

# GAZETA LWOWSKA

DZIENNIK DLA DYSTRYKTU GALICYJSKIEGO

Nr. 168 — Rok 133 (4)

Środa, 19 lipca 1944 r.

DZIŚ: Wincentego a Paulo  
JUTRO: Czesława

## Nowy środek bojowy marynarki w akcji

### Udaremnienie prób przełamania na wschodzie Wielka bitwa obronna w Normandii i we Włoszech

Naczelną Komendę Niemieckich Sił Zbrojnych komunikuje z GŁÓWNEJ KWATERY FÜHRERA w dniu 18 lipca:

W Normandii w rejonie na południowy zachód od Caen i północny wschód od St. Lo przy użyciu po obu stronach nowych sił podjęto bitwę obronną większej miary. Na południowy zachód od Caen powstrzymano wszystkie ataki nieprzyjaciela w większym stylu. Tam gąźle nieprzyjaciela udało się przejściowo wtargnąć na nasze stanowiska, odrzucono go w natychmiastowych kontrwyprawach.

Szczególnie gwałtowne były nieprzyjacielskie próby przełamania, wspierane bardzo silnym ogniem artyleryjskim w rejonie na północny wschód od St. Lo.

#### Propaganda sowiecka w Anglii

GENEWA, 18. 7. — Propaganda sowiecka w Anglii przewyższa znacznie propagandę Anglików w Związku Sowieckim, stwierdza tygodnik angielski „Tablet”. Można to łatwo poznać na podstawie bieżących publikacji. Brytyjskie czasopismo propagandowe w Moskwie wychodzi w nakładzie 50.000 egzemplarzy ponieważ bolszewicy nie chcieli się zgodzić na większy nakład. Natomiast londyński dziennik „Daily Worker” ma już dzisiaj nakład około 100.000 egzemplarzy. Jeżeli uwzględni się przy tym, że sama tylko europejska Rosja Sowiecka liczy około 100 milionów mieszkańców, a Anglia tylko 45 milionów, wówczas ta dysproporcja występuje całkiem wyraźnie.

#### Nalot na Budapeszt

BUDAPESZT, 18. 7. — Szef węgierskiego generalnego sztabu honwedów komunikuje: We wczesnych godzinach rannych dnia 14 lipca samoloty alianckie w trzech falach naleciały z południa na Węgry i przeprowadziły na stolicę węgierską oraz na kilka miejscowości w Węgrzech zachodnich atak terrorystyczny. — Artyleria przeciwlotnicza oraz własni i sprzymierzeni myśliwcy skutecznie przyczynili się do odpięcia nalotu. Zaraportowano o zestrzeleniu licznych samolotów.

Dopiero po bardzo ciężkich stratach udało się nieprzyjacielowi odepchnąć nasze linie na północny kraj miasta.

Na przyczółku desantowym samoloty bliskiego wsparcia wspierały walki obronne armii lądowej. W nocy z dobrym skutkiem atakowano nieprzyjacielskie skupiska oddziałów wojskowych i stanowiska artylerii.

Na terenie Francji znowu zlikwidowano w walce 167 terrorystów i bandytów.

Podane w komunikacie prawdopodobne zatopienia okrętów nieprzyjacielskich przez nowoczesny środek bojowy marynarki wojennej łączy się z akcją torpedy, która zostaje doprowadzona do nieprzyjaciela przez jedno go człowieka. W akcji tej szczególnie odznaczył się starszy strzelec Walter Gerhold.

Ogień broni odwetowej na Londyn trwa nadal.

Również we Włoszech walki obronne w dotychczasowych punktach ciężkości przybrały znacznie na gwałtowność. Szczególnie na południowy wschód od Livorno, północ i północny zachód od Volterra, w rejonie po obu stronach Arezzo i na południe od Ancony nieprzyjaciel przeprowadził liczne ataki, w których udało mu się zaledwie nieznacznie zyskać na terenie.

Na południowym odcinku frontu wschodniego bolszewicy dalej atakowali znacznymi siłami na wschód od górnego biegu Bugu. W kontrwyprawach nasze dywizje rozbiły wszystkie nieprzyjacielskie próby przełamania.

Na środkowym odcinku nasze oddziały na kilku stanowiskach odrzuciły z powrotem za rzekę bolszewików napierających na zachodni brzeg Nienwa. Na zachód od Wilna, w rejonie jezior na południe od Dynaburga, na północ od Dźwiny, w rejonie włamanie koło miejscowości Opaczka, jak również na południe od Ostrowa bolszewicy próbowali również i w dniu wczorajszym przełamać nasz front. Wszystkie ich ataki załamały się krwawo. Zniszczono przy tym tylko na odcinku Dźwiny 62 czołgi nieprzyjacielskie.

Samoloty bliskiego wsparcia zni-

szczyły 37 czołgów nieprzyjacielskich i przeszło 300 pojazdów.

Lekka artyleria marynarki wojennej uszkodziła na jeziorze Pejpus 3 bolszewickie kanonierki.

Podczas walk na południu frontu wschodniego szczególnie hartem i zawziętością powtórnie odznaczyły się francusko-sudecko-niemiecka 88 dywizja piechoty pod dowództwem generała-majora hrabiego von Ritterberga i na północy reńsko-westfalska 329 dywizja piechoty pod dowództwem generała - porucznika Mayera.

W nocy podczas powietrznych ataków nieprzyjacielskich na Kirkenes zestrzelono w walkach powietrznych 37 samolotów bolszewickich i tym samym zniszczono przeszło trzecią część atakujących maszyn.

Nocy ubiegłej angielskie samoloty zrzucały bomby na Berlin.

## Stabilizacja frontu fińskiego

HELSINKI, 18. 7. — Od czasu kapitulacji Wyborga przed czterema tygodniami wstrzymuje się atak sowiecki przeciwko Finlandii na całym karelskim froncie, jak stwierdza „Helsingin Sanomat” w omówieniu dotychczasowej sytuacji Finlandii. Sowieci zdołali tylko — jak twierdzi dalej to pismo — uzyskać mniejsze ograniczone sukcesy, okupione wielkimi ofiarami w ludziach i materiale. Dla fińskiej siły obronnej jest faktem decydującym, że przejściowe osłabienie pierwszego okresu walk jest już w całości pokonane, a fiński front jest ustabilizowany na całej linii.

HELSINKI, 18. 7. — Fiński komunikat wojenny z dnia 17 lipca brzmi:

„Na Przesmyku Karelskim wojska nasze odparły atak nieprzyjacielski na południowy zachód od Ihtala. Pod Muosalmi odrzucono nieprzyjaciela w kontrataku z pewnego miejsca włamania. Odparto również dalsze próby sowieckich, podejmowane z poważnymi siłami, celem rozszerzenia ich pozycji przyczółka mostowego. — Nieprzyjaciel poniósł przy tym poważne straty w ludziach. Zniszczono

3 czołgi. Z innych części Przesmyku Karelskiego nie nadeszły raporty go-dne uwagi.

Na północny wschód od jeziora Ładoga stoczono gwałtowne i skuteczne walki wręcz w kierunku Pitkaeranta. W kierunku Uomaa i Loimola wojska nasze poprawiły swe pozycje skutecznymi kontratakami na różnych odcinkach. Jedynie tylko pod Suojaerwi przy znacznych stratach uzyskał nieprzyjaciel nieco terenu.

We walkach pod Porajærvi poniósł nieprzyjaciel straty w ilości co najmniej 600 ludzi. W kierunku Ruka-jærvi nie zdarzyło się nic szczególnego.

Lotnictwo własne i niemieckie bombardowało skupiska wojsk nieprzyjacielskich pod Vuosalmi.

Wczoraj wieczorem dokonali sowieci poważnymi siłami ataku lotniczego na teren portu Kotka. Powstały straty materiałowe. Ludność cywilna poniosła straty.

Myśliwce fińskie i niemieckie jak również nasza obrona ziemna straciły ogółem 14 samolotów nieprzyjacielskich z tej liczby 6 nad Kotką.

## Milimetrowe zyski terenowe w Normandii

### Głosy angielskie o postępach Aliantów na froncie inwazyjnym

GENEWA, 18. 7. — Milimetrowe postępy Anglo-Amerykanów w Normandii podkreślają obecnie czwartkowe dzienniki londyńskie w korespondencjach swych sprawozdawców, usiłując po części tłumaczyć je. Podkreśla się przy tym nieustannie odwagę i zaciętość Niemców.

Zmudne i uciążliwe, powolne posuwanie się Aliantów w Normandii trwa wciąż jeszcze, pisze przedstawiciel dziennika „Daily Mail” w głównej kwatery Eisenhowera. Ward Price. Od kilku tygodni ogólna sytuacja prawie się nie zmienia. Potwierdzają to także wszystkie raporty, napływające do głównej kwatery. Wprawdzie wojska alianckie wszędzie atakują i usiłują dokonać przełamania, jednak nie mogą wykonać żadnym godnym wzmianki zyskiem terenowym.

„Czy sądzicie, że w Normandii posuwamy się zbyt wolno?” Takim tytułem zaopatrjuje dziennik „Daily Sketch” specjalny artykuł swojego korespondenta wojennego Matthew Haltona, stanowiący wyraźną odpowiedź na pytania, stawiane dzisiaj przez angielską opinię publiczną. Halton określa walki na inwazyjnym przyczółku mostowym jako bardzo niszczące dla Aliantów. Jeszcze nigdy nie rzucano się z taką zaciętością na atakujących Anglików. Niemcy są bardzo dobrymi żołnierzami, a ich opór tłumaczy fakt nieuniknionego powolnego tempa posuwania się Aliantów. Ludzie w kraju usłyszą może, że Alianci posuwają się zbyt powoli. „Jednak — pisze dalej Halton — kto tak myśli, niech wstąpi raz ze mną do jednego z normandzkich rowów strzeleckich i obserwuje jakim gradem żelaza i stali są przyjmowani żołnierze brytyjscy i kanadyjscy, usiłujący szturmować pozycje niemieckie. Jeden pojedynczy Niemiec z karabinem maszynowym powstrzymuje cały oddział wojsk brytyjskich i zadaje mu ciężkie straty. Natomiast garstka Niemców niszczy swa bronią cały brytyj-

ski batalion. Wszystko to widzieliśmy w Normandii.

Nie bez powodu Montgomery „jednym z rozkazów dziennych do swych armij wynosił „godne podziwu zalety bojowe Niemców”. Alianci pod żadnym względem nie przewyższają Niemców jakością swej broni. I tak np. Anglia w pięć lat po wybuchu wojny nie posiada jeszcze typu czołgu, który mógłby się zmierzyć z najlepszymi czołgami niemieckimi. Również wobec najlepszych karabinów maszynowych Anglii oraz Amerykanie nie posiadają czegoś równowartościowego”.

MADRYT, 18. 7. — Dziennik „ABC” w swym komentarzu do sytuacji na przyczółku inwazyjnym pisze, że Montgomery ze swej całej ofensywy nie zdołał wyciągnąć oczekiwanych sukcesów. Energiczne przeciwataki niemieckie przerwały tę ofensywę i zmusiły Montgomery’ego do zarządzenia przerwy. Północni Amerykanie posuwali się powoli ku południowi, natomiast pewna niemiecka dywizja pancerna w kierunku na wschód od St. Lo wdarła się gęboko do linii amerykańskich i do-

tychczas nie zdołano jej odeprzeć. To przedsięwzięcie niemieckie, dokonane zręcznie i śmiało, paraliżuje pozafrontowe linie łączności Amerykanów i stanowi jeszcze jeden dowód zręczności obrony niemieckiej. Pomimo zasadniczej defensywy, akcja niemiecka wykazuje zamiłowanie do ataków, które silnie paraliżują wypady Anglo-Amerykanów i wprowadzają w nie zamieszanie.

PARYŻ, 18. 7. — Po pobycie swym na froncie w Normandii u dzielił Jaques Doriot prasie paryskiej kilka objaśnień na temat odniesionych tam wrażeń. Powiedział on m. in.: „Anglo-Amerykanie zmuszeni byli użyć w Normandii znacznie większą ilość sił, aniżeli obliczyli sobie to uprzednio.”

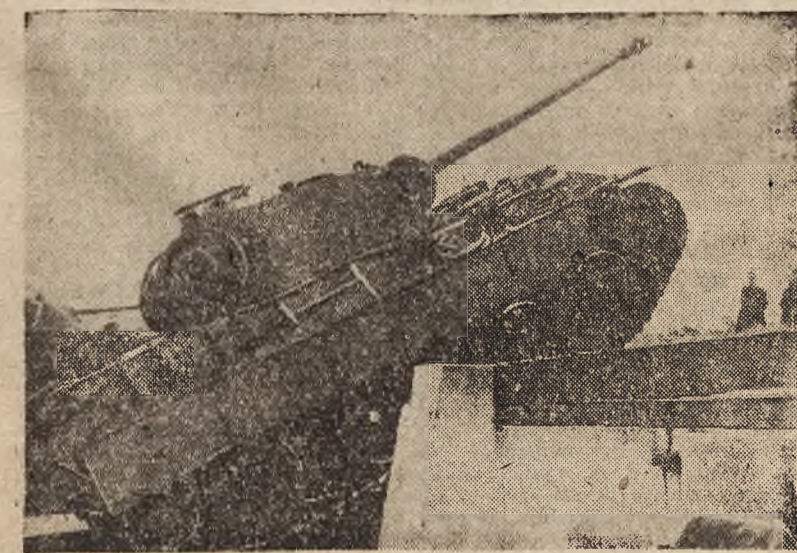
„Ze swej strony wyraził Doriot przekonanie, że Niemcy odniosą zwycięstwo w bitwie rozstrzygającej, która odbędzie się w terminie, jaki oni uznawać będą za stosowny i odpowiedni. Następnie mówił Doriot o nastawieniu amerykańskich jeńców wojennych stwierdzając, że z tych wszystkich, z którymi rozmawiał, żaden nie poszedł na front jako o-

## Głos dnia

„Przeciwko komu i przeciw czemu walczymy?” — takie pytanie zadaje tygodnik konserwatywny „Truth”. Wyrażenie „tajemnica wojenna” ze zrozumiałych względów da się normalnie zastosować tylko do właściwych operacji wojskowych. Niedomaganie, jakie odczuwa jednak Anglia właśnie w obecnej chwili, jest czymś groźniejszym i złośliwszym, jest nim mianowicie zamglenie całego okresu wojennego. Polega on nie tylko na zamgleniu myśli, ale w ogóle ducha. W imię czego wyruszyła właściwie Anglia na wojnę?

Jest to pytanie, na odpowiedź którego nie ma w społeczeństwie

angielskim nie tylko jednomyślności ale nawet jasności. „Truth” przypomina w związku z tym jeden ze swoich dawniejszych artykułów i stwierdza ponownie, że „pokolenie starszościwychków i interesów pomieszanych z sobą stanowiło motyw, który spowodował wypowiadanie przez Anglię wojny Niemcom”. Anglia nie przystąpiła jednak do wojny w żadnym razie po to, aby zrealizować tezy jakiegoś lorda Beveridge. Anglia walczy przeciwko narodowo-socjalistycznej idei państwowej. Jeżeli jednak wypowiedziano walkę idei socjalizmu, wówczas należy zwalczać socjalizm także we własnym kraju.



Nowy czołg niemiecki „Pantera” w czasie jazdy próbnej (Weltbild)



## DZIŚ ZACIEMNIAMY



Początek 21·20

Koniec 4·00

## Ostrzeżenie lożnicze:

3 sygnały w ciągu minuty

## Alarm:

sygnał 1-minutowy (ton wyjący)

## Zapowiedź odwołania alarmu:

3 sygnały w ciągu minuty

## Odwołanie alarmu:

sygnał 1-minutowy (ton wysoki)

## LWOWSKA IZBA ADWOKACKA

wzywa adwokatów, którzy prowadzą kancelarie we Lwowie, ażeby zgłosili się w dniach 20 lub 21 lipca br. między godziną 12 a 13 w lokalu Izby przy ulicy Kraszewskiego l. 17.

## NOWE KARTY NA OPONY

Wydział Ruchu Drogowego w Głównym Wydziale Spraw Wewnętrznych (Rząd Gen. Gub.) wydał zarządzenie, w którym podaje, iż z ważnością od dnia 15 lipca br. wprawiono dla pojazdów mechanicznych z urzędowym znakiem rozpoznawczym (z wyjątkiem pojazdów mechanicznych posiadających znak rozpoznawczy „V Ost”) nowe karty na opony.

W myśl omawianego zarządzenia posiadacze pojazdów mechanicznych, którzy po dniu 10 lipca składają wniosek o opony zapasowe, winni przed złożeniem podania u Starosty Powiatowego wzgl. Miejskiego — Urząd Ruchu Drogowego — złożyć wniosek o wystawienie nowej karty na opony.

## ZGLASZANIE PRZEDSIĘBIORSTW HANDLOWYCH

Wszyscy właściciele przedsiębiorstw handlowych z okręgu lwowskiego, którzy zatrzymali się czasowo na terenie okręgu radomskiego, krakowskiego i warszawskiego i prowadzą tutaj przejściowo składnice względnie nowe przedsiębiorstwa, mają obowiązek osobistego względnie pisemnego zgłoszenia się do Grupy Handel w Krakowie, J. Halerstr. 1, II p. pokój nr 25.

Przy zgłoszeniu należy podać numer członkowski (o ile znany jest przedsiębiorstwu), branżę, poprzedni adres, pod jakim prowadzone było przedsiębiorstwo na terenie okręgu lwowskiego, oraz adres obecny. Termin zgłoszeń ustalony został na dzień 25 lipca bieżącego roku. W zarządzeniu zwrócono uwagę, że firmy we własnym interesie winny dotrzymać terminu zgłoszeń.

W Generalnym Gubernatorstwie na odcinku rolnictwa stosuje się najrozmaitsze metody zmierzające do podniesienia wydajności ziemi. Od niedawna naukowymi badaniami objęto również hale górskie. Przykładem warsztatu doświadczalnego jest w danym przypadku hala Haluszowa nad Dunajcem, leżąca w powiecie nowotarskim na wysokości 1000 metrów. Powierzchnię hali, wielkości 2,26 ha, podzielono na 140 działek. Doświadczenia mają odpowiedzieć na następujące pytania: które nawozy wywierają najlepszy wpływ na rozwój roślin. Do doświadczeń, które przeprowadza się od dwóch lat, używa się zarówno nawozów naturalnych (np. nawóz bydłowy, owczy) jak i sztucznych, a więc azotowych, fosforowych, potasowych i wapniowych. Doświadczenia robi się przez stosowanie różnych kombinacji nawozów, bądź nawozów tylko jednego gatunku. Haluszowa hala zbliżona jest do hal tatrańskich zarówno pod względem klimatu jak i składu gleby.

Stosowanie nawozów dało niespodziewane wyniki. W niektórych miejscach trawa dochodzi aż do kolana. W stosunkowo krótkim czasie zebrano dużo materiału. Przede wszystkim przekonano się, że nawozy naturalne, czy to w formie obornika bydłowego, czy gnojówki — wywierają mały wpływ na rozwój rośliny, a głównie na trawę. Z nawozów sztucznych na pierwszym miejscu należy w danym przypadku wymienić nawozy fosforowe; za nimi idą nawozy potasowe. Najskromniejsze wyniki osiągnięto po zastosowaniu nawozów azotowych. Te ostatnie wywierają pewien wpływ tylko w połączeniu z innymi nawozami np. potasowymi lub fosforowymi.

Gruntowniejsze badania zmierzają do stwierdzenia, w jakiej formie dany nawóz sztuczny daje najlepsze wyniki. Na podstawie już dotychczas zebranych wyników można twierdzić, że z nawozów fosforowych na wzrost traw zdecydowanie wpływają żużle Thomasa. Stwierdzono również, że fosfority, w porównaniu do żużli Thomasa, wywierają daleko mniejszy wpływ. Niejednokrotnie wynik stwierdzono również odnośnie różnych odmian nawozów azotowych.

Dotychczasowe doświadczenia są jeszcze skromne; tym niemniej rzucają dużo ciekawego światła na zagadnienie nawożenia hal górskich. Prawdopodobnie już w niedługim czasie będzie można przystąpić do podniesienia rentowności gospodarstw halnych.

## NOWY OGRÓD BOTANICZNY NA CETNERÓWCE

Drugim z rzędu ogrodem botanicznym we Lwowie jest nowy ogród flory polskiej, położony na odległych wschodnich peryferiach miasta, na Cetnerówce. Zajmuje on miejsce dawnego dworu i zabudowań gospodarczych, należących na przełomie XVIII i XIX wieku do wojewody Cetnera, od którego nazwę wzięli ten obszar, położony wówczas daleko poza miastem. Nazwa ta do dziś się utrzymała, mimo że późniejszą właścicielką była hr. Jabłonowska. Od niej to w roku 1912 kupił tę posiadłość uniwersytet w celu założenia

nowego ogrodu botanicznego, gdyż stary ogród przy ul. Długosza miał być zlikwidowany dla poszerzenia starego uniwersytetu. Wojna jednak ocalała stary ogród od likwidacji, dzięki oddaniu b. gmachu sejmowego uniwersytetowi.

W roku 1912 komisja uniwersytecka pod przewodnictwem prof. Marianna Raciborskiego dokonała zakupu terenów pod budowę ogrodu o obszarze ośmiu morgów. Pierwszym organizatorem był prof. Ciesielski. Nabyty teren był bardzo ładnym naturalnym parkiem, z pięknymi, sta-

rymi drzewami, o ukształtowaniu fałsytym, otoczony wokół gęstym lasem bukowym i częściowo grabowym. Niedalekie źródło tworzyło w malowniczym paroku głęboki staw. Po zakupieniu wyrównano częściowo nierówności terenu dla utworzenia tzw. plateau, tj. równej przestrzeni dla zasadzenia na niej roślin w kwadratowych poletkach o boku 2 m. Rośliny uzyskiwano z rozmaitych stanowisk w Polsce; wykopane podczas wycieczek naukowych indywidualnych i zbiorowych rośliny przewożono do ogrodu dla dalszego rozmnażania.

Trudność ich hodowli polegała na bardzo szybkim rozroście i zajmowaniu sąsiednich poletek. Ta szybkość rozmnażania wymagała ciągłego plewienia, stałego zatrudnienia kilkunastu osób dziennie. Prócz tabliczek orientacyjnych przy każdej z roślin, ułatwiało odnalezienie żądanego gatunku oddzielny plan poletek. Prócz roślin sprowadzono różne gatunki krzewów i drzew. Cały teren ogrodu otoczono wokół drucianą siatką. W ciągu dwu lat zakończono prace nad założeniem ogrodu. Na plateau wybudowano betonowy basen na rośliny wodne, podzielony cementowymi przegrodami na szereg oddzielnych części. Na stawie wydłużonym zaprowadzono kulturę roślin stawowych i błotnych, ptactwo wodne gnieździące się na małej wysypce nadało zakątkowi wiele naturalnego uroku.

Pierwsza wojna światowa nie oszczędziła ogrodu. Zaledwie po dwu latach istnienia, ogród uległ prawie całkowitej zagładzie. Rośliny wynieszone, park w znacznej części wy-

## ZAWODOWE POŚREDNICTWO PRACY DLA ARTYSTÓW

Na mocy zarządzenia Głównego Wydziału Pracy, Zawodowe Pośrednictwo Pracy dopuszczono aż do odwołania do pośrednictwa osób dla koncertów instrumentalnych i wokalnych oraz dla występów śpiewaczych i takich odczytów, w których zachodzi wyższy interes sztuki lub wiedzy, do pośrednictwa członków scen (pośrednictwo sceniczne) oraz do pośrednictwa osób dla występów artystycznych w variete, kabarecie, tyru, dancingu lub podobnych zawodowych lub niezawodowych imprezach. Do tego należy także pośrednictwo orkiestr, włączających wyłączenie jako artystyczny numer w obrębie artystycznego programu.

Rząd Generalnego Gubernatorstwa przeniósł wykonanie tego pośrednictwa zawodowego na Towarzystwo Pośrednictwa dla Koncertów, Scen i Artystów z ogr. odp. z siedzibą w Krakowie.

Zgodę Urzędu Pracy na wykonywanie zawodu uzależniono od warunku, że pośrednictwo wykonane zostało przez Pośrednictwo dla Artystów lub jego oddziału. Dlatego też przedsiębiorcy winni zgłosić swoje zapotrzebowanie sił w Pośrednictwie dla Artystów i pokryć to zapotrzebowanie przy pomocy wyżej wymienionej placówki.

Przyjęcie do pracy i zatrudnienie takich osób, o ile nie zostały one zapośredniczone przez Pośrednictwo dla Artystów lub jego oddziału, winien zgłosić przedsiębiorca (aramżer) tej placówki w ciągu 8 dni po zawarciu umów.

Bliższe szczegóły w tej kwestii zamieszczone są w Dzienniku Rozp. dla Gen. Gub. Nr. 32, str. 200, przy czym zaznaczamy, że zarządzenie niniejsze weszło w życie z dniem 1-go lipca br.



GODŁO LWOWSKIEGO CECHU KRAWIECKIEGO (pocz. w. XVIII)

## NAJWAŻNIEJSZE PRZYKAZANIA ZDROWIA

„Słabe zdrowie, ile cię trzeba cenić, ten tylko się dowie, kto cię utracił”. Kwestia dobrego zdrowia jest powszednim tematem rozmów, na który każdy lubi zabierać głos, ale przeważnie dbałość o zdrowie wykazujemy dopiero wtedy, gdy poczyna dokuczać nam jakaś dolegliwość. A przecież daleko bardziej wskazany jest przestrzeganie tych niewielu prostych zasad, które pomagają do utrzymania organizmu w pełnej sprawności. Poza tym stan zdrowia dorosłej jednostki w wielkim stopniu zależy od rozwoju w okresie dziecięcym, albowiem już dawne przysłowie mówi: „czym skorupka nasiąknie za młodu, tym też później i zatraćca”, dlatego też późniejsze kilka uwag poświęcamy sprawie zdrowia naszych milusińskich.

Wiedeński lekarz chorób dziecięcych, prof. Hamburger opracował niedawno siedem głównych punktów wytycznych, na których powinien opierać się tryb życia dziecięcego, o ile mają z tych dzieci wyrosnąć zdrowi ludzie. Zasady te posiadają wartość również i dla dorosłych, lecz dla rozwijających się dopiero organizmów są szczególnie ważne.

**Świeże powietrze.** Nawet wśród ulic wielkiego miasta powietrze pod otwartym niebem bywa znacznie lepsze, niż w miejscowości kuracyjnej, gdy się przebywa w zamkniętym, źle wentylowanym mieszkaniu. Świeże, niezbyte powietrze w wielkiej ilości jest pierwszym warunkiem zdrowia. Powietrze wśród ścian zamkniętego pomieszczenia psuje się szybko na wskutek wydzielanego

przy oddychaniu dwutlenku węgla. Czyste, niezepsute powietrze stanowi najlepszy środek zapobiegający licznym chorobom okresu dziecięcego. Dzieci, które latem i zimą spiąją przy otwartych oknach i bez względu na stan pogody wychodzą z domu, prawie nigdy nie ulegają zażębieniom.

**Dużo — nie znaczy zdrowo.** Dostateczne i właściwe odżywianie jest drugim czynnikiem zdrowia. Trzeba jednak określić granicę pojęcia „dostateczność”. Na przekarmiający sposób odżywiania zdrowe dziecko reaguje brakiem apetytu, stosownie do naturalnego instynktu odpychające go tydzie. Wmuszanie w dziecko pokarmów przy pomocy prośby i obietnic lub nawet groźby stwarza przyzwyczajenie przejadania się, co młodym organizmom nie wychodzi na pożytek. Powinno się dziecku pozostawić pewną swobodę w tym zakresie, niech samo je tyle, na ile ma apetyt. Wprawdzie oczy bywają większe, niż pojemność żołądka, lecz kwestię tę można załatwić przez proponowanie kilku mniejszych porcji jedzenia, zamiast jednej dużej. Wówczas każda porcja zostanie spożyta z apetytem.

**Słońce krzepi kości.** Światło słoneczne jest najważniejszym środkiem zapobiegającym krzywicy, a poza tym wywołuje ono jeszcze szereg różnych zdrowych podnieć. Dlatego też słońce jest trzecią z głównych zasad zdrowia. Poddziałaniem nasświetlenia słonecznego powstaje w organizmie niezbędna dla rozwoju kości witamina D, bez której szkie-

let dziecięcy pozostałby miękki i pokrzywiony. Brak witaminy D w organizmie odbija się również i na starszych dzieciach, powodując zwiót czającość ścięgna w stawach oraz ogólny wypłak zmęczenia, ospałości, braku apetytu i uczucie osłabienia. Płaskie stopy można także zapisać na rachunek niedostatecznej ilości witaminy D w okresie dziecięcym.

**„Praca” rozwesela.** Każda czynność jaką spełnia dany organ ciała nazywana jest przez fizjologię „pracą”. Gdy się czyta niniejsze zdanie, fizjolog orzeknie, że oko czytelnika „pracuje”. Gry ruchowe dzieci, bieganie, podskoki itp. fizjologia zalicza do pracy mięśni. Właśnie to obfite poruszanie się mięśni jest czwartym czynnikiem zdrowia, i stanowi niezbędny warunek rozwoju dla młodego organizmu. Ponadto ruchy takie wywołują u dzieci nastrój radosny, co zresztą łatwo zaobserwować. Dzieci mało ruchliwe, zaliczane do kategorii „spokojnych” są zwykle mrukiwe, gdyż wrodzony im pęd do działania został stłumiony, a to z powodu, że za mało przebywają na otwartym powietrzu. Ściany mieszkania nie stanowią przestrzeni nadającej się do zbiorowej biegawiny dzieci.

**Sen — według upodobania.** Dziecko powinno spać, gdy jest znużone i tylko wtedy. Jest to piąta spośród głównych zasad zdrowia. Nie ma sensu zmuszać dziecko do ustalanej z góry ilości godzin snu, ponieważ potrzeba snu jest wśród dzieci podobnie różnorodna, jak i u dorosłych. Wszystkie reguły co do tego, ile godzin dziecko winno spać, są zasadniczo tylko przeciętną miarą.

Zakłócenia snu pochodzą przeważnie stąd, że dziecko albo za mało żywa ruchu, albo też narzuca mu się zbyt długi sen. Dobrze jest również pamiętać, że przeciążenie dziecka wrażliwej natury umysłowo-duchowej jak np. opowiadanie zbyt długich bajek, towarzysztwo innych dzieci, przeciągające się do późna itp. u dzieci o żywym temperamentie lub też nerwowych wywołują niespokojny sen.

**Czystość a higiena — to dwie różne rzeczy.** Higiena ma na celu ochronę organizmu przed chorobami zakaźnymi i nie jest wcale równoznaczna ze schludnością, gdyż wymaga zachowywania czystości w pewnej określonej dziedzinie, jak np. przy wytwarzaniu artykułów spożywczych albo też czuwa nad tym, aby zanieczyszczone płyny nie powodowały szkód dla zdrowia. Higiena walczą z bakteriami chorobotwórczymi. Na ogół jednak nie każda kategoria mikrobrów wywołuje chorobę. Niektóre spośród tych drobno ustrojów są nawet konieczne zarówno dla zdrowia, jak i dla życia. Zresztą istnieje pewna ilość chorób, jak np. grypa, zapalenie płuc itd. przed którymi najdokładniejsza czystość nie może ochronić, a natomiast możliwe największa ilość świeżego powietrza, hartowanie ciała i rozsądny sposób odżywiania się tworzą doskonałe środki zapobiegawcze. Z powyższych względów czystość jako czynnik zachowania zdrowia stoi u dzieci na szóstym miejscu. Oczywiście nie przemawia się tu za hodoowaniem brudu i samo przez się jest zrozumiałe, że utrzymywanie dziecka w czystości jest nakazem zarów-

no zdrowotnym jak i obyczajowym, lecz nie należy popełniać przesady i sądzić, że przez częste mycie dziecka wszystko już dla zdrowia zostało zrobione. Daleko ważniejsze bywa, gdy się mówi więcej o czystym powietrzu, niż o czystych rękach, mętną zaś szczybę w otwartym oknie są lepsze niż połyskujące jak lustro — w zamkniętym. Najlepiej się dzieje, jeśli szczyby są czyste i przezryste jak kryształ, a okno otwarte.

**Wreszcie — wychowanie.** Ta siódma wytyczna obejmuje właściwie wszystkie poprzednie. Pierwszą, regułą pod tym względem jest zaufanie w regulujące siły przyrody. Wykazywanie przesadnej troski na każdym kroku o cielesne zdrowie dziecka doktor Hamburger uważa za niewskazane. Drugą zasadą powinno być takie kierowanie postępkami dziecka, które by się nie dawało zbyt łatwo odczuwać. Nie należy również małej istocie ludzkiej oszczędzać pewnych doświadczeń przez nudne zakazy, których ono i tak przeważnie nie słucha. Bezpośrednie doświadczenie nie jest daleko lepszą szkołą. Można dziecku dowolną ilość razy opowiadać, że sparzy się, o ile dotknie gorącego garnka, lecz aby się o tym przekonać, dziecko musi przynajmniej raz dotknąć się do takiego garnka. Tą metodą, aczkolwiek nieco trudną, dziecko uczy się właściwego postępowania. Na ogół dziecko nie powinno być pajaćkiem, którego pociągą się za sznurek, gdyż wychowanie nie jest tresurą. Tam jednak gdzie zachodzi potrzeba, należy pozostawić dziecku zdecydowanie określoną granicę postępowania.

