




MŁODA MATKA



**DWUTYGODNIK
POŚWIĘCONY
ZDROWIU
I WYCHOWANIU
DZIECKA DO LAT 7-MIU**

W dobie kryzysu mogę
prenumerować tylko jed-
no pismo literackie

 wybrałam
tygodnik

Kobieta Współczesna

bo jest najtańszy i daje
dużo wiadomości

Zeszyt pojedynczy
zł. 1.40 

Do nabycia w księgarniach, kios-
kach T-wa „RUCH“ i innych.

*Przeglądając pismo
prosimy zwrócić uwa-
gę na wyjątkowe wa-
runki prenumeraty.*

Wszystkie nowoprzybywające
prenumeratorki opłacające prenu-
meratę za kw. I otrzymują premję
„KSIĄŻKĘ RACHUNKOWĄ“
Warszawa — Górnośląska 20.
P. K. O. 14560. Tel. 9-01-24.

*U W A G A: Po otrzymaniu gr. 35
w znaczkach pocztowych wysyłamy nu-
mery okazowe.*

Z roku 1931

roczniki

dwutygodnika

MŁODA MATKA

Zł. 10.

Zł. 10.

z przesyłką zł. 11.

wysyła po otrzymaniu wpłaty
na P.K.O. 14.555 Administracja:
Warszawa, Górnośląska 20.

Za zaliczeniem nie wysyłamy.

Foremki bibułkowe



modeli sukien
i ubrań
dziecinnych

DOSTARCZA:



w przeciągu dni 6-u
Administracja dwut.
„MŁODA MATKA“

Warszawa, Górnośląska Nr. 20

po otrzymaniu na-
leżności na P. K. O.
14.555 lub w znacz-
kach pocztowych —

Za zaliczeniem foremek nie wysyłamy

MŁODA-MATKA

DWUTYGODNIK · POŚWIĘCONY · ZDROWIU
 I · WYCHOWANIU · DZIECKA · DO · LAT · SIĘDMIU

POPIERANY-PRZEZ-POLSKIE-TOWARZYSTWO-PEDJATRYCZNE

Warszawa, 15 marca 1932 r.

TREŚĆ NUMERU: Od redakcji. Do naszych czytelniczek — L. C. Jeszcze w sprawie kokluszki. — Dr. M. Stopnicka. Kilka słów o śwince. — Dr. Z. Glińska. O leczniczej wartości powietrza — Dr. T. Lewenfiszowa. Miejmy litość nad chorem dzieckiem. — M. P. Kilka słów lekarza o dziecku nerwowym. Dr. S. Średnicki. Wielkanocna bajeczna — M. Popowska. Zabawa Hani. J. Kazimierczakowa. Zetknięcie się dziecka ze światem pozadomem. T. Wehowska. Świat wystaw. — R. Stranmanowa. Radjo. Ocena książki. Odpowiedzi na listy. Kuchnie niemowlęce.



Władzio ze swą ulubioną Czarusią.

O D R E D A K C J I

Wobec zbliżających się świąt, wszystkim naszym czytelniczkom, prenumeratorkom, sympatykom i przyjaciółom przesyłamy wesołego Alleluja!

Redakcja.

Do naszych czytelniczek i prenumeratorek słów kilka.

W artykule: „Jak pragniemy służyć...” (patrz Nr. 1 Mł. Mat. rok 1932) zwracaliśmy się do Was, szanowne prenumeratorki, prosząc o nadsyłanie do redakcji swych uwag, dotyczących pisma. Dziś znów apel swój powtarzamy, gdyż na nawiązaniu łączności między pismem, a czytelniczkami zależy nam tak bardzo, że stale zanudzać Was będziemy, aż zdecydujecie się, wreszcie, zabrać głos w sprawie was obchodzącej. Nie bagatelizujecie naszej propozycji i nie podejrzewajcie nas o nic złego. Robimy to tylko z serdecznej troski o pismo i o przystosowanie go do Waszych potrzeb. Nie chcemy zapelniać stron artykułami mało Wam przydatnymi. Pragniemy raczej, aby każda stronica, każdy wiersz niemal był dla Was konieczny — nieodzowny. Aby wszędzie była myśl, która posłuży Wam za radę, a może i wskazówkę w wychowaniu Waszych dzieci. Chcemy być dla Was przyjacielem, bez zdania którego trudno byłoby się Wam obejść.

Kierowani temi intencjami, zobo-

wiązujemy Was do odpowiedzi dla zorientowania nas, czy dobrą idziemy drogą do zdobycia Waszego bezwzględnego zaufania i uznania. Może macie jakieś zarzuty? Prosimy napiszcie.

Kiedy już tak rozgadałam się z Wami (cierpliwe czytelniczki), muszę jeszcze rzucić parę słów pod adresem prenumeratorek. Więc chwilka uwagi! Poruszyć muszę sprawę pierwszorzędnego znaczenia, która całkowicie uzależniona jest od Was, prenumeratorki. Sięga ona nie do uznania i przyjaźni, ale zwyczajnie — do kieszeni. Niepunktualne wpłacanie prenumeraty bardzo utrudnia nam pracę. Dla poszczególnej abonentki, ta niska opłata jest sumą nie, albo, prawie nie znaczącą, dla pisma zaś te małe kwoty zsumowane, tworzą poważny kapitał. Z zainkasowanych bowiem sum, opłaca się koszt wydawnictwa. Zaleganie w opłacie pociąga za sobą utratę współpracowników, na których wydawnictwu bardzo zależy. A przecież na dobrym materiale redaktorskim w pierwszym rzędzie matkom zależeć powinno, bo

on tworzy tę wartościową treść pisma. Dlatego też lekceważenie punktualności opłaty pociąga za sobą nieobliczalne straty. Zapewne, że administracja pisma zawsze ma możliwość wyegzekwowania należnej sumy przez przerwanie wysyłki pisma, ale przykro jest zastosować ten sposób postępowania do prenumeratorki, która od szeregu lat jest naszą stałą abonentką. Uprzedzamy, jednak, że zmuszeni będziemy uciec się

do tego środka, gdyż musimy mieć tylko taką ilość prenumeratorek, na których moglibyśmy się pewnie oprzeć.

Jeszcze mały apel do wszystkich!

Każdy, kto ma dla nas uznanie, przyjaźń lub sympatię niech zjedna nam choćby jedną stałą prenumeratorkę i w ten sposób przyczyni się do propagandy naszego pisma.

L. C.

Jeszcze w sprawie koklusz.

Srożąca się od kilku miesięcy epidemia koklusz zmusza nas ponownie do zabrania głosu w tej sprawie.

Niewątpliwie żadne zarządzenia najbardziej celowe ze strony lekarzy nie poprawią sytuacji, o ile same matki nam nie przyjdą z pomocą. Przeto przypominamy jeszcze raz że:

- 1) Koklusz jest zaraźliwy nie tylko w okresie kaszlu napadowego, lecz i w okresie poprzedzającym, w którym kaszel niczym specjalnym się nie wyróżnia.
- 2) Źródłem zakażenia jest zawsze dziecko kokluszowe, rozpylające przy kaszlu wraz z kropkami płwociny niezliczone ilości zarazków, które przedostając się do dróg oddechowych zdrowego dziecka powodują powstanie omawianej choroby.
- 3) Koklusz przez trzecie osoby, ani przez przedmioty się nie

przenosi, ponieważ zarazki są nietrwałe i szybko giną poza strojem chorego.

Z powyższego wynika, że po pierwsze należy dla ostrożności każde dziecko kaszlące uważać za zaraźliwe dla otoczenia, aż do czasu wyjaśnienia, czy kaszel jest wyrazem koklusz, czy też spowodowany jest zwykłym nieżytem dróg oddechowych, po drugie każde dziecko kokluszowe bezwzględnie oddzielić od dzieci zdrowych. Drugi warunek nastęrcza pewne trudności ze względu na to, że najpotężniejszym środkiem leczniczym w koklusz jest powietrze. Musimy dziecku kokluszowemu stworzyć takie warunki, by przebywało jak najdłużej na powietrzu, jednocześnie zaś uniemożliwić mu zetknięcie ze zdrowymi dziećmi.

Mając na celu zdrowie swego dziecka, matka musi dbać o to, by dobro jej dziecka nie było w sprzeciwie z dobrem innych dzieci.

Żądamy zatem od matek, by nie uczęszczały z dziećmi choremi do żadnych miejsc publicznych (kino, cyrk, teatr), do poradni dla niemowląt, nie korzystały z komunikacji tramwajowej i autobusowej, nie wstępowały do sklepów.

Największą trudność nastęrcza wybranie odpowiedniego miejsca dla spaceru. Wybrać należy mniej uczęszczany przez dzieci ogród, zając pustą ławkę w bocznej odludnej alejce. Często i to nie wystarcza. Gdy na chwilę odwrócimy uwagę, do ławki naszej zbliżyć się może matka ze zdrowym dzieckiem, co wywołuje często niemłą rozmowę, wzajemne żale i t. p.

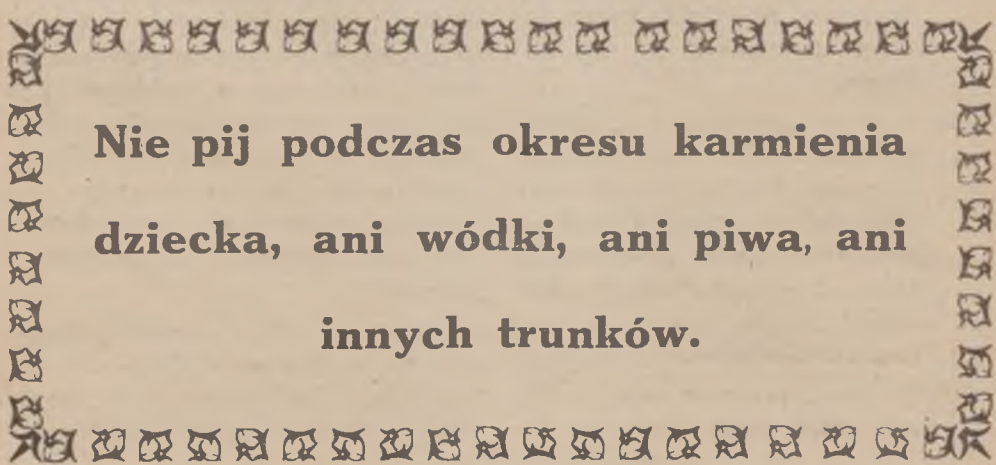
Dlatego wydawałoby się nam celowe stworzenie dla dzieci kokluszowych jakiejś odznaki, rzucającej się zdaleka w oczy, dzięki której dzieci zdrowe mogłyby ją z pewnej odległości odróżniać. Wystarczy bowiem omijanie dziecka kokluszowego w promieniu 1 — 2-metrowym, aby uniknąć zakażenia.

W niektórych miejscowościach w Ameryce wprowadzono dla dzieci chorych opaski z napisem „mam koklusz“; postępowanie to wydaje się nam celowe, ponieważ z jednej strony ułatwia w znacznej mierze unikanie dziecka kokluszowego, z drugiej strony oszczędza matce nieprzyjemnych często rozmów i tłumaczeń.

Rzucamy tę myśl jako temat do dyskusji, będziemy bardzo radzi, jeśli się matki w tej sprawie wypowiedzą. A możeby niektóre mamusie zdobyły się na odwagę cywilną i zaopatrzyły swe dzieci, chore w tej chwili na koklusz w wyżej wspomniane opaski.

Nie wolno nam zapominać, że koklusz przykry i męczący dla dziecka starszego, jest groźną chorobą dla dzieci gruźliczych i niemowląt. Najłżejszy koklusz u naszego dziecka, może stać się przyczyną śmierci innego, dlatego też każdy sposób mający na celu odosobnienie dziecka chorego zasługuje na uznanie.

Dr. M. Stopnicka



**Nie pij podczas okresu karmienia
dziecka, ani wódki, ani piwa, ani
innych trunków.**

Kilka słów o śwince.

Prawdopodobnie nie jednej mamusi znany jest, zabawny wygląd dziecka, spowodowany obrzękiem twarzy i okolicy uszów oraz silnie odstającymi uszami.

Przez to upodobnienie dziecka do świnki, choroba, powodująca te zmiany, została nazwaną w potocznym języku „świnką“.

Choroba ta, której właściwa nazwa jest nagminne zapalenie ślinianek przyusznych, polega w pierwszym rzędzie na obrzmieniu ślinianek przyusznych, a następnie gruczołów podszczękowych.

Jest to choroba zakaźna. Wywołuje ją nieznanymi dotychczas zarazkami, którymi przenosi się tylko przy zetknięciu się zdrowego dziecka z chorem.

Dziecko, które zetknęło się z chorem na świnkę, może zachorować dopiero po 16—22 dniach, t. j. w tym czasie, który potrzebny jest do spowodowania zmian chorobowych w ustroju dziecka.

Wiek, w którym najczęściej występuje choroba, waha się od 5 do 15 lat. Jest to wiek przedszkola i szkoły. Często jednak chorują i młodsze dzieci.

Zapalenie przyusznic objawia się początkowo pewnym niedomaganiem dziecka, bladością, brakiem łaknienia, czasem lekkim bólem gardła i stanami podgorączkowymi. W niektórych przypadkach gorączka może dochodzić do 39. Następnie zjawia się obrzęk twarzy. Jak już wy-

żej nadmieniałam, obrzmienie to zjawia się początkowo pojedynczo, a po kilku dniach przechodzi na stronę przeciwną. — Może również wystąpić równoczesne obustronne obrzmienie.

Po 5—6 dniach obrzmienie mija, twarzyczka dziecka nabiera normalnego wyglądu.

Opisany powyżej obraz choroby jest spotykany najczęściej, bywają jednak pewne odchylenia w postaci powikłań.

Do powikłań tych należy zapalenie jąder u chłopców i zapalenie opon mózgowych, dające dość ciężkie obrazy chorobowe, kończące się jednak zawsze pomyślnie. Na szczęście te powikłania występują dość rzadko.

Naogół epidemia świnki w ostatnich czasach wzrosła. Szerzeniu się epidemii sprzyja w pierwszym rzędzie nieświadomość matek, co do zakaźności przypadków, z drugiej strony niedostateczna uczeiwość w stosunku do obcych dzieci.

Co więc należy robić, aby uchronić dzieci nasze od tej choroby i jak postępować ma matka, której dziecko jest chore na świnkę.

Jak to już przed chwilą mówiłam, świnka jest chorobą zakaźną, udzielającą się od dzieci chorych dzieciom zdrowym, które jeszcze na nią nie chorowały. Jednorazowe zachorowanie uodporni dziecko na całe życie.

Ażeby zapobiec szerzeniu się choroby, musi każda matka, jak tylko zauważy chorobę u swego dziecka, odosobnić je od innych dzieci. A zatem pozostawić je w domu, gdy chodzi do przedszkola, szkoły lub też ogródka dziecięcego.

Okres odosobnienia dziecka od zdrowych jest dość długi 10 do 20 dni.

I tutaj odwołujemy się do sumienia i serca matek. Nie wolno rozumować w ten sposób, „A moje dziecko już chorowało, to co mnie obchodzi inne dzieci“. — Należy pamiętać, że takie rzeczy się mszczą. — Dzisiaj ja nie dbam o to, czy inne dziecko nie zachoruje na świnkę, jutro inna matka nie będzie dbała o to, aby moje dziecko nie zachorowało na inną zakaźną chorobę.

Jeżeli każda matka będzie myślała o tem, aby nie zakazić innych dzieci, nie narazi na chorobę swego dziecka.

Oczywiście przez odosobnienie dziecka nie należy rozumieć tylko nieposyłania go do szkoły czy też przedszkola. Trzeba zrobić tak, aby dziecko chore wogóle nie stykało się z innymi zdrowymi dziećmi. Nie wolno więc zapraszać dzieci na zabawę, gdy w domu jest świnka.

Jako brak uczciwości lub też nieświadomości ze strony matki może posłużyć następujący obrazek.

Mały Jaś ma świnkę. — Jest 6 dzień od początku choroby, obrzmienie mija, matka cieszy się — zaprasza na imieniny kilkoro dzieci, nie zdradzając się przed żadną z matek, że Jaś jest jeszcze w okresie zakaźności świnki.

Rezultat jest taki, iż po upływie 3 tygodni zachorują goszczone przez Jasia dzieci, roznosząc dalej chorobę.

Na tym przykładzie widać jaskrawo jak pomocnymi w tępieniu choroby są matki uświadomione co do choroby i mające odrobinę dobrej woli i serca.

Oprócz pozostawienia dziecka w domu, ważne jest zawiadomienie o chorobie przedszkola, czy też szkoły. — Zjawienie się świnki u dzieci w przedszkolu jest powodem do przerwania zajęć — w ten sposób jest możliwość wylapania poszczególnych przypadków choroby i stłumienia epidemji w zarodku.

Przerwa w zajęciach musi trwać około trzech tygodni. Niezamknięcie przedszkola we właściwym czasie pozwala na dalsze bezkarne szerzenie się choroby.

Dr. Z. Glińska.

Nie przekarmiaj dzieci podczas świąt!

O leczniczej wartości powietrza.

Przeświadczenie o kolosalnym wpływie powietrza na rozwój dziecka dotarło już do wszystkich warstw społeczeństwa. Każda prawie matka czyta na ten temat w pismach popularnych, czy naukowych, słyszy o tem od swego lekarza domowego, higienisty, w poradniach i t.d. To też coraz więcej rodzin opuszcza miasto na miesiące letnie, coraz to więcej dzieci zwiedza przez długie miesiące zimowe parki i ogrody i mimo kilkustopniowego mrozu napotykamy na ulicach i w ogrodach szereg wózków dziecięcych z najmłodszymi naszymi bębnami. Sądzę, że żadna matka w dobie obecnej nie zamyka swego dziecka na cały okres zimowy w mieszkaniu przez obawę o katar, kaszel, zaziębienie, jak to miało miejsce jeszcze w niedalekiej przeszłości.

Przewietrzanie codzienne mieszkania należy już teraz do zwykłych codziennych zajęć każdej gospodyni, niezależnie od pory roku.

Zaopatrywanie okien na glucho na całą zimę, aż do ciepłych dni wiosennych, zdaje się, należy do przeszłości.

Inaczej przedstawia się sprawa, gdy dziecko leży w łóżku z powodu tej lub innej choroby. Tu obawa przed pogorszeniem choroby przez zaziębienie wzrasta do niepojętych rozmiarów, tak że nawet inteligentna matka nie otworzy okna w pokoju dziecka, zwłaszcza w mroźną pogodę. Toteż częstokroć już przy

przestąpieniu progu takiego pokoju lekarz zostaje odurzony zgęszczonym powietrzem, tembardziej że prócz dziecka i pielęgnującej osoby, za zwyczaj i obecność odwiedzających ciotek, babek i przyjaciół uszczupla skąpy zapas powietrza.

Brak zaś świeżego powietrza tak samo, a nawet dotkliwiej upośledza dziecko chore, aniżeli zdrowe.

Nawet najostrzejsza zima nie usprawiedliwia niedostatecznego przewietrzania pokoju dziecka chorego.

Z niedużym wysiłkiem można pokonać wszystkie nasuwające się trudności. A więc przenieść dziecko do sąsiedniego pokoju na czas wietrzenia od jednego do kilku razy dziennie; gdy z przyczyn lokalnych przeniesienie dziecka jest niemożliwe, należy dziecko odpowiednio nakryć i otworzyć okno celem udostępnienia dopływu świeżego powietrza.

Szereg spraw chorobowych, dotyczących zwłaszcza dróg oddechowych wymaga otwierania okien w pokoju dziecka na kilka godzin dziennie, dzieci takie muszą być nawet częstokroć wystawiane na balkon, gdzie do działania powietrza przyłącza się i wpływ słońca.

Pomyślnie zejście choroby bywa często uzależnione właśnie od przeprowadzenia takiego werandowania.

Duża liczba dzieci, gorączkujących przez szereg tygodni, nie ma możliwości wyjazdu do domów zdrowia, gdzie werandowanie stanowi bodaj

najważniejszą metodę leczniczą. Dzieciom tym staramy się choć w miniaturze zastąpić to leczenie przez umieszczenie ich na balkonie w łó-zeczku lub leżaku.

Gdy choroba dotknęła nasze dziecko w zimie, nie możemy czekać z dostarczeniem mu świeżego powietrza do wiosny.

Nie utrudniajmy zatem zadania naszym lekarzom.

Każde chore dziecko musi korzystać z dobrego powietrza, niezależnie od pory roku. Zalecone zaś przez lekarza werandowanie musi być dokładnie przeprowadzone nawet w zimie, od tego bowiem zależy może powrót dziecka do zdrowia.

Dr. T. Lewenfiszowa

Miejmy litość nad chorem dzieckiem.

Czem jest choroba dziecka dla rodziców — wiedzą wszyscy, którzy to przeżyli. Niema chyba bardziej stosownej chwili do szerzenia hasła: „spokoju, równowagi i jeszcze raz: równowagi i spokoju“, niżli ten właśnie straszliwy moment zachorowania dziecka.

Do tego panicznego strachu, prócz uczucia miłości, oraz świadomości grożących wiekowi dzieціęcemu niebezpiecznych chorób zakaźnych, przyczynia się, o ile chodzi o niemowlęta i małe dzieci, brak rzeczowego kontaktu z chorym.

Dziecko nie może się rozmówić, nie może powiedzieć, co mu dolega. Matka chce odczytać stan jego cierpienia ze spojrzenia, z gestu, z zabarwienia głosu. Są to istotnie hieroglify, które wiele mówią i lekarzowi i rodzicom. Do właściwego odczytania ich, potrzebne są jednak pewne warunki.

Niektóre z tych warunków w stopniu najwyższym zazwyczaj posiadają rodzice. Mam tu na myśli

kontakt uczuciowy i, że się tak wyrażę, drobiazgową znajomość sposobu „wypowiedzania się“ dziecka swego. Gest, krzyk, spojrzenie niemowlęcia ma dla matki swoją jasną wymowę; niedoleżny szczebiot małego dziecka jest dla rodziców językiem zrozumiałym.

Kontakt ten jednak przerywa się, a raczej zostaje wypaczony z chwilą, gdy zmysł obserwacyjny matki, czy ojca ulega zamroczeniu przez nieopanowany strach o dziecko. Wówczas spostrzeżenia i informacje udzielane lekarzowi, miast pomóc do ustalenia rozpoznania, czy stanu choroby mogą raczej przyczynić się do wprowadzenia lekarza w błąd.

Nie zapominajmy również i o tem, że dziecko najmłodsze nawet, wyczuwa nastrój, który panuje dookoła niego. Nieopanowany strach, podniecenie, zdenerwowanie muszą mu się udzielić. Nikt zaś z nas nie wątpi chyba, że równowaga nerwo-

wa chorego jest jednym z najbardziej ważkich czynników wyzdrowienia.

Do zakłócenia tej równowagi, do szerzenia paniki wśród najbliższego otoczenia (pod tem określeniem mam na myśli wyłącznie rodziców lub opiekunów chorego dziecka) przyczyniają się często w znacznej mierze rozmaite dalsze kochające i życzliwe osoby. Nie mam tu bynajmniej zamiaru poddawać w wątpliwość szczerych uczuć babek, ciotek bliższych i dalszych, oraz przyjaciółek pani domu. Nie o to tu chodzi. Ale skądinąd najpoczeiwsze i oddane dziecku osoby rzadko potrafią zachować bezwzględnie niezbędną w danych okolicznościach neutralność. Zaczynają się rady, wskazówki, przypominanie różnych „podobnych wypadków“, kiedy to „Józieczkowi pomogło masowanie brzuszka, — dziwię się, że lekarz tego nie zalecił...“ i: „jabym, moja droga, za nic w świecie nie pozwoliła nałożyć kompresu; synek państwa N. ten co to umarł, jak ty byłaś w trzeciej klasie, też miał stosowane kompresy“. Albo: „wypendzłuj mu gardło na wszelki wypadek, żeby zapobiec dyfterytowi...“ i... Czy ja wiem jeszcze jaka powódź nierzeczowych, bezcelowych, a nawet szkodliwych uwag!

Po wysłuchaniu tego wszystkiego matka traci resztki spokoju, traci zdolność krytycznego obserwowania przebiegu choroby i jej objawów, traci zaufanie do lekarza. Męczy dziecko zbyt częstymi, a czasem szkodliwymi zabiegami, nie wykonywa

należycie zleceń lekarza, zaraża dziecko swoim strachem i zdenerwowaniem.

Do tego jeszcze każda z tych życzliwych i kochających osób chce koniecznie osobiście złożyć choremu dowody swoich uczuć. Chce widzieć dziecko, czuwać przy niem. I w rezultacie w pokoju robi się tłok. Biedny mały pacjent w głowie ma straszliwy zamęt od bezustannych szeptów (wszyscy niby to zachowują ciszę!) i potrącania mebli. Coraz to inna dłoń spoczywa na jego czole, celem stwierdzenia, czy „bardzo jest rozpalony“, coraz to ktoś inny pochyla się nad nim z pytaniem, pieszczotą, czy poprostu w zamiarze obserwowania objawów chorobowych.

Spieczoną gorączką, usteczka muszą wciągać powietrze przesycone oddechami licznie zebranych osób, powietrze, w którym woń lekarstw pomieszała się z kilkoma gatunkami perfum, naftaliną, czy innymi swoistymi zapachami. A tu jeszcze troskliwa ciocia (cenny zabytek ubiegłego stulecia), domaga się „szepciem scenicznym“, by co prędzej zamknąć drzwi od korytarza, bo „przeciąg, jeszcze dziecko zawieje“, i skwapliwie otula swego ciotecznego wnuka siódmym pokładem kołder. To nic, że dzieciak ma 39.00 gorączki, że pragnie zrzucić z siebie te rozprażone pierzyny i koce! Doktor powiedział wprawdzie, że może być lekko tylko przykryty, ale „doktor powiedział głupstwo“. Sędziwa ciocia jest zasobna w do-

świadczenie i wie, że „trzeba się wypocić, to wszystko, jak ręką odjął“. Więc choć gorączka nie ustępuje przez dłuższy okres czasu, ponieważ jest właściwą przebiegowi danej choroby, dziecko męczy się pod stertą waty i puchu, matka zaś jest w ciągłej rozterce kogo słuchać, lekarza, — czy doświadczonej cioci, która „sama jedna wychowała pięcioro dzieci i tylko dwoje umarło, ale też dlatego że Wacia zawiąło, jak miał gorączkę, a Franuś to się już taki wątły urodził, więc nie wytrzymał ząbkowania“.

Dużo się robi dla krewnych i przyjaciół. Wolno nam poświęcić im nawet swoje zdrowie i spokój osobisty. Ale nie wolno narażać zdrowia i spokoju dziecka, tego spokoju, który jest właśnie jednym z najbardziej pożądanym czynników przy zwalczaniu choroby. Nad sobą możemy nie mieć litości, lecz miejmy litość nad dzieckiem.

Pokój chorego dziecka — to sanktuarjum, do którego powinni mieć

wstęp tylko rodzice i lekarz. U progu tego pokoju kończą się wszelkie względy gościnności, a nawet prawa pokrewieństwa. Osoba stale czuwająca przy dziecku, a więc najczęściej matka, winna starać się o zachowanie najwyższego spokoju, pamiętając o tem, że stan jej nerwów odbije się bezwzględnie na stanie nerwowym dziecka. Dla łatwiejszego utrzymania się w stanie panowania nerwowego powinna unikać rozmów z osobami mało zrównoważonymi, nie wysłuchiwać opowiadań o „analogicznych wypadkach“, nie pozwalać na udzielanie rad i wskazówek nie opartych na wiedzy lekarskiej.

Rozsądniejsi i naprawdę życzliwi dziecku nie obrażą się o to. Gdyby zaś się ktoś obraził — trudno! Przedewszystkiem chodzi o chore dziecko.

O odwiedzaniu w okresie rekonwalescencji — innym razem.

M. P.

Kilka słów lekarza o dziecku nieznośnem.

Dziecko wyzwoliło się z właszej niemocy i zaczęło chodzić.

Pierwsze jego kroki są chwiejne, niedołażne, potknęło się i upadło; dalej idzie już na czworakach, znowu wstaje i idzie już na nóżkach dopóki ponownie nie upadnie.

Jest w ciągłym, ustawicznym ruchu. Jakaś niespożyta energia, niesamowita siła ponosi je. Niema w mieszkaniu miejsca, kącika, do któ-

regoby małeństwo nie dobrnęło, niema przedmiotu, któryby je nie zainteresował. Wszystko chce obejrzeć, przyjrzeć się zbliska, zbadać; przegląd ten jest jednak bardzo powierzchniowy, dziecko nigdzie nie zatrzymuje się dłużej, bo brak czasu nie pozwala na to.

Tajemniczy, dziwny otaczający świat przedmiotów, obserwowany przez dziecko w ciągu długich mie-

sięcy z łódeczka, obecnie zmienił swój wygląd, gdy maleństwo zaczęło chodzić i oglądać z wysokości podłogi. Jest w ciągłym ruchu. Wtedy przestaje chodzić, gdy zasypia, bądź podczas krótkotrwałych posiłków albo złożone chorobą.

W tym zapamiętałym, niezmordowanym ruchu dziecko często naraża się na niebezpieczeństwo. Przedmiotom niektórym, do których ono zbliża się, również z jego strony grozi niebezpieczeństwo. Maleństwo łatwo może potknąć się, uderzyć się, skaleczyć się; przedmioty zaś przez nie badane, oglądane, mogą ulec zepsuciu, zniszczeniu, uszkodzeniu.

Nic też dziwnego, że otoczenie dziecka żyje w ciągłym niepokoju zarówno o los maleństwa, jak i o całość przedmiotów, do których jego niszczycielskie rączki sięgają.

Krokom rozbieganego maleństwa towarzyszą ciągle nawoływania, sprzeciwy, zakazy. „Wróć, nie chodź tam, nie rusz tego, chodź tutaj!” i t. p. okrzyki wychodzą z ust opieki dziecka. Okrzykiem tym towarzyszy bieżanina za dzieckiem, chwytanie za rączki i w porę lub z opóźnieniem odciąganie go od niebezpieczeństwa.

Ten, przejawiający się w bezwytchnieniu ciągłym ruchu dziecka żywioł, raduje rodziców i otoczenie i dostarcza im dużo miłych wruszeń.

Niekiedy jednakże rodzice zwracają się do lekarza ze skargą, prośbą i pytaniem jak na to zaradzić, żeby ten żywioł u dziecka nieco zahamować „bo naprawdę nie dajemy już

sobie z niem rady, takie to niezdolne dziecko“ brzmią słowa rodziców.

Zagadnienie to, jak należy zachować się wobec dziecka niezmordowanego w swoim bieganiu, kapryśnego, „niezdolnego“ w pierwszym roku samodzielnego chodzenia, zagadnienie to wkracza już na mały odcinek frontu wychowawczego.

Chcę tu podkreślić znaczenie momentu wychowawczego w odpowiednim zachowaniu się rodziców w stosunku do dziecka, w ich mniemaniu „niezdolnego“.

Należy zaznaczyć, że jest rzeczą ogólnie wiadomą, że chęć czynienia tego właśnie, co jest zakazane, leży w naturze ludzkiej, szczególnie w naturze dziecka. Dlatego też okrzyki, nawoływania, sprzeciwy, zakazy, skierowywane pod adresem dziecka osiągają czasem wprawdzie cel doraźny, naogół jednak jeszcze bardziej podniecają je do czynów zakazanych, stąd powoli staje się ono coraz mniej posłuszne.

Należy, zdaniem mojem, dać dziecku więcej swobody, samodzielności, mniej rzucać pod jego adresem zakazów, sprzeciwów, nie czynić tyłu przeszkód w jego ruchach, nie podsycać w niem pragnienia robienia nam naprzekór oraz nie stwarzać dla niego okazji do nieposłuszeństwa.

W tym więc celu w okresie, bezpośrednio poprzedzającym samodzielne chodzenie dziecka po mieszkaniu, rodzice powinni przygotować możliwie bezpieczny teren, po którym będzie biegać ich maleńki pupilek lub pupilka.

Podłoga zatem powinna być zarzucona miękkimi chodnikami, przedmioty zaś niebezpieczne i narażone na niebezpieczeństwo ze strony dziecka powinno się usunąć z pola widzenia dziecka. Meble o ostrych kantach, stanowiące niemal niebezpieczeństwo dla dziecka powinno się bądź zamienić — o ile to możliwe — bądź tak ustawić, żeby dziecko nie miało okazji do uderzenia się o ich ostre kanty. Dziecku zaś dostarczamy możliwie najodpowiedniejsze zabawki, któreby znowu ha-

mowały poniekąd zbyt żywiołowy jego charakter w drugim roku życia.

Dając zatem dziecku w pierwszym roku chodzenia jak najwięcej swobody i samodzielności, możliwie najrzadziej wkraczamy ze swojemi zakazami i sprzeciwami: osiągamy tem w pewnej mierze dodatni skutek wychowawczy. Dziecko wówczas ma mniej okazji do sprzeciwiania się nam, mniej okazji do nieposłuszeństwa i kaprysów, jest zatem mniej nieznośne.

Dr. S. Średnicki.



Ośmioletnia Jadzia trenuje na przyszłą zawodniczkę.

WIELKANOCNA BAJECZKA.

— Co niesiesz Jagusiu
W swoim fartuszczyku?
— Złapałam zajączka
Tam pod choineczką. *)

— Czemuś go złapała
Ty psotna dziewczyno?
— Chciałam mieć pisanę,
Którą w pyszczku trzymał.

Jagusiu, dziewczynko,
Pocóż ci pisanaka?
— Toż jutro Wielkanoc
Od samego ranka!

Muszę mieć pisanę,
Muszę mieć jajeczko,
Złapałam zajączka
Tam pod choineczką.

Mój zajączek w pyszczku
Kraśne jajko trzyma,
Z jajka się wykluje
Maleńka ptaszyna.

Zaśpiewa o słońcu,
O drzewach, o kwiatach,
No i będzie wiosna,
A po wiosnie lato.

...Stuk-puk w fartuszczyku!
„A któż to tam puka?“
— Z jajka się wykluwa
Ptaszyna malutka...

Frr! Wyfrunął ptaszek
I już w słońcu buja.
Mamy już Wielkanoc,
Wiosnę! Alleluja!

M. Popowska.

*) Pierwsza strofka wzięta z piosenki ludowej.

Z a b a w a H a n i .

Już od 2 tygodni wszystkie „dorosłe“ głowy w naszym domu debatowały nad sprawą, przyjęcia gości przez 6-letnią Hanusię i 7-letniego Adasia, którzy w dobroci swych małych serduszek, chcą zaprosić na zabawę wszystkie znajome dzieci „żeby nikomu nie było przykro“.

W pierwszej chwili „cały dom“ otworzył usta ze zdumienia, a potem jęknął przerażony.

— Tyle dzieciarni naraz — niepodobieństwo! — Nie zmieszczą się poprostu — Wywróćą wszystko do góry nogami... Zlitujcie się dzieci, tyle kłopotu i zamieszania...

Ale cóż znaczą tłumaczenia i najmądrzejsze słowa, kiedy najdroższe orzechowe ślepki potrafią przekonywać bez słów i bez słów prosić tak serdecznie. I w złotym sercu rodzicielskiego kochania wszystkie trudy, niepokoje i zastrzeżenia stopiły się bez śladu, a ostateczna decyzja zabrzmiała zdecydowanie — zabawa będzie i musi się udać.

Zaczęły się więc przygotowania.

Przez 2 godziny obmyślaliśmy plan całości, który po długich naradach wygłądał tak:

Początek zabawy o 4-ej. Przez pierwsze 30 minut — zbierają się goście; zebrani już oglądają książki, zabawki i rozmawiają. Następne 30 minut — tańce (marsz ogólny z figurami, walc, polka) — muzyka z płyt gramofonowych.

Później 15 minut — część koncertowa (deklamacja dzieci, lub do-

rosłych byle tylko odpowiednia do poziomu, śpiew solowy lub chóralny wszystkich zebranych, żarciki i zagadki — z Płomyka lub Płomyczka).

15 minut — zabawy towarzyskie w kole; — np. Ojciec Wirgiljusz, Kot i mysz, Przepióreczka, Stoi różyczka. 15 minut — ogólny krakowiak, 15 minut — loterja fantowa, 30 minut — podwieczorek, 10 minut — bajka (opowie ciocia), 10 minut — marsz jak na początku, 10 minut — zabawa towarzyska siedząca np. pierścionek, żywy słownik, tęcza.

O godz. 7-ej pożegnanie.

W ciągu 30 minut ubieramy małych gości i wyprawiamy do domów.

Opiekę dzieci należy odpowiednio poinformować, kiedy ma przyjść, żeby uniknąć stłoczenia i niepotrzebnego zamętu.

O godz. 7.30 — koniec.

Do zorganizowania tego śmiałego przyjęcia mieliśmy 6 osób. Babunia objęła aprowizację: jabłka i wiosenne cukierki w czasie zabawy, herbata, ciasto i piernik na podwieczorek.

Mamusi i Adasiowi powierzyliśmy ogólną opiekę i stworzenie towarzyskiego nastroju. Tatuś z Hanecką mieli się zająć „przyjmowaniem“ gości (mieścić się tu miało: otwieranie drzwi, rozbieranie i ubieranie gości i wszelkie informacje dla „opieki“ dzieci). Ciocia objęła część zabawową.

Na loterję fantową użyliśmy pocztówek, malowanek, kalkomonij i t.p. drobiazgów. Każda rzecz włożona była do koperty, opatrzonej kolejnym numerem.

Mieliśmy również małe pudełeczka cukierków, wypełnione groszkiem cukrowym i przewiązane wstążeczką. Numerki loteryjne napisane na kartkach, pozwijanych w ruloniki leżały w pudełku. Wygranych było tyle, ile zaproszonych gości, żeby nikt nie czuł się pominięty.

Dla podkreślenia milego nastroju, każdy gość przy powitaniu otrzymywał od Haneczki kolorową rozetę (z krepiny z gwiazdką pośrodku), którą zaraz przypinało się do ubranka.

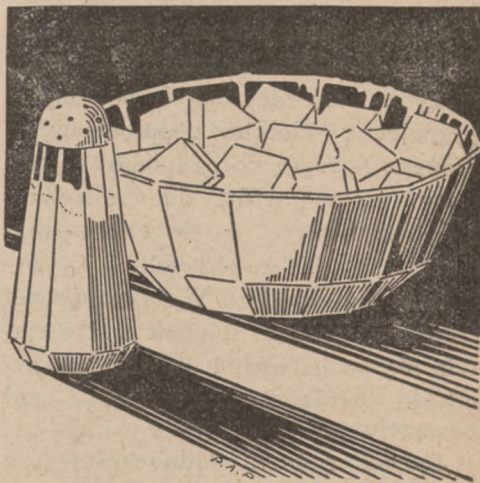
Tak wyglądała strona techniczna zabawy. My, dorośli — przez cały ten czas byliśmy na usługach dzieci, trzymając ster zabawy w swym ręku.

A rezultat? Przeszedł najsmielsze oczekiwania. Żadnego nieporozumienia, żadnej przykrości.

Dzieci były rozradowane, swobodne a jednak nie rozhukane. Wyniki te osiągnęliśmy jedynie dzięki uprzednio przemyślanej całości i uwzględnieniu zainteresowań i umiejętności dzieci przy układaniu planu zabawy.

Haneczka i Adaś dotychczas pełni są radosnych wspomnień o swoim „pierwszym balu“ a „rada rodzinna“ stwierdziła z przyjemnym zdumieniem, że wszystkie złe przewidywania rozwiały się jak dym, ustępując miejsca kulturalnej i wesołej zabawie.

Janina Kaźmierczakowa.



szczypta soli- szczypta cukru

to najlepsza przyprawa.

Przyprawa taka podnosi znakomicie smak potraw, czyniąc zbędnym używanie przypraw korzennych.

Szczypta cukru, dodana podczas gotowania do wszystkich prawie potraw, jarzyn: zielonego groszku, fasolki, marchwi, szpinaku, kalafiorów, kartofli, brukselki, kapusty i pomidorów, do potraw mięsnych, ryb, klupek, kaszek, zup z płatków owsianych, jak również innych zup, nadaje każdej z tych potraw właściwy jej smak, podnosząc nadto jej wartość odżywczą.

Zetknięcie się dziecka ze światem pozadomowym.

Jędrus jest jeszcze bardzo małeńki. Zaledwie potrafi jako tako utrzymać się na małych nóżkach i przebiec z wielkim pośpiechem od jednego sprzętu do drugiego. — Naokoło siebie widzi dobrze znane, życzliwe twarze. — Co chwila mamusia ratuje go od jakiegoś potknięcia czy upadku. Wciąż czuje jej troskliwą opiekę. A obok matki zjawia się osoba ojca i innych domowników, widzianych codzień „od zawsze“.

Jędrus rośnie. Jednocześnie ze znanymi osobami zjawiają się pewne nakazy i prawa, ograniczające i normujące jego budzącą się indywidualność. — A więc Jędrus wie dobrze, że mamusia nie pozwala trzymać paluszka w buzi i bawić się przy jedzeniu, i że nie wolno przewracać papierów i książek na biurku tatusia — i że nie trzeba hałasować, gdy babcia śpi. A jednocześnie Jędrus zna również zwyczaje wszystkich w domu i wie kto na jaką przyjemność pozwala. Gdy usłyszy znajomy krok tatusia biegnie czempredzej na powitanie ojca, bo wie, że tatuś będzie się z nim bawił, nosił go na ramieniu, uczył fikania koziolków i innych sztuk gimnastycznych. — Wie, że wówczas mama nie gniewa się nigdy. I Jędrusiowi się zdaje, że tak, jak jest w domu, tak jest wszędzie. Aż tu, któregoś dnia Jędrus na spacerze w ogrodzie spotyka inne dzieci, za-

znajamia się z niemi i zaczynają się wspólne zabawy. A więc w kotka i myszkę, w czarnego luda i w berka. — Dalekie gonitwy po alejach parku, chowanie się za krzewy i drzewa. I wtem następuje wielkie zdziwienie: Jędrus tak świetnie bawił się w gonitwę z małą Haneczka, a tymczasem mamusia Haneczki zawołała dziewczynkę i kazała jej usiąść, odpocząć, bo maleńka jest zgrzana. I Haneczka przerwała zabawę, usiadła na ławce i piastuje teraz swą lalkę, nie myśląc już wcale o bieganiu.

Jędrus się zastanawia: dlaczego Haneczce nie wolno już biegać, kiedy jemu mamusia biegać nie zabrania. Więc on może, a Haneczka nie? — dlaczego? — A potem znowu mamusia nie pozwoliła mu kopać dołków w ziemi koło ławki, kiedy Jaś i Krysia wykopali całą studnię i nikt im tego nie zabraniał. Dziecko widzi, że wymagania rodziców nie pokrywają się wzajemnie, że różne dzieci mają różne prawa i przywileje. Oczywiście, że w tych analizach krytycznych dziecko przyznaje słusność rodzicom własnym. Czasami jednakże, nie mając dość śmiałości, by przeciwstawić się rodzicom, dziecko ucieka się do pewnego kompromisu, by znaleźć rozwiązanie trudnego zagadnienia. Przychodzi mu z pomocą wrodzony spryt życiowy. Chociaż nie wolno tak postępować... ale... skoro Ha-

neczka, Józio, Bronia, Jaś to robi... zatem może i jemu Jędrusiowi się uda...

Początkowo więc próbuje. Naprzód nieśmiało pomija pewne zwyczaje i nakazy domowe, gdy mu się to uda, nabiera pewności siebie i zaczyna się wylamywać z pod praw, ustanowionych w jego życiu domowym. Każda Matka powinna zrozumieć doniosłość tego momentu. Na pozór chodzi tu o sprawę błahą: o znalezienie nowej wady dziecka; — w istocie jednak jest to rzecz o wiele głębsza: jest to, zabezpieczenie dziecka od przelotnych wpływów pozadomowych. W tej płaszczyźnie rozpatrując, nabiera ogromnego znaczenia zagadnienie wyszukania dla dziecka odpowiednich towarzyszy zabaw. Dziecko jest niezmiernie wrażliwe, z łatwością wchłania w siebie wszelkie przeja-

wy życia zewnętrznego. — I, niestety, niejednokrotnie zauważyć można, że dzieci łatwiej przyswajają sobie cechy ujemne niż dodatnie. Jakaś niegrzeczna odpowiedź, usłyszana u towarzysza zabaw, głęboko zapada w pamięć dziecka, gdy tymczasem wdrożenie go do kulturalnego reagowania na przejawy świata zewnętrznego wymaga bardzo długiej i konsekwentnej pracy.

Jeżeli chcemy odpowiednio wychować dziecko, musimy czujnie kontrolować procesy myślowe i przeżycia, zachodzące w jego duszy. Wtedy też będziemy w możności ograniczyć doboru wpływów obcych. Niektóre z nich wykorzystamy, jako idące po linii naszych pragnień wychowawczych; inne zaś, postaramy się usunąć ze sfery, otaczającej dziecko.

F. Ilkowska.

ŚWIAT WYSTAW.

— No dość już, chodź — powiada zniecierpliwiona mamusia.

— Chwileczkę jeszcze — powiada Tazio — tu tyle pięknych rzeczy...

— Ale mnie zimno, Tazio, nie mogę dłużej stać.

— Popatrz, tatusiu, prawdziwy okręt plynie po wodzie i światła zapalają się w kajutach.

— Śpiesz się, synku, nie mam czasu się zatrzymywać — odpowiada zaafierowany pan.

— Ciociu, co za cudowna lalka się kręci i wyciąga rękę w moją

stronę, jaka ona śliczna — woła głośno Tosia, aż się ludzie oglądają.

— Tosiu, obiad czeka, nie możemy się ciągle zatrzymywać, mamusia będzie się gniewała, że się spóźnimy — i ciocia pędzi naprzód, a za nią omal nie płacząca dziewczynka.

— Nie będę jadła weale obiadu, kiedy mi lalki nie pozwalasz obejrzeć — woła rozżalona.

— Ach, nianiu, nianiusiu, patrz ptaszki w klatkach, jakie cudne — różnych kolorów — zatrzymajmy się na chwilę.

— Tak, — reumatyzm kości łamie, w boku strzyka — dobryś — stój kiedyś młody, mnie tam starej stać nijako na zimnie — mówi niania rozgniewana i ciągnie malca za rękaw.

— — — — —
A kiedyindziej:

— Mamusiu, mnie to nudzi, chodzimy do domu.

— Syneczku, poczekaj chwilę, — mówi mamusia, stojąc przed wystawą z modnemi okryciami i uważnie przyglądając się mieniającej się balowej sukni. — Jakby mi w niej było do twarzy... — mówi sama do siebie. A synek ciągnie ją zły i znużony.

— Tatusiu, nóżki mi zmarzły — woła Zbysio.

— Zaraz, zaraz — mówi ojciec, zatrzymując się przed sklepem z konfekcją męską i oglądając uważnie krawaty — tenby mi się przydał, ale pewnie drogi...

Chłopczyk tupie nóżkami, bo krawaty zbyt mało go zajmują, by zapomniał o zimnie.

— Ciociu, śpieszy mi się, bo Wandzia miała do mnie przyjść — woła Małgosia. — Nie stójmy już!

Ale ciocia stoi wytrwale przed wystawą eleganckiej perfumerji i studjuje ceny kosmetyków, nie słuchając Wandzi.

Takie i tym podobne rozmowy słyszy się na ulicach naszych miast niemal na każdym kroku.

Miasto naszych czasów! Ileż rozkoszy dajesz oku ludzkiemu, ileż

czaru przynosisz swym cudem techniki reklam świetlnych, dekoracją wystaw, bogactwem pomysłów! Świat bajki zmarwychwstał w tobie i bajką też jesteś dla dziecka, najcudniejszą, bo dotykálną i żywą. Tempo twego życia podnieca, gorączkuje i rozwija jego wyobraźnię. Chce patrzeć, podziwiać i snuć swe fantazje. Małe oczki przebiegają szybko z przedmiotu na przedmiot, uczą się prędko rozróżniać ładne od brzydkiego, rozwijając zmysł estetyki. Patrzą i krytykują. Słuchajmy ich krytyki, a ciekawych dowiemy się rzeczy o ich duszyczkach. Ileż trafnych uwag, ile różnorodnych uczuć! Jak wyraźnie malują się upodobania różnych typów dziecięcego światka. Przed wystawami stają mali obserwatorzy, fantaści, poeci, krytycy, nie przepuszczający ani jednej śrubki w mechanizmie samolotu czy drabiny strażackiej. Co za wspaniała szkoła spostrzegawczości.

Dziecko wyrabia sobie zmysł wzroku do najdalszych granic, obserwując i analizując, interesujące go przedmioty.

I wreszcie — chęć naśladowania tego wszystkiego, co obserwuje i czem się zachwyca, a to przeradza się w bodziec twórczy, cudowny dar człowieka.

W dzisiejszych ciężkich warunkach finansowych narzekamy i płaczemy, że musimy ograniczać się na każdym kroku, że nie stać nas na kosztą, z jakimi połączone jest sprawianie przyjemności naszym dzieciom.

Jest to prawdą tylko częściowo. Milusieńkim naszym tak mało cza-

sem potrzeba, by się cieszyć, — my zaś tak często nie rozumiemy ich przyjemności i odmawiamy im nawet tych, które nas nie kosztują. Do takich należy właśnie oglądanie wystaw. Nasz przygnębiony i przytłoczony troskami codziennymi umysł nie rozumie zdrowej, pierwotnej, bezpośredniej radości. Niekoniecznie z powodu braku pieniędzy, ale — jakże często — z powodu braku cierpliwości odmawiamy dzieciom przyjemności na każdym kroku. Przychodzimy do domu i powiadamy:

— Biedny Jaś, nie mam dla niego na kino, — albo:

— Biedna Zosiu, nie mogę ci kupić tej zabawki.

Zastanówcie się państwo: wyjdźcie z Jasiem i Zosią na ulicę. Pozwólcie im obejrzeć dowoli *te wystawy, które ich interesują*. Dacie im wiele szczerzej, żywej radości, która was nie kosztuje. Tylko odrobinę dobrej woli.

R. Sztrancmanowa.

R A D J O

Program dla matek

- Dn. 15.III. g. 17.10. „Rola podświadomości u człowieka“ — wygłosi dr. T. Frachowiak.
- Dn. 15.III. g. 20.00. „Feljeton p. t. „Przygoda narciarska“ — wygł. Dr. Zieliński.
- Dn. 16.III. g. 21.00. „Kwadrans literacki: Juliusz Wirski. „Gzysm w letargu“ (humoreska).
- Dn. 17.III. g. 17.10. „Problem techniki i maszyny w literaturze współczesnej“ — wygł. dr. Klein.
- Dn. 17.III. g. 20.00. Feljeton p. t. „Kto zwycięży“ — wygł. Miecz. Fularski.
- Dn. 17.III. g. 22.00. Słuchowisko.
- Dn. 18.III. g. 17.10. Odczyt.
- Dn. 18.III. g. 19.00. Uroczysty capstrzyk z przed Belwederu.
- Dn. 19.III. g. 17.10. Odczyt p. t. „Marsz Piłsudski, a istota pracy państwowej“ — wygłosi dr. J. Starzewski.
- Dn. 19.III. g. 20.00. „Na widnokręgu“.
- Dn. 20.III. g. 16.40. „Przegląd czasopism kobiecych“ — p. Marja Ankiewiczowa.

- Dn. 20.III. g. 17.40. „Tajemnice astrologji“ dr. F. Burdecki.
- Dn. 20.III. g. 19.45. „Słuchowisko“.
- Dn. 20.III. g. 21.55. Kwadrans literacki: „Władysł. Reymont „Wspomnienie z lat dziecięcych“.
- Dn. 21.III. g. 17.10. „Kraj w ogniu — Mandzurja“ — wygł. inż. Stan. Dobrowolski.
- Dn. 21.III. g. 20.15. Koncert z Filh. Warsz. w przerwie kwadrans literacki Gbr. Karski „Jaśnie Pani“.
- Dn. 21.III. 22.20. Feljeton p. t. „Z jasnego brzegu“ — wygł. L. Chrzanowski.
- Dn. 22.III. g. 17.10. Odczyt p. t. „Goethe i Mickiewicz“ — wygł. prof. Zdzisław Żygalski (Lwów).
- Dn. 22.III. g. 20.00. Feljeton p. t. „Godzina w przedszkolu“ p. Irena Dehnelówna.
- Dn. 23.III. g. 17.10. „O hejnał Marjackim w Krakowie“ — dr. Jerzy Dobrzycki (Kraków).
- Dn. 23.III. g. 21.30. Słuchowisko (transmisja).
- Dn. 24.III. g. 17.10. „Jak dawne są pisaniki“ — wygł. dr. Ad. Fischer (Lwów).
- Dn. 24.III. g. 17.35. Audyeja p. t. „Pieśni Wielkopostne“.

- Dn. 25.III. g. 20.60. „Wywiad ze śledziem“ feljeton p. Miecz. Jarosławski.
- Dn. 26.III. g. 17.10. „Wielkanoc wśród ludu“ — dr. Kazim. Zawistowicz.
- Dn. 26.III. g. 17.45. Odczyt o „Zygmuncie“ — transm. z Krakowa.
- Dn. 26.III. g. 18.00. Rezurekcja z Kościoła na Wawelu.
- Dn. 26.III. g. 18.50. Słuchowisko Z. Kraśńskiego „Irydjon“.
- Dn. 26.III. g. 20.00. Feljeton p. Ed. Boyé „Wielkanoc w zwyczajach hiszpańskich“.
- Dn. 26.III. g. 21.55. Kwadrans literacki „Wesoły Dzień“ Wł. Orkana.
- Dn. 27.III. g. 17.45. Słuchowisko z Krakowa.
- Dn. 27.III. g. 18.45. Słuchowisko ze Lwowa.
- Dn. 27.III. g. 19.30. Słuchowisko z Wiina.
- Dn. 27.III. g. 21.45. Kwadrans literacki:— „Pomsta“ Klechda Art. Górskiego.
- Dn. 28.III. g. 16.40. „Polskie misterjum wielkanocne z przed 350 lat“—wygł. dr. Janina Królińska (Lwów).
- Dn. 28.III. g. 17.15. „O kobiecie hinduskiej w walce o niepodległość Indyj“ wygł. p. J. Wąsicka.
- Dn. 28.III. g. 17.30. Kącik językowy.
- Dn. 28.III. g. 19.45. Słuchowisko.
- Dn. 28.III. g. 22.15. Kwadrans literacki.
- Dn. 29.III. g. 20.00. Feljeton p. t. „Hiszpanja w średniowieczu“ wygł. Ed. Boyé.
- Dn. 30.III. g. 21.00. Kwadrans literacki „Fragm. z regjon. powieści Wandy Dobaczewskiej p. t. „Kamienica za Ostrą Bramą“.
- Dn. 30.III. g. 20.00. Koncert z Filh. Warsz. w przerwie feljeton literacki Stan. Miłaszewskiego p. t. „Misterjum Wielkanocne“.
- Dn. 31.III. g. 17.10. „Przepowiednie Mickiewicza“ — wygł. prof. St. Pigoń (Kraków).
- Dn. 31.III. g. 20.00. Feljeton p. t. „Imię zwierciadłem człowieka“ Wygł. red. Stan. Czosnowski.
- Dn. 31.III. g. 21.00. Słuchowisko.

Program dla dzieci i młodzieży

- Dn. 15.III. g. 15.50. „Bajka o balwanckowem serduszku“ wygł. wujaszek Jaś; 2) „Zegar i dzwonek szkolny“ pióra Z. Dyhtorowej wyk. zespół dziecięcy.
- Dn. 17.III. g. 12.35. XXI Koncert szkolny z Filh. Warsz. — orkiestra Filh. Warsz. pod dyr. J. Ozimińskiego, chór mieszany „Lutni“ pod dyr. P. Maszyńskiego. Jadwiga Heunert (sopr.) St. Karnaszewski (organ.). I. Rozenbaum (akomp.). Słowo wstępne wypowie St. Natanson.
- Dn. 17.III. g. 15.50. Dla dzieci: 1) „Kłopoty klasy Julka“ pióra L. Rygiera, 2) Bajka Syrokomli „Kradzione“ radjofonizacji J. Sorokowicza.
- Dn. 18.III. g. 19.00. Uroczysty capstrzyk z przed Belwederu.
- Dn. 19.III. g. 18.05. Audycja ku czci Marsz. J. Piłsudskiego.
- Dn. 19.III. g. Koncert dla młodzieży.
- Dn. 20.III. g. 15.50. „Co się dzieje na świecie“ radjotygodnik dla dzieci starszych. Feljeton prof. A. Janowski p. t. „Niezwykłe przygody Janka Wędrowniczka“.
- Dn. 22.III. g. 15.50. „Listy od dzieci“ — p. Wanda Tatarkiewicz.
- Dn. 22.III. g. 16.03. Transmisja z Wilna pogadanki dla dzieci pióra Józefa Gliksmana p. t. „Tajemnica kurzego jaja“.
- Dn. 24.III. g. 15.50. „Gdy Chrystus chodził po ziemi“ — legenda pióra Janiny Porazińskiej b) Obrazek K. Konarskiego p. t. „Wszędzie dobrze — w domu najlepiej“.
- Dn. 26.III. g. 16.05. Słuchowisko p. t. „Quo Vadis Domine“ zradjofonizowane w/g H. Sienkiewicza przez B. Hertzę.
- Dn. 28.III. g. 15.55. Słuchowisko p. t. „Śmigus — Dyngus“ Ant Bogusławskiego.
- Dn. 29.III. g. 15.50. Feljeton B. Hertzę p. t. „Mile złego początki“. b) Feljeton Andrzeja Iwanickiego p. t. „Wśród szybów naftowych“.
- Dn. 31.III. g. 15.50. a) Pogadanka prof. St. Sumińskiego p. t. „Jakie są najjadłowitsze zwierzęta na świecie“. b) obrazek J. Porazińskiej p. t. „Na pastwisku“.

O c e n a k s i ą ż k i .

Dr. Stendig.

„Współczesna rodzina wielkowiejska w świetle socjologii wychowania. Studium krytyczne. Kraków 1931

Jesteśmy świadkami wielkich przeobrażeń we współżyciu ludzi. Co mamy czynić, jak mamy postępować, aby przebudowa, lub może także rozbudowa moralna, nadążyła za przemianami strukturalnymi społeczeństw?

Wychodząc z założenia, że rodzina jest komórką organiczną, bez której niema cywilizacji, autor poddaje analizie warunki życia rodzinnego na Zachodzie i rzucone hasło odrodzenia moralnego przez rodzinę. Odbywały się kongresy międzynarodowe, powstała Liga Wychowania Rodzinnego. Stwierdzono, że rodzina choć się przeobra-

ża, nie przestała być podwaliną społeczną i kolebką wychowania. Najciekawsza jest analiza tych właśnie przeobrażeń. Rozwój miast, przemysłu, upadek rękodziel i domowych warsztatów, odsunięcie od przyrody, rozluźnienie nici społecznej z najbliższem otoczeniem — wszystko to zmieniło warunki rozwoju człowieka i wymaga duchowego przepracowania nowych problemów. Przy czytaniu studjum Dr. Stendiga nabieramy przeświadczenia, że jedynie świadomość przyczyn kryzysu kulturalnego i obyczajowego doprowadzi nas do celowych wysiłków i pomorze zorganizować racjonalną i na szeroką skalę zakrojoną akcję uzdrowienia i dostosowania do życia owej „komórki organicznej“ jaką jest rodzina.

St. Sz.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Pani Jadwidze Modrzejewskiej.* Wobec uporczywego zaparcia u Pani 8-miesięcznego synka radzimy na pewien okres czasu odstawić fosfatynę. Bardzo często fosfatyna daje powód do obstrukcji. Gdyby jednak djeta stosowana przez Panią wraz z sokami i jabłkiem nie skutkowałą, możnaby zastosować preparat słodowy w ilości 1 do 3 łyż. od herb. (biomalz, maltogen, motofantina).

Stale stosowanie lawatyw nie jest wskazane.

W sprawie wysadzania dziecka na nocniczek odsyłamy Panią do artykułu Dr. Stopnickiej w Nr. 5 M.M.

8-miesięczne niemowlę nie wymaga specjalnie noszenia; noszenie niema żadnego wpływu, ani

na rozwój dziecka, ani też na normalne trawienie.

2. *Pani Hannie Górnisiewiczowej.* 6-cio miesięczne niemowlę odżywiane mieszanie powinno jadać 5× na dobę w odstępach 3 godzinnych. Poszczególne porcje pożywienia 180 gr. 3× pierś, 1× kasza manna na smaku z jarzyn i jarzyna oraz 1× mieszanka.

Mieszanka o składzie 2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z dodatkiem 1 łyż. od herb. cukru na 100 gr. mieszanki. Z chwilą ukończenia przez małą 7 miesięcy zamiast mieszanki można podawać pełne mleko w ilości 180 gr. z dodatkiem 2 łyż. od herb. cukru i 2-ch sucharków.

Oprócz powyższych surowe soki (pomarańcze, cytryny, marchew) w ilości 6 łyż. od herb., lub skrobane jabłko.

Sądzymy, że przy odpowiedniej djecie i dostatecznej ilości soków poprawi się.

Dalsze karmienie piersią należy stopniowo, najlepiej w odstępach miesięcznych zamieniać bądź to kaszką na mleku, bądź też mlekiem z sucharkami.

3. *Pani K. M. Szydłowskiej.* Waga pani synka jest nieco niższa od przeciętnej normy wagi dziecka w tym wieku.

3 miesięczne niemowlę powinno jadać 6× na dobę w odstępach 3 godzinnych z przerwą nocną 9 godzin. — Poszczególne porcje 150 gr. W pierwszym rzędzie niemowlę powinno otrzymywać pokarm, a dopiero brak uzupełniać mieszanką o składzie 2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z dodatkiem 1 i pół łyż. od herb. cukru na 100 gr. mieszanki.

Kleik owsiany można gotować z kaszy Herkulo biorąc łyżkę płatków na szklankę wody. Po dokładnym wygotowaniu należy cedzić przez gęste sitko.

Jeżeli dziecko dostaje dużą ilość sztucznego pokarmu należy zacząć podawać surowe soki stopniowo w ilości od 1 do 3 łyż. od herb.

Sądzymy że przy dostatecznej i odpowiedniej djecie oraz przy podawaniu soków zaparcia stolca ustąpią. Codzienne robienie ławatyw nie jest wskazane.

Na spacer może niemowlę wychodzić do 5 stopni C. poniżej O. — Na spacer musi być ubrane ciepło, ale tak, aby się nie pocilo.

Na spacerze może dziecko przebywać 2 do 3-ch godzin.

Co do przebywania w beciku odsyłamy panią do artykułu Dr. Lewenfiszowej Nr. 4 Mł. M. ub. r.

Uszy najlepiej myć niemowlęciu po kąpieli mokrą watą.

Wózki koszykowe można nabywać wszędzie tam, gdzie sprzedaje się meble koszykowe.



Młodzieńczą cerę zachowasz na zawsze myjąc się codziennie mydłem

Bebe Szofmana

**Życie to zawód, do którego trzeba
dziecko przygotować...**

Kuchnia niemowlęca.

Purée z Brukselki.

Wziąć:

- 1/4 kg. brukselki
- 1/2 szklanki wody (100—150 cm.)
- 1/2 łyżeczki od herbaty mąki (2 gr.)
- 1/2 „ „ „ masła (2 1/2 gr.)
- 1/2 „ „ „ cukru (2 1/2-5 g)
- szczyptę soli.

Obrać brukselkę ze zwiędłych liści, oplókać, obgotować w wodzie, którą następnie odlać, zalać 1/2 szkl. gotowanej wody i dusić 30—40 minut na wolnym ogniu aż do zupełnego rozgotowania. W czasie gotowania mieszać, aby jarzynka nie przypaliła się.

Gdy jarzynka jest już zupełnie miękka, przepuścić przez maszynkę lub rozetrzeć na papkę. Papkę przetrzeć przez gęste sito. Rozpuścić masło na patelce, wsypać mąkę i zrobić zasmażkę, mieszając dokładnie, aby nie było krulek. Wziąć 2 stołowe łyżki, przygotowanej papki jarzynowej i włożyć do zasmażki, dokładnie wymieszać. Wsypać cukier, po-

stawić ronderek na ogniu i poddu-
sić jeszcze parę minut.

UWAGA: W ten sam sposób można przygotować purée z marchewki, kapusty włoskiej i jarmużu.

Purée z buraczka.

Wziąć: 1 spory burak ćwikłowy, 1/2 łyżeczki od herbaty mąki (2 gr.), 1/2 łyżeczki od herbaty masła (2 i pół gr.) 1/2 — 1 łyżeczkę od herbaty cukru (2 i pół — 5 gr. cukru), szczyptę soli.

Oplókać burak z ziemi, wstawić do wody i gotować 35 — 40 minut aż będzie miękki. Obrać z łupy i przepuścić 2 razy przez maszynkę, następnie przetrzeć przez sito. Rozpuścić masło na patelce i zrobić zasmażkę. Do zasmażki, dobrze rozmieszanej, aby nie było krulek dodać 2 stołowe łyżki przetartego buraczka i chwilkę dusić na wolnym ogniu.

Dodać sól i cukier, mieszając dokładnie zawartość rondelka.

Lucyna.



Djeta dzieci i starców.

Może w żadnym kierunku nie dokonał się w medycynie tak wielki przewrót, jak w sprawach, dotyczących dietetyki wogóle, a dietetyki wieku dziecięcego i starczego w szczególności.

Na podstawie przeprowadzonych badań, prób i doświadczeń doszli lekarze-higienicy do przeświadczenia, że odżywianie dzieci i starców winno być normowane wedle nader zbliżonych wskazań, mimo wręcz odrębnego trybu życia, jakie z natury rzeczy prowadzi dziecko i starzec. Dziecko, którego mięśnie w nieustannym są ruchu przy chodzeniu, bieganiu, grach, zabawach i sportach, stanowi niejako motor, pracujący nieustannie i dlatego musi być zasiane pokarmami, najbardziej nadającymi się do wyrównania wydawkowanej wciąż energii, zarazem najłatwiej przyswajane przez delikatne jego narządy trawienne. U starców głównym zadaniem odżywiania jest zachowanie słabnącej ich energii żywotnej, podtrzymywanie jej w sposób najwydatniejszy, a równocześnie najmniej obciążający ich przewód pokarmowy, niezdolny już do nazbyt wytężonej pracy. Stąd pokrewność wskazań dietetycznych dla istot, wchodzących w życie i zeń wychodzących.

Głównymi składnikami naszego odżywiania są: pokarmy białkowe, tłuszczowe, węglowodany, woda, sole mineralne i witaminy. Z nich substancje białkowe, sole i woda mają za zadanie odbudowę tkanek zużywanych nieustannie przez sam proces życia, oraz przez wykonywaną pracę, węglowodany zaś i tłuszcze stanowią tak zwane substancje kaloryczne, czyli wytwarzające ciepło i energję, niezbędną do wykonywania wszelkiej pracy.

Ilościowy względny stosunek substancji białkowych, tłuszczów i węglowodanów, niezbędnych do czynienia zadość potrzebom naszego organizmu, przedstawia się

jak następuje: na 100 gramów spożywanego białka spożywać musi człowiek dorosły, pracujący 60 gramów tłuszczu i 500 gramów węglowodanów. U dzieci i starców stosunek ten znacznie podnosi ilość węglowodanów na niekorzyść ciał białkowych i tłuszczów.

Szczególna wrażliwość przewodu pokarmowego dzieci i łatwość ich zapadania na wszelkiego rodzaju zaburzenia kiszkowe, a z drugiej strony zwątlenie narządów trawiennych u starców i spowodowane tem osłabienie ich sprawności w prze-rabiarium przyjmowanych pokarmów, nakazują wybieranie do jadłospisu jednych jak drugich z pośród węglowodanów takich substancyj, które dają maximum pożywności przy jednoczesnem minimum pracy dla żołądka i jelit — słowem pokarmy najpożywniejsze i zarazem najłatwiej strawne. Żołądek dziecka i starca nie znieśnie dużych ilości kartofli czy potraw mącznych, należy je więc dla nich zastąpić produktami, dostarczającymi węglowodany w tej samej obfitości, ale przytem dającym się łatwo przyswoić. Takim równomiernikiem chleba, kartofli, czy klusek dla dzieci i starców jest cukier i togo przetwory, stanowiące pokarmy o wysokiej wartości energetycznej i zwiększające sprawność i odporność organizmu. Pod wpływem soków trawiennych, zamienia się on w glukozę, wchłanianą bezpośrednio przez krew (w ciągu niespełna godziny po spożyciu) podczas gdy, w stosunku do innych węglowodanów, praca narządów trawiennych jest znacznie większa. Ma to doniosłe znaczenie, zwłaszcza dla dzieci o słabem użębieniu oraz dla starców, którym brak już zębów, albo których zęby i szczęki słabo już tylko mogą pracować. Instynktownie też i dzieci i starcy pożądadzą słodczy, których należy im dostarczać w dostatecznej ilości.

B R O S Z U R A

Prof. D-ra Michałowicza

p. t.

POWIETRZE, SŁOŃCE i WODA W ŻYCIU DZIECKA

Do nabycia w Warszawie we wszystkich księgarniach oraz w Administracji dwutygodnika „MŁODA MATKA“

Warszawa, Górnośląska 20.

Cena egz. zł. 1.50;

z przesyłką poczt. zł. 1.85

UWAGA: Na prowincję wysyłamy tylko po otrzymaniu gotówki na konto w P. K. O. 14555.

NASZA ENCYKLOPEDJA ŚCIEGÓW

w oprac. J. Korzeniowskiej

uczy pięknie haftować
bez pomocy instruktorki

zawiera 131 najrozmaitszych
ściegów na płótnie

Cena zł. 3

z przes. poczt. zł. 3.80

Żądajcie w księgarniach i sklepach z robotami

SKŁAD GŁÓWNY

Administracja tyg. „Kobieta Współczesna“

Warszawa — Górnośląska 20

UWAGA: Wysyłamy tylko po otrzymaniu wpłaty za zaliczeniem nie wysyłamy.

Zrównoważ swój budżet

KAŻDA PANI DOMU
PROWADZĄC STALE

KSIĄŻKĘ RACHUNKOWĄ KOBIECY WSPÓŁCZESNEJ

SZYBKA I ŁATWA DO PROWADZENIA

Bogaty dział informacyjno gospodarczy:

kuchnia, pralnia, apteczka
domowa, taryfa opłat pocztowych i t. p. informacje

Kalendarz terminowy czynności:

w domu, spiżarni, ogródka, pasiece

Cena Zł. 1.50

z przes. poczt. Zł. 2.—

Wysyłamy tylko po nadesłaniu wpłaty na P. K. O. 14.560

Za zaliczeniem nie wysyłamy.

Do nabycia w księgarniach i papeterjach.

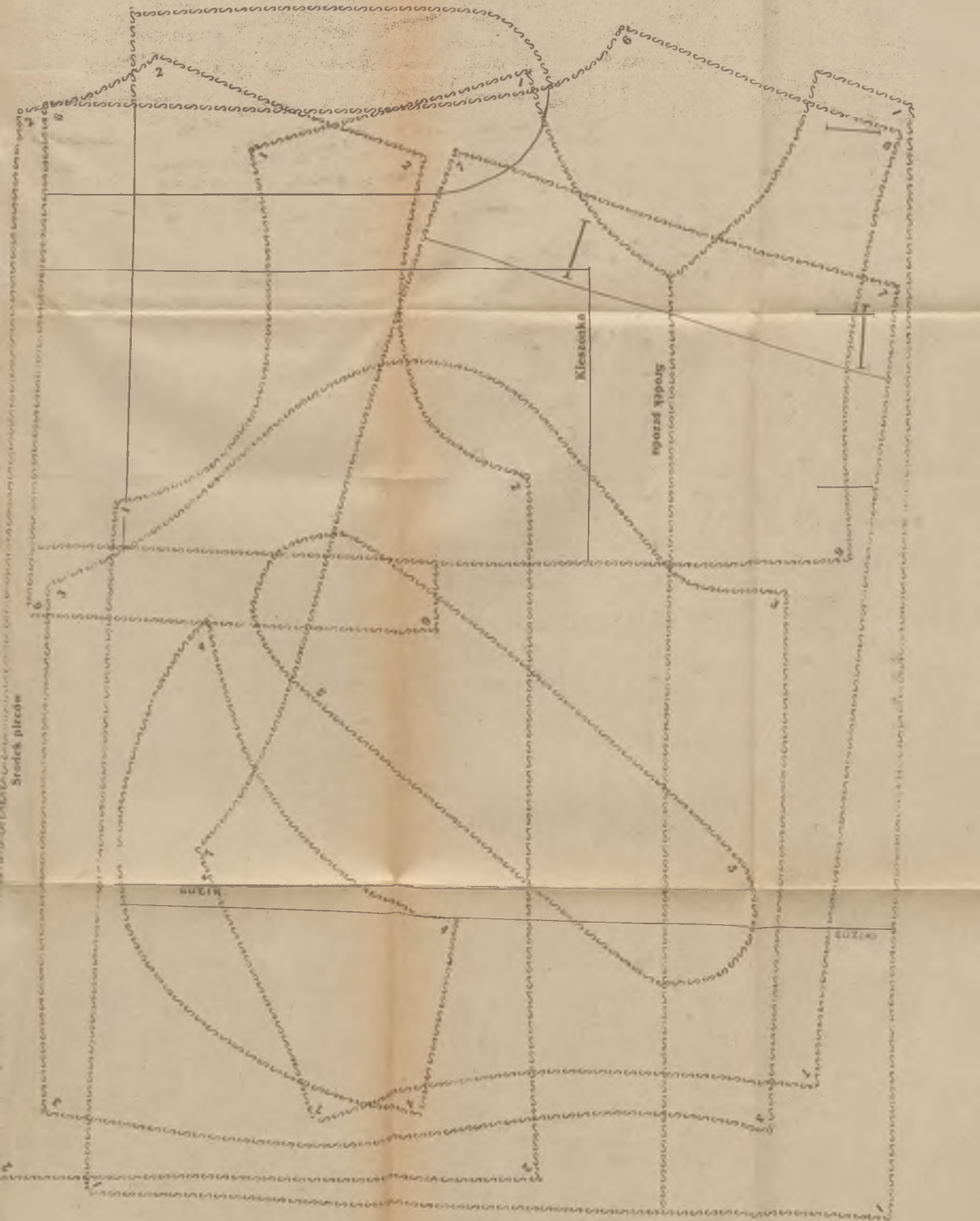
SKŁAD GŁÓWNY:

Administracja tygodnika „Kobieta Współczesna“
Warszawa, Górnośląska Nr. 20.

DODATEK DO DWUTYG.

„MŁODA MATKA” Nr. 6

ROK 1932



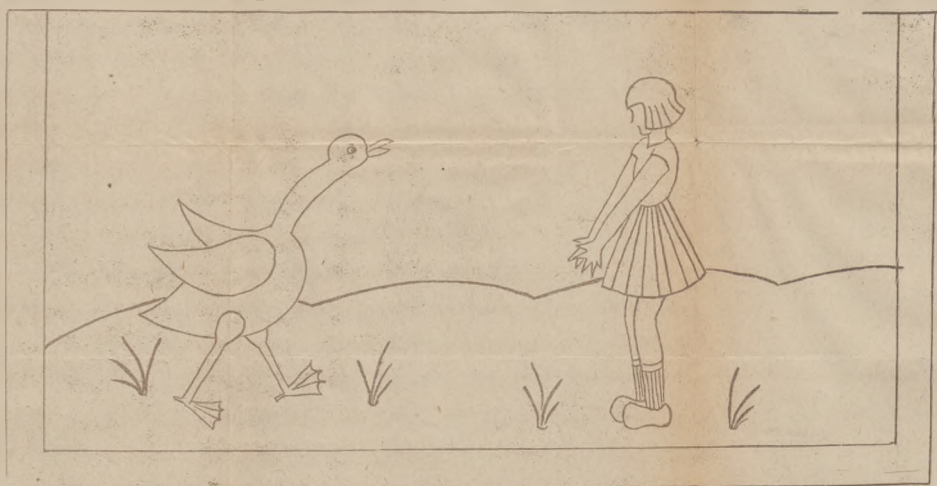
DODATEK DO DWUTYG.

„MŁODA MATKA” Nr. 6


ROK 1932

WZORY NA SASZETKI DO SERWETEK

ŚCIEG POCZTOWY —



Wygląd saszetki
do serwetek
od wewnątrz.

 poczetteka

