



GOSPODINJA IN MATI

LETO 1943

24. NOVEMBRA

ŠT. 45

UZGOJA

O igrah in igračah

Ker se približuje svetli Miklavž, toliko zaželeni otroški praznik, hočemo spregovoriti tudi nekaj o igrah in igračah.

Živimo sicer v žalostnih časih, ko manjka staršem celo najpotrebnejšega, a otrokom, zlasti prav majhnim, je pač težko dopovedati tegobe sedanjega časa. Zlasti do šestega leta živi otrok ves vase zaverovan, v svojem čisto posebnem svetu, da ne more razumeti stisk odraslih, pač pa z vso svojo otroško, živo vero pričakuje, da bodo odrasli njega razumeli. In zakaj se ne bi vsaj nekoliko potrudili, da upoštevamo njih male težnje in želje, njih naravno potrebo po igrah in igračah.

Življenje majhnega otroka poteka ponajveč v igri. Kar mora odrasli resno delati, to bi rad otrok igrati napravil, ne da ga k temu silimo, saj prav v igri se razvija otroška duša na najbolj naraven in neprisljen način. Igranje je namreč nekaj, kar spada k bistvu mladega bitja, pa naj si bo že žival ali človek. Le pogledjte, kako so tudi mlade živalce živahne in kako se rade igrajo. Kako na primer mlade mačice skačejo za okroglimi predmeti, ki jih zakotalimo pred nje. Nikoli se ne naveličajo te igre in vendar leži v vsej njihovi igravosti globlji pomen. Mačica se v igri vadi, da bo pozneje čim spretneje lahko lovila miši in podgane. Prav tako in še bolj ima igra svoj pomen tudi za otroka. Zdravega otroka je težko pripraviti k miru. Kar naprej bi skakal, tekal ali se okvarjal z deli, ki mu ugajajo. S skakanjem in tekanjem si na najbolj naraven način krepi in utrjuje ude, v ostalih načinah njegove igre pa dostikrat zasledimo nagnjenje k bodočemu poklicu. Kajti v igri, kjer odrasli ne posegajo venomer vmes, se otrok kaže najbolj naravnega. Mlada deklica hoče posnemati mater. Hoče biti učiteljica, gospodinja ali mamica. Hoče svojo punčko, da jo prevaja, uspa, da jo lahko pokara ali pohvali, dočim hoče deček posnemati očeta ali strica. Zeli si svoj voziček in konjčka ali svoj avto, s katerim bi prevažal svoje umišljene znanke.

Zakaj ne bi do pametne mere zadovoljili take želje? Človek se rad spominja svojih otroških let, če so bila vesela in brezskrbna. Brez igre in smeha je otroška doba kaj

žalostna in premnogokrat taka nevesela mladost odločilno vpliva na ves poznejši razvoj človeka, vpliva na njegov značaj, na njegove duševne sposobnosti, na ročne spretnosti in drugo. Zagrenjena otroška doba rodi zagrenjene, vase zakrknjene, nezaupne ljudi, ubija jim razvoj duha in vodi na temna življenjska pota.

Kar se tiče pa njihovih igrač, je potrebno kaj malo truda in stroškov, da zadovoljimo majhne želje otroka, ki še ni razvijen in nima pokvarjenega okusa odraslih. Nič ni treba dragih konjičev in lutk, ki jih prodajajo trgovine za drag denar. Deklica vidi svojo »ljubo« punčko tudi v preprosto izrezljanem koščku lesa, oblečenem v pisane krpice, a deček svoj voziček v majhnem zaboju, pritrjenem na ogrodje s kolesi.

Prav primerna je tale zgodbica: Neka gospa je videla kmečko deklico, ki se je igrala s punčko, narejeno kar doma. Bil je to košček lesa v obliki križa. Na vrhnji konici je bila privezana krpica, nabasana z vato in črnimlo so bile narejene oči, nos in usta. Stranska dela, ki sta tvorila roke in spodnji daljši del, so bili oviti v že zelo zamazano obleko. Gospe se je otrok zasmilil in poslala mu je iz mesta veliko, drago punčko, ki je celo zapirala oči in na pritisk gumba na hrbtu zajokala. Deklica je bila seveda prve dni vsa navdušena nad novo igračo, a ni preteklo mesec dni, že je nova punčka ležala pozabljena v kotu in je do polne veljave prišla spet prejšnja. Kako to? Prva igrača je bila narejena v prisotnosti otroka, bila je preprosta in kar je glavno, ni natančno predstavljala, kar bi imela predstavljati — v tem primeru punčko — ampak je bilo potrebno šele mnogo otrokove domišljije, ki ji je dala popolnost. Kajti čim nepopolnejša je igrača, tem živahnejša postane otrokova domišljija, s katero obda tako igračo. In čim več otroška dušica podari mrtvemu predmetu iz svoje bogate otroške notranjosti, tem bolj se razumljivo naveže nanj.

Zato je kaj lahko napraviti nerazvajanemu otroku veselje. Preproste igrače lahko napravi spreten oče sam v večernih urah. Majhen zrakoplov, voziček, vlak, punčko, ki ji mati sešije oblekico, ni tako težko napraviti. Kako pride očetu prav, če se je v mladih letih naučil takih malih ročnih spret-

nosti, namesto da je zvečer po delu ubijal čas po kavarnah ali gostilnah. Vsako tako znanje mu je v prid. Saj še pogovor pravi: Čez sedem let...

Čim manj ima otrok igrače, tem bolj je zbran pri svoji igri. Velika množina igracih otroku ni v prid. Napravi ga raztresenega in vihravega. Zdaj se hoče igrati z eno, zdaj z drugo in nikoli se prav ne more odločiti, pri kateri bi ostal. To se mu pozna tudi v poznejšem življenju.

Majhnim otrokom dajmo tedaj igrače, ki smo jih sami napravili, a nekoliko večjim, od osmega leta naprej pa dajmo raje samo ogrodje in vse potrebno, da si igrači sami izdelajo, ker s tem jih igranje privadimo ročni spretnosti in bistri domiselnosti, da si s tem razvijajo duševno in telesno spretnost. Tako jim vzbujamo veselje, da začno tudi izdelovati majhne, za dom uporabne predmete kot na primer košarico za papir, materično skrinjico za šivanke in sukanec, očetu škatlo za cigarete, napajalnik za kokoške, hlevček za domačega psička in še nešteto sličnega, kar lahko izvrše. S takimi deli jih bomo bolj priklenili na dom in privzgojili v njih čut skupnosti in vzajemne pomoči, ki nam je danes vsem tako potreben, ko gineva smisel za pravo družinsko skupnost, za pra-

vi odnos do bližnjega. Kako žalostno je na primer v družini, kjer dečki samo lenarijo in se vadijo v vseh malih lopovščinah, ne da bi v čemer koli pomagali v gospodinjstvu.

O igračah, ki niso za otroke bomo govorili še prihodnjič, danes le še nekaj o tem!

V veliki modi so zdaj igrače, kot puške, meči, vojaki, topovi in sploh vse to pomanjšano, kar nam odraslim prinaša v resničnosti toliko žalosti in gorja. Nekateri vzgojniki so trdili, da se otrok v igri sprostí vseh tistih začetnih strasti in gonov, ki bi se pozneje, če bi jih kot otrok zatiral, toliko resneje in nevarneje uveljavile. To se pravi, če se je v mladosti dovolj naigral roparja, pozneje v življenju gotovo ne bo ropar. Ali če je v igri s puško ali mečem pobil vse namišljene nasprotnike, bo pozneje maščevalnost popustila in bo prizanašal sovražnikom. Koliko je resnice v tej trditvi, vidimo kar se da očitno danes. Dovolj so se nekateri naigrali v mladosti s puškami. Moral bi tedaj biti najmiroljubnejši ljudje. Kar občudujte zdaj njihovo miroljubnost po kočevskih gozdovih! Zakaj naj bi torej že v otroku hote vzbujali gon maščevanja, gon ubijanja, ko lahko z drugimi igračami vprav nasprotno dosežemo.



PERUTNINA



Domača kokoš — imej prednost

Prav grdo se je razpasla navada, da naši kmetovalci vse premalo gledajo na domačo kokošjo pasmo. Mnogim je zdrav vseeno, od kod dobe jajca, kakšne bodo kokoši itd. Nekateri so pred vojno celo uvažali vse mogoče pasme iz inozemstva, ne da bi prej pomislili, da s tem zametujejo težko pridobljeni denar za tuje manj vredno blago, katero v naših razmerah prav kmalu shira. Takšno ravnanje pač jasno dokazuje, da nimamo dovolj zavednosti in narodnega ponosa, sicer bi ne uvažali perutnine iz inozemstva, saj imamo vendar svojo kokoš, ki ima vedno prednost pred raznimi tujimi.

Tujih pasem niso pričeli uvažati naši kmetje, kočarji in bajtarji, temveč razni športni rejci, ki jim je bila pri srcu le njihova korist, a ne splošnost. Znano je, da ti ljudje prodajajo valilna jajca in plemenske živali po zelo visokih cenah, ker se pač drže načela: »Če hočeš imeti takšno žival kakor jo imam jaz, plačaj!« Pri kupčijah pa razlikujemo obširne rodovnike, s kontrolnimi listi o nesnosti živali. Koliko je vredna kontrola o nesnosti, ki jo vodijo samo zasebniki, lahko ve vsak rejec sam. Da bi kontrola lahko verjeli, bi jo morale opravljati neposredno kake kmetijske ustanove,

ali bi pošiljali živali na poskusno ugotovitev.

Da so se ljudje zanimali za razne tuje pasme, je krivo največ to, ker so gledali na barvo perja ali na telesno obliko uvoženih živali, niso pa gledali na dobiček pri rejci perutnine. Neštetokrat slišimo, kako kak posameznik občuduje kokoši večjih pasem, jo hvali itd. Občudovalec se čudi, ker ni dovolj poučen o perutnini. Ako bi se prav ta občudovalec bolj poglobil v rejo, bi ugotovil, da uvožena žival ne more odtehtati vrlin naše »štajerke«. Res se nam zdi, če vidimo veliko kokoš proti naši štajerki, velika, toda ko jo primemo v roko in jo pretehtamo in ogledamo, sprevidimo, da uživa neupravičeno hvalo, kajti žival ima le močno razvite kosti in mnogo perja. To smo sprevideli na prvi pogled. Če bi preizkusili še kvaliteto mesa, bi ugotovili, da je meso kokoši tuje pasme dolgovalakno in pusto meso.

Barva kokoši nas ne sme zavajati, da bi zaradi nje uvažali pisano perutnino, saj imamo tudi domačo perutnino iste barve. Pri izbiri pasem imamo v zameno za tuje pasme odlično blago, na pr.: za leghorn belo štajerko, za plimotko grahasto štajerko, za Rodeland rjavo štajerko, tako imenovano celjsko standard štajerko, za italijanke in druge pa našo najboljšo selekcionirano je-

rebičasto štajerko. Res je, da grahasta štajerka ni priznana, če prav bi to zaslužila, da bi jo uvrstili med druge štajerke. Po zatrtjevanju rejcev grahasta štajerke, je to odlična kokoš z vsemi dobrimi lastnostmi ostalih treh vrst, razen tega je pa nekaj težja od drugih, kar je posebno važno za vzrejo kapunov.

V splošnem so štajerske kokoši dobre nesnice, saj znesejo letno najmanj po 140 jajc in jih zato lahko prištevamo med dobre jajčarice. Razen tega imajo tudi rožnato-belo kožo in noge. Znano je, da perutnina s takšno kožo in nogami prednjači v pogledu kakovosti mesa pred ostalo perutnino. Prav zaradi tega uživa štajerska perutnina sloves kot najboljši eksportni predmet, prav

posebno so bili pred vojno priljubljeni štajerski kapuni in polardi, saj so jih visoko cenili v Nemčiji in Švici. Iz vsega tega je razvidno, da je nesmiselno iskati tuje pasme perutnine, ker skoraj nikjer ne bomo našli toliko združenih dobrih lastnosti, kakor pri štajerki.

Gospodinja, ti ki imaš skrb za perutnino, se prav pridno pripravi že zdaj v zimskih mesecih, kje boš dobila spomladi jajca za nasad. Glej, da si preskrbiš čim več in domačih jajc, kajti vojna je uničila mnogo kokoši in če ne bo spomladi dovolj piščancev, bodo tudi kokoši že prihodnje leto izginile s površja. Torej gospodinja, takoj na delo.



Majhni pripomočki zoper pozabljenost

»Niti malo se ni mogoče zanesti nate! Vedno vse pozabiš!« Kolikokrat slišijo gospodinjne ta očitke, ki jih ne samo boli, ampak tudi jezi: žal pa morajo priznati, da je le prevečkrat ta očitek utemeljen, ker so res kaj pozabile. Popolnoma nerazumljivo pa se jim zdi, kako so le mogle pozabiti. Še zjutraj so si trdno zabičale, da tega ne smejo pozabiti. Seveda je prišlo zopet drugače. Čez dan se jim je nakopičilo toliko dela in skrbi, da so popolnoma pozabile na gumb, ki ga je treba prišiti. Kako naj tudi človek misli na take malenkosti, ko prihajajo druga za drugo neštete nepričakovane skrbi in neprijetnosti. Najmlajši je na svojem poizvedbenem potovanju po kuhinji, zlezel v zaboj za premog; nato se je vrnil starejši iz šole z buško na glavi in z obleko, ki so se na njej poznali znaki njegove bojevitosti. Poleg vsega se je še krompir pri-smodil.

Življenje hišne gospodinjne s tisoč malimi dolžnostmi, z neštetiimi skrbmi in vsakdanjimi presenečenji, je za pozabljenost zelo hvalježno polje. Kako rade bi se iznebile te male napake, ki pa je nemalokrat tako neprijetna in ki prav zaradi svoje malenkosti povzroča toliko jeze. A kako?

Glavni vzrok pozabljenosti je raztresenost, pomanjkanje zbranosti. Tu pa more dobra volja mnogo pomagati. Treba si je le pogostokrat prizadevati za zbrano. Najbolje je, če se večkrat na dan vprašamo: Kaj moram danes še storiti? Kaj mi je bilo naročeno?

Poleg tega imamo na razpolago razne majhne pripomočke, da odpomoremo pozabljenosti. Ali bi nam na primer ne bilo v veliko pomoč, če bi si stvari, ki jih moramo narediti, zapisale zvečer ali zjutraj na listek, ki bi ga potem pritrtili na vidno mesto, nad

mizo, poleg štedilnika ali kjer koli? Lahko uporabljamo tudi koledar. Saj si vsi poslovni ljudje pomagajo na ta način; čemu bi si gospodinja ne olajšala s tem svoje naloge? Celo toliko zasmehovani vozni na robcu ne smemo prezirati, posebno če se hočemo spomniti na kako važno stvar.

Toda saj važnih stvari gospodinjne ne pozabijo tako lahko. Največkrat gre za prav neprijetne malenkosti, zaradi katerih se potem še bolj jezimo. Čeprav je pozimi mraz, moramo kljub temu vsak dan prezračiti sobe. Seveda je dovolj, če pustimo okno odprto kakih deset minut. Kolikokrat pa se zgodi, da odpremo okno, potem pa gremo po drugem delu in pozabimo zapreti. Spominimo se šele čez nekaj ur, ko je soba že tako temeljito prezračena, da je zlepa ni mogoče več razgreti. Tu pa ne pomaga niti zapisnik, niti vozel na robcu.

V takih primerih pa nam lahko pomaga budilka. Kakor hitro odpremo okno, naravnano budilko, da bo začela zvoniti deset minut pozneje. Zdaj lahko pride kar koli. Noben še tako zanimiv razgovor, nobeno še tako važno delo, nam ne bo moglo zabraniti, da bi ne slišali brnenja ure.

A ne samo v tem primeru nam budilka lahko pomaga. Če jo bomo nekaj časa uporabljali v ta namen, se bomo temu tako navadili, da nam bo dovolj že, če jo pogledamo. Čim večkrat nam bo pomagala, toliko bolj pogostokrat se bo zgodilo, da se bomo spomnile na svoje dolžnosti preden nas brnenje budilke spomni nanje. Tako postane budilka v pravem pomenu vzgojiteljica.

Zakon po ameriški statistiki

Statistika je merilo sedanje dobe. Kdo se bo torej čudil, da je segla tudi že na polje zakonskega življenja. Ameriški znanstveniki opazujejo leto za letom na tisoče sreč-

nih in nesrečnih zakonov ter skrbno boležijo vsa opazovanja. Kaj so dognali iz njih?

Dognali so, da je največ zakonov srečnih med tistimi, ki so bili sklenjeni po dveh ali treh letih zaroke. Najbolj priljubljena meseca za sklenitev zakona sta junij in september. V Ameriki se 35 odstotkov zakonov sklene v tej dobi.

Najboljše zakonske žene izhajajo iz družin s številnimi otroci. Najbolj primerna starost za sklenitev zakona je za žensko 23 let.

Zanimivo je, da je statistika dokazala, da živijo zakonske žene povprečno pet let več kot neporočene. Tukaj pa niso mišljena taka dekleta, ki se ne poročijo iz višjih razlogov ali ki se niso mogla poročiti, a živijo pošteno. Gre tukaj predvsem za take, ki ostanejo samske iz gole sebičnosti, a se hočejo vseeno izživljati. Prav tako je dognano, da živijo dalj časa tiste zakonske žene, ki imajo otroke, kakor pa tiste, ki so brez njih.

Na tisoč novorojenih deklic pride 1040 dečkov. Umrje pa v otroški dobi več dečkov kot deklic. V Ameriki je od tisoč družin 700 takih, ki imajo po dva ali več otrok.

Za fanta je najbolj primerno, da se poroči v 26. letu starosti. Tudi poročeni moški žive dalj časa kot samski. Med poročenimi je manj zločincev in duševno bolnih. Tudi med potepuhi in reveži v hiralnicah je največ samskih.

Kar so ločitve tiže, pride v Ameriki na vsakih osemdeset zakonov ena. Povprečna starost ločencev ob ločitvi je 30 do 40 let. Nad 40 odstotkov ločenih zakonov je brez otrok. 60 odstotkov ločencev pa se zopet poroči.

V okviru boja proti prezgodnji sklenitvi zakona so pravniki, ki se s tem vprašanjem bavijo, ugotovili, da imajo v 9 državah USA 14letni dečki in 12letne deklice pravico poročiti se brez predhodnega dovoljenja staršev. Tudi v drugih predelih države lahko sklepajo 16letni dečki in 14letne deklice zakon brez ovir.

Revmatizem

Kaj je revmatizem?

Revmatizem je nekako vnetje, ki napade sklepe, mišice, živce in celo notranje organe. Povzroča otrdelost udov, otekline in ohromelost. V začetku čisto lahka in malenkostna obolenja lahko privedejo do najbolj dolgotrajnih in nevarnih. Po najnovejših ugotovitvah povzročajo revmatizem bolezenske klise. Ta bolezen pa nikakor ni nalezljiva.

Zunanji vzroki revmatizma so: mraz, vlaga, preprih, nepravilna prehrana in neprimerna obleka. Nekateri ljudje so še prav posebno nagnjeni k revmatičnim obolenjem. Tudi dednost igra tukaj precejšnjo vlogo. Včasih pa so druge bolezni, ki povzročajo pojave, podobne revmatizmu.

Revmatizem je zelo razširjen. Ker obšutno zmanjšuje delovno sposobnost ljudi,

obremenjuje narodno gospodarstvo mnogo bolj, kakor katera koli druga bolezen.

Kako se izognemo revmatizmu?

Kdor je nagnjen k revmatizmu zaradi dednosti ali iz drugih razlogov stori bolje, da se varuje obolenja predčasno in ne čaka šele, da oboli.

Da se izognemo temu obolenju, je predvsem potrebno redno gibanje na svežem zraku in pravočasno utrjevanje, ki pa ne sme biti čezmerno. V tem oziru pa ni mogoče določiti nikakega stalnega načina, kajti celo za posameznega človeka so v različnih dobah potrebni različni načini. Poleti in v pozni jeseni je na primer hlad zelo koristen, nikakor pa ne po kakem prehlajenju. Nevarno je pretirano sončenje.

Revmatični bolnik lahko gre v nekaterih okoliščinah celo v snežnem metežu na sprehod. Zelo škodljivo pa je, če se polagoma shladi na preprihu, če sedi v vlažni travi ali če postaja okrog v deževnem vremenu. Kdor je že revmatičen, naj nikar ne pušča ponoči odprtih oken v pozni jeseni, pozimi ali pa ob deževnem vremenu. Spalnico naj dobro prezrači čez dan; saj je za to, posebno pozimi, dovolj pet ali deset minut.

Škodljivo je bivanje v vlažnih senčnih prostorih. Postelje naj ne stojijo nikdar tik ob zunanji steni. Pozimi je treba paziti, da se okna dobro zapirajo. Vsako razpoko je treba zamašiti. Vendar pa je bivanje v preveč razgretih prostorih tudi nezdravo. Kdor že trpi zaradi revmatizma, mora še posebno paziti, da ne stoji na preprihu. Prav tako ne sme pri delu stati na kamnitem tlaku. Podloži naj si preprogo ali desko, ali pa naj nosi čevlje z gumijastimi ali lesenimi podplati. Tudi z vodo (na primer s pranjem) naj nima preveč opravka. Nikakor ne bi bilo pametno, če bi se tako oblačil, da bi se neprestano potil, vendar pa se mora takoj topleje obleči, kakor hitro čuti, da mu postaja hladno. Če se spoti, se mora takoj preobleči. Pozimi naj nosi volnene nogavice ter močne visoke čevlje, ki ne propuščajo vode. Škodljiva je preobilna hrana, priporočljiva pa preprosta, malo soljena hrana, predvsem sočevje in sadje.

Kako naj zdravim revmatizem?

Najbolj preprosto in uspešno sredstvo je toplota. Če pa je obolenje resnejše in domača sredstva ne pomagajo, je treba iti k zdravniku, da tudi dožene, če je to pravi revmatizem, ali pojav kake druge bolezni. Razna zelo priporočena zdravila v največ primerih le olajšajo bolečine; le v redkih primerih, posebno lažji bolnik popolnoma ozdravi. Seveda ostane potem še nagnjenje k zopetnemu obolenju. Zato pa se mora tak človek še posebno paziti. Kar se tiče bivanja v hribih ali raznih zdraviliščih, se je treba posvetovati z zdravnikom.

Razumljivo je, da skrb za zdravje ne sme biti vzrok za pomehkuženje in tudi ne sme vzbujati strahu.