

# RADY PRAKTYCZNE

---



# DLA NASZEJ DZIATWY



1. Palto z granatowej wełny dla 6-letniego chłopczyka, zapięte na dwa rzędy złotych guzików.
2. Ubranko z szafirowej, piaskowej lub brązowej wełny dla chłopczyka 5—7-letniego.
3. Ubranko z wełny w kratkę dla 3—5-letniego chłopczyka.
4. Pikowany żakiecik do wózka dla niemowlęcia z jasnej wełny, podbity ciepłym spodem i podszewką.
5. Kapka na wózek z różowego satin lub mongolu.
6. Płaszczyk dla rocznego dziecka z białej wełny, na ciepłym przypinanym spodzie.
7. Kapturki dla niemowląt, wykończone wążutką falbanką i wiązane na wstążkę.



2

3

6

SAMOLOT

10

## Samolot.

Zrobimy samolot z kawałka cienkiej tektury i brystolu lub cienkiej blaszki, którą można będzie kroić nożyczkami.

Tekturę oklejmy niebieskim lub srebrnym papierem, następnie odrysujemy z załączonej tablicy formę kadłuba samolotu rys. 1. W dwóch miejscach na górze kadłuba i przy ogonie, oznaczonych linią kropkowaną, przetniemy tekturę. Skrzydła duże wytniemy z brystolu oklejonego srebrnym papierem lub z cienkiej blaszki, według formy rys. 2. Skrzydła małe wytniemy według formy rys. 3. Skrzydła duże wsuniemy i przymocujemy klejem w nacięcie kadłuba z przodu u góry, skrzydła małe w nacięcie przy ogonie kadłuba. Następnie wycinamy z brystolu paski do przymocowania kółek według

rys. 6.

Dwa kółka wielkości grosza wycinamy z tektury oklejonej srebrnym papierem. W miejscach oznaczonych kropkami nacinamy paski, miejsca oznaczone kreskami, zaginamy. Na odcinkach oznaczonych kółkiem naklejamy kółka. Paski po odpowiednim zagięciu i naklejeniu kółek mają przybrać formę taką, jaką widzimy na rys. 5.

Tak uformowane paski wraz z naklejonymi kółkami przyklejamy do kadłuba z obydwóch stron w miejscach oznaczonych na rys. 1.

W końcu wycinamy z brystolu lub blaszki śmigło, którą przymocujemy za pomocą szpilki do przodu kadłuba. Na skrzydłach samolotu można wymalować znaki samolotów pasażerskich lub wojskowych.

*M. Piotrowska.*

## W atmosferze tradycji.

*Tradycja jest nicią, która nanizuje na siebie pokolenia, jak paciorki. Dlatego też dobrze jest jeśli dziecko wzrosła w atmosferze tradycji, świadomie mu przez otoczenie przyswajanej i należycie tłumaczonej.*

*Symbolika tradycji oraz źródła jej powodzenia, gdy przenikają z wolna*

*do dziecięcej świadomości, pogłębiają jego umysłowość i ożywiają uczucia.*

*Dziecko nie tylko odkrywa łączność istniejącą pomiędzy nim i światem je otaczającym, ale i tajemniczą, niezbadaną jeszcze przez niego przeszłość, na temat której zaczyna twórczo pracować jego wyobraźnia.*

# 70 LAT NESTLÉ'S SUKCESU POKARM DLA DZIECI

Wiosenne święta Wielkiejnocy ześrodkowują w sobie obrzędy ściśle religijne oraz tradycje i obyczaje, biorące swe źródło w wierzeniach ludowych. Stanowią też nieprzebraną skarbnicę dla dociekliwych umysłów dziecięcych.

Właściwie okres Wielkanocny rozpoczyna się od Popielcowej środy, której zapowiedzią jest tradycyjny zapustny śledź.

Śledź jest oznaką postu, który zaczyna swe sześciotygodniowe panowanie. Po hucznych ostatkach, kończących karnawał, post w dawnych wiekach był jaskrawym kontrastem sposobu życia. Stawał się widomą przewagą ducha nad ciałem. Nabożeństwom kościelnym w Środę Popielcową towarzyszy obrząd posypywania popiołem głów wiernych. Dzieje się to na znak skruchy i pokuty, przypomina chrześcijańską prawdę, że „człowiek z prochu powstał i w proch się obróci”. Półpostne ściśle chrześcijańskie uroczystości, które przypadają w третią środę po popielcu mają wyrażną łączność ze starosłowiańskim świętem Wiosny.

Na półpoście zachował się dawny obyczaj tłuczenia garnków z popiołem. Pochodzi on z okresu pierwszych chrześcijan, którzy istotnie tłukli wszystkie skorupy gliniane, aby w ten spo-

sób powstrzymać się przez pozostałą część postu od warzonego jadła.

W wiekach średnich uroczystości półpostne ześrodkowywały się ponadto w czwartą niedzielę wielkiego Postu, zwaną „Laetare”, czyli Biała Niedziela. Wtedy odbywał się we wsiach uroczysty obchód powitania wiosny. Młodzi parobcy sporządzali na żerdzi lalkę ze słomy i siana, którą przyoblekali w niewieście szaty. Lalkę tę obnoszono po wsi, zawodząc żałosne pienia, a po obejściu wszystkich zabudowań kierowano się specjalnie nad wodę, gdzie kukłę topiono.

Tak symbolicznie została zatopiona zima i odegnana od zagród zaraza. I ten zwyczaj bierze swój początek w czasach praslaviańskich, kiedy lalka ta była uosobieniem śmierci—Marzanną i także na wiosnę ją topiono.

Tegoż dnia po południu dziewczęta wiejskie stroją t. zw. „Nowe Latko”. Ucinają zielony wierzchołek sosny, przyozdabiają go wstążkami i świecidłami i też obchodzą wieś, ale z mełsołą piosenką:

„Myśmy śmierć wyniosły,  
A Latko przyniosły.  
Rączkę se podajcie.  
A nam piętak dajcie”.

Dzień Zwiastowania Najświętszej Marii Panny, zwany inaczej dniem Matki Boskiej Zagrzewnej jest pier-



wszym dniem pędzenia była na paświsko i ożywionych prac w kobiecym gospodarstwie wiejskim.

Na progach obór gospodynie kładą baze wierzby, a gdy trzoda po raz pierwszy progi te przestępuje, musi być każda sztuka wtką wierzbową dotknięta, czyli wysmagana.

Jak widać z powyższych obyczajów data rozpoczęcia wiosny jest dość płynna w wierzeniach ludowych i różnorodnie jest święcona, mimo, iż okres kalendarzowej wiosny jest oznaczony ściśle na dzień 21 marca.

Przedostatnia niedziela przed Wielkanocą nazywa się Kwietnią Niedzielą albo Palmową, w nią bowiem odbywa się święcenie palm w kościołach, I tu nie trudno odnaleźć łączność pomiędzy prastłowiańskimi obrzędami, a nową formą tradycji chrześcijańskich.

Palma — to u nas wtki wierzbowe osypane puszystymi pąkami bazi. To natura budząca się ze snu zimowego i przyrodziewająca nową godową szatę zieleni, to ślad pierwszego drgnięcia nowego ożywczego prądu w przyrodzie, to upostaciomowanie odradzającej się wegetacji.

Za dawnych czasów bito się wzajemnie wierzbowymi i brzoзовymi wtkami. Obyczaj ten miał na celu przeganianie z wnętrza ludzkich, (powiedzmy dziś mniej plastycznie — z sumień) nieczystych duchów, które się w ludziach w czasie zimy zagnieździły. W palmie więc był do pewnego stopnia ześrodkowany pierwiastek oczyszczający.

Chrześcijańskie pochodzenie święcenia palmy wyprowadza się od tryumfalnego wjazdu Chrystusa Pana do Jerozolimy, któremu lud drogę ustat niesionymi w rękach palmowymi gałęziami i obwołał Zbawiciela Królem Izraelskim, wznosząc ku uczczeniu Go okrzyki: „Hosanna!”

Jak widać, zwyczaje ludowe i tradycje obrzędowo-religijne, obchodzone u nas w okresie świąt Zmartwychwstania Pańskiego, zawierają bez wątpienia wiele cech rodzimych i zgoła odrębnych. Nie są jednak pozbanione związku z wierzeniami pokoleń minionych, których ojczyzną nie był jakiś kraj poszczególny, lecz ogólnoludzka kolebka, której na imię — świat.

Maria Ankiemczowa.



# Nasza forma bibułkowa.

## Płaszczyk wiosenny.

Płaszczyk wiosenny, lekko kloszowy z wełenki niebieskiej, przybrany granatowymi stebnówkami na kołnierzu, mankietach i kieszeniach. Wymiary na 4-ro letnią dziewczynkę: dług. 54 cm, obw. gorsu 68 cm. Ilość potrzebnego materiału wynosi 1 m. 10 cm przy 130 cm szer. oraz podszewki 1 m. 40 cm przy szer. 65—70 cm.



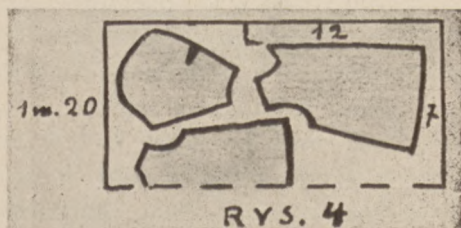
RYŚ 1

Foremka składa się z 4 cz.: 1/2 przodu, 1/2 pleców, rękawka i 1/2 kołnierzyka. Krajać na podany sposób, dodając na podszytzie przodów

po 12 cm, do dług. płaszczyka 7 cm, do dług. ręk. 4 cm. a pozostałe szwy jak zwykle.



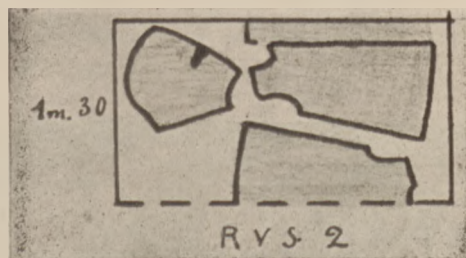
Przy materiałach z włosem jak ak-samit, sukno i t. p. musimy układać foremkę w jednym kierunku, jak również przy materiałach na 110—120 cm szer. i krajać w niżej podany sposób:



Kieszenie i mankiety przykrajając w/g podanych wymiarów na rys. 5.

Radzimy przed skrojeniem z materiału, wyciąć foremkę całego płaszczyka z papieru i przymierzyć, przez co unikniemy przykrych niepodzianek.

Po skrajaniu oznaczyć foremki na materiale z uwzględnieniem środków



przodu (od nacięcia na szyi do nacięcia w dole) i pleców, sfastrygować, przymierzyć i przystąpić do szycia w podanej kolejności.

*Szmy boczne*, zeszyć i rozprasować na wilgotno.

*Dziurki* odszyć skośnymi kawałkami, poprzecznie na środku przodu.

*Przody*. Odszyć wystającą część górną przy szyi na 4 cm do środka przodu po linii skośnej, wyrócić, zawinąć przód do lewej strony na 11 cm i ścięciem luźnym podszyć kryto lub przykrzyżkować.

*Dół* założyć do lewej strony i podszyć podobnie jak przody. (Obręb na przodzie podsuwamy pod podszytciem przodu).

*Kieszenie* wykończone, wystebnowane, naszyć na płaszczyku.

*Uprasować* cały płaszczyk dokładnie po lewej stronie przez wilgotny zaparzac (przed zeszytciem ramion i podszytciem podszewki).

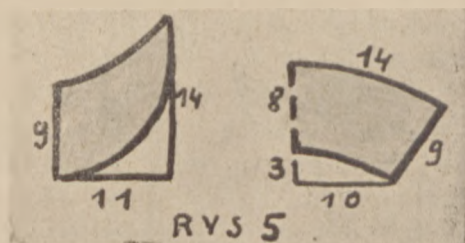
*Podszewkę* zeszytą na bokach przyczepiamy do szwów bocznych płaszczyka, podwijamy i podszywamy na przodach i u dołu ścięciem krytym. (Przy fasonach z fałdami, podszewkę kroimy bez fałd, to też musimy wykończyć ją u dołu osobno, a płaszczyk obrębkiem, dokładnie tasiemką).

*Ramiona* w płaszczyku zeszywa się na maszynie a podszewkę kryto w rękę.

*Kołnierz* podwójnie odszyty i wystebnowany wszywamy na maszynie pojedynczo po stronie szyi, a po prawej stronie płaszczyka podszywamy w rękę kryto. (Szyjki powinno być więcej o 2 cm., którą wdajemy do kołnierzyka. Kołnierzyk dochodzi do środka przodu). Podszewkę przy kołnierzyku podszywamy kryto i przyszywamy wieszak.

*Rękawki* zeszyte, zawinięte u dołu na 4 cm wykańczamy podszewką przymocowując na szwach i wszywamy do płaszczyka (bez podszewki) po rękawku. Podszewkę przyszywamy kryto zakładając rękawkiem na pachę.

*Mankietiki* osobno wykończone—podwójnie, przyszywamy do rękawka kryto.



*Guziczki* do zapięcia przyszywamy na t. zw. „szyjce“, która powstaje przez luźne naszycie i okręcanie guzika kilkakrotnie nitką.

(c. d. n.)

J. Kinsnerowa.

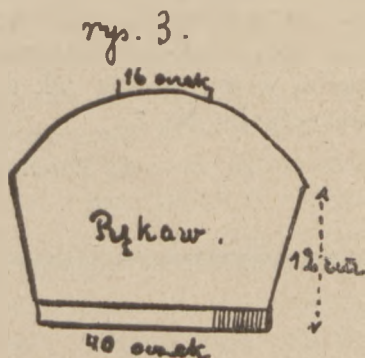




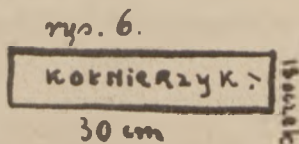
## Ubranko z wełny.

(Dokończenie).

**Rękawek:** Zaczynamy 40-ma oczkami na drutach Nr. 2½ i ścięciem francuskim (patrz ścięgi) robimy 8 rzędów. Następnie zmiana drutów i ścięgu. Co 6 rzędów dodajemy teraz 1 oczko z każdej strony, aż do 54 oczek, ażeby rękawek u góry rozszerzyć. Gdy mamy zrobionych w ten sposób 12 cm zaczynamy „kulę”, gubiąc z każdej strony stale po 2 oczka, aż na drucie zostanie 16 oczek, które zamykamy od razu.



**Kołnierzyk:** zrobiony jest z Angorki. Zaczynamy go z boku 18-ma oczkami i robimy ścięciem francuskim 30 cm. Następnie wszystkie oczka zamykamy.

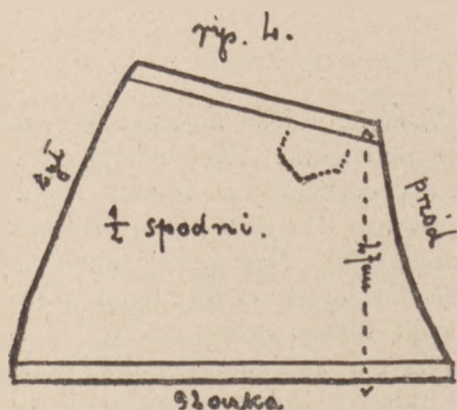


**Spodnie:** Każdą nogaweczkę robimy oddzielnie. Zaczynamy robotę 92-ma oczkami na drutach Nr. 2½ i pierwsze 8 rzędów robimy ścięciem francuskim. Następnie zmieniamy ścięg na jersey czyli 1 rząd prawo, 1 rząd lewo i druty na Nr. 3. Na 4-tym cm zaczynamy gubić oczka. od tyłu co 1½ cm 1 oczko 16 razy



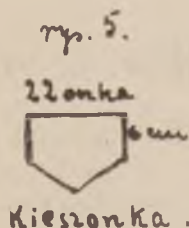
Od przodu co 2 rzędy 2 oczka 11 razy. Potem robimy prosto aż od dołu robota mieć będzie 27 cm. Tył spodenek jest dłuższy od przodu. Uzyskamy to w ten sposób, że nie przerabiamy rzędu do końca, zostawiając za każdym razem 10 oczek nieprzerobionych od przodu spodni (patrz rysunek) tak, że w pierwszym rzędzie będzie 10 oczek nieprzerobionych, w drugim 20 oczek, w trzecim 30 oczek, w czwartym 40 oczek, w piątym 50 oczek, w szóstym cała

reszta. Zmieniamy wówczas druty na Nr. 2 $\frac{1}{2}$  i przerabiając już znów całą ilość oczek robimy 8 rzędów ścięciem francuskim na zakończenie.

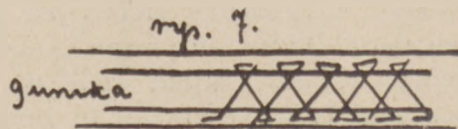


**Kieszoneczki:** Są to właściwie 2 kłapeczki dla ozdoby. Każdą z nich zaczynamy 22-ma oczkami i ścięciem francuskim robimy 6 cm prosto. Następnie gubimy z każdej strony po 1 oczku tak długo, aż na drucie zo-

stanie tylko 5 oczka, które zakańczamy od razu.



Po zrobieniu należy wszystkie części z lewej strony na wilgotno uprasować. Zeszywamy je ze sobą ścięciem „za igłą”. Kołnierzyk wszywamy



na okrętkę. Dziureczki należy obrobić igielką, ażeby były trwalsze i nie defasonowały się. Gumkę wszywamy do spodni w ten sposób jak to widać na rysunku Nr. 7.

E. Zgodzina.

## UWAGA

Fotografia umieszczona w poprzednim numerze M. M. była wykonana w pracowni fotograficznej p. Fr. Olesińskiej.

## PRZYPOMNIENIE.

Przypominamy naszym czytelnikom, że telefonując między godz. 13—14 pod Nr. 6.02-40 wewnętrzny 55 do p. Wandy Kalinowskiej mogą otrzymać bezpłatną odpowiedź jakie z wyświetlanych filmów nadają się do pokazania dzieciom starszym i młodzieży.

# Kuchnia niemowlęca.

## Przygotowywanie mieszanek.

Wzmiankowaliśmy już poprzednio, jak wielką doniosłość posiada bezwzględna czystość przy przygotowaniu pożywienia dla niemowlęcia. Przed przystąpieniem do gotowania muszą ręce nasze być gruntownie wymyte mydłem i szczoteczką do paznokci. Suknia i fartuch muszą być również czyste przy gotowaniu, zresztą, jak przy każdej pracy wykonywanej przy niemowlęciu.

Najlepiej jest przygotowywać mieszanki na 24 godziny. Jest to jednak możliwe wówczas tylko, gdy ma się możliwość przechowania gotowej mieszanki w odpowiednio zimnym pomieszczeniu. O ile nie jest to możliwe, należy gotować mieszankę dwa albo trzy razy dziennie. Mleko należy przegotować natychmiast po przyniesieniu go do domu. W mleku nieprzegotowanym znajdują się zawsze bakterie, które rozmnażają się niestęchanie szybko, jeśli mleko nie zostaje natychmiast przegotowane. Przed przegotowaniem należy mleko przecedzić. Do tego potrzebne jest cienkie sito, na które kładziemy kawałek waty, albo drzewnika (płótno nie wystarczy). Przecedzać należy mleko z garnka lub butelki, w którym nabyło się je, do garnka, w którym mamy je gotować po czym zagotowuje się mleko szyb-

ko na mocnym ogniu. Od początku wrzenia powinno mleko gotować się trzy do pięciu minut. Dłuższe gotowanie jest szkodliwe, pozabawia ono bowiem mleko witaminów. Chcąc uniknąć wykipienia mleka, kładziemy do garnka krążek porcelanowy. Krążki takie czy płytki dostaniemy w każdym sklepie z porcelaną za kilka groszy; gdzie dostać ich nie możemy, wystarczy włożyć do garnka, w którym przegotowujemy mleko, mały talerzyk porcelanowy.

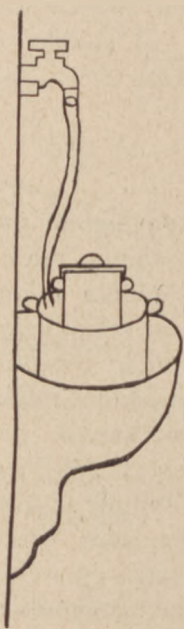
Po przegotowaniu należy niezwłocznie odstawić mleko na chłodne miejsce, albo stawia się je do zimnej wody, a potem dopiero do lodówki. O ile nie posiadamy lodówki, a mamy lód, możemy urządzić sobie łatwo chłodnię.

Chłodnię urządzić można w następujący sposób: stawia się garnek z mlekiem w większym garnku, wypełniając wolną przestrzeń między ściankami obu garnków kawałkami lodu, zmieszanego z trocinami. Oba garnki wstawia się do skrzynki, wypełnionej trocinami, albo sianem. W skrzynce takiej, o ile jest szczelnie zamknięta, trzyma się lód bardzo długo.

O ile jednak nie mamy do rozporządzenia lodu, możemy łatwo sporządzić sobie chłodnicę, jak przed-



stawione jest na załączonym rysunku.



Wstawiamy do zlewu większy garnek, w którym mieści się mniejszy i wyższy, zawierający mleko. Garnek do mleka musi być zamknięty; o ile nie jest wyższy, aniżeli ten, do którego został wstawiony, należy postawić go na podstawce, aby wychodził poza brzeg tamtego. Do rury wodociągowej umocowujemy rurkę gumową, której dolny koniec zwisa do zewnętrznego garnka. Urządźwszy taki przewód, odkręcamy kran wodociagowy w ten sposób, aby woda spływała bardzo wolno.

(O ile mieszkanie nie posiada urządzenia wodociagowego, stawiamy mleko w chłodnym miejscu, w lecie w piwnicy, albo w razie jej braku, w najchłodniejszym pomieszczeniu, jakie mamy w całym domu. Mleko utrzymuje się daleko lepiej w chło-

dzie, o ile stawiamy garnek, który je zawiera do porowatego glinianego naczynia, napełnionego wodą. Musi to być glina nieglazurowana, z jakiej zrobione są maselnice do chłodzenia masła. Dzięki stałemu wyparowywaniu wody, naczynie pozostaje stale zimne. Gdyby jednak nie podobna było urządzić sobie takiego naczynia glinianego, może służyć do pewnego stopnia, jako środek zaradczy w potrzebie, owinięcie garnka, czy butelek z mlekiem w mokre płótno. W każdym jednak razie należy w lecie tam, gdzie nie ma ani lodu, ani urządzenia wodociagowego, przegotowywać mleko co najmniej dwa albo trzy razy dziennie, nie przechowując go w ciągu dnia w większej ilości, aniżeli koniecznie potrzeba.

Gdy mleko stygnie po przegotowaniu, szykujemy dodatki. Jako dodatków używamy przeważnie kleików, a dla starszych niemowląt pappek mącznych. Kleiki przygotowujemy z płatków owsianych, ryżu albo kaszy jęczmiennej. Najczęściej jednak używamy płatków owsianych, ryż w razie potrzeby zastosowania lekkiego działania powstrzymującego, gdy przeciwnie kasza jęczmienna ma działanie lekko przeczyszczające. Na ogół przygotowujemy dla najmłodszych niemowląt kleik 3%, potem 5%-owy. Na sporządzenie kleiku bierzemy łyżeczkę płatków owsianych, a kaszy jęczmiennej  $\frac{3}{4}$  łyżeczki na 100 gramów wody. Czas gotowania wynosi 30 — 40 minut. Płatki owsiane wyższego gatunku (sprzedawane w pudełkach) wymagają znacznie krótszego czasu, lepiej jest jednak prze-

dłużyć nieco czas gotowania, podany na opakowaniu pudełek. Po ugotowaniu precedza się kleik, nie wyciskając go, przez czysty wygotowany gałganek, po czym sładzi się kleik i jeszcze raz krótko gotuje się wraz z cukrem. Dodatek cukru wynosi u najmłodszych niemowląt przeważnie 5% gotowej mieszanki, u starszych podnosi się on do 8%, to znaczy jedna łyżeczka od herbaty cukru lub półtorej na 100 g mieszanki (łyżeczki strychowane).

*Przykład:* Mamy gotować 200 g mieszanki, w której mleko ma być zmieszane z 3% kleikiem pół na pół, a cukier ma być dodany w ilości 5%. W tym celu najpierw przygotowujemy 100 g 3% kleju — gotujemy 3 g (1 łyż. od herbaty) płatków owsianych na 100 g wody, następnie przygotowany kleik gotujemy jeszcze raz z dodatkiem 10 g cukru i mieszamy go ze 100 g mleka. W podobny sposób przygotowujemy mieszanekę leczną z odwarów mącznych. Do przygotowania odwarów mącznych najczęściej używa się mąki pszennej, ryżowej lub kukurydzianej (mondamina). Mąki gotujemy w wodzie przez 5 minut. Po ugotowaniu otrzymany odwar precedzamy i dodajemy do niego cukier w ilościach podanych wyżej.

Przy skłonności do wolnych wypróżnień dziecka, zastępujemy część cukru (przeważnie) połowę dodatkiem nutromaltu Wandera lub maltonu Klawego. Bierzymy np. zamiast 10 g cukru 5 g cukru i 5 g nutromaltu lub maltonu. Po przegotowaniu nalewamy kleik z mlekiem w buteleczki

do picia, które należy przechowywać, szczelnie zamknięte, w zimnym miejscu.

*Jak obchodzić się z flaszkami?* Tak samo jak przy procesie gotowania, wymagana jest najskrupulatniejsza czystość przy obchodzeniu się z flaszeczkami do mleka, o ile chcemy uniknąć niebezpieczeństwa zakażenia. Po wypiciu mleka przepłukujemy flaszeczkę. Przed każdym ponownym użyciem oczyszczamy je gruntownie specjalną szczoteczką do butelek i roztworem sody. Najlepiej raz dziennie czyścić gruntownie wszystkie flaszeczkę równocześnie. Potem płukane są one ponownie bardzo starannie, a po przepłukaniu wygotowywane. O ile nie posiadamy flaszek ogniotrwałych, należy położyć na dnie garnka, w którym wygotowuje się flaszki, a także pomiędzy flaszkami ściereczkę, co zapobiega pękaniu flaszek. Nie należy kłaść ich też do zbyt gorącej wody i, w razie napełniania ich gorącą cieczą, owijać je należy mokrą ściereczką. Po wygotowaniu stawiamy flaszki do góry dnem (otworem na dół) na nieskazitelnie czyste płótno, na którym mają obsychać. Po wysuszeniu zatykamy je wygotowanym korkiem, czy zatyczką z waty i tak pozostawiamy do następnego użycia.

W takiej samej czystości jak flaszki muszą być utrzymane smoczki. Po każdym podaniu dziecku pożywienia z flaszeczek należy smoczek starannie wymyć i trzymać w szklance. Raz dziennie muszą smoczki być wygotowywane.

*M. A. Frostigowa.*

ROCZNIKI „MŁODA MATKA” Z R. 1937  
DWUTYGODNIKA ZŁ. 8.—

WARSZAWA, LITEWSKA 16



WYSYŁAMY TYLKO PO OTRZYMANIU WPŁATY NA P.K.O. Nr. 14,555

(ROCZNIKI NIEOPRAWNE)

---

Redakcja i Administracja: Litewska 16. Tel. 941-00. Konto P.K.O. 14,555

Prenumerata „MŁODEJ MATKI” płatna tylko z góry:

W kraju: rocznie zł. 10.—, półrocznie zł. 5.—, kwartalnie zł. 2.50.

Za granicą: rocznie zł. 15.—, półrocznie zł. 7.50.

Prenumeratę dwutygodnika „MŁODA MATKA” przyjmują wszystkie księgarnie  
oraz urzędy pocztowe w kraju i za granicą.

Rękopisów Redakcja nie zwraca.

Redaktorka L. Czechowska przyjmuje interesantów w środy od godz. 15½ do 16½.

---

Wydawca: Polski Komitet Opieki nad Dzieckiem.

---

Redaktorzy: Dr R. Barański i L. Czechowska.

---

Drukarnia Wydawnicza. Warszawa, Kacza 15, tel. 603-46.