kocenu, v katerih ni nikake živali, povzroča pa neka glivica. Tako zelje je golšavo (krofasto). Kdor pušča zeljno kocenje kar na gredi, ali ga zmeče na kompost, prav izdatno podpira našete zajedavce v njih razvoju in razmnoževanju. Iz kocenja pridejo v zemljo, kjer so na varnem do drugega leta, ko bomo sadili zopet zelje, karfijole, kolerabe, ohrovt itd.

Če hočemo temeljito zagosti tem zajedavcem in se jih iznebiti do dobrega, ni drugega sredstva nego da kocenje skrbno porujemo in takoj na mestu sežgemo. Če ga denemo na kompost, je isto kakor če bi ga pustili na gredi. Napačno bi tudi bilo, ko bi zmetali kocenje na kup, češ da bi ga pozneje požgali. Ličinke zajedavcev sedaj na jesen dorastejo in zlezejo iz kocenja v zemljo, kamor ne moremo za njimi. Ponekod režejo in kuhajo kocenje prašičem. To je samo na sebi dobro, toda zanesljivo ni tako kakor ogenj, ker vsega kocenja ne moremo pokrmiti v par dneh. Če pa z njim čakamo dlje časa, nam škodljivci, ki je notri, »pokaže fige«. H.

Razno.

ga Za kuharice. Neki angleški tovarnar je začel izdelovati posebne lonce iz aluminija. V lesenem roču je vdelana posebna piščalka, ki pokliče kuharico, ko začne voda, juha, mleko itd. vreti. Mož je iznašel tudi kozico, ki ima pripravo, da začne piskati, ko se začneja pečenka ali prikuha smoditi. Za zaspane kuharice prav nalašč.

Mamice in gospodinj! Več glav več ve! Sporočite nam, kako vam vaša priloga ugaja. Povejte, kaj bi vam bilo všeč in kaj vam ni in o čem želite da pišemo. Vsak upravičen nasvet je dobrodošel. Zadostuje ena dopisnica na uredništvo.

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

Večer.

Aj, mar so zvezdice padle z nebá? —
Vsevprek čez rosne poljane in trate
plavajo lučke srebrne in zlate.
Vetre poredno se z njimi igra.

Aj niso zvezdice padle z nebá.
Z murnčki sestre kresnice svatujejo,
vigred zeleno svečano praznujejo.
Zbor žabjih grl vmes koncert svoj ima.

Lep je, prelep je ta božji večer.
Ves je kot pravljica, ves je ko! sanja.
Z zlatimi strunami v srca pozvanja:
Božji lepoti ni konca nikjer — —

F. Wiedemann - M. K.:

Zakaj pa ne?

Janezek je imel nesrečno navado,
da je ugovarjal mami in očetu, če sta
mu kakšno reč prepovedala, vedno z
enimi in istimi besedami: »Zakaj pa
ne?«

Če je očka dejal: »Janezek, kadar
je človek ves vroč in poten, ne sme
tako piti mrzle vode,« je Janezek ta-
koj nesmiselno zablebetal: »Zakaj pa
ne?«

Če je mama dejala: »Janezek, tako
majhni dečki kot si ti, ne smejo segati
odraslim v besedo,« je Janezek brez-
skrbno pristavil: »Zakaj pa ne?«

Bilo je nekega dne pozimi. Vaški
bajer se je kar čez noč odel z gladkim,
kristalno svetlim ledom. Ker pa mraz
še ni bil tako hud, je bila ledena skorja
še zelo tanka in rahla.

Janezku ni dala žilica miru toliko
časa, dokler se ni izmuznil z drsalkami
pod pazduho iz hiše in jo mahnil proti
bajerju. Toda motil se je pobič, če je
mislil, da ga pri tem nihče ni opazil.
Opazil ga je oče in nekaj kakor temna
slutnja ga je obšla. Neopaženo mu je
sledil od daleč...

Janezek si je ročno nataknil drsal-
ke na noge in veselo stopil na led.

Ves prestrašen je prihitel oče za
njim in zaupil s svarečim glasom:

»Janezek, Janezek, ali mi ne greš
hitro z leda! Fant neumni, ali ne vidiš,
kako tenak je še led? Zdaj še ni čas za
drsanje!«

Janezek se je okrenil in svojeglavo
odgovoril:

»Zakaj ne?«

Komaj pa je bil te besede dobro
izustil, že je pod njegovimi nogami
nekaj rezko zahreščalo. Led se je
udrl...

Janezek je zakričal, da je šlo skozi
mozeg in se hotel rešiti z naglim sko-
kom na breg. Toda bilo je prepozno:
nastala razpoka ga je potegnila vase, in
Janezek bi bil utonil, da ni planil k
njemu oče in ga z velikim naporom
in nevarnostjo za lastno življenje iz-
vlekel iz vode.

Kako se je opica učila človeškega dela.

Ko so po grehu prvih staršev vse
živali z njima vred morale zapustiti
raj in so bile zato jezne na njn, so se
tudi oprostile njegovega gospodarstva.
Najbolj divje živali, kakor lev, tiger,
leopard so se umaknile daleč v pu-
ščavo; volk, medved, lisica v gozd,
kjer so živele od ropa. Boječe živali:
jelen, srna, zajec, veverica so se skri-
le v gozd, kjer so našle pašo. Pohlevne
živali pa, kakor voli, krave, ovce, ko-
nji in psi, pa so si kmalu zopet zaže-
leli gospodarja-človeka, ki bi skrbel
zanje.

Zato so se posvetovale in končno
sklenile, da si bodo zbrale opico za
svojega gospodarja, ker je človeku
najbolj podobna; saj napravi včasih
tako pameten obraz, hodi po dveh no-
gah, kakor človek in ima roke ter zna
z njimi prijemati.

Da bi se pa za svoje gospodarstvo
nad vsemi živalmi usposobila, so jo
poslali za nekaj časa v bližino člo-

veka, kjer naj bi se vsega potrebnega naučila.

Opica je bila takoj pripravljena in je šla tja, kjer sta živela Adam in Eva s svojimi otroki. Tam se je sedla na jablano in je opazovala, kaj ljudje delajo. Kdor bi jo videl tam tako mirno sedeti in pametno ogledovati ljudi, bi si moral misliti: »Če se ta ne bo vsega naučila, se pa tudi nobeden ne bo!«

Prvi teden je imela nalogo, naučiti se, kako si človek pripravi svoj dom; kajti tudi živali so se hotele pred grdim vremenom zavarovati.

In je videla, kako je Adam vzel sekuro in je sekal drevesa, da so popadala na tla in kako jih je potem obtesal v bruna in tramove ter jih sestavil v koč.

Komaj je opica vse to samo malo časa opazovala, je rekla sama pri sebi: »Oho, če ni nič drugega, to bom pa že znala in je stekla k živalim nazaj.

Sklicala jih je skupaj, rekoč: »Pridite gledat, kaj sem se pri človeku naučila; največji stavbenik na svetu sem jaz.« In je vzela kol ter je z njim mlatila okoli sebe po drevesnih deblih, toda nobeno drevo se ni premaknilo. Živali so se ji smejale, opica pa je bila jezna.

Drugi teden naj bi se šla učiti, kako človek obdeluje polje. Zopet je sedla na jablano in je gledala, kako Adam dela. Z obema rokama je zasadil lopato v tla in jo je obrnil, da je prišla črna zemlja na vrh. Videla pa je tudi, kako si je privezal rjuho na vrat in kako je jemal iz nje zrna in jih sipal v zemljo.

Zopet si je mislila: »To pa že znam,« in je odhitela k živalim in jim že od daleč klicala: »Pridite me gledat, kako znam kmetovati!« Adamu je vzela skrivaj lopato in rjuho, da bi se pred njimi bolj postavila.

Res so jo prišle gledat vse živali in opica se je takoj lotila dela. Ukradeno lopato je prišla z obema rokama in jo z vso močjo tiščala v zemljo; toda namesto da bi železni konec zasadila v zemljo, je zasadila ročaj, železni konec pa je držala v rokah in si

jih je do krvi obrezala. Od bolečin je zakričala in je vrgla lopato iz rok.

K sreči je bil blizu tam pes, ki ji je oblizal krvave rane, da so se kmalu zacelile. Zdaj je opica rekla: »Kopanje je pač postranska stvar, glavno je sejanje!« In si je privezala rjuho na vrat in je nasula vanjo peska; metala ga je okoli sebe in tudi živalim v oči. Kmalu so pa živali spoznale, da tako kmetovanje ne bo imelo uspeha in so zapustile opico.

Tretji teden naj bi se šla opica učiti kuhanja; bližala se je jesen in zima in živali bi bile imele rade tudi kdaj toplo kosilo. (Dalje sledi.)

Za smeh.

Mali upornik. Otrok prijoka iz šole domov.

»Zakaj pa jočeš?« ga vprašajo.

»Gospod učitelj so me nabili.«

»Zakaj so te pa nabili?«

»Zato, ker so bili močnejši od menel«

Mlad bahač. Mama: »Kakšen pa si?« Sta se pa že spet stepla s tistim Grdinovim Janezkom. Mar ti bom zmerom nove obleke kupovala?«

Sinko: »Oh, mama, to ni nič. Pri Grdinovih bodo morali vsega Janezka novega kupiti, tako sem ga zdelal!«

Vprašanje. Ko je mama zvečer položila Jernejčka v posteljo, se je je ta ljubeče oklenil okoli vratu in jo presrčno pobaral: »Mamica, povej, kje pa sva se midva prav za prav spoznala?«

Milijonar (sinku svojega šoferja): »Ali veš, kdo sem jaz?«

Dečko: »Vem. Vi ste mož, kate-rega moj očka večkrat vzame zastoj v avto.«

Ali ste že naročeni na *Vrtec* in *Angelček*? Ne še? Hitro ga naročite! Ne veste, koliko lepega boste letoos lahko čitali v teh dveh listih, ki sta pisana nalašč za vas.