



MIESIĘCZNIK ILUSTROWANY — ORGAN POSWIĘCONY HIGIENIE I CZYSTOŚCI W NAJSZERSZYM ZNACZENIU TEGO SŁOWA.

WARUNKI PRENUMERATY.

Rocznie z przesyłką pocztową 6 złotych
We Francji 40 fr., w Ameryce 2 dol. rocz.
Zmiana adresu 50 gr.

Konto Czekowe Pocztowej Kasy
Oszczędnościowej Nr. 15-960.

Adres Redakcji Administracji:

WARSZAWA, ul. Złota Nr. 23 m. 3.
Telef. 65 — 02. Skrzynka pocztowa Nr. 729.

w **Częstochowie** informacji udziela się:
ul. Panny Marji 10, Tel. 250 we wtorki i piątki od 7—8 w.

w **Krynicy** (podczas sezonu letniego) inf. udziela się
willa „Alfredówka” pokój Nr. 20 we wtorki i piątki 3—6 w.

CENA OGŁOSZEŃ:

Za wiersz milimetr. na I-ej str. i
w tekście 60 gr
za tekstem 50 „

Za treść ogłoszeń redakcja nie odpowiada.
Cena pojedynczego numeru 50 gr.

Ogłoszenia dla „CZYSTOŚCI” przyjmują wszystkie Biura Ogłoszeń w Polsce i Zagranicą.

OD REDAKCJI.

KTO SIĘ POWINIEN INTERESOWAĆ CZYSTOŚCIĄ?

Przyzwyczajeni, niestety, jesteśmy, aby wszelkie prace zwać na kogoś.

Tak samo czynimy w stosunku do czystości

Ogół by chciał, aby sprawą czystości zajmowali się wyłącznie lekarze oraz urzędnicy wydziałów sanitarno-zdrowotnych.

Stanowisko takie jest stanowczo błędne, bo czystością powinni się interesować **wszyscy**, bo przecież chyba **wszyscy** chcemy żyć i być zdrowymi.

Że czystość jest podwaliną zdrowia,—jasne jest dla każdego.

Bруд sprzyja rozpowszechnieniu chorób, brud pomaga powstaniu i szerzeniu się epidemji w kraju.

Gdzie zaś czystość panuje, tam choroba nie ma przystępu.

Duchowieństwo wszelkich wyznań uświadamia wiernych o znaczeniu czystości.

Każdy nauczyciel (ka) powinien wpoić zasady czystości działwie szkolnej.

Każdy urzędnik dbać powinien o czystości urzędu i publiczności się tam znajdującej.

Zarządy kolei i innych środków lokomocji powinni się starać o higieniczne warunki dla podróżujących.

Wszędzie, gdzie ludzie tłumnie się zbierają, czy to w teatrach, kinach, cyrkach, kawiarniach, restauracjach, fabrykach i t. p., — zasady czystości powinny być przestrzegane.

O przestrzeganiu zasad czystości w domach zdrowia, szpitalach i t. p. samo się rozumie.

Organy policji państwowej stale powinny zwracać uwagę na uszanowanie zasad czystości.

Kupiec każdy winien zwrócić uwagę na zdrowotne urządzenie lokali i przechowywanie artykułów, szczególnie żywności, tak, aby kurz i brud nie miał do nich dostępu.

Wreszcie matki powinny czysto i higienicznie wychowywać swe dzieci i wpajać im pojęcia higieny.

Gdy wszystkie wymienione warstwy zjednoczą się, aby szerzyć zasady czystości zawsze i wszędzie, wtedy praca kierownicza lekarzy i urzędów zdrowia będzie ułatwiona.

Wtedy dojdziemy do takich rezultatów, do jakich już doszły niektóre kraje Zachodu.

Choroby nie będą nas dziesiątkować i niszczyć!

Wszystkich więc nawołujemy do walki z brudem i niechlujstwem.

Kto dba o rzeczywistą a nie powierzchowną czystość, niech nam poda rękę!

Odezwiście się ludzie czyści,—zaraz, bez zwłoki!

OD ADMINISTRACJI.

Przepraszamy bardzo Sz. Czytelników naszego pisma za pewne usterki i niedokładności. — Staramy się wszelkie braki usunąć!

Prosimy zanotować nowy adres naszej Red. i Adm. w **Warszawie Złota 23 m. 3, tel. 65—02.**

Wobec **wyczerpania zeszytu pierwszego „Czystości”**, prosimy Sz. Czytelników o przesłanie do filii naszej w Częstochowie przeczytane egzemplarze.

Zeszyt ten zawiera **Nr. 4, 5 i 6** „Czystości treści następującej:

- | | |
|--|---|
| <p>1) Od Redakcji — „Kto się powinien interesować „Czystością?”</p> <p>2) Inż. Wład. Dąbrowski — „Higiena na kolejach”.</p> <p>3) Lekarz - D-ta Michał Grejniec — „Czystość uzębienia i jamy ustnej” — b) „Kiedy trzeba czyścić zęby?”</p> | <p>4) Dr. Józef Sarnecki — „Jak zeszczupłeć i szczupłym pozostać?”</p> <p>5) Ąnieta Uniwers. Poznańskiego — „O wychowaniu fizycznym”.</p> <p>6) Dział „Czystość czynu społecznego”. — „Czynoty otiarne i szlachetne”.</p> <p>7) Kronika „Czystości”, Korespondencje, Wywiady etc.</p> |
|--|---|

„Czystość” czytana jest wszędzie i przez wszystkich!

Wobec tego, że „Czystość” znajdować się będzie w poczekalniach lekarzy, w szpitalach, szkołach, sanatorjach, cukierniach, czytelniach, zdrojowiskach, stacjach kolejowych, urzędach i wogóle tam, gdzie ludzie się zbierają, — ogłoszenie w naszym organie ma **kolosalne** znaczenie **reklamowe**, to też „Czystość” liczy na poparcie W. P. i ma nadzieję, że się nie zawiedzie.

Prosimy skorzystać z załączonej deklaracji, czeku P. K. O. Nr. 15,960 i zapisać się w poczet prenumeratorów i inserentów „Czystości”, zachęcając do tegoż swych przyjaciół i znajomych.

Zwracamy uwagę na nowy nasz adres: **Warszawa, Złota 23 m. 3, tel. 65—02.**

A D M I N I S T R A C J A.

Inż. Władysław Dąbrowski.

ZAGADNIENIE

Higieny na kolejach.

W ciągu krótkiego, bo zaledwie pięćdziesięcioletniego okresu czasu, zdołała wywalczyć sobie kolej żelazna przodujące stanowisko w rzędzie środków komunikacji dostępnych dla najszerzych warstw. Coraz więcej wzmagający się ruch pasażerski musi iść jednak w parze z odpowiednim zabezpieczeniem pod każdym względem podróżującej publiczności.

Pod bezpieczeństwem zaś nie należy rozumieć tylko ochronę przed nieszczęśliwymi wypadkami i katastrofami, ale ująć je w ogólny całokształt warunków gwarantujących i życie i zdrowie pasażera.

Treścią niniejszego artykułu nie będzie omawianie najróżnorodniejszych środków, jako to wynalazków technicznych, usprawnienia oraz kontroli personelu etc., stosowanych przez władze kolejowe w celu zredukowania do minimum jakichkolwiek szans wypadków, mogących w bezpośredni sposób zagrażać życiu

obywateli. Są to bowiem rozważania natury więcej technicznej oraz wewnątrz-administracyjnej, które, jak to sam tytuł wskazuje, pozostawimy chwilowo na uboczu.

Zastanowimy się natomiast szczegółowiej nad warunkami zdrowotnymi w jakich jesteśmy zmuszeni podróżować, a których niedocenianie przez ogół przynosić może w ogólnym bilansie większe szkody w zdrowiu i życiu obywateli aniżeli rzadkie i sporadycznie zdarzające się wypadki katastrof kolejowych.

Pierwszą rzeczą, która przybysza z Zachodu na polskich kolejach uderza, jest dziwne (delikatnie się wyrażając) postępowanie niektórych podróżujących w stosunku do ich współtowarzyszy drogi.

Taki pan, zapominając się, że znajduje się w przedziale wagonowym, miejscu przeznaczonym dla kilku czy kilkunastu osób, stara się im wspólny pobyt ze wszystkich sił „umilić”.

Nie oglądając się na nic ni na nikogo, pluje on wokół siebie, rzuca na podłogę niedogryzione resztki owoców, w przedziałach przeznaczonych dla niepalących zapelnia dy-

mem atmosferę.

Publiczność nasza naogół nie zda je sobie sprawy z niebezpieczeństwa, jakie grozi jej z niewinnej na pozór plwociny, nie wie, że różne pozostałości organiczne spokojnie gnijące gdzieś w kącie mogą stać się rozsądnikiem chorób, że dla osób niektórych (chorych na oczy nprz.) dym tytoniowy działa wielce szkodliwie. O tych najelementarniejszych wiadomościach większość poprostu nie wie, a jeżeli nawet ktoś rozumie całe zło, jakie płynie z nieposzanowania higieny — to poprostu brak odwagi cywilnej, brak pewności poparcia ze strony personelu kolejowego, wrodzona nam niechęć do mieszania się do cudzych rzeczy, sprawia, że w lwiej części wypadków podobne samowole ucho dają bezkarnie.

Specjalnie trzeba zwrócić uwagę na zakorzeniony u nas zwyczaj plucia na podłogę w wagonach, gdyż przyczynia się to w znacznym stopniu do szerzenia tej strasznej plagi ludzkości, gruźlicy, która w samej Polsce zabiera w swym niszczącym pochodzie tysiące istnień ludzkich.

(d. c. n.)

Lekarz-Dentysta Michał Grejniec.

Czystość uzębienia i jamy ustnej.

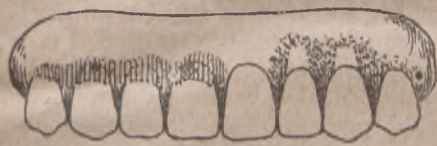
b) Kiedy trzeba zęby czyścić?

Odpowiedź, zdaje się bardzo prosta i jasna: „Wtedy, gdy zęby są brudne!”

W tem jednak sęk, że pojęcie brudu jest bardzo u nas względne. Bardzo mało ludzi uważa zęby za brudne, po każdym jedzeniu, po każdym przespaniu się, po paleniu tytoniu, po picciu wód mineralnych.

Nie mówimy już o tych brudniakach, którzy wogóle zębów nie czyszcza, uważając to za zbyteczne.

Mają gnojowisko w ustach koło nich wprost stać nie można;



Rys. 1.

Lecz nawet t. zw. lepsza nasza publiczność uważa umycie zębów zrana byle jakąś pastą lub jakąś szcoteczką za wystarczające.

Niestety, to nie wystarczy! — Osad leży na zębach, podchodzi pod dziąsła, podważa fundament

zęba w zębodole i... zupełnie całe zęby wypadają z jamy ustnej.

Niektórzy myślą, że to cud jakiś się stał, niestety, jest to skutek niedbalstwa.

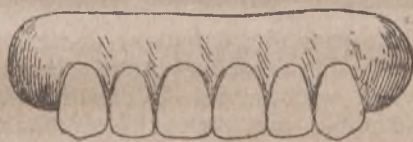
Niedbalstwo to powinno być stanowczo zaniechane!

Czy to nie wstyd, aby osoba, która ubiera się elegancko, bieliznę ma czystą, twarz, ręce, paznokcie nawet, utrzymuje w porządku, — w ustach zaś ma prawdziwą kloakę.

Pełno zgniłych korzeni, pełno osadu na zębach, szczególnie u palaczy płci obojga oraz u osób, pijących wody mineralne.

Zgnite korzenie powinny być usunięte, bo żadnego pożytku od nich się nie ma.

Osad zaś powinien być usu-



Rys. 2.

wany podług zasad następujących:

Lekarz-D-ta specjalnymi instrumentami i przyborami powinien choć raz na miesiąc zdejmować grubszą część osadu.

Niektórzy się zdziwią tej poradzie! Ale niestety!

Dr. Józef Sarnecki.

Jak zeszczupłeć i szczupłym pozostać?

Typ Anglika i Amerykanina wydaje się nam dziś szczupłym. Chuda Angielka jest ulubionym tematem karykatur, a Anglik, który ukazuje się na scenie, jest „oczywiście” długi i chudy. Jednakże to pojęcie bynajmniej nie zawsze było tak oczywiste. W dawniejszych czasach Angliki uchodzili za tęgich. Najlepiej wskazuje na to narodowa postać John Bulla, która powstała na początku XVIII stulecia, a przed stawiająca Anglika poważnej objętości, co należy uważać za cechę charakterystyczną ówczesnego przeciętnego Anglika. Jeśli nastąpiła taka gruntowna zmiana typu, to jest to najlepszym dowodem, że zagadnienie tuszy cielesnej nie jest typową cechą rasową. Przyzwyczajenia życiowe, w o wiele większym stopniu wpływają na tę okoliczność. Dłuższy czas mniemano, że otyłość jest dziedziczona przez potomstwo żeńskie, podobnie jak choroba, skłonność do krwawień, dziedziczona jest przez żeńskich członków rodziny. W rzeczywistości jednak o-

koliczność tę, że otyłość jakoby dzie dziczy się w linii żeńskiej, należy tłumaczyć w ten sposób, że córki przejmują przyzwyczajenia kucharskie swych matek i wprowadzają je po ślubie w swych domach.

Jaka jest więc tajemnica stania się szczupłym? Czy szczupłość zdobyta została, jak się to nieraz słyszy, przez ekstrawagancję, głodówki, niepicie, tańczenie od rana do nocy?

Nie!

Zasadniczym punktem problemu zeszczuplenia i pozostania szczupłym jest zagadnienie odżywiania. Kto chce stać się szczupłym, musi wiedzieć, o co w tym wypadku idzie. Niezbędna jest aktywna współpraca. Nie wystarcza, że stosuje się do zaleconej mu diety, nie zdając sobie sprawę, o co chodzi. Przeciwnie, musi wniknąć w to, dlaczego wydane zostały te zlecenia. Nowy tryb życia nie może być przezeń uważany za wroga, zakłócającego spokój codzienny, któremu można zrobić kawał, gdy nikt nie widzi, lecz za przyjaciela, przynoszącego ulgę i warunkującego postęp. Jeśli się chce praktycznie przy stąpić do tego problemu, to zjawia się przede wszystkim pytanie, ile należy ważyć? Według starej

Przy wszelkich zakupach,

zamówieniach i tp. powoływać się prosimy na „CZYSTOŚĆ”

Zwracamy uwagę

na kupon pamiątkowy!



Tak robią w Ameryce, gdzie czas jest droższy, niż u nas!

Bo jeżeli w krótkich odstępach czasu doprowadzamy do stanu wymagalnego twarz, włosy, paznokcie i t. d. — dlaczego mamy o zębach zapomnieć? Czy łomaczenie, że się ich nie widzi, wystarczy dla człowieka inteligentnego, który przecież obmywa ciało, pomimo, że się go nie widzi.

Czuje się ślam w ustach, przykry zapach i woń, denerwuje to każdego, więc należy złemu zaradzić.

Oprócz oczyszczenia zębów przez lekarza-dtę co miesiąc, należy samemu oczyszczać zęby i jamę ustną po każdym jedzeniu oraz zrana i na noc.

Załączone dwa rysunki najlepiej ilustrują stan osadu zębowego.

Na rys. I widzimy zęby obłożone osadem szaro-żółtym, na drugim zaś obserwujemy zęby oczyszczone.

reguły waga ciała powinna wynosić tyle kilogramów, ile centymetrów wysokość ciała jest większą od metra. A więc mężczyzna o wysokości 1,70 m. winien według tego ważyć 70 kg. U kobiet wagę przeciętną należy brać cokolwiek niższą. Jeszcze lepsza jest formuła Noordena, gdyż pozostawia ona granice wahania, które też są niezbędne, gdyż w stosunku do wagi ciała odgrywa rolę też wiek człowieka. Noorden oblicza normalną wagę według wzoru: wysokość ciała w centymetrach, pomnożona przez 430 jako granica dolna i 480 jako granica górna. Według tego waga człowieka o wysokości 170 ctm. wahałaby się pomiędzy 73 i 81 kg.

Istotnym jest także dobór środków wyżywienia. Nie należy oszczędzać w dostarczaniu białka, które musi wynosić dziennie 110 do 120 gr. jeśli nie mają być uszkodzone nerwy i inne organy. Przy kuracjach szczuplejszych muszą być skasowane pokłady tłuszczu. W takich wypadkach można oszczędzać na tłuszczach i węglowodanach w jedzeniu. Większość ludzi je za tłusto. Należy zdać sobie sprawę, z tego, że właśnie tłuszcz spożywa się bezwiednie w dużej ilości, naprzykład w sosach, jarzynach, serach

i podobnych potrawach. Najodpowiedniejszymi substancjami, jako podstawą odżywiania, są chude mięso, chleb, nieltusty ser, jarzyny (z niewielką ilością tłuszczu), kartofle (bez tłuszczu), sałata, gotowane jaja, owoce. Czysto wegetariańska kuchnia nie jest ani odpowiednia, ani konieczna. Przy pomocy tabeli kalorii daje się łatwo obliczyć wartość odżywcza całodziennego jedzenia. W amerykańskich i angielskich restauracjach często umieszcza się na spisach potraw, obok ceny także wartość poszczególnych potraw w kalorjach. Przeciętnie należy normalnie spożywać dziennie 2400 kalorii.

Płyny można pić w dowolnych ilościach, oczywiście o ile nie idzie o płyny odżywcze (do czego należy doliczyć także napoje alkoholowe). Wogóle przy tym sposobie życia należy zwracać uwagę, aby nie doprowadził on do poczucia zniechęcenia wskutek powstrzymania się i wyrzekania. Kto chce zeszczupleć, lub pozostać szczupłym, musi nowy sposób życia przyswoić sobie na stałe.

Równie ważne, jak zmniejszenie wchłaniania ilości środków odżywczych, jest zwiększanie spalania materji przez ćwiczenia cieleśne. Ćwiczenia gimnastyczne muszą być dostosowane do indywidualnych potrzeb. Ktoś, kto siedział cały dzień przy biurku, musi mieć inne ćwiczenia, niż ktoś, kto cały dzień jest na nogach. Jako szczególnie skuteczne ćwiczenia należy wymienić pływanie. Jeżeli nawet należy przywiązywać wagę do regularności wykonywania ćwiczeń, to oczywiście nie szkodzi, gdy nie będą one pewnego razu wykonane, podobnie jak niema znaczenia, gdy się przy specjalnej okazji więcej zje, niż jest dozwolone. Wagę ciała reguluje przeciętnie sposób życia, a nie sporadyczne odstępstwa.

Należy również ostrzec przed przesadą, która prowadzi jedynie do zaburzeń w stanie zdrowia. Jedynie stały, nieraz ofiarny tryb życia prowadzi do pożądanego celu, a jednocześnie do przedłużenia życia. Albowiem doświadczenie wykazało, że na jednakową ilość ludzi szczupłych i tęgich, wkraczających w trzeci dziesiątek lat, trzech chudych dochodzi do 70 roku życia, a tylko jeden tęgi.

Krynica-Parcela

z własnym źródłem.

do sprzedania około 600 m. kw. Wiadomość w Adm. „Czystości” w Warszawie, Skrz. poczt. Nr. 729 lub w „Filji w Krynicy”.

Ankieta Uniw. Poznańskiego

w sprawie zabaw i gier ruchowych polskich.

Jesteśmy narodem, posiadającym piękną i bogatą rodzimą tradycję we wszystkich działach kultury. Mało jednak mamy skłonności do badania tej tradycji, a najmniej badaj — do pielęgnowania tych jej elementów, które dadzą się pogodzić z wymaganiami życia nowoczesnego. Jednym z jaskrawszych przykładów tej karygodnej obojętności na skarby rodzimej cywilizacji, jest bezwątpienia nasz stosunek do staropolskich zabaw i gier ruchowych. U wielu narodów Zachodu ogłoszono o tym przedmiocie szereg poważnych dzieł naukowych, a prastare gry, pieśni i pląsy uczyniono niezbędną częścią składową narodowego wychowania. U nas dążność podobna już zapoczątkowana; na przeszrodzie jej wszakże stoi nieznajomość znacznej części własnego w tej dziedzinie bogactwa.

Najusilniej tedy wzywamy na pomoc przede wszystkim inteligencję, stykającą się z ludem: Duchowieństwo, nauczycielstwo, lekarzy i in. Niemniej pożądane będą własne lub cudze, lecz w miarę możności dokładnie spisane wspomnienia członków starszej generacji. Także szkolne reminiscencje są cenne, o ile odnoszą się do czasów, gdy młodzież grywała w palanta, ekstrę, metę i t. p., kierując się wyłącznie tradycją (przed wcieleniem gier w program zajęć szkolnych).

Oto główne zagadnienia, na które prosimy o odpowiedź:

1. Kiedy (rok) i gdzie (miejscowość, powiat, województwo) odpowiadający czynił swe spostrzeżenia?

2. Uczestnicy opisanej zabawy lub gry: ich wiek, płeć, narodowość, warstwa społeczna.

3. Czy dana zabawa (gra) ograniczona do pewnego sezonu? Jeśli tak, do którego? Ewentualne jej połączenie z obrzędem ludowym dorocznym, świętem kościelnym, obrzędem weselnym i t. p.

4. Ewentualny charakter obrzędu czy samej zabawy lub gry (zwłaszcza przy grze zaczynającej sezon lub wchodzącej w skład wymienionych pod 3 uroczystości).

5. Teren zabawy (gry): izba, podwórze, pole, droga, las i t. p. i przybliżone wymiary przestrzeni, na której ona się rozgrywa. Miejsca na tym terenie, posiadające szczególne znaczenie (mety, gniazda etc.),

ich nazwy, wymiary, stosunek wzajemny.

6. Ewentualne przybory (kijki, krążki, kamyki, kostki, piłki etc.), ich nazwy, opis sporządzenia (np. szycie lub toczenie piłek).

7. Ilość uczestników, ewt. podział na drużyny (partje), hierarchja gra czy i odnośne nazwy (np. matka, bachory, gęsi, wilk etc.).

8. Sposób wyboru drużyn, lub gra czy o odmiennych rolach (odliczanie z pomocą wierszyków, wymierzanie na kiję etc.).

9. Przebieg zabawy (gry), opisany zwięźle lecz jasno, tak, aby czytelnikowi umożliwić dokładne jej odtworzenie. Prosimy nie pomijać żadnej nazwy, formułki (dialogu), piosenki i t. p., oraz zachować właściwości gwary ludowej, nie wyłączać wyrażen mniej przyzwoitych.

Wielkiem ułatwieniem pracy, przy gromadzeniu tego materiału, będzie posługiwanie się podręcznikiem prof. E. Piaseckiego (Zabawy i gry ruchowe, wyd. 3, Lwów—Warszawa, Księźnica Atlas, 1922), zawierającym cały znany dotąd dorobek polski.

Materiały prosimy skierowywać do Dyrekcji Studium Wychowania Fizycznego Uniw. Pozn., Poznań 3, Park Wilsona, z dopiskiem: „Ankieta”, najpóźniej do 1 września 1928, powołując się na „Czystość”.

DZIAŁ

Czystość czynu społecznego

Dział ten notuje wszelkie czyny ofiarne i szlachetne na rzecz ogółu, jednostki, wiedzy lub idei.

Prosimy naszych Sz. Czytelników o wszelkich tego rodzaju faktach zawiadamiać nas niezwłocznie.

Rzadka szlachetność w XX stuleciu.

Z Łodzi donoszą nam:

Niezwykła historia miała miejsce w domu przy ul. Sienkiewicza 34 stanowiącym własność dr. Karola Haberlau. W domu tym zajmował skromne mieszkanie niejaki Szymon Cukier. Ciężkie warunki materialne nie pozwalały na regularne opłacanie komornego, to też od kilku lat zalegał on z dość znaczną należnością. Współwłaściciel posesji zaskarżył Cukiera do sądu i uzyskał eksmisję. Nagle dr. Haberlau wezwał do siebie Cukiera i począł go wypytywać o dane biograficzne. Wreszcie oświadczył mu, że jest wobec niego zobowiązany. Jak się bowiem okazało, ojciec Haberlaura posiadał niegdyś znaczny majątek ziemski w pobliżu Łowicza,

LECZNICA

Polskiego Czerwonego Krzyża
63 MARSZAŁKOWSKA 63
 róg Pięknej. Tel. 59-77.

Wszystkie specjalności od 9 r. do 8 w.
 Rentgen, Diatermia, D'Arsonval, Lam-
 py kwarcowe, Sollux Elektryzacja,
 Analizy, Szczepienia.

zaś ojciec Cukiera był dzierżawcą jednego z folwarków w majątku tym. Podczas powstania w r. 1863 Cukier ocalał Haberlaua, który brał czynny udział w powstaniu, — od wygnania na Sybir. Przed śmiercią Haberlau nakazał w testamencie, by jego spadkobiercy pamiętali o czynie Cukiera i nie omieszkałi go wynagrodzić. Obecnie los zrzucił, że spotkali się synowie. Dr. Haberlau oświadczył Cukierowi, że rezygnuje z komornego na zawsze.

Szlachetny czyn rolnika śląskiego.

Naczelnik gminy Suszec, Woj. Śląskiego, a zarazem prezes kółka rolniczego p. Paweł Godziek, buduje wraz ze swą małżonką na własnym gruncie i własnymi środkami przytułek dla starców, inwalidów, wdów i sierot bezdomnych. Dom będzie miał 22 pokoje z kąpielnią, kuchnią, łazienką, werandą itp. Budowa jest już w toku i ma być wykończona w maju, poczem zostanie przekazana na własność zarządowi kościelnemu, który odda ją w zarząd sprowadzonym w tym celu zakonnicom.

Jest to już drugi podobny szlachetny czyn obywatela, bo niedawna doniosła prasa o takim czynie p. Albinowskiego z Bełku, pow. rybnickiego. P. Godziek jest skromnym gospodarzem na 13 hektarach piasków, a ofiara jego jest owocem długoletniej pracy.

Odważny czyn pracownika państwowego w obronie mienia państwowego.

W tych dniach powracał z Andrychowa do Wadowic urzędnik kasy skarbowej p. Branik. Wiózł on ze sobą gotówkę w wysokości 7,400 zł., celem złożenia tejeż w kasie skarbowej.

W drodze z dworca kolejowego do kasy skarbowej w Wadowicach napadł na p. Branika bandyta, który usiłował wyrwać mu teczkę z pieniędzmi. Ponieważ Branik teczki nie chciał puścić, bandyta wyciągnął rewolwer i strzelił do niego, raniąc go ciężko w nogę i usiłował nadal teczkę zdobyć. Mimo otrzymanej rany, p. Branik teczki nie wypuścił z rąk. Na wołanie o pomoc, przybiegło kilka osób, które spłoszyły bandytę. Rannego urzędnika

przewieziono do szpitala. Policja wdrożyła poszukiwania za niewiadomym bandytą, lecz sprawców do tychczas nie ujęto.

Bohaterski czyn urzędnika państwowego, który z narażeniem własnego życia bronił mienia państwowego, należy podnieść z uznaniem.
Pan minister Składkowski w trosce o zdrowie urzędników państwowych.

Jak nam donoszą z Kępna (Pozn.) Minister spraw wewnętrznych dr. Sławoj - Składkowski wyjeżdża

przez Poznań do Kępna, gdzie zwie dzi dom zdrowia dla urzędników państwowych.

Bohaterska śmierć lotnika.

Kanadyjski lotnik Lloyd Bennet, zmarł w szpitalu w Quebecu. Jak wiadomo, Bennet, mimo choroby spowodowanej upadkiem i silnej in fluenzy, wyleciał na samolocie, by nieść pomoc niemieckim lotnikom, którzy na aeroplanie „Bremen“ utknęli na jednej z wysp koło Grenlandji.

Kronika Czystości.

Redaktor „Czystości“ Lekarz-Dta Michał Grejniec na audjencji u ks. Prymasa.

J. Em. Prymas Polski, ks. kardynał Hlond przyjął na posłuchaniu redaktora czasopisma „Czystość“, lek. dent. Michała Grejnica, który przedstawił J. Em. ideę swego wydawnictwa.

Ks. Prymas okazał duże zainteresowanie dla wspomnianego czasopisma i życzył jego redaktorowi powodzenia w podjętej pracy.

Zjazd zwolenników pokoju.

Zjazd zwolenników pokoju przy udziale przedstawicieli 20 narodów odbył się w czerwcu w Warszawie.

Redakcja „Czystości“ wysłała na ten zjazd depeszę treści następującej:

„Życzymy powodzenia, gdyż tylko podczas pokoju możliwy jest normalny rozwój higienicznego i zdrowotnego życia narodów“.

O higieniczne naczynia do picia wody w szkołach.

Ministerstwo Oświecenia Publ. zwróciło ostatnio uwagę na nader niehigieniczne warunki, w jakich od bywa się picie wody w szkołach.

Przedewszystkiem chodzi o picie wody w szkołach na prowincji, gdzie brak jest wody filtrowanej i dzieci często czerpią wodę z drewnianych kubeków i wiader otwartych, korzystając z jakiejś zardzewiałej blaszanej kwarty. Przenoszenie chorób zapomocą takiej kwarty jest bardzo łatwe i przeto Ministerstwo zarządziło, aby wszystkie szkoły zaopatrzyły się w ma-

łe aparaty, wynalazku polskiego, które filtrują wodę i pozwalają dziecku obejść się bez kubka. W takichże aparaty zaopatrzone mają być wszystkie szkoły w tych miastach, gdzie jest woda filtrowana, z tą różnicą, że filtry są tu nie potrzebne. Odnośny okólnik Min. poleca ustawianie tych aparatów do picia wody z początkiem następnego roku szkolnego.

Z oficerskiej szkoły sanitarnej.

W tych dniach odbyła się w oficerskiej szkole sanitarnej w szpitalu Ujazdowskim uroczysta akademja pożegnalna odchodzącego z wojska i ze szkoły długoletniego dyrektora nauk tej szkoły, pułk. dr. Ludwika Zembrzuskiego, który został powołany na stanowisko szefa wydziału sanitarnego polskiego Czerwonego Krzyża.

Reorganizacja Wydziału Zdrowia Magistratu m. Warszawy.

Na podstawie uchwały magistratu, przeprowadzana jest obecnie reorganizacja wydziału zdrowia.

Spółeczne Sanatorium dla gruźlików stanie otworem już w sierpniu

Wiceprezydent dr. W. Bogucki, naczelnik wydziału opieki społecznej i szpitalnictwa magistratu A. Dobraczyński oraz zarządzający działem architektury wydziału technicznego inż. Ambrożewicz udali się do Otwocka celem dokonania oględzin budującego się tam miejskiego sanatorium dla gruźlików, obliczonego na 200 osób i wznoszonego według ostatnich wymagań technicznych i zdrowotnych.

Stwierdzono, że budynek będzie ukończony w sierpniu r. b. wraz ze wszystkimi urządzeniami wewnętrznymi.

Inżynierowie sanitarni w Państwowej Szkole Higieny.

W państwowej szkole higieny (ul. Chocimska 24) odbyło się uroczyste zamknięcie drugiego kursu inżynierji sanitarnej przy udziale

Kupon Nr. 2.

Każdy czytelnik „Czystości“ który przyśle wycięty ten kupon i poda swój dokładny adres do Administracji otrzyma pamiątkę, która wyniesie tyle, a może nawet i więcej, co kosztuje numer pojedynczy „Czystości“.

przedstawiciele ministerstw, wyższych uczelni i instytucji naukowo-społecznych.

Zebrań przewodniczył dyrektor szkoły, b. minister zdrowia publicznego, dr. W. Chodźko. Przemawiali: dr. E. Piestrzyński, inż. Z. Rudolf, dr. Skudro, inż. Paprocki, inż. Tysza, inż. Le Brun, dr. W. Chodźko oraz przedstawiciele słuchaczy kursu, inżynierowie: Kartasiński i Lenczewski.

Wszyscy mówcy podkreślali wielkie znaczenie prowadzenia podobnych kursów, wykazując ścisłą łączność pomiędzy pracą lekarza i inżyniera w dziedzinie ochrony zdrowia publicznego.

Walka ze szkarlatyną.

Pod przewodnictwem wiceprezydenta m. st. Warszawy dr. Boguckiego z udziałem naczelnika wydziału zdrowia magistratu dr. Wroczyńskiego, przedstawiciele Państwowego zakładu higieny, naczelników lekarzy szpitali miejskich etc. odbyła się konferencja w sprawie zastosowania najnowszych zdobyczy wiedzy w walce ze szkarlatyną. Między in. stwierdzono, że

oddziały szkarlatynowe nie mogą spełniać swego zadania izolacyjne go, albowiem dzieci zarażają się ponownie, po wyzdrowieniu pacierkowcami, b. rozplenionemi w tych oddziałach. Niezbędne jest zatem uruchomienie oddziałów dla uzdrowieńców.

Oddział dla rekonwalescentów istnieje już w szpitalu im. Karola i Marii. Zdecydowano, iż uruchomić należy takie oddziały również w szpitalu św. Stanisława i w szpitalu przy ul. Kopernika.

Higieniczne ławki szkolne.

Ministerstwo oświaty, dążąc do podniesienia stanu zdrowotnego uczniów po przeprowadzeniu dokładnych badań i zebraniu odpowiedniego materiału zagranicą, opracowało projekt normalnej ławki szkolnej. Ławka higieniczna jest w ten sposób skonstruowana, że uczeń nie może się nachylać przy czytaniu lub pisaniu, albowiem przeszkadza mu w tem deska pulpitu. — Następnie celem przyjęcia stojącej pozycji, uczeń musi wyjść z ławki. Według obliczeń, koszt ławki jest niewielki.

KORESPONDENCJE WŁASNE.

KRYNICA.

Wywiad z dyr. zdrojowiska inż. L. Nowotarskim.

Dyr. Nowotarski, jak zawsze, przyjmuje nas serdecznie w gabinecie, skąd miły widok na rojny tłum kuracjuszków oraz na piękne nowo - powstałe wille.

Zadania „Czystości” leżą mu na sercu i chętnie nam służy wszelkie mi informacje. Głównem zadaniem zarządu zdrojowego w dziedzinie higieny jest dokończenie kanalizacji, która jest niezbędna dla rozwoju Krynicy.

Sieć wodociągowa ma też być rozszerzona. Koło budki Malleygo ma być wybudowany szalet publiczny.

Droga zakładowa ma być asfaltowana, aby publiczność nie musiała połykać kurzu i pyłu.

W sierpniu przybędzie prawdopodobnie jeszcze 35 kabin mineralnych.

Na drodze do Tylicza wierci się nowy otwór, osiągnięto już w tym szybie nr. 8 głębokość 170 metrów, pokazują się tam już ślady gazu i wody mineralnej. Są nawet na widoku źródła ciepłe.

Ilość gości w tym roku przewyższa ilość zeszłor. o 4 tysiące.

Gdyby nie brak pieniędzy, wiele inwestycji już w tym roku można byłoby przeprowadzić.

Oto w skróceniu najbliższe zada-

nia Krynicy pod względem higieny. Zegnaliśmy sympatycznego dyrektora w tem przekonaniu, że głos ogółu skłoni jednak sfery rządowe, aby otworzyły trochę szkatułę dla Krynicy, bo z próżnego podobno i król Salomon nie potrafił nic nałożyć.

Najwięcej palącą sprawą jest we dług naszego zdania dokończenie kanalizacji i uruchomienie elektro wni.

CZĘSTOCHOWA.

Wywiad z prezesem T-wa Przeciwgruźliczego d-rem Karolem Różkowskim.

Sterany pracą naukową i zawodową dr. R. znalazł jednak czas, aby prowadzić sprawy T-wa Przeciwgruźliczego.

Cel tego T-wa — walka z gruźlicą we wszelkich jej przejawach, zapobieganie tej chorobie i ewentualne jej leczenie.

Schroniska dla gruźl. rozpadowej, sanatorium dla gruźl. uleczalnej, przychodnia przeciwgruźl. — oto są najbliższe zadania T-wa.

Ogół w Częstochowie, niestety, apatycznie się odnosi do pracy T-wa i stosunkowo mało pomaga T-wo liczy 150 czł., a powinno mieć przynajmniej 10 razy tyle.

Pewne grono współpracowników z d-rem Różkowskim na czele, poświęciwszy dużo czasu i energii, zebrało około 15 tys. złotych i urzą-

dziło przychodnię przeciwgruźliczą przy ulicy Śląskiej nr. 2.

Pozatem T-wo organizuje szereg innych imprez, mających na celu akcję przeciwgruźliczą.

Zegnając d-ra Różkowskiego, żyliśmy mu powodzenia w jego pracy społecznej, gdyż widzieliśmy, że akcja dla ogółu cierpiącego znajduje się w rękach odpowiednich.

„Czystość” zasadniczo popiera każdą pracę społeczną, skierowaną ku polepszeniu naszych warunków zdrowotnych.

Na ogólne zebranie Polskiego Cz. Krzyża w Częstochowie przybył wojewoda Kielecki p. W. Korsak, który w pięknej mowie wyjaśnił działalność Czerw. Krzyża podczas wojny oraz za czasów pokojowych. Mówił o kursach sanitarnych, które się odbyły pod kier. d-ra Purnowskiego.

Wskazywał, że nowy zarząd, do którego weszli działacze tej miary, jak Jego Eksc. Ks. Biskup dr. Kubina, Ks. Prałat B. Wróblewski, Star. Kühn, inż. Hłaskowie, dr. Parnowski, Radca Wnęć i in. napewno postawią Oddział Czest. na odpow. poziomie.

Przy tej okazji redaktor naszego pisma, lekarz-d-ta Michał Grejniec wręczył p. wojewodzie pierwszy zeszyt „Czystości”, który został przyjęty z największą życzliwością.

Zbiegiem okoliczności p. wojewoda Korsak, który był w Holandji, mógł stwierdzić, że feljeton „O czyści w Holandji i... u nas”, zupełnie odpowiada rzeczywistości.

KRAKÓW.

z

Podczas Ziel. Świąt odbył się w Krakowie III Zjazd stomatologów, na który się zjechali lekarze-dentyści ze wszystkich dzielnic Polski.

Przewodniczył zjazdowi prof. dr. A. Cieszyński ze Lwowa.

W połączeniu ze zjazdem uczczono też 25-letnią działalność prof. Uniw. Jagiellońskiego W. Łepkowskiego, o którego pracy owocnej wszyscy się wyrażali z szacunkiem i zachwytem.

Redakcja „Czystości” na tem miejscu życzy jubilatowi długiego ciągu pożytecznej pracy dla dobra ogółu.

Skonstatowano na tem zjeździe, że choroby zębów mają ścisły związek z chorobami innych organów, jak choroby serca, naczyń krwionośnych, nerek, stawów, żołądka, kiszek, oczu, ucha itd.

Zawikłania w chorobach zębów powodować mogą (przy ropowicach np.) ogólne zakażenie i nawet śmierć.

Nikt nie powinien przeto zaniedbywać chorób zębów i jamy ustnej.

W przyszłym numerze podamy zdjęcie prezydium Zjazdu wraz z prof. Łepkowskim.

Obecne zdjęcie przedstawia fragment Zjazdu, a mianowicie: 1) Prof. Hilary Wigła z Warszawy, 2) Prof. Lider z Wiednia i 3) Redaktor „Czystości” Lekarz-D-ta Michał Grejniec



LWÓW.

Kursa sanitarne doksztalające dla lekarzy rządowych i samorządowych mają tu wkrótce powstać.

Wykładać będą b. min. zdrowia dr. Chodźko, dr. Kasprzak, Bruno Nowakowski i inż. san. Szniolis z Warszawy.

Również najlepsze siły ze Lwowa, a mianowicie nac. wydz. mag. dr. Kwaśniewski, dyr. dr. Mikołajski, prof. dr. Steuzing, prof. dr. Parnas, doc. dr. Gašiorowski, dr. Liński i in.

Komisarz rządu Strzelecki nadzwyczajnie intensywnie pracuje w kierunku zaprowadzenia czystości w mieście. Zwrócił on spec. uwagę na niechlujstwo III dzielnicy i niebawem zaprowadzone tam będą porządki europejskie. Za jego też inicjatywą urządzony został konkurs nagród dla dozorców, najczystsiej utrzymujących domy i podwórza. Przyznano 59 nagród na zł. 5000. Uważamy, że konkursy takie powinny być urządzone we wszystkich miastach Polski.

Redakcja „Czystości” ze swej strony wyznaczyła 5 nagród po 1 egz. organu dla celujących w czystości dozorczyń we Lwowie.

Zjazd higienistów odbył się tu 7 i 8 lipca r. b.; szczegóły podamy.

BĘDZIN.

Poświęcenie ośrodka zdrowia.

W tych dniach odbyła się w Będzinie niezwykła uroczystość poświęcenia ośrodka zdrowia. Piękny gmach, zbudowany przez Magistrat m. Będzina z inicjatywy prezydenta Michaela, jest dopiero drugim w Polsce po Warszawie miejskim ośrodkiem zdrowia postawionym na wysokim poziomie.

Poświęcenia dokonał ks. Nowak, okolicznościowe zaś przemówienia wygłosili pp. starosta Ołpiński, inspektor wojewódzki dr. Dziewulski, dr. Weinzieher, dr. Ryder, dr. Wassercwejg i prez. Michael.

Budynek projektowany przez inżyniera-architekta miejskiego p.

Kamińskiego, jest wyzyskany racjonalnie i przynosi prawdziwy zaszczyt ojcom miasta, którzy nie szczędzili wysiłku i kosztów, by doprowadzić piękne dzieło do końca. —

Miejski ośrodek zdrowia ma przede wszystkim na celu przeciw działanie chorobom. W ośrodku będzie się mieściło ambulatorjum dla chorób wewnętrznych, poradnia przeciwgruźlicza, poradnia przeciw jaglicza, ambulatorjum chirurgiczne, okulistyczne, weneryczne i ginekologiczne. Poza to mieścić się będzie gabinet naświetleń, oraz stacja opieki nad dzieckiem i matką.

Mimo znacznego wydatku na kupa terenu pod budowę gmachu ośrodka, całkowity koszt tego pięknego budynku jest stosunkowo niewielki, bo wynosi 110 tys. zł. — Dobrodziejstwo instytucji zdrowia ocenią najuboższe sfery, pozbawione opieki lekarskiej, bo one głównie będą korzystały z dobrodziejstw ośrodka, będącego świadectwem, że Będzin kroczy na czele tych miast, które dbają o zdrowie swych mieszkańców. (K. Z.)

Odpowiedzi Redakcji.

1) Prof. E. Piasecki, Dyr. St. Wych. Fiz. Un. Pozn. Ankiety zamieszczamy.

2) Red. p... „Nowy Świat” The Polish Morning Word, N. J. Dziękujemy za poparcie, chętnie się odwzajemnimy.

3) W. P. Dr. M. w Wilnie, Dr. C. w Poznaniu i Dr. Z. w Warszawie. Serdecznie dziękujemy za słowa uznania i zachęty do pracy.

Wszelkie oszczerstwa ignorujemy i pracę ze znanym naszym uporem, będziemy kontynuować dalej, usuwając te lub owe uster-

LEKARZ DENTYSTA
MICHAŁ GREJNIEC
W CZĘSTOCHOWIE.
I- sza Aleja Nr. 10. Telefon Nr. 2—50
Przyjmnie codziennie
od 9—1 i od 3—7 w.
Choroby zębów i jamy ustnej.
ZĘBY SZTUCZNE.

ki, których na początku wprost uniknąć się nie da.

Niezliczona ilość listów i podziękowań z kraju i zagranicy ze strony ludzi czystych, którzy twierdzą, żeśmy obrali odpowiednią placówkę, wzmacnia nas w walce życiowej. Trudno, każdy człowiek czynu ma wrogów, którzy gotowi są go utopić w łyżce wody. Ciekawsze jest życie, gdy się o coś walczy i zwycięża.

4) W. P. Prof. K. w Wilnie. — III Zjazd lekarzy w Krynicy wobec zjazdu lek. w Ciechocinku, odłożony został na rok przyszedł.

Uwagi WP, Prof. skierowaliśmy do tut. T-wa Lekarskiego.

5) W. P. K. w Gnieźnie. Zapytanie W. P. skierowaliśmy do Kryn. T-wa Lek.; po otrzymaniu odpowiedzi, prześlemy wszelkie dane.

6) W. P. Dr. M. we Lwowie. Owszem, chętnie zamieścimy, gdy artykuł będzie skrócony i styl spopularyzowany.

Odpowiedzi Administracji.

24) W. P. Inż. Smulski w Katowicach. Za treść ogłoszeń, jak również za ten lub ów sposób wykonania zleceń przez firmy ogłaszające się w „Czystości” — żadnej odpowiedzialności na siebie nie przyjmujemy.

25) Przepraszamy bardzo, że kwestja upominków za bony nie została jeszcze należycie zorganizowana, szczególnie w małych ośrodkach. Kwestja ta wkrótce jednak ulegnie ulepszeniu i każdy otrzyma upominek według zapowiedzi.

26) W. P. Stanisław Niżakowski, 35 Mercer Str. Newark, N. Y. U. S. A. Abonament „Czystości” w Ameryce kosztuje 2 dol. rocz. Wysyłamy. Dziękujemy za poparcie.

27) Bracia Lubowscy we Włocławku. Dziękujemy. Wysyłamy.

28) Wiel. Ks. Prob. Roman Prystopski w Żegiestowie. Zamówienie przesłał wkrótce będzie wykonane.

29) Dyrekcja Poczty i Telegr. w Katowicach. Dziękujemy za przychylność.

30) Dyrekcja Poczty i Telegr. w War

E. L. BREGMAN

w Warszawie, Złota 23
telef. 65—02.

**SKŁAD PRZYBORÓW
LEKARSKO-DENTYSTYCZNYCH**

Najtańsze i najlepsze
— źródło zakupu. —

Kto chce
mieć dzieci zdrowe
ten używa
**Mączkę
Néstle'a**

Przeznaczenie!

Jeżeli Ci brak energii, równowagi, jeżeli cierpisz moralnie i nie znasz wyjścia, nadeślij charakter pisma swój lub zainteresowanej osoby (los Twój zależy nietylko od Twoich zdolności i czynów, lecz od ludzi, z którymi się łączysz). Zakomunikuj, imię, rok i miesiąc urodzenia, kawaler, żonaty, wdowiec, ilość osób najbliższej rodziny, a otrzymasz szczegółową analizę charakteru, określenie zalet, wad, zdolności i przeznaczenia. Szczegółową analizę wysyła się po otrzymaniu Zł. 5—Pisz do Adm. „Czystości” dla „Astrologa”. Ogłoszenie wyciąć i załączyć do listu.

**Wielka wyprzedaż! 30%o niżej cen fabrycznych!
za zł. 16,95.**

Otrzymasz 3 metry materiału „KOR” na garnitur. „KOR” jest najelegantszym, najmodniejszym i naitrwałszym dzis materiałem, który sprzedajemy po tak bajecznie niskiej cenie, chcąc dać możliwość zapoznania się z nim najszerzszym warstwom. Wysyłamy za zaliczką pocztową tylko za zł. 16,95 groszy, 3 metry materiału „KOR-PRIMA” zł. 20,95 gr. — 3 metry bostonu **Bez ryzyka!** zł. 28,0 gr. **Bez ryzyka!** W razie niespodobania się towaru, przyjmujemy z powrotem i zwracamy pieniądze. — Zadatku nie potrzeba. Płaci się przy odbiorze. — Za porto i opakowanie płaci kupujący.

Wiad. w Adm. „Czystości” dla „Kor”.



350 Wartościowych przedmiotów
za 15 zł. 75 gr.

Towar znacznie lepszy.

Na listowne zamówienie wysyłamy następujący komplet: 1 Zegarek męski niklowy, szwajcarski z dobrym chodem; 2) 1 łańcuszek do zegarka połączony; 3) 1 brzytwa zagraniczna; 4) 1 pędzelek do golenia; 5) 1 miseczka do golenia; 6) 3 łyżeczki do herbaty; 7) 2 kawałki mydła toaletowego; 8) 1 krawat jedwabny; 9 kom. spinek do mankiet; 10) 1 para rękawników; 11) 1 grzebień kieszonkowy z futerałem; 12) 1 szczyryk stalowy; 13) 3 chusteczki do nosa; 14) 1 szczoteczka do zębów; 15) 1 lusterko kieszonkowe i jeszcze 335 przedmiotów niezbędnych dla każdego człowieka.—Cały ten komplet wysyłamy tylko za 15 zł. 75 gr. Taki sam komplet w gatunku „L” 17 zł. 45 gr. Gatunek „N” 20 zł. 75 gr. Zadatku nie potrzeba. Płaci się przy odbiorze. Za opakowanie i przesyłkę płaci kupujący.

BEZ RYZYKA! BEZ RYZYKA!

W razie nie spodobania się zwracamy pieniądze. Zgłaszaj się do Adm. „Czystości” dla „Emka”.

Poszukujemy wspólnika lub udziałowca do intratnego interesu. Wkład od 10 do 50 tys. złotych. — Oferty do Administracji „Czystości” sub „Udziałowiec”.

szawie. Serdecznie dziękujemy. Wyślemy.

31) W. P. Leszek Kobowski, Warszawa, Kopernika 41, Naucz. Szk. Miejskiej, Warszawa, Bonifr. 25. Upominek dla W. P. wysłany będzie do skł. apt. Bukowiecki i Ska Marszałk. 120.

32) W. P. J. Bodner, Krynica, w. „Ustroń” oraz W. P. L. Braunowa, w. „Palma” w Krynicy. Prosimy się zgłosić po upominek do naszej filji w Krynicy, w. Alfredówka pokój nr. 20.

33) Dr. Moczulski w Milanówku. Prośbę W. P. spełniliśmy.

34) Ks. Bolesław Pietkiewicz, Biała Podl., Kazimierz Iwanowski w Nowogródku, A. Piltz w Kam. Polskiej oraz M. Skierski, Radomsko. Życzenia W.P. przesłaliśmy.

35) Magistrat m. Dąbrowy Górniczej. Dziękujemy. Wysyłamy.

36) W. P. Prof. M. S. kuracjuszowi w Krynicy. Wątpliwości W. P. są zupełnie nieuzasadnione. Zakład lekarsko-dentystyczny w Krynicy w domu p. Szwarza przy ul. Kraszewskiego, znajdujący się pod kierownictwem naszego redaktora Lekarza-Dentysty Michała Grejnieca — posiada na miejscu również własne laboratorium techniczno - dentystyczne, gdzie wszelkie protezy techniczno - dentystyczne wykonywane są bardzo szybko. Uważamy czas ku racyjny za bardzo odpowiedni do przeprowadzenia kuracji również zębów i jamy ustnej.

37) W. P. M. w Krynicy i F. w Częstochowie. Owszem, jeżeli W.P. chcą się nauczyć techniki dentystycznej, zechcą W. P. złożyć swe dokładne adresy do filji naszej w Częstochowie lub w Krynicy dla „Technika”.

38) W. P. Ch. w Krynicy. Owszem, b. lekarz zakł. dr. Xawery Górski przyjmuje prywatnie w willi B. Orzeł. Tamże ordynuje również Dr. Wolski.

39) W. P. R. w Muszynie. Kalendarz „Czystości” ukaże się wkrótce.

40) W. P. K. w Truskawcu. Dóźór nad artyk. spoż. w Trusk. na za sadzie Ustawy z d. 22.6 będzie pewnie zaprowadzony.

41) W. P. M. w Lublinie. Firma „Iris” chętnie dla W. P. sprowadzi szczot. i prosz. „Purol”.

42) Kuracjuszom w Krynicy, Truskawcu i Ciechocinku. Owszem, osad na zębach powstały wskutek picia wód mineralnych daje się usunąć przy zastosowaniu patentowanej szczot. i proszku „Purol”. Radzimy żądać w tamt. aptekach i skł. aptecznych.

43) W. P. D. w Szarleju ok. Katowic. Dziękujemy. Wysyłamy.

44) W. P. Adw. B. we Lwowie. Wysyłamy. Telef. 16-03.

45) W. P. Adw. S. w Krakowie. Zastosowaliśmy się do życzenia W. P. Mecenas.

46) W. P. Lek. Pow. W. Dziękujemy za wprowadzenie „Czystości”

do wszystkich szkół i instytucji miasta i powiatu.

Prawdopodobnie inni koledzy uczynią to samo.

46) W. P. L. Insp. Szk. Komplet szk. „Purol” (szcz. i prosz.) jest tak wygodny i tani (1 zł.), że powinien być w użyciu u każdego ucznia. Dziękujemy za słowa zachęty.

47) W. P. S. w Krakowie. Owszem Dr. Precel ordynuje w willi pod Trąbką.

48) W. P. J. Litwarowa w Krynicy. Prosimy uprzejmie o osobiste zgłoszenie się do naszej filji w Krynicy.

49) W. P. Stefan Jankowski w Poznaniu Al. Marcink. 17-A. Prosimy o zgłoszenie się do firmy J. Gadebusch, Nowa 7, gdzie W. P. upominek otrzyma.

50) W. P. M. w Częstochowie. Dziwimy się bardzo, że W. P. na chwilę nawet się zastanawia czy leczyć swe zęby i wstawić protezy u partacza, czy też u dobrego lekarza d-ty. Mała oszczędność ujemnie wpłynie na wykonaniu i na zdrowiu. Protezy, wykonane przez partacza przeważnie muszą być wyrzucane i robione nowe. Koszt zatem podwójny! A bóle i cierpienia?

51) W. P. S. w Tarnowie. Zniszczone gumowe płaszcze czyści się mieszaniną wody z amoniakiem w równej ilości, za pomocą gąbki. Płaszcz wygląda po oczyszczeniu jak nowy i trwałość jego się zwiększa.



PIEGI

zółte plamy, opaleniznę, usuwa pod gwarancją aptekarza Jana Gadebuscha „AXELA” krem od piegów. 1/2 słoika 2,50 zł., 1/1 sł. 4,50 zł. do tego mydło „AXELA” 1 kaw. 1,25 zł., 3 kaw. 3,50 zł. Do nabycia w drogeriach i aptekach lub wprost w firmie

J. GADEBUSCH

Poznań, Nowa 7 (Bazar).

ZBYTECZNE OWŁOSIENIE

na rękach, nogach, pod pachą i t. p. usuwa radykalnie

perfumowany **DEPILATOR „GARÇONNE”** do nabycia wszędzie.
Cena 2 zł. 50 gr.

Skład wysyłkowy: **Apteka pod św. Anną** Lwów, Janowska 52.

CZĘSTOCHOWSKIE ZAKŁADY CERAMICZNE S. B. HELMAN i S-ka

Częstochowa, II Aleja 28
Tel. Nr. 94.

**Cegła budowlana,
Cegła ogniotrwała,
Kafle i piece.**

„EXPRESS KRYNICKI”

DZIENNIK

POŚWIĘCONY SPRAWOM KRYNICY.

Red. i Adm. dom Komisji Zdrojowej, tel. 22
w Krynicy.

KRYNICA

KUPNO, SPRZEDAŻ WILL,
PARCEL, DZIERŻAWA
PENSJONATÓW
WYNAJEM MIESZKAŃ
i t. p.

Konces. Agencja.

NEUBAUERA

NAPRZECIW DWORCA KOLEJOW.
TELEFON Nr. 35.

Drukarnia „A R S”

w Krynicy

wydaje Urz. Listę gości.

KRYNICA-SOPLICOWO

Akademja Taneczna

Prof. St. Tański-Chojecki

Asystent-Karlo.

WYTWORNE TANCE SALONOWE!

RESTAURACJA I KAWIARNIA DOMU ZDROJOWEGO W KRYNICY

poleca WYKWINTNĄ KUCHNIĘ li tylko na maśle i doborowe gatunki .win

SPECJALNOŚĆ!!! BUFET- BAR

zaopatrzonej obficie w trunki krajowe i zagraniczne, wydaje śniadania zimne i gorące po cenach bezkonkurencyjnych.

W KAWIARNI codziennie od godz. 5-ej do 7-ej **FIVE - O - CLOCK** wieczorem od godz. 9-ej **DANCING**

przy udziale orkiestry warszawskiej „ITALJI” bardzo mile żegnanej przez łamiejszą Prasę pod dyktando znanego kompozytora p. **Jakóba Kagana.**

KRYNICA

PANSTW. ZAKŁ. ZDR. KĄPIEL. I KLIMAT.
SEZON LETNI i ZIMOWY.

Zdroje Krynicy wskazane są w następujących grupach chorób:

- 1) W chorobach krwi i narządów krwiotwórczych.
- 2) W osłabieniu ogólnym i płciowym.
- 3) W chorobach nerwowych czynnościowych: nerwobóle i porażenia nerwów, obrzęki wątroby i śledziony, osłabienia płciowe.
- 4) W chorobach kobiecych (zaburzenia w miesiączkowaniu, białe upławy, obrzęki macicy, jajników, wysięki i sprawy pozapalne tkanki okołomaciczej, niepłodność r t. p.
- 5) W chorobach narządu krążenia: gościec przewlekły, skaza mocznicowa czyli dna (artretyzm), cukrzyca.
- 6) W zaburzeniach wydzielania wewnętrznego (choroba Basedowa).

OKAZJA.

Nowoczesne wille na pensjonaty, umeblowane pokoje, na sezon letni, cudowny widok na morze. Plac pod budowę will, domów, fabryk najtaniej poleca, dla przyjezdnych udziela wszelkich informacji:

DOMINIK KUJAWA
w Gdyni, Staromiejska 4.

BIURO ARCHITEKTONICZNE

Karola Skawińskiego
i Karola Kmietowicza.

mieści się w willi

„Wisła” — Krynica.

„W TOR”

Jest to jedyny powielacz, który daje do 3000 odbitek i kosztuje **tylko** zł. 160.
Warszawa, Krucza 36 „Wtór”.

Krynica

Wszelkie zlecenia dotyczące się Krynicy można kierować do Adm. „Czystości” w Krynicy „Alfredówka”, pokój Nr. 20.

PROSIMY POWOŁYWAĆ SIĘ NA „CZYSTOŚĆ”!

Wszelkie artykuły

apteczno-perfumeryjne

szczególniej zaś

MYDŁO

„BLASKOLIN”

POLECA

Skład Apteczny

J. ORDON

w Częstochowie

Stary Rynek 21

Teleion Nr. 558.

Dr. M. ROSEN

W CZĘSTOCHOWIE

II ALEJA 41. TEL. 606

CHOROBY SKÓRNE
i WENERYCZNE.

SPECJALNE LECZENIE ŻYŁAKÓW.

(Syst. Uniw. Paryskiego).

Inż. F. Dawidowicz

W CZĘSTOCHOWIE

II ALEJA 31. TEL. 54.

Wszelkie maszyny i przyrządy
dla fabryk, warsztatów
i rolnictwa.

Instalacje i motory elektryczne.

BROWAR

„OKOCIM”

Reprez. w Częstochowie

○○○○

ul. Zielona Nr. 38

Telefon Nr. 566.

○○○○

OKOCIM pij, gdy masz pragnienie!

OKOCIM pij, gdy masz zmartwienie!

Czy w radości, czy też w smutku,

Pij O K O C I M aż do skutku!

Ministerstwo Rolnictwa

ściśle wyliczyło, iż jeden szczur niszczy
produktów na

zł. 120 rocznie.

W Ameryce, gdzie tępienie objęte jest
ustawami sanitarnymi, szczury przynoszą
szkody, sięgające rocznie do

50 milionów dolarów!

Tępienie myszy i szczurów bakcylami

Dla ludzi, drobiu, zwierząt domowych

i zwierzywny nieszkodliwemi!

Tępienie myszy i szczurów w rolnictwie, domu i podwórzu za pomocą bakcyli tyfusowych na sposób profesora LOEFFLERA, jest już rozpowszechnione i daje bardzo dobre wyniki. Jest powszechnie znane, dlatego też nie wymaga szerszego omawiania. Należy tylko podkreślić nieszkodliwość tego zabiegu dla ludzi i zwierząt w przeciwieństwie do innych środków trujących.

Jak wiadomo, bakcyle tyfusu dostają się przez przewód pokarmowy do narządów trawienia gryzoniów i wywołują chorobę podobną do tyfusu i śmierć.

Zapytania kierować do Adm. „Czystość”
Warszawa, Skrz. poczt. 729. — Dla „Tępienie szczurów”,

Sztuczne słońce górskie dla wyczerpanych pracą zawodową.

Dla nerwowych, wyczerpanych pracą nocną, dla cierpiących na bezsenność oraz dla trenujących się sportowców w celu osiągnięcia większej sprawności sportowej, niema nic lepszego od przyjemnej kuracji za pomocą naświetlań niewidocznymi promieniami ultrafioletowymi „Sztucznego Słońca Górskiego” Original-Hanau. Naświetlania służą jako naturalny środek zapobiegawczy do utrzymania sił organizmu przeciw czynnikom chorobotwórczym. Podobnie jak podróż dla wypoczynku, naświetlania te wzmacniają i odżywiają umysł i ciało. Już kilka naświetlań wystarcza do wydatnego podniesienia sił opornych ciała i ducha. Naświetlania wzmacniają duchowo i fizycznie, powodują ożywienie humoru. Naświetlania „Sztucznym słońcem górskim” Original-Hanau działają także przy objawach starości, ogólnym osłabieniu u rekonwalescentów po ciężkich chorobach, oraz u osłabionych położnic.

O wyniku naświetlania zapytajcie się swoich znajomych, oraz swego lekarza. Szczegółowych drukowanych wyjaśnień udziela:

QUARCLAMPEN-GESELLSCHAFT

G. m. b. H. HANAU a/Main, skrz. poczt. 222.

Kto chce spróbować naświetlania, musi zwrócić uwagę na to, aby był naświetlany lampą „Original Hanau”. Bezwartościowe naśladownictwa należy odrzucać. **Wiad. udziela też Adm. „Czystości”.**

Stacja Klimatyczna OTWOCK ZAKŁAD LECZNICZY

Dr. W. PRZYGODY

Najnowsze metody leczenia: sztuczna odma piersiowa, Roentgen lampa kwarcowa i tukiowa. Analizy lekarskie. Pawilon dla leczenia djetetycznego (cukrzyca, choroby nerek). Informacje w zakładzie lub w Warszawie. — Tel. 142-60. Telefon międzymiastowy na miejscu.

Stały zarobek

mogą mieć ci, którzy się według moich recept nauczą fabrykacji następujących praktycznych artykułów.

- 1) Miód sztuczny, wygląd i smak prawdziwego miodu pszczołnego.
- 2) Marmolada, jabłeczna, śliwkowa itp. bardzo pożądana
- 3) Smalec gęsi sztuczny, zapach i smak prawdziwego smalcu gęsiego.
- 4) Masło sztuczne, smak, zapach i kolor prawdziwego.
- 5) Masło roślinne, jak Ceres, Kunerol itp.
- 6) Syrop kartoflany, artykuł b. poszukiwany.
- 7) Czekolada droga i tania.
- 8) Wina owocowe, bardzo smaczne i tanie.
- 9) Miód do picia najlepszego gatunku.
- 10) Wino rodzynekowe, smaczne i tanie.
- 11) Kwas w smaku szampańskiego wina, b. tani.
- 12) Krem przeciwko piegom.
- 13) Pasta do obuwia, najlepszego gatunku.
- 14) Środek do czyszczenia metali, szyb, lusterka a la Sidol itp
- 15) Pokost do malowania, także pokost sztuczny.
- 16) Proszek do prania w proszku i w kawałkach.
- 17) Glazura do obuwia.

Wszystkie te artykuły wyrabiać można w domu, bez specjalnych urządzeń i maszyn.

Dokładne informacje co do sposobu fabrykacji i t. d. wysyła się po otrzymaniu 10 zł.; przy 5 art.—zł. 40.—

Zamówienia uprasza się przysyłać do

Administracji „Czystości” w Warszawie.

Skrz. poczt. Nr. 729 przekazem lub na PKO. Nr. 15-960 dla „Laboratorium Domowe”.

SAMOCHODY

najwygodniejsze
i na warunkach przystępnych
najlepiej się kupuje w firmie
„ELIBOR” w Częstochowie.
ul. Panny Marji Nr. 14
„Chevrolet”

Biuro Techniczne „PROMIEN” CZĘSTOCHOWA

II Aleja 30. — Telefon 24

Adres telegr.: Częstochowa — Promień.

Materiały techniczne i elektrotechniczne.
Motory elektr. Instalacja światła i siły.
RADJOODBIORNIKI i RADJOSPRZĘT

Ostatnie Nowości

Zegarki, Harmonijki, Lusterka, Zabawki i kwiaty sztuczne oferuje w różnych gatunkach i po najniższych cenach hurtowych w sortymentach 50 zł. N. P. wysyłamy 6 Budzików w najlepszym wykonaniu za 50 złotych franco

F. W. H. Hegewald, Hanau
Nr. 361 (Niemcy)

Inż. B. Hłasko i Skrzynecki

Biuro techn. i fabr. „MŁOT”

W CZĘSTOCHOWIE

ul. Mała 24. — Telefon 507.

Wszelkie urządzenia sanitarne
Wodociągi. — Kanalizacja. — Wentylacja.
Centralne ogrzewanie wodne i parowe.
Kotłarnia miedziana i żelazna.

Zdolni Ajenci(tki)

Akwizytorzy (rki) poszukiwani są we wszystkich miastach Rzeczypospolitej i Zagranicy (gdzie są liczniejsze kolonie polskie). Adresy należy podać do Administracji „Czystości” w Warszawie, Skrzynka poczt. Nr. 729 dla „Purol”

Krynica, Zakopane, Truskawiec i Ciechocinek.

Mam wille, parcele, pensjonaty i t. d. do sprzedaży lub dzierżawy, również lokale do wynajęcia. Oferty osób szybko decydujących kierować do Administracji „Czystości” w Warszawie, Skrz. pocztowa Nr. 729 dla „Pośrednictwo”

LACTOBACILLIN - JOGHURT

w/g prof. **Miecznikowa**, przyrządzone na przetworzonym mleku, najlepsza odżywca dla dorosłych i dzieci, znakomity środek przy **Katarach żołądka i jelit, chorobach serca, czyrakach, ekzemie, cukrzycy i t. d.**

Szczegóły w bezpłatnych prospektach.

Probówki z zakwasą do użytku na 6 razy wysła za **1 zł.** Administracja „Czystości dla „Ramogen”.

Posiadam 20 tys. złotych

oczekuje poważnych propozycji. Oferty do Administracji „Czystości” w Warszawie, Skrz. poczt. Nr. 729 dla „Dzielnego”

SKŁADY APTECZNE
prow. farm.**Zygmunta ORŁOWSKIEGO**
W CZĘSTOCHOWIE

II Aleja Nr. 24 i 29.

Posiada wszelkie artykuły apt. i perfum.

Także szczoł. „PUROL”

Kto chce, aby towar jego został dobrze sprzedany, kto chce coś kupić, otrzymać posadę, rozpoznać wynalazek lub wogóle jakąkolwiek transakcję przeprowadzić—ten powinien dać ogłoszenie w „Czystości” gdyż pismo to dociera do wszelkich kątów Rzeczypospolitej Polskiej

Kto chce mieć świeżą i ładną cerę niech napisze do Adm. „Czystości” Skrz. poczt. Nr. 729 dla „Promień”

Kto chce w Warszawie coś załatwić, może to uczynić przez nasze Biuro zleceń. Oferty do Adm. „Czystości” w Warszawie, skrz. pocztowa 729 dla „Biuro Zleceń”

Najpoczytniejszym organem
m. Częstochowy
i okolicy

jest

„Goniec Częstochowski”

Redakcja
i Administracja
III Aleja 52

SKLEP „GOŃCA”

II Aleja 26.

Posiada stale wszelkie materiały pisemne.
Drukarnia zaś wykonuje wszelkie roboty drukarskie.

Hemoroidy giną!

w 5—6 dniach bez lekarstwa i operacji, 52-letnie doświadczenie. — Wysyłam przepis za pobraniem pocztowym 6 złotych i porto.

J. WIERZBOWSKI, NOWE POMORZE, Felczer szpitalny.

TYLKO

„PUROL”

niszczy

OSAD i ZAPACH

NIKOTYNY

i WÓD MINERALNYCH!

ŻĄDAĆ WSZĘDZIE!

Nowość!

„PUROL”

Nowość!

Szczoteczki do zębów „PUROL” systemu Lekarza-D-ty Michała Grejnieca w Częstochowie, są, jak wiadomo, najlepsze.

Szczoteczki te cieszą się uznaniem J.W.P-wa Prezydentostwa Rzeczypospolitej Polskiej Prof. D-ra Ignacego Mościckiego i J.W.P. Małżonki Jego (Pismo Nr. 312 z dn. 25 Marca 1927 r.), Jego Ekscelencji Ks. Biskupa Lubelskiego (Pismo Kurji Biskupiej z dn. 15-go Czerwca 1927 r.), Prof. D-ra med. Wincentego Łebkowskiego w Krakowie, Profesora Dentystyki i Stomatologii na Uniwersytecie Jagiellońskim. (Pismo z dn. 30 Czerwca 1927 r.) oraz wielu innych przedstawicieli wszelkich sfer społecznych.

Na międzynarodowej Wystawie Sanitarnej - Hygienicznej w Warszawie w Czerwcu 1927 r. nagrodzone zostały **medalem brązowym**.
Żądać wszędzie! Gdzie nie ma, zwracać się do Częstochowy
Aleja Najśw. Panny Marji Nr. 10.

CHORZY na PŁUCA

proszeni są o podanie adresu do Adm. „Czystości” w Warszawie, Skrz. Poczt. Nr. 729 pod „Płuca”

Cierpiący na cukrzycę

proszeni są o podanie adresu swego do Administracji „Czystości” w Warszawie, Skrzynka poczt. Nr. 729 sub. „Cukrzyca”.

Palacze!

„PUROL”

usuwa osad, nikotynę i niemiły zapach z ust.

Żądać wszędzie.

Kto się chce

nauczyć techniki dentystycznej, niech poda swój adres, załączając znaczek na odpowiedź do Adm. „Czystości” w Częstochowie i Krynicy dla „Technika”

Krynica

ul. Kraszewskiego,
d. p. Schwarca.

Zakład Lekarsko-Dentystyczny

oraz

Laboratorium Zębów Sztucznych.

Godziny przyjęć od 10—12
i od 3—6.

Na specjalne żądanie także —
o innej porze.