



PRZEŚLADOWANIE PRASY W KRÓLESTWIE.

Edward Chwalewski,
współpracownik „Nowej
Gazety“, uwięziony w u-
biegłym tygodniu.

Antoni Lange, poeta red.
„Książnicy“, skazany a-
dministracyjnie na 3 mie-
siące więzienia.

Józef Sobieszczański,
współpracownik „Nowej
Gazety“, wyp. z więzie-
nia w ubiegłym tygodn.

winny takie zajęcia jak: szycie, haftowa-
nie, robienie koronek, czytanie greń forte-
pianową - jednym słowem: te, które wy-
magają dłuższego siedzenia, ograniczyć do
minimum, a zajmować się tylko tem, gdzie
ruch jest rzeczą nieuniknioną, a potem
myśl ciągle czem innem zaprzętać tak, że
niepodobna im dłużej zastanawiać się nad
jednym przedmiotem, t. j. myśleć, jak to
mówią: „o niebieskich migdałach“.

Powinny codziennie gimnastykować się
pod okiem specjalisty, uczyć się pływania,
często jeździć na łyżwach, wioślować, u-
żywać spacerów; wszystko to jednakże po-
winno odbywać się umiarkowanie, gdyż
nadmierne wyczerpanie sił, zamiast pożytku
przyniosłoby jeszcze szkodę. Godziny snu
należy ograniczyć, o ile możności weznie-
klaść się na spoczynek, a rano wstawać,
spanie w dzień bezwarunkowo nie powin-
no być dozwolone.

Pożywienie należy przyjmować w o-
znaczonych godzinach; składać się ono
powinno z potraw łatwo strawnych a za-
razem pożywnych jak mięso, mleko, owo-
ce: brak apetytu pobudzać można kawio-
rem, śledziem, albo też gorzkiemi środka-
mi, jak ziółka: tysiącznik, rzymski rumia-
nek — pite na czczo wzmacniają one żo-
łądek i temsamem ułatwiają trawienie.
Bardzo ważnym środkiem jest wino, dalej
porter, dobre piwo, do których należy po-
trosze się przyzwyczajać i regularnie je
przyjmować.

Książki i przedstawienia teatralne po-
winny być z całą umiejętnością dobierane.
Wszystko co może rozdrażniać, silnie wzru-
szyc, jest bezwarunkowo szkodliwem —
a co dziś wykonać niestety! weale nie
łatwo.

Letnie miesiące należy spędzać na
wsi, gdzie tak łatwo o przejażdżki powo-
zem lub konno, spacer, kąpiele i gdzie
powietrze samo jest najpotężniejszem środ-
kiem leczniczym. Jeżeli wypadnie do wód
wyjechać, należy wybrać takie, gdzie naj-
mniej wrzawy, toalet, gdzie znakomite
źródła, gdzie jest ładne górskie położenie
i gdzie wody zawierają znaczny procent
żelaza.

Żelazo jest środkiem, rzec można
śmiało, leczącym radykalnie błednicę. W
jaki sposób działa: nauka dotąd nie sta-

nowczego nie zdecydowała. Teorie są roz-
maite. w każdym razie żelazo jest środ-
kiem specyficznym przeciwko błednicy i
choć niektórzy autorzy przypisują mu
działanie tylko pośrednie, t. j. utrzymują,
że poprawia trawienie i wzbudza apetyt,
zaprzeczyc nikt nie może, że pod jego
działaniem chore w krótkim czasie przy-
chodzą do zdrowia. Wielkie usługi oddać
może leczenie za pomocą ścieśnionego po-
wietrza. Zwrócić także należy baczną uwa-
gę na ubranie: powinno ono być zasto-
wanem do pory roku, a co najważniejsza
zawsze wygodnem.

Ciasne gorsety i wysokie korki szko-
dzą nie tylko osobom cierpiącym na błe-
dnicę, lecz mogą ją, u osób dotąd zdro-
wych, a mających do niej usposobienie,
wywołać.

BOLESŁAW LEWICKI.

Los naszych wychodźców zamorskich.

IV.

Szereg wniosków w kwestyi wy-
chodźczej zapoczątkował Leon hr. Pi-
niński d. 2 grudnia 1891 r. i 12. sty-
cznia 1892 r. poprzedziła zaś wnioski
te interpelacya Masaryka z d. 6. maja
1891 r. dotycząca wychodźstwa do Wir-
ginii. Nastąpiły: interpelacya Romań-
czuka z 17. listopada 1892 r. z okazji
ruchu wychodźczego z wschodniej Ga-
licyi do Rosyi, mowy: dr. Tadeusza
Rutowskiego z 13. grudnia 1892 i
księcia Jana Schwarzenberga z
23. stycznia z powodu wychodźstwa z po-
łudniowej Styrii do Brazylii.

Na interpelacyę Masaryka rząd od-
powiedział d. 18. czerwca 1891 r. póź-
niej rząd konsekwentnie otaczał się
złotem milczeniem. Dnia 25. paździer-
nika 1895 poseł Richter wystosował za-
pytanie do rządu, czy skłonny jest
energicznie wystąpić przeciw bezwsty-
dnej, najgorsze czasy niewolnictwa przy-
pominającej robocie agentów emigra-
cyjnych?

Rząd uważał za stosowne nie od-
powiedzieć na to zapytanie i nie zdra-
dzać się z swych zamiarów.

Dnia 5. grudnia 1895 r. p. Romań-
czuk rząd obwiniał „że spokojnem o-
kiem spogląda na to, jak niesumienni
agenci lud ogłupiają i nie przeciw temu
nie czyni, że wschodnio - galicyjscy chło-
pi, nawet lepiej sytuowani i bogatsi
lekkomyślnie, za bezcen, pozbywają się
swych posiadłości, które zakupuja spe-
kulanci, wyzyskiwacze. A gdy to już się
stało, gdy chłop wszystko już sprze-
dał i szkuje się do podróży, wówczas
to dopiero władze najrozmaitsze sta-
wiają przeszkody wychodźcy wzbraniają
się mu wydać paszport i nie chcą go
wypuścić z kraju. Wobec tego przypu-
szczać należy, że rząd wobec wszystkie-
go jest bezsilny i bezradny.

W r. 1896 po uchwale Izby po-
słów w d. 6. czerwca moc obowiąz-
ującą zyskała ustawa (lex Piniński) zwr-
cającą się przeciw pokątnym biurom
wychodźczym i niekoncesyonowanym
agentom, nakłaniającym w kłamliwy
sposób do wychodźstwa. Ustawa ta ogło-
szoną została w Dz. p. p. z d. 27. sty-
cznia 1897 L. 27.

Równocześnie energicznie rząd we-
zwano, aby poprzednio uchwaloną w
Izbie posłów rezolucyę, a dotyczącą u-
regulowania wychodźstwa zamorskiego,
jak najszybciej wykonał.

Mowa od tronu wygłoszona, w roku
1897 zapowiedziała wydanie ustawy, do-
tyczającej uregulowania wychodźstwa. Dnia
14. grudnia 1898 r. p. Barwiński rząd
interpelował w przedmiocie roboty agen-
tów wychodźczych, grasujących w wscho-
dniej Galicyi i werbujących od lat
trzech dla Brazylii a od lat dwóch do
Kanady.

Mowa od tronu z d. 4. lutego 1901
ponownie zapowiedziała ustawę, której
celem by było uregulowanie sprawy
wychodźstwa zamorskiego oraz ułatwie-
nie uzyskania pracy w państwie i zagra-
nicy. Dn. 27. marca 1901 r. p. Vuko-
vicić uczynił wnioski, by rząd wezwano,
aby baczną uwagę zwrócił na kwestyę
emigracyjną, aby wychodźstwo poddał
ostrej kontroli i w tym celu ruch wy-
chodźczy skierował ku portom austry-
ackim. Dnia 24. kwietnia 1901 r. pan
Barwiński zalił się na krechę robotę
niesumiennych agentów emigracyjnych,



Ś. P. ALEKSANDER ŁASKI
długoletni reżyser sceny poznańskiej.