

ZDRAVSTVO.**Nasveti materam.****Kako ohranijo dojenčka zdravega**

Materinska ljubezen je porok, da je dete pri materi v dobrih rokah. Materam je nepotreben opomin, naj dobro čuvajo in negujejo svojo deco, ker vsaka mati čuva zdravje in življenje svojega otroka najbolje, kakor le ve in zna.

Da pa vendar premnogo dojenčkov v materinih rokah prezgodaj zbolijo in umre, temu je vzrok *nepoučenost mater*. Zato evo Vam nekaj najvažnejših nasvetov, kako ohranite svoje male pri dobrem zdravju in življenju!

a) Dojenje.

Največ dojenčkov umre na boleznih prebavil. Te bolezni povzročajo samo napačna prehrana. Dojenčkova prebavila (želodec in čreva) so silno občutljiva. Majhna napaka v prehrani — in bolezen je že tu. Če se napaka ponavlja, postane bolezen nevarna in pogosto nastopi smrt.

Dojenčkova prebavila so ustvarjena samo za prebavljanje materinega mleka. Kravje in kozje mleko dojenčku jako škoduje, ker ga ne more dobro prebavljati. Petkrat do desetkrat več dojenčkov umre ob kravjem mleku kakor pa ob materinih prsih.

Zato mora dojeti vsaka mati svoje dete sama. To je njena najsvetejša dolžnost. Mleko v materinih prsih ni materina last, nego otrokova. Nobena mati mu ne sme odreči njegove najboljše lastnine.

Skoro vsaka mati lahko doji. Samo jetična mati ne sme dojeti, drugi izgovori so prazne pretveze.

Mati, ki doji, lahko uživa vse, kar je tečno in kar navadno uživa. Edinole opojnih pijač ne sme uživati.

Doji svoje dete 5—6 krat na dan! Med posameznimi hranitvami naj bodo najmanj triurni presledki. Vselej naj pije dete samo iz enih prsi, enkrat iz levih, prihodnjič iz desnih. Nikdar naj ne pije dlje nego 10—15 minut.

Ponoči naj otrok ne dobiva nobene hrane. Če vpije, mu daj le nekaj žličk čaja ali vode. *Noč je za spanje*, to velja za mater in za dete. Otrok se na to jako hitro privadi, samo razvaditi ga mati ne sme.

Prvih 24 ur naj ne uživa novorojenček ničesar. Drugi dan ga že začni devati vsake tri ure k prsim, da posrka iz njih nekaj prvanskega mleka. Pravo mleko pride v prsi navadno tretji ali četrti dan. Če se pa dlje zakasni, polagaj vseeno dete redno k prsim, da krepko sesa, končno se bo že pokazalo mleko, četudi šele čez več dni.

Doji 6—9 mesecev. Ne odstavi otroka naenkrat popolnoma, nego privadi ga polagoma na kravje mleko, kadar ga misliš odstaviti.

(Konec prihodnjič.)

Pozdravi fantov - vojakov in naših izseljencev.

Naši izseljenci nam pišejo iz Rusanga v Franciji:

Draga »Goriška Straža«! Ker nam zvesto prinašaš novice iz naše ožje domovine, želimo, da bi tudi Ti objavila par naših vrst.

Mi se nahajamo ob luxemburški meji v Russangu. Gre nam razmeroma že dobro. Delamo po večini v rudnikih, kjer se še precej zaslužji na kontrakt. Ob prostih urah pa ne pozabimo na našo slovensko pesem, ki

nam dela kratek čas. Tu šele vemo, kaj pomeni, če je človek svoboden in ga nobeden ne zatira.

Slednjič pošiljamo iskrene pozdrave vsem bravcem »Gor. Straže«, staršem, bratom, sestram, sorodnikom, znancom, prijateljem in vsem fantom in dekletom, posebno na gospodom urednikom.

Lovrenc in Karlina Gatej, Janez Kikelj, Franc Kikelj, Jožef Pregelj in Andrej Trpin iz Strzišča; Štefan Balič in Marija Balič iz Gorice; Peter Torkar iz Podbrda; Andrej Kovač iz Kuka; Anton Stendler iz Nemškega Ruta; Jožef Leban iz Kneže.

iz Rima.

Granatirji od 1. polka pošiljajo pozdrave staršem, bratom in sestram, posebno pa letniku 1905; naj pride kmalu na naša mesta.

Šuc Silverij, Dobrovo. Leban Viktor, Prvačina. Semec Jakob, Zeje pri Postojni. Ambrožič Jože, Slavno pri Postojni. Klobučar Anton, San Peter na Krasu. Gerbac Jožef, Slami pri Trstu. Blokar Ivan, Nabrežina. Kogoj Peter, Idrija. Žigon Anton, Zagrajc pri Komnu. Veljar Alojz, Idrija. Kokelj Andrej, Dol. Novake pri Idriji. Česnik Franc, Palčje pri Postojni. Tomsič Franc, Knežak pri Postojni.

Rieca di Cadore.

To leto se nismo še oglasili v našem listu. Slovenski fantje, ki služimo pri 7. alpskem polku, pošiljamo srčne pozdrave staršem, bratom, setram, fantom in dekletom. Enako naši cenjeni »Goriški Straži«, ki nam pošilja novice iz naših domačih krajev. Upamo, da bo prinesla novice od letnika 1905, ki bo moral v kratkem z zavojčkom v svet. Semenič Jožef, Št. Vid pri Vipavi, Gruđen Alojz, Ozeljan; Lojk Leopold, Črniče; Karara Jožef, Števerjan; Figel Franc, Oslavje.

Darovi.

Za »Slovensko sirotišče«: A. B. iz Avč 50 L. Srčna hvala!

Za »Alojzijevisče«: Hranilnica in posojilnica Medana-Biljana v proslavo Dr. A. Gregorčičevega jubileja 50 L; Tvrška Peter Simonetti v Gorici 40 L; v občini Kostanjevici na Krasu nabrali 1 kvintal ajde. Priserčna hvala!

Listnica uredništva.

F. F., Piki: Vašo zadevo oddali tajništvu kmetsko-delavske zveze.

K. M., Strmec: Oddali poslancu Besednjaku.

B. L., Zapuže: Naročnino pošljite naravnost na upravništvo »Goriške Straže«, via Mameli 5, I. nadstr., Gorica. Drugo ne stane nič. Oglasite se še!

Stavbeno društvo v Št. Petru pri Gorici

vpisana zadruga z omejeno zavezo vabi na redni občni zbor, ki se bo vršil v nedeljo, dne 8. februarja t. l. ob 11. uri v društveni pisarni s sledečim dnevnim redom:

- 1) Prečitanje in odobritev zapisnika zadnj. obč. zbora.
- 2) Poročilo predsednika.
- 3) Poročilo nadzorstva glede bilance za leto 1924.
- 4) Predložitev, prečitanje in odobritev bilance za leto 1924.
- 5) Predlog načelstva za likvidacijo društva.
- 6) Slučajnosti.
- 7) Volitev načelstva in nadzorstva oziroma likvidatorjev.

ODBOR.

POSESTNIKE BUKOVIH GOZDOV, pripravljene žgati oglje v bodočih mesecih išče »Kmetijsko trgovsko društvo« — Trieste, Raffineria 4., ki preskrbi delavce in vreče.

Valuta.

Dne 6. februarja si dobil:

za 100 franc. frankov	130.— do 130.50 Lir
za 100 belg. frankov	123.— do 125.— Lir
za 100 švic. frankov	464.— do 466.— Lir
za 100 češ.-slov. kron	71.— do 71.50 Lir
za 100 dinarjev	39.— do 39.25 Lir
za 1 sterling	115.35 do 115.55 Lir
za 1 dolar	24.07 do 24.17 Lir
za 1 zlato marko	5.67 do 5.77 Lir
za 100 avst. kron	0.0337 do 0.0345 Lir

Beneške obligacije.

Dne 6. februarja: Srednji kurs L. 81.55, v Trstu 81.25; v Milanu 81.25, v Rimu 81.55 L.

PLUTEC (ŠURI), ŽICE ZA TRTE, okoličanske šape, »Mercur« kose, klajno apno, semena, čebulček, peso itd., na drobno in na debelo dobavlja Kmetijsko trgovsko društvo — Trieste, via Raffineria 4.

RADI SELITVE prodam spalno sobo brez umivalnika. Cena nizka, delo solidno. Birsca, mizar pri postajališču S. Peter pri Gorici.

Fotograf JOSIP NARDIN

se je preselil iz ul. Via Carducci na Koren, nasproti Attemsove palače.

Najboljši cigaretni papir je Oleschau

Glavna zaloga za Julijsko Benečijo

Katoliška knjigarna - Gorica

(Montova hiša št. 2)

MESTNA HRANILNICA LJUBLJANSKA

(Gradska štedionica)

v LJUBLJANI

Stanje vložnega denarja preko 125 milijonov dinarjev ali 500 milijonov kron
Sprejema vloge na hranilne knjižice in tekoči račun proti najugodnejšemu obrestovanju.

Zlasti plačuje za vloge po dogovori v tekočem računu najvišje mogoče obresti.

Jamstvo za vse vloge in obresti, tudi tekočega računa, je večje kakor kjerkoli drugod, ker jamči za nje poleg lastnega hranilničnega premoženja še mesto Ljubljana.

z vsem premoženjem in davčno močjo. Ravno radi tega nalagajo pri njej tudi sodišča denar mladoletnih, župni uradi cerkveni in občine občinski denar.

Naši rojaki v Ameriki nalagajo svoje prihranke največ v naši hranilnici, ker je

popolnoma varna.

**Plačam najvišje cene**

za kože lisic, podlasic, kun, zajcev, mačk, vereric, jazbecev i. t. d. i. t. d. Prodajam pasti in posebno meso za lov na divjačino.

Delavnica za strojenje in barvanje.

Nihče nima pravice kupovati zame.

Walter Windsbach - Gorica

Via Carducci šte. 6.

Pozor na izpremenjeni naslov!**PODRUŽNICA****Ljubljanske kreditne banke v Gorici**

Corso Verdi „Trgovski Dom“

Telefon št. 50 — Brzjavni naslov: Ljubljanska banka

Delniška glavnica	CENTRALA	Rezerva S H S
in rezerve:	LJUBLJANA	Din.
Din. 50,000.000		10,000.000

Podružnice: Brežice, Celje, Črnomelj, Kranj, Maribor, Metkovič, Novi Sad, Ptuj, Sarajevo, Split, Trst.

Obrestuje vloge na knjižice po 4 1/2%. Na daljšo odpoved vezane vloge po dogovoru.

Nakup in prodaja vsakovrstnega tujega denarja.

Izvršuje vse v bančno stroko spadaj oče posle najkulantneje

Odlikovana pekarna
in slaščičarna
JAKOB BRATUŽ
ulica Mameli št. 6
(prej Scuole).

Cenj. odjemalcem in slavnemu občinstvu naznanjam, da sem v hiši, kjer imam že dolgo let dobroznano pekarno in slaščičarno, preuredil na novo slaščičarno z najboljšim pecivom, slaščicami, likerji in delikatesnimi vini. — Priporočam se vsem novoporočencem, birmancem in društvom za obilen obisk in jamčim s solidno postrežbo. Sprejemajo se naročila. Odlikovana pekarna in slaščičarna J. BRATUŽ.

Novo preurejena
slaščičarna Bratuž
Via Mameli šte. 6
(prej Scuole).