

Dzisiaj pisze Kornel Makuszyński o sporcie narciarskim.

Najcudniejszą jest zima w Zakopanem, dlatego tam wszyscy jedziemy.

Opłata pocztowa opłacona ryczałtem.

Cena 40 groszy.

Rok II.

Zakopane, niedziela 10 stycznia 1932.

Nr. 1.



Fe. Zwolński

ZAKOPANE I TATRZY

CZASOPISMO POŚWIĘCONE SPRAWOM ZAKOPANEGO

ZAKOPANE w Tatrach, jedyne w Polsce i najtańsze wysokogórskie całoroczne uzdrowisko i stacja turystyczno-sportowa. — Położone 800 do 1.000 metrów nad poziomem morza, posiada klimat alpejski, a tem samym leczy wszelkie schorzenia płuc i dróg oddechowych, jak również gruźlicę, przedewszystkiem w stadach początkowych.

Idealne miejsce wypoczynkowe, o specjalnych warunkach leczniczych. Niskie ciśnienie, mała wilgotność, silna insolacja, mała ilość wiatrów, duże opady śnieżne, czystość powietrza, rzadkie mgły, stwarzają znakomite warunki leczenia malarji, anemii (blednicy), neurastenji, choroby Basedowa, czyn. zaburzeń narządów trawienia. Wprost rewelacyjne wyniki u dzieci wątłych i obciążonych dziedziczną skłonnością do chorób piersiowych.

Słynna już w całym świecie **STACJA SPORTÓW ZIMOWYCH**, posiadająca jedną z najwspanialszych w Europie skocznię narciarską na Krokwi, olbrzymi tor tyżwiarski, Stadiony dla skioringów i zawodów konnych, samochodowych i motocyklowych. Naturalne i najlepsze w Polsce **TERENY NARCIARSKIE**. Wspaniałe i niczem nie ustępujące zagranicznym, tak pod względem krajobrazowym, jak i turystycznym, tereny w **TATRACH**. Pełne uroku i emocji wycieczki w głąb Tatr, do czarujących dolin, jezior i hal.

W sezonie letnim stałe przedstawienia „**OPERY GÓRSKIEJ**” na wolnym powietrzu.

ZAKOPANE posiada wszystkie nowoczesne urządzenia, jak wodociąg, światło elektryczne, chodniki, park klimatyczny, pięknie naturalnych krajowych wód mineralnych ze wszystkich polskich zdrojowisk, liczne hotele i pensjonaty, luksusowe kawiarnie z dancjami, w których grywają najlepsze zespoły orkiestralne, koncerty orkiestry wojskowej, kinematograf, sale teatralne i koncertowe, biblioteki i czytelnie publiczne, wystawy sztuki, — Muzeum Tatrzańskie, — liczne Sanatoria. **ZAKOPANE** połączone jest z wszystkimi większemi miastami Polski najdogodniejszymi połączeniami kolejowemi — specjalne pociągi, specjalne wagony. Na miejscu znakomita komunikacja autobusowa do wszystkich bardziej uczęszczanych miejsc wycieczkowych, jak do **MORSKIEGO OKA, DOLIN KOŚCIELISKIEJ i CHOCHOŁOWSKIEJ, PIENIN, STAREGO SMOKOWCA, GRÓT BIALSKICH** i t. d.



Pocztowa Kasa Oszczędności P. K. O.

CENTRALA — Warszawa, Jasna 9

Oddziały: Poznań, Katowice, Kraków, Wilno, Łódź, Lwów

p r z y j m u j e

Wkłady oszczędnościowe

zwyczajne od 1 złotego począwszy, płatne na każde żądanie bez ograniczenia wysokości sumy.

Wkłady oszczędnościowe premjowe

po 8 zł miesięcznie z możliwością wygrania kwoty zł 1000 w losowaniach, odbywających się co kwartał.

Wkłady oszczędnościowe w złotych w złocie.

Ubezpieczenia na życie

bez badania lekarskiego przy składkach począwszy od 3 zł miesięcznie z wypłatą ubezpieczonego kapitału w razie dożycia lub np. po śmierci (wypadku), a także ubezpieczenia posagowe.

W razie śmierci ubezpieczonego spowodowanej wypadkiem, P. K. O. wypłaca podwójną sumę ubezpieczenia.

P. K. O.

Zapewnia

1. Pełne bezpieczeństwo wkładów.
2. Możliwość natychmiastowego wycofania złożonych pieniędzy.
3. Solidne oprocentowanie.
4. Tajemnicę wkładów oszczędnościowych.

Gwarantuje

kwotą zł ok. 500 milionów w gotówce i w lokatach opartych na złocie.

29-ma olbrzymiami nieruchomościami.

Wszelka korespondencja z P. K. O. dotycząca obrotu oszczędnościowego jest **bezpłatna**. 750 tysięcy czynnych książeczek oszczędnościowych P. K. O. to najlepszy dowód zaufania społeczeństwa do tej największej instytucji oszczędnościowej w Polsce.

Kapitały złożone w P. K. O.

1. Zasilają wszystkie dziedziny życia gospodarczego.
2. Przyczyniają się do zmniejszenia bezrobocia.
3. Prowadzą do wzrostu ogólnego dobrobytu.

Wkłady oszczędnościowe

są wolne od wszelkich danin i podatków, można je składać i podejmować w każdym urzędzie pocztowym na terenie Rzeczypospolitej bez względu na miejsce wydania książeczki oszczędnościowej.





Hala Gąsienicowa w zimno.

Fot. H. Schönböck

Zima u stóp Tatr.

Obielone szczyty tatrzańskie nikną za srebrzystą sreżogą, że ledwo dostrzega je oko. Otoczone przystrojonymi w białą okiśc regłami, zdają się być mitem jakimś dalekim, a jednak tak bliskim.

Wszędzie jak okiem dojrzeć zwolono, bialo i bialo... Pod śnieżną pościelą tatrzańkiej zimy zatracą się wszelki ślad ludzkiej pracy. Domy nikną pod olbrzymią czapą śnieżnej masy, koszlawe płoty i parkany przybierają lantastyczne kształty alabastrowych balustrad. Drzewa strojne w srebrzystą okiśc i sedzielzne, pyszną się nowa swą szatą. Tęsknią za swą szatą zieloną, za bujnią życia letniego, cieszą się słońcem, które oblewa je potokami blasków złotych, że grają miliardami slier diamentowych, by najbogaciej precjozami strojna kobieta... Szaby okien i chat strojne w misterne koronki, tkane i modelowane ręką hetmana królowej zimy — mroza, z najuboższej nawet izby, czynią komnatę królewskiego palacu o kryształowych witrażach.

A kiedy pod zachód słońca, rozgorzeją na niebiosach ogniste zorze, stają w ognia szkarłacie szczyty tatrzańskie, a na białą szatę królewskiego plaszcza zimy padają teczowe barwy i staje przed oczyma naszymi różnobarwna bajka. Bajka tak cudna, że oczu od niej oderwać trudno. I trwa tak aż do zagaśnięcia ostatnich blasków dnia, poczem na podtatrzańską dolinę spływa granat cichej i mroźnej nocy. Chyba, że z za Koszytej wyhynie srebrna twarz księżycy i seledynową poświata rozjaśni mroki nocy. Czyni się wówczas jasno, a cały świat oblewa się delikatną barwą błękitu...

Gdy przyjdzie taka pora, u stóp Tatr, po przykrym śnie jestem — szczególnie jej ostutków, z deszczem i błotem — ożywa wszystko. Zima u stóp Tatr, to pełnia najbujniejszego życia.

Cieszą się nią wszyscy. I ci co tu u stóp Tatr stale mieszkają i ci, którzy tu dla zimowych rozkoszy przyjeżdżają. Bo jakże się nie cieszyć, gdy płuca wchłaniają najczystsze powietrze, gdy złotych promieni potoki, dogrzewając mczem w najpogodniejsze dnie lata, osmałają skórę na kolor brązu, gdy biała ściel śniegu naci i wabi ku sobie...

Siadasz w sanie i w jazgocie srebrzystym, metalicznym dzwoneków, zawieszonych u szyji, parą, z nozdrzy buchającego i srebrnym szronem na pysku i podbrzuszu obsypanego konia, i jedziesz w dolinę podtatrzańską. Jedziesz kolejną wyżłobiona, by wawóz w metrowej pokrywie śnieżnej... Po obu stronach drogi chylą się tu tobie piana śnieżna obielone drzewa i krzewy, a nad nimi sterczą nagie, szare turnie, upstrzone w zalomach skatnych białymi plamami śniegu...

A jeżeli jeszcze dostatecznie jesteś młody i silny, przypinasz do nóg długie drewniane deseczki — narty, w rece ujmujesz kijki i pntasz się wgóre, ku szczytom, wglab Tatr, w bajeczne królestwo zimy, by użyć zjazdów, by z wchrami pójść w zawody. By tam ze szczytu napawać się wspaniałością zimowego tatrzańkiego pejzażu, by plawić się w powodzi blasków słonecznych, by oddechać pełnią piersi.

To znów zamieniasz drewniane, na stalowe łyżwy i idziesz na lodowisko olbrzymie i najwspanialej w całej Europie położone i używasz po lustrzanej taśli rozkoszy niebiańskich.

Jeżeli zaś sam tych rozkoszy zażywać nie możesz, masz prawo cieszyć się widokiem drugich, czy to na stadionach sportowych w czasie wspaniałych, na bardzo wysokim poziomie stojących, zawodów sportowych, czy pod Krowką obserwując skaczących narciarzy, czy na Lipkach wśród rozgwaru towarzyskiego życia sportowego...

I z pewnością, jeżeli raz cię tu, pod stopy Gewontu łaska boska sprowadzi, o cudnej zimowej porze, to wracać tu będziesz po wielokroć, a przez długie miesiące roku siedząc w zadymionem mieście — tęsknić będziesz do tych cudów, do tej królewskiej bajki zimowej, która jest najcudniejszym snem nocy letniej, a jawą właśnie teraz...

Biały feljeton.

Przedruk dozwolony jedynie za podaniem źródła.

Dzisiaj postanowiłem przemawiać w tonacji pogodnej i w kolorze białym, odmieniając temat, jako ta nieszczęsna Trawiata, co w jeden wieniec spłata ciernie z kwiatami, z kwiatami wraz. Otóż właśnie. Trawiata oddała Bogu śpiewającego ducha, bo popłakiwała w Paryżu, zamiast się leczyć w Zakopanem. W ten okrzykny sposób znalazłszy się w tem najuczciwszym miejscu na polskiej ziemi, mogę się przyznać, że właśnie będziemy gadali o niem, jak bowiem na każdego zwierzaka u Jacka Londona przychodzi tak zwany „zew” — a zwierzak wszystko wtedy porzuca i ucieka ze swoją przysłowiową naturą do lasu, tak i na mnie, w tym mniej więcej czasie, przychodzi obłędna chwila gorączki, kiedy muszę jechać do Zakopanego, albo przynajmniej bredzić o niem, jak pomyłony kochanek o kochance, co ma morskie oczy i nabita jest w sobie, jak Gubałówka. Oni tam też wyopatrują z bolesną tęsknotą mojego przybycia, a kiedy się pojawiają Krupówkach, uśmiechają się do mnie wszystkie gęby, kozy beczą radośnie, skwirza orły, świszczą świstaki, a dorożkarze oznajmniają poufnie swoim koniom, że sezon się uda, bo pan Makuszyński przyjechał. Gdybym się nie zjawił, popłynęłyby słozy, a człowiek, który pamięta okres, kiedy Tatry były jeszcze małe, stary Karpowicz, gotówby popełnić czyn obłędny i nie znając miary żalości, mógłby wypić butelkę własnego wina. A zaprawdę, zaprawdę powiadam wam, lepiejbym mu było, gdyby wypił litr jodyny, wzmocnionej nitrogliceryną.

Doskonale Mogę pojechać, ale jedźmy wszyscy. Kiepskie polskie dżentelmeny myślą, że w St. Moritz jest ładnie, bo to dalej i dziesięć razy więcej kosztuje, a ja się klnę na zakopiańskie słońce, że najpiękniejsza zima na świecie jest właśnie w tem zatracconem Zakopanem. Jużeśmy tam wszystko przygotowali, aby było najświetniej. Towarzystwo Imprez Sportowych przygotowało wielkie wyciągi i rozmaite awantury, zrobimy wam teatr, nałowimy psiragów, łososi i karpów po żydowsku, zakatrupimy kilka tysięcy tustych kwiczołów, wedle starej recepty zamienimy wszystkie potoki górskie w wino, a Pan Bóg da nam słońce, pogodę, zdrowie, rzeźwy wiatr, śnieg brylantowy, góry i tę wielką radość, co na wietrze ponad nami lata. Każdy zimowy dzień, biały jak dziewczyna, co idzie do ślubu, i tak samo śliczny, jasności przepoi nam oczy i zetrze z nich wszystką czarność, wszystką szarość i czerwone znużenie. Po powrocie będziemy patrzeć jaśniej i śmiejeły w tę stronę, z której ma przyjść nadzieja. Po przyjeździe do Zakopanego należy pójść natychmiast do kościoła i podziękować Panu Bogu, że świat jest taki przedziwnie piękny i że wróg łud — komornik — pozostał w Warszawie, zgubiwszy ślad uczciwego człowieka. A potem oszaleć — białem szaleństwem. Można jeść śnieg garściami i popijać powietrzem, upajającym, jak wino. Spójrzeć na góry i ura-

dować się, że jeszcze nie wszystko na świecie jest płaskie, bo jest jeszcze coś, co aż pod niebo wyrasta.

Mówi w tej chwili jeden do drugiego: „Dobre gada, bo jest pyskały, ale niech powie, za co jechać?” Uwaga jest rozproszona, upoważniony jednak jestem do przysięgi, że w Zakopanem jest tanio i będzie tanio. Najlepszym dowodem, że największy może tam pojechać golec — jest to, że ja tam jadę, a porcieta, z przeproszeniem mam tak wyświechtane, jak nie przymierzając, profesor uniwersytetu.

Abym rozkosz zimy była zupełna, należy postarać się o dwie deski, które nazywają nartami. Do niedawna byłem przekonany, że owe narty — inaczej nazywane „ski” — służą jedynie przy układaniu rebusów obrazkowych. W starym Tygodniku ilustrowanym dość trudno można było spotkać rebus, w którymby nie narysowano dwóch zadziwiających deszczulek, co oznaczało „ski” w jakimś złożonym wyrazie. Mógł to odgadnąć największy nawet beczwał, taki z dziada prazdiada. Okazało się jednak, że są gdzieś na świecie ludzie, co nie znając sztuki układania rebusów, umieją na tem ski jeździć wybornie, co dowodzi, że nawet tłuszczem nalani Eskimosi, wujowie renifera i bratowię morskiej krowy, umieją wymyślić coś dowcipnego, ssąc mądrość z zamrożonego i kranjanego w kostki szpiku. Teraz zaś, kiedyśmy przewertowali Londona i Curwooda, straszliwie mroźne odbywszy z nimi podróżę aż do czterdziestej mili nad Jukonem, wiemy, że bez nart niedaleko zajędzie w tych milych krajalch, gdzie czasem człowiek zjada psa zaprzęgowego, a czasem pies człowieka, jeśli autorowi bohater już nie jest potrzebny i niewiadomo, jak go inaczej zgładzić ze świata. Tam jest to sprzęt szanowany i bardzo użyteczny, do nas zaś dostał się jako sprzęt wesoly i bardzo zabawny. Z początku był dziwowskiem, teraz zaś — jak to już niektórym wiadomo ze zdjęć fotograficznych, używany jest nagminnie i bardzo lubiany.

Wszyscy już dziś wiedzą, jak wyglądają narty, które stały się namietnością i ukochanym sportem. Mężczyźni traktują go na serio, kobiety zaś z tego uwielbiają powodu, że przywdzawszy spodnie, mogą się w ten mizerny i niewinny sposób zbliżyć do męskiego ideału. Wspaniały jakiś czar i upojenie jest w tej jeździe, podczas której człowiek w kolorowym szaliku powiada szaremu wiatrowi: „Gońże mnie, jeśli zdołasz” — a wiatr z wywalonym ozorem, jak głupi pies goni, niewiadomo po co. Piękna to jest jazda, podczas której człowiek lamie opór wiatru i śniegu, a czasem lamie nogę, albo trzy zęby. Narciarz bieży i gubi za sobą przestrzeń i binokle, sieje poza sobą brylanty śniegu, a czasem zdrowe swoje zęby. Niekiedy krąży wieść po Zakopanem, że wreszcie znaleziono w Tatrach ząb jaskiniowego niedźwiedzia, a to tylko dzielnia i śmigła polska



... pogłoski o tem, jakobym się fotografował pod party zylu kijkiem na tle plachty... są brudny wymyślem...

dziewoja, narciarka, zgubiła go, wykopyrtnawszy się na jodłowym pniaku.

Ponieważ nigdy niczego nie czynię lekkomyślnie, postanowiłem przeto narciarzem zostać w wieku dojrzałym i w ten sposób zyskałem czas do obserwacji pilnych i systematycznych. Mniejwieję przez lat dziesięć patrzyłem, jak to czynią inni, zbyt porywczy i rwący się do niebezpieczeństw. Zyskałem na tem wiele, bo ja jeszcze nie zacząłem, a wielu z moich przyjaciół już zdążyło sobie pomóc niektóre członki, nadwreżyć zebra i przeredzić plot zębów, które w tym wieku odrastają z trudnością i za ciężkie pieniądze. Może byłbym obserwował dłużej jeszcze, gdyby nie to, że epidemia tego sportu spowodowała moja samotność. Zawsze było łatwo o kompanię w Zakopanem, kiedy jednak warjat zaczął podzić warjata, a pleć, dość łatwa dotąd do rozpoznania, stała się w powodu stroju trudną do odgadnięcia, uczyniło mi się nijako. Zostałem sam, jak narta, do której niema pary. Pozycja była fałszywa. Wszyscy na śniegu, na stokach i halach, a ja jeden w knajpie z miłym Wołchem, niejakim Cinzano. Wychodze na Lipki i widzę małą dziewczynkę, zjeżdżającą szusem jak wiatr, różową jak jutrzynka, śmiałą jak kozica, śliczną jak pocalunek. — Ile masz lat maleńka? — pytam z ukrytą zawiaścią. Siedem — odpowiada mi Iris. — A jak dawno jeździłsz? — Cztery — powiada mi z dumą ta śliczna czarownica. — Wobec precyzystości śniegu nikt nie skłamię, nawet kobieta, tem mniej dziecko. Dałem w pysk własnej, rozzałonej duszy. — Słyszałeś, byku z dolin! — rzekłem sobie, a głos mój przypominał chrząst śniegu. Ma lat siedem, a jeździ cztery. A ty co robisz? Wędzisz się w dymie knajpy, jak flondra na Helu, flanjunges po asfalcie, skacziesz Ithem nadół w czarną topiel gazet, od siedzenia przy opaleim biurku jedną łopatkę masz już wyższą od drugiej, boisz się przeciągu, mrozu i wiatru, i pijesz Chian-ti zamiast pić słońce, magocie obrzydli! — Boję się! — zapłakała we mnie dusza. — A butelki się nie boisz? — Och, nie! — Od dzisiaj będziesz się bała, kocmołochu! Idziemy! — Dokąd? — Na narty!

Niosłem ją omdlałą na ramieniu. Śmiech mi bierze. Doprawdy, kiedy sobie dziś to wszystko przypominam. Dzisiaj, kiedy mam za sobą setki przebytych kilometrów, dziesiątki pierwszych nagród, żetonów i dyplomów, kiedy jestem wybitnym członkiem kilku sportowych klubów i kiedy zaczynam cicho marzyć o mistrzostwie Polski. Nie mówię tego, aby się własną tuczyć chwalać, jakby to uczynił autor myśliwskiego pamiętnika, ani nie łżę, co on by z pewnością uczynił. Śmieszne to są dla mnie drobiazgi, a dlatego o nich wspominać, aby do tego boskiego sportu zachęcić wszystkich niegzułów i niemrawych ludzi i aby im na żywym przykładzie zademonstrować, że w każdym z nas bohaterstwo tkwi w zarodku, tylko strasznie głęboko ukryte. Tu, co mi się wydawało straszliwe, jest dziś dla mnie zabawka. Kiedy Ossendonek pierwszego strzelał zająca, to też w nim serce ze wzruszonej skakało trwoigi. A dziś? Na lwa srogiego bez obawy siedzie, a tygrysa strzela od ręki.

Kiedy poznałem wszystkie tajemnice królewskiego sportu, wydaje mi się on łatwym z tej prostej przyczyny, że od pierwszej chwili zwyciężyłem trwoię za gardło, pyskiem zwałłem ją na ziemię i kazałem gryźć śnieg. Nie bać się — oto przykazanie narciarza. Tak mi uczył mój mistrz narciarski, namilszy malarz Tadeusz Koniewicz, który nosi przy dewizce, oprawy w złoto, mój ząb, na pamiątkę pierwszej lekcji.

Podczas krótkiej chwili oszalałego pędu, kiedy śmierć za tobą bieży, wyjąc głosem wichru, w błyskawicowym skrócie widzisz swoje życie, wloty i upadki, blaski i nędze,

błędy i grzechy. Może dlatego różni ludzie nie chcą już zjeżdżać po raz drugi, aby nie widzieć tej diabelskiej syntezy paskudztwa. Tylko ludzie niezbyt obciążeni na sumieniu są dobrzy narciarzami. Nie rwa się do nart: adwokaci, dyrektorzy banków i wydawcy, za żadne skarby nie pojedzie naczelnik urzędu skarbowego, natomiast istoty tak bezgrzeszne, jak panny, literaci i malarze, są narciarskimi znakomitościami. Nie należy jednak przejmować się zbytnio tym wzglem i dlatego unikać nart. Narciarskie spodnie są obszerne i niejedno ukryć zdołają.

Wśród wielu nacy, które w tym śnieżnym rozłubowały się sporcie, Polacy wprost oszaleńciami okazali zdolności. Nigdy i od nikogo nie nauczyliśmy się sztuk trudnych i takich nudnych, jak wstrzemięźliwość, oszczędność i inne takie wymysły, w sztukach jednak śmiałych i grozących każdej chwili skróceniem karku, nikt nie miał nigdy uczniów zdolniejszych. Kto inny wymyślił wódkę, ale gdy nam raz pokazano, jak ją się robi, niech kto teraz potrafi zrobić lepszą. Pokazali nam narty. Polak spojrział, uśmiechnął się, cmoknął z wielkiego ukontentowania i tak zaczął jeździć, jakby go w młodości karmili mlekiem reniferów, a w starszym wieku foczem sadem. Wielu zna te sztuki, zanim jeszcze uirzało narty, wielu się ślęga przez życie, jak po śniegu, inni skaczą na łeb i na szyję z każdej skoczni. Wziąć byle starego wyjadacza i przyczepić mu narty do pedałów, a będzie ci śmigał i zgrabnie i nie zawadzi o kamień ani o krymalin. Inny tak ci uskończy w biały niewinny śnieg, że prokurator to tylko mowę straci na chwilę ze zdumienia, a tamten już dalej bieży wśród okrzyków i poklasków. Tacy jednak marnują przyrodzone swoje zdolności i na prawdziwych nartach nigdy nie jeżdżą.

Narciarze prawdziwi są to ludzie szlachetni i sprawiedliwi, chociaż manjacy i cokolwiek kłnieci na rozumie. Kiedy na takiego przyjdzie czas ruji, ściślej mówiąc, okres sportowy, taki to ci się wtedy wyrzeka i żony i kochanki i dziatek miłych i ciepłego łoża, śnieg bowiem tak mu uderza na mózgu, że go chwytą szaleństwo. Rozumiem go. Taki musi z siebie wytrażyć wszystkie ładactwa i pozwolić wyparować na zimnym wietrze tej całej propinacji, którą wypił.

Chciałbym wszystkich namówić do tej jazdy po diamentach. Dlatego o niej mówię, że sport narciarski nie posiada dotąd swojego piewcy. Obrzydliwa jednak kalumnia wydaje mi się argument, że inaczej być nie może, bo znakomici narciarze mają często wielkie wątpliwości w dziedzinie zasad ortograficznych, okuczając w tych sprawach żywą i zbyt indywidualną bujność i awanturniczość pomysłów, co im przeszkadza cokolwiek w zdobyciu laurów pisarskich. Rzecz oczywista, że prawdziwy narciarz potrafi najlepiej pisać poematy na dzwielczym śniegu, gardząc słusznie nakazami Akademii Umiejętności, krępującemu ruchliwość nóg i myśli. Niech jednak cała Akademia potrafi tak zjechać zakosami po lodowej skorupie, jak jakiś dzielny Motyka. Wtedy byłmy zobaczyli, co trudniejsze.

Do widzenia przeto w Zakopanem.

Jeszcze tylko jedno słowo: sprzedam, że wszelkie pogłoski o tem, jakobym się fotografował podparty ztyłu

cukier krzepi

Badania Prof. Dr. Goldscheidera (Berlin 1931)

wykazały, że 100 jednostek odżywczych czyli t. zw. kaloryj zawartych jest w 500 gramach salaty, 400 gr. jarzyny, 100 gr. cieliciny smażonej, lososia, szcupaka, 80 gr. roaslibefu, 70 gr móżdżku cieliciego, 40 gr. kawioru

i tylko w 25 gramach cukru.

Cukier jest pożywniejszy prawie dwa razy od kawioru, prawie trzy razy od móżdżku, cztery razy od cieliciny i t. d.

Tylko Zakopane i Tatry
wzmocnią Twoje płuca
i pracę
nadszarpane nerwy.

Nowi kawalerowie orderu „Odrodzenia Polski” w ZAKOPANEM.

DR. EDMUND BRZEZIŃSKI, odznaczony już poprzednio (7 lipca 1931 r.) krzyżem „Niepodległości”, urodził się 11 maja 1854 r. w we wsi Szmarzówce w Kijowszczyźnie. Dom Jego rodziców był szczerze polski, o tradycjach utrzymujących ciągłość duchową z utraconą Ojczyzną. Ojciec Dr. Brzezińskiego był obywatелем ziemskim. Za udział w powstaniu 1863 r. aresztowany i osadzony w cytadeli kijowskiej, zmarł wkrótce na suchoty, a majątek jego został skonfiskowany przez rząd rosyjski. Wdowa z sześciorgiem dzieci pozostała w ciężkich warunkach. W tym trudnym i ciężkim okresie rozpoczęła Dr. Brzeziński naukę w gimnazjum w Białej Cerkwi. Od pierwszej chwili brała udział w pracy narodowo-ucielniającej, a w klasie V-tej organizując związek tajny uczniów i staje na jego czele jako prezes. W r. 1872 zdaje maturę. Ciężkie warunki bytu, zmuszające Go do wczesnego zarobkowania korepetycją, nie pozwalają Mu poświęcić się umiłowemu przez Niego studjum medycznemu i zapisuje się na wydział prawa w Odessie, potem przetrzuca się na technologię do Petersburga. Tu wciąga się do dalszej pracy politycznej i zostaje radnym „Centralnej Rady” młodzieży z Koła Ukraińskich (pochodzi z Ukrainy) i rozwija wśród młodzieży swoją działalność polityczną. Za zaburzenia ogólnostudenckie zostaje wydany z instytutu, aresztowany i odstawiony do miejsca rodzinnego, gdzie pozostaje pod łajnym dozorem policjnym. W następstwie tego, ucelulawszy nieco za korepetycje grosza, uzyskując świadectwo lekarskie, wyjeżdża do Wiednia i tu urzeczywistnia swoje marzenia, zapisuje się na medycynę. Nie zanedbauje jednak pracy społeczno-politycznej. Mieszkanie Jego staje się ośrodkiem, pośredniczącym między Polską i Rosją z jednej, a zachodem, względnie Genuą z drugiej strony. W następstwie tego, przez nieostrożność jednego z kolegów, zostaje aresztowany i „w kajdanych” po długich dniach pobytu w cuchnącej celi... odstawiony do Lwowa. Tu zapada w więzieniu na tyfus. Po sześciomiesięcznym pobycie w celi więziennej, a częściowo szpitalu więziennym, zostaje zwolniony. Powraca na dalsze studia do Wiednia, lecz niezatroszony niczem pracuje nadal politycznie. W 1879 r. zostaje znowu aresztowany w związku z głośną sprawą Ludwika Waryńskiego i towarzyszy. Po procesie uniewinniony wprawdzie, zostaje wydany do Austrii. Udaje się do węg. do Szwarzjarki i w Bernie, borykając się z biedą, uzyskuje wreszcie w 1883 r. dyplom lekarski. Dla uzyskania podstaw bytu udaje się do Bulgarii, gdzie pracuje kilkanaście lat jako lekarz, uzyskując olbrzymi rozgłos i sławę, a miarą jego popularności w tym kraju niech będzie to, że przeważano Go tam trzecim apostołem Koźmy i Damiana, t. zw. „Bez-rehnickim”. W międzyczasie Rosja czyniła bezskuteczne starania o wydanie „buntownika”. Tesknota za krajem i miłość Ojczyzny powodują chęć powrotu do Kraju, a przynajmniej do Galicji. Wnosi więc do rządu austriackiego podanie o nostryfikację dyplomu. Na załatwienie prośby czeka osm lat — w końcu jednak pozwolono użyć i nareszcie po dwudziestu dwu latach przymusowej emigracji staje na rodzinnej ziemi, uzyskując warunkowe pozwolenie „odwoławczego pobytu”, które nie straciło swej mocy obowiązującej aż do upadku Austrii. Wróciwszy do Kraju pracuje naprzód przy s. p. Drze Dłuskim w jego sanatorjum w Zakopanem, a po uzyskaniu w r. 1903 dyplomu lekarskiego (nostryfikacji) w Krakowie, rozpoczyna w Zakopanem prywatną praktykę lekarską. Jego ofiarny charakter nie pozwala Mu jednak zadowolić się tylko prywatną praktyką, więc pracuje w różnych instytucjach o charakterze społecznym i humanitarnym. Od 1906—1914 r. jest prezesem i lektorem kierującym Tow. Domu Zdrawia Nauce Szkół Powsz., od 1908 do 1924 jest prezesem i dyrektorem Domu Zdr. „Bratniej Pomocy”, a wszędzie i zawsze pracuje z największym poświęceniem.

W uznaniu tych zasług młodzieży mianuje Go członkiem honorowym tych towarzystw. Podobnym zaszczytem darzy Go tutejsze Towarzystwo Lekarskie, którego prezesem był przez szereg lat. Był poza tem przez lat siedm delegatem do Komisji Klimatycznej, członkiem Tow. Strzeleckiego, prezesem zakopiańskiego N. K. N., od 1914 do 1918 r. był bezinteresownym lekarzem ochronki: „Kolonji dla dzieci legjonistów”, opiekował się przez dwa lata Sanatorjum dla b. legjonistów i t. d. — jednym słowem, wszędzie gdzie była potrzeba ofiarnej pracy, przychodził

Dr. Brzeziński i długie lata, cicho i skromnie, nie szukając rozgłosu, pracował, ofiarowując nietylko swoją wiedzę i czas, ale i wielkie, gorące serce i swoją bezinteresowność, posuniętą do najwyższych granic.

Dr. Brzeziński swym życiem i pracą dobrze zasłużył się Ojczyźnie! — Cześć Mu!!

Dr. Aleksander Januszkowski.

DR. OLGIERD SOKOŁOWSKI urodził się w Kazaniu, w roku 1882. Jego ojciec, Walery Sokolowski, pochodził z Litwy, z rodziny kalwińskiej. W Kazaniu był wicyprezesem sądu okręgowego. Jego matka, Zofia Lipska, pochodziła również z Litwy. Atmosfera domu państwa Sokolowskich była przedewszystkiem atmosfera starej i wysokiej kultury polskiej, cnoty i surowego obyczajów, poszanowania prawa boskiego i wyprzedzania z nędzą ludzką, gotowości do pomocy bliżnim i współpracującej dążności do tego, aby żyć na wysokim, na podniosłym poziomie moralnym. Dom był otwarty dla kazaniejskiej kolonii polskiej. A w tej kolonii poważną grupę stanowił studenci, młodzi ludzie pełni entuzjazmu, którzy musieli szukać gimnazjów i uniwersytetów w głębi Rosji, ponieważ im uniemożliwiono studjum w Kon-gresówce za przekonania i działalność narodową lub społeczną. Przystąpił więc zaim rozmowom w duchu przeciwcenzuralnym i przeciwożyłowym młody Olgierd Sokolowski już w czasach swoich gimnazjalnych. Potem — jako student medycyny kazańskiego uniwersytetu — za udział w organizacji rewolucyjnej był aresztowany, więziony i skazany na osiedlenie we wschodnich guberniach. Szczeliłwim trafem zdołał ułknąć do Dorpatu i tam skończył medycynę.

Przyjął następnie posadę ordynatora w szpitalu w Kochanówce pod Łodzią, gdzie dyrektorem był Dr. Chodźko, późniejszy minister zdrowia w Polsce. Stał tam po kilku latach przenosił się do Zakopanego, gdzie objął asysturę w sanatorjum podówczas Dłuskich. W roku 1919 został tegoż sanatorjum dyrektorem. Po pewnym czasie, w r. 1921, osiadł w Zakopanem jako lekarz woloipraktykujący.

Porzucił Go w 1919 roku.

Zechciejcie posłuchać, co o nim myślę, dwunastoletni świadek życia Jego i działalności.

Patrzę na jego wytyżoną pracę zawodową. Lekarz w chorobach wewnętrznych, specjalista w chorobach płuc, autor rozpraw drukowanych w czasopiśmie fachowych, ostatnio broszury p. t. „Gruclica”, opublikowane jako zeszyt IV „Lekarska Praktyka” (Kraków 1929) i „Suchoty a gruclica”, opublikowane jako zeszyt XIII tegoż wydawnictwa w 1930 r., bardzo ceniony przez pierwsze powagi medycyny kraju, konsultent tutejszego szpitala klimatycznego i sanatorjum wojskowego im. Marszałka Piłsudskiego, nie porzyskając na studjum stałem najnowszej literatury lekarskiej, corocznie wyjeżdża zagranicę, aby poznawać nowe metody walki z chorobami płuc, z gruclicą wogóle, osobiście zetknął się z ludźmi o europejskiej siły światowej sławie, obejrzał nowe metody lecznicze.

Znam Jego pacjentiów legion i wiem, że tego legjonu głos jest jeden: głosi on chwale Lekarza i Człowieka; wynosi wysoko Jego wiedzę fachową, wielbi intuicję i zreczność, zachwycia się poświęceniem, delikatnością, sumiennością, bezinteresownością. W tym chorze słyszę głosy kapłanów katolickich i chrześcijan, rabinów i żydów, Polaków i wszelkich nacji, których przedstawicieli do skierował do Zakopanego, bogaczy i biednych, ludzi dojrzałych i młocich uczniów.

Znam Mu szlachetność i prawością równych, nie znam wyższych. Nieugięty, niezłomny w przekonaniach, ma prawie tylko u najsubtelniejszych kobiet spotykaną delikatność uczuć i ohejska się.

Jezeli zechciecie uznać możliwosc takiego określenia, że są cywilni święci, święci codziennego życia, święci w chacie lekarskim, święci swojego zawodu, to powiem wam, że takim cywilnym świętym jest właśnie Olgierd Sokolowski.

Dr Stanisław Turawski.

czakier krzepię

„Rośliny zielone posiadają cudowną zdolność wiązania energii promienistej słońca wraz z cząsteczką dwutlenku węgla i wody, budując w ten sposób rodzaj małego akumulatora energii — cząsteczkę cukru. Ten akumulator w organizmie może być łatwo rozładowany, wywołując wszelkie postacie energii, jaka się przedstawia w życiu.”

Doc. Dr. Szulc

Dyrektor Państwowego Instytutu Higieny

DZIAŁ TATRZAŃSKI

Prace Polsk. Tow. Tatrzańskiego w Tatrach. W ciągu bieżącego sezonu letniego pod kierunkiem Zarządu Głównego Polsk. Tow. Tatrzańskiego dokonano naprawy i odnowienia znakowania trzydziestu dwóch górskich szlaków turystycznych na terenie Tatr Polskich od doliny Kościeliskiej — po Kotlinę Morskiego Oka. Ustawiono nadto w różnych punktach trzy wielkie i dwadzieścia mniejszych tablic informacyjnych (drogowkazowych), których brak w niektórych okolicach Tatr dawał się szczególnie odczuwać, wskutek czego turyści, inni znający Tatry, blądzieli. Wśród nowo-wyznaczonych szlaków turystycznych należy wymienić:

1. Hala Tomanowa—Rzędy (barwa zielona) i 2. Dolina Kościeliska—Ciemiąk (barwa czerwona) — oba te szlaki umożliwiają wygodnie osiągnięcie z górnych i dolnych partii doliny Kościeliskiej zachodniej części grupy Czerwonych Wierchów.

3. Następnie wyznakowano połączenie leśnika i uzdrowiska Bukowina z Halą Gąsienicową; od Bukowiny przez Tarasówkę i Brzeziny do Psiej Trawki barwą niebieską, stamtąd doliną Suchoj Wody do schroniska P. T. T. na Hali Gąsienicowej barwą czerwoną. Nowy ten, pierwszorzędnny szlak narciarski został wyznakowany w sposób korzystny dla turystyki zimowej, znaki bowiem umieszczono wysoko na drzewach oraz poprowadzono go zgodnie z wymogami narciarstwa (szczególnie na trasie Bukowina—Brzeziny).

Jednocześnie odnowiono znieszone i zatarłe znakiowe szlaki Bukowina — Głodówka — Klimkówka — szosa do Morskiego Oka (barwa czerwona).

Następnym czasie przewidziana jest rewizja znakowania w paśmie Regli, ciąg dalszy prac znakarskich w Tatrach Wysokich i Zachodnich (okolice doliny Kościeliskiej i Chochołowskie). Zaznaczyć wypada, że w związku z planem ograniczenia liczby ścieżek znakowanych w Tatrach, zatwierdzonych w zasadzie przez Zarząd Główny P. T. T. (przy jednoczesnym ulępszeniu jakości pozostałych ścieżek) komisja P. T. T. dla robót w górach postanowiła znieść niektóre znakowania w Tatrach, tam mianowicie, gdzie uznano to za stosowne.

W najbliższym czasie rozpoczną prace Komisja Tatrzańska P. T. T. (złożona z przedstawicieli Zarządu Głównego i Centralnego Biura P. T. T. oraz Oddziałów i Sekcji, pracujących na terenie Tatr Podtatrzu) celem ustalenia dokładnego planu robót w Tatrach i na polskim Podtatrzu na najbliższe lata.

Na roboty około przeprowadzenia znakowań w h. r. wraz z ustawieniem tabliczek drogowkazowych P. T. T. wyasygnowało przeszło dwa tysiące złotych.

Poza robotami znakarskimi wykonano niemal zupełnie kapitalną przebudowę ścieżki z nad Morskiego Oka do Czarnego Stawu i dokończono roboty około naprawy ścieżki z Morskiego Oka do Pieciu Stawów Polskich. Na naprawę tych ścieżek toż Zarząd Główny wraz z Oddziałem krakowskim P. T. T.

Przebudowę ścieżki z Kuźnic na Hali Gąsienicowa, której dalsza część na Boczarzu została oddana bieżącego lata do użytku, prowadzi nadal Oddział Warszawski Polsk. Tow. Tatrzańskiego.

Z literatury tatrzańskiej. „WIERCHÓW” rocznik poświęcony górom i góralstwu, organ Polsk. Tow. Tatr., rok 9, Kraków 1931. Nakładem P. T. T., str. 221 XCIX, 5 ilustracji poza tekstem i 12 czarne ilustracje w tekście, zawiera. O Śląskim Beskidzie (32 ilustr. w tekście, 2 rotogravury poza tekstem) — słowo wstępne K. Sosnowski, I. Uroda Beskidu Śląskiego G. Morcinek, II. O przyrodzie Beskidu Śląskiego K. Simm, III.

Turystyka w Beskidzie Śląskim J. Galicz, IV. Istebna, P. Zawada. — O „styl zakopiański” w budownictwie Zakopanego i Podhala (28 ilustr., 2 tabele poza tekstem) J. G. Pawlikowski (cztery rozdziały: I. Sedno sprawy, II. Jak się buduje w Zakopanem, III. Dookoła ratusza, IV. Nasza ankieta (głosy 15-16 architektów). — Kromka: Bój o Parki narodowe (6 ilustr.) W. Gostel, S. p. Liberał, Badania naukowe, Ochrona przyrody (5 ilustr.). Turystyka (4 ilustr.). Podhale i Zakopane, Piśmiennictwo, Rozmaitości (4 ilustr.). Od Redakcji, Errata. Sprawozdanie Zarządu Głównego P. T. T.

Ostatni rocznik „Wierchów” przynosi bardzo skąpy plon artykułów, bo tylko dwie prace, a to o „Śląskim Beskidzie” i o „stylu zakopiańskim”. Ten drugi łączy się ściśle ze sprawami Zakopanego i jest niejako dalszym ciągiem ankiety, prowadzonej w ubiegłym roku na łamach naszego wydawnictwa. Bogatszy materiał dotyczy Tatry i Zakopanego znajdujemy natomiast w „Kronice” w działach poszczególnych oraz w Sprawozdaniu Zarządu Głównego P. T. T. Cały tom, tak jak i poprzednie, przedstawia się pod względem doboru treści jak i wykonania nadzwyczaj siarannie i powinien znaleźć się na półkach bibliotecznycy każdego miłośnika Tatr i Zakopanego.



Sprawozdanie komitetu budowy gro- bowca dla ś. p. Bartłomieja Obrochty.

Poświęcony podczas ostatniego „Tygodnia Tatrzańskiego” na nowym zakopiańskim cmentarzu nagrobek dla ś. p. Bartłomieja Obrochty znanego przewodnika i muzyka, powstał na skutek starań komitetu, zawiązanego w ub. r. pod przewodnictwem rektora Karola Szymanowskiego, a złożonego z przyjaciół zmarłego i miłośników podhalańskiej muzyki. Składając rachunkowe sprawozdanie, komitet składa podziękowanie tym wszystkim, którzy przyczynili się ofiarami do budowy skromnego grobowca, mającego na celu uczczenie pamięci ostatniego wielkiego przedstawiciela dawnej ludowej muzyki podhalańskiej i jednego z ostatnich reprezentantów zamierającej góralstwu Szkalnego Podhala.

Wykaz ofiar: zebrane wśród członków Komitetu —

Karol Szymanowski 50 zł, Adolf Chybiński 50 zł, Stanisław Mierczyński 25 zł, Juliusz Zborowski 25 zł, Karol Strzyński projekt grobowca i budowa. Zebrane od przyjaciół i znajomych zmarłego: Feliks Gwiżdż 50 zł, A. Gromadzi 30 zł, Jan Sunderland 25 zł, Karol Stoch z Ameryki 10 zł. Zebrane od instytucji i towarzystw: część dochodu z Wieczornicy Związku Górali w Zakopanem w 1927 r., z intencjąj Stanisława Mierczyńskiego 215 zł 16 gr, gmina i zarząd uzdrowiska Zakopane 100 zł, Bank Podhalański 50 zł, Związek Górali 15 zł, Polsk. Tow. Tatrzańskie — Zarząd Główny 200 zł, Polskie Tow. Tatrzańskie, Oddział Warszawski 150 zł, Muzeum Tatrzańskie 200 zł, Zarząd dóbr Jaszczurówka — bloki kamienne na nagrobek.

Razem gotówką 1.155 zł 16 gr i dary w naturze. Wydatki: rzódka i wyrób bloków kamiennych z doliny, cement, piasek itd. 140 zł. Wykonanie dolnej części grobowca i budowa całości 800 zł. Wykonanie górnej części 250 zł. Razem wydatki 1.190 zł, ściśle wedle zaprojektowanego kosztorysu.

Rachunki i dowody kasowe składa komitet u dyrektora Banku Podhalańskiego p. Wojciecha Krzeptowskiego. Pozostałość w kwocie 5 zł 16 gr, złożoną na książeczce Banku Podhalańskiego numer 7246, przekazuje komitet na akcję pomocy dla bezrobotnych Urzędowi Gminnemu w Zakopanem.

Sporty zimowe w Zakopanem

Zdjęcia fotograficzne H. Schabenbecka.



U śród Tatr wre życie. Sezon zimowy w pełni Skryte za srebrzystą srogią szczyły tatrzańskie plawią się w polakach złotych promieni słonecznych. Cała równina zakopiańska obładowa również temi złotymi blaskami, ukryta białym, królowym płaszczem zimy, gdy cała przyroda śpi długim snem zimowym, drga życiem sezonu zimowego. Cały przestwór nad Zakopanem rozegrany jest rozdźwiękiem dzwonek, gwarem głosów ludzkich, śmiechem, skrzyknięciem płoz i obuwia o zmarznięty śnieg.

Biała, dziewicza szata śnieżna, pokrajana tysiącami śladami nart, świadczy o bujni życia narciarskiego, o żywotności tego szlachetnego sportu, który od kilkunastu lat zdobył sobie na naszym terenie prawo powszechności. Widzi się na nartach nie tylko młodzież ohojga pici, ale i ludzi dorosłych, wiekowych i młodzież nieletnia, ba — dzieciarnię, ledwo od ziemi odrosłą. Czarno i rujno jest na wszystkich okolicznych wzgórzach — na Lipkach, Wilczniku, Antałowcu, Koziańcu, na stokach Gubałówki. Co w nogach silniejsze i sprawniejsze dąży w góry — na Hałę Gasienicową, do dolin: Chochołowskiej, Kościeliskiej i dalej w góry i szczyty, by tam w bezpośrednim zelknięciu się z dziką przyrodą górską wdrzeć się w bastiony i palisady obozu przepięknej władczyni, królowej Zimy.

Był czas, że sport narciarski władał w Zakopanem wszechwładnie i niepodzielnie, że cały zimowy ruch sportowy ograniczał się do tej jedynie dziedziny. Obecnie, jakkolwiek narciarstwo bezsprzecznie zajmuje pierwsze miejsce i odgrywa dominującą rolę, zakres zakopiańskiego życia sportowego rozszerzył się znacznie. Przyczynił się do tego niemajął założony tu przed dwoma laty Komitet Imprez Sportowych, który zakreśliwszy sobie szerokie pole działania, do realizacji swego programu zabrał się niezwykle energicznie i program ten rzeczywiście przeprowadził.

Wybudowanie na mniejszym slądownie K. I. S. w samym centrum Zakopanego, przy głównej ulicy T. Kościuszki (Marszałkowskiej) dużego toru łyżwiarskiego, który swymi rozmiarami i położeniem równać się może z największymi torami Europy, przyczyniło się waleń do renesansu tego pięknego i szlachetnego sportu na terenie Zakopanego.

Tor łyżwiarski cieszy się od dwóch lat olbrzymim powodzeniem i gromadzi na swaj lustrzanej tafli setki miłośników łyżwiarstwa. Urządzone na nim co roku wspaniałe, o olbrzymim znaczeniu propagandowym międzynarodowe pokazy jazdy figurowej na lodzie stanowią w sezonie zimowym atrakcję o światowym poziomie. Wystarczy wspomnieć, że dotychczas brali w nich udział tacy mistrze światowi, jak mistrzowska para Europy i Węgier — Olga Orgonista i Szallay, wicemistrzowska para Baby Rotter i Szollas, mistrzowska para czechosłowacka, małżeństwo Hoppe, mistrze Austrji Hedl Schneider i Eugen Richter, dalej młodociana wicemistrzyni świata Hilda Holovsky, węgierscy młodziki Elenar Tertak, Pataky, Denes i inni. Pokazy te, stojące na najwyższym poziomie sportowym, gromadziły na trybunach tysiączne rzesze

publiczności, wywołując niebawym entuzjazm. Tor łyżwiarski poza pokazami jazdy figurowej bywał areną rozgrywek hokejowych, a w nadchodzącym sezonie będzie również terenem ogólnopolskich zawodów o mistrzostwo Polski.

Połozony po drugiej stronie ulicy T. Kościuszki duży slądown zimowy, to teren wielkich ogólnopolskich zawodów konnych, stojących pod protektoratem Pana Prezydenta Rzeczy-



cukier krzepi

„U rekonwalescentów i wyczerpanych fizycznie cukier stanowi idealny środek wzmacniający“.

Dr. med. G. Raclązek
Redaktor Naczelny „Higijeny Pracy“



pospolitej, organizowanych przez Malopolski Klub Jazdy wespól 2 naszym Komitetem po raz czwarty w nadchodzącym sezonie. Zawody konne to clou zimowego sezonu sportowego. Ściągając na szereg tygodni do Zakopanego elite polskiego jeźdźstwa, a przede wszystkim, przyczyniają się do ożywienia życia sportowego, ale i towarzyskiego. Wysoki poziom sportowy tychże stawia je na równi z podobnymi zawodami, urządzanymi w porze letniej na torze łańkowskim w Warszawie. Biorąc w nich udział najlepsi jeźdźcy polscy, a dla przykładu i stwierdzenia prawdziwości tych słów podajemy, że

jeżdżący już od trzech lat na zakopiańskim torze por. Wojciech Bliński zdobył w latach ub. r. mistrzostwo Polski na zawodach w Warszawie. Obok niego staliśmy uczestnikami zawodów bywali dotychczas tacy mistrze, jak olimpijczyk rtm. Królikiewicz, por. Rojcewicz, por. Zgorzelski, plk. Pragłowski, por. Dąbeki Nerlich, por. Stricker i inni. Program zawodów konnych, które w najbliższym sezonie trwać będą od 20-go stycznia do 10 lutego, obejmować będzie poza konkursami skoków liczne skisjajoringi i skjajoringi, cross-country, pokazy władania białą bronią z koma, turnieje szermierze i nowości... wyścigi kłuszków, a poza tym tak bardzo cieszące się popularnością i takim malowniczo, stylową wyścigi konne i zaprzęgów, — góralskie. Bo czyż może być coś bardziej malowniczego, gdy ze startu na znak startera ruszą np. cztery parokonne zaprzęgi i wśród jazgotu dzwonek, okrzyków woźniców, sypiąc z pod kopyt tumanami śniegu, pomkną w szalonym tempie torem, by w zaciełej walce dać widzom obraz przypominający do żywa... wyścig kwadryg rzymskich.

Duży stadion sportowy bywa poza tem w sezonie zimowym tłem niezwykłe emocjonujących wyścigów motocyklowych, które posiadają już od dwóch lat charakter międzynarodowych, oraz wspaniałych wyścigów torowych samochodowych i samochodowej gimkhany. W nadchodzącym sezonie ożywi go jeszcze jedna nowość, a to zimowe (na śniegu) zawody piłkarskie, w których tutejszy Komitet Imprez Sportowych ma już zapewniony udział takich mistrzów, jak Garbarnia, Wisła i Cracovia.

Oto mniej więcej krótki przegląd tego, co daje program imprez sportowych na stadionach.

Gdy uwzględnimy jeszcze hezne zawody narciarskie, jak biegi, skoki i wielkie międzynarodowe zawody narciarskie w lutym, będziemy mieli mniej więcej pełny program tego,

co zakopiański sezon zimowy daje pod względem sportowym, Program to obfity i niezwykle urozmaicony. Sześćdziesiąt przeszło dni sportowych w okresie trzechmiesięcznego sezonu zimowego, sześćdziesiąt dni rozmaitości rozrywek, przechodzących wszystko to, co dają zagraniczne stacje sportowych, jak St. Moritz, Davos i inne, to dorobek Zakopanego ostatnich paru lat. Takim dorobkiem rzadko która miejscowość pośczydzić się może. Nic więc też dziwnego, że zakopiański sezon zimowy ślęga z roku na rok coraz liczniejsze zastępy gości, którzy tu korzystając z wspaniałych warunków zimowych, znajdują równocześnie tyle rozrywek, że na nudy w tej porze bezwzględnie narzekać nie mogą.



A zimowy sport u stóp ośnieżonych Tatr, w powodzi złotych blasków słonecznych, niosący radość życia — daje nie tylko wrażeń atrakcyjność — ale i zdrowie. W okresie tym niemal wszyscy tu przebywający nabierają w płuća tchu, do ramion przypinają skrzydła orlowe i świadomie, czy podświadomie zamieniają się sami w... sportowców, w cichem marzeniu „śniąc sny o potęgę”... mistrzostw... Czy to będzie początkujący, sibiwną skroń znaczący unciarz, czy to będzie dziecko, oderwany na parę chwil od łowy szkolnej i wyrwany z dusznej atmosfery sali szkolnej — czy to będzie wreszcie zapalony saneczkarz, czy „nowonarodzony” lub odrodzony... lyżwiarz. Wszystkich ogarnia żądza zdobycia... chociażby „szczytu” Wilcznika, chociażby zjazdu z pod Kalatówek... torem saneczkowym...

Bo jakże tu wędzić się czy w dymie kawiarnianej salki, czy dusić w czterech ścianach pokoju, kiedy na dworze jest złoście słońce, kiedy królewska zima rozściła diamentami wysadzany kobierzec, kiedy w powietrzu przeczysztem kłębią się delikatne puchy lubędzie, kiedy jest radość i życie...

Ledwo więc szary świt wstąpił się zacznie w mrok nocy, a na wschodnie czerwone zapala się blaski, wstaje kto żyw i radość. Ledwo więc szary świt wstąpił się zacznie w mrok nocy, a na wschodnie czerwone zapala się blaski, wstaje kto żyw i radość. Ledwo więc szary świt wstąpił się zacznie w mrok nocy, a na wschodnie czerwone zapala się blaski, wstaje kto żyw i radość.

ści życia żądny i wyrusza w cudny, bajeczny świat zimy tatrzańskiej. Bierze na ramiona długie, z zadartemi nosami deseczki, ujmując w ręce kijki i hajda, na nader, pod cudny baldachun niebieski... z wichrami iść w zawody. Inny ciągnie za sobą saneczki, czy „boby” — inny pod pachą dźwigający stalowe lyżwy, sunie na tor lodowy... a wszyscy po to, by kąpać się w potokach złościch promieni słonecznych, by pełną piersią lyknać nektar czystego, boskiego powietrza i karmić oczy przepyszanym widokiem w słońcu stojących Tatr...



cukier krzepi

„Jako źródło energii, pokarmy i napoje o dużej zawartości cukru, a nawet cukier w postaci kostek odgrywają wielką rolę w żywieniu się sportowców”.

PEK. DR. WŁ. OSMÓLSKI
Dyr. Centralnego Instytutu
Wychowania Fizycznego

Kronika.

Jesień tegoroczna stała pod znakiem zimy. Już z końcem września pierwszy śnieg w Zakopanem, który oblał nietylko szczyty, ale i całą dolinę zakopiańską, sygnalizował nam gwałtownie zbliżanie się tej bezspornie najodowniejszej u stóp Tatry pory. Krótki okres słoneczny, pogodny jesieni w pierwszej dekadzie października zakończył się znów świeżym opadem śnieżnym i od tego czasu coraz częstsze i coraz obfitsze opady śnieżne, a potem w listopadzie i mrozy zbliżyły nas szybkimi krokami ku... zimie. Aż przyszedł grudzień i zima w całej pełni. Tak wczesnej i tak pogodnej i śnieżnej zimy nie mieliśmy już dawno.

Uzime, że tu u stóp Tatry, na zimę, nikt nie narzeka, a nawet przeciwnie wszyscy jej oczekują z niecierpliwością i radością i to nietylko dlatego, że okres zimowy w Zakopanem to znów dla tutejszego przemysłu urodzówkowego, ale i dlatego, że zima zakopiańska, zima tatrzańska mesie pełnią radości, daje niezapomniane rozkosze i darzy zdrowiem.

Z latem, które tego roku było pod względem pogody średnie, i jesienią, która była bardzo krótka, poznaczaliśmy się bez... żalu. Jesień przeszła cicho i spokojnie w przygotowaniach i oczekiwaniu sezonu zimowego. Największym i najrozsławniejszym wydarzeniem jesieni był urządzony przy końcu września IV-ty ogólnopolski zjazd przeciwgruźliczy, który ścignął do Zakopanego ponad czterysta lekarzy. O zjeździe tym napiszemy obszernie w następnym numerze

naszego wydawnictwa, który w całości poświęcony zostanie temu zagadnieniu. Mieliśmy tu poza tem w tym czasie dwie mniejsze wycieczki zagranicę, a to dziennikarzy bułgarskich i jugosłowiańskiej handlowej misji wojskowej. Życie towarzyskie koncentrowało się jak zwykle w kawiarniach i przy lonych stolikach brydżowych szachach. Trzy zabawy na dobroczynne cele, urządzone przez tut. Związek Pracy Ob. Kobiet, stanowiły atrakcję sezonu jesienno- i zimowidła, na nich całą śmiałankę zakopiańską. Życie artystyczne ograniczyło się w tym czasie do cieszących się dużym powodzeniem występów: baletowego humorysty Fuksa w dniu 11 października i przedstawień teatralnych Sambońskiego w „Prawda czy kłamstwo” i Adwentowicza z zespołem „Reduty” w „Adwokat i róża”.

W chwili, gdy to piszemy, mamy już okres jesieni i martwoty tego sezonu poza sobą. Pociągi przybywają do Zakopanego coraz szerszej zapelnione. Ulice czernią się coraz większym zastępem gości, przestwór nasycę się coraz bardziej jagzotem dzwónków i sanek i głosami ludźmiemi. Na dancinгах coraz to pełniej i ciśnień. Sezon zimowy zaczął się już na dobre. Mieliśmy tu już i pierwsze zimowe imprezy sportowe. W dniu 12 grudnia nastąpiło otwarcie toru łyżwiarskiego na mniejszym stadje Komitetu Imprez Sportowych, które zaszczylił swą obecnością marszałek Sejmu Pan Switalski, w dniu 20 grudnia otwarto duży stadion sportowy pierwszy w tym sezonie stylowym wycięciem góralskim. Na otwarcie to przybył cały niemal krakowski II. Kurjer Codzienny z redaktorem naczelnym p. posem Mariąnem Dąbrowskim na czele. Zawody udały się pod względem sportowym wspaniale. Poza tem odbyły się już dwukrotnie treningowe zawody narciarskie, które wykazały, że nasi narciarze nie zasypiali gruszek w popiele w ciągu snu let-

niego”, a do zimowych zapasów przygotowywali się letnim treningiem.

Zakopane w tym sezonie daje jeszcze jeden dowód słatego kroczenia na drodze postępu, otwierając od 1 stycznia 1932 w parku klimatycznym (w wili „Jutrzenka”) pijałnię naturalnych krajowych wód mineralnych oraz sprowadzając na sezon zimowy znakomity zespół orkiestralny muzyki wojskowej 20 p. p. z Krakowa z jej popularnym kapelmistrzem majorem Schreyerem na czele.

Zaczął się już również sezon artystyczny. W dniach świątecznych występowała tu na scenie teatralnej „Morskiego Oka” gwiazda polskiego ekranu Jadwiga Smosarska, po niej podziwialiśmy na leżce scenie znakomitych — Zule Pogożalską, Krukowskiego i Toma, a nowy rok (1932) rozpoczęła taka gwiazda, jak Hanka Ordonówna. Na przełomie więc starego i nowego roku horyzont zakopiańskiego życia rozświetlił się konstelacją najwspanialszych gwiazd. Oby to było dobra wróżba. Życia artystycznego dopełniło otwarcie (w dniu 27 grudnia) wystawy obrazów i rzeźb tutejszego Związku Plastyków. Wystawa przedstawia się imponującą. Dowodem ożywienia się ruchu kulturalnego i artystycznego w Zakopanem może być wreszcie powołanie urzędzenia w połowie stycznia zakopiańskiego „Szopki” — a zatem nawróci czy renesans duchowego życia „letniej stolicy” i „zimowej stolicy sportu polskiego”. — Same święta Bożego Narodzenia przeszły pod znakiem masowego zjazdu gości. Ruch na ulicach, po lokalach rozrywkowych panował olbrzymi. Jest to dowodem, że Zakopane i cudna zima tatrzańska nie nie straciły z swej atrakcyjności....

Zastąpione odznaczenie. Z okazji jubileuszu Niepodległości Polski otrzymał Złoty Krzyż Zasługi starosta powiatu nowotarskiego, p. Stanisław Skalecki. Pan starosta Skalecki, najprawdziej ojciec powiatu, jeden z najbardziej troskliwych opiekunów Zakopanego, zasłużył rzeczywiście na to odznaczenie pracą swą, skromnością, uprzejmością, nieposiednieniami cechami charakteru. Z radością wielką notując fakt odznaczenia, z żalem i niemalą przykrością przechodził nam zanotować wiadomość, że pan starosta Skalecki w najbliższym czasie ma opuścić nasz powiat i objąć stanowisko starosty powiatowego w Żywcu.

Związek Górali w Zakopanem wobec przyjaciół Podhala. Na ostatnim Walnym Zgromadzeniu Związku Górali w Zakopanem, odbytem dnia 8 grudnia 1931 r., uchwalono jednomyślnie przez akklamację zamianować członkiem honorowym: wielkiego pisarza i publicystę Kornela Mikuszyńskiego za jego działalność i przyjacielskie nad wyraz stanowisko, jakie od wielu lat zajmuje na lamach rozmaitych pism wobec Zakopanego, Podhala i Góralczyzny, następnie prof. Jana Gwalberta Pawlikowskiego, najwybitniejszego dziś w Polsce znawcę t. zw. stylu zakopiańskiego, za wszystkie jego prace w kierunku utrwalenia sztuki podhalańskiej, oraz Jana G. II. Pawlikowskiego syna za jego utwór p. t. „Bajda o Niemrawcu”, w którym młody autor umiał w sposób mistrzowski wczuć się w piękno przyrody tatrzańskiej i ducha góralszczyzny. Przy tej sposobności należy zaznaczyć, że członkiem honorowym Związku Górali jest również Kazimierz Przerwa Tetmajer, którego zaszczyconą tą godnością jeszcze w roku 1911 ku uczczeniu 20-letniej wówczas jego znakomitej twórczości literackiej.

Dr. J. G.

cukier krzepi

„Ograniczenie cukru w pożywieniu niemowlęcia może pociągnąć za sobą nieobliczalną skutki“

Dr. R. Słankiewicz

(Warsz. Czasop. Lekarskie 1928 r. Nr. 24-25)



BRISTOL

najtańszy reprezentacyjny hotel-pensjonat w Zakopanem.



RENAISSANCE,

jeden z najpopularniejszych, komfortowych pensjonatów przy ul. Chałubińskiego.

Najstarszy w Zakopanem

Hotel „Morskie Oko”

położony w samym centrum Zakopanego, przy ul. Krupówki.

po gruntownym przebudowaniu, poleca
wspaniale i komfortowo urządzone pokoje.

W każdym pokoju woda bieżąca gorąca i zimna, telefony, nowe umeblowanie, nowa pościel, światła elektryczne. Wytwornie urządzona salka l. zw. **Bridge-room**, urządzona i zorganizowana na wzór pierwszorzędných lokali zagranicznych. Lokal znakomicie wentylowany, ogrzany i oświetlony, ze wspaniałym widokiem na Tatry. — Rendez-vous całego świata towarzyskiego, artystycznego i elity byrdzowej. — W tym samym budynku mieszczą się: Najpopularniejsza restauracja i kawiarnia, dancing „MORSKIE OKO”, oraz sala teatralna i koncertowa.

Telefony: Hotel Nr. 372 i 606. Restauracja Nr. 466.

Zakład

Roentgenologiczny

Dr. med.

Hugona Karwowskiego

Willa „Maritor”, ul. Kościuszki
w Zakopanem

Tel. 459

Godziny przyjęć:
od 11 do 12 i od 4 do
6 po południu

Roentgenodjagnostyka

i Roentgenolecznictwo



MARATON, Zakopane, telef. 310 i 331,
pensjonat komfortowy — najlepsza kuchnia dietetyczna — bardzo duże pokoje — piękne sale.

Sanatorium

„Villen-Hungaria”

Meran-Italia

Zakład kuracyjny dla wszelkiego rodzaju zachorzeń organów oddechowych. Całkowicie nowoczesne urządzenia (centralne ogrzewanie, bieżąca woda zimna i gorąca, pokoje z kąpielą). Wszelkie nowoczesne środki pomocnicze, Pneumothoras, kuracja dietetyczna.

Łagodny i słoneczny klimat.

Naczelný lekarz: dr. E. von Anzinger, węgierski lekarz lekarski
zawodowy dr. Szontagh, Nowy Szon-
kovec. Lekarz ord.: dr. G. von Gars.

Prospekty i informacje załatwia Dyrekcja.

Więcej niż wszystkie piękne słowa

promawiają za siebie od lat tysięcy. Erwy i nerwy regenerującym środkiem „FREGALIN”, dowody które Wam tu przedkładamy. Tysiące tych, którzy nasz „Fregalin” stosowali, nie zostali rozczarowani. Szczególnie nadaje się „Fregalin” przy nerwowości, ogólnym osłabieniu, zmęczeniu, zawrotach głowy i cierpieniach reumatycznych. Zapytajcie się swego lekarza. Aby ciężką walkę o byt móc prowadzić, należy mieć silne nerwy i zdrową krew. **Prosimy przeczytać dokładnie, co niżej przedstawieni od siebie o skuteczności „Fregalinu” piszą, a wy zróbcie sobie własny o nim sąd.** W naszym archiwum posiadamy tysiące tego rodzaju podziękowań, tak z kraju, jak i zagranicę, które dochodziły nas bez żadnej interwencji, a która są każdego czasu w naszym biurze do przegladnięcia. Wszystkie podziękowania są notarialnie uwierzytelnione. „Fregalin” jest do nabycia we wszystkich aptekach. Sporządzanie odbywa się pod naukowym nadzorem.



Łódź, Marszałkowska 10, dnia 15 maja 1931. Od lat 15 cierpiem na osłabienie nerwów i wielkie bóle w plecach. Po przyjęciu pierwszych trzech pudełek Fregalina nastąpiło całkowite wzmocnienie nerwów, a bóle w plecach zniknęły. Wyrażam niniejszem Panom moje podziękowanie za ich znakomity Fregalin.
M. Żurek.

Słupcy, Powiat Szubin, dnia 21. 4. 1931. Najpierw moje serdeczne podziękowanie za wspaniałą działalność Ich „Fregalin” tabletek. Wróciły one prawie zupełnie zniszczonemu memu organizmowi siły i nową otuchę. Będę je, jak długo to będzie w mej mocy, polecał najgoręcej wszystkim moim znajomym.
Herman Janke.

Nowy Dwór k. Modlina we Fie A. Winogradów, dnia 30. 4. 1931. Uczuję się do obowiązku, przynajmniej na tej drodze wyrazić WFP. moje serdeczne podziękowanie za cudoowny Fregalina, który całkowicie uspokoił moje nerwy. Odłączyłam się od Fregalino, czuję się wybitnie lepiej. Przed wszystkim zniknęły moje nerwowe bóle łydżka, na które cierpiałem od lat, za co szczególnie wdzięczny jestem.
Al. Piotrowski.

(Wyciąć i posłać jako druk — porto za gr.)

Na życzenie przesyłamy darmo i bez zobowiązania

1 próbną paczkę „Fregalina” z dodatkami „Złotej Księgi Życia”.
Prosimy zamówić zaraz, póki próbki nie zostaną wyczerpane, u:

Dr. med. H. SCHULZE, G. m. h. H.
Berlin — Charlottenburg 2/5148.

Upraszam o przysłanie próbnej paczki „FREGALIN”, krew i nerwy regenerującego środka, wraz ze „Złotą Księgą Życia” za darmo i bez zobowiązania.

Nazwisko
Zawód
Miejscowość (poczta)
Ul.

Statut taks klimatycznych Uzdrowiska Zakopane.

Cennik maksymalny pensjonatów i hoteli w Zakopanem obowiązujący od 15 grudnia 1931 roku.

§ 1. Na podstawie art. 34 i 35 ustawy z dn. 23 marca 1922 r. o uzdrowiskach Dz. U. R. P. Nr. 31 z 30 kwietnia 1922 p. 254 w brzmieniu art. 1-ego pkt. 17 rozp. Prez. Rzpł. z dnia 22 marca 1928 Dz. U. R. P. Nr. 36 z dn. 24 marca 1928 opłacają goście na rzecz Funduszu kuracyjnego, przeznaczanego na przeprowadzenie i uprzyjemnienie gościom pobytu w Zakopanem, następujące taksy klimatyczne:

1. zimową od 15 XII do 15 III.

a) za 1 tydzień — 9 zł, 2 tyg. — 16 zł, 3 tyg. 21 zł, 4 tyg. 26 zł.

Po czterech tygodniach za 1 tydzień 7 zł, 2 tyg. 11 zł, 3 tyg. 14 zł, 4 tyg. 16 zł.

b) Funkcjonariusze państwowi i samorządowi, oficerowie, nauczyciele szkół państwowych i samorząd., powszechnych, średnich i wyższych, rodziny wyżej wymienionych, inwalidzi wojenni, którym właściwe władze przyznały do 50% niezdolności do pracy, młodzież akademicka i szkolna, oraz dzieci od 5 do 10 lat opłacają następującą takse:

za 1 tydzień 7 zł, 2 tyg. 11 zł, 3 tyg. 14 zł, 4 tyg. 18 zł;

po czterech tygodniach: za 1 tydzień 5 zł, 2 tyg. 7 zł, 3 tyg. 9 zł, 4 tyg. 11 zł.

II. Letnią w czasie od 1 VI do 30 IX.

a) za 1 tydzień 8 zł, 2 tyg. 14 zł, 3 tyg. 18 zł, 4 tyg. 22 zł;

po czterech tygodniach za 1 tydzień 6 zł, 2 tyg. 8 zł, 3 tyg. 10 zł, 4 tyg. 12 zł.

b) za 1 tydzień 6 zł, 2 tyg. 8 zł, 3 tyg. 10 zł, 4 tyg. 12 zł;

po czterech tygodniach za 1 tydzień 4 zł, 2 tyg. 6 zł, 3 tyg. 8 zł, 4 tyg. 10 zł.

III. wiosenną i jesienną od 1 X do 14 XII i od 16 III do 31 V.

a) za 1 tydzień 6 zł, 2 tyg. 9 zł, 3 tyg. 12 zł, 4 tyg. 15 zł;

po czterech tygodniach za 1 tydzień 4 zł, 2 tyg. 6 zł, 3 tyg. 8 zł, 4 tyg. 10 zł.

b) za 1 tydzień 4 zł, 2 tyg. 6 zł, 3 tyg. 8 zł, 4 tyg. 10 zł, po czterech tygodniach: za 1 tydzień 3 zł, 2 tyg. 5 zł, 3 tyg. 7 zł, 4 tyg. 9 zł.

§ 2. Goście, zamieszkujący na przysiółkach Zakopanego oraz w obrębie granicy ochrony sanitarnej uzdrowiska poza granicami gminy Zakopane, płacą takse jednorazowo za cały czas nieprzerwanego pobytu 5 zł.

Goście zajmujący w czasie od 1 kwietnia do 30 listopada mieszkania rodzinne, t. j. posiadające kuchnię, płacą przez czas zajmowania tych mieszkań takse wymienioną pod II b, lub III b, o ile nie dotyczą ich postanowienia ustępu poprzedniego.

§ 3. Rodzina opłaca takse tylko za trzech członków. Za członków rodziny uważa się męża, żonę i dzieci małoletnie.

§ 4. Takse nie opłacają: lekarze z rodzinami, dzieci do lat 5-ciu, szeregowi W. P. w służbie czynnej, funkcjonariusze P. P. i Straży granicznej do starszego przodownika włącznie, niżsi funkcjonariusze państwowi i samorządowi, rodziny wymienionych, oraz inwalidzi wojenni, którym właściwe władze przyznały ponad 50% niezdolności do pracy. Właściciele nieruchomości położonych w obrębie uzdrowiska z rodzinami, osoby wykonujące stałe w Zakopanem swój zawód z rodzinami, urzędnicy, którzy przebywają w uzdrowisku w sprawach służbowych, służba domowa przywieziona przez gości dla własnej potrzeby na przejściowy pobyt, członkowie Syndykatów dziennikarskich i Penclubu z rodzinami.

§ 5. Za pobyt 48 godzinny w uzdrowisku nie płaci się taksy klimatycznej, nie uchyla to jednak od obowiązku meldowania się. Za pobyt ponad 48 godzin płaci się takse według §§ 1-ego lub 2-go.

I kategoria:

Ceny w pensjonatach: Dziennie pokój jednoosobowy z utrzymaniem od 15 do 17 zł, dziennie od osoby w pokoju dwuosobowym od 14 do 16 zł.

Ceny w hotelach: za pokój jednoosobowy 8 do 10 zł, dwuosobowy 14 do 16 zł.

II kategoria:

Ceny w pensjonatach: Dziennie pokój jednoosobowy z utrzymaniem od 11 do 13 zł, dziennie od osoby w pokoju dwuosobowym 10 do 12 zł.

Ceny w hotelach: za pokój jednoosobowy 8 do 10 zł, dwuosobowy 8 do 12 zł.

III kategoria:

Ceny w pensjonatach: Dziennie pokój jednoosobowy z utrzymaniem od 9 do 11 zł, dziennie od osoby w pokoju dwuosobowym 8 do 10 zł.

Ceny w hotelach: za pokój jednoosobowy 4 do 6 zł, dwuosobowy 6 do 10 zł.

Uwaga: Cennik powyższy jest od 20 do 25% niższy od dotychczas obowiązującego.

Do cen powyższych dolicza się w sezonie zimowym za opał przy ogrzewaniu centralnym zł 1'50 dziennie, zaś przy opalaniu węglem (piecami) zł 1'20 dziennie, nadto dolicza się dla służby 10% od rachunków.

W letnim sezonie, t. j. od 1 V do 30 IX są ceny o 10% niższe od powyższego cennika, zaś w sezonie wiosennym lub jesiennym, t. j. od 15 III do 1 VI i od 1 X do 15 XII, obowiązują ceny o 20% niższe od powyższego cennika.

Wypowiedzenie pokoju w hotelu zgłosić należy przed godziną 6 wieczorem, w pensjonatach na trzy dni napród. Opuszczając hotel lub pensjonat bez wypowiedzenia w oznaczonym wyżej terminie, należy uiścić całą należność za następną dobę w hotelu, lub za trzy dni następnę w pensjonacie.

Ceny apartamentów, mających specjalne urządzenie, reguluje się według umowy. Rachunki winne być kopjowane i osteplowane dla kontroli władz administracyjnych i skarbowych. Zażalenia wnosić należy do Zarządu Uzdrowiska ustnie lub pisemnie (z podaniem adresu stałego zamieszkania). Przekroczenie cennika zgłaszając należy bezpośrednio do Komisariatu Policji Państwowej w Zakopanem. W razie zapowiedzianego dzień napród wyjazdu na wycieczkę liczy się cene pokoju w pensjonacie według cennika hotelowego odnośnej kategorii.

Cukier jako poważny środek leczniczy.

Cukier stanowi nietylko niezbędny dla organizmu środek odżywczy, posiada on też bardzo poważne walory jako środek leczniczy w chorobach serca.

Już w 1903 r. Muller na szeregu pracach doświadczalnych wykazał dodatni wpływ cukru w przebiegu niedomogi sercowej.

Mięsień sercowy zużywa tam więcej cukru, im bardziej jest czynny i dlatego wszelkie przyspieszenie akcji serca, spotykane przy niektórych postaciach wady sercowej często ustępują po zużyciu pewnej ilości cukru. Ostatnio Kisthinos i Gowier jeszcze raz sprawdziли powyższe twierdzenie. W tym celu wybrali oni takich sercowo chorych, którzy na żadne inne leczenie, dotychczas u nich stosowane, nie reagowali. Chorzy tacy otrzymywali przez 8—10 dni po 80 g cukru w nasyconym roztworze, a po 20 minutach wstrzykuje się im małe ilości insuliny. W szeregu przypadków poprawa zjawiała się, czasami już po dwóch dniach. Znowu Loeper, Lemaire i Degas w swoich pracach klinicznych nad chorymi sercowymi (ogłoszenie w Presse Medic. Nr. 81 z roku 1930) podawali tym chorym po 150 g syropu cukrowego i stwierdzili wzmożenie siły skurcu serca, większą jego miarowość, zwolnienie akcji serca, ustąpienie zaburzeń czynnościowych i spadek ciśnienia. Według doświadczeń tych autorów cukier wzmacnia działanie środków nasercowych, które, dzięki temu, można stosować w mniejszych dawkach. Zdaniem powyższych badaczy, zapasy cukru u sercowo chorych są zmniejszone, wobec tego leczenie ich ma polegać przede wszystkim na podniesieniu zapasu cukru w mięśniu sercowym przez obfite podawanie cukru w roztworze.