

UPOKOJENEC

ORGANO DELL' ASSOCIAZIONE DI PENSIONATI STATALI E PARASTATALI A LUBIANA
GLASILO DRUŠTVA DRŽAVNIH IN SAMOUPRAVNIH UPOKOJENCEV V LJUBLJANI

Št. 1.

Ljubljana, dne 21. januarja 1942./XX.

Leto V.

Uredništvo in uprava: Wolfova ulica št. 10. Tel. 4553. Društveni čekovni račun Poštna hranilnica št. 12-131, onl društvenega Posmrtnega sklada pa št. 17-678. Izhaja enkrat mesečno.

Potrebne omejitve v železniškem potniškem prometu

S 1. januarjem so bile ukinjene oz. omejene nekatere vozne olajšave.

Ljubljanski dnevnik so prinesli naslednje objave:

Zaradi splošnih koristi je bilo potrebno omejiti promet s potniškimi vlaki v Italiji. Zato je bilo pred kratkim nekaj potniških vlakov tudi ukinjenih, kakor je bilo javnosti že sporočeno.

Te ukinitve vlakov oziroma omejitve v železniškem potniškem prometu zahtevajo, da se čim bolj omeji število potujočega občinstva. S tem namenom je bilo sklenjeno s 1. januarjem 1942 ukiniti nekatere vrste vozovnic in olajšav. **Izdajali ne bodo več navadnih železniških vozovnic za vožnjo „tja in nazaj“, nedeljskih kart in posebnih vozovnic, kakršne so dozdaj izdajali izletnikom;** dalje vozovnic za krožna potovanja s prestopanjem in brez prestopanja; mesečnih in tedenskih vozovnic, **vozovnic za prosto potovanje in turističnih kart za takšna potovanja,** izkaznic, s kakršnimi je bilo dozdaj možno kupiti vozovnico za znižano ceno, izkaznic za skupinska družinska potovanja **po znižani ceni, vozovnic s popustom, izdanih na določeno število kilometrov,** dodatnih vozovnic za potovanja posameznikov in skupinska potovanja za tuje in Italijane, ki bivajo v tujini in v Italijanski Afriki ter italijanskih posestih in vozovnic po znižani ceni za potovanja v skupinah za gojence zavodov za potk in vzgojo.

Poleg tega bodo z istim dnem uvedene naslednje omejitve: Izdajanje navadnih abonmajev bo omejeno samo za potovanja za manj ko 100 km dolgih progah. Edino izjemo tvorijo le trgovski zastopniki, ki so res samo zastopniki, ne pa sami tudi trgovci. To morajo dokazati s potrdilom pokrajinskega korporacijskega urada, ki ga potrdi tudi kr. prefektura. Za te vrste potnikov omejitve ne veljajo. Omejena so potovanja zasebnikov po znižani ceni, in sicer z navadnimi potniškimi vlaki, **kakor tudi državnih uslužbencev, ki**

imajo posebno dovoljenje (sem spadajo tudi železničarji). Člani njihovih družin smejo po znižanih cenah potovati le štirikrat na leto. Omejena so dalje potovanja z navadnimi potniškimi vlaki, in sicer po znižani ceni za poštno in brzojavne uradnike, ki potujejo po zasebnih opravkih, in za člane njihovih družin. Prvi se smejo vožnje po znižani ceni poslužiti štirikrat na leto, njihovi svojci pa le dvakrat; dalje potovanja z navadnimi potniškimi vlaki po znižani ceni za častnike na dopustu, ki imajo posebno dovoljenje. Oni sami in člani njihovih družin se smejo poslužiti takšne znižane voznine le šestkrat na leto. Z navadnimi potniškimi vlaki pa se smejo po znižani ceni peljati štirikrat na leto ljudskošolski učitelji, ki imajo za to posebno izkaznico. Rodbine vojakov, ki uživajo popuste, se smejo peljati s popustom štirikrat na leto, neomejeno pa je število potovanj s 70% popusta za vojake na podlagi določb o prevozih vojaštva.

Brezplačne vozovnice, ki jih imajo uslužbenci Državnih železnic in drugo

sebe z istimi pravicami ter njihove družine na osnovi posebnega Pravilnika o popustih na železnicah RD z dne 3. januarja 1926, št. 194, bodo od treh omejene na dve ali na eno. Uporaba vozovnic običajnega abonmaja, posebnega abonmaja in dovoljenj za nabavo vozovnic po znižanih cenah ter tako imenovanih kilometrinskih vozovnic, ki so še v veljavi, bo omejena na preostalo dobo, za katero so bile plačane, a najdlje za dobo do 31. marca 1942-XX. Po tem datumu bodo interesi na zahtevo lahko dobili povrnjen del cene, ki so ga plačali za čas, ki presega to dobo, pa ga ne morejo več izkoriščati.

Opomba uredništva:

Po dobljenih informacijah na pristojnih mestih zadevajo te omejitve samo potniški promet na državnih železnicah v Italiji.

Tukajšnja železniška direkcija nima glede teh omejitev nobenih navodil.

Že prvi stavek v tem obvestilu potrjuje to, saj omenja doslovno omejitve prometa na potniških vlakih v Italiji.

Toliko v pojasnilo na mnogoštevilna vprašanja naših članov in — nečlanov.

Važni ukrepi in uredbe

Likvidacija premoženja na ozemlju bivše Jugoslavije, priključenem Nemčiji

Visoki komisar za Ljubljansko pokrajino obveščča, da so, z ozirom na dogovore, sklenjene med italijansko in nemško vlado, pooblaščen likvidirati svoja premoženja, nahajajoča se na ozemlju bivše Jugoslavije, sedaj priključenem Nemčiji, in prenesti čisti izkupiček, Slovenci:

a) ki so dne 1. aprila 1941/XIX bivali na ozemlju bivše Jugoslavije, sedaj priključenem Italiji;

b) ki so tukaj rojeni in ki so bili dne 1. aprila 1941/XIX semkaj pristojni, pa so se pred 10. decembrom 1941/XIX preselili v Italijo iz pokrajin bivše Jugoslavije, sedaj priključenih Nemčiji, in so izjavili pred pristojnimi italijanskimi oblastmi, da si želijo ustanoviti svoje stalno bivališče v Ita-

liji pod pogojem, da jim bo naknadno priznано državljanstvo.

Osebe, ki nameravajo uveljaviti svoje pravice glede premoženja na podlagi zgoraj navedenega dogovora, morajo v roku enega meseca, a najkasneje do 30. januarja 1942/XX, poslati Visokemu komisarju za Ljubljansko pokrajino izjavo v dveh enakih izvodih, potem ko je župan občine njihovega bivališča na samih izjavah potrditi točnost prijavljenih osebnih podatkov.

Tiskovine za izjavo dobijo prosilci pri mestnem poglavarstvu v Ljubljani in pri okrajnih poglavarstvih, pri katerih lahko dobijo tudi potrebna pojasnila. Ljubljana, 20. decembra 1941/XX.

Visoki komisar Emilio Grazioli.

Točenje alkoholnih pijač

Z odredbo Visokega komisarja z dne 17. novembra je bilo prepovedano točiti alkoholne in žgane pijače v gostinskih obratih v soboto od 15. ure dalje ter ob nedeljah in praznikih. Prav tako ne smejo lastniki teh obratov postreči s temi pijačami v preveliki meri ali pijanim osebam. Za kršitve te odredbe je določena globa do 5000 L., zapor do 6 mesecev in v hujših primerih odvzem obrtne pravice.

*

En odrezek krušne nakaznice za 3 kose kruha

Pristojno oblastvo je odredilo, da smejo gostinski obrati svojim gostom proti predložitvi enega odrezka krušne nakaznice tudi dvakrat ali trikrat postreči s kruhom. Lastnik gostinskega obrata ali njegov nameščenelec mora vzeti odrezek, ko gostu prvič postreže s kruhom, hkratu pa mu lahko izstavi enega ali dva bona, ki ju mora gost predložiti pri drugem oziroma tretjem naročilu. Ti boni pa so veljavni samo v prometu med lastnikom gostinskega obrata, ki jih je izdal, in gostom, ki so mu bili izstavljeni.

Nedeljska služba trafik v Ljubljani

Glede nedeljskega obrata trafik doslej po Ljubljani ni bilo določenega reda. Nekateri trafike so bile zaprte, druge zopet ne. Trafikanti sami so že večkrat v prejšnjih letih skušali sami med seboj doseči primerne dogovore za nedeljsko obratovanje, vendar zaradi različnosti posameznih

predlogov nikdar niso prišli do enotnega sklepa, s katerim bi bili vsi zadovoljni. Sedaj je to vprašanje rešila odredba Visokega Komisarijata Ljubljanske pokrajine.

V Ljubljani so vsega skupaj 103 trafike. Mestna občina je vse, razen dveh, sedaj razdelila v šest skupin. Prvih pet skupin obsega po 17 trafik, zadnja skupina pa 16 trafik. Skupine trafik imajo ob nedeljah in praznikih: Novo leto, Sv. Trije kralji, Sv. Jožef, na Vnebohod, na Telovo, na praznik sv. Petra in Pavla, 15. avgusta, 1. novembra in 8. decembra izmenoma odprte svoje prodajalne. Zanje je torej urejena nedeljska služba, podobno, kakor imajo lekarne že dolgo časa po skupinah nočno službo. — Vsako nedeljo imata službo dve skupini trafik. Prva skupina mora imeti svoje prodajalne odprte od sedmih zjutraj pa do dvajsete ure, druga skupina pa ob nedeljah in določenih praznikih prodaja od sedmih zjutraj do trinajstih. V vsaki posamezni skupini so seveda izbrane trafike iz vseh mestnih okrajev, tako da kupcem iz kakršnega koli okoliša ni treba hoditi daleč do prve odprte trafike. Ker imata vsako nedeljo le dve skupini trafik službo, je jasno, da pride vsaka skupina po treh tednih zopet na vrsto, vendar neizmenoma, tako da ima enkrat celodnevno službo, drugič pa le poldnevno službo.

Zaprte trafike so ob nedeljah dolžne izobesiti na svojih zaprtih prodajalnah seznam petih trafik, ki so ta dan v njihovi bližini odprte ves dan in pet najbližjih trafik, ki so odprte samo dopoldne. Prodajalci pa, ki imajo nedeljsko dopoldansko službo, morajo izobesiti le seznam petih najbližjih trafik, ki so odprte ves dan. Na ta način je prav dobro preskrbljeno za informacijo kupcev, ki lahko ob prvi trafiki, katera je zaprta zvedo, kje v bližini je prva trafika odprta. Prepričani smo, da bodo ta ukrep z zadovoljstvom sprejele vse trafike, prav tako pa tudi kupci.

vsi po 5 lir; **Podpac Rudolf**, glavni arhivar v pok. 3.15 lir; **F. A.** 3 lire; **Sušligoj Josip**, drž. upokojenec, 2 liri; **Kunaver Franc**, svetnik drž. žel. v pok. 1.55 lir; **Z. I.** 1.30 lir; **Vendranin Franc**, šolski upravitelj v pok. v Ljubljani, Rožna dolina VIII/2, pristopi kot član k R. K. in plača 10 lir na račun članarine. **Skupaj 939.50 lir.**

V lanski septembrski številki Upokojenca smo objavili prvi izkaz društvene akcije, ki je donesla 801.84 lir. Skupna vsota znaša torej **1741.69 lir.** Če prištejemo še znesek 3.800 lir, ki ga je društvo iz društvenega premoženja nakazalo Rdečemu križu, znaša skupni prispevek našega društva in društvenih članov za socialno pomoč upokojencem - priseljencem **5541.69 lir.**

Opozorilo

Pokrajinski odbor Rdečega križa je objavil v Ljubljanskih dnevnikih dne 20. decembra pretečenega leta naslednje: Pokrajinski odbor Rdečega križa poroča:

Po odredbi državnih oblasti so prepovedana od danes dalje vsa pismena vabila za prispevke, naslovljena na ustanove ali na privatnika.

Istočasno se prepovedujejo denarne zbirke, ki jih vršijo posamezne stanovske organizacije.

Prispevki morajo imeti popolnoma prostovoljni značaj in se morajo izročati naravnost Pokrajinskemu odboru Rdečega križa, sekciji za socialno pomoč, Frančiškanska ulica 6, ali po pošto čekovnem računu št. 14.746.

Zaradi te odredbe zaključujemo svojo akcijo. Prostovoljni prispevek se naj torej odslej naprej nakazuje naravnost na v prejšnjem odstavku navedeni naslov. Položnice se dobijo pri vsaki poštni upravi; treba jih je samo spopolniti s številko poštne čekovnega računa Rdečega križa.

Nabavljalna zadruga državnih uslužbencev v Ljubljani

Nabavljalna zadruga na Vodnikovem trgu je že pred več meseci uvedla oddajanje življenskih potrebščin članom po abecednem redu.

Vzlic temu je v začetku vsakega meseca oziroma ob dneh, ko prejme zadruga od prehranjevalnega urada nakazane ji količine racioniranih živil v prodajalni, huda stiska. Mnogi člani so uvideli in potrpe, drugi se pa pritožujejo, da morajo predolgo čakati. Po njihovem mnenju je v prodajalni zaposlenih premalo uslužbencev. K temu je treba povedati, da je

Društvena obvestila — informacije

Za socialno pomoč državnim in samoupravnim upokojencem-priseljencem

Objavljamo drugi in ob enem zadnji izkaz naše akcije.

B. L. 86.30 lir; **Cetinski Anton**, viš. sod. oficijal v pok. 60.30 lir; **Schmit Drago**, viš. sod. oficijal v pok. 60 lir; **C. R.**, **Modic Karla**, poštna uradnica v pok., **Premk Vinko**, višji davč. upravitelj v pok., **Smolej Marija**, poštna uradnica v pok., **Spendè Anton**, ravnatelj zemlj. knj. v pok. (v spomin umrli g. Višnikar Albini, vdovi viš. sod. svetnika Franceta Višnikarja), vsi po 50 lir; g. **Marija Smolej**, pristopi ob enem kot članica k R. K.; **Kramaršič Ernest**, davčni kontrolor v pok., **Rant Marjana**, poštna uradnica v pok., po 30 lir; **B. A.** 29.45 lir, **Gabrijelčič Fran**, viš. fin. svetnik v pok. in **Gabrijelčič Helena**, poštarica v pok. po 25 lir; **Ambrožič Franc**, višji poštni kontrolor v pok.; **Belar Ivana**, poštna uradnica v pok., **Dobnikar Ignac**, **Frost Antonie**, vdova univ. prof., **Gnezda Ana**, vdova stroj. mojstra, **Kordiš Terezija**, učiteljica v pok., **Mušič Hermina**, vdova davčnega nadupravitelja, **Vogrinc**

Franc, višji sodni oficijal v pok., vsi po 20 lir; **Papež Vera**, vdova predsednika dež. sodišča in **Prijatelj Dragica**, viš. pošt. kontr. v pok., vsaka po 15 lir; **S. M.** 13.50 lir; **Mastnak Amalija**, upokojenka, 12.60 lir; **Piki Karl**, upravitelj v pok. 12 lir; **Podlipec Jakob**, žel. zvaničnik v pok., **Š. F.**, **Šlajmer Josip**, pom. tajnik v pok., **Zemljan Jerica**, ravnateljica gosp. šole v pok., vsi po 10 lir; **Jošt Tomo**, profesor v pok. 8.90 lir; **Frole Ivan**, viš. žel. uradnik v pok., **M. I.** in **Puteani Beno**, major v pok., **Vidmar Ivan**, poštni pis. ravnatelj v pok. po 6.30 lir; **Gajšek Terezija**, vdova žel. uradnika, **Pekolj Franc**, žel. uradnik v pok., **Volčič Marija**, uradnica v pok.,

Imena v pretečenem letu umrlih društvenih članov in ona umrlih članov društvenega Posmrtnega sklada bodo objavljena v februarski številki Upokojenca.

Prihodnji številki bomo tudi priložili položnice za plačilo članarine.

osebja dovolj, več kakor ga je bilo v normalnih razmerah, da pa je občasnim gnečam kriva okolnost, da se vsi člani — tudi tisti, ki bi brez škode lahko malo počakali — hkrati zgrnejo v prodajalno. To je pa spet posledica dejstva, da zadruga nima vselej vseh živil za tisti mesec pripravljenih, ker jih pač dobiva večkrat v mesecu in v obrokih. V drugi polovici meseca je pa prodajalniško osebje manj zaposleno in morejo člani nakupe gladko in brez zamude opraviti. Seveda, dokler za veliko število kupujočih članov, ki jih je nad 2000 z več kot 7000 družinskimi člani, ne bodo na razpolago znatno večji in prikladnejši prodajni prostori in dokler se tudi skladišče in postranski lokali ne povečajo in smotrno ne preurede, bo le s težavo mogoče vsaj kolikor toliko gladko odpravljati kupce. Uvidevni člani upoštevajo te težkoče, upravičene pritožbe zaradi morebitnih pomanjkljivosti naj pa sporoče poslovodji oz. odboru, ki bo prav tako z veseljem sprejel vsak izvedljiv nasvet, kako izboljšati poslovanje v prodajalni. Površna, zlohotna in neutemeljena kritika izven zadruga pa škoduje vsemu članstvu in zadrugi.

Ob sedemdesetletnici g. Ivana Šalamuna

Dne 18. decembra pretečenega leta je obhajal v krogu svoje družine sedemdesetletnico svojega plodonosnega življenja dolgoletni predsednik društva železniških upokojencev v Ljubljani, g. Ivan Šalamun.

Ta zaslužni organizator železniških upokojencev zasluži, da se ga ob tej priliki tudi mi spomnimo v skromnih besedah.

Knjiga o Mussolinijevi verski politiki

V novembru pretečenega leta je izšla v slovenskem jeziku knjiga **Mario Missirolija: Mussolinijeva verska politika.**

Knjižica obsega 70 strani in je razdeljena v naslednja poglavja: Verska politika; Cavour-jeva misel; 20. septembra 1870; Država in cerkev v sporu; Fašizem in vera; Lateranski dogovori; Svoboda vesti; Mussolinijev „Stoj“; Katoliška akcija; Nedotakljiva suverenost države.

Brošura je zelo zanimiva. Ob koncu omenja pisatelj: Koristno je, da se spomnimo na njegove (Dučejeve) velike in plemenite besede:

„Po dolgih, žalostnih stoletjih tajske sužnosti je Rim moral postati prestolnica prerrojene Italije, ker nobeno drugo mesto ni moglo in ne more biti prestolnica Italije. Toda ta dogodek in usodni zaključek prvega dela Risorgimenta je stvoril težak spor, ki je od leta 1870. naprej trpinčil italijansko zavest. Ta spor, ki je bil trn v narodnem telesu, je bil odpravljen z dogovori 11. februarja.“

To so točni in pravični dogovori, ki med Italijo in Sveto Stolico ne ustvarjajo

14 let star je postal sirota; moral je zapustiti svoj rojstni kraj in iti k tujim ljudem. Ko je odslužil vojake, se je posvetil železniški službi in knalu postal sprevodnik pri bivši Južni železnici.

V tej naporni službi se je hudo ponesrečil in ni bil več sposoben za odgovorno težko železničarsko službo. Upokojen je bil z majhno pokojnino. Vzlic vsem težavam in majhni pokojnini je vendar s svojo pridno soprogo vzorno vzgojil svoje štiri otroke, ki si prizadevajo olajšati stara leta svojima dobrima skrbnima roditeljema.

Vzlic temu, da je bil zaradi nezgode v službi predčasno in z majhno pokojnino upokojen, se je posvetil z vso energijo in optimizmom organizaciji železniških upokojencev. Preko vseh tegob in neuspehov, je vstrajal in opozarjal svoje tova-

riše, da je samo v organizaciji mogoča rešitev perečih stanovskih vprašanj in zahtev. Njegovi železniški tovariši upokojenci so mu brezpogojno zaupali, o čemur najbolj dokazuje dejstvo, da je bil dolgo vrsto let nepretrgoma predsednik društva železniških upokojencev. Kot tak je upravljal tudi posle tajnika in blagajnika.

Zaradi dejstva, da so nemške vojaške oblasti okupirale večji del bivše Dravske banovine (Štajersko in Gorenjsko), se je število članov znatno znižalo. Uvidel je potrebo, da se zaradi tega društvo razide. To je objavil v Ljubljanskih dnevnikih in v decemberski številki Upokojenca.

K temu jubileju tudi mi njemu iskreno čestitamo z željo, da bi ga ljubi Bog ohranil še dolgo vrsto let delavnega in v nezlomljenem optimizmu.

OPOZORILO

Člani se obračajo na društvo pismeno oziroma na tajnika ustmeno za informacije v zadevah, ki so bile že objavljene v Upokojencu, nekatere že večkrat. Skoro v vsaki številki je en ali drug članek aktualne vsebine, lahko trdimo za upokojence trajne vrednosti v splošnih zadevah, tičočih se pravic in dolžnosti upokojencev, popustov, odredb, gospodarskih in zdravstvenih nasvetov itd. Zato priporočamo vsem članom, da shranijo vse številke našega društvenega glasila. Nekateri člani imajo celo vse že izišle letnike vezane.

Gospodarski, gospodinjski in razni drugi nasveti – Zdravstvo

Med, redilna hrana in zdravilo.

Vsi vemo, da je med sladek. Vse premalo pa poznamo njegove redilne moči in zdravilno vrednost. Med je v prvi vrsti odlična hrana, ki bi jo morali imeti vsak dan na mizi. V medu je okoli 80% sladkorja, 20% vode, nekoliko fosforja, razna eterična olja in kisline. Med je trikrat redilnejši od mesa. Sladkor, ki ga vsebuje med, je že in-

verten, to je tako predelan, da takoj preide v kri, dočim mora želodec navadni sladkor s prebavo šele izpremeniti v invertnega. Kadar kupujemo med, pazimo, da dobimo pristnega, ne ponarejenega. Pristni med se po nekaj mesecih strdi. Hrani ga na suhem prostoru, ker med rad vleče nase vlago, potem pa se skisa. Za navadno

konfuznega ali hipokriznega stanja, temveč stanje spoštovanja in lojalnosti. Mislim, kar naj ne izgleda nemogoče, da se samo v okviru konkordata ustvarja normalna posledica razdelitve med cerkvijo in državo; namreč razlika med nalogami in dolžnosti enega in drugega. Vsak s svojimi pravicami, dolžnostmi, oblastjo in svojimi mejami. Samo s to predpostavko — v nekaterih področjih — se lahko vrši sodelovanje med eno in drugo suverenostjo.

„Govoriti o zmagovalcih ali o premagancih je otročje: naj se govori samo o absolutni pravičnosti sporazuma, ki ustanavlja recipročno de jure že rešeno, toda vedno nevarno in v vsakem slučaju težko stanje. Sporazum je vedno boljši od spora; dobra sosesčina je vedno boljša od vojne. Mir med Quirinalom in Vatikanom je dogodek velike važnosti ne samo za Italijo, temveč za ves svet. Italijanom si je treba zapomniti to, da je dne 11. februarja 1929. papež končno in slavnostno priznal kraljevino Italijo kot monarhijo savojske hiše in Rim kot prestolico italijanske države.“

„Z naše strani smo lojalno priznali suverenost Svete Stolice ne samo zaradi tega, ker je v resnici postojala in ne samo radi malenkostnih teritorialnih zahtev, malenkosti, ki nič ne odvzema veličini druge narave, temveč vsled prepričanja, da vrhovni poglavar vesoljne cerkve ne more biti državljani nobene države, s čimer se obvaruje uklon katolicizma oziroma vesoljnosti. Katoliški cerkvi smo priznali prednost v verskem življenju italijanskega ljudstva, kar je popolnoma naravno v katoliškem narodu, kot je naš in v režimu, kot je fašizem. Režim je tudi tu dosleden.“

„To ne pomeni, kar je odveč še posebej poudarjati, da druge veroizpovedi, ki so bile do tega časa tolerirane, morajo biti odslej zasledovane, tlačene ali enostavno preganjane. Katoliška država ne pomeni, da morajo državljani slediti določeni veri, tudi če je ta vera vera večine. Toda z razmejitvijo dolžnosti, nalog in odgovornosti države do države ter države do cerkve je pot odprta in obzorje jasnejše. To je pika stavku petnajststoletne zgodovine.“

uporabo nikoli ne segrevaj medu, da ne uničiš s tem vitaminov.

Med je pa tudi odlično zdravilo. Če ga uživaš redno, zelo ugodno vpliva na celotni organizem, ga krepi in poživlja. Posebno priporočljiv je nervoznim ljudem. Nadalje med odpravlja zlatenico, malokrvnost, vnetje dihal, čisti slabo kri. Če te muči protin, pojej vsak dan 2 žlici medu. Za vneto grlo skuhaj tri žlice medu, dve žlici vinskega kisa in eno žlico vode ter to grgraj. Če ne moreš spati, pojej zvečer košček kruha, namazana z medom, in spanje se ti bo vrnilo. Različna eterična olja in rastlinske snovi, ki jih vsebuje med, vplivajo izredno pomirjujoče na živce.

Medico, krepi in nad vse zdravo pijačo, si lahko napravi vsaka gospodinja sama. V pol litra vrele vode vlij žlico medu, pusti še malo časa vreti in medica je pripravljena.

Jabolka za zimo.

Letos so jabolane kar dobro obrodile in zato se je gospodinja kolikor mogoče preskrbela z jabolki, saj so v vsakem, še tako skromnem gospodinjstvu neobhodno potrebna. Jabolka, ki so primerna za shranjevanje, morajo biti popolnoma zrela. Dozoreti morajo na drevesu, le tako vpije sadež čim več sokov. Taka jabolka so mnogo odpornejša in vzdrže dalje časa. Dozorelo jabolko lahko odtrgamo, ne da bi potegnili iz njega pecelj in nalomili rodni les. Plod nekoliko zasučemo in ako se odtrga, je zrelo. Tedaj jabolka oberemo. Nekateri sorte se drže na drevesu prav do konca oktobra. Pustimo jih kar lepo na miru, kajti čim dalj časa so na drevesu, tem boljši in odpornejši bodo. Da jabolka ne tresemo, temveč jih obiramo, to ve danes vsak otrok. Ob shranjevanju pa se ravnajmo po sledečih navodilih, ki jih moramo brezpogojno upoštevati, če hočemo imeti jabolka prav do pomladi in še čez.

Jesenskih jabolok ne shranjujemo za dalje časa, ker se ne drže in so najboljše novembra in decembra meseca. Tudi kosmači, boskopski kosmač in kanadka niso posebno trpežni, ker potrebujejo vedno isto temperaturo in zračno vlago. Zato jih ne hranimo za pomlad. Najmanj občutljiva so jabolka z gladko kožo in to le zimске sorte, od katerih vemo, da so trpežna. Tako na primer hranimo v primerni kleti zelo dolgo: mošančkar, londonski peping, jonatan, rdeči bellefleur, ontario, bočkovo jabolko, zlato reneto itd.

Shranjujemo, kot smo že omenili, le popolnoma zrela jabolka, ki niso nič poškodovana in imajo pecelj. Prezgodaj potrgana in nezrela jabolka niso primerna za shranjevanje čez zimo. Zato je prav, da počakamo s trgatvijo jabolok, kolikor časa je mogoče. Trpežna so le tista jabolka, ki smo jih obrali, ne da bi se potolkla, opraskala, odrla itd. Tudi pri prenašanju in nakladanju je treba največje pazljivosti. Odbrana jabolka sortiramo ter vzamemo za shranjevanje le ona, ki so popolnoma cela, brez prask in odrtin, brez madežev in hrast in brez izrastkov. Če nimamo časa ali primerne prostora, da bi jabolka takoj razvrstili, jih previdno zložimo v klet ali kam drugam na kup, kjer ne zmrzuje. Pozneje jih odpremo v zimsko shrambo.

Letos bomo morali posebno paziti, da nam sadje v shrambah ne bo gnilo. Zato moramo shrambe prej razkužiti z žveplom ali apnom. Žveplamo pri tesno zaprtih vratih in oknih, čez 24 ur pa prostor prezračimo in stene, če le mogoče, prebelimo. V shrambi pa moramo skrbeti tudi za svež dotok zraka. Zato napravimo pri dnu

manjšo odprtino, prav tako pa tudi pod stropom, da lahko svež zrak prihaja, slab pa odhaja. Seveda bomo to uredili le pri stalnih shrambah.

Da krompir ne gnije!

V „Oraču“ je priobčil inž. Fr. Janežič naslednji članek, ki ga zaradi važnosti priobčujemo v celoti.

Od proizvajalcev krompirja, pa tudi od potrošnikov, ki so si jeseni nabavili krompir, slišimo vsak dan tožbe, da krompir v kletih in v shrambah močno gnije. Čez mero pa gnije zaradi tega, ker so sorte slabo odporne, ker gomolji niso zadosti dozoreli, predvsem pa ker krompir nepravilno shranjujemo v kletih. Vemo, da zgodnejše sorte krompirja, ki imajo nežnejšo lupino, rajši gnijejo kakor pozne sorte, ki imajo debelejšo lupino. Tudi krompir, ki smo ga prezgodaj skopali, rajši gnije kakor popolnoma dozorel. Zato moramo pri manj odpornih sortah in slabo dozorelem krompirju še prav posebno skrbeti za pravilno vkletenje.

Z vso doslednostjo moramo paziti na to, da dospe v klet res samo zdrav in nepoškodovan krompir. Odbrati moramo vse gomolje, ki so jih obgrizle miši in ogrci, ki so bili poškodovani pri izkopavanju in spravljanju in ki jih je, četudi komaj zaznavno, napadla mokra bakterijska gniloba, bela glivična gniloba ali vijoličaste rjave pege, ki izvirajo od krompirjeve plesni. Take obolele gomolje uporabimo posebej, prekuhane ali skisane, za krmo. Pred vkletenjem smo krompir za dalj časa razgrnili na zraku, da se je dobro posušil in da je z njega odpadla prst. Če nam sedaj že vkleteni krompir gnije, ga pred zimo še enkrat skrbno preberimo in od njega izločimo vse obolele in poškodovane gomolje. Po potrebi pa ga prebirajmo tudi še med zimo.

Posebno skrb moramo posvetiti kleti, kjer bo krompir spravljen čez zimo.

1. Klet ne sme biti pretopla, ker bi v njej krompir hitro začel gniti in odganjati; a razume se, da ne sme biti tudi prehladna, ker bi sicer krompir zmrznil. Toplota v kleti naj bo stalno od 2. do 8 stopinj Celzija. Razen vzornih kleti so vse naše kleti jeseni pretople, pa zaradi tega prav jeseni največ krompirja segnije. Zato le preberimo pred zimo še enkrat ves vkleteni krompir! Južna kletna okna zaslonimo, da skozi sonce kleti ne segreva. Če so stene, vrata in okna kleti preslaba, da bi zadržala mrz, jih od zunaj obložimo s slamo. Če toplota v kleti za dalj časa pade na 0 stopinj Celzija, postane krompir v njej sladkega okusa. V tem primeru ga postavimo nekaj dni pred porabo v kak topel prostor (v kuhinjo), pa se bo iznebil sladkega okusa. Krompir zmrzne že pri -3°C . Tak se v toplem prostoru omehča in gnije.

2. Klet ne sme biti vlažna, ker vlaga pospešuje gnitje.

3. Skrbeti moramo za zadostno zračenje kleti. S preprihkom skozi vso klet se najbolje prezrači. Čim bolj polna je klet, tem več svežega zraka ji moramo dovajati. Krompir nasujemo do višine 1 m, le v hujši stiski za prostor in le če je krompir bil popolnoma zdrav, do 1.5 m. Zaradi boljšega zračenja krompirja ne nasujemo kar na tla. Nekaj centimetrov nad podom in ob stenah položimo lese iz lat, med krompir pa postavimo navpično nekaj cev, zbitih iz lat. V vzornih kletih za krompir je za zračenje idealno poskrbljeno, kar je bilo opisano v 1. lanski številki „Orača“.

4. V kleti ne sme primanjkovati svetlobe, ker se v temi tvorijo golde, tanke in slabotne kali; ki črpajo krompirju hranilne snovi.

V vrečah, sodih in zaprtih zabojih — kakor je često navada v majhnem gospodinjstvu — ne smemo hraniti krompirja niti za malo časa, če ga hočemo obvarovati gnitja. Zato so najbolj primerni zaboji iz lat.

Če bomo ravnali s krompirjem po gornjih navodilih, se nam ni treba bati, da bo gnil v večjem obsegu. Zaradi večje gotovosti pa še lahko potrosimo med posamezne plasti vkletenega krompirja malo žganega apna v prahu ali kako razkužilno sredstvo za krompir. Tako storimo zlasti, če krompir ni bil v najboljšem stanju že, ko smo ga spravili v klet.

V mrazu.

Tenka plast belega vazelina je dobro sredstvo zoper razpokane ustnice.

Ranice ob ustnicah se kmalu pozdravijo, če jih zdraviš s praškom borove kisline. Nato daš v prašek vato in previdno nekajkrat iztisneš na ranico, dokler je ne pokriva tenka plast praška. Če imaš pa ustnice same ranjene, pomočiš vato v borovo vodo, jo izžmeš in jo daš med ustnice, kjer jo pustiš nekaj minut.

Usta in grlo

sta suha v burji in te ščemi v njih. Izplakni ju s čajem iz kamelic.

Nohti

se ti v mrazu radi lomijo in ceirajo. Če jih sleherni večer močno zdrgneš z vazelinom, ti ostanejo zdravi.

Ozeblina.

Ozebljene roke in noge so velika nadloga. Še preden si v nevarnosti, da ozebeš v roke in noge, si jih namaži s toplim laškim oljem, ki ga utiraj vanje. Potem brez dvoma ne dobiš ozeblin.

Če človeku pozimi zmrzne uho, nos ali prst in če ne more takoj k zdravniku, si mora pač pomagati sam. V takih primerih so najbolj priporočljivi in učinkoviti mrzli obkladki. Čez noč ostane obkladek na zmrznjenem delu telesa in bolečine večinoma izginejo.

Društvena pisarna je v Wolfovi ulici 10 preko dvorišča v drugem posloju, 2. nadstropje. Telefonska št. 45-53. Društveni čekovni račun poštne hranilnice št. 12-131, oni društvenega posmrtnega sklada pa št. 17-678.

Uradne ure v društveni pisarni ob delavnikih od 10. do 12. ure dopoldne; če je pisarna popoldne odprta, se morejo tudi popoldne dobiti informacije.

Člane, ki se obračajo pismeno za razne informacije in intervencije na društvo, prosimo, da prilagajo za odgovor znamke za eno liro.

Glasilno Društva državnih in samoupravnih upokojencev v Ljubljani.

Predstavniki dr. Ivan Vrtačnik. — Odgovorni urednik Anton Spendè. — Tisk J. Blasnika nasl. Univerzitetna tiskarna in litografija, d. d. v Ljubljani. Predstavniki Fr. Kralj. — Vsi v Ljubljani.