

MATI IN GOSPODINJA

LETO 1931 - STEVILKA 14.

Zmernost

Vsi vemo, da pride človek kot malo dete na svet in da je telo njegovo sestavljeno iz krvi in snovi materinega telesa. Telo raste. Vse je tako lepo urejeno, da razni organi, posebno organi za gibanje, za prebavo in za dihanje skupno in enotno delujejo, da pospešujejo otrokovo rast. Rasti, to se ne pravi, kar sam od sebe velik in debel postati, ampak telo sprejema iz zunanjega sveta, iz zraka, iz rudnin, rastlin in živali snovi vase, jih predela z različnimi telesnimi tekočinami v želodcu in črevih in jih pošilja skozi srce in pljuča, skozi jetra in kratkomalo skozi vse organe, da postanejo takorekoč deli prav teh organov.

Človeško telo pa ne raste samo, ampak se tudi presnavlja, to je izpreminja snovi, iz katerih je ustvarjeno. Vse te snovi porablja za vsako delo, za tvoritev telesne toplote in za delo telesa sploh. Izrablja se, a se iz notranjosti zopet vedno obnavlja.

Za rast in za obnovo pa je treba, da telo sprejema tudi od zunaj gotovo mero snovi, ki so za telo potrebne in koristne; z drugimi besedami: človek mora jesti in piti, da more živeti.

Pa pomislimo, da v človeku ni ničesar, kar bi mu povedalo, da je prišel čas za to, ko sprejme hrano vase; telo bi delalo toliko časa, da bi bilo izrabljeno vse, kakor v stroju, ko ogenj preneha goreti, pa bi potem življenje obstalo. Kaj ne, kolikokrat se v človeku pojavi čustvo, ki mu pravi: »Čas je, da izgubljene in izrabljene snovi zopet nadomestiš.« Ta

občutek je lakota in žeja. Vidimo torej, da to čustvo, kakor tudi je neprijetno, stoji v službi ohranitve našega življenja in je od modrega Stvarnika položeno v našo naravo, da ohrani človeško telo.

Ko pa lakota in žeja zadovoljimo, občutimo nek prijeten občutek, če so jedi dobro pripravljene. Naš okus je torej priča za to, da so jedi primerne za naše telo. Pa tudi naš vonj nam poroča, da je jed dobra ali slaba ali morebiti že pokvarjena. Prav naš nos je prav posebno natančen kemik. Tudi tu vidimo, kako modro je človeško telo ustvarjeno.

Pa tudi neko drugo resnico moremo vsak dan opazovati, da je namreč človek zelo vdan nezmernosti in, da je zlasti nezmernost v jedi pogosto vzrok različnih bolezni, pa tudi zrahljanja naše trdne volje. Lahko trdimo, da ni bolj pristudnega človeka, kakor je požrešnej in pijanec. In lahko tudi rečemo, da so oni ljudje, ki vidijo svoj življenjski poklic samo v jedi in pijači prav taki, kakor živali, ker tudi oni na koncu svojega življenja ne morejo reči drugega kakor žival: »Moja življenjska vsebina je bila ta, da sem bil aparat za prebavo; drugega smisla in drugega smotra moje življenje ni imelo.« Star je že pregovor, da jemo in pijemo zato, da moremo živeti, ne pa da živimo zato, da moremo jesti in piti. Treba se ga je vseskozi držati.

Zmernost v jedi in pijači potrebuje pri vzgoji otrok prav posebne nege.

V VS. KO HIŠO »DOMOLJUBA«!

Gospodinja in jesensko delo

Gospodinja ima v vseh letnih časih vedno mnogo opravka, posebno pa še jeseni. Polje in vrt ji nudita svoje pridelke, katere vse je treba primerno spraviti za mizo, da čim več zaležejo. Pa tudi v hiši sami je v jesenskem času dosti potrebnega posla.

Gospodinja mora poskrbeti, da se osnaži klet in po potrebi prebeli ali zažveplja, da je pripravljena za spravlanje zimске zaloge sadja in zelenjadi. Ob tej priliki je treba tudi osnažiti, umiti in preskusiti police, če so še zadosti trdne in če ne potrebujejo morda popravila. V tem letnem času pospravimo navadno tudi podstrešje. Zimsko obleko, ki smo jo zavarovali proti moljem in shranili čez poletje, tudi razvijemo, neseemo na prosto ter dobro prezračimo in presolnčimo. Ko se je prezračila jo še stepemo in prinesemo zopet na njen stalni prostor. Vso zalogo zimске obleke, perila in obuvala pregledamo, po potrebi preuredimo in popravimo. Saj živimo v času, ko ne smemo zavreči prav ničesar, kar je le še količkaj vredno. Kar ni več uporabno za odrasle, preuredimo za otroke ali pa ponosimo delavne dni.

Jesen je tudi čas, ko še enkrat lahko temeljito pospravimo spalnico tako, da znesemo posteljnino na toplo solnce in jo tam temeljito prezračimo, stepemo in skrtačimo. Lahke poletne odeje zamenjamo s toplejšimi zimskimi. Vse stanovanje je treba takorekoč pripraviti na prihod zime. Če ne vemo zagotovo, kako je s pečmi v stanovanju, tedaj je nujno potrebno, da jih damo v tem času ome-
sti, pregledati in če treba popraviti, da so, ko pritisne prvi mraz, v popolnem redu.

Če smo sušili sproti kuhinjska zelišča, tedaj s tem delom še nadaljujemo, dokler jih je kaj na vrtu (peteršilj, zelena).

Tako dobimo za vse leto zalogo domačih začimb, ki nam na-

domeste tujezemske in škodljive za zdravje. Shraniti jih moramo tako, da jih imamo vedno na razpolago in pri rokah. Če smo pa pridelali mnogo sort kuhinjskih zelišč, tedaj jih suhe lahko zmešamo med seboj v splošno uporabno začimbo, ki se zelo prilega vsem kuhanim in presnim jedilom. Take domače začimbe ne narede samo okusnih jedil, temveč deloma nadomeščajo tudi sol pri nekuhanih jedeh. Sem spadata tudi zelen peteršilj in listje zelene, ki nam prideta suha pozimi zelo prav.

Razno sadje, ki ne čaka do'go, pa po možnosti posušimo ali predelamo v sadne izdelke, ki nam pridejo zelo prav v dolgi zimi.

Nekaj o sirovi zelenjadi kot človeš hrani

Splošno prevladuje še dandanes mnenje, da so najboljše, najtečnejše in tudi neogibna človeška hraniva meso, razni mesni izdelki, jajca, sir itd. Novejša dognanja in temeljite znanstvene pridobitve so pa neovržno dokazale, da so našeta živila najmanj važna, da bi jih najlažje pogrešali in brez njih lahko dobro in zdravo živeli. Nasprotno pa so vse večje važnosti za življenje in razvoj našega organizma sadje in zelenjav, zlasti če uživamo oboje v prvotnem prirodnem stanju — torej sirovo. Sadje in zelenjad sta med vsemi človeškimi živili na prvem mestu. Takoj za njima pride pa mleko potem krompir, žito in žitni izdelki (kruh) in konečno še sladkor v tej ali oni obliki in prtolščice (olje, sirovo maslo, maslo itd.).

Sadje je za sirovo uživanje kar ustvarjeno. Saj ga lahko jemo in nam najbolj tekne brez kakoršnegakoli dodatka. In najsibo že tako ali tako predelano, zlasti s pomočjo vročine ni več tisto in tudi tako ugodno ne vpliva na prebavilo kakor sirovo.

Prav to lahko trdimo in so naše te izkušnje dokazale tudi o zelo-

n j a d i, d a s i s e n a m n a p r v i p o g l e d z d i, k a k o r d a b i z e l e n j a d n e b i l a u ž i t n a v s i r o v e m s t a n j u. K a k o r p a r a d i j e m o v s i r o v e m s t a n j u r a z n e s o l a t e, z e m l j e, k u m a r e, r e d k e v, p a r a d i ž n i k e, č e b u l o i t d., p r a v t a k o b i l a h k o u ž i v a l i k o r e n j e, r e p o, p e s o, š p i n a č o, k o l e r a b e i n s p l o h v s o p o v r t n i n o, r a z e n k r o m p i r j a i n f i ž o l a. N a j b o l j e n a m p r i j a, a k o m e š a m o l i s t n o z e l e n j a d (s o l a t o, z e l j e, r a d i č, š p i n a č o i t d.) s k o r e n a s t o (k o r e n j e, r e d k e v, p e s a, r e p a i t d.) i n z z e l e n j a d n i m i p l o d o v i (k u m a r e, p a r a d i ž n i k i i t d.).

Z a u ž i v a n j e v s i r o v e m a l i p r e s n e m s t a n j u m o r a b i t i z e l e n j a d s v e Ź a, n e p r e l e Ź a n a i n v e l a. G n o j e n a z o b i l n o g n o j n i c o a l i c e l o s s t r a n i š č n i k o m t u d i n i n i t i d o b r a n i t i z d r a v a. P r e d u p o r a b o j e t r e b a z e l e n j a d t e m e l j i t o o s n a Ź i t i i n o p r a t i. P o t e m j o j e p a p r i m e r n o p r i p r a v i t i, d a j e o k u s n a i n l a h k o u ž i t n a.

Z a b o l n i k e, k i j i h z d r a v i j o s p r e s n o h r a n o, p r i p r a v i j o z e l e n j a d t a k o, d a v e č v r s t z m e š a j o (n. p r. e n o l i s t n a t o, e n o k o r e n a s t o i n e n p l o d), z d r o b e i n p o t e m i z t i s n e j o i z n j e s o k, k i g a b o l n i k p o j e p o Ź l i č k a h n a m e s t o d a b i z e l e n j a d j e d e l. T o j e t e k o č a z e l e n j a d z a m a j h n e o t r o k e; z a s t a r e l j u d i, k i i m a j o s l a b e z o b e, z d r o b e z e l e n j a d v k a š n a t o o b l i k o. V t o s v r h o j o n a s t r g a j o n a n a v a d n e m s t r g a l n i k u (r i b e Ź n u), k a k o r g a u p o r a b l j a j o v v s a k i k u h i n j i z a s t r g a n j e t u d i r a z n i h d r u g i h Ź i v i l. K d o r i m a p a d o b r e z o b e, n a j u Ź i v a z e l e n j a d v z r n a t i o b l i k i. Z a t o j e p o t r e b e n p a p o s e b e n s t r o j č e k, — e l j: v d r o b n a z r n c a z l a s t i v s a k o k o r e n a s t o z e l e n j a d. N e k a t e r o z e l e n j a d p a u Ź i v a m o v l i s t n a t i o b l i k i (s o l a t o), a l i n a r e z a n o v r e z i n e (z e l j e), a l i p a z r e z a n a n a t a n k e k r o Ź k e (k u m a r e, p a r a d i ž n i k).

V s a k o t a k o p r i p r a v l j e n o z e l e n j a d j e p a t r e b a p r i m e r n o z a b e l i t i, d a j e o k u s n e j š a i n d a d o b i m o v j e d s n o v i, k i j i h z e l e n j a d n i m a. G l a v n a z a b e l a j e t o l š č a v o b l i k i k a k e g a o l j a. N a j b o l j š e j e č i s t o o l i v n o p a t u d i b u č n o o l j e. P o l e g t o l š č e j e t r e b a p a š e

k a k e k i s t i n e. N a j b o l j s i j e c i t r o n i n s o k, k i g a j e t r e b a p r a v m a l o. I m a m o š e r a z n e d r u g e z a b e l e z a s i r o v o z e l e n j a d, t o d a z a p r e p r o s t e r a z m e r e z a d o s t u j e o l j e i n c i t r o n i n s o k. O k u s i n u Ź i t n o s t s e j a k o i z b o l j š a, a k o s e d o d a n e k o l i k o s m e t a n e. P o t r e b n o j e d o d a t i t u d i n e k a j d i š a v n i h z e l i š č, z l a s t i s e s e k l j a n e g a p e t e r š i l j a, d r o b n j a k a, č e b u l e, i n n e k o l i k o č e s n a. S o l i m o p r a v m a l o — š e b o l j e p a, a k o j e m o z e l e n j a d p o p o l n o m a n e s l a n o, k a j t i i m a v s e b i Ź e o d n a r a v e d o v o l j s o l i, d a s e z a d o s t i p o t r e b i o r g a n i z m a.

S i r o v a z e l e n j a d j e m n o g o b o l j š e i n z d r a v e j š a n e g o k u h a n a i n n a v s e m o g o č e n a č i n e s p a c k a n a, d a n a z a d n j e s p l o h n e v e m k a j j e m o. S k u h a n j e m i n z o d l i v a n j e m v o d e i z p a r i m o i n i z l u Ź i m o i z z e l e n j a d i v š e v a Ź n e r e d i v n e s n o v i, o s t a n e n a m g o l a s t a n i č n i n a — s l a m a, k i j o p o t e m z r a z n i m i t u j i m i d i š a v a m i n a r e d i m o s i c e r u Ź i t n o, t o d a n e r e d i v n o. K d o r h o č e t o r e j o s t a t i t r d e n i n z d r a v, n a j p o l e g k u h a n i h j e d i l u Ź i v a v s a k d a n č i m v e č s i r o v e h r a n e, z l a s t i s a d j a i n z e l e n j a d i. K o m u r s e t o z d i n e v e r j e t n o, p a n a j v p r a š a z d r a v n i k a.

Sviniska kuga in svinjska septičemija

(Konec.)

Druga oblika svinjske kuge se prikazuje v drobovju in se razvija od pričetka enako kot gori opisana čista oblika samo bolj boleča. Težje bolečenje se spozna v tem, da je blato zelo rumene ali tudi zelenkaste barve ter prav posebno smrdelce, tako da je smrad že od daleč silno neprijeten. Istočasno se prikažejo huda vnetja na sluznici v gobčni duplini in goltu, vsled česar bolnik ne more požirati in hropeče diha. Marsikatera žival se tudi zaduši. — V lažjih slučajih trajajo ti bolezenski znaki še nadalje in se bolezen lahko dolgo vleče. — Težko obolele živali pa shujšajo in shirejo, so brez slasti do jedi, enkrat se pojavi driska, potem pa zopet zaprtje, slabost in slabokrvnost je čimdalje večja, bol-

alk se le s težavo premika ali pa stoji z zakrivljenim hrbtom na enem mestu. Konečno leži neprenehano na tleh in pogine najhitreje 11. dan po okužitvi, večinoma pa v 2. ali 3. tednu bolezni.

V redkih slučajih se omilijo v 1 do 3 tednih popisani bolezenski pojavi, slast do jedi se polagoma zboljša, driska pojema, živali se živahneje gibljejo, lahko celo ozdravijo, vendar ostanejo njihove koristi zelo neznatne ali celo nenadoma poginejo vsled možganske kapi. Večinoma pa prašiči bolehaljo dalje, hrano uživajo neredno, blato je sedaj navadno, sedaj zopet nastopajo driske, rast zaostane, polagoma se razvije slabokrvnost in bolniki vidno propadajo po dolgih mesecih shirajo do kosti in poginejo.

3. *Prsna oblika* pričenja kakor prva, čista oblika, toda že čez nekaj dni se pojavijo znaki *pljučnega vnetja* (*pljučnice*) ali tudi vnetja pljuč in prsne mreže. Živali kašljajo na kr't o, suho in krčevito, dostikrat izmečejo žlemanje iz gobca in se vsedajo po pasje, dihanje je pospešeno, težko in povzroča bolečine. Iz nosnice se izceja gosto žlemanje. Kašelj je vedno hujši, dihanje hropeče, vročica doseže 41°, bolnik hira vidno ter se konečno ne more več dvigniti. Iz oči se izceja gnoj, števno blato je začetkoma zapečeno, potem nastopijo driske, ki so lahko tudi krvave in proti koncu bolezni se rado pojavijo rdeče lise po telesni koži. Bolezen traja 1 do 2 tedna in se konča navadno s poginom, ozdravljenja so silno redka, pa tudi v tem slučaju ostane žival slaba do konca.

Četrta oblika ni nič drugega kot *istočasen* pojav gori popisanih oblik te bolezni in živali kažejo najrazličnejše bolezenske znake vseh prvih treh oblik. — Pridružijo se pogostokrat obolenja na *telesni koži*, posebno na nežnejših delih nastanejo *rdeče lise*, ki se dvigajo nad površino kože in se pozneje spremenijo v male *mazolčke* in *hraste*. Konečno izpadejo ščetine ali deloma ali po vsem telesu, in prešči s črno kožo postanejo beli,

če prebole bolezen. V hudih slučajih postane koža kot pergament papir in *odmre v celih kosih*, posebno na uhljih na repu in koncem rilca, bolnik razširja silno neprijeten duh in ga je naravnost grozno pogledati.

Potek bolezni je lahko najrazličnejši: traja ali prav kratko, vleče se pa tudi mesece ali celo leto. Začetkom pogine od sto bolnih 80 do 90, pozneje 30 do 40, ali celo samo 5 do 10. Domači prašiči so odpornejši, živali boljših pasem pa bolj občutljive. Za to bolezen so dovzetne tudi *divje svinje*.

Da se pri tako hudi okužbi in bolezni ne more veliko zdraviti z raznimi zdravili, je samo ob sebi razumljivo. Pač pa je mogoč uspeh s *cepljenjem zdravilne sirotke v prvih dneh* bolezni; povsod se poizkuša tudi *varnostno cepljenje* še zdravih prašičev z različnimi cepivi, deloma z dobrimi uspehi, zato tudi naš zakon zoper živ. kuž. bolezni iz l. 1928. določa v čl. 66.: »Minister za poljedelstvo sme odrediti, da se cepijo svinje ogrožene po svinj. kugi, t. j. one, ki so v nevarnosti, da bi se okužile in raztrosile bolezen.«

Tako, kakor smo popisali začetek svinj-ke kuge in njeno *tretjo prsno obliko* nastopa lahko kot *samostojna* kužna bolezen prašičev takozvana

»svinjska septikemija«.

To bolezen povzroča poseben bacil (b. *bipolaris septiens*). Navadno pa je ta kužna bolezen *združena s svinjsko kugo*, zato je v gori navedenem zakonu sprejeta skupno v istem čl. 66., ki se tozadevno glasi:

»S stališča veterinarske policije se predpišejo s pravičnim potrebni ukrepi za zatiranje svinjske septikemije.«

ga Ako te srbi ali tišči v ušesu ne vtikaj prsta vanj. Grda in slaba je razvada stresati ob vsaki priliki in nepriliki uhelj. Vsled tega se ranijo žlezice v ušesnem vodu in uho bo čedalje bolj suha.

Žzdr. Hugon Turk:

Poraba mesa in masti pri svinjski rdečici

Novi, pred kratkim časom izdani »Pravilnik«, določa glede klanja prašičev pri izbruhu svinjske rdečice sledeče:

Bolne in sumljive svinje se smejo klati samo z dovoljenjem javne upravne oblasti (glavarstva, magistrata), potem, ko je živali pregledal pred in po zakolu živinozdravnik (veterinar). Le ta odločuje po obstoječih predpisih, da li se sme meso ali posamezni deli uporabiti za ljudsko hrano ali ne.

Zdrave svinje (prašiči), ki so radi rdečice pod zaporo, se smejo odpraviti na klavnice v zakol le z dovoljenjem obče upravne oblasti (glavarstva, magistrata), pod temi pogoji:

a) najprvo pridejo v poštev nesumljive svinje (prašiči), o njih se mora prepričati pristojni živinozdravnik (veterinar) na licu mesta in izvrši na stroške posestnika cepljenje teh svinj s sirotko. Za njo izda veterinar potrdilo, s katerim spričuje njihovo sumljivo zdravstveno stanje in da so cepljene. Potrdilo velja samo za 24 ur, računši od ure izvršenega pregleda in cepljenja, v tem času se morajo živali potem odpraviti na namembni kraj.

b) Odprava teh svinj je dovoljena samo z vozovi, odnosno z železnico ali brodom (ladjo) in se mora čimprej izvršiti.

c) Ako se izvrši prevoz po železnici ali z ladjo, se morajo svinje pripeljati do železniške ali brodogovne postaje z vozom in se morajo istotako iz teh postaj prepeljati z vozom do klavnice.

d) Vozovi morajo biti tako napravljeni, da je iztrošenje izpadkov izključeno.

e) Na vozovih, v vagonih ali oddelkih ladij, kjer se take svinje (prašiči) ureva, ni dovoljeno ureva-

žati istočasno druge zdrave in nesumljive svinje (prašiče).

f) Prekladanje svinj ni dovoljeno, če pa bi bilo to neobhodno potrebno, se mora čimprej izvršiti s potrebno opreznostjo.

g) Uporabljeni vozovi, vagoni in ladijski oddelki se morajo takoj po izpraznitvi dobro očistiti in strogo razkužiti. Železniški vozovi se morajo pri prevozu živali označiti z napisom: »Svinje iz zaprtih dvorcev«.

h) O odpošiljki svinj se mora pravočasno obvestiti dotična klavnica, pa tudi občna upravna oblast (glavarstvo, magistrat), na katerem ozemlju se nahaja klavnica.

i) Na živinskih potnih listih se mora pripisati označba: Iz zaprtih dvorcev, izključeno za klanje.

j) Take svinje (prašiči) se smejo poslati samo v dobro urejene klavnice, v katerih pregleduje živali za zakol živinozdravnik in katerega poslovanje je tako uravnano, da je raztrošitev kužnih klic izključeno.

k) Meso od teh svinj (prašičev) se sme porabiti samo za domačo rabo.

K tem točkam pa naj še dostavimo to-le: Od živali, ki imajo bolezen najhujše razvito in vročico (trzovico) in huda vnetja se ne smejo porabiti nobeni deli in pod nikakimi pogoji kot hrana ljudem ali živalim, seveda se ne sme tudi prodajati ali podarjati, ker je tako meso in vse drugo človeškemu zdravju nevarno (strupecno) in da se bolezen ne raznese drugam. Od lažje bolnih in sumljivih prašičev naj se rabi meso in mast le tedaj, če je izvršil pregled pred in po zakolu dipl. živinozdravnik in potem je treba: a) meso razrezati na kose, ki niso debeli nad 15 cm in se mora dejati najmanj 2 in pol ure v krop; b) mast se mora v odprtih kotlih tako razstopiti, da je postala povsem tekoča ali pa se mora v parnih pripravah (aparatih) razgreti na najmanj 100° C; c) če se meso pari v aparatih, se mora to tako dolgo vršiti, da so kosi mesa tudi v najbolj not-

ranjih plasteh sivo-belo zabarvani in pri svežem prevozu sok nima več rdečkaste barve; d) če se meso nasoli, se ga mora razrezati v kose, ki niso težji nego pol kg, te kose se mora zamotati v kuhinjsko sol ali položiti v razsol s vsaj 25 kg kuhinjske soli na 100 litrov vode, meso mora ostati nasoljeno najmanj tri tedne.

Sadje in vitamini

O vitaminih je že slišal več ali manj vsakdo. So to skrivne sile ali snovi, ki se nahajajo zlasti v rastlinah. V nekaterih jih je mnogo, v drugih manj, in v nekaterih prav malo ali celo nič. Pokazalo se je pa neovržno, da so te snovi za zdravo rast, razvoj in oblikovanje človeškega in živalskega organizma neobhodno potrebne. Popolno pomanjkanje vitaminov v hrani povzroča prav kmalu huda obolenja, premalo pa razna motenja. Največ vitaminov vseh vrst imajo zeleni listi — torej solata, zelje, špinata, potem nekateri plodovi, kakor paradizniki in korenasta zelenjad, kakor korenje, pesa, redkev. Nič vitaminov pa ni v beli moki, skoraj nič v toščah, v mesu, prav malo v sladkorju itd.

Kaj pa sadje? Tu so pa razna plemena jako različna. Najnovejšo natančno preizkavo tega važnega živila je izvršil profesor pl. Hahn v Hamburgu in je dognal tole:

Polne vseh vitaminov so od našega sadja samo rdeče jagode (vrtne in gozdne), izmed tujega sadja pa oranže, pomaranče in titrone (limone).

Mnogo vitaminov imajo: kosmulje (agras), maline, ter suhe in kuhane šipkove jagode (plodovi divje rože ali šipka).

Nekaj vitaminov imata Ivanovo grozdčje in mandarine (pomarančam podobno zimsko južno sadje).

Malo vitaminov imajo: sveža jabolka, takoj ko so obrana, črešnje, višnje, slive, češplje, marelice, breskve, banane, bezgove jagode.

Skoro brez vitaminov so: vležana (stara) jabolka, hruške, kutine (sirove ali kuhane), grozdje, suho sadje. — Kjer ni posebne opazke, velja oznaka za sirovo sadje.

Iz teh zanimivih in gotovo zanesljivih podatkov posnemamo, da ste naši poglavitni sadni plemeni — pečkasto in koščičasto sadje precej borno založeni z vitamini. Pač pa se glede tega odlikuje naše jagodasto in pa južno sadje. H.

Razno

ga Krčeviti kašelj. Kuhaj na pol litra kropa dve pesti plavičinega cvetja. Ko se je kuhalo pol ure, preceji in kuhaj odcejeno še pol ure z četrt kg kandisa. Tega devaj po žlički v gomiličin čaj in jemlji ob napadu. Prsa in vrat si otiraj z žitnim žganjem.

Za denar, ki ga pokadijo in zapijejo v Avstriji bi lahko zidali 50.000 družinskih hiš, je rekel dr. Ude na zborovanju društva zoper alkohol in nikotin. Koliko bi zidali lahko pri nas?

ga V 50 kilah zdravega, na zraku posušenega bukovega lesa, je 70 odstotkov čistega ogljenca, ravno toliko vodana in kisika, in do 9—10 kg vode. Čem več ogljenca ima les, tem več vročine naredi. Miado surovo debljišče ima komaj po 10 kg ogljenca. Hrastov, jelov, brezin in nagnovej les niso za kurjavo toliko vredni kakor bukov.

ga Klistir čiste mlačne vode ne učinkuje vselej. V takem slučaju mu primešaj 4 žlice milnice in žličko laškega olja. Milnico in olje zmešaj poprej. To je klistir za otroke, za odrastle denes lahko več milnice in žlico olja.

ga Ne dajaj otrokom v postelji in kadar gredo spat kaj sladkega; to jim pokvari zobe, ker imajo vso noč tisti okus v ustih. Ako so že jedli kaj takega, daj jim mlačne vode da jo pijejo in si izplaknejo usta.

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

Muhe in mravlje

Poleg vrta mojega očeta je bilo mravljišče. Drobne živalce so goma-zele ves ljubi dan in nosile skupaj semenje, drobce, mrtve mušice in še to in ono. Vse so spravljale v notranjost mravljišča in kar nič se niso uirudile. — Prav blizu tistega mravljišča je bila pa lepa cvetlična gredica. Nad njo je brenčalo vse polno muh in veselo so letale od cvetke do cvetke. Jaz sem te živalce nekatero uro opazoval in ker sem bil še mal deček, sem rekel svojemu očetu: »Mravlje so pa res prav neumne živalce, ker se ob lepem vremenu toliko mučijo in ne letajo kot muhe vse vesele po zraku ter se vesele svojega življenja.«

Prišle so pa mrzle noči in moj oče me je peljal nekega dne na vrt. Ojoj! Tam so ležale vse muhe mrtve ali polmrtve po tleh, mravelj pa ni bilo nič videti. Moj oče je rekel: »Muhe so mrtve, ker so bile prelene, da bi delale in zbirale zaloge za hude čase. Mravlje pa živijo vesele in zdrave v svojem mravljišču in uživajo to, kar so poleteli s trudom nabirale. Čile in živahne jih boš videl, kakor hitro posije spomladno sonce.«

Koliko rok ima Franckina mati

Učitelj nam je dal domačo nalogo. Napišemo naj kaj o materini roki. — Drugega nam učitelj ni nič povedal. Pač, povedal nam je to, kako delovna je materina roka.

Nalogo Keržanove Francike nam je potem učitelj prebral. Francika je napisala tako:

Materine roke. Z eno roko mati mede. V drugi drži mašno knjižico. Z eno roko krpa očetov jopič. Z eno roko mesi kruh. Z drugo roko mene spleta. preden grem v šolo ...

»Z drugo roko, z drugo roko,« be-re učitelj smehljaje. Mi se posmehu-

jemo. »Ti Keržanova Francika, tvoja mati mora imeti pa tisoč rok, kakor ostonoga tisoč nog. Koliko rok li ima?«

»Dve za očeta,« odgovori Francika žisto mirno. »Sedem nas je otrok — tudi za vsakega dve, torej štirinajst rok. Kuhinja, hlev in polje — tudi za vsako dve roki, jih je šest. Dve tudi za revne ljudi — sta tudi dve. In dve za ljubega Boga, kadar moli — vsega skupaj šestindvajset materinih rok.«

Zdaj se nismo nič posmehovali. Še z učiteljevega lica je izginil smehljaj.

»Ti, Francika Keržanova,« je rekel silno resnobno, »če je temu tako, potem je imel tudi ljubi Bog nekoč za tvojo mater — dve roki, polni milostnega blagoslova. Ti pa si napisala najboljšo nalogo! Odlično — boljšega reda nimam.«

Mladina, ki doraščaš, pomni, koliko rok je imela zate tvoja mati. Spominjaj se rada, koliko je zate storila in spoštuj očeta in mater, da ti bo dobro na zemlji.

Ne zančui nikogar!

Gospodična Lizika je prebivala v lepem gradu in je bila zelo ponosna na svoj plemeniti stan. Nekega dne je prišla Jerica, hči revnega zidarja k njej v grad in ji rekla: »Moj oče je na smrt bolan, pa vas prosi, da pridete k njemu, ker vam ima nekaj važnega povedati.«

Gospodična Lizika je odgovorila zasmehljivo: »To mora biti pa res kaj važnega! Kaj ima ta reven človek z menoj govoriti? Idi, v vaši zanikarni bajti nimam nič opraviti.«

Čez nekaj časa je prišla Jerica spet in je zaklicala vsa zasopljena: »O, ljuba gospodična, pojdite brž, brž! Vaša ranjka mati je zazidala med vojno nekje veliko vsoto zlata in srebra. Naročila pa je mojemu očetu, naj ne razodene tistega kraja nikomur drugemu razen vam, ko boste stari

dvajset let. Zdaj je pa oče v zadnjih zdihljajih in bi vam še rad povedal, kar mu je bilo naročeno.

Gospodična Lizika je seveda zdaj stekla, kar so jo nesle noge. Ko je pa stopila v zidarjevo izbo, je bil mož že mrtev. Kakor nora je potem letala po gradu, našla pa ni zaklada nikjer.

Vse poznejše življenje je obžalovala, ker je bila tisti dan tako ošabna. In prav je bilo, da je obžalovala, kajti s svojim osornim vedenjem je žalila poštenega moža v njegovih zadnjih trenutkih in je še sete spravila ob veliko bogastvo.

Ne zaničuj nikogar!

Za bistre glave

Uganite! Pri eni luknji noter, pri treh pa ven, pa vendar ostaneš notri. Kaj je to?

Kdo zna? Ako imate gibčne jezike, izgovorite naglo večkrat zapored: Lovro ribe lovi. — Še hujše je pa tole: Iz Ježice čez cesto v Stožice.

Učitelj: »Kateri veliki dogodek se je zgodil 1914. leta?« — Jakec: »Jaz sem bil rojen tistega leta, gospod učitelj.«

Uganite! V neki družini je bilo več otrok, dečkov in deklic. Ko je neki tujec vprašal eno izmed deklic, koliko je v družini otrok, je rekla: »Jaz imam natančno toliko sestic kot bratcev.« Starejši deček se je pa izdal: »Jaz imam natančno še enkrat toliko sestic kot bratcev.« — Zdaj pa uganite, koliko je bilo dečkov, koliko deklic! (Kdor ugane, lahko sporoči »Domoljuba«; njegovo ime se bo objavilo.)

Kdo ugane? Nalogo v zadnji številki »Gospodinje so prav rešili sledeči: Ivica Zvezda, Jesenice; Alojzij Švelc, Dol, vas pri Cerknici; Marija Hočevar, Tolčane pri Zagrebu; Dagarin Martin, Mošnje. — Rešitev se glasi takole: Anica je imela pet litrov malin, Marica pa 7 litrov.

Virgily:

Mlinarjeva Mačka in ptička

Bela hiša, bela breza,
ptička je na njej zapela;
deklica po njej se steza,
pevčico bi rada vjela.

»Ptička, ptička, ti ne veš,
ako v mojo roko greš:
kakšno hrano boš pri nas
pikala si zimski čas.

Očka naš so mlinar bel,
mlin pri nas bo vedno mlet:
od vseh kotov in strani
nosijo nam žito vsi.

To bo zrna, ti ne veš,
da ga tisoč let ne reš.
Pridi, ptička, pridi k nam:
Tvoj bo polni žitni hram!

Bela hiša, bela breza,
ptička z veje je zletela:
Kaj do nje se roka steza?
Dom je ptički zemlja cela.



Oče, pred odhodom na potovanje:
»Tako, paglavec, to imaš vnaprej za
neumnosti, ki jih boš napravil med
moje odsotnostjo!«