

RADY PRAKTYCZNE

TREŚĆ: O urozmaicenie spacerów zimowych. — F. Ilkowska. Ubranka dziecięce. Kaftaniczek i czapeczka — M. Stefkowa. Mozaika — J. Komorowska.

Saneczki,

narty,

łyżwy to



*nasze
najmilsze
zabawy
w zimie*



O urozmaiceniu spacerów zimowych



A więc przede wszystkim, gdy spadnie upragniony śnieg, nie brońmy dzieciom lepić bałwana i toczyć walki śnieżkami. Tyle jest przy tem ruchu i zdrowej dziecięcej uciechy, że każda matka cieszyć się powinna, gdy jej synek lub córeczka wracają ze spaceru z zaróżowioną buźką i opowiadają pełni zapału o tem, jakiego wielkiego „luda“ ulepili ze śniegu i co za piękne białe pałace powstaną jeszcze dnia następnego. Gdy niema dużego mrozu i śnieg jest trochę wilgotny, wtedy można zeń robić babki i torty, sypać szańce i wały — jednym słowem bawić się tak, jak piaskiem w lecie. — Tylko, aby rączki dzieciom nie marzły, trzeba im włożyć ciepłe

Spacer dziecka w lecie jest pełen ciągłych niespodzianek. Na każdym niemal kroku znajduje ono nowe zainteresowanie, nowy przedmiot, pochłaniający jego uwagę. — Nie potrzebujemy się troszczyć o urozmaicenie czasu, które dziecko spędza na dworze, gdyż otoczenie stwarza niewyczerpaną skarbnicę coraz to innych pomysłów i zabaw.

W jesieni i zimie przyroda mniej jest hojna, daje jednak również materiał do samorzutnych zainteresowań, a rozrywki i sporty zimowe nie ustępują letnim.



rękawiczki, i dać łopatkę lub szufelkę do przesypywania śniegu.

A potem saneczki! — wozi się na nich swych rówieśników, rozmaite lalki, misie, kucyki i milion innych rzeczy. — Zjeżdża się z górki i zabawa jest wyśmienita. — Powinniśmy tylko uważać, aby dziecko miało dość ruchu i nie siedziało zbyt długo na saneczkach. — Musi ono biegać — wozić towarzyszy i ciągnąć sanki. — Wtedy nie zmarznie i nie zaziębi się.

Dla dzieci trochę starszych powyżej lat 6 — 7-miu możliwe są również narty i łyżwy. — Szczególnie narty dostępne są dla małych sportowców, jako łatwiejsze do opanowania. Jednak przy wprawianiu się w tych sportach potrzebne są wskazówki i opieka osób dorosłych.

Jak zatem widzimy spacer dziecka w zimie może być wypełniony różnymi przyjemnościami właśnie porą roku. — Chodzi tylko

i rozrywkami, związanymi z tą o to, aby nie krępować zbyt swobody dziecka, dać mu możliwość ruchu i zabawy na świeżem powietrzu i pokonać w sobie nierozsądną obawę zaziębienia.

Dziecko nie może spacerować, tak, jak dorosły, — czas jego pobytu na dworze musi być wypełniony jakąś rozrywką — jego spacer musi mieć jakiś cel — gdyż inaczej dziecko nudzi się.

Co prawda śnieg jest koniecznym warunkiem wszystkich rozrywek i sportów zimowych, ale na szczęście tegoroczna zima nie poминаła swych praw i po długim okresie deszczów i mgieł mamy narzecie wkoło nas mroźną biel. — To też nie traćmy czasu i dzieciom naszym dajmy możliwość długiej, zdrowej zabawy wśród słońca i śniegu.

F. Ilkowska.



UBRANKA

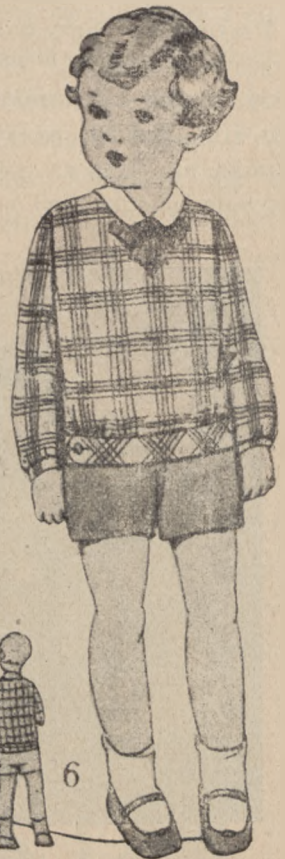


DZIECIĘCE



4. 5. Sukienka dla dziewczynki i ubranko dla chłopca od lat 3-ich z gładkiej wełny — przybrane haftem. Ścieg łańcuszkowy. Sukienka dziewczynki i bluzka chłopca lekko kloszowe.

6. Ubranko dla chłopca od lat 3-ich, bluzka w kratę — spodenki z gładkiej wełny.



1. Sukienka dla dziewczynki od lat 7-iu z jasnej flory — przybrana haftem krzyżykowym.

2. Sukienka dla dziewczynki od lat 5-ciu z brązowego weluru. Przybranie, kołnierzyk i mankiety z kremowego jedwabiu, pasek również kremowy ze skóry.

3. Sukienka z brązowego tweedu dla panienki od lat 14-tu. Pasek skórzany brązowy — mankiety i kołnierzyk z piki — kokarda z wstążki.

Kaftaniczek i czepeczek

(NASZA FORMA).

Kaftaniczek i czepeczka uszyte z białej, miękkiej wełny zdołi haft ludowy z Oleszowa, powiat Tlumacz.

Podajemy dwa wymiary kołnierzyka, dostosowanego do wielkości dziecka. Rękawki wewnątrz wykonane odrębnym rękawkiem z tego samego materiału, który użyliśmy na podszewkę do kaftaniczka.

Przyczepka przyszyta wewnątrz krytym ścięgiem, ściągnięta jest przy rączce na gumkę, szeroką na pół ctm. Trzeba jednak uważać, by gumka nie była za ciasna i nie tamowała obieg krwi przy rączce.



Ubranko z haftem z okolic Tlumacza.



Spokój.

fct. M. Stefkowa.

Kaftaniczek zapina się na małe, kolorowe guziczki. Czepeczka z nałożonym haftem musi być zrobiona podług obwodu główki dziecicya, biorąc miarę od cienia, aż pod bródkę. Z pod haftu wypływają wstążki do wiązania, starannie dobrane do ogólnej barwy wyszycia.

Haftem takim zdołią w Oleszowie kamizeleczki z rękawami, lub bez dla malych dziewczyniek, które strojne w ten sam sposób, jak ich matki, cenią bardzo swe hafty ludowe.

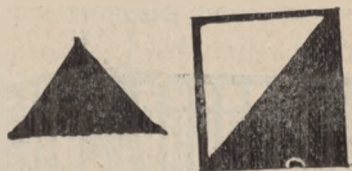
Marja Stefkowa.

M o z a j k a

Jedną, z bardziej zajmujących i kształcących umysł dziecka, zabawek jest „mozajka” z papieru. Polega ona na zapasie większej ilości kwadracików, trójkątów i innych figur, z cienkiej tekturki zrobionych, a oklejonych kolorowym papierem, z których dziecko z łatwością może układać różne barwne wzory. Mozajki takie są do nabycia gotowe — lecz każda z matek lub wychowawczyń z łatwością sama zrobić ją może w dowolnych barwach i wielkości. Robimy ją tak: krajemy z cienkiej tekturki pasy, szerokości 2, 3, 4 cm. zależnie od tego jakiej mieć chcemy wielkości nasze cząstki. Pasy te z obu stron nalepiamy papierem kolorowym. Z jednej np. zielony z drugiej pasowy. Przyklejamy papier klejem mącznym, którego przepis podaję na końcu. Gdyśmy nakleili pasy, kładziemy pod prasę (najlepiej książki), a skoro wyschną, równiutko obcinamy obie krawędzie. W ten sposób szykujemy cały zapas pasków tej samej szerokości. Gdy są już gotowe, odmierzamy w poprzek pasków po 2, 3, 4 cm., zależy od szerokości przez nas obranej, na paski i równiutko tnjemy na kwadraty. Potem robimy trój-

kąty przecinając nasze kwadraty na pół w ukos od rogu do rogu. Następnie robimy kwadraciki wyciągnięte na skos i będziemy na razie mieli dostateczną ilość figur. Każdej figury musimy sobie zrobić po sztuk 25 w różnych barwach. Możemy dorobić jeszcze paski węższe, szersze, robiąc je, ujęte w pewną skalę i wzajemną proporcję. A więc skoro kwadraty są o bokach 2 cm., to także muszą być wymiary i trójkątów — skośne kwadraty będą miały skosy 2 razy większe. Paski nie będą $\frac{1}{2}$ cm. Gdyśmy już nacięli dosyć figur, szykujemy pudełko płaskie; dzielimy go na przedziały (tyle, ile odmian figur) i układamy każdy rodzaj w jeden z przedziałków.

Zabawa mozajką polega na układaniu z tych figur różnych wzorów, dając dziecku pole do ćwiczeń wzrokowych przez odróżnianie barw, a spostrzegawczości przez odróżnianie form, oraz smaku przez



dobieranie barw i układanie wzorów symetrycznych wprowadzie, bo opartych na figurach geometrycznych, lecz różnorodnych w ułożeniu i odmiennych w pomysłach.

Przy porządkowaniu po zabawie, dziecko ma również pole do ćwiczeń — gdyż powinno ułożyć wedle rodzaju, figury powinny leżeć w przedziale każda sobie przeznaczonym, przez co uczy się dziecko porządku i gatunkowania, a następnie i rachowania, skoro wiek temu odpowiada, np. rachując po pięć, potem po dziesięć.

Ten rodzaj mozaiki jest typem najprostszym, jakby stopniem pierwszym — potem przejdziemy do innego typu.

Przy tej rozrywce, w której udział brać mogą i starsi nawet — powinniśmy pilnować dzieci.

Wzory przez dzieci układane, polegają na pokrewieństwie z rysunkami, które robią na papierze kratkowanym ołówkami barwnymi. Takie same mogą następnie układać, lub najpierw układać a potem rysować. Tym sposobem mamy centralizację i pokrewieństwo zajęć a zatem pewien system.

Klej do naklejania, o ile ktoś używa gatowy fotografjowy (ale nigdy gumę arabską) — to najlepiej aby brał „Certus“ lub inny nie plamiący. Domowy jednak polecam, bo grosze kosztuje. Robimy go z mąki pszennej, nie żytniej, zaparzając go i gotując na ogniu z dodaniem do wody alunu w stosunku na 10 deka mąki 1 dek. alunu. Klej przez to nie pleśnieje, jest tęgi i suchy dobrze. Skoro jest za gęsty, to w miarę potrzeby rozrzedzamy ciepłą wodą. Przechowywać w słoiku.

Spotykałam mozajkę, robioną na cienkiej dykie, oklejoną następnie, tak jak wyżej podałam. Sądzę jednak, iż o ile ktoś chce robić ją z dykty, to potem niech nie okleja a zabarwi figury barwnikiem i potem lekko woskuje woskiem z benzyną — lub jeszcze łatwiej pastą od trzewików — bezbarwną. Ma wtedy bardzo ładne figury. Z dykty jednak wymiary lepiej brać większe, to znaczy 3 cm. × 3 cm. i t. d.

W następnych numerach przejdziemy do innych typów, polecając na razie ten typ do wykonania.

J. Komorowska.



Komplety pływackie „Startu” i gimnastyczne dla Pań

Redakcja „Startu” od dwóch miesięcy zajmuje się organizowaniem lekcji pływania dla pań, niestawianych w klubach sportowych, pierwszeństwo przyznając prenumeratorom „Startu” i Kobiety Współczesnej“.

Od listopada prowadzony komplet znacznie przewyższył pod względem frekwencji maksymalną cyfrę dopuszczalnych zgłoszeń.

Zachęcona powodzeniem swego pierwszego kompletu pływackiego — redakcja „Startu” uruchamia z dniem 1 stycznia 1931 roku drugi komplet pływacki, a mianowicie:

1) Komplet pań, pływających w poniedziałki w godzinach 6 — 7 pp.

2) komplet pań, pływających w czwartki w godzinach 6 — 7 pp

Pływanie odbywa się w pływalni zimowej Kasy Chorych przy ul. Wolskiej Nr. 52.

Miesięczna opłata za jeden komplet (4 — 5 lekcji) wynosi od osoby tylko 4 zł. miesięcznie wraz z opłatą za szatnię i naukę pływania, której udziela fachowy instruktor, p. Gradkowski.

Dopuszczalne jest jednoczesne uczęszczanie tych samych osób na dwa komplety.

Zapisy przyjmuje i szczegóło-

wych informacji w sprawie kompletów pływackich udziela administracja „Startu” i „Kobiety Współczesnej”, Górnośląska 20, codziennie w godzinach 9 — 18.

Gimnastyka dla pań, odbywająca się od września z inicyjatywy redakcji „Startu” prowadzona będzie nadal od 1 stycznia 1931 roku, jednak w warunkach znacznie polepszonych.

Redakcji „Startu” udało się uzyskać kompletnie urządzonej salę gimnastyczną w gimnazjum „Pracy”, przy ul. Ś-tokrzyskiej Nr. 35 (róg Marszałkowskiej). W sali tej prowadzone będą dwa komplety:

1) we wtorki i piątki od g. 6 — 7 pp. komplet pań zaawansowanych,

2) we wtorki i piątki w godzinach 7 — 8 pp. komplet dla pań początkujących.

Oba komplety prowadzone będą przez p. Hausównę, dyplomowaną instruktorkę instytutu duńskiego p. Bertram Agnety z Kopenhagi.

Gimnastyka prowadzona będzie w obu kompletach przy muzyce.

Zapisy na powyższe komplety w administracji „Startu” i „Kobiety Współczesnej” (Górnośląska 20) codziennie w godzinach 9 — 18.

Kobieta współczesna powinna wiedzieć o tych, które walczyły o równe

prawa dla niej

Już ukazała się w druku książka

C. WALEWSKIEJ

W WALCE O RÓWNE PRAWA. NASZE BOJOWNICE

zawierająca sylwetki najbardziej zasłużonych działaczek z okresu walki o równouprawnienie jak: Paulina Kuczalska - Reinschmidt, Józefa Bojanowska, Dr. Anna Tomaszewicz - Dobrska, Teodora Męczkowska, Dr. Justyna Budzińska - Tylicka, Helena Weychert, Eugenja Waśniewska, Dr. filoz. Romana Pachucka, Zofja Stankiewiczowa, Władysława Weychert - Szymanowska, Anna z Paradowskich - Szelałowska, Dr. filoz. Julja Dickstein - Wieleżyńska, Dr. Melańja Bornstein - Lychowska, Wanda Opęchowska, Marja Skłodowska - Curie, Dr. Józefa Joteyko, Dr. Zofja Daszyńska - Golińska, Dr. Józefa Kodisowa, Dr. Michalina Stefanowska, Kazimiera Bujwidowa, Marja Turzyna, Marja Dulębianka, Helena Witkowska, Jadwiga Petrażycka - Tomicka, Marja Gerzabkowa, Melanja Rajchmanowa, (I. Orka), Marja Szeliga.

CENA Zł. 10.

Przesyłka pocztowa Zł. 1.50

Do nabycia: Administracja tyg. „Kobieta Współczesna“, Warszawa, Gór-

nośląska 20. P. K. O. 17.505

GIMNASTYKA DOMOWA

DLA KOBIET

AGNETY BERTRAM

**Pierwsza w Polsce książka-podręcznik
gimnastyki dla kobiet w każdym wieku**

**UCZY ĆWICZYĆ BEZ POMOCY
NAUCZYCIELA**

**zawiera zasób ćwiczeń do użytku domowego
i dla celów nauczania**

Cena zł. 7.—

SKŁAD GŁÓWNY:

Administracja „STARTU“:

Warszawa, Górnośląska 20; tel. 401-24

Na prowincję wysyłamy po wpłaceniu na konto „STARTU“

w P. K. O. Nr. 14558, zł. 7.50

ROCZNIKI

DWUTYGODNIKA

„MŁODA MATKA” z r. 1930**Zł. 14.-****Zł. 14.-**

Warszawa,

Górnośląska 20

Wysyłamy tylko po otrzymaniu gotówki Konto P. K. O. 14.555

Poradnia robót ręcznych

Dla czytelniczek dwut. „Młoda Matka“

Chcąc przyjść z pomocą naszym prenumeratorkom w wykonaniu artystycznych haftów, weszliśmy w kontakt z właścicielką znanych kursów hafciarskich p. Wandą Korwin - Piotrowską, która w każdy czwartek od godz. 10 — 12 rano i 5 — 7 wiecz. udzielać będzie czytelniczkom bezpłatnych fachowych wskazówek.

Każda prenumeratorka ma prawo raz na miesiąc zwrócić się o wskazówki.

Równocześnie podajemy do wiadomości tych pań, które zechciałyby gruntownie opanować haft, że p. W. Korwin-Piotrow-

ska prowadzi systematyczne kursy robót ręcznych, zawodowe i amatorskie. Kurs amatorski trwa 3 miesiące, lekcje odbywają się 3 razy tygodniowo, po 2 godziny. Opłata za kurs wynosi zł. 30 miesięcznie. Prenumeratorki dwut. „Młoda Matka“ korzystają z ulgowej opłaty zł. 20 miesięcznie.

ADRES KURSÓW — MARSZAŁKOWSKA 53 (BEZ LITERY) M. 22. Jako legitymacja służy na kursach kwit lub odcinek P. K. O. z opłaconej za bieżący kwartał prenumeraty. W razie zagubienia takowego, zaświadczenie administracji.

Redakcja i Administracja: Górnośląska 20, tel. 401-24. Konto P. K. O. 14555.

Cena prenumeraty „Młodej Matki“: w kraju płatna tylko zgóry rocznie

14 zł. — półrocznie 7 zł. 40 gr. — kwartalnie 3 zł. 70 gr.

ZAGRANICĄ: półrocznie zł. 10, rocznie zł. 20.

Prenumerata płatna zgóry każdego kwartału.

Cena ogłoszeń: wewnętrzne strony okładki: 1 strona 150 zł., ½ strony 75 zł.,

¼ strony 40 zł., ostatnia strona i za tekstem o 50% drożej. Miejsca za-

strzeżone o 25% drożej od cen powyższych.

Wydawca: E. Grocholska. **Redaktorzy:** Dr. R. Barański i W. Pełczyńska.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej“, Marszałkowska 148.