

# RADY PRAKTYCZNE

TREŚĆ: Przeplatanka. — M. Brzósłówna. Kaftanik. — J. G. Sucharek. — W.  
Kuchnia dziecięca. — S. W-cz.

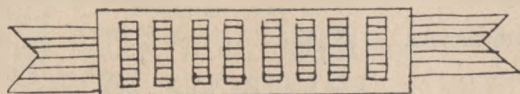


1) Biała sukieneczka płócienna, obszyta kolorowymi plisami również z płótna, dla dziewczynki od lat 8 — 10.

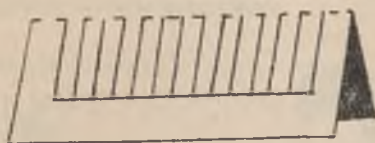
2) Płaszczek z impregnowanej gabardyny koloru piaskowego dla dziewczynki od lat 8 — 10.

3) Sukieneczka dla dziewczynki od lat 7 — 9 z kolorowego perkalu, przybrana plisami z gładkiego perkalu.

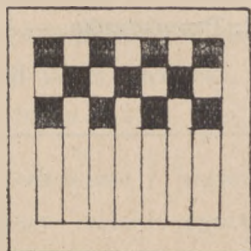
# Przeplatanki



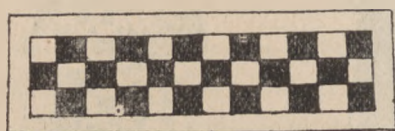
RYS. 1.



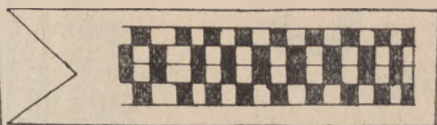
RYS. 2.



RYS. 3.



RYS. 4.



RYS. 5.

Wszyscy wiemy, jak chętnie garną się nawet małe dzieci do naśladowania starszych w zajęciach, i do władania narzędziami. I nic dziwnego, skłaniają je do tego potrzeby organizmu: czynności i ruchu. Małe nożyczki, to pierwsze narzędzie, które możemy dać dziecku do ręki, lecz muszą mieć końce zaokrąglone. Z początku dziecko ciąć będzie wszystko, co ma pod ręką, lecz żeby tego uniknąć, trzeba mu dostarczyć dużo papieru gazetowego.

Chęć czynu starszego dziecka w tym okresie, wyzyskamy, dając mu najprzyjemniejsze zajęcie, do jakich zaliczyć można robótki z papieru, a między innymi przeplatanki. Dziecko ogromnie lubi to zajęcie, gdyż widzi wyniki swej pracy, jej celowość, stwarza coś, co je zachęca do dalszych wysiłków. Robótką ta uczy uwagi, wytrwałości i rozbudza twórczość.

Do przeplataneek, oprócz nożyczek przygotować trzeba gruby papier. Doskonale nadają się do tej

roboty barwne okładki ze szkolnych zeszytów, które łatwo zdobyć można.

Ładną zakładkę (rys. 1) zrobi dziecko, składając dowolnej długości prostokąt, z barwnego grubego papieru, wzdłuż na połowę i potem trzeba równo ponadcinać paski, rozwinąć i przepleść wstążką zębatą, z papieru innego koloru.

Trochę trudniejsze jest przygotowanie przeplatanki, lecz z pomocą starszych, dziecko chętnie to wykona. Prostokąt sztywnego barwnego papieru 20 cm. długości i 16 cm. szerokości składa się w poprzek na połowę. Z trzech stron przy brzegach papieru w odległości 2 cm. narysować trzeba ołówkiem prostą linię; potem naciąć wąskie na 5 milimetrów paski do narysowanej linii u góry (rys. 2). Z prostokątu innego koloru 16 cm. szerokiego, naciąć dużo pasków, w ten sposób, iż prostokąt składa się na połowę i przecina na dwie części; później znów każdą część na połowę złożyć trzeba i przecinać dopóty, aż ostatecznie złożenie da nam wąskie paski, bo tylko tym sposobem otrzymany je proste i równe. Gdy już paski przygotowane, zaczy-

namy przeplatać łatwy deseń, w ten sposób, że jeden pasek trzeba ominąć, a drugi przepleść (rys. 3). Jest to wzór najłatwiejszy, który dziecko prędko pozna i wykona, lecz wkrótce zapragnie zrobić inny. Tu pomysłowość w wykonaniu deseni ma szerokie pole do kombinacji.

Z dwóch prostokątów ładnie wplecionych można zrobić teczkę do rysunków. Trzeba prostokąty przykleić do mocnego grzbietu, jak okładkę książki; wkleić wstążeczki do wiązania i wykończyć oklejając w środku jasnym barwnym papierem.

Zakładkę (rys. 4) robi się z dowolnej długości prostokątu, który trzeba złożyć na połowę. Przecina się potem wąskie paski, a po zrobieniu deseni przykleja je do brzegów zakładki.

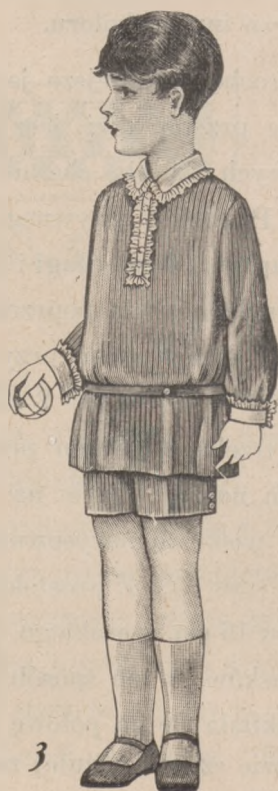
Składając prostokąt na zakładkę (rys. 5) wstawia się kawałek papieru, który po wycięciu zębów zastępuje wstążkę. Nacina się równe paski w prostokącie, i innego koloru paskami przeplata, wskazany lub inny ładny deseń.

## DLA MAMUSI



1

2



3

1 i 2) Dwie skromne sukienki popołudniowe — dla Mamusi o b. ładnym kroju, który nadaje wytworną linję sukniom.

3) Ubranko dla chłopca z płóciénka w granatowe paseczki z ozdobnym kołnierzykiem, forma na wiek od lat 3 — 5.

## I D Z I A T W Y



4

5

4. Białe płócienne ubranko może być zrobione również z bawełnianego rypsu. — przybrane haftem angielskim. Forma na wiek od 1 r. — 3 lat i od 4 — 6 lat.

5. Takież ubranko, przybrane haftem krzyżkowym. Forma na wiek od 1—2 lat i od 3—5 lat.

6. Sukieneczka z białej etaminy, przybrana kolorową tasiemeczką. Forma na roczne dziecko, oraz na wiek od 2 — 4 lat.

7. Sukieneczka płócienna dla dziewczynki, przybrana krzyżkowym haftem. Forma na wiek od 2 — 4 lat i od 5 — 7 lat.



6



7

# K a f t a n i k



Kaftanik ten jest zrobiony z welny barankowej na 12 — 18 miesięczne dziecko. Robiony jest w jednym kawalku, zszyte ma na bocznych i przy rękawkach.

**Materiał:** 100 gr. welny barankowej różowej, 2-a druty o obwodzie 16 mm.

**Ściegi:** ścieg mechowy (zawsze na prawo).

**Sposób robienia:** Zaczynamy od dołu pleców. Nabrać 48 oczek. Zrobić 20 cm., następnie dodać z każdej strony po 18 oczek na rękawki. Zrobić 10 cm. na całej szerokości, na środku roboty zakończyć 24 oczka (na szyję), następnie robić tylko jedną połowę (drugą nabrać na dużą agrafkę). Zrobić 3 rzędy na ramię. W 4-ym rzędzie dodać 12 oczek od środka, na przód. Zrobić 10 cm. i zakończyć 18 oczek rękawka. Zrobić jeszcze 16 cm., potem nabrać na inny drut wszystkie oczka brzegu (pionu) przerabiać je jednocześnie z dolnymi przodu. W

1-ym rzędzie zrobić zaokrąglenie przodu, robiąc na 20-ym oczku od boku, 5 zmniejszeń co 2-gie oczko, dalej co 5-te oczko aż do wycięcia. Następnie robimy równo jeszcze 8 rzędów. Druga strona — tak samo.

**Kołnierzyk:** Podnieść wszystkie oczka wycięcia.

I rząd przerobić zwyczajnie,

II rząd okręcać nitkę wokół drutu przez przerobieniem każdego oczka,

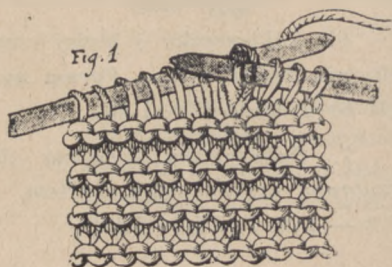
III rząd przerabiać wszystkie oczka, spuszczać wszystkie okręcenia; wytworzą się dziurki.

Dalej robić zwyczajnie 14 rzędów; robiąc co 2-gi rząd 5 zmniejszać, na całej długości drutu, następnie kołnierzyk zakończyć.

**Mankieiki:** Nabrać oczka dołu rękawka, zrobić 10 rzędów, zakończyć i mankieik odwrócić.

W dziurki wokół kołnierzyka wciągnąć różową wstążeczkę do zawiązywania.

J. G.



## S u c h a r e k

Normalne, zdrowe dziecko, mniej więcej w 8-ym miesiącu życia otrzymuje z polecenia lekarza raz na dobę mleko z jedną lub dwiema łyżeczkami tartych sucharków.

Zdawałoby się, że sprawa jest prosta. Tymczasem okazuje się, że nawet w wypełnieniu tego całkiem prostego wskazania zakrada się u wielu matek szereg błędów i to nawet błędów zupełnie poważnych, odbijających się źle na zdrowiu dziecka.

Oto jedna z bardzo gorliwych matek dowiedziawszy się, że jej malenstwo, liczące 7 miesięcy i na domiar złego żywione sztucznie od 5-go miesiąca życia, — ma zalecone przez lekarza wypijanie w ostatnim karmieniu 180 gr. mleka z dwiema łyżeczkami cukru i 1 łyżeczką przetartych sucharków — chcąc jak najlepiej dogodzić swemu malenstwu pobiegła do Loursa, kupiła ćwierć kilo doskonałych sucharków ze słodkiej bułki na maśle i jajkach — i utarkowawszy pół sucharka uraczyła niem niemowlę.

*Sucharek* w kuchni niemowlęcia, to jest zwykła bułeczka — zwykła warszawska kajzerka, ususzona dokładnie i przetarta na tarce. Bu-

łeczkę tę oczywiście trzeba ususzyć samej.

Uważam za karygodne niedbalstwo kupowanie w sklepach t. zw. tartej bułeczki. Taka kupna „tarta bułeczka“ powinna być całkowicie wykluczona z kuchni dziecięcej.

Dlaczego? Przecież to taka sama bułka?

Owszem, bułka jest taka sama. Ale należałoby wpierw stwierdzić ile tygodni jeżeli nie miesięcy leży ona w sklepiku, gdzie kurzy się i brudzi.

Proszę tylko, kupiwszy ćwierć kilo takiej tartej bułki dobrze powąchać — nawet kupiona w czystym, starannie prowadzonym sklepie, pachnie stęchlizną!

A przecież jedzenie, które podajemy dziecku musi być świeże! Cóż prostszego, jak ususzyć w piecyku 2—3 kajzerki, utarkować na tarce, lub przepuścić przez maszynkę, taką, jaką używamy do mielenia migdałów, zsypać do czystego pudełeczka i zużyć w ciągu kilku dni.

Jesteśmy wówczas pewne, że podajemy pieczywo suche, świeże, czyste a więc co za tem idzie zdrowe.

# Kuchnia dziecięca

## SZPINAK TANIEJE

Szpinak tanieje! Z każdym dniem więcej go mamy na rynku! Powinny matki o tem pamiętać i wprowadzać, jako potrawę podawaną dzieciom, możliwie jak najczęściej.

Dzieci naogół lubią szpinak — trzeba go tylko starannie przyrządzić i wówczas każde dziecko jeść będzie z apetytem. Podajemy poniżej doskonały i wypróbowany sposób przyrządzania szpinaku.

Na dwoje dzieci należy wziąć ćwierć kilo szpinaku, odrzucić korzonki, wymyć w kilku wodach z kurzu i z ziemi.

Wrzucić do gotującej wody i gotować na silnym ogniu. Warunkiem koniecznym jest to, by nie przykrywać rondla, bo wówczas tylko szpinak zachowa ładny kolor zielony.

Po trzech minutach gotowania spróbować, czy łyżka liścia szpinakowego jest miękka i łatwo rozniciata się w palcach. Wówczas wy-

łać szpinak na sito i przelewać zimną wodą do zupełnego ostygnięcia. Potem wycisnąć szpinak ręką, by jak najmniej zostało wody w szpinaku, i posiekać go, lub przetrzeć przez sito druciane.

Zrobić następujący sos:

$\frac{1}{2}$  łyżki masła,  $\frac{1}{2}$  łyżki mąki i  $\frac{1}{2}$  szklanki gorącego mleka — postawić na ogniu mieszając aż zgęstnieje. Do tego sosu dolożyć szpinak i ciągle mieszając raz jeden należy zagotować.

Do szpinaku najlepiej podać grzaniczki. Posypywanie szpinaku posiekanem jajkiem na twardo jest o tyle tylko wskazane — o ile dziecku jajka nie są przez lekarza przeciwwskazane.

Dzieciom 2 — 3 letnim należy podać tak przyrządzony szpinak bez żadnych dodatków — t. zn. bez jajek i bez sucharków.



# Poradnia robót ręcznych

Dla czytelniczek dwut. „Młoda Matka“

Chcąc przyjąć 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-Piotrowska

proceedzi 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.

## ROCZNIKI

DWUTYGODNIKA

„MŁODA MATKA” z r. 1930

Zł. 14.—

Zł. 14.—

Warszawa,

Górnoślaska 20

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

Redakcja i Administracja: Górnoślaska 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, roczne 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 zastrzeżone o 25% drożej od cen powyższych.

Wydawca: E. Grocholska.

Redaktorzy: Dr. R. Barański i W. Pełczyńska.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej“, Marszałkowska 148.

specjalny

**Nr. 24**

specjalny

tyg. **„KOBIEȦ WSPÓŁCZESNA”****„O WYBORZE ZAWODU”**

do nabycia we wszystkich księgarniach

**CENA zł. 2.50      Z przesyłką pocztową zł. 2.75****UWAGA: za zaliczeniem nie wysyłamy**

Nakładem dwutygodnika

**„MŁODA MATKA”**

ukazała się broszura

prof. Dr. med. Wł. Szenajcha

**LIST DO MAMUSI**

W SPRAWIE

**DYFTERYTU**

Cena 60 gr.

Z przesyłką 75 gr.

Skład główny:

ADMINISTRACJA dwut. „MŁODA MATKA“

Warszawa — Górnośląska 20. Tel. 401-24. P. K. O. 14.555.

**U w a g a :** Za zaliczeniem bezwzględnie nie wysyłamy.

# GIMNASTYKA DOMOWA

## — DLA KOBIET —

### AGNETY BERTRAM

**Pierwsza w Polsce książka-podręcznik  
mnastyki 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

*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 Stankiewiczówna, Władysława Weychert-Szymanowska, Anna z Paradowskich - Szelałowska, Dr. filoz. Julja Dickstein - Wieleżyńska, Dr. Melanja Bornstein - Lychowska, Wanda Opęchowska, Marja Skłodowska - Curie, Dr. Józefa Joteyko, Dr. Zofja Daszyńska-Golińska, Dr. Józefa Kodisowa, Dr. Michalina Stefanowska, Kazimiera Bujwidowa, Marja Turzyma, Marja Dulębianka, Helena Witkowska, Jadwiga Petrażycka - Tomicka, Marja Gerzabkowa, Melanja Rajchmanowa, (I. Orka), Marja Szeliga.

CENA Żł. 10.

Przesyłka pocztowa Żł. 1.50.

Do nabycia: Administracja tyg. "Kobieta Współczesna", Warszawa, Górnośląska 20. P. K. O. 17.505.