

# TYDZIEŃ KOBIECY

## Sokolice

### Symbol tężyzny ducha i ciała

Przed kilkoma dniami odbyła się uroczystość 30-lecia Sokola Warszawskiego. Wracamy dziś do niej dla tego, żeby słów kilka powiedzieć o kobietach Sokolskich. Jest ich spora gromada w gniazdach Warszawy, okręgu i całego kraju. Powinny być doskonałym symbolem najwspanialszej harmonijnej tężyzny ducha i ciała. Taki cel przecież stawia sobie organizacja. Wciągając kobiety do swoich szeregów. Czy zadanie to jest spełnione należyście?

Praca w działach kobiecych idzie w dwóch kierunkach: wychowania umysłu i wyszkolenia sprawności fizycznej. Pracę tę prowadzi kierowniczki świetlic w gniazdach i naczelniczki, kierujące wychowaniem fizycznym. Świetlice są ośrodkiem, w którym kształtować się powinien pogląd na świat młodych kobiet Sokolich, nabierając jasnej, wyraźnej barwy ideowej. Wyrabiać nie zrozumienia obowiązków, woli, jaka przysługuje kobietom w Narodzie, uświadomienie społeczne i narodowe — oto zadania wychowawcze, jakie mają świetlice.

Trzeba jednak ze smutkiem przyznać, że często w gniazdach praca wychowawcza schodzi na plan drugi, usunięta w cień przez bardziej atrakcyjną, chętniej podejmowaną przez młode

Sokolice pracę nad szkoleniem ciała.

Są gniazda, gdzie tylko to jedno zadanie organizacji jest realizowane. Smukłe i silne, świetnie wygimnastykowane dziewczęta nie myślą i nie chcą myśleć o niczym innym jak o swojej smukłości i sile. Władze Organizacji zdają sobie z tego sprawę. Pragnęłyby wszędzie podnieść poziom prac ideowych. Ale nie ma kto tej pracy podjąć.

Zasłużone stare Sokolice, ze smutkiem wysłać mogą o tym, że nie mają swoich zastępczyń, że organizacja po pracy tylu lat może iść w złym niewłaściwym kierunku.

Sokół grupuje element ze wszystkich warstw. W miastach wielkich, w Warszawie duży odsetek stanowią kobiety ze sfer robotniczych i rzemieślniczych. Dla nich właśnie potrzebne są jako kierowniczki młode kobiety z inteligencji, same społecznie i narodowo uświadomione.

Poziom wychowania fizycznego wśród studentek jest fatalny. Gdyby je razem złączyć, to mocne fizycznie, a intelektualnie wyrobione kobiety robotnice i młode, o wiotkich mięśniach intelektualistki, udzieliłyby sobie wzajemnie rzeczy pożądaną. W jednej organizacji, przy wspólnej pracy wychowałyby się wzajemnie.

W życiu, które niedługo nadejdzie, potrzebne będą kobiety śmiałe i wytrzymałe na trudy, a te cechy wyrabia tężyzna fizyczna, potrzebne będą kobiety, świadome swych zadań, a świadomość tę może dać tylko celowe wychowanie ideowe.

Dla tych, które chcą odgrywać już dziś czynną rolę w życiu, teren Sokoli jest wspaniałym terenem próby sił. Dziwne więc wydaje się, że tak mało młodych kobiet wstępuje w szeregi tej organizacji.

R.

### Kob. ety. obcych krajów

## Jugosłowianki i ich królowa

O życiu i pracy kobiet jugosłowiańskich rzadko dochodzą nas wieści. Dzieje się to prawdopodobnie dlatego, że przed wojną nie było w Jugosławii żadnych organizacji kobiecych, że ruch emancypacyjny w tym kraju datuje się od niedawna. Jugosłowianki do dziś dnia nie mają prawa głosu, zawołane mieszkanki Sarajewa, Starej Bośni i Hercegowiny żyją w ukryciu „biernie i nieme”, jak im nakazuje religia Mahometa.

Kobiety światlejsze o nowo-

czesnych poglądach grupują się w dwóch największych organizacjach: „Liga kobiet pracujących dla pokoju i wolności”, oraz „Kolo sióstr serbskich”. Organizacje te wydają swoje biuletyny o charakterze polityczno - społecznym; z innych pism wyliczyć należy: „Przegląd świata kobiecego”, „Stowarzyszenie kobiet”, „Zjednoczenie kobiet” itd. Przed wojną wychodziło przez 60 lat jedno jedyne pismo kobiece „Gospodyn” redagowane wyłącznie — przez mężczyzn i zawierające tylko informacje i przepisy z zakresu gospodarstwa domowego.

### Królowa Maria opiekunką dzieci

Najwyższy udział w pracach kobiet na terenie społecznym bierze królowa Maria Jugosłowiańska. Wszyscy znają bezgranicznie dobre spożycie jej błękitnych oczu, jej żywy energiczny krok, rozbijający uśmiech. W cichym pałacyku królowej nad jeziorem często toczą się długie narady nad sprawami opieki szkolnej, dożywiania dzieci upośledzonych i zaniedbanych. Królowa założyła w całym kraju 87 ośrodków opieki nad matką, krowi mleka, żłobków dla niemowląt, szkół macierzyństwa itp. instytucji, które służą jej ochronie matki i dziecka. Stowarzyszenie

p. n. „Macierzyństwo”, również założone przez królową, niesie pomoc młodym matkom w domu.

### Renesans haftu ludowego

Dzięki królowej też Jugosławia przeżywa wielki renesans haftu ludowego: królowa Maria postanowiła wskrzesić tradycje artysty ludowego — za jej przykładem wszystkie wpływowe kobiety, biorące żywy udział w życiu publicznym i społecznym, popierają tę gałąź rzemiosła, występując na oficjalnych imprezach w strojach regionalnych, organizując propagandowe wystawy haftów i korenek ludowych itd. Hafty wieśniacze jugosłowiańskie są istotnie bardzo piękne i różnorodne: kobiety Słowacji robią piękne delikatne koronki o wzorach w stylizowane kwiaty, Serbki haftują płótna i wełnę żywymi mocnymi barwami, przetykając haft gęsto srebrną i złotą nicią — w Dalmacji ulubiony jest haft krzyżkowy, przypominający wykonaniem i barwami stare hafty kościelne. Warsztaty tkackie i koronkarskie dzięki modzie na haft ludowy zatrudniają dziś tysiące wieśniaczek. Wola kobiet — przede wszystkim wola i rozumne poparcie ze strony królowej, pobudziły zamaryą gałąź ludowego rękodzieła na nowo do życia.

O.

## Nowy numer dwutygodnika Pani Domu

Art. „Zagadnienie gospodarstwa domowego na Międzynarodowej Konferencji Służby Społecznej” w Londynie — H. Siemiński podaje sprawozdanie z zagadnień poruszanych na tej konferencji, ze specjalnym uwzględnieniem spraw, interesujących pani domu, m. in. roli gospodarstwa domowego w pracy społecznej.

Bardzo poważny artykuł J. Huberowej „Kłopot z pościelą”, napisany

### Gospodyniom na ucho

#### Budyn z kalafiorów

80 deka kalafiorów już oczyszczonych ugotować w osolonym wrzątku z łyżką octu, odcedzić, ostudzić, podzielić na cząstki rozmiar laskowego orzecha. Na mące utrzeć 15 deka masła na śmietanie, wbić cztery żółtka, dobrą szklankę tartej bułeczki, szklankę śmietanki lub mierzbanego mleka, 5 deka ostrego tartego sera, garść zielonego koperku siekanego, uciarać wszystko razem aż masa stanie się gładką. Dodać kalafiora oczyszczone, oskórkę do smaku. Pozostałe białka ubić na sztywną pianę i wymieszać z kalafiorową masą. Przelić do formy wysmarowanej masłem i wysypanej bułeczką, zakryć szczelnie, wstawić formę do większego rondla z gotującą się wodą. Woda powinna dochodzić do wysokości połowy formy. Gotować godzinę i kwadrans od chwili pierwszego zagotowania wody. Po wyjęciu na półmisek polać budyn zarumienionym masłem. Oddzielnie można do niego podać biały sos koperkowy.

rzeczowo a interesująco, z wieloma praktycznymi wskazówkami, omawia sprawę normalizacji pościeli, sprawę kupna, użytkowania i naprawiania pościeli.

Dobre zaparcie herbaty nie jest wcale rzeczą łatwą i zależy od wielu czynników — nie tylko od jakości herbaty. Czynniki te — a więc rodzaj wody i materiału opalowego itp. rozpatruje art. „Smaczna herbata” i podaje rady, jak otrzymać prawdziwie smaczny napój.

Bardzo często zdarza się, że właśnie wtedy, kiedy pani chciałaby wyglądać ładnie — twarz jej wyraża znużenie. Jak poradzić na to, aby odświeżyć cerę i nadać twarzy pożądaną wygląd przy pomocy bardzo prostych i nieskomplikowanych sposobów, mówi art. K. Hojnackiej „Piękność na zawołanie”.

Z dziedziny spraw kulinarnych Nr. 22 pisma „Pani Domu” zamieszcza art. „O użytkowaniu starego drobiu”, podający wskazówki, jak rozróżnić stary drobi od młodego i przepisy potraw ze starego drobiu oraz przepisów zanieczyszczonych potraw z ryb.

Wrażenia z kursów wakacyjnych w Anglii, opis roboty czapki, szalka i mankietów do kostiumu narciarskiego czy na ślizgawkę oraz sprawozdanie z pracy Związku Pań Domu — dopełniają treści bogato ilustrowanego numeru.

Pismo „Pani Domu” jest do nabycia w większych księgarniach, w kioskach, gazetowych oraz w Administracji — Warszawa, Nowy Świat 9.

### Nasze gawędy

## Modne tkaniny z chłopskich warsztatów

Godowo-Strzyżów w listopadzie

Jako stała czytelniczka ABC z radością witam „Tydzień Kobiec”. Oby ABC opanowywało coraz to więcej dziedzin życia praktycznego.

Artykuł dyskusyjny z dnia 11.11.36 Nr. 324 str. 4 „Ciekawy wynalazek z dziedziny tkactwa” nie pozostał u mnie bez echa i oto przesyłam niżej kilka swych uwag.

Kończąc moją refleksję było smutno dla nas przyszłości: „Cudze chwalicie, swego nie znacie, sami nie wiecie, co posiadacie”.

Jedne panie marzą o sprowadzeniu tanich, a pięknych i modnych, ręcznie tkanych materiałów z Francji, inne, więcej społecznie, rade by przeschwycić owo ręczne tkactwo na grunt polski. Szukają daleko, a nie wiedzą o tym, że w pewnej podkarpackiej wiosce furkocze 1700 (tysiąc) war-

sztatów ręcznych, a wyroby ich nie ustępują wyrobom francuskim.

Turkoczą owe warsztaty nie od wczoraj, lecz od wieków, a my o tym nie wiemy. Zato wiedzą o tym dobrze żydzi i robią „złote interesy”. — Nie obwiniam ja tu wyżej wspomnianych pań, bo raczej może w szczególnej chwili poruszyły „mrowisko” hijen, ale oskarżam nas wszystkich o brak inicjatywy kupieckiej i należytejszej organizacji.

Tkacz są to ludzie biedni, nie mają za co kupić przędzy. Żyć dostarczają im przędzy, a oni tkają. Z bezpośredniej rozmowy z tkaczem wiem, że po tygodniu z brzemienia przędzy przylaskanej do chały na plecach odsyła piękny zwój 34 metrowy ręczników lnianych, bawełnianych, to obrusów lub me'iego materiału dla pań na suknie i kostiumy, a otrzymuje za tę pracę 5 zł.(1). A potem owe „drogo” wyprodukowane materiały udają do większych miast, jako „specjalność”, po które nie każdy ma odwagę sięgnąć.

Rozglądnijmy się, czy w Polsce nie znajdziemy więcej takich źródeł jogacenia się „naszej rasy”. Podobno są na Litwie — Wołyniu.

Zainteresowanym paniom podaję adres, a każdej chwili mogą przekonać się o prawdzie moich słów przez zażądanie próbek od „Towarzystwa Tkaczy” w Korczyni, pow. Krosno.

Panie z większych miast mogą jako klientki skłonić polskie firmy bławatne do nawiązania kontaktu z Towarzystwem. Niech owi tkacze mają przynajmniej to zadowolenie, że swą znojną pracą bogacą Polskę.

A. G.

## Rozumna walka z objawami starości

Objawy starzenia się nie zawsze idą w parze z wiekiem. Bardzo często spotykamy młodziutkie, osiemnastoletnie dziewczęta ze zmarszczkami, a z drugiej strony widzimy, że pięćdziesięcioletnie panie mają piękną cerę. Stąd wniosek, że nie można określić dokładnie wieku, kiedy rozpoczyna się starzenie. W zasadzie jednak około 40 roku życia zjawiają się znamienne cechy starzenia się, jak chropowatość skóry, zaczerwienienia, nadmierna suchota, zmarszczki, plamy barwnikowe, podbródki i t. p. Mogą one okazać się o tyle wczesne, im skóra była w większym zaniedbaniu; im więcej kobieta przeszła chorób; im więcej miała wstrząśnięć moralnych. Nieodpowiednie warunki higieniczne, nadmierna praca, bezsenność, częste wzruszenia — również przyspieszają starczy wygląd.

Co robić, aby te przykre dla nas, a niemile dla otoczenia zjawiska odwieść możliwie jak najdłużej? Przede wszystkim dobre warunki higieniczne. Ruch, światło i powietrze — to najważniejsze czynniki — w miarę stosowane, usprawniają one cały organizm, co znów musi dodatnio oddziaływać na cerę. Dalej, czystość ciała, ubranie przewiewne i nie nabyt uciskające, aby nie hamowało normalnego obiegu krwi. Baczne zwracanie uwagi na regularne funkcjonowanie przewodu pokarmowego.

Wreszcie racjonalne pielęgnowanie samej cery, które sprowadza się do

tego, aby myć twarz w wodzie o właściwej temperaturze, odpowiedniej jakości mydłem; stosować wskazane dla danej cery preparaty, o ile ich skóra potrzebuje; wszelkie szminki i pudry winny być pierwszorzędnej jakości, bez szkodliwych dla cery składników. Jeżeli nie mamy absolutnej pewności, że środki te są nieszkodliwe, (a przekonać nas może tylko analiza), to lepiej nie używać nic, gdyż wtedy napewno sobie nie zaszkodzimy.

Poza tym wszystkim w pewnym okresie wieku należy pomyśleć o zabiegach kosmetycznych, które polegają na tym, aby za pomocą masażu ręcznego, elektroterapii, względnie światłolecznictwa regulować krążenie krwi, ułatwiać czynność wydzielniczą gruczołów skórnych i podniecać mięśnie skóry.

Każda z pań zaniepokojona przedwczesnymi objawami starości, ma dziś możliwość powstrzymania ich, zmniejszenia, a nawet zupełnego usunięcia, ale nie drogą masek porcelanowych, podskórnych zastrzyków z parafiną, lub grubo nałożonego maquiage'u — wszystko to bowiem wykracza poza granice rozsądnego metody, a jest niebezpieczne dla skóry i zdrowia.

Helena Brzezińska

Kierowniczka Działu Kosmetycznego w Instytucie Kosmet. - Lekarskim „Izis”

## Ciemnoma droga do sławy Książka o poetce - emancypantce

Nie tak jeszcze dawno toczyły się zażarte spory o prawo kobiety do niezależności i do pracy. Czyż doprawdy fakt, że mamy obecnie całe zastępy prawniczek, lekarek, czy dziennikarek jest do piero zdobyczą lat ostatnich? Co robiła dawniej kobieta po śmierci męża i utracie środków do życia? Oto przykład wybitniejszy i bardziej interesujący, ale nie tak wyjątkowy, jakby się napozór zdawało.

### Córa słonecznej Italii

Z pięknej Bolonii, gdzie ojciec był profesorem uniwersytetu, przybyła do Francji młoda, kilkuletnia dziewczynka, aby pozostać już tam na zawsze i dzielić losy swej przybranej ojczyzny. Tommaso de Pizano, szlachcic wenecki, lekarz, astrolog i sekretarz

Karola V, bardzo kochał swoją małą Krystynę. Sam głęboko wykształcony, stał się jedynym przyjacielem swej córki, przekazywał jej swą tajemniczą wiedzę o gwiazdach i ich dziwnej mocy. Wśród pyłem starości okrytych manuskryptów wyrastała piękna jasnowłosa Weneżanka o wielkich ciemnych oczach. W bibliotekach królewskich poznała też młodego studenta, Stefana du Castel, syna skromnego urzędnika dworu.

Król był nie tylko wykształcony, ale i mądry, dobrze znał wiecznie młodą, a zawsze tę samą tajemnicę serc ludzkich. Mianował młodego Stefana swoim notariuszem i bynajmniej się nie zdziwił, kiedy ten, dziękując za łaskę, zawiadomił go o bliskim swym małżeństwie z piękną Krystyną.

### O czym mówiły gwiazdy?

Zaślubiona człowiekowi, którego uwielbiała, pieszczona przez ojca, faworyzowana przez króla, czy przypuszczała Krystyna, jaka ją przyszłość czeka? Czy zdołała odczytać to z gwiazd, których tajemniczej mowy nauczył ją ojciec? Być może tak, skoro obsypana wszelkimi darami Fortuny, tęskni wciąż Krystyna do błękitnego nieba Italii, którego niezatarte wspomnienia zachowywała z czasów dzieciństwa.

Wkrótce nieokreślone przecucia przemieniają się w rzeczywistość. W 1380 roku umiera król, w pięć lat po tym ojciec, a wreszcie ukończony małżonek. Czarna płachta bólu i rozpacz przesłania wszystko.

### Iedy bieda puka do drzwi

Młodziutka, 26 - letnia wdowa pozostaje bez oparcia z matką cudzoziemką, dwoma niedowarzo nymi braćmi młokosami, trojgiem

malutkich dzieci i bez centyma aby ich wyżywić. Zapas pięknych mebli i dzieł sztuki, zgromadzonych przez ojca i męża tonieje bardzo szybko. Co robić dalej?

Krystyna całą swoją tęsknotę i ból wypowiada w krótkich poematach, rondach czy balladach. Trzeba się jednak wzięć do czynu. Pani Etienne du Castel, nie Krystyna, ale jej pra-pra-pra wnuczka twierdzi w swej ciekawej księdze, że to Eustachy Deschamps, słynny poeta dworski podsunął wdowie myśl, aby ofiarować tomik swych ballad jakiejś wybitnej osobistości na dworze.

### Dola poety - dworzanina

Los poety dworskiego jest ciężki. Po śmierci Karola V zmieniła się atmosfera dworu. „Novus rex — nova lex!” wykrzykiwali studenci na ulicach miasta. Dwór poszukiwał przygód i zabaw, zajęty sportem i maskaradami. Książki nie były w modzie. Dow-

cipnisie dworu drwili z Krystyny, mówiąc, że „Damoiselle Christine” ubrana jest od stóp do głów w pergamin zapisane moralnymi maksymami.

Wtedy Deschamps daje jej nową radę: — „Nie pisz o sobie — co to ich obchodzi. Pisz o nich, a nie zapominać o pochlebstwach”. Rada okazała się zbawienna. Talent, praca, odwaga i rezygnacja przełamały wszystkie przeszkody. Krystyna de Pizano staje się pierwszą we Francji zawodową pisarką i godnie reprezentuje to stanowisko. Ze zdaniem jej liczą się nie tylko we Francji, ale we Włoszech i Anglii, zapraszana jest na dwory Mediolanu i Londynu.

### W ogniu walk

Mimo swej tęsknoty do Włoch. Krystyna jest gorącą patriotką francuską. Głębokim bólem przeżywa ją walki, szarpiące kraj w tym czasie. Jest ponad wszystkimi obozami. Zarówno przywódcą

oboju arystokratycznego, księża orleañski, jak i księża burgundzki, wódz ówczesnej demokracji, mają jej dzieła w swych bibliotekach.

Kiedy oboj książęta zostali zamordowani, Krystyna zniechęcona, usuwa się w charakterze pensjonariuszki do klasztoru w Daisy, gdzie przebywa już jej córka — zakonnik. Tam w ostatnich latach życia danem jej było oczekiwać najwyższego triumfu, jako kobiety i patriotki, kiedy kobieta — Joanna d'Arc przyniosła narodowi pokój i szczęście. Jej „Poème de la Pucelle” jest jedynym wielkim hymnem radości i zwycięstwa.

L'an mil quatre cent et vingt neuf

Reprit à heure le selet  
Il ramène le bon temps neuf  
Hé quel bonheur au féminin  
sexe”.

An-ka

Pamiętaj: nie dość jest czytać A B C

Należy je zaprenumerować dla siebie i najbliższych