



GOSPODINJA IN MATI

LETO 1943-XXI

7. JULIJA

ŠT. 25



Domači vrt



O vrtnih ograjah

Lepota vrta je odvisna od njega ureditve in nege, kar je prepuščeno okusu posameznika. Kolikor je torej glav, toliko je možnosti glede ureditve vrta. Vendar ostanejo glavna pravila vedno ista. Teh pravil se nehoti drži vsakdo, ki s srcem in pravim čutom za lepoto ureja vrt. Vsekakor bo meščanski vrt popolnoma drugače urejen od kmečkega, ki ga obdaja najlepši vrt — božja narava. Že s tem, kako je ograjen, se loči meščanski vrt od kmečkega. Dočim se meščanskemu vrtu, ki je stisnjen navadno med ulice in hiše, lepo poda zidana, tudi železna ograja ali pa železna oziroma lesena z zidanim podstavkom. Včasih so bile železne ograje prava umetnina, polna raznih okraskov. To se je že zdavnaj preživelo. Taka ograja je bila namreč sila draga. Vrhu tega pa včasih še vse kaj drugega kot lepa. Zdaj poznamo ograje preprostih oblik, ki jih je tudi mnogo lažje oskrbovati in popravljati.

Za vrt na deželi pa se najlepše poda ograja, narejena iz domačega materiala. Zelo lepa in primerna je lesena ograja v predelih z gozdovi, na kraških tleh pa se najboljše poda kamnita ograja.

Ograja ima namen braniti dostop nepoklicanim gostom in tvoriti lep okvir vrtu. Vrt je namreč lahko še lepše in popolneje urejen, pa ni lep, če se ograja ne ujema z okoljem, ali če je razdrapana in podrti. Takle vrt z neprimerno ograjo dirne tako neprijetno, kot odvrča naše simpatije neokusno nališpan človek. Zelo preprosta je lahko ograja — lesena, doma izdelana in poceni, le da je v redu. Lesena ograja sicer ni tako trpežna kot je n. pr. železna ali zidana, vendar morata biti zadnji dve zelo dobro izdelani, sicer ju lahko tudi v trpežnosti prekosi dobro narejena lesena ograja.

Izmed vrt lesa je za napravo ograje najprimernejši in najcenejši borov les. Najprimernejši je zato, ker vsebuje smolo, ki varuje les pred vlago in gnilobo. Tudi smrekov les je smolnat, vendar je mnogo mehkejši od borovega in zato manj odporen. Barva borovega lesa je lepo rdeča in je ni treba posebej barvati. Zelo lepa je ograja

iz brezovih debelc. Breza ima belo lubje in učinkuje brez vsake barve prav vedro. Končno pa lahko uporabimo za ograjo vsake vrste les, ki ga imamo na razpolago. Če boče kdo imeti prav lepo in trpežno ograjo, bo vzal kake vrste trd les.

Ko je ograja gotova, jo pobarvamo s kantarom — če ni iz bora oziroma iz breze — ki brani les pred gnilobo. Nato pa ograjo še prebarvamo s poljubno barvo: zeleno, belo, rdečo, modro itd. S takole doma narejeno ograjo bo pač imel vsak gospodar bržkone največ veselja. Čim več domišljije ima kdo, tem lepše vzorce si bo izmislil ter v teh oblikah zbil skupaj debelca in deske.

Zelo preprosta, pa tudi čedna je ograja, spletena iz vrbovih, brezovih ali kakih drugačnih šib ter lepo prepleskana. Lepo se poda zlasti v gozdnate kraje.

Ker smo že v času raznih kombinacij, pa poskusimo še ograjo narediti tako, da bo en del iz desk ali debelc, drugi del iz šib, pa spet iz desk itd. Če jo še lepo dvobarvno pobarvamo, bo takale ograjica učinkovala prav vedro in veselo.

V kamnitnih, kraških krajih je najpametneje graditi ograje iz kamnja. Kamenite ograje so lahko prav lepe, čeprav ni kamen ravno klesan. Le nekoliko moramo pustiti domišljiji do izraza. Seveda ne sme biti kamnita ograja te gola stena, marveč mora imeti tudi lepa okenska odprtine, ki dajo zgradbi nežnejši, rahlejši videz. Ta okenska so lahko nameščena v raznih višinah in raznih oblik, lahko so kar nametana sem in tja v steno, ali pa se lepo vrste v ravni črti simetrično.

Žive meje so primerne za ograditev pašnikov in večjih lepotnih nasadov. Za ograjo manjšim zelenjavnim vrtovom nikakor ne odgovarjajo, ker se v njih rada zadržuje razna škodljiva golazen. Poleg tega pa korenine tega grmičja navadno segajo globoko v vrt in po nepotrebnem jemljejo hrano, ki bi šla v prid zelenjavi. O primernejših rastlinah za živo mejo je bilo že precej pisanja. Splošno je v navadi, da zasajamo žive meje s samo ene vrste grmičja. V novejšem času pa smo spoznali, da je taka živa meja dolgačasna. Zelo lepa pa je pisana živa meja, kjer je zasajeno grmičje raznobarnega list-

Nekaj o vzgoji malega otroka

Kako to, da postanejo včasih otroci, ki smo jih vzgojili s toliko ljubeznijo in skrbnostjo, v starosti približno treh let nenadoma muhasti, sitni in neubogljivi?

Na primer fantiček, ki se je do danes lepo sam zabaval v svojem koticu, nenadoma vrže svoje igrače po tleh, jih celo pohodi, išče druge zabave, ki njemu ni primerna, se vzpenja po mizah in omarah ter prevrača stole in vse, kar doseže. Če ga starši kaznujejo, potem je še lažje pravi pekel v hiši. Tudi če je kaznovan, kmalu pozabi na kazen in začne znova razgrajati. Mati se kar ne more načuditi, kako to, da se je tako nenadoma spremenil.

Včasih je vzrok za to čisto blizu in popolnoma naraven. Sicer pa morajo biti starši pripravljeni na to, ker pride pri večini otrok prej ali slej taka doba.

Če postanejo otroci, ki so bili vedno pridni in mirni, slabe volje in utrujeni, je to pogostokrat znak bližajoče se bolezni. Večkrat je vzrok v nepravilni prehrani (pijače, ki razburjajo živce in krajšajo spanje). Včasih je prevelika količina sladkarij vzrok slabe prebave.

Tudi preozka obleka, pretopla ali premajhna soba je lahko vzrok nerazpoloženja. Otroci se morajo prosto gibati in potrebujejo mnogo sonca in svežega zraka. Včasih je vzrok nerazpoloženja pri otroku prehitel telesni razvoj. Zelo zdravi in zelo nadarjeni otroci mnogokrat ne vedo kam s svojimi silami. Telo je polno energije, razum pa še ni dovolj razvit, da bi jo znal modro uporabljati.

Včasih se otrok dolgočasi. Marsikatera mati nima nikdar časa, da bi se igrala s svojim otrokom, druge pa se morda preveč bavijo z njimi. Treba je otroke tako vzgojiti, da si znajo sami najti zaposlitev; vendar pa mora mati vedno paziti, da v primeru potrebe, da otroku pravo zaposlitev, da se ne bo dolgočasil.

Vzrok otrokovega nerazpoloženja in muhavosti je zelo važen. Včasih je vzrok

ja, poleg tega pa je vmes še grmičje, ki ob raznih letnih časih cvete. Tako nas pogled na živo mejo vedno razvedri in ne dolgočasi. Primer lepe žive meje imamo v našem Tivoliju ob notranjski progi. Te vrste žive meje tudi ni treba obrezovati v določenih mejah. Obrežemo le spomlad, kakor ostalo okrasno grmičje.

Vsekakor je treba ograjo negovati, sicer postane še lepša ograja grda. Lepa, negovana ograja je popoln okvir vrtu in najboljše spričevalo skrbnega gospodarja.

v napačni vzgoji. Če je mati bila navajena, da je že od zibelke izpolnila vsako otrokovo željo in se pokoravala njegovi volji, mora biti pripravljena na to, da bo otrok kmalu postal njen tiran. Razne muhe so pri čisto majhnem otroku lahko ljubke, nikakor pa ne, ko otrok nekoliko doraste. Velika razvada je, da starši in drugi obkladajo, predvsem prvorojence, z vsemogočnimi darovi in igračami. Tudi ni prav, da se neprestano vse suče okrog otroka, da se zaveda, da je središče vsega. Če je potem tak otrok, ki je bil prej središče vse pozornosti, potisnjen ob stran zaradi rojstva drugega otroka, postane zagrenjen in prav lahko se v njem pojavi čut manjvrednosti.

Mnogo potrpljenja in truda je treba v vzgoji, posebno v prehodnih dobah. Predvsem mora vzgojitelj imeti sam sebe v oblasti, da se nikdar ne razjezi, tudi če je otrok še tako poreden. Kazen ne sme biti nikdar prehuda, ker bi to rodilo več škode kot koristi. Res mora otrok vedno ubogati in je treba kaznovati vsako neubogljivost, vendar pa mora vzgojitelj pokazati, da zelo nerad kaznuje. Otrok naj čuti, da je staršem hudo, če morajo otroka kaznovati. Ker pa je dober zgled bistvo vsake vzgoje, morajo starši vedno ohraniti pri vzgoji popoln mir in samobvladanje.

O detetovem duševnem razvoju

Življenje novorojenčka je v prvih treh mesecih brez samozvesti in brez volje. Šele polagoma se možgani začnejo razvijati in vršiti svojo nalogo.

V tretjem in četrtem mesecu čuti šele popolnoma delujejo. Čutni organi so sicer že takoj ob rojstvu popolnoma razviti, vendar pa jih morajo šele zunanji vplivi, kakor svetloba, glas itd., prebuditi.

Okus se razvije že v prvih dneh. Sladek okus priključuje prav kmalu na dojenčkov obraz izraz zadovoljstva.

Tudi vid prav kmalu deluje. Že drugi ali četrti dan dete trenje z očmi ob nenadni premični svetlobi. Čez teden dni se oči že premikajo neodvisno od premikanja glave. Samo v prvih tednih se otrokove oči obračajo istočasno vsako v drugo smer.

V sedmem tednu otrok že lahko nepremično gleda kak predmet v razdalji enega metra. Ljubeznivi materin obraz kakor tudi svetlikajoči in migotajoči predmeti vzbujajo detetovo pozornost in veselje že v desetem mesecu.

Svetlobo in temo začne razločevati šele po treh mesecih. Ko je otrok star poldruge leto grabi za dimom in za žarki. Šele ko je star dve leti začne razločevati barve.

Vsi novorojenčki so gluhi. Šele po prvem mesecu življenja je mogoče opaziti, da se dete zdrzne ob nenadnem glasnem govorjenju. Po osmih tednih naredi petje prvič nanj vtis. Po dvanajstih tednih dete obrne glavico proti zvoku, ki ga je zaznalo.

Prve solze je mogoče opaziti v četrtem tednu.

Prvi nasmeh, ki mlado mater tako osreči, zaigra na otrokovem obrazu osmi teden ali še pozneje.

Že v četrtem mesecu dete opazi materino odsotnost.

Zdravo dete razume besede, ki mu jih mati govori, mnogo prej kakor pa more samo spregovoriti prve zloge. Preden začne otrok govoriti, zna že tvoriti razne glasove, ki jih sliši in se nad tem veseli. Vendar pa tedaj še ne zna misliti. Preden more začeti misliti, klepeta kar vse vprek, brez vsake zveze. Šele polagoma se nauči kaj in kako mora govoriti. Še bolj polagoma pa se privadi misliti in preudariti preden začne govoriti.

Tedaj se v otroku zbudi želja po spoznanju, ki prihaja na dan v obliki neštetih vprašanj. Govor mu je zdaj nujno potreben za njegovo rastoče zanimanje. Pustimo ga torej naj klepeta in ne ovirajmo ga z neprestanim prigovarjanjem.

Ne dotikaj se deteta po nepotrebnem

Vsaka mati mora skrbno paziti, da je dete, njegova okolica, posteljica, steklenica in vse, kar pride v dotiko z otrokom, popolnoma snažno. Snažna mora biti tudi mati sama, kadar dete neguje in prav tako tisti, ki le mimogrede pridejo v dotiko z otrokom.

Nikdar ne sme mati negovati svojega deteta ali se ga samo dotakniti, če si ni prej umila rok. Tudi ni prav, če otročička neprestano ljubkuje, kar prav rade delajo posebno mlade matere. Razume se, da mora preprečiti, da tega drugi ne delajo. Naj imajo tete ali drugi otročička še tako radi in naj se tudi čutijo užaljene, če jim mati ne dovoli pretiranega ljubkovanja, detetovo zdravje zahteva, da je v tem oziru stroga in natančna. Vsi odrasli bi se morali zavedati, da je z dotikanjem mogoče prenašati razne bolezenske klinice, za katere je otročiček še posebno sprejemljiv. Bolni ljudje se otroku ne smejo približati, pa četudi bi njihova bolezen bila samo nedolžen prehlad. Če je mati sama prehlajena, si mora zvezati usta in nos, kadar neguje dete.

DOM

Zanimive šege ob otrokovem rojstvu

Ko pride na Škotskem otrok na svet, tedaj se tudi tam veselijo njegovega rojstva, kakor povsod drugod na svetu. Toda Škoti obdajo ta dogodek takoj s svojo posebnostjo: s svojo varčnostjo. Trdijo, da je otroku v nesrečo, če ga takoj obdajo z mnogimi novimi rečmi. Vse mora biti staro in tradicionalno. Najraje uporabljajo plenice in povoje, ki jih je družina podedovala še od stare matere. Tako se ohrani tradicija in prihrani denar.

V nekaterih krajih Afrike in Azije ne posvečajo največje pozornosti materi, ampak očetu. Sorodnikom in znancem sporočajo, kako se počutila oče in otrok. Nihče pa ne omeji zdravstvenega etanja matere.

V Armeniji in v nekaterih pokrajinah v Turčiji potresejo novega zemljana s soljo, da tako očuvajo njegovo zdravje in priključijo nanj moč. Na Javi položijo novorojenčka v kurje gnezdo, da koklja priključe vanj dušo. Na Novih Zeebridih mora oče streljati z lokom na vse strani, da odpódi vse zle duhove. Na Kitajskem postrizhejo dojenčku vse lase, ker so po njihovem mnenju budičevi lasje, ki ovirajo otroka, da ne more do otroka.

Na Japonskem so ob rojstvu otroka velike slovesnosti, posebno če je deček. Prijatelji in sorodniki prinašajo v hišo cele gore darov, kakor pri nas za božič.

Kdo je bolj zdrav: moški ali ženska?

Statistično je dokazano, da živi več starih žensk kakor moških. Če so časopisi kdaj pisali o zelo starih ljudeh, so to v največ primerih bile ženske. Iz tega dejstva se je rodilo mnenje, da so ženske bolj zdrave kot moški.

Seveda tega ne smemo posplošiti. Zdravniki pa trdijo, da ženske živijo v splošnem le tri leta več kot moški. Toda tudi to razliko narava sama izravnava, kajti vedno se rodi več dečkov kot deklic.

Od kod torej to, da je skoraj v vseh deželah več žensk kot moških? Predvsem zato, ker je mož zaradi poklicnega dela v večji nevarnosti in ker se pri svojem delu prej izčrpajo. Sicer je tudi ženska izpostavljena mnogim nevarnostim, predvsem v zvezi z njeno glavno nalogo, z materinstvom. Kljub temu pa so prav matere s številnimi otroki bolj zdrave kot žene brez otrok.

Zanimiva je ugotovitev nekega zdravnika, ki je na podlagi dolgoletnega skrbnega statističnega proučevanja dokazal, da zakon nadaljša življenje. Dokazoval je namreč, da je število umrljivosti neporočenih mož po tridesetem letu še enkrat večje, kot število poročenih. Tudi pri ženskah je skoraj isto.

Zelo je vplivala na zdravje pri ženskah sprememba v njihovem poklicnem delu po

prvi svetovni vojni. Iz statistik je mogoče povzeti, da je napor pri poklicnem delu pri ženskah še mnogo bolj usoden kot pri moških.

Katera leta so najnevarnejša pri ženski in pri moškem? Do 40. leta je umrljivost za jetiko pri ženskah večja, po štiridesetem letu pa pri moških. Med 20. in 45. letom je ženska bolj sprejemljiva za razne bolezni kot moški, med 15 in 20 letom umrje več deklet kot fantov. Od 45. leta dalje pa so moški bolj sprejemljivi za razne bolezni. Razume se, da so to le povprečne številke.

Sportna vzgoja mladine in telesna nega vplivajo tudi pozneje na splošno zdravstveno stanje. Povprečna življenjska starost se je v zadnjem času precej zvišala, naši otroci so večji kot so bili naši starši in stari starši v isti starosti.

Sterilizacija

Poleti in jeseni, ko je na razpolago največ sadja in zelenjave, moramo misliti tudi na to, da nekaj teh dobrot prihranimo za zimo. Živila, ki se hitro pokvarijo, ohranimo na ta način, da jih steriliziramo s pomočjo vročine. Če ne uporabljamo posebnih sredstev za ohranjanje, kakor sol in sladkor, je popolnoma vseeno, kakšen način vkuhanja uporabljamo. Toplota mora doseči 80–100 stopinj C, da se uničijo razne kali in bakterije. Sadje in sočivje denemo v posode, ko je še zelo vroče in nato posode zapremo. Ko se vsebina ohladi, se zrak v posodi sami razredči in zaradi neenakega zračnega pritiska pritegne pokrov tako močno, da zunanji zrak ne more prodreti v posodo. Če hočemo doseči pri vkuhanju dobre uspehe, moramo upoštevati naslednje pogoje:

1. Sadje in sočivje mora biti zdravo in dovolj zrelo.
2. Posoda naj bo skrbno osnažena in nepokvarjena.
3. Sterilizacija naj se izvrši z zadostnim vkuhanjem.

Navadno vkuhavamo na ta način, da denemo napolnjene kozarce v vrelo vodo, ali pa napolnimo kozarce z že vkuhanjo, vrelo vsebino. Važno je, da pazimo, koliko časa kuhamo posamezna hranila in kako visoka je pri tem temperatura. Posamezno sadje in sočivje je treba segreti le toliko, kolikor je za sterilizacijo nujno potrebno. S predolgim in premočnim segrevanjem živila ne izgubijo samo na barvi in okusu, pač pa vročina tudi uniči nekatere tvarine, ki so zelo važne za prehrano. Sadje, ki je manj trdno kot sočivje in vsebuje v glavnem sladkor, kisline, rudninske soli in vodo, potrebuje manjš toplote in manj časa za sterilizacijo. Sočivje pa je treba sterilizirati dvakrat. Prav pri sočivju obstoja nevarnost, da se zaradi nezadostne sterilizacije, ali ker je v posodo prodrl zrak, pokvari. Vkuhana živila, ki so se pokvarila, so zdravju zelo škodljiva in jih zato ne smemo uporabljati.

Za sterilizacijo v vodni kopeli potrebujejo: jagode 80 stopinj C, 20 minut kuhanja; marelice in češnje 85 stopinj C in 20 minut kuhanja; jabolka, bruske itd 90 stopinj C in 30 minut kuhanja; sočivje 190 stopinj C in 90 minut kuhanja.

Sočivje se čez dva dni še enkrat sterilizira 30 minut s 100 stopinjami C.

Jagode in razne marmelade pa kuhamo najprej in denemo še vročo tvarino v kozarce. Kozarce je treba zelo hitro napolniti. Da ne počijo, jih moramo prej ogreti. Da se marmelada ne kuha predolgo, je priporočljivo, da je ne pripravimo preveč naenkrat, ampak samo za tri ali štiri kozarce, katere moramo zelo hitro napolniti. Lahko uporabljamo tudi steklenice. Ko so kozarci polni, jih moramo takoj dobro zapreti ali zvezati.

7 smernic za zakonsko ženo

1. Ohrani si dobro voljo. Mnogokrat jo boš rabila, če hočeš dospeti do zlate poroke.
2. Skrbi za svojega moža. Bodi mu žena, mati in ljubica. Če tega ne storiš, ti bo katera druga ženska prevzela eno ali drugo izmed teh nalog.
3. Kadar se mož vrne z dela, ga sprejmi s smehljajočim obrazom. Nikar ne začni takoj tožiti o vseh neprijetnostih, ki so te zalede med dnevom.
4. Ne grajaj oblek in zunanosti drugih žensk, da tako ne prisiliš moža, da se zavzame zanje. Iz tega bi nastala ljubosumnost z vsemi zlemi posledicami.
5. Pazi, da se preveč ne zrediš. Preveč rejena ženska postane zaspana, lena in počasna. Možu je brez dvoma mladostna žena bolj všeč.
6. Nikar ne poskušaj, da bi moža kar čez noč spreobrnila. Ali je mogoče leopardu postriči kremplje? Nikar ga neprestano ne kritiziraj in jezi.
7. Nikar si ne domišljaj, da je lova že konec, če si moža že dobila. Z možem je kakor z avtomobilom. Vrednost avtomobila ni morda v tem, da smo ga kupili in da ga imamo, pač pa v tem, kako ga znamo oskrbovati.

Nasveti za dom

Za škrobljenje perila pred likanjem je bolj primerna topla voda, kakor pa mrzla.

Pobarvanega blaga ne smeš pred likanjem nikdar zviti skupaj, ker se na njem naredijo madeži. Najbolje je, da ga zlikaš, ko je še nekoliko vlažno.

Za zelo občutljivo in fino blago uporabljajš namesto škroba vodo, ki si ji dodala nekoliko sladkorja.

Zamet postane kakor nov, če ga narahlo drgnemo s krpo, namočeno v špiritu, nato pa držimo nad paro tako, da so dlake od zgoraj in se lahko zravnajo.

Da likalnik ne zarjavi, pogrni ga, ko je še gorak, s krpo, v katero si zavila kosček voska ali parafin.