



## Twórczy plan wakacji W zapadłych wsiach i „inteligentkim” środowisku

Wakacje. Dla jednych zaczynające się dopiero od tygodnia, dla innych, szczęśliwych, niezwiązanych z miastem przez całe jedenaście miesięcy pracy zawodowej, wakacje, trwające od dawna i jeszcze otwarte na dobrych kilka tygodni. Okres odpoczynku, oderwania od spraw męczących, okres przyjemności.

Są jednak ludzie, którzy nie umieją oddawać się tylko bezczynności, którzy wszędzie i zawsze w wakacyjnym okresie, przeznaczone na osobiste przyjemności, nie potrafią zamknąć się egoistycznie w kręgu swych spraw, odciąć się zupełnie od świata na czas niczym niezakłóconego „dolce far niente”.

Gdziekolwiek zabłądzą, w jakimkolwiek znajdują się środowisku i w jakiegokolwiek stronie kraju, stają się nowym czynnikami w nowym życiu, do którego zabłąkali się na krótki okres czasu.

I plan wakacyjnych miesięcy może być nieraz poważny.

Trzeba tylko wiedzieć, co pragnie się wnieść ze sobą w nowe środowisko. Dla kobiet, które wyjeżdżają na wieś, na wieś kresową, czy choćby tę podwarszawską, otwiera się szerokie pole do większych i mniejszych poczynań o charakterze społecznym. Pomyślcie tylko! Nauczyć biedne, nawykłe do dusznych izb i brudu kobiety wiejskie najprostszymi zasadami higieny. Nauczyć je obchodzić się z własnymi dziećmi, o łepetynach porośniętych „koltunem”, dzieciaki, traktowane nie raz gorzej od krów i gęsi, które muszą dozorować pod groźbą „bata”.

Dać niezamożnym wiejskim gospodyniom cenne dla nich, a zwykłe elementarne wskazówki gospodarce. Nauczyć zużywać dary skrawka własnego pola, własnego zaniedbanego inwentarza. Rady osób, znających się na możliwościach wiejskich gospodarstw mogą przyczynić się do poprawy bytu niejednej chłopskiej rodziny w dalekich wsiach, do których nikt nigdy dotąd nie zawitał z mądrą radą.

A wreszcie między tych ludzi wnieść zaczątek prac społecznych, zachęcić do zbiorowej organizacji wysiłków tam, gdzie dotąd tego jeszcze nie zaczęli robić i gdzie dotąd nie odczuli potrzeby takiej pracy. Przez jeden krótki miesiąc można dokonać rewolucji nie tylko w jednej wiosce!

W dziedzinie gospodarczej zaszczerpieć ideę bojkotu żydów, tam, gdzie go jeszcze nie ma, ideę samowystarczalności i samodzielnej organizacji. Dać to może początek małym polskim sklepikom i przedsiębiorstwom polskim, organizującym zbytnie (zboże, nabiał). Zachęcić do tworzenia organizacji gospodarczych, dopomagających do usamodzielnienia się wsi polskiej, kas bezprocentowych dla rzemiosła w okolicy, zachęcić do organizowania tych dziedzin rzemiosła, które jeszcze nie jest wykorzystywane w okolicy dla polskich rąk.

A wreszcie wszędzie tam, gdzie natrafi się na ślad rozkładowej roboty wpływów komunizmu, dążyć do wytworzenia wpływów przeciwnych — narodowych. Wpływy te zaszczerpieć w każdym środowisku.

Niewielkim wysiłkiem, niewielkim kosztem czasu można osiągnąć rezultaty, które dadzą satysfakcję — nauczyć ludzi myśleć, jak należy.

I to zadanie czeka nie tylko na zapadłych wioskach. Iluż ludzi, zdawało by się dojrzałych umysłowo, ilu t. zw. szumnie „inteligentów” nie potrafi myśleć.

**PODRÓŻUJ SAMOLOTEM**

Zmusić więc wreszcie do tego, aby leniwym umysłem zaczęli chwytając wielkie i ważne sprawy, koło których kręcą się obojętnie i ospale, zaszczerpieć w nich zaczątek naszej idei i rozbudzić chęć do czynu, do jakiegokolwiek wreszcie pracy — to wystarczy już za plan twórczy wakacji.

Ale na to wszystko trzeba w sobie samej mieć nieustanne pragnienie

pracy i zrozumienie, że z najdrobniejszych wysiłków wyrastają rzeczy wielkie, trzeba nie mieć w sobie zbyt wiele egoizmu i nie nosić w sobie zaradka „inteligentkiej” choroby — bezmyślności i apatii.

Wierzmy, że każda z czytelniczek „ABC” potrafi przeciwie spełnić te najprostsze zadania, o których mówi artykuł.

## KUPUJ TYLKO DOSKONAŁE POLSKIE KOSMETYKI ST. GÓRSKI LABORATORJUM WARSZAWA

Zawdzięczając dobroczynnemu działaniu kremu VENUS nie tylko radykalnie usuniesz piegę, przyszcze i plamy, ale skutecznie zabezpieczysz się od nich, znakomicie udelikatnia cerę. ARAGO każdemu znany ze skuteczności plyn od odcisków, brodawek i stwardnień skóry. AGATOL najlepsza pasta do pielęgnowania zębów. ANTRA krem znakomicie udelikatnia, matuje, pod EKSİKANS usuwa pot po i użyciu LAKIER DO PAZNOKCI bardzo trwały i pięknie błyszczący. POMADKI DO UST wysokiej wartości, piękne kolory.

## Paryżanka w arabskiej łaźni „Schudnąć, schudnąć, za wszelką cenę...”

Odrzuć za progiem osławionej arabskiej „mosquée” wehłania wchodzących atmosfera Wschodu.

W tej pół-swiątyni muzułmanów paryskich, która jest przybytkiem rytualnych obrzędów dla wschodnich ludzi, przez zię czy dobry los przygnanych do Paryża, miejscem wycieczek wierznych dla ciekawych cudzoziemców, znajduje się słynny „hammam” — łaźnia arabska, dostępna w pewne dni tygodnia „innowiercom”. Z łaźni tej korzystają przede wszystkim kobiety, szukające wszelkich sposobów na zdobycie „wymarzonej linii”.

### OBNAŻONA BRZYDKA

W sali obok łaźni panuje tłok. Tłok nagiach ciał kobiecych rozłożonych na tapeczanach wśród stosów poduszek. Przez strzeliste okienka sęczy się światło dnia i pada na te ciała. O nagości! Jakże jesteś bezlitosna dla brzydoty.

Nim oko oswoi się z tym, powiedzmy, oryginalnym widokiem, doznaje się niemiłe wrażenie, widząc obnażone grube, nieforemne, obwisłe i zwiotczałe kształty. Takich jest najwięcej, bo właśnie „hammam” ma być lekarstwem.

### W GORACEJ PARZE

Wąskim korytarzykiem z sali „odpoczynku” idzie się do łaźni. Na prawo z korytarza jest jeszcze pokój fryzjera i sala natrysków.

W pierwszym pokoju łaźni parowej jest gorąco. W następnym — bardzo gorąco. W trzecim i ostatnim — niemożliwie parno i duszno.

Na rozgrzanej płycie rozpociera się lekka narzutę. I już po chwili leżąc na płycie doznaje się uczucia tej niewysłowionej cudownej lekkości, którą tak wychwalają stali bywalcy „hamamu”.

A potem natrysk. Wspaniały, zmywający wszystek, najbardziej przylegający brud. Strumień gorącej wody, strumień zimnej, lodowato zimna woda prosto w twarz! Cudowne!

### W WALCE Z TUSZA

Na sali odpoczynku nad tapeczanami pochylają się masażystki.

Gładkie, delikatne ręce, nasyczone oliwą i parafiną pobudzają zwiotczałe mięśnie do życia.

Na jednym z tapeczanów leży tęga, uśmiechnięta kobieta. Żona bogatego przemysłowca. Niedaleko — jej córka, o ślicznej twarzyczce i niekształtnej figurze, jak matka, otyła i ciężka.

A panie nie chcą poświęcić dla pięknej linii — mówi masażystka — tuszy wciąż przybywa, mimo moich zabiegów.

Jakżeż wyrzec się tych różnych słodkich smakowitości — mówi starsza dama dzieciennie wy-

dymając usta — Cóż ja poradę, że urodziłam się łakoma. A ona ma swoją naturę — śmiejąc się, pokazuje na córkę. — Niech już za nas pracuje ten parowy Hammam i pani ręce, moja droga.

W progu staje nowy gość, elegancka, wymalowana pani.

— Dzień dobry! — doła od progu — Ubyło mi w tym tygodniu 700 gr. Nie macie pojęcia, jak

### Nasze gawędy

## 100 źródeł dochodu dla pracowitej pani domu

„Sto dodatkowych zajęć dochodowych w miescie i na wsi” — pod tym frapującym tytułem ukazała się niedawno broszurka Adama Lacha.

Skromna pensja, czy inne dochody, w bardzo wielu rodzinach nie wystarczają na pokrycie najniezbędniejszych potrzeb. Wszyscy szukają dodatkowych zajęć, które by pokryły niedobór domowy: zwłaszcza kobiety występują swą pomysłowość, by ulżyć jakoś głowie rodziny i wynaleźć nowe źródło finansowe.

P. Lach przytacza sześć grup rozmaitych zajęć, mogących stanowić dodatkowe źródło dochodu: 1) zajęcia handlowe (akwizycja, administracja domów, inkaso dla firm, ubezpieczenia na życie i t. p.), 2) drobny handel herbatą, kawą, słodyczami, książkami, artykułami, kosmetyką, drobiazgami sezonowymi, 3) zajęcia fachowe (fryzjerstwo, masaż, kosmetyka, szycie, haft, powiększanie fotografii), 4) drobne hodowle (kanarków, go-

### Gospodyniom na ucho

#### Surówki

2 ładne nie tykowane kalarepki, 2 — 3 marchewki, głąbki z jednego sporego kalafiora i pół szklanki zielonego groszku zemieli w maszynce od mięsa, lekko osolić, zaciśnięć sokiem z cytryny, dodać surowe żółtko, rozbić z lyżeczką musztardy i lyżeczką oliwy, wymieszać, ułożyć w salaterce, a ponieważ tarte surówki, zwłaszcza zmieszane, nie wyglądają ładnie, ubrać z wierzchu gwiazdą z cienkich pasek marchwi i groszku. Jest to doskonale do mięsa.

#### II.

Obrać i drobno poszatkować seler, mały kalafior, kilka karotek i rzodzielki. Pokrajać w drobne paski trochę włoskiej kapusty. Pokrajać na placki obrany ogórek i kilka pomidorów. Przygotować majonez. Zaprawić każdą jarzynę z osobna. Pomidory zaprawić tylko cytryną i oliwą. Salatkę ułożyć gatunkami według kolorów: przybrać cebulką, liśćmi zielonej salaty i posiekanym białkiem twardych jaj.

### Pani moda ma głos

## Wywabianie plam

Jedna z amerykańskich noweli — napisana kiedyś, że wiele klótni małżeńskich i rozwodów początek swój zawdzięcza małym tłustym plamkom na bluzkach i sukniach żon.

Może tkwi w tym duża przesada, ale fakt pozostaje faktem, że najpiękniejsza suknia poplamiona czy zakurzona wygląda niemiłosiernie i wystawia smutne świad-

ectwo kobiecie, która ją nosi. Znajomość sposobów wywabiania plam różnego rodzaju, czyszczenia i konserwacji naszej garderoby, to podstawowy elementarz, z którym zaznajomić się musi każda kobieta.

Pamiętajmy przede wszystkim, że nieumiejętnie wywabiane plamy powiększają się — zbyt ostro plyn, użyty do wywabiania, mo-

że doprowadzić do spalenia włókien materiału, wtedy utworzą się na nim dziury. Każdą plamę świeżą łatwiej wywalić niż zardzewiałą. Pralnie chemiczne nie odpowiadają za wyczyszczenie plamy, którą już próbowano wywalić innymi środkami. O ile więc nie znamy się na tym, lepiej nie ruszajmy plamy i oddajmy suknię do chemicznego czyszczenia.

Jasne materiały należy czyścić szmatką jasną, ciemne — kawałkiem tego samego materiału. By nie zostawiać białych włókien. Plyn należy lać b. powoli kropkami; jeżeli spostrzeżemy, że plama się powiększa zamiast zniknąć, trzeba natychmiast przerwać czyszczenie tym środkiem i zastosować inny. Nie trzeba wcierać w materiał plynu, którym czyszcimy.

Plamy z owoców i czerwonego wina schodzą przepłukane w małonce, kwaśnym mleku, roztworze kwasu cytrynowego lub w soku cytrynowym. Świeże plamy owocowe dobrze jest posypać solą kuchenną. Jeżeli plama jest jeszcze bardzo świeża, można pod spłamiony materiał podstawić talerz i lać na plamę z góry gorącą wodę z imbryką, poruszając plamę palcem, dopóki zupełnie nie zniknie.

Plamy z atramentu schodzą od soku cytrynowego, roztworu kwasu cytrynowego i od soku rabarbarowego. Ślady z błota należy wykruszyć po wyschnięciu. Plamy z jalek wykruszyć, a następnie wyczyścić szmatką, maczaną w zimnej wodzie.

Plamy z jodiny puszcza od amoniaku — o ile są świeże, trzeba je natychmiast — trzecią zimną wodą. Plamy z czarnej kawy czyścić się gliceryną lub roztworem gliceryny z wodą pół na pół. Plamy z lepu na muchy oczyścić można terpentyną (o ile materiał nie jest zbyt delikatny), ślady po muchach dadzą się wywalić amoniakiem. Plamy z krwi przepłukać zimną wodą bez mydła. Plamy od piwa należy czyścić 45-procentowym spirytusem, rdzę wywalić można kwasem cytrynowym. Miejsca przepoczone i zatłuszczone czyścić się amoniakiem, zmieszany z letnią wodą. Plamy od smoły i smarów czyścić się czystym masłem, a potem zmywać tuszem benzyną, którą należy szybko i mocno wcierać, aby nie zostawiła po sobie obwódek. Ubranie poplamione stearyną da się oczyścić, gdy się przeprosuje dane

### „INTELLIGENTNE” ROZMOWY

Rozmowa po sali drugie śniadanie. Zieloną salatkę. Podobno zupełnie wystarcza jako odżywka dla wyczerpanego organizmu. Po spożyciu „obfitego” posiłku pannie znów rozciągają na tapeczanach swe nagi kształty.

Niektóre drzemają lekko, kołysane słowami konwersacji, toczących się dookoła. Ośrodkiem rozmów jest pewna dama, reprezentantka najwyższego „high life’u”. Otacza ją koło zasłuchanych kobiet, w ciszy pełnej adoracji.

Tak, mam szczęście do tych intelektualnych znakomitości. Ostatnio np. na zabój kochał się we mnie ten... (pada nazwisko). Arystował mi przez kilka lat. Ale mnie się nie podobał. Był brzydki. Więc z rozpaczny ożenił się wreszcie z inną. Podziwił mój umysł i moje plecy. Tak, plecy mam rzeczywiście piękne, spojrzycie, prawda?

— Ależ całe pani ciało jest piękne... — bezkrytycznie szepce tłum wielbiciel.

— Ach, mam taki kłopot — mówi dalej, ziewając dama — mam dziś duże przyjęcie i krawcowa dotąd nie przysłała mi nowej sukni. Przecież to zupełnie kompromitujące pokazać się w sukni, w której już raz występowałam.

### ZA WSZELKĄ CENĘ...

Nagle, ogólne poruszenie.

Tęga pani, ta sama, która chwilała się swoim „wrodzonym łakostwem” zasiadła. Wszystkie kobiety otaczają ją nagle. Słychać wołania o wodę kolońską, o amoniak.

— Trzeba podłożyć jej poduszkę — mówi jedna.

— Nie, nie. Zostawcie ją tak, leżącą płasko.

— Trzeba ją ciepło okryć.

— Właśnie przeciwnie. Otwórzcie okna...

Dama mamrocze z trudem słowa podziękowania.

— Dziękuję. To nie straszne. Jestem chora na serce, więc zdarza mi się to często...

— To może pani szkodzą jeszcze te kąpiele parowe?

— Może... — dama uśmiecha zakłopotana — ale dzięki nim trochę chudnę.

Jakże niemądre są czasami kobiety!

**FABRYKA CHEMICZNA „SŁOŃCE” Spółka z o.o.**  
WARSZAWA ul. LUDNA 6-B tel. 9-53-35  
Zadaj wszędzie

miejsca gorącym żelazkiem po podłożeniu z obu stron kawałka białej bibuły: stearyna rozpuszczając się wsiąknie w bibułę. Plamy z żywicy schodzą od natarcia terpentyną.

Bardzo starannie powinniśmy czyścić nasze ubrania z kurzu. Wełniane suknie, płaszcze i swetry, a także kapelusze filcowe powinny być przed każdym włożeniem dokładnie oczyszczone dużą szmatką o twardym włosu. Szczotki należy co jakiś czas namoczyć (samo włosie) w ciepłej wodzie z dodatkiem lyżeczki amoniaku, a następnie wymyć w ciepłej wodzie z mydłem i spłukać.

Bizuterię złotą i srebrną czyścimy delikatnie wodą z mydłem lub wodą z amoniakiem, wycierając do sucha ściereczką z miękkiej skórki (irchą). Korale nymy w wodzie z sodą i wycieramy irchą. Bursztyny czyścimy w oliwie i wycieramy również do sucha ściereczką.

Alinette.

## Nad morze

w góry, na wieś wszędzie dociera ABC jeśli wyjeżdżając zawiadomisz administrację o zmianie adresu. Tel.: 3.09-33, 8.18-33, adres poczty. Warszawa 1, Al. Ierolimskie 121. Zmiana adresu bezpłatnie.