

Przyjaciółka

TYGODNIK

Nr 8 (831)
Cena 1 zł
23.II. 1964

ZGADNIJ
KTO TO?





Marta Lipińska i Tadeusz Łomnicki — czyli Ulka i nauczyciel



W roli Staszka — Roman Wilhelm

OPOWIEŚĆ FILMOWA WIANO

Współczesna wieś polska bardzo, rzadko pojawia się w naszych filmach. Po kilku, niezbyt udanych próbach, nie było „odważnego”, który by zaatakował wiejską tematykę. Aż nareszcie znaleźli się tacy: reżyser Jan Łomnicki i scenarzysta Jerzy Pomianowski. „Wiano” — film, który właśnie wszedł na nasze ekrany, jest ciekawą i udaną, naszym zdaniem, próbą pokazania zagadnień wiejskich. W zasadzie jest to dramat psychologiczny, ale ważne są tam również momenty społeczne i obyczajowe.

Bohaterką „Wiana” jest młoda, kaleka dziewczyna, Bronka. Wyśmiewana i odpychana przez społeczność wiejską z powodu swego kalectwa, dziewczyna marzy o wielkim uczuciu. Wydaje jej się, że spotkała jedyną miłość swego życia — Staszka.

Staszek — po odsiedzeniu wyroku za spowodowanie wypadku samochodowego — powraca do rodzinnej wsi. Rodzina, a zwłaszcza bratowa, przyjmuje go wrogo. Dziewczyna, z którą był związany — zaręczyła się z nauczycielem. Pozycja odrzuconego przez gromadę zbliża go do Bronki. Staszek liczy na to, że zakochana w nim dziewczyna zmusi ojca do wystąpienia ze spółdzielni. Wydaje mu się, że te trzy morgi piaszczystego gruntu (stanowiące „wiano” dziewczyny) — wycofane ze spółdzielni — pozwolą Staszce zostać „gospodarzem całą gębą”.

Zakochana bez pamięci Bronka żąda od ojca wycofania majątku ze spółdzielni. Dla starego Drzemlika oznacza to klęskę życiową. To on przecież — przed dziesięć laty — był jednym z założycieli spółdzielni. Jest to jego „oczko w głowie”, sprawa honoru i wieloletnich wyrzeczeń.

I oto teraz, kiedy praca nabiera rozmachu, kiedy wieloletni trud ma nareszcie przynieść owoce — ukochane, jedyne dziecko zmusza go do kapitulacji. Próbuje się opierać, usiłuje otworzyć Bronce oczy na małą wartość Staszka, wytłumaczyć, że nie ona, lecz jej morgi pociągają chłopaka. Na próżno! Z całą namiętnością kobiety, dołąd poniżanej i samotnej — Bronka jest głucha na prośby ojca. W końcu stary ustępuje — pisze podanie o wystąpienie ze spółdzielni. Ale ta decyzja przychodzi za późno. Staszek mówi dziewczynie, że... nie ożeni się z nią, wrócił bowiem do swej dawnej narzeczonej, Ulki (bardzo bogatej jedynaczki).

Oprócz zasadniczego wątku — sprawy Staszka i Bronki — mamy jeszcze w „Wianie” drugi temat: historię nauczyciela i Ulki. Ten drugi wątek, drugoplanowy, wydaje się nie mniej ciekawy od zasadniczego dramatu i szkoda, że nie został potraktowany szerzej. Ale naruszyłoby to, bez wątpienia, całość dramaturgiczną. I tak jednak daje wiele do myślenia.

W sumie „Wiano” jest filmem ciekawym i pobudzającym do dyskusji. Warto więc zobaczyć ten nasz nowy film.

Z. K.



Zaczęło się od „jednego”, a skończyło na przepiciu pensji i na noclegu w izbie wytrzeźwień



— Wrócił z więzienia. Mama dała mu jeść. Wieczorem pobił nas i — wyrzucił na ulicę.

Gdy miasto SPI

Minęła północ. W osiedlach i na peryferiach w nielicznych tylko oknach widać światła. znak, że w domu ktoś czuwa. Może żona czeka na męża, może matka niepokoi się o syna, może ktoś chory, może ktoś pracuje...

Ale na głównych ulicach miasta jeszcze nie pora na nocną ciszę. Jest sobota. Z nocnych lokali dobiega gwar, słychać dźwięki muzyki.

Nie śpią także ludzie w szaroniebieskich mundurach. Czuwają nad spokojem i bezpieczeństwem obywateli zagrożonych we śnie w zaciszu swoich mieszkań. i tych, którzy jeszcze przebywają na mieście. W Komendzie Milicji całą noc trwa ostry dyżur. Na ścianach ogromnej sali dwa jasno oświetlone plany miasta. Czerwone światła na jednym to punkty miasta, w których w danej chwili znajdują się karetki pogotowia milicyjnego, tzw. „radiowozy”.

Jeszcze chać, a już Niedaleko akademickiej odbyły wtargnęły wywołują dze zabije sztuk meż

Zofia K

Podstawow
cera dyżu
cyjnym je
mu dyżur
wiązać ko
dującymi

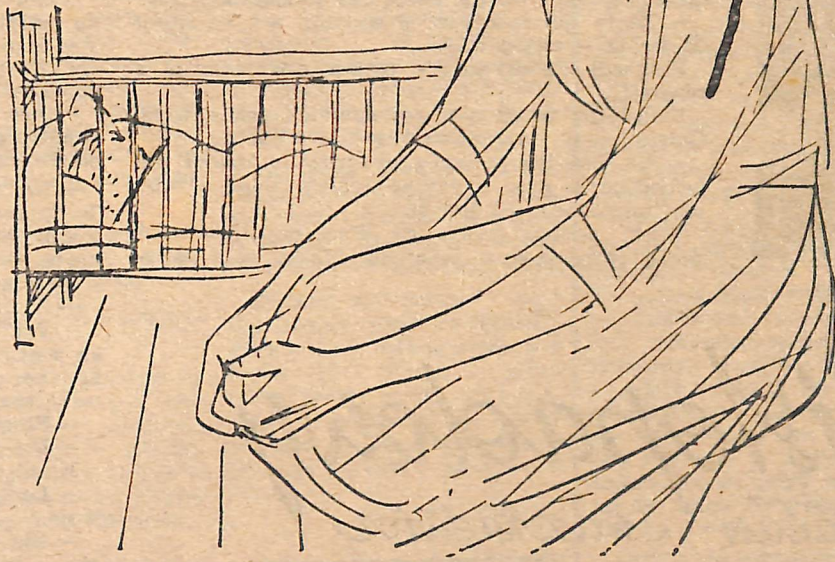
Zółte świ
nalizują
nadchod
słuchawce
głos człow
pomocy.
łączy się
cą się naj
padku. Dz
zgłoszenia
cji wpływ
nuty.

Tej sob
radiowozu
kiem Kaz
Stołecznej
objeżdżali
Ale oto w
ulicy Oko
cysterny
jany kier
minutach
przytomne
szczęście
wozu, w
niechybnie
padek.

Jeszcze
chać, a j
Niedaleko
akademick
rej odbyły
wtargnęły
wywołują
dze zabije
szuk meż

Za wszelką cenę

Radości
i smutki



rys. Ada Święcicka

WE wsi zaczęła uchodzić za dziewczynę, która nie może wydać się za mąż. Jak gradowa chmura wisiała nad nią ewierświecze. Anusia bała się, że gdy je przekroczy, to już przypadnie ze szczętem. Pieczętka „starej panny“ przylgnie do niej na zawsze.

W gospodarstwie rodziców sporo miała roboty. Nie była zmuszona szukać dodatkowego zarobku. Dostępną jednak miała utyskiwań matki, która powtarzała aż do znudzenia: „Dziewczyna, która przed 25-tką za mąż nie wyjdzie, widać psa warta“. Wioskowe koleżanki ciągle ją zagadywały, dlaczego nie przychodzi na zabawy, dlaczego nie widać jej nigdy z chłopcem. Czasami robiły uszczypliwe uwagi na jej temat. Czy mogła powiedzieć im prawdę, że przecież znów musiałaby na zabawie samotnie siedzieć w kącie, albo stać pod ścianą, jak to było już tyle razy?

Anusia nie miała po prostu powodzenia. Nie była wprawdzie brzydka, ale cicha, bardzo nieśmiała. Nie umiała chłopcom zaimponować. Bo i czym? Chłopcy chcieli, żeby panna była albo bogata, albo z zawodem i wykształceniem, no i urodna. A u nich w chałupie biedy nie było, ale się też nie przelewało. Zawodu zaś Anusia nie zdobyła, bo rodzice jej uważali, że najlepsza kariera dla dziewczyny — to dobrze wyjść za mąż.

Pewnego dnia Anusia otrzymała list od swojej ciotki, która mieszkała we Wrocławiu. „Mam kogoś w sam raz dla ciebie — pisała ciotka. — Chłop już niemłody, ale obrotny, słusarz z zawodu. Dwa lata temu umarła mu żona. Dzieci nie mieli. Mieszkał u rodziców żony. Teraz się od nich wyprowadził. Pokazałam mu twoją fotografię. Podobał się. Powiedziałam że dostaniesz w posagu krowę, którą możecie sprzedać i trochę gotówki. On ma tu obiecane mieszkanie. Na razie mieszka u mnie, ale niedługo się wyprowadzi. Spokojny, nie pije. Tylko jeden ma feler — trochę kuleje. Podobno jako dziecko miał wypadek na ulicy. Myślę jednak, że to cię do niego nie zrazi. Nie jesteś już taka młoda, żebyś mogła wybierać w chłopakach jak w ulegawkach. Zresztą, jak przyjedziesz, sama zadecydujesz“.

Anusi wydało się, że ten list otwiera w jej życiu nową drogę. Natychmiast pojechała. Marzyła:

— Boże, co to będzie za szum w wiosce, kiedy ona przyjedzie z mężem. Przeszczę mówić o niej z lekce-

ważeniem: „stara panna“. Będzie szanowana, jak inne.

Nie pomyślała nawet, że to małżeństwo może przecież nie dojść do skutku... A jeżeli dojdzie, to czy na pewno będzie szczęśliwa?

*

PO półtora roku Anusia napisała do mnie list: „Chciałabym z panią porozmawiać w cztery oczy, ale nie mam nawet pieniędzy na podróż. Co ja przeżyłam przez ten czas, to wrogowi nie życzę. Za pieniądze, które dał mi ojciec, mąż kupił spółdzielcze mieszkanie, jeszcze przed ślubem. Byłam już wtedy w ciąży. Dopiero, jak dziecko miało dwa miesiące, wziął ze mną ślub. Tylko dlatego, że przed ślubem nie chciałam mu dać reszty moich pieniędzy na drugą ra-

tę za mieszkanie. A teraz wziął mi wszystko.“

Miał już dawno kochankę, jeszcze za życia żony. A po śmierci żony nie mógł się z tą kobietą ożenić, bo nie mieli gdzie mieszkać. Znalazł sobie, kombinator, „głupią ze wsi“, jak mnie nazywa, która mu dała pieniądze na mieszkanie, aby mógł sobie ułożyć życie z inną. Boże, że ja tego wcześniej nie wiedziałam!

Gdy o tym piszę, to aż się wszystko we mnie przewraca. Mąż nie daje mi prawie wcale pieniędzy na życie. Nie mam za co kupić synkowi odzieży, cukru, kaszy.

— Wróć, skądś przyjechała — mówi mąż. — Masz morgi to se poradzisz. Na siłę z nikim żyć nie można.

W k r a j u

W dniu 10 lutego bieżącego roku Główny Urząd Statystyczny ogłosił komunikat zawierający wstępne dane z wykonania Narodowego Planu Gospodarczego oraz rozwoju gospodarki narodowej w 1963 roku. W ciągu ubiegłego roku — jak wykazują dane GUS — ludność naszego kraju wzrosła o 400 tysięcy i na koniec roku wynosiła 30 milionów 900 tysięcy osób. Dochód narodowy zwiększył się o 5,5 procenta. Jeżeli chodzi o rolnictwo — globalna jego produkcja, w porównaniu z rokiem 1962, była wyższa o 3,8 procenta, jednak o 2,5 procenta niższa od założeń planu. Wzrosły plony czterech podstawowych zbóż, ziemniaków i buraków. Zwiększyło się również pogłowie bydła, natomiast pogłowie trzody chlewnej było niższe o 14,4 procent niż w roku 1962. W przemyśle notuje się wzrost globalnej produkcji o 5,3 procenta

Przedstawiciele naszego Ministerstwa Rolnictwa oraz przedstawiciele Zjednoczenia Przemysłu Maszyn Rolniczych i Traktorów NRD spotkali się w dniu 12 lutego w Warszawie z producentami traktorzystami i mechanikami, uczestnikami współzawodnictwa na najlepsze wykorzystanie maszyn importowanych z NRD. Współpraca między polskimi użytkownikami maszyn i przemysłem NRD, pozwala naszym mechanikom i rolnikom na lepsze zapoznanie się z pracą i budową importowanych maszyn. Strona niemiecka zdobywa zaś doświadczenia, które umożliwiają wprowadzenie ulepszeń konstrukcyjnych.

*

Ostatnio zostały wprowadzone zmiany w przepisach o stypendiach studenckich. Między innymi ustalono, że stypendia fundowane mogą być przyznawane studentom od III roku studiów lub roku, na którym

Ciotka radzi mi, żebym sobie z tego gadania nic nie robiła i nie dała się wyrzucić z mieszkania. On tej „kobiety“ na razie do mieszkania nie sprowadza, ale wiem, że to nastąpi.

Dlaczego rodzice i wioskowi ludzie głowę mi suszyli, że się za mąż nie wydaję, dlaczego kpili ze mnie, prześladowali mnie? Przez głupią ambicję wydałam się za tego człowieka, który mi się specjalnie nie podobał, ani z wyglądu, ani z charakteru. A może bym jeszcze w życiu trafiła na porządnego człowieka, gdybym się tak nie spieszyła do tego przekłętą małżeństwa?”

*

ZAMIAST odpisać, pojechałam do niej. Bez słowa pokazała mi małe, blade dzieciątko, śpiące w starym koszykowym łóżeczku. W pokoju było czysto, ale nad wyraz ubogo. Anusia otworzyła szafę i pokazała mi nowiuteńki męski płaszcz i dwa garnitury.

— Dobrze zarabia, ale o nas wcale nie myśli. On to ma i bieliznę, i ubrania. A ja i dziecko nie mamy co na grzbiet włożyć.

Anusia długo opowiadała mi, jak wyglądało ich wspólne życie. Było to małżeństwo ludzi, którzy się nie kochali i nie mieli właściwie z sobą nic wspólnego poza tym, że mąż „ubił“ na tym małżeństwie dobry dla siebie interes.

— Rodzice chcą na jakiś czas wziąć do siebie męża — mówiła Anusia. — A ja będę tu, we Wrocławiu pracowała i uczyła się. Zostawię mu mieszkanie, niech tam! Przecież nie będę mieszkała razem z tą kobietą. Wyprowadzę się od niego do ciotki. A jego podam do sądu, żeby płacił na dziecko alimenty. Życie sobie zmarnowałam, ale niech dziecko przez to nie cierpi.

Jak godnie, poważnie i odpowiedzialnie rozumowała ta niedawno jeszcze naiwna dziewczyna. Nie mogłam wprost poznać nieśmiałej niegdyś, zahukanej Anusi. Stawka za jej dojrzałość życiową była jednak zbyt wygórowana. Małżeństwo za wszelką cenę nie przyniosło jej szczęścia. Zbyt późno zdała sobie z tego sprawę.

KIZ

Dnia 12 lutego bieżącego roku zmarł OSTAP DŁUSKI, członek Komitetu Centralnego PZPR, działacz ruchu rewolucyjnego od 1910 roku, jeden z czołowych bojowników polskiego i światowego ruchu pokoju, laureat międzynarodowej nagrody leninowskiej „Za utrwalenie pokoju między narodami“. Ostap Dłuski był członkiem Biura Światowej Rady Pokoju, wiceprzewodniczącym Ogólnopolskiego Komitetu Pokoju, posłem na Sejm PRL oraz dyrektorem Polskiego Instytutu Spraw Międzynarodowych.

Parłkan zgody

NAPISAŁA do nas kobieta, prosząc o pomoc w załatwieniu sporu o miedzę.

Zanim jednak list doszedł do redakcji, wiele wody upłynęło w rzece Kocince, nad którą położona jest wieś Kuźnica Kiedrzyńska, w powiecie częstochowskim. W tej to Kuźnicy, w środku wsi, po jednej stronie miedzy stoją zabudowania Stanisława D., po drugiej zaś gospodarzy samotnie Helena Z. Przez kilkanaście lat sąsiedzi szanowali się, pomagali sobie wzajemnie. Życie mogłoby zapewne płynąć dalej utartym już nurtem, ale...

„...Mojemu sąsiadowi dopiero po wielu latach przypomniało się, że zanim otrzymał ojcowiznę, granica między obojczykami przechodziła inaczej, oczywiście głębiej od mojej strony — pisała do redakcji Helena Z. — Zaproponowałam mi, żebym ją przesunęła, a jak nie, to on sam to zrobi. Ja też wiem swoje, mam wprawdzie niewiele ziemi, ale nie chcę ani kawałka cudzej. Uważam, że granica między gospodarstwami jest na właściwym miejscu...”

— Sam nie mam pojęcia, co się im stało — opowiada nam soltys, ob. Serwatka. — Obie rodziny znałyśmy dotąd z pracowitości i spokoju. To też zdziwiło wszystkich, gdy przed kilku laty zaczęli się kłócić o tę miedzę. Kobiety zaczęły sobie wymyślać, szczerzyć na siebie, sprzeczać się o kury itd.

„...Aż jednego dnia sąsiad wyszedł z kołmi na pole i zaorał miedzę. Wskoczyłam z domu, żeby mu zabronić. Wtedy on podszedł do mnie ze szpadlem. Złęklam się i zaczęłam uciekać...”

— Podszedłem ze szpadlem, to prawda — opowiada Stanisław D. — Ale przecież nie chciałem bić się z kobietą. Myślałem, że uda mi się jej wytłumaczyć...

„...Ale ja nie dałam za wygraną. Po południu poszłam na posterunek milicji. Milicjant polecił sąsiadowi przywrócić miedzę — Jeśli uważacie, że macie krzywdę — tłumaczył — to niech o tym rozstrzygnie sąd. Samemu nie wolno...”

Do urzędów zaczęły napływać skargi od obu stron. Kilkakrotnie przybywali do wsi pracownicy Powiatowej Rady Narodowej. Lada dzień miał zjawić się geometra. Coraz częściej zaczęło docierać do awantur.

— A właśnie, że się zwrócić do sądu — oświadcza Stanisław D. — Mam już dość ciągłego nachodzenia mnie przez urzędników. Że będą koszty — trudno.

Rozmawialiśmy także z innymi mieszkańcami wsi. Ubolewali nad tą sprawą, ze smutkiem kiwali głowami, aż wreszcie...

— Trzeba ich pogodzić — zaproponował soltys. Znajdą się przecież tacy ludzie, któ-

rzy pamiętają, jak to było z miedzą przed laty.

Urządzili wreszcie wydelegować trzech gospodarzy, mieszczących się poważaniem u mieszkańców obu zagrod. Wyznaczono: soltysa Serwatkę, Gondra i Czesława Małką. Jeszcze tego samego dnia delegaci przyszli do poważnych.

— Po co tracić nerwy i pieniądze na sądy? Nie lepiej, jak my was pogodzimy?

— A w jaki sposób nas pogodzicie?

— Zwyczajnie. Zgodzicie się na nasze orzeczenie i w tym miejscu, które ustalimy, wspólnie zbudujecie parkan. Postawicie go za pieniądze przeznaczone na sądy, jeszcze wam połowę forsy zostanie.

Na Wlejskiej o wsi

BEZ NAUKI ANI RUSZ

SEJMOWA KOMISJA ROLNICTWA I PRZEMYSŁU SPOŻYWCZEGO rozpatrywała niedawno sprawy kształcenia specjalistów rolnych i oświaty rolniczej.

— Stanowczo niewystarczająca jest liczba inżynierów i techników rolnictwa — poinformował posłów wiceminister rolnictwa, Józef Okuniewski. — Do roku 1970 potrzeba będzie rolnictwu 90 tysięcy inżynierów i techników. Obecnie zatrudnionych jest 49 tysięcy inżynierów i techników, z tego 8 tysięcy pracuje w instytucjach obsługujących wieś — w aparacie skupu, w branżowych zrzeszeniach oraz w spółdzielczości mleczarskiej i ogrodniczej. W najbliższych latach trzeba zatem wykształcić przynajmniej 57 tysięcy inżynierów i techników, aby pokryć zapotrzebowanie.

Obecnie szkoły rolnicze opuszczają rocznie 4 tysiące absolwentów. W najbliższych latach trzeba więc tak rozbudować sieć szkół, aby wypuszczaly one rocznie 14 tysięcy absolwentów.

Do szkół średnich rolniczych przyjmowani będą w pierwszej kolejności absolwenci szkół przysposobienia rolniczego.

Tam bowiem młodzież wiejska otrzyma podstawowe wykształcenie rolnicze. We wsiach, gdzie młodzieży jest mało i nie można utworzyć szkoły przysposobienia rolniczego, uruchamiane będą zespoły przysposobienia rolniczego.

A co z rolnikami starszymi wiekiem? Dla nich przewiduje się — upowszechnienie masowego szkolenia rolniczego. Przystąpiły już do tego województwa kieleckie i łódzkie.

— A będziecie mierzyć sprawiedliwie?

— Przecież my wam nie wrogi.

— Ano, to gódcie.

— Zgoda, ale poczekamy z tym do wiosny, jak śniegi od-tają.

*

JAK Polska długa i szeroka, o sporach między sąsiadami można usłyszeć w każdej prawie wsi. Tu się kłóć o ziemię, tam krowa weszła w szkódę, gdzie indziej o ojcowiznę, o pierwszeństwo w młóceniu, o... W wyniku tych sporów ludzie tracą pieniądze na procesy, czasem biją się i zostają kalekami na całe życie. **Niezgoda rujnuje...**

...a zgoda buduje — powiada przysłowie stare jak świat, ale wciąż przecież aktualne. Stwierdzić to można choćby na podstawie opisanego faktu.

Nigdzie nie brakuje ludzi rozsądnych, zdolnych sprawiedliwie rozstrzygnąć najcięższy nawet spór. Można by sobie tylko życzyć, żeby coraz częściej uciekano się do takich właśnie, najprostszych sposobów przerywania sąsiedzkich waśni.

(W. NAG.)

Premia?

W E wsi Godnow, w pow. Bolesławiec, mieszka rodzzeństwo Z. — dzieci w wieku 13, 5 i 4 lata. Ich ojciec wyniósł się z domu trzy lata temu. Matka jest nałogową pijaczką. Zwolniono ją niedawno z pracy właśnie za nadużywanie alkoholu. Kiedy Prezydium PRN przyznało jej zapomogę na dzieci, bezzwłocznie przepiła te pieniądze.

Dzieci są bez odzieży, zaniedbane, często głodne. Najstarsza córka chodzi do szkoły i choć stara się — nie zawsze może podać obowiązkowi opiekunki nad małymi braćmi. Sąsiedzi dzieci napisali o tym do redakcji.

Na ten sygnał losem dziewczynki i chłopców zainteresowaliśmy Wydział Oświaty Prezydium PRN w Bolesławcu. Odpowiedź nadeszła szybko: „Wywiad społeczny potwierdził tragiczne warunki, w jakich znalazło się te troje dzieci. Otrzymają one odzież, staramy się też jak najszybciej umieścić je w Pogotowiu Opiekuńczym, gdyż na razie nie ma im miejsca w Domu Dziecka”.

Dobrze to świadczy o Wydziale Oświaty, że natychmiast zajął się trójką dzieci. Wydaje nam się jednak, że jeszcze nie wszystko zostało zrobione.

Brak miejsc w Domach Dziecka spowodowany jest nie nadmiarem sierot (sieroty stanowią w tej chwili zaledwie niecałe 5 procent wszystkich wychowanków), ale nadspodziewanie dużym napływem do tych Domów dzieci, które zaniechane są przez własnych rodziców.

Tacy osobnicy odczuwają sądowe pozbawienie władzy rodzicielskiej najczęściej nie jako karę, lecz jako zwolnienie ich od fatygujących obowiązków. Skierowanie ich dzieci do Domów Dziecka — staje się więc dla matki-pijaczki, czy ojca, który nie troszczy się o dom — niejako premia.

Nie wolno na to pozwolić! Również i w przypadku rodziny Z. z Godnowa, państwo, reprezentowane przez powiatowe władze, sięgnąć powinno do prawnych środków oddziaływania na takich rodziców. Matka-alkoholiczka może i powinna być skierowana na przymusowe leczenie. Wynik

tego leczenia powinien zdecydować, czy można pozostawić dzieci jej opiece, czy też należy matkę pozbawić władzy rodzicielskiej. W każdym razie matka ta musi chociaż częściowo pokrywać koszty utrzymania swoich dzieci w Domu Dziecka.

Również ojciec tej trójki nie powinien być z tego obowiązku zwolniony. Nie jest na pewno rzeczą niemożliwą odwołanie jego adresu i zasądzenie alimentów na rzecz rodziny.

Nie ma żadnych powodów, dla których społeczeństwo miałooby płacić takie „premie” wyrodnym rodzicom.

J. T.

Rzeszów zwyciężył we Włoszech

Wielkim i wciąż niesłabnącym powodzeniem cieszą się na całym świecie „Mazowsze” i „Śląsk”. Ale nie tylko one święcą triumfy na zagranicznych scenach. Oto 20-osobowy zespół Wojewódzkiego Domu Kultury w Rzeszowie zajął pierwsze miejsce na XI międzynarodowym festiwalu folklorystycznym, który odbył się ostatnio w Agrigento na Sycylii. A konkurencja była silna. W festiwalu brały udział zespoły z 10 państw, wśród nich Jugosławia (II miejsce) oraz Hiszpania i Francja (dwa trzecie miejsca).

Zespół rzeszowski WDK pracuje już 15 lat. Jego członkowie — 15 tancerek i tancerzy i 5-osobowa kapela ludowa — pochodzą z Rzeszowa i okolicznych wiosek. Najstarszy liczy 32 lata, najmłodszy 25. Choreografem zespołu jest p. Bożena Niżańska.

Gratulujemy zespołowi WDK i jego kierownikowi sukcesów za granicą. Pragniemy jeszcze dodać, iż zespół ten znany jest również na całej Rzeszowszczyźnie ze swoich licznych występów w miasteczkach i wsiach.

Na zdjęciu: zespół rzeszowski WDK.

Foto CAF



Tango nie starzeje się i zawsze pozostaje jednym z ulubionych tańców. Pod tytułem „Piosenka przypomni ci“ ukazała się wiazanka ośmiu tang, w tym tak znanych jak „Czy pamiętasz“, „Noc w Zakopanem“, „Gdy nie wiesz“ itd (Veriton — 278, cena 30 zł). Również dwóch melodyjnych tang w wykonaniu zespołu W. Machana „Romantyczne słowo“ i „Niebo południa“ posłuchać można na płycie Pronit SP-109 — cena 15 zł.

Jedną z najbardziej oklaskiwanych pozycji na ubiegłorocznym Festiwalu w Sopocie był „Cowbojski twist“. Obecnie na płycie „Modne tańce“ (Veriton — 281 — cena 30 zł) zespół „Warszawskie Smyczki“ pod dyrekcją Marka Sewena i z udziałem „Czwórki Szacha“ i Haliny Kunickiej wykonuje „Cowbojski twist“, „Wesołe trzewiczki“ (boogie), „To przecież charleston“ i „Rysio“ (cza-cza).

Ten sam zespół z udziałem Ireny Santor nagrał slow-fox „Nikt nie winien“ i „Oszczędź mi tylko tego“ oraz „Taniec brazylijski“, fox-swing „Halo Warszawa“ (solistka I. Bogajewicz) — Płyta Veriton 282 — cena 30 zł.

O popularności polskiej kapeli ludowej Feliksa Dzierżanowskiego nie trzeba pisać. Zwolennikom szybkich rytmów kapela (płyta Veriton — 277 cena 30 zł) proponuje oberka „Omal serce nie wyskoczy“, polkę „Rymcym“, mazura „Matulu kochana“ i „Poloneza powitalnego“.

W rytmie marsza — zespół instrumentalny pod dyr. A. Wiernika z udziałem solistów wykonuje piosenki żołnierskie między innymi „Przez pola, przez las“, „Kirasjerzy“, „Żołnierska piosenka“ i inne (Veriton 276 — cena 30 zł).

„KALENDARZ“ CZEKA

Przypominamy, że termin nadsyłania uwag na temat:

CO CHCIAŁABYS przeczytać w kalendarzu „Przyjaciółki“ na rok 1965? — upływa z dniem 1 marca.

PODAJ dwa, trzy tematy, które uważasz za najbardziej interesujące.

NADEŚLIJ swoje propozycje na adres: Warszawa, Wiejska 16, redakcja „Przyjaciółka“, zaznaczając na kopercie: „Kalendarz“.

Przypominamy także, że autorzy najciekawszych propozycji otrzymają w nagrodę cenne książki.

*

Uwaga!

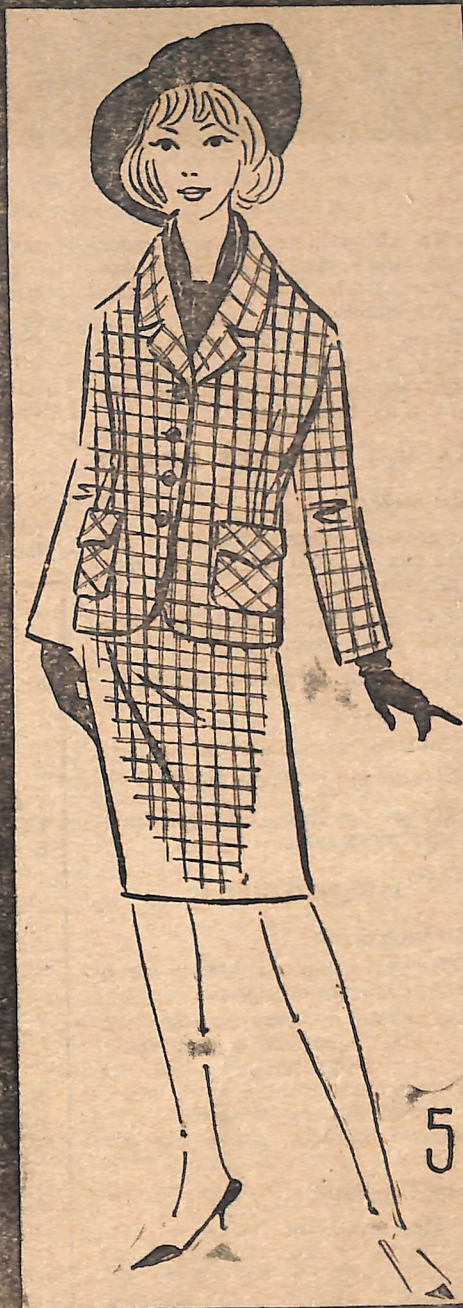
Czytelniczki: Czesława Pisula z Gniewkowa, Stanisław Tomaszewski z Gubina, Maria Dudzińska z Wrocławia, Stefania Meisinger ze Szlichtyngowej, Maria Jędrzejewska z Chelмна Pomorskiego, Franciszka Kaszubska z Góry — i wielu innych — proszą o nadesłanie za zaliczeniem pocztowym Kalendarza „Przyjaciółki“ na 1964 rok.

Niestety, nie jesteśmy w stanie spełnić tych prośb. Nakład tegorocznego kalendarza został już bowiem całkowicie rozprzedany!

Prosimy więc uprzejmie o nie kierowanie do nas dalszych założeń, bowiem nie będą one mogły być zrealizowane. Bardzo nam przykro, ale naprawdę jesteśmy bezsilni.

Modele
wiosenne

1964 r.



1) Kostium-garsonka z cienkiej wełny, na każdą okazję. Spódniczka poszerzona głęboką fałdą.

2) Kostium jednorzędowy z miękkiej wełny przerabianej. Kołnierzyk kryty razem z klapkami. Kieszonki cięte prosto na linii gorsu.

3) Modny fason kostiumu z krytym zapięciem. Kieszonki cięte ukośnie, wykończone klapkami. Z przodu cięcia lekko pasowane. Spódniczka prosta.

4) Kostiumik-garsonka lekko pasowany, dla młodych, szczupłych dziewcząt. Mały wykładany kołnierzyk.

Rękaw wykończony mankietem. Poniżej talii patki, imitujące kieszenie.

5) Sportowy kostium z wełny w kratkę. Zapięcie jednorzędowe. Kołnierzyk z małymi klapkami. Ozdobne nakładane kieszenie, wykończone patką.

Pierwsza miłość

Od pewnego czasu toczy się w naszym piśmie dyskusja o pierwszej miłości. Mówili o niej pedagodzy, psychologowie, dziennikarze, rodzice. Dali to pewną ilość sądów i ocen ujawniających, jak odnoszą się do pierwszej miłości młodych, co myślą, jak ją traktują ludzie dojrzały, znający życie i młodzi — matki i ojcowie.

Na zakończenie postanowiliśmy zwrócić się do najlepiej poinformowanych, do tych, którzy przeżyli swoją pierwszą miłość niedawno, wiedzą więc na pewno, JAK SIĘ KOCHA PO RAZ PIERWSZY.

W przeróżnych miejscach znajdowałam informatorów. W pociągu, w sklepie, w klubie młodzieżowym, a nawet na ulicy. Świadomie zdalam się na przypadek, aby trafić na młodzież z różnych środowisk. W rezultacie mam brulion notatek z rozmów z piętnastu młodymi ludźmi W WIEKU OD 20 DO 25 LAT. Nie znam ich nazwisk. Chciałam przez zapewnienie całkowitej dyskrecji i anonimowości, uzyskać rozmowy szczere, odpowiedzi prawdziwe. Czy mi się to udało? Myślę, że tak. Kto nie chciał, ten nie podejmował rozmowy. Mówił tylko ten, kto chciał. Kłamać się z konieczności, tu przymusu żadnego nie było.

Co mówiły dorosłe panny i młode kobiety o swojej pierwszej, minionej już miłości? Kogo kochały? Kogo obdarzały uczuciem po raz pierwszy?

O PARTNERCE I PARTNERZE

Powody, przyczyny, próby uzasadnienia wyboru partnera miłości są u dziewcząt zaskakujące.

— Zakochałam się w nim, bo nie zwracał na mnie uwagi.

— Zaczęłam o nim marzyć, bo miał opinię uwodziciela.

— Kochałam go dwa lata, ale znałam go tylko z widzenia.

— Imponował mi pogardliwym stosunkiem do dziewcząt.

— Był wysoki i przystojny.

Tylko w jednym przypadku: Kochałam go, bo on mnie kochał.

Wszystkie dziewczęta i kobiety, z którymi rozmawiałam, stwierdzają jednoznacznie, że wybór obiektu ich pierwszej miłości był zupełnie przypadkowy. Tylko jedna z nich przeżyła miłość odwzajemnioną.

A młodzieńcy? Wszyscy jednomyślnie twierdzą, że pierwsza kochana przez nich dziewczyna miała cechy ich obecnego „modelu kobiety“, ich ideału kobiety, że może nawet ten model i ten ideał ukształtowała.

W jednym przypadku była to koleżanka, przydzielona jako partnerka w zespole tanecznym. Brunetka o żywym usposobieniu.

— Tylko takie kobiety podobają mi się do dnia dzisiejszego (mówi mężczyzna 24-letni).

W innym przypadku była to koleżanka siostry, bardzo delikatna, o nieśmiałym usposobieniu, cicha, drobna, twarz o regularnych rysach.

— To jest do dziś mój typ kobiety (23 lata).

— Uprawiała sporty, miała koleżeński, bezpośredni sposób bycia. Chodziła na mecze. Ożenił się tylko z taką kobietą. (22 lata).



Fot. Syndoman

Zaden chłopak, z którym rozmawiałam, nie kochał dziewczyny, której nie znał. Tylko jeden kochał bez wzajemności.

Wszyscy, z którymi rozmawiałam, zarówno dziewczęta jak i chłopcy, przeżyli swoją pierwszą miłość między 14 a 17 rokiem życia.

JAKA JEST PIERWSZA MIŁOŚĆ?

Młodzi mężczyźni:

— Ogromnie silna. Chciałbym móc jeszcze raz w życiu kochać tak mocno, jak wtedy.

— To największe moje przeżycie do dnia dzisiejszego.

— To bardzo poważna sprawa.

Panny i panie:

— To było takie dziecinne uczucie.

— Nieudolna próba miłości.

— Nikogo nie lubię tak, jak lubiłam tego pierwszego.

JAK PRZEBIEGA?

Młodzi mężczyźni:

— Pierwszą miłością kocha się opiekuńczo i bezinteresownie.

— Sprawiało mi przyjemność myślenie o niej, mówienie o niej, spotkanie się z nią, patrzenie na nią, obmyślanie programu naszych wspólnych rozrywek (kino, spacer).

— Marzyłem, żeby się z nią ożenić.

Panny i mężatki:

— Stale myślałam tylko o nim. Przeżywałam to, co powiedział, jak powiedział, czego nie powiedział. Komentowałam każdy jego uśmiech, słowo i gest.

— Przez dwa lata wypełniał moje myśli, marzenia, uczucia a nawet sny. Choć nie zamieniłam z nim ani słowa.

Zarówno młodzi mężczyźni, jak panny i mężatki, z którymi rozmawiałam, twierdzą, że pierwsza miłość jest czysta. W większości przypadków nie pozwalano sobie nawet

na pocałunek. Największym zuchwałstwem, na jakie zdobył się zakochany po raz pierwszy chłopak, było „podglądanie“ swojej wybranej przez lornetkę ze strychu starego młyna. Mieszkała na I piętrze w odległości pół kilometra od punktu obserwacyjnego...

CO NA TO RODZICE?

Jak w relacji młodych w okresie przeżywanej przez nich pierwszej miłości zachowywali się rodzice?

Mama I: — Synu, daj spokój, jeszcze zdążysz! Ja w twoim wieku musiałam siedzieć w domu.

Ojciec I: — Ja ci nie zabraniam, ale uważaj.

*

Mama II: Zatrokana tą sprawą, ale miękka wobec syna, skłonna go zrozumieć.

Ojciec II: Bezwzględny. Patrzył na sprawę praktycznie. — Jesteś szczeniakiem. Przeszkodzi ci to w nauce; nigdzie nie wyjdiesz.

*

Matka III: — Taka smarkuła, a zakochana!

Ojciec III: — Daj jej spokój.

*

Matka IV: Wyśmiewała wybranego, że miał nieczyste buty, że często się czerwienił.

Ojciec IV: Mówił: — jesteś głupia i wrzeszał ramionami.

PO KILKU LATACH

Jak oceniają nasze zachowanie młodzi po przeżyciu swojej pierwszej miłości?

Młodzi mężczyźni:

— W okresie, kiedy się kochałem miałem do ojca niechęć, antypatię. Teraz myślę, że jego intencje nie były tak złe, jak mi się w owym czasie wydawało. Za to matka urosła w moich oczach. Umieję teraz docenić, ile wykazała dobroci, zrozumienia i taktu.

— Gdybym teraz miał kłopoty, nie poszedłbym z nimi ani do ojca, ani do matki.

Młode kobiety:

— Zostało mi na całe życie przekonanie, że mama nie jest w stanie mnie zrozumieć.

— Nauczyli mnie kłamać i kręcić.

*

Tyle młodzi o swojej pierwszej miłości. Piętnaście osób to piętnaście prawd. Kto chce, ten może je uznać za wystarczający dowód prawdziwości ogólnej: Pierwsza miłość jest uczuciem silnym, pięknym i czystym. Tak mówią młodzi.

Ja im wierzę. A Wy?

MARIA BANASIAK

LUBISZ SEN A CO O NIM

■ Według wierzeń starożytnych Greków, bóg śmierci Tanatos był bratem boga snu — Hypnosa. Od zarania dziejów „pokrewieństwo“ między śmiercią a snem budziło niepokój i ciekawość ludzi, podobnie marzenia sennie. Nie rozumiejąc, co się dzieje z człowiekiem w czasie snu, ani co to właściwie są marzenia sennie, ludzie dopatrywali się w nich przejawów sił nadprzyrodzonych. Babilończycy wierzyli np. że w snach przemawiają do nich złe duchy (z tych to właśnie babilońskich złych duchów wywodzą się późniejsze diabły i demony europejskie). Egipcjanie natomiast wierzyli, że w snach ujawniają się siły dobre, które opiekują się ludźmi. W owych czasach szczególnym szacunkiem i poważaniem cieszyli się mędrcy, kapłani i wróżbici, zajmujący się tłumaczeniem snów. Zdarzało się, że wynik wróżby decydował o polityce państwowej. Aleksander Wielki na przykład, wyruszając na wyprawę wojenne, miał zawsze w orszaku najslawniejszych wróżbitów.

■ W naszych czasach coraz mniej ludzi wierzy w sny. „Wyrosliśmy“ z tej wiary dzięki osiągnięciom nauki i już tylko śmiejemy się, czytając

w senniku, że modlić się — znaczy dochód bez pracy, wszy to duże pieniądze, a jak się śni ogień, niechybnie zjawi się złodziej. Dziś wiemy, że ciężkie i koszmarne sny „zawdzięczamy“ przeładowanemu żołądkowi, a jeśli koldra uciska szyję, śni się, że ktoś nas dusi.

■ Marzenia sennie należą do zjawisk codziennych. Ale mechanizm działania snów nie został jeszcze całkowicie wyjaśniony, choć istnieją na ten temat różne teorie, jak np. znana teoria Freuda.

■ Co to jest sen? Jest to okresowy stan wypoczynku fizycznego i umysłowego, przy którym zahamowana zostaje działalność ośrodków w korze mózgowej. W czasie snu tracimy kontakt ze światem zewnętrznym, zanika też kontrola świadomości, a wszystkie czynności narządów wewnętrznych i przemiana materii stają się wolniejsze. Sen ogarnia nas stopniowo, ulegamy tak zwanemu hamowaniu sennemu, które obejmuje po kolei coraz większą ilość ośrodków nerwowych. Sen zapobiega przemęczeniu i nieodwracalnemu zniszczeniu komórek nerwowych. Osoby, które śpią krótko, mają sen głębszy niż osoby, które śpią długo.

W wrześniu ubiegłego roku otrzymaliśmy list od jednej z Czytelniczek z powiatu Dąbrowa Tarnowska. Z żalem pisała, że jej dzieci, Jadzia i Włodek „nie mają szczęścia“. Rok temu nie dostała się do liceum Jadzia, a ostatnio ten sam los spotkał Włodka, który zamierzał uczyć się w technikum. Dzieci są dosyć zdolne, a nie dostały się tylko wskutek braku miejsc. Odpowiedzieliśmy Czytelniczce, by jej dzieci ponownie za rok złożyły podania, a tymczasem pogłębiały wiadomości zdobyte w szkole podstawowej. Książki popularno - naukowe z gromadzkiej biblioteki, praca

O miejsce dla czternastolatków



nad zadaniami matematycznymi (które może im potem sprawdzić miejscowy nauczyciel) – wszystko to powinno zwiększyć ich szanse w staraniach o miejsce w szkole średniej. Konkursowy egzamin wylania bowiem najlepszych.

Czytelniczka napisała do nas teraz po raz drugi. Informuje, że dzieci

jej zastosowały się do tej rady. „Ale, jak myślisz, „Przyjaciółko“ – czy w tym roku dostaną się na pewno do szkół?”

Odpowiedzieć możemy tylko jakie szanse mają w tym roku Jadzia, Włodek i inne dzieci z tego powiatu.

*

JUŻ w grudniu tamtejszy Inspektorat zwołał konferencję kierowników szkół, na której omawiano drogi dalszego kształcenia czternastolatków. Mówiono przede wszystkim o kierowaniu dzieci do szkół średnich zgodnie z ich uzdolnieniami (co dotąd nie było na wsi łatwe). Mówiono też, że wychowawcy mogą oddziaływać na wybór takich zawodów, na które w kraju jest obecnie największe zapotrzebowanie. Dodatkową trudnością jest liczba kandydatów do szkół średnich w powiecie. Szacuje się, że co najmniej jedna trzecia z 1351 tegorocznych siedmioklasistów zechce uczyć się dalej. A może zgłosi się więcej?

Dąbrowa rozporządza dla nich 120 miejscami w liceum ogólnokształcącym i 100 w zasadniczej szkole metalowej. Jest wprawdzie 20 szkół przysposobienia rolniczego, ale one przyjmują przede wszystkim tę młodzież, która o miejsce w szkole średniej w ogóle się nie ubiega.

Rozpiętość potrzeb i możliwości jest w tym powiecie ogromna. Jak widać nie tylko matka Jadzi i Włodka kłopotuje się o naukę swoich dzieci.

Inspektorat widzi to – i w miarę swoich możliwości zabiega, przynajmniej o częściowe rozwiązanie.

Liceum mogłoby podwoić liczbę miejsc przez zorganizowanie dodatkowych klas w pomieszczeniach świetlicowych internatu. Chodzi jed-

nak, o 5 etatów nauczycielskich. Ograniczony budżet powiatowy nie pozwala na ten niezbyt duży wydatek. Inspektorat występuje więc do przewodniczącego WRN z usilną prośbą o przydzielenie etatów z rezerw wojewódzkich. Motywacją tego wniosku: umożliwienie nam i dodatkowo 120 dzieciom.

Przed kilku laty podobnie szczupłymi środkami zorganizowano tu szkoły dla pracujących. Kształci się tam teraz 340 młodych ludzi.

*

NIE wszystkie powiaty w kraju mają w dziedzinie szkolnictwa średniego tak trudną sytuację jak Dąbrowa Tarnowska. Są takie ośrodki (np. sąsiedni Tarnów), gdzie liczba miejsc w szkołach zawodowych i średnich zaspokoić może potrzeby nie tylko najbliższej okolicy, ale i częściowo powiatów sąsiedzkich.

Trudność polega na tym, że dyrekcje niektórych szkół w tych ośrodkach niezbyt chętnie widzą u siebie kandydatów z dalszych stron. Bo to kłopot z internatem, albo z dojazdami uczniów. Słabe są również kontakty z ich rodzicami. A tego żadna szkoła nie lubi.

Czy na przełamanie tych trudności jest sposób?

Inspektorat szkolny z Dąbrowy wystąpił do Kuratorium z propozycją, aby w kilku szkołach zawodowych i liceach tarnowskich wydzielili określoną z góry liczbę miejsc dla dzieci z powiatu Dąbrowa. Można by wówczas utworzyć dla tych dzieci osobne klasy, zabezpieczyć im dojazd do Tarnowa osobnym autobusem PKS (odpadną kłopoty ze spóźnieniami lub z internatem), a zebrania rodziców byłyby zwoływane nie w Tarnowie, lecz w Dąbrowie. Jednemu nauczycielowi łatwiej przyjechać z daleka na zebranie niż czterdziestu rodzicom.

Również i te posunięcia organizacyjne, gdyby uzyskały poparcie kuratorium, przyczyniłyby się do umożliwienia nauki sporej liczbie młodzieży w szkołach średnich i zawodowych.

*

Propozycje dąbrowskich władz oświatowych cechuje troska o młodzież ze wsi i mniej rozwiniętych gospodarczo miasteczek.

Obok terenowych władz oświatowych, na których inicjatywę liczą rodzice siedmioklasistów, znaczną rolę mają też chyba do odegrania komitety rodzicielskie. One także mogą zastanowić się nad różnymi gospodarskimi rozwiązaniami, które niewielkim kosztem (rzecz w tym roku ważna) pozwolą zwiększyć ilość miejsc w szkołach średnich.

JANUSZ TRZCIANKA

Nie proszę o darowiznę

DO REDAKCJI „PRZYJACIÓŁKI“. Przeczytałem w 1 numerze „Przyjaciółki“ z dnia 5.I.1964 r. artykuł pod tytułem „KROWA I UPIÓR“ i mocno się zamyśliłem, bo ja też miałem do czynienia z tego rodzaju upiorem. A było to tak. Dnia 2.XI.1962 r. otrzymałem z Wydziału Finansowego zawiadomienie z dnia 13.XII.1961 r. o scalaniu zaległości podatku gruntowego do roku 1957 na sumę 80 zł. Sprawdziłem kwity z 10 lat: podatek zapłacony co do grosza. Odpowiedziałem więc listownie, że zaległości u mnie w podatku nie istnieją, a jeżeli Wydział Finansowy dopomina się, to proszę o wyszczególnienie za jaki rok.

Otrzymałem wezwanie z Wydziału Finansowego, żeby opłacić 10 zł. Odpowiedziałem, że moje podanie nie podlega opłacie skarbowej, bo ja nie proszę o umorzenie, tylko żądam wyjaśnienia sprawy.

Otrzymałem zawiadomienie, że moje podanie złożono do akt bez załatwienia. Dnia 28.IX.1963 r. przybył do mnie poborca, żądając ode mnie 80 zł podatku scaleniowego z kosztami 114 zł. Chciałem udowodnić kwitami. Poborca odpowiedział, że tego podatku żadne kwity nie usprawiedliwiają. Poborca radził mi, żeby podatek zapłacić, a jeżeli niesłusznie, to zaliczyć mi na bieżący rok. Usłuchałem i zapłaciłem 114 zł.

Nie był to pierwszy wypadek. Muszę napisać, że parę lat temu przybył do mnie poborca z przewodniczącym GRN, żądając ode mnie 800 zł podatku gruntowego za 1956 r. Okazałem kwity. Poborca zapisał numery i oddał mi. Za parę tygodni przybył do mnie drugi poborca z soltysem, żądając ode mnie podatku gruntowego za rok 1956 – jedną sumę – 800 zł, drugą – 160 zł. Okazałem kwity. Sprawdzili. Kwity zgadzały się z nakazami co do grosza, ale mimo to poborca dokonał zajęcia.

W roku 1959 otrzymałem jedno upomnienie na 80 zł, drugie na 252 zł. Także musiałem jechać do Wydziału Finansowego w Rykach i tam się usprawiedliwić.

Są u nas gospodarstwa nie gorsze, niż u mnie. Tam się wcale podatków nie płaci, ale nie wiem dlaczego poborca do nich jakoś nie przychodzi. Może lepiej całkiem nie płacić?

Dobiega mi siedemdziesiąty piąty rok życia. Gospodarstwa posiadam cztery na różnych gruntach. Prowadzę je jedynie tylko z córką. Podatki płacę. Nie składam podań, nie proszę o umorzenie, o darowiznę, tylko o sprawiedliwość.

JAN KILISZEK
wieś i p-ta Zadybie St.
pow. Ryki, woj. warszawskie

W WIESZ?

■ Na ogół zasypiamy, gdy organizm nasz wyczerpał się fizycznie i nerwowo, a przede wszystkim, gdy zmęczenie ogarnęło mózg. Nic bowiem nie dzieje się w naszym organizmie bez jego kontroli i każdy ruch ręki, nogi, każda decyzja lub twórczy wzlot myśli – podlegają działaniu mózgu.

■ Jak długo powinniśmy spać, aby dobrze wypocząć? Zależy to od

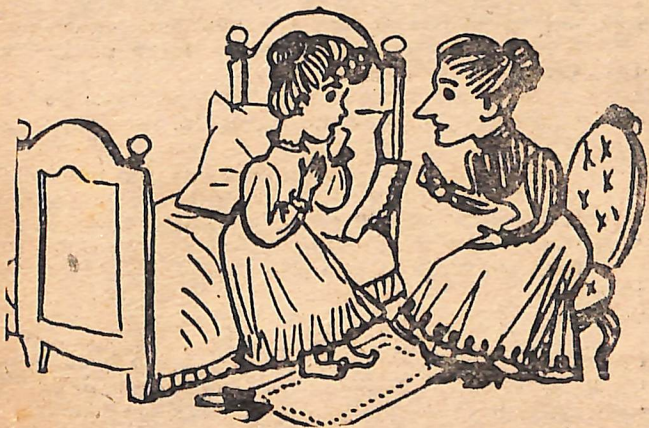
wieku, od stanu zdrowia, od rodzaju wykonywanej pracy. Noworodek przesympia całą dobę, z wyjątkiem czasu karmienia. Pod koniec pierwszego roku życia potrzeba dziecku około 18 godzin snu na dobę. Ludziom po 60 roku życia wystarczy na ogół 6 godzin snu, a nawet mniej. Przeciętnie człowiek dorosły powinien spać 7-8 godzin.

■ Niektóre ssaki, gdy ich warunki życiowe stają się trudne, zapadają w sen (tej zdolności, nawiasem mówiąc, ludzie bardzo im zazdroszą). Sen letni zwierząt występuje w okolicach, gdzie panują bardzo wysokie temperatury i brak jest wody (w pustyniach i na stepach), sen zimowy, gdy z powodu chłódów i opadów śnieżnych brak jest pożywienia.

W czasie snu zimowego obniża się znacznie temperatura ciała zwierzęcia. Na przykład u nietoperza z około 38 st. do 0,1 – 2,2 st. Suseł, ten przysłowiowy śpioch („śpi jak suseł”), w naszym klimacie zapada w sen zimowy ale w warunkach pustynnych czy stepowych zapada również w sen letni. Potrafi prawie bezpośrednio przejść ze snu letniego w sen zimowy, to znaczy przespąć 7 – 8 miesięcy roku.

■ Istnieje wiele chorób powodujących takie zaburzenia snu, jak trudność zasypiania, sen powierzchowny, zbyt krótki. Ale zdarza się też odwrotnie: wskutek choroby człowiek bywa senny, albo też zapada w sen trwający dłuższy czas. Sen ten, zwany letargiem, bywa tak głęboki, że chory robi wrażenie umarłego. Stąd wiele legend o zmarłych stukających w wieko trumny, o ludziach cudownie przywróconych życiu. Zarówno, gdy występują trudności w zasypianiu, jak i nienormalna senność, należy zwrócić się do lekarza.

■ Sen stosowany jest dzisiaj jako środek leczniczy przy różnych chorobach (wrzód żołądka, nadciśnienie, choroby nerwowe). Co ciekawe, w trakcie doświadczeń prowadzonych ze starymi psami stwierdzono, że sen leczniczy działa na nie odmładzająco, że porastają gęstą sierścią, odzyskują sprawność ruchu. Nie wykluczone więc, że sen zostanie kiedyś wykorzystany przez ludzi jako środek odmładzający, jako sposób przedłużenia życia.



DLA KAŻDEGO COŚ DOBREGO

ROZMOWA z kosmetyczką

Zbliża się przedwiośnie, co wobec tego mają robić kobiety, które chcą mieć ładną cerę, a — jak to zwykle po zimie bywa — cera ich jest zmęczona i szara?

— Proponuję dziesięciodniową, wypróbowaną przeze mnie kurację. Jest to prosty, tani, domowy sposób.

— Na czym polega?

— Przez 10 dni nie należy myć twarzy mydłem, tylko siemieniem lnianym z dodatkiem naparu rumianku.

— Bardzo proszę o dokładny przepis.

— Wieczorem zmyć najpierw twarz olejem parafinowym (do nabycia w aptekach i drogeriach, cena 4 zł za butelkę), to znaczy maczać watekę w oleju i wycierać twarz ruchami kolistymi (olej powinien być ciepły, więc najlepiej podgrzać go na łyżce nad parą lub w małym emaliowanym garnuszku). Następnie 5 łyżeczek siemienia lnianego utłuc w moździerzu lub zmielić, włożyć do garnuszka, zalać wodą i gotować na małym ogniu 10 minut. Papkę tę zmieszać z naparem rumianku (napar z dwóch łyżeczek) i tą mieszaniną myć twarz przez trzy minuty.

— Myć rękami, czy umaczać w mieszance watekę?

— Najlepiej rękami, ale bardzo czystymi. Papkę wcierać lekko kolistymi ruchami. Po trzech minutach skóra wchłonie w siebie rumianek i siemię. Wówczas twarz umyć letnią, przegotowaną wodą i wklepać krem.

Rano wziąć łyżeczkę z pozostałej papki z siemienia,

wymieszać z naparem rumianku (zrobić napar z 1 łyżeczki) i umyć tym twarz.

— Czy kuracja ta jest odpowiednia dla wszystkich gatunków skóry?

— Zasadniczo tak. Trzeba jednak dodać, że osoby, które mają wypryski ropne, powinny rano umyć twarz tylko lekkim naparem rumianku, a wieczorem i rano wklepać jedynie pod oczy trochę kremu nawilżającego. Kobiety o cerach suchych, powinny wieczorem wklepywać tłusty, od-

żywczy krem, a rano nawilżający.

— Ale przecież codzienne przygotowywanie tej mieszanki zabiera dużo czasu?

— Nie, bo mieszanka starczy na sześć dni. Trzeba tylko przechowywać ją w szklanym, zamkniętym naczyniu, w chłodnym miejscu, a przed użyciem trochę podgrzać.

Rozmawiała N. K.

Prosimy, aby Czytelniczki, które zastosują tę kurację, napisały nam czy są zadowolone.

KACIUK z rozmarynem



Przebiśnieg pospolity

NIEDŁUGO już pojawiają się pierwsze wiosenne kwiaty. Po okresie zimowym szczególnie cieszy nas każdy rozwijający się pączek, każdy najwładniejszy nawet kwiatułek. Często jednak nie wystarcza nam widok kwiatów w lesie, na łące, w ich naturalnym środowisku — chcemy je mieć w domu. Zrywane masowo co roku stają się coraz rzadsze. Wielu gatunkom grozi zupełna zagłada. Są więc pod ochroną. Nie wolno ich zrywać, sprzedawać, ani kupować.

Z pierwszych wiosennych kwiatów chodzi szczególnie o ochronę: przebiśniegu zwanego także śnieżyczką, śnieżycy wiosennej, sasanka, pełnika, milka wiosennego, pierwiosnka lekarskiego.

Ochronie podlega także widłak, używany, niestety, jako tradycyjna dekoracja stołów wielkanocnych. Zła to trady-

cja i trzeba jej koniecznie zaniechać. Rozwój widłaka jest kilkuletni, odnawianie rośliny postępuje bardzo wolno, a jest on bardzo użyteczny w przemyśle farmaceutycznym i nie można dopuścić, by widłak znikł z naszych lasów.

Wielkanocne stoły pięknie przystroi zielona, wcześniej wysiana rzeżucha. lub jak w niektórych okolicach jest w zwyczaju, zielone piórka owsa, wysianego w doniczki.

Trzeba jeszcze wspomnieć i o wdzięcznej i tak lubianej konwalii. Dziko rosnąca konwalia podlega częściowej ochronie. Można ją zrywać tylko na określonych obszarach i w ilościach uzgodnionych przez instytucje zainte-

resowane zbiorem roślin leczniczych, i z Naczelnym Konserwatorem Ochrony Przyrody.

Nielegalne, masowe zbieranie konwalii powoduje znaczne ograniczenie jej występowania, zwłaszcza pędów kwiatowych w latach następnych, co nie tylko zuboża runo leśne, ale i ogranicza źródła cennego surowca dla celów leczniczych.

A więc we własnym interesie chrońmy kwiaty wiosenne. Cieszymy się nimi, nie niszcząc ich i nie zrywając.

L. K.



Śnieżyca wiosenna.

RADY gospodyni

Gdy stój „weka“ nie daje się w żaden sposób otworzyć i zawodzą nawet specjalne otwieracze — nie należy otwierać go przemocą, niszcząc w ten sposób uszczelnkę gumową i szczerbiąc stój. Taki „uparty“ stój trzeba wstawić do rondelka z zimną wodą i zagotować — a sam się otworzy.

Chcąc przyrządzić smaczne kakao, należy kakao i cukier dokładnie wymieszać na sucho w filiżance tak, aby nie było grudek. Następnie wlać 2-3 łyżeczki (zależnie od ilości proszku) gorącego mleka, dokładnie rozmieszać na jednolitą masę i zanim mleko zakipi, wlać do garnka. Rozmieszać. Gdy mleko zakipi — zdjąć garnek z ognia.

Gospośnia z Bydgoskiego

OBIADY

Niedziela: Zupa z porów ziemniakami. Zrazy wołowe z kaszą gryczaną lub jęczmienną. Buraczki. Surówka z selera. Kompot owocowy.

Poniedziałek: Barszcz czerewonny zabieleny, z ziemniakami. Pory w cieście. Surówka z marchwi z chrzanem.

Wtorek: Grochówka na wędzonce, z grzankami. Boczek gotowany, ziemniaki, surówka z kiszanej kapusty.

Sroda: Rosół z drobiu (koncentrat w kostkach z lanym ciastem. Zapiekanka z fasolki szparagowej i porów z serem.*) Surówka z marchwi z jabłkiem i śmietaną.

Czwartek: Zupa jarzynowa z kluseczkami (makaron). Kotlety siekane, ziemniaki-purée. Ogórek kiszony lub ćwikła.

Piątek: Zupa pomidorowa z ryżem i siekaną natką pietruszki. Krokiety ziemniaczane, marchew z groszkiem. Kisiel.

Sobota: Flaczki z przyprawami i chlebem. Surówka z włoskiej kapusty. Nalesniki z dżemem.

*) Przepisy podaliśmy w numerze 5 z 2.II.64 r.

SPECJAL „Przyjaciółki”



Najczęściej, jako surówki mało kłopotliwe, jadamy kiszoną kapustę lub kiszony ogórek. Są to surówki bardzo smaczne i cenne. Przypominamy przy okazji, że ich sok zawiera więcej witaminy C niż samo warzywo.

Warto jednak od czasu do czasu przyrządzić surówkę o nowym, odmiennym smaku. Im większe urozmaicenie w warzywach, tym większa pewność, że dostarczamy organizmowi bogatszy zestaw witamin, soli mineralnych, białka roślinnego...

Kapusta z papryką. Doskonałą surówką jest mieszanina kiszanej kapusty z sałatką bułgarską, kupowaną w słoikach po 6 zł. W jej skład wchodzi papryka, pomidory, groszek, oliwki itp. Można — ale nie jest to konieczne — skropić całą surówkę olejem (np. sojowym).

Surówka z kapusty włoskiej. 1/2 główki kapusty poszatkwować, osolić. Duże jabłko i ogórek kiszony oraz 1 cebulę zetrzeć na grubszej tarce lub posiekać. 2 łyżki pasty pomidorowej doprawić cukrem, dodać 1 łyżkę siekanej



KAŻDA MATKA...

powinna wiedzieć, że w pielęgnacji niemowlęcia najważniejszą rzeczą jest przestrzeganie zasad czystości i higieny.

Łóżeczko nie powinno stać w pobliżu pieca, by uniknąć przegrzewania dziecka. Należy łóżeczko ustawić w najbardziej nasłonecznionej części pokoju, w temperaturze nie wyższej niż 18-20 stopni.

Pokój, w którym dziecko śpi, należy wietrzyć 3-4 razy dziennie, szczególnie dokładnie przed ułożeniem dziecka do snu.

Podłogę należy co dzień przetrzeć wilgotną ścierką, a nie zmiatać na sucho, gdyż dziecko wdychać będzie unoszący się w powietrzu pył.

Nie należy całować dziecka w twarz, a szczególnie w usta, gdyż w ten sposób łatwo przenieść chorobotwórcze bakterie.

Odzież dziecka powinna być przewiewna i luźna, aby nie krępowała jego ruchów.

Nie krępujemy rączek, ani nóżek dziecka, gdyż uniemożliwiamy mu swobodę ruchów, które są niezbędne dla rozwoju dziecka.

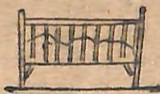
Niemowlę przebywające w mieszkaniu powinno mieć główkę odkrytą (bez czapeczki lub chusteczki).

Bieliznę niemowlęcą należy prać oddzielnie i po wysuszeniu wyprasować z obydwu stron (dla dezynfekcji i uniknięcia obtarć oraz odparzeń).

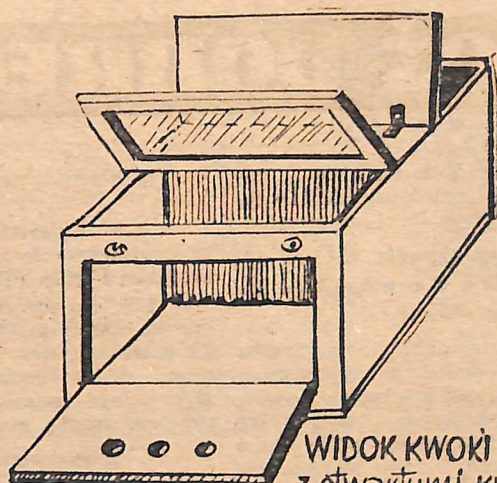
Niemowlę należy kąpać codziennie w wodzie o temperaturze 36-37 st. C (najlepiej mierzyć temperaturę termometrem, nie wystarczy łokciem ani „na oko“, bo łatwo o pomyłkę). Temperatura w pokoju podczas kąpieli dziecka powinna wynosić 20-22 st. C.

Przed kąpielą należy przygotować wszystkie potrzebne przybory, aby były pod ręką w czasie kąpieli.

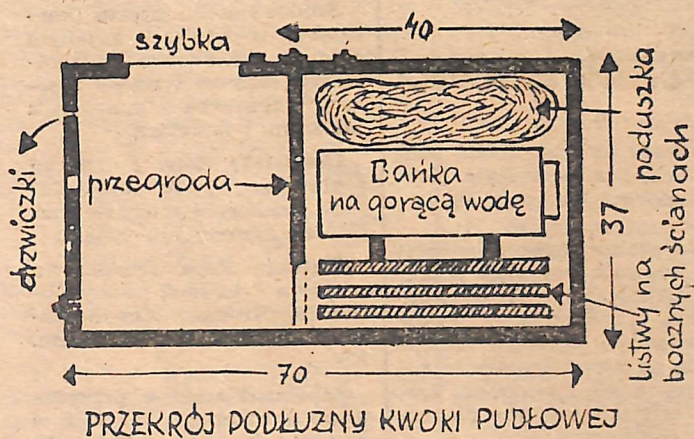
(CZ)



Sztuczne KWOKI



WIDOK KWOKI z otwartymi KLAPAMI I DRZWIČKAMI



PRZEKRÓJ PODŁUŻNY KWOKI PUDŁOWEJ

Kupując pisklęta w zakładzie wylęgowym nie można liczyć na wychowanie ich pod kwoką. Udaje się to tylko przy niewielkiej liczbie piskląt. Trzeba więc mieć sztuczna kwoka, która zapewni pisklątom należyte ogrzewanie.

Wśród wielu typów sztucznych kwok są i typy proste w konstrukcji, łatwe do wykonania w domu i nie wymagające większych nakładów pieniężnych.

Należy do nich kwoka pudłowa (na 30-40 piskląt), ogrzewana gorącą wodą, wskazana dla małych gospodarstw, dysponujących ciepłym pomieszczeniem, do którego mogłyby być wypuszczone pisklęta po kilku dniach życia.

Kwokę pudłową robi się z deseczek grubości 15-20 mm (najlepiej z obu stron heblowanych). Jeśli skrzynka nie jest zbyt szczelna, trzeba ją wykleić grubym papierem, obić dyktą lub tekturą. Rozmiary skrzynki na podaną liczbę piskląt powinny wynosić: 70-75 cm długości, 40-45 cm szerokości, 37 cm wysokości.

W szczycie skrzynki umieszcza się drzwiczki, otwierane na zewnątrz w dół. W drzwiczkach robi się trzy otwory wentylacyjne. Z wierzchu zamyka się skrzynkę dwiema klapami, otwieranymi do góry. W jednej z nich umieszcza się możliwie duże okienko, oświetlające przednią część pudła. Wewnątrz pudło dzieli się na dwie części pionową, drewnianą przegrodą. Większa z nich, ocieplana, służy za sypialnię. Mniejsza, oświetlana z góry okienkiem, przeznaczona jest do karmienia piskląt w pierwszych dniach życia. Stąd też prowadzą drzwiczki na zewnątrz.

W drewnianej ścianie, dzielącej wnętrze skrzynki, wycina się otwór (około 30 cm szerokości i 8 cm wysokości), przez który pisklęta wchodzi i wychodzą z sypialni. Otwór przesłania się flanelą pociętą w pionowe paski. Flanela tworzy rodzaj zasłony nie wypuszczającej ciepłego powietrza z sypialni, a równocześnie pisklęta mogą łatwo przez nią przechodzić.

Ważne jest dobre urządzenie części cieplej skrzynki. Na dłuższych bokach skrzynki przybija się wewnątrz do ścian poziome listwy, po trzy

z każdej strony. Najniższą przybija się na wysokości 5 cm od dna, następnie w odległości 2,5 cm jedna na drugą. Na listewkach tych (grubość 2 cm) kładzie się z kolei poprzeczne listwy, na nich bańkę z gorącą wodą. Zależnie od wielkości piskląt, można bańkę umieszczać niżej lub wyżej. Zamiast bańki można do ogrzewania użyć butelek z gorącą wodą, gumowych termoforów, ogrzewanych cegieł itp.

Dla utrzymania odpowiedniej dla piskląt temperatury, trzeba zmieniać wodę 3 razy w ciągu doby.

Dno powinno być wyścielane papierem, często zmienianym i posypywanym piaskiem. W pierwszych tygodniach wykłada się „sypialnię” miękkim, krótkim sianem.

W małych gospodarstwach do chowu niedużych ilości piskląt dobra będzie również kwoka - wychowalnia skrzynkowa. We własnym zakresie można też zrobić kwoki parasolowe ogrzewane żarówkami elektrycznymi. Wskazówki, jak sporządzić takie sztuczne kwoki uzyskać można w każdym zakładzie wylęgowym.

I.K.

Mieszanki na zbożowy kredyt

„Tyle mówi się o mieszankach paszowych, a tymczasem nielato je dostać. Sprzedawano je za zakontraktowane sztuki trzody, dostawcom mleka oraz mającym umowy dostawcom jaj i drobiu. Teraz wprowadzono możliwość otrzymywania mieszanek paszowych w zamian za zboże. Ale przecież nie wszyscy jeszcze wylócili ziarno. Co więc robić?” - pisze STEFAN S. Z WOJ. LUBELSKIEGO.

Dla tych, którzy nie zdążyli jeszcze omlócić wszystkiego zboża, a chcą inwentarz karmić mieszankami przemysłowymi, została wprowadzona nowa forma kupna - sprzedaży w oparciu o umowę.

W tym celu należy się zwrócić do gminnej spółdzielni „Samopomoc Chłopska” i tam podpisać umowę na pobieranie pasz w zamian za zboże, które zostanie później dostarczone. Jakże są warunki wymiany? Otóż rolnik za dostarczone zboże otrzymuje należność po cenach wolnorynkowych, a za mieszanki płaci według cen gatunków.

Przy czym w zamian za 100 kg pszenicy rolnik może otrzymać: 100 kg mieszanki dla macior lub bekonów, 105 kg mieszanki „T” dla tuczników, 100 kg mieszanki dla drobiu, 110 kg mieszanki dla bydła lub cieląt. Za 100 kg sprzedanego żyta, jęczmienia lub owsa można nabyć po 100 kg wyżej wymienionych mieszanek.

Ceny obowiązujące w skupie rynkowym zboża w województwach katowickim i rzeszowskim są inne niż w pozostałych województwach. W każdej spółdzielni powinny być wywieszane cenniki.

Mieszanki pasz treściwych

sprzedaje się rolnikowi po obowiązujących cenach detalicznych: 100 kg mieszanki dla macior „M-Bek” kosztuje 270 zł; mieszanki dla bekonów „Bekon” - 290 zł; mieszanki „T” dla tuczników - 265 zł; „B” dla bydła - 260 zł; „B1” dla bydła - 240 zł; „C” dla cieląt - 280 zł; „D” dla drobiu - 350 zł; „DK” dla kurecząt - 390 zł.

Zawarta umowa nie może obejmować zbóż dostarczanych na obowiązkowe dostawy oraz w ramach zawartych umów kontraktacyjnych. Jak już wspomnieliśmy, w oparciu o umowę, rolnik może otrzymać w GS wcześniej potrzebne mu mieszanki paszowe, a zboże dostarczyć w terminie późniejszym, bardziej dla niego dogodnym. Terminy zadeklarowanej dostawy zboża nie mogą być jednak dłuższe niż 90 dni od daty podpisania umowy.

GS zakupi...

Coraz więcej gospodyń interesuje się zakupem piskląt. Usprawnia się też sposób tych zakupów. Dziś mieszanki wielu wsi mogą korzystać przy zakupie z pośrednictwa GS.

Wiele bowiem Gminnych Spółdzielni zamawia zbiorowo dla swoich członków pisklęta w zakładach wylęgu drobiu, a potem rozprowadza je zgodnie z zawartymi jeszcze zimą umowami.

Usługi te szczególnie dobrze rozwijają się w woj. olsztyńskim. Przed dwoma laty tamtejsze GS zakupiły dla swoich członków 40 tysięcy kurcząt. W roku ubiegłym liczba ta wzrosła niemal pięciokrotnie, a „rekordzistka” w tym zakresie - GS w Działdowie - dostarczyła swoim członkom aż 37 tysięcy piskląt.

Spółdzielczość wiejska w Olsztyńskim na podstawie zawartych umów przewiduje, że w roku bieżącym rozprowadzi 600 tysięcy sztuk piskląt. Członkinie GS przekonały się, że jest to dobre rozwiązanie.

A jeśli GS dotąd nie prowadziły usług tego typu? Członkinie takiej spółdzielni powinny się domagać, by Zarząd GS zajął się tym jak najszybciej. (j. t.)

Czy znasz swoje gleby?

List zaczynał się od słów: „Proszę o przysłanie mi informacji, jak należy pobrać próbki gleb do badań? Pragnąłbym zbadać swoje gleby, abym mógł prawidłowo stosować nawozy sztuczne”. Tak pisał rolnik A. Jakubiszyn z Janikowa, pow. Olawa do Stacji Chemiczno - Rolniczej we Wrocławiu.

W tych paru słowach ob. Jakubiszyn wskazał od razu dwa najważniejsze kierunki pracy stacji: badanie zapasów pokarmów roślinnych znajdujących się w różnych rodzajach gleb oraz prawidłową gospodarkę nawozami, nie tylko sztucznymi, ale i naturalnymi (kompostem, obornikiem, nawozami zielonymi).

Nie wszyscy rolnicy wiedzą o tym, że stacja chemiczno-rolnicza znajduje się w każdym województwie. Nie znają też prac przez nie prowadzonych, a co najważniejsze, nie widzą w nich swego codziennego pomocnika.

Nie wszystkie nasze gleby potrzebują nawożenia fosforowego i potasowego. Tak samo jak nie wszystkie gle-

by potrzebują wapnowania. I tak na przykład spośród gleb badanych w województwie warszawskim (ponad 224 tysiące hektarów pól uprawnych) około 63 procent wymaga nawożenia fosforem i wapnowania. Takie dokładne informacje mamy właśnie ze stacji chemiczno - rolniczych, które na terenie swoich województw przeprowadzają systematyczne badania gleby i na ich podstawie sporządzają mapę - wykaz zasobności gruntów każdej gromady. Znaczna ilość gromad w całym kraju posiada już dokładne mapy i rolnicy mogą sprawdzić na mapie, znajdujących się najczęściej w GRN, jakie braki nawozowe mają ich pola.

Co to da rolnikom? - Odpowiedź jest prosta - umożliwi to zastosowanie właściwego nawozu i w odpowiedniej ilości, a więc da oszczędność w gotówce, w następstwie zaś wyższy i lepszy jakościowo plon, co jest równoznaczne z większym zyskiem z gospodarstwa.

Nie we wszystkich gromadach dokonano badania gleb. Informujemy więc, że jeśli badania organizuje wojewódzka stacja chemiczno-rolnicza, agronom gromadzki, lub kółko rolnicze - analiza gleby jest bezpłatna. Tam, gdzie badań jeszcze nie było, a rolnik chce indywidualnie poznać jakość swej gleby, może przesłać próbkę do zbadania. Koszt analizy próbki przysłanej indywidualnie przez rolnika wynosi około 30 zł. Dokładny adres najbliższej stacji chemiczno - rolniczej wskaże agronom gromadzki.

Jak pobrać samemu próbki gleb do badań? Od sposobu pobierania próbek zależy prawidłowe określenie zasobności gleby w przyswajalne składniki pokarmowe oraz jej kwasowości. Próbki powinny zawierać przeciętne właściwości gleby z danego kawałka pola.

Aby otrzymać taką średnią próbkę gleby, pobieramy 15-60 równych co do wielkości próbek z miejsc równomiernie rozmieszczonych na bada-

nym polu. Im pole jest większe, tym więcej bierze się próbek. Pobrane próbki wsyłujemy do czystego wiadra i dokładnie mieszamy. Z tej mieszaniny pobieramy jedną próbkę półkilogramową, a jeśli gleba jest kamienista, to 1 kg. Tę średnią próbkę z pola umieszczamy w czystym tekturowym pudełku lub woreczku, do którego wkładamy tekturkę z adresem i numerem lub nazwą pola, pakujemy i wysyłamy do stacji chemiczno - rolniczej.

inż. F. KOTOWICZ

Między nami

POZWÓL JEJ SAMEJ ZDECYDOWAC

Umarla bym spokojnie wiedząc, że nie zostawiam jej samej jak palec" — pisze AGNIESZKA Z NOWEGO DWORU.

Wierzymy, że chciałaś jak najlepiej. Uważasz, że tylko małżeństwo może dać kobiecie pełnię szczęścia i zapewnić spokojną przyszłość. Zapominasz jednak, że warunkiem dobrego pożycia dwojga ludzi jest ich wzajemne uczucie. A Twoja córka uczuciem nie darzy na razie nikogo i dlatego pewnie nie chce wyjść za mąż. Jest samodzielna, ma już pewne doświadczenie życiowe.

Twoja „pomoc“ w tej sprawie uważa za niepotrzebną i narażającą ją na śmieszność. I chyba słusznie. Stać ją na to, by samej wybrać towarzysza życia. Nie chce wyjść za mąż dla samego faktu zmiany stanu cywilnego, dla zapewnienia sobie „przyszłości we dwoje“. Pozwól jej samej zdecydować o tej przyszłości. To jedyna rada, jaką możemy Ci dać.

A jakie są skutki małżeństwa „za wszelką cenę“ wyraźnie wskazuje historia Anusi, opisana w „Radościach i smutkach“ na str. 3.

Lekarz odpowiada

CHOROBA USZU

JOAŚKA Z LUBELSKIEGO pisze: „W dzieciństwie, po grypie chorowałam na uszy. Teraz mam 20 lat i poważnie przytyłem słuch, co sprawia mi wiele przykrości. Chciałabym się leczyć, lecz nie wiem,

Czytelniczko, piszesz przyjaciółka ODPOWIADA

do kogo się zgłosić. Czy w Lublinie istnieje odpowiedni zakład leczniczy?“

Na podstawie listu należy sądzić, że w dzieciństwie cierpiałaś na przewlekłe zapalenie uszu. Gdyby wówczas energicznie przystąpiono do leczenia — prawdopodobnie nie nastąpiłoby przytycie słuchu.

Bez dokładnego badania nie można wiedzieć, w jakim stopniu narząd słuchu został zniszczony przez przewlekły proces zapalny i co uczynić, aby uzyskać poprawę słuchu. Bez względu na to, czy zwrócić do lekarza-laryngologa. Lublin posiada Akademię Medyczną, a więc także Klinikę Laryngologiczną, w której leczy się choroby uszu. Na pewno klinika laryngologiczna ma swoją poradnię (ambulatorium). Skierowanie do tej poradni można uzyskać od lekarza rejonowego.

SKRZYWIENIE KRĘGOSŁUPA

HELENA Z. Z WOJ. WARSZAWSKIEGO pisze: „Jako dziecko chorowałam na krzywicę. Kiedy miałam 9 lat zaczął mi się trochę krzywić kręgosłup, a klatka piersiowa z jednej strony się zapadała. Wszyscy mówili, że to nie jest, że to samo przejdzie. Nie przeszło! Mam teraz 21 lat i bardzo wykrzywiony kręgosłup. Czy od kalectwa mogłaby mnie uratować operacja?“

ODPOWIADA CHIRURG:

Droga Czytelniczko! Skrzywienie kręgosłupa u młodzieży jest chorobą bardzo trudną do leczenia. Obecnie, gdy masz już 21 lat, niestety, należy przypuszczać, że żadne leczenie nie da powrotu do całkowicie normalnej postawy. Trzeba też pamiętać, że choroba może się dalej rozwijać, prowadząc do dalszego zniekształcenia klatki piersiowej, przemieszczenia narządów wewnętrznych, ucisku na serce, płuca itp. Temu można zapobiegać specjalną gimnastyką, noszeniem aparatów ortopedycznych. Czasem konieczna jest operacja chirurgiczna, której celem jest powstrzymanie postępu choroby. Leczenie trwa całe lata. Dla młodzieży i osób pracujących wszystkie koszty leczenia pokrywa państwo. Nie pracujący i niezamożni mogą mieć ulgi w opłatach. Radzę napisać do Kliniki Ortopedycznej w najbliższym dużym mieście (Warszawa, Kraków, Katowice) i zaufać specjalistom.

PADACZKA

JÓZEFA Z POW. KIELCE pisze: „Moje 1½ roczne dziecko miewa ataki. Kiedy płacze, zawsze się boje, bo zwykle potem traci przytomność, sztywnieją mu nóżki i rączki, dostaje drgawek i ślini się.

Atak trwa około 5 minut. Po ataku dziecko jest bardzo słabe i zasypia.

Lekarze twierdzą, że moje dziecko jest chore na epilepsję, ale nie jestem pewna czy rozpoznane jest dobrze. Dziecko jest przecież dobrze zbudowane, zębki prawidłowo mu się wyrzynają. Nie chodzi jeszcze, ale przecież na to nie jest za późno. Jest tylko nerwowe i niespokojne.

Co robić, jeśli dziecko rzeczywiście ma epilepsję?“

ODPOWIADA LEKARZ-PEDIATRA

Droga Czytelniczko! Z opisu Twojego wyłaje się, że rozpoznanie padaczki było słuszne. Choroba ta charakteryzuje się napadami drgawek i utratą przytomności. Padaczka czy epilepsja jest schorzeniem mózgowym. Niestety, trudno odpowiedzieć dlaczego dziecko zachorowało. Czasami jest to skutek przebytych chorób, jak zapalenie opon mózgowych, czy zapalenie mózgu. Może to być też skutkiem uszkodzenia mózgu w czasie porodu.

W okresie niemowlęcym trudno jest czasami ustalić właściwe rozpoznanie. Drgawki u niemowląt mogą powstać również na skutek tęczy, czy też nawet na skutek gorączki. Nieprawidłowy rozwój dziecka, jego pobudliwość i niepokój są jednak także objawem padaczki i to przemawiałoby za słusznością diagnozy w wypadku Twojego dziecka.

Leczenie epilepsji jest długotrwałe, ale można jednak uzyskać poprawę, bardzo znaczne zmniejszenie się napadów, spokój dziecka i poprawę rozwoju psychicznego.

Radzimy Ci zwrócić się jak najszybciej do Wojewódzkiej Poradni Zdrowia Psychicznego w Kielcach. Neurolog z Poradni obejmie nad Twym dzieckiem stałą opiekę.

Możliwe, że konieczne będzie przeprowadzenie dalszych badań i wtedy lekarz z Poradni skieruje Two dziecko do właściwego szpitala czy kliniki.

Porady prawne

NIEDOSZŁY MĄŻ

„POMORZANKA“ pisze: „Dziesięć miesięcy temu mój znajomy oświadczył się moim rodzicom. Został przyjęty — oczywiście za moją zgodą. Uważałam go więc za przyszłego męża, nie przeczuwałam, że to jest zwykły oszust. Mój „przyszły mąż“ nabrał mnie na około 10.000 zł. Złożyły się na to pożyczki, któ-

rych nigdy nie zwracał, rzeczy zakupione dla niego, a zapłacone przeze mnie itd. Obecnie o małżeństwie nie ma nawet mowy, a ten mężczyzna ma zamiar poślubić inną. Z takiego obrotu sprawy jestem zadowolona, jednak chciałabym wycofać od niego swoje pieniądze. Wiem jednak, że on nie zechce mi ich zwrócić. Nie ma żadnych oszczędności, chociaż otrzymuje dobre uposażenie (około 3000 złotych miesięcznie).

Upieram się proszę o poinformowanie, czy miałabym szanse wygrania gdybym wniosła sprawę do sądu o zwrot tych pieniędzy. Zaznaczam, że mam niektóre rachunki“.

Droga Czytelniczko! Szanse uzyskania zwrotu udzielonych niedoszłemu mężowi pożyczek są całkowicie realne. Skoro pracuje i zarabia, będziesz mogła po wygraniu sprawy wyegzekwować należność z wynagrodzenia za pracę.

Zanim jednak zdecydujesz się na wystąpienie do sądu, zwróć się do dłużnika listem poleconym, w którym wyłuszczyś swoje pretensje materialne i określisz termin, w którym domagasz się zwrotu udzielonych pożyczek.

Odpis listu wraz z rachunkami, które posiadasz, będzie miał istotne znaczenie, gdyby doszło do sprawy sądowej.

Musimy tu zastrzec, że szanse wygrania sprawy są realne, jeśli wydatki, które poczyniłaś na niedoszłego męża miały wyraźnie charakter pożyczki. Gdyby natomiast miały one charakter darowizny, to trzeba by wprawdzie darowizny te odwołać.

W ewentualnym sporze sądowym na tym tle radzilibyśmy Ci skorzystać z pomocy adwokata. Sprawy o odwołanie darowizny są bowiem z reguły skomplikowane.

UWAGA! CZYTELNICZKI! Na ostatniej stronie zamieszczamy nasze „kanapkowe“ propozycje. Ponieważ wkradł się błąd w numeracji począwszy od pozycji 12, jeszcze raz podajemy właściwe opisy kanapki nr 12 i dalszych.

12. Chleb biały z masłem i plasterkami jabłka, udekorowanymi dżemem.

13. Chleb razowy z masłem, plasterkami pieczeni wołowej (resztki) i złotego sera.

14. Chleb biały z masłem i grubo tartym żółtym serem („salami“).

15. Chleb pyłkowy z masłem, z przeciętym na 3 części kotletem siekanym i krążkami ogórka.

16. Chleb pyłkowy z masłem, ogórkiem (świeżym lub mrożonym) i z kawałeczkami pomidora.

17. Chleb pyłkowy z jajecznicą i siekanym szczypior-kiem.

Obserwatorium bywalca

Bezinteresowność

Dziwna jest natura ludzka. Dziwna dlatego, że każdy człowiek pragnie kochać i być kochanym. A jeśli nie kochamy, to przynajmniej lubianym, po prostu i bezinteresownie. Są jednak osoby, które pozwalają się kochać i lubić nic w zamian z siebie nie dając. Takie jednostronne sytuacje trudne są do utrzymania na dłuższy dystans.

Zresztą, choć to może wydać się paradoksalne, człowiek, który nikogo nie lubi, nieszczęśliwszy jest niż ten, którego nikt nie lubi. Oschłość serca wywołuje uczucie pustki.

W wielu przygodach mojego życia zauważyłem, że bezinteresowny stosunek do ludzi wywołuje w nich niekiedy odruch podejrzliwości. Jak to? Czysta sympatia i życzliwość? Coś za tym musi się kryć! Na pewno ten człowiek czegoś chce, o coś zabiega. Tak, w osobach mało dusznych bezinteresowność budzi podejrzenia.

A przecież zdarzają się ludzie życzliwi z natury. Zdarzają się na pewno. Odrzucenie tego wariantu natury ludzkiej musiałoby przekreślić wiarę w człowieka. Lubimy pewne osoby, chociaż wiemy, że nie są aniołami, lubimy przez samą bezinteresowną sympatię dla nich. Na tym polega nasz mały humanizm, humanizm na co dzień.

Ci, którzy nikogo nie lubią, stają się ponurzy. Często ponurość tę maskują powagą. A powaga jest obrządkiem ciała wymyślonym dla pokrycia braków ducha, jak mówi mędrzec.

Człowiek życzliwy dla innych — to z reguły człowiek pogodny. Jego biletem wizytowym jest uśmiech.

Jeśli takiego człowieka spotkacie w towarzystwie, na ulicy, w tramwaju, w kolejce po mięso, możecie być przekonani, że to ktoś, kto daje się lubić i kto potrafi uczucia te odwzajemnić.

Pogoda ducha świadczy o łagodności serca, a ona z kolei pozwala liczyć na bezinteresowność.

JAN BRZECHWA

TV

23 - 29 II. 1964

NIEDZIELA: 10.00 Kurs rolniczy; 12.35 Zawody dziecięce na lodzie (Interwizja); 13.15 Poranek muzyczny PR i TV; 15.00 Niedzielną Biesiadą; 15.45 Program dla dzieci; 16.15 „O chłopie co okpił śmierć” - film CSRS; 17.35 Miks; 18.25 „O szóstej wieczorem po wojnie” - film radz.; 20.50 „Witaj przyszłość” - film USA (od lat 16).

PONIEDZIAŁEK: 9.55 Program dla szkół; 10.25 „Gdyby każdy z nas” - film radz.; 17.05 Program dla dzieci; 17.40 Przygody Robin Hooda; 18.10 Łódź na rynkach świata, progr. publ.; 18.50 Kino krótkich filmów; 19.20 Magazyn postępu technicznego; 20.30 Teatr TV „Wspólny pokój”.

WTOREK: 16.20 Instytut Medycyny Uzdrowskiej (z Moskwy); 17.05 Program dla dzieci; 17.35 PKF; 17.45 Podróże po świecie; 18.00 Film; 18.20 Pieśni Fr. Chopina; 18.50 20 tysięcy ton na deskach - progr. publ.; 19.20 Wspomnienia o gwiazdach; 20.30 „26. 24. 24” - report.; 21.00 Teatr TV „Orfeusz”.

ŚRODA: 10.55 „Pirogow” - film; 11.55 Program dla szkół; 17.05 Program dla dzieci; 17.50 Olimpijczycy; 18.10 Film roz-

rywkowy; 18.25 Magazyn medyczny; 18.55 „Zespół Guy Lombardo”; 19.20 Interesy pracowników (progr. publ.); 20.25 Recital skrzypcowy W. Witkomirskiej; 20.40 Program publ.; 21.15 Mistrzostwa świata - jazda fig. na lodzie (z Dortmundu).

CZWARTEK: 11.55 Program dla szkół; 16.00 Kurs rolniczy; 17.05 Program dla dzieci; 17.35 PKF; 17.45 Proponujemy; 18.10 Spotkania z przyrodą; 18.40 Młodzieżowy Klub TV; 20.00 Kobra: „Pantofelki z krokodyla”; 21.00 Mistrzostwa świata - jazda fig. na lodzie (z Dortmundu).

PIĄTEK: 17.05 Film dla dzieci; 17.35 Miasto i jego problemy; 17.55 Wielokropek; 18.15 Mądra droga - report. filmowy; 18.45 Nowela filmowa; 19.20 Alma Mater Jagiellonica; 20.30 Film; 21.00 Mistrzostwa świata - jazda fig. na lodzie (z Dortmundu).

SOBOTA: 9.00 „Alibi nie wystarcza” - film CSRS; 10.35 oraz 11.55 Program dla szkół; 17.05 Program dla dzieci; 18.05 Program tygodnia; 18.30 „Sonety miłosne” - progr. muz.; 19.00 Portrety - Jarosław Iwaszkiewicz; 20.30 Poznajmy się - progr. rozrywk.; 22.00 Mistrzostwa świata - jazda fig. na lodzie (z Dortmundu).

*

Otrzymałmy szereg listów od naszych Czytelników, w których skarżą się, że niektóre pozycje programów nadawanych przez TV nie pokrywają się z zapowiedziami drukowanymi przez nasze pismo.

Musimy przyznać rację naszym Czytelnikom. Owszem, różnice takie zdarzają się, ale na szczęście niezbyt często i nie wynikają one z winy redakcji. Zapowiedź programu drukujemy bowiem niemal na dwa tygodnie wcześniej. W międzyczasie zaś TV zmienia swój program w wyniku aktualnych wydarzeń i innych przyczyn, czego nie jesteśmy już w stanie uwzględnić.

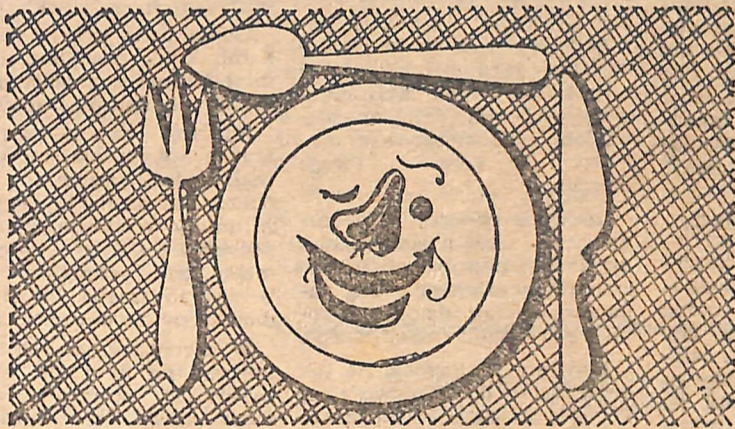
Globulki ZET.

zapobiegają ciąży

Do nabycia w aptekach, drogeriach, kioskach „Ruch” i sklepach „Arged”. OP-421-10

MNIEJ TŁUSTYCH MIĘSIW - WIĘCEJ WARZYW

oto hasło nowoczesnego odżywiania.



Zjednoczenie Przemysłu Owocowo-Warzywnego przygotowało na okres zimowy fasolkę konserwową, mieszanki warzywne oraz paprykę konserwową w postaci sałatek, marynat itp. Przetwory te gotowe do spożycia ułatwią i uproszczą pracę pani domownicy przy sporządzaniu posiłków.

OGŁOSZENIA DROBNE

NAUKA

Zaoczne (korespondencyjne) kursy księgowości organizuje Oddział Poznański Stowarzyszenia Księgowych. Informacje: Poznań 4, skrytka pocztowa 1111.

op.-421-31

Korespondencyjne kursy księgowości, stenografii, języków: Łódź 1, skrytka 297.

op.-421-30

Korespondencyjne lekcje języków obcych. Informacje: Warszawa 1, skr. 68.

op.-421-41

ROZNE

Maszynki, igły do podnoszenia oczek (wysoki gatunek) poleca Marián Szewdo - Warszawa, Zielna 8, pawilon 101.

OP-421-34

Za treść ogłoszeń Redakcja nie odpowiada.

Redaguje Zespół Wydawca Krajowe Wydawnictwo Czasopism KSW „Prasa” Redakcja: Warszawa ul. Wiejska 16. tel. 28-24 11. Redaktor naczelny tel. 28-05-89 z-ca redaktora naczelnego. tel. 28-05-49. sekretarz redakcji. tel. 21-41-47. Administracja - sekretariat 28-58-64

Oddział w Łodzi. ul. Piotrowska 96. oddział w Krakowie. ul. Skarbowa 4. oddział w Rzeszowie. pl. Zwycięstwa 3. oddział we Wrocławiu. ul. Podwale 63. oddział w Olsztynie. pl. Wolności 1.

Ogłoszenia przyjmuje: Krajowe Wydawnictwo Czasopism. Warszawa. ul. Wiejska 12. tel. 28-24-11 oraz Powszechna Agencja Reklamowa. Warszawa. ul. Bagatela 14 i Poznańska 38

Wszelkich informacji w sprawie warunków prenumeraty udzielają placówki „Ruchu” i Poczty

Reklamsów nie zamówionych redakcja nie zwraca.

Druk. KSW „Prasa”, Marszałkowska 3/5.

Zam. 201. Z-17.



PIĘKNE WŁOSY TWOJA OZDOBA!

...a piękne, puszyste i lśniące włosy zapewni Ci stosowanie nowego doskonałego szamponu do mycia włosów „SHAMPOO” firmy „URODA”

„SHAMPOO”

- działa antyseptycznie
- likwiduje łupież
- nie podrażnia i nie wysusza skóry

Do wszystkich kolorów i rodzajów włosów

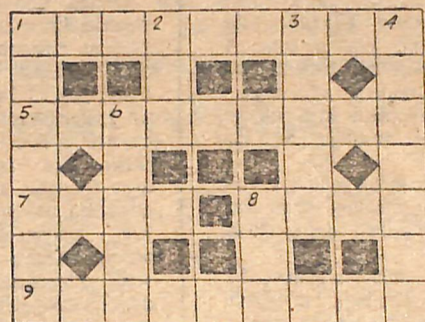
Cena 12. - zł.
Producent: Warszawska
Fabryka Mydła i Kosmetyków „URODA”



DZIAŁ ZAGADEK

Nasza encyklopedia

KRZYŻÓWKA



Poziomo: 1) rywal, 5) czapka z kwadratowym denkiem, 7) mieszanka koloru różowo-niebieskiego, 8) jest w świecy, 9) pracownik publicznych środków komunikacyjnych.

Pionowo: 1) paciorek, 2) wiosną niszczy mosty, 3) rzadkie imię męskie, 4) ułatwia pracę na roli, 6) naszywka z taśmy złotej lub srebrnej na mundurze, 8) na głowie kobiety albo w kuchni okrętowej.

Rozwiązania należy nadsyłać w terminie 10-dniowym od daty ukazania się numeru pod adresem redakcji z dopiskiem na kopercie: „Dział zagadek”. Wśród Czytelników, którzy nadesłali prawidłowe rozwiązania, rozlosowane zostaną nagrody książkowe.

Co to znaczy?

W jednym z wywiadów, znana artystka, Barbara Krafftówna, na pytanie, jak została aktorką odpowiedziała między innymi:

- Trochę z przypadku, bo od dziecka szalenie interesowała mnie... chirurgia, a ponadto taniec. Do zawodu aktorskiego miałam jednak pewne inklinacje.

Co oznacza to określenie - zapytuje Barbara M. z Otwocka.

Inklinację określić można inaczej jako zainteresowanie, skłonność do czegoś pod wpływem środowiska, warunków życia itd. Siostra Krafftówna jest aktorką (również i jej mąż jest aktorem). Nic więc dziwnego, że jeszcze w czasie okupacji, jako młodzieżka dziewczynka Krafftówna miała inklinację do aktorstwa i zaczęła uczęszczać na konspiracyjne wykłady studia aktorskiego.

Jan L. z Świętochłowic prosi o wyjaśnienie słowa **ekspulsja** z związku z notatką, że „władze hitańskie grożą ekspulsją z kraju zakonowi Jezuitów, ponieważ istnieje podejrzenie, iż zakon ten zajmuje się działalnością sabotażową”.

Ekspulsja w dawnym znaczeniu oznaczała „rugowanie z posiadłości przy użyciu gwałtownych środków”. Współcześnie mianem ekspulsji określa się najczęściej przymusowe wydalenie z kraju obywatela, stale w danym kraju mieszkającego, ale posiadającego inne obywatelstwo. Tak na przykład władze francuskie stosowały wielokrotnie ekspulsje wobec mieszkających stale we Francji Polaków, o lewicowych przekona-



wna w roli Bronki pokazała wielką klasę gry aktorskiej

narzędziem pracy ofi-
go w Pogotowiu Mili-
radiotelefon. Dzięki nie-
może natychmiast na-
kt ze wszystkimi znaj-
w mieście karetkami.



na drugim syg-
nielnicę, z której
ezwanie. Gdy w
efonu odzywa się
ka wzywającego
zurny w centrali
aretką znajdują-
żej miejsca wy-
i temu od chwili
przyjazdu mili-
zaledwie mi-

wsiedliśmy do
wraz z poruczn-
erzem Przeszło ze
Komendy MO i
ulicy Warszawy.
wa centrala. Na
wej, obok wozu-
nlekiem, leży pi-
ca. Już po kilku
dnosimy go nie-
z chodnika. Na
zdolał wejść do
zeciwnym razie
powodowałby wy-

zdążyliśmy odje-
nowa dyspozycja.
w żeńskim domu
do sali, w któ-
się zabawa,
pijani mężczyźni
wanturę. Po dro-
ny pijanego w
nę. Jest powal-

ny błotem, z kieszeni wypada-
ją mu pieniądze. Są to naj-
prawdopodobniej resztki otrzy-
manego dzisiejszego dnia wy-
nagrodzenia. Ten przenocuje
w izbie wytrzeźwień.

Awanturników z domu stu-
denckiego zabiera inna karetk-
ka, która tu także przyjecha-
ła. My bowiem, wychodząc,
spotkaliśmy zapłakaną kobietę
z trojgiem dzieci, które wraz
z matką zostały siłą wyrzuc-
one z domu przez ojca.

„Tatus” leży już w łóżku
z miną niewinnego baranka.
Jest nawet trzeźwy. Usiłuje
się tłumaczyć. Wygnął żonę i
dzieci z domu dlatego, że do-
piero wrócił z więzienia i nie
miał dla nich na życie. Posłał
więc dzieci na miasto, żeby
im „dobrzy ludzie coś pom-
ogli”

Milicjanci decydują: tatus
przenocuje w komisariacie,
dzieci pozostaną w domu. Ra-
no postanowi się, co dalej.

I znowu bójka pijacka na
ulicy, znowu interwencja. Im
dalej w noc tym mniej telefo-
nów. Ale dopiero rankiem,
kiedy miasto budzi się ze snu,
przychodzi czas na odpoczy-
nek dla milicjantów. (wn)

HAFT KRZYŻY- KOWY



Dziana dżokejka

Na wykonanie potrzeba około 7 dkg
grubszej włóczki (20 ocz. = 10 cm, 20 rzę-
dów = 6 cm), 2 druty nr 2.5, po 5 drutów
pończosznicy nr 2.5 i nr 3.5.

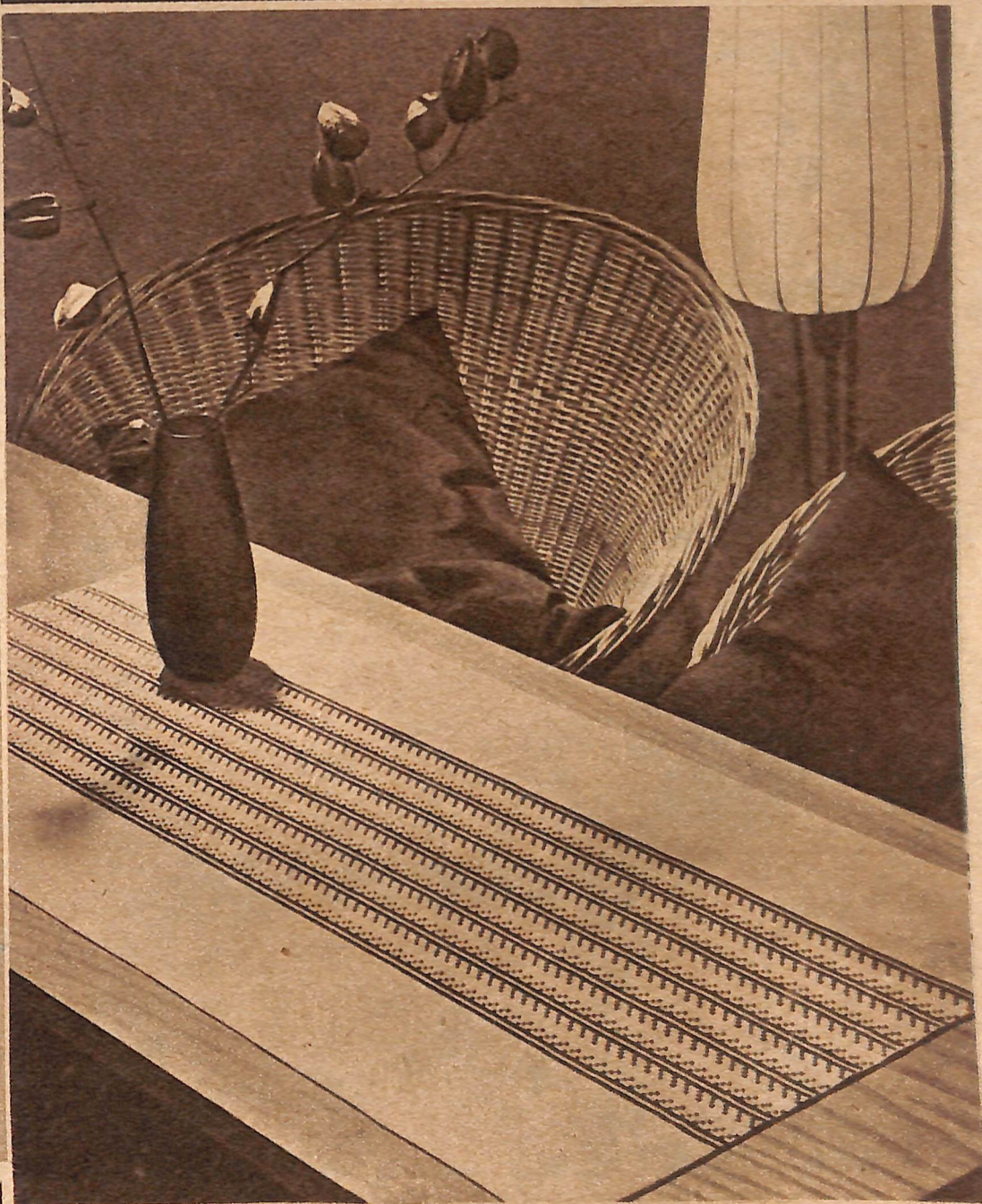
Ścieg pończosznicy — po prawej stronie
roboty prawe ocz., po lewej stronie
roboty lewe ocz.

Główka. Na druty pończosznicy nr 2.5
narzucić 108 ocz. Przerobić 8 prawych
rzędów, 1 lewy rząd i 8 prawych rzędów.
Nabrać na druty narzucone ocz., podjąć
robotę pod spód po linii lewego rzędu
i przerabiać razem na prawo 1 ocz. z le-
wego drutu i 1 ocz. drutu leżącego za nim.
Zmienić druty na nr 3.5 i przerobić 20
rzędów = 6 cm. W 21 rzędzie zgubić 12
oczek w następujący sposób: +12 pr. ocz.,
1 ocz. zdjęć, 1 pr. ocz., zdjęte ocz. prze-
ciągnąć przez prawe ocz., 2 pr. ocz., 2 ocz.
razem na pr., od + powtarzać. Na po-
zostałych 96 ocz. przerobić 7 rzędów. W
28 rzędzie zgubić w podany wyżej sposób
12 ocz. z tą różnicą, że zamiast 12 pr.
ocz. wykonać 10 pr. ocz. Na pozostałych
84 ocz. przerobić 6 rzędów. W 35 rzędzie
zgubić 12 ocz. (zamiast 10 pr. ocz. przera-
biać po 8 pr. ocz.). Na pozostałych 72 ocz.
przerobić 5 rzędów. W 41 rzędzie zgubić
12 ocz. (zamiast 8 pr. ocz. wykonać 6
pr. ocz.). Na pozostałych 60 ocz. przerobić
4 rzędy. W 46 rzędzie zgubić 12 ocz. (za-
miast 6 pr. ocz. wykonać 4 pr. ocz.). Na
pozostałych 48 ocz. przerobić 3 rzędy. W
50 rzędzie zgubić 12 ocz. (zamiast 4 pr.
ocz. wykonać 2 pr. ocz.). Na pozostałych
36 ocz. przerobić 2 rzędy. W 53 rzędzie
przerobić po 2 ocz. razem. Na pozostałych
18 ocz. przerobić 1 rząd. W 55 rzędzie
przerobić po 2 ocz. razem. Pozostałe 9
ocz. ściągnąć na nitkę i zeszyć.

Daszek. Na druty nr 2.5 narzucić 60
ocz. i zaokrąglenie wykonać skróconymi
rzędami w następujący sposób: na końcu
rzędów pozostawić nie przerobione oczka
— w 10 rzędach po 1 ocz., w 12 rzędach
po 2 ocz., w 4 rzędach po 3 ocz. (w 26
rzędzie przerobionych jest 14 ocz.). Na-
stępnie wprowadzić do roboty poprzednio
nie przerobione ocz. tzn. przerabiać prze-
dłużone rzędy — w 4 rzędach po 3 ocz.,



w 12 rzędach po 2 ocz. i w 10 rzędach po
1 ocz. Nabrać na drut oczka pierwszego
rzędu i przerabiać razem 1 ocz. z lewego
drutu 1 ocz. z leżącego za nim drutu. Na
tych 60 ocz. przerobić jeszcze 2 pr. rzędy
i wszystkie oczka zgubić w jednym rzę-
dzie. Daszek lekko naciągając podszyć
pod główkę.





Co dać dzieciom do szkoły, a dorosłym do pracy na drugie śniadanie? Tym razem przedstawiamy tylko propozycje „obłożenia na chleb”. — Wiadomo, że na drugie śniadania warto brać ze sobą jakieś owoce, np. jabłko, garść suszonych śliwek, gruszek czy moreli. Dobrze też jest wypić na drugie śniadanie szklankę mleka słodkiego czy kwaśnego, maślanki, czy kefiru. Można też brać ze sobą, np. w plastikowym czy pergaminowym garnuszku, którąś z surówek, np. z selera z jabłkiem i łyżeczką śmietany, lub surówkę „piękności” z płatków owsianych z jabłkiem, z paru orzeszkami i łyżeczką miodu (przepis podawaliśmy w 24 numerze „4 pór roku w kuchni”).

Surówki mają tę wielką zaletę, że przez wiele godzin po ich spożyciu nie odczuwa się głodu. Ale wracajmy do naszych „tartiniek”, „kanapek”, „sandwiczów” czyli „chleba z obłożeniem”.

Chleb smarujemy masłem lub margaryną. Starajmy się, aby codziennie choć jedna kromeczek, podawana dziecku, była posmarowana masłem.

Każdą kanapkę składamy z 2 posmarowanych kromeczek chleba, z których jedną dekorujemy, a drugą nie. Tu pokazujemy tylko pierwszą kanapkę tak złożoną. A oto nasze propozycje:

1. Chleb biały z masłem i żółtym serem.
2. Chleb razowy z masłem i tartym oscypkiem.
3. Chleb biały z jajecznicą ze skwarkami.
4. Chleb z masłem, trójkątnym serkiem i ogórkiem.
5. Chleb razowy z masłem, twarogiem i papryką.
6. Chleb biały z masłem i wędzonymi szprotkami.
7. Chleb razowy z masłem i krajaną rzodkiewką.
8. Chleb razowy z masłem, talarkami pomidora, jajkiem na twardo i siekanym szczypiorkiem.
9. Chleb razowy z masłem, twarogiem i kminkiem.
10. Chleb razowy z masłem, talarkami jajka na twardo, paszczkami śledzia i siekanym szczypiorkiem.
11. Chleb Grahama lub razowy z masłem, listkami sałaty i plasterkami pieczonej kiełbasy.
12. Chleb razowy z masłem, plasterkami pieczeni wołowej (resztki) i żółtego sera.
13. Chleb biały z masłem i grubo tartym żółtym serem (np. „salami”).
14. Chleb pytlowy z masłem, przeciętym na 3 części kotletem siekanym i krążkami ogórka.
15. Chleb pytlowy z masłem, ogórkiem (świeżym lub z mrożonej mizerii) i z kawałeczkami pomidora.
16. Chleb pytlowy z jajecznicą i siekanym szczypiorkiem.

Na podstawie tych przykładów można robić różne kombinacje „kanapkowe”, które nie tylko poprawią smak drugiego śniadania, ale również podniosą jego wartość odżywczą.