

# Moda i ŻYCIE PRAKTYCZNE



**N<sup>o</sup> 16**  
GRUDZIEŃ - STYCZEŃ  
1946/47

*Cena zł. 30+5* NA DBM  
SŁOWA  
POLSKIEGO



# Lima...

1. Kapelusz wykonany szydełkiem z grubej wełny małymi słupkami w kształcie stożka zakończonego chwastem, wymodelowany bezpośrednio na głowie i dostosowany do typu urody i stylu uczesania.
  2. Czapeczka z filcu obramowana karakulami. Czapeczkę utrzymuje na głowie szeroka wstążka.
  3. Główka kapelusza z pilśniu lub weluru, otok z miękkiego futra, kokarda z tyłu z weluru lub rypsu.
  4. Kaptur podróżny, podbity miękkim, jasnym futrem.
  5. Elegancki kapelusz wizytowy z wełny lub aksamitu, z boku ozdobna kokarda. Model — bardzo lansowany w obecnym sezonie.
  6. Kapelusz filcowy z rondem złożonym z dwóch części. Szeroka wstążka z tyłu — związana na płaską kokardę.
- Patrz artykuł o kapeluszach na str. 5.





## W dniach Świąt pomyślmy o naszym Zachodzie!

Święta Bożego Narodzenia to nie tylko święto serc ludzkich. Nie tylko wielki, powszechny festyn uczuć rodzinnych i radość wzajemnego przebaczenia — to również spojrzenie wstecz, bilansujące kończący się rok, jego dobrotki i osiągnięcia, jego dole i niedole.

Oszalaniające uczucia radości dzielenia się pierwszy raz po latach okupacji Oplątkiem Wolności zamknęła Gwiazdka 1945 roku. Teraz kolej na spokojniejsze, rozważne podejście do tego wszystkiego, co nam przynoszą w swej treści tegoroczne Święta.

Najboleśniej rany po stracie najbliższych przysychają; niepokój oczekiwania na powrót mężów, synów i braci z zagranicy ustąpił lub ustępuje radościom powitania powracających do kraju; prowizoryczność ram naszego życia zamieniliśmy na planowe zagospodarowanie jego najważniejszych odcinków. Nawet najkrytyczniejsi z obywateli nie mogą nie przyznać pozytywnych osiągnięć w dziedzinie szkolnictwa, komunikacji, przemysłu itd., dokonanych na całym obszarze Polski. Kto porówna stan ruiny i dewastacji kraju w chwili zakończenia wojny ze stanem obecnym, który osiągnęliśmy w okresie niespełna 2 lat — ten nie oprze się narastającemu uczuciu otuchy i wiary w lepszą przyszłość.

Druka Gwiazdka w wolnej Polsce będzie więc świętem przywróconej wiary we własne siły i odradzającą się potęgę pracy polskiej.

Najpoważniejszym i najcenniejszym obecnie naszym skarbem są odzyskane Ziemie Zachodnie. To polityczne „być albo nie być” Odrodzonej Polski, to nasza dumą i teren pokazowy — co umiemy i potrafimy.

Coraz głośniejszym zakusom niemieckim na nasze Ziemie Zachodnie musimy odpowiedzieć argumentem najmocniejszym i najistotniejszym: zagospodarowaniem, „zapuszczeniem korzeni rodzimych” jak najgłębiej i jak najgęściej w tę odwiecznie polską glebę.

Obciążyliśmy się daniną na pomoc dla Ziem Odzyskanych; dajemy ją wszyscy chętnie, niezależnie od trudności materialnych, w jakich pozostajemy. Chyba nie zabraknie nikogo wśród zasiadających do Wigilijnego stołu, komu trzeba by zarzucić brak serca i rozumnego podejścia do potrzeb kraju.

Ojczyzna nie oczekuje dziś od nas heroizmów. Jak mądra matka rozumie swe dzieci. Naszym obowiązkiem wobec niej to właściwe ustosunkowanie się do naszych budżetów domowych, to pamięć o najbiedniejszych, to udział w daninie na pomoc dla Ziem Odzyskanych!

Dwa ostatnie obowiązki ukazują jeszcze jeden — równie ważny. Jest nim obowiązek poczucia więzi z wszystkimi Polakami, którzy wyruszyli na zachód, by w trudzie pracy pionierskiej zagospodarować ziemię odzyskaną.

Ten apel zrozumieją szczególnie kobiety. Do nich wyciągają dłonie pionierki z ziem zachodnich, z prośbą o książkę, o ciekawy list, o wieczór pieśni, słowa, o to wszystko — co w całości kształci życie gra tak ważną, pochrzepiającą i ożywczą rolę.

To będzie danina serc, kto wie czy niejednokrotnie nie ważniejsza od daniny pieniądza.

Do frontu spracowanych rąk i mózgów dołączmy nasz front kulturalnej pomocy!

# 1944-1945-1946

## Gry Gwiazdki

Powoli zapada zmierzch... Ucisza się i rozplywa w oddali gwar miasta. Czekamy na pierwszą gwiazdkę — tradycyjny sygnał Wigilii. Setki okien kamienic rozjarzyły się już rzęsiстыми światłami.

I nagle uderza myśl, że przed dwoma laty to miasto, pulsujące dziś świątecznym ruchem, było czarnym bezludnym cmentarzyskiem... A my?...

Święta przynoszą ze sobą dar wspomnień. Dziela czas na etapy, w których krystalizuje się obraz tego, co nam życie w tych okresach przyniosło.

Ostatnią gwiazdkę wojenną przeżyć mi wypadło, po upadku powstania warszawskiego, w obcej dalekiej miejscinie — Rawie Mazowieckiej.

Całkiem jest zresztą miłe to stare sennie miasteczko. Ot — rynek, fara, parę koślawych błotnistych uliczek, a dalej już płaskie rozłogi pól mazowieckich.

Na wszelkie uroki przyrody byłam wówczas całkowicie obojętna, bowiem brakowało mi zaledwie „trzy ćwierci do śmierci”, gdy się w owej Rawie znalazłam.

Rozpryskowa kula niemiecka poszarpała mi w powstaniu nogi. Po miesiącach udręk szpitalnych i obozowych, cudem jakimś wyrwała mnie z rąk „arztów-eksperymentatorów” moja matka i przywiozła niby bezwładny tłumok do owej Rawy.

Dalecy krewni — „dziesiąta woda po kisielu”, ludzie poczciwi z kośćcami, przyjęli — o dziwo — „żywy tłumok” z otwartym sercem.

— U nas tu tak ciasno, że już nie może być ciasniej, więc właściwie wszystko jedno... — oświadczyli pogodnie.

Chałupina była drewniana, zmurszała od starości, uczepiona stromej skarpy na krańcu miasteczka, nad wąziutką ale groźnie rozbulgotaną rzeczułką — Rawką. Na drugim jej brzegu sterczały zębate ruiny zamku książąt Mazowieckich z wieżą, podobną do tej, w której król Popieleł myszy zjadły...

W dwu pokojkach tej rudery gnieździło się nas 18 osób. Poprzez zbutwiałe ramy okien nawiewał śnieg wprost na moje łóżko. Robaczywa lodowata kuchnia trzęsła się od szczerów, zuchwale hasających nawet w biały dzień.

Matka w trzaskający mróz zsuwała się o świecie po oślizgłej skarpie do Rawki i swymi bielutkimi ongiś rączkami warszawianki wyrąbywała siekierką przerebel, by ciężkim kubłem zaczerpnąć wodę.

Tego gwiazdkowego wieczora po raz pierwszy od pięciu miesięcy wstałam z łóżka. Czepiając się ręką ściany, wsparta na grubej lasce, wlokąc za sobą złamaną nogę w ciężkim wale gipsu, dotarłam szczęśliwie do stołu wigilijnego.

Nastroj był dziwny... Każdy usiłował zdobyć się na wesołość, a przecież cienia jej nie można było wykrzesać. W tej obcej chałupie, zawieszanej nad złowrogą rzeką, skupiło się aż pięć wygnańczych rodzin warszawskich. Siedziałam nad płatem karpia, pływającym w złocistym maśle, i nie mogąc przełknąć ani kęsa, myślałam o własnym domu warszawskim, który, zburzony czy też spalony, trwał gdzieś tam jak trup, w martwym zamordowanym mieście.

Inni, widać, czuli to samo... Trwało nieporadne milczenie. Wcześniej też zaczęto układać się do snu.

Do mojego „honorowego”, zżartego przez korniki familijnego łoża, o przelatym gruzłowatym sienniku, wśliznęła się „w nogi” matka, drobniutka i uważająca, by mych nóg nie urazić. Na skraju łóżka lekko jak cień przyległa siostra. W kącie „od ściany” chrapał jej czerwony, zdrowy jak rydz dzieciak.

Reszta lokatorów lokowała się jak mogła na najdziwniejszych w świecie posłaniach i w fantastycznych nocnych strojach. Korpułentna siostrzenica gospodarzy, otulona w podarty fokowy „spód”, usiłowała umieścić się w kunsztownie skróconej pozycji, na dwóch wyleniących fotelach — „biedermajerach” i spadła z nich w końcu, co należało niemal do cowieczornego rytuału i budziło stale huczne śmiechy rodziny. Ale dziś jej wypadek nie obudził wesołości.

Z pomiędzy spaczonych ram okiennych dał śnieg. Czarna rzeka bulgotała złowrogo za ścianą chałupy. W uliczce zadźwięczały podkute buty niemieckiego patrolu. Za szybami załśniły sino helmy...

Człowiek czuł się bezgranicznie nędzny i słaby wobec złowrogi mocy świata.

— To przecież koniec!... — podszeptowało zrozpaczone serce...

A jednak Gwiazdka roku 1945 zastała mnie z powrotem w Warszawie, w ocalałym jakimś nieprawdopodobnym cudem mieszkaniu. Mój Boże, do wykintu było mu daleko!... W jedynym ocalałym pokoju, na lśniącej niegdyś jak lustro posadzce stanęła własnoręcznie z czterech cegieł i wiaderka gliny ulepiona kachenka.

A gdy przyszedł Wieczór Wigilijny — przyjaciele, bracia-laty, samotnicy, nawiani pierwszą falą powrotu z krańców świata — wyladowali z plecaków puszek rybnych konserw. Smakowały świetnie, zwłaszcza „salmon” — łosoś.

W pustym wyszabrowanym mieszkaniu głosy budziły głuche echa. Opowiadania wigilijne nie brzmiały wesoło, choć było już o wiele, wiele lepiej niż przed rokiem. Jeden wrócił do rodziny i zastał swe miejsce zajęte, inny zjechał z nową żoną, odnalazł — dawną, wiernie oczekującą, i nie wiedział co z tym fantem począć, jeszcze inny ujrzał zamiast domu usypisko gruzu, a rodziny swej zamierzał dopiero szukać. Bo może jednak ocaleli i gdzieś się tulają?...

Przez ogołocone z firanek okno zaglądała bezgwiezdna noc. Gwiazdy betlejemskiej wciąż nie było. Skupieni wokół glinianej kuchenki, w której wnętrzu dogasał koralowy żar, usiłowaliśmy zanucić kolędę. Ale jakoś „nie wychodziło”...

Rok 1946. Nadchodzi Gwiazdka. Jak miło!... W mieszkaniu pachnie ciastem, wanilią i jabłkami. Glinianej kuchenki już nie ma w po-



Matka w trzaskający mróz zsuwała się o świecie po oślizgłej skarpie do Rawki!...

koju. Ba, jest nawet piecyk elektryczny! Pycha! Na półce, jak grządka pierwiosnków kwitnie rząd grzbiętów nowo kupionych książek. Na biurku kroplami soczystej purpury ocieka begonia. Obok gra tęczą barw naiwna „panajezusowa” szopka, którą przyniosły rozkoszne dzieciaki z przedszkola.

Koszmarne cię przeżyć wojennych zbladł. Gruba laska z gumowym końcem balansuje dziś w mej ręce niemal kokieteryjnie. Zdrowie wróciło mimo wyraźnej pretensji lekarzy, którzy krzywili się z dezaprobatą na taką „szarlatanerię natury”, bo przecież „takie nogi nie miały prawa chodzić”...

Ale tak samo przecież w sposób cudowny czy szarlatański żyje mój dom, który płonął i walił się w moich oczach, gdy mnie z niego wynoszono. I żyje moje miasto, mimo że zabijano je — bezbronne, całymi miesiącami, metodycznie, dom po domu...

Lśnią kryształowo okna w białych zmarzniętych murach, dźwigają się gmachy, rozrastają bloki domów, wieńcząc Wisłę na nowo mosty... Tak samo dźwiga się kraj! I — człowiek w kraju! Życie — na nowo bujne i młode — lecz szczęśliwie swe rany! Dziś w tramwaju uczyniłam gest, którego — nie myślałam — że będzie mi dane zaznać. Ustąpiłam miejsca na ławce jakiejś pani z zabandażowanym okiem.

I to, że można tak stać o własnych siłach, z lekka się tylko wspierając na lasce, sprawia słodką radość zwycięstwa nad słabym opornym ciałem, które znów służy woli ruchu.

W domu nasza „najmłodsza” — matka, której mimo siwych włosów trzymają się żarty, powiada:

— Pomyśl — w Rawie, pamiętasz? — dwa lata temu, było tak strasznie i w przerebłu o mało nie utonąłam, i Niemcy, i w ogóle... Ale na Wigilię były karpie! W zeszyłym roku było nam o tyle lepiej, ale jedliśmy tylko unrowskie konserwy — co prawda pyszne były!... A dziś, moje biedne dziecko, żyjemy dostatnio, i wolni, i mamy tyle — tyle morskiego wybrzeża i całe ławice ryb i w ogóle... ale na wigilię zjesz w tym roku tylko... dorzecz! Ładne rzeczy!...

Mówi to niby żałośnie, ale śmieje się jej oczy i usta. A ja, siedząc na brzeжку kuchennego stołu, chwytam dwoma palcami zimny kartofel, przygotowany na sałatkę, i wymachując nonszalancko w powietrzu nogami, skazanymi przez medycynę na śmierć, wołam:

— Jeśli już wszystko na tym świecie ma być tak na opak, to pragnę na przyszłą Gwiazdkę mieć tylko kartofle. Mogą być nawet zimne, jak ten!...

A moja drobna mama, smukła jak młoda dziewczyna, zgrabniejsza od obu swych córek, obejmuje mnie swymi wąskimi dłońmi, tymi samymi, które dźwigały z przerebłą na skarpe ciężkie kubły wody do rawskiej chałupy, i przytulając swój policzek do mojego, mówi ze śmiechem:

— Ano, jakoś się nas, Bogu dzięki, żadne zło nie ima!...

— Zobaczysz, nas trzeba będzie kijami dobijać! — powiadam też ze śmiechem. I wesoło nam, nie wiadomo nawet czemu?...

Bo cóż za Gwiazdka szczęśliwa w tym roku! Żyje się i pracuje, a wokoło żyje i pracuje — Polska!

Spoza taniutkiej w wesołe kwiatuszki firanki (bądź co bądź dorobił się już człowiek i firanki) wypływa na romantyczny granatowy ekran weneckiego okna — srebrno-kryształowa gwiazda.

Pierwsza od trzech lat — Gwiazda Wielkiej Nadziei!

Jak dobrze jest żyć!...

J. Baranowska

# W Paryżu i u nas

## Za kulisami mody paryskiej

Będąc ostatnio w Paryżu, postanowiłam dotrzeć do „źródeł mody” i zajrzeć za ich kulisy, czyli — innymi słowy — zetknąć się bezpośrednio z pracą owych słynnych „wielkich kreatorów”, tworzących modele, które później są wzorem dla całego świata.

Interesowało mnie zwłaszcza zagadnienie przybrań, drobiazgów — tych sławnych „petits riens”, decydujących często o powodzeniu kreacji modelowych i szukałam miejsca ich narodzin.

Zetknęłam się więc z kobietą francuską i... uderzyła mnie przede wszystkim i najbardziej jej niezwykła pracowitość. Począwszy od sławnych dyrektorek wielkich domów mód, a skończywszy na młodzieżkich dziewczętach, które rozpoczynają dopiero swoją karierę, wszystkie są nadzwyczajnie — po mrówczemu — pracowite i umieją znakomicie wykorzystywać każdą chwilę. Są to osóbkę przeważnie bardzo skromnie ubrane, choć sylwetkę mają z reguły elegancką, a często nawet prawdziwie wytworną. Jest to jednak wytworność polegająca na zupełnej prostocie.

Przemysł konfekcyjno-galanteryjny Paryża jest dla Francji ogromną pozycją dochodową, nastawiony w głównej mierze na eksport do Ameryki Północnej i Południowej, a nawet na dalsze kontynenty. Francja umie drogo sprzedawać gust swoich kobiet, których tylko niewielki procent ubiera się w te wszystkie cuda, produkowane w słynnych pracowniach o światowej marce.

Ponieważ różnego rodzaju ozdoby i drobiazgi dodawane do wspaniałych toalet są przeważnie produktami pracy ręcznej, zainteresowało mnie, w jaki sposób są te rzeczy wyrobiane? Czy robią je kobiety u siebie w domu, czy też w warsztatach? Gdy wspomniałam o tym interesującym mnie zagadnieniu kierownicze jednego z magazynów, spotkałam się z propozycją wycieczki samochodem do ośrodków artystycznego rękodzielnictwa.

Nazajutrz wsiadłyśmy do półciężarówki. Pojechaliśmy w kierunku wschodnim — w stronę Champagne. Po drodze pani Marèse opowiedziała mi, że jej firma założyła w kilku wsiach warsztaty, w których wiejskie dziewczęta wyrabiają różne ozdoby do sukien, jak: kwiaty, klamry, guziki, diademy na głowę itd., itd.

Istotnie — samochód zatrzymał się przed niewielkim domkiem wiejskim. Na środku pokoju stał duży stół podzielony deseczkami na osiem małych warsztatików. Przy każdym

warsztacie siedziała jedna dziewczyna. Każda z nich robiła inny przedmiot. Miały nagromadzone wstążeczki, jedwabie, tiule, koronki, druciki. Najstarsza z nich, pełniąc funkcje kierowniczkę warsztatu, wstała od razu i podeszła do półek, gdzie były duże pudła, wypełnione już gotowymi wyrobami.

Szofer przyniósł z samochodu inne pudła pełne surowców na dalsze zamówienia. Nastąpiło krótkie rozliczenie i już siedzieliśmy znów w samochodzie, by jechać dalej — do następnego warsztatu.

— Takie objazdy robię regularnie co tydzień — mówi pani Marèse.

— Czy te dziewczęta otrzymują gotowe wzory?

— Bardzo rzadko. Przeważnie same je projektują. Oczywiście, dbamy o to, żeby rozwinąć i kształcić ich smak artystyczny. Dobiera się zresztą dziewczęta wybitnie uzdolnione w tym kierunku. Proszę mi wierzyć, że wśród prostych dziewczyn wiejskich nie brak tego rodzaju pierwszorzędnych talentów.

— A w jaki sposób wzbogacie ich wyobraźnię artystyczną?

— W Paryżu jest wiele wystaw sztuki. Bardzo często zabieram moje dziewczęta samochodem na taką czy inną wystawę. Jak one chciwie podpatrują rozmaite linie, kształty i zestawienia barw! Przyznały się, że najbardziej pobudzają ich fantazję wystawy różnego rodzaju regionalnej twórczości ludowej, a zwłaszcza prymitywy krajów egzotycznych. To są często niewyczerpane kopalnie pomysłów!

Te skromne pracownice śledzą modę, aktualne życie, politykę. Nieraz drobne zdarzenie wywiera wpływ na ukazanie się jakiegoś charakterystycznego drobiazgu, który znajduje później zastosowanie w nowych kreacjach kraiewiejskich. I na tym polega ciągle nowość fasonów i barw.

— „On s'inspire de tout” — czerpiemy natychmiast z wszystkiego — mówi uśmiechnięta dziewczyna, której udało się właśnie wykończyć prześliczne cacko do ozdoby modnego kapelusza.

• Agnieszka

## Kapelusze — wyjątkowo rozsądne!

Przez całe lato, a także i wczesną jesienią nie myślałyśmy o kapeluszach zupełnie — bo poco? Chodziło się bez nich doskonale — i tak i zdrowo. Najwyżej jakaś mała czapeczka — no i, dosłownie, kłopot z głowy!

Ale skończyły się piękne słoneczne czasy i kapelusze oraz wszelkie inne nakrycia głowy głośno i zdecydowanie upomniały się o swoje prawa. Trzeba jednak przyznać, że nie trudno nam się będzie z tym pogodzić, gdyż kapelusze w tym sezonie są — jakby to powiedzieć — wyjątkowo rozsądne!

Przestały być kapryśnie zabawnymi talerzykami, które przypięte na czubku głowy lub zawieszane nad prawym okiem, stanowiły dość męczącą ozdobę, trzymającą się li tylko „na słowo honoru” i wymagającą nieskazitelnej fryzury.

Przeciwnie — modne kapelusze obecnego sezonu „siedzą na głowie” i to mocno. Zsunięte z czoła, osłaniają cały tył, sięgając nieraz do uszu.

Wygodne berety, większe niż dotychczas, zawsze twarzowe, czasem nawet o charakterze męskich czapek sportowych — wszystkie są okryciem głowy z prawdziwego zdarzenia, w którym można spacerować parę godzin spokojnie, bez ciągłego zaglądania w lustro „czy się nie przekrzywiło?”

Oczywiście, modniarki paryskie lansują także i inne kreacje na popołudnie i wieczór: fantazyjne toczki z dawno niewidzianych krossów, spowite w mgiełki cieniutkich woalek, małe ciuszka haftowane pająkami itp., itp.

Sądymy jednak, że te paryskie luksusowe rajskie ptaszki niezupełnie dobrze będą się czuły w naszym klimacie...

L. L.



Najnowszy „krzyk mody kapeluszonej” oryginalny beret z „okapem”



## Sukienki wełniane

1. Piękna pomładzająca sukienka dwurzędowa z karczkiem, tworzącym rodzaj marynarskiego kołnierza, przybranego stębnówkami. Identyczne stębnówki na kieszeniach. Guziki obciążane materiałem.
2. Oryginalna sukienka z ciemnej wełny z karczkiem pomysłowo ciętym łącznie z rękawami. Kołnierzyk tzw. „oficerski” z białymi małymi wyłogami. Spódniczka rozkloszowana i suto marszczona na przodzie.
3. Miła wełniana sukienka o prostej, a jednak bardzo eleganckiej linii kroju. Plastron przypinany do stanika na angielskie guziki z masy.

4. Lekka wełniana sukienka z szachownicą cienkich zakładeczek na staniku, które na spódnicy przechodzą w fałdy, przestębnowane również w kratę.
5. Skromna sukienka z granatowej wełny: szalowy kołnierzyk i asymetryczne zapięcie stanika. Duże, skośnie nakładane kieszenie.
6. Bardzo efektowna wełniana sukienka z ciekawym układem fałd, tworzących tzw. pęknięcia. Oryginalny pasek zapinany na dwie klamki.



# Praktyczne Szwenie

1. Skromna wełniana sukienka z oryginalnie ciętym, asymetrycznym przodem. Zapięcie z lewej strony na rząd guzików obciążanych materiałem. Stebnowane wyłogi.
2. Bardzo efektowna dwuczęściowa wełniana sukienka. Dół bluzy i karczok — wykończone szerokim stebnowaniem. Biała kamizelka z kołnierzykiem z piki może być zastąpiona kolorowym szalikiem.
3. Miętka sukienka z ciemnej lekkiej wełny zapinana na angielskie guziki z masy. Od karczka w dół — wążutkie zakładki tzw. „szczypanki”, które przechodzą w fałdy spódnicy.

4. Skromna sukienka z kolorowej wełny, zapinana na plecach na rząd guziczków. Kołnierzyk z białej piki. Przedłużenie fałd na staniku zaznaczone „szczypankami”.
5. Elegancka sukienka wizytowa z ciemnej wełny o idealnie rozwiązanych poszczuplających liniach kroju. Zapięcie na plecach — na „blyskawiczkę”.
6. Wizytowa wełniana sukienka z aplikacjami z weluru, efektownie podkreślającymi oryginalne linie kieszeni. Pasek i guziki — również z weluru.

**Składając DANINĘ NARODOWĄ  
przyśpieszasz odbudowę ZIEM ODZYSKANYCH**

# Cos dla PANÓW



1. Szlafrok męski z grubej flaneli w pasy brązowe i szare; duże nakładane kieszenie z brązowym lamowaniem, które widzimy również na kołnierzu, wyłogach i mankietach. Wiązany pasek w kolorze brązowym.

2. Szlafrok w paseczki z półwełnianego materiału przydziałowego. Kołnierz szalowy, pasek wiązany.

3 i 4. Dwa dobre modele piżam, również z deseniowej flaneli i grubszego zefiru w kratkę; lamówki w kolorach stonowanych z barwami piżam.

5. Wiatrówka z nieprzemakalnego płótna, zakończona w pasie ściągaczem z wełny. Duże kieszenie.

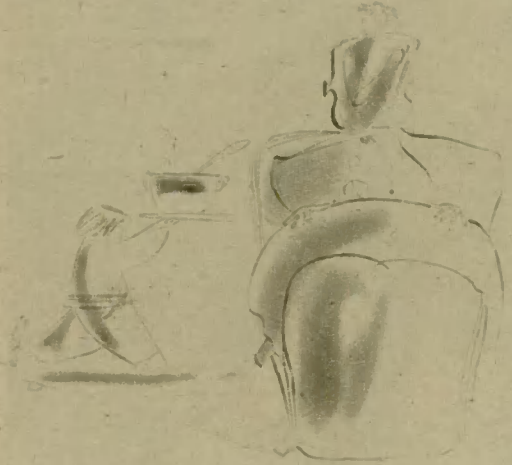
6. Elegancki, ręcznie robiony na drutach, wełniany sweter — odpowiedni do sportów zimowych.

7, 8, 9. Praktyczne męskie drobiazgi na sezon zimowy. Ogrzewacze ręcznie robione na drutach, szczególnie polecane dla osób o wrażliwych stawach (7). Szalik jedwabny do ciemnych palt (8). Ciepłe pończochy wełniane bez pięt, noszone na normalne skarpetki (9).

10. Koszulka sportowa z flaneli w kolorowe kratki z dużymi nakładanymi kieszeniami.



# Jak ongiś w Polsce jadano...



Podśniadunek

W dzisiejszych czasach diet, witamin, kalorii i modnej linii z perspektywami skondensowanych pokarmów - pigulek, wyczyny gastronomiczne sprzed niewielu jeszcze lat w Polsce Sasów czy Polsce króla Stasia, wydają nam się jakąś bajką gargantuiczną, zadziwiającą i straszliwą niemal w swych fantastyczno-karykaturalnych wymiarach.

Ale to, co wydaje się nam dziś bajką, było prawdą, którą zgodnie potwierdzają liczni poważni historycy. Zajrzyjmy do „Opisu Obyczajów w dawnej Polsce”, szacownego i wiarygodnego dziejopisa ks. Jędrzeja Kitowicza:

„Było uprzedzenie od doktorów utwierdzone, że wstawać z łóżka naczco jest niezdrowo. Więc, we zwyczaju było spożywać po zbudzeniu się polewkę z piwa, wina, cukru, jajec, szafranu albo cynamonu. Po tym, ledwie odziawszy się, sięgał szlachcic do apteczki, napił się kieliszek jeden, drugi i trzeci anyżówki, ratafii czy krambambuli (był to rodzaj słodkiej wódki na korzeniach i cytrynie), zagryził piernikiem i udawał się na śniadanie, które składało się z kapłona, pieczeni jednej i drugiej, porcji zrazów z pieprzem i imbiem oraz bigosu hultajskiego.

Ochłodzwszy się szklanką piwa lub wina, czekano na obiad, zabawiając się rozmową, graniem kart, warcabów, szachów lub przechadzką.



Podwieczorek

Na dworach pańskich każdy codzienny obiad był biesiadą, choć mimo obfitości jedzenia brakowało zwykle zastawy. Goście więc zwykle nosili za pasem nóż i drewnianą z bukszpanu lub trzmielu wyrobioną łyżkę. Kto jej nie miał, robił sobie łyżkę ze skórki chlebowej, zatknąwszy ją za nóż, co wcale za prostactwo po-czytywane nie było. Również pili goście po kilku za koleją z jednego puchara.

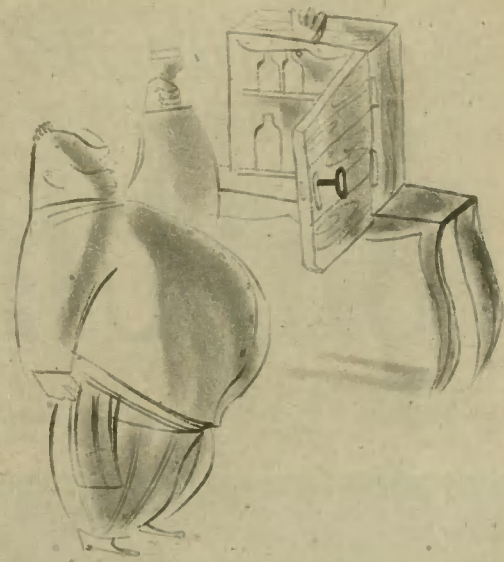
Dania były nietyle wykwintne, co obfite. Ulubioną potrawą był bigos hultajski, a zwłaszcza czarna gęś, którą kucharz przyrządzał tak, że „upalił wiecheć słomy na węgiel, w niedostatku czystej — z buta czasem na prędcie wyjętej, przydał łyżkę miodu mocnego, zmieszał z ową słomą paloną, zasypał pieprzem i imbiem. Gęś duszona w tym sosie stawała się czarna”.

Lubiane też były flaki, żółtym szafranem zaprawione, stąd zwane żółtobrzuchami; kapłony, prosięta, zwierzyzna, wszystko obfitujące w zaprawę, jak: migdały, rodzynki, kwiat muszkatołowy, goździki, imbir, pieprz, pistacje... Masła do potraw nie używano młodego, ale, owszem, starego, czasem aż zielonego, gdyż dawało „więcej czucia swego”.

Na drugie danie podawano mięsiwa, pieczone na sucho. Półmiski i miski, zawsze czubate, były tak ciężkie, że je dwaj hajducy wnosili. Na spodzie leżały zazwyczaj dwie wielkie pieczenie wołowe, na nich ćwiartki cieleciny, wyżej — baranina, indyki, gęsi, kapłony, kurczęta, kuropatwy, bekasy piętrzyły się w wysoką piramidę.

Trzecie danie składało się z cukrów, tortów i „biszkoptów”. Dania wszelkie zakrapiano „zdrowiami”, które spełniano kielichami od kwaterkowych do kwartowych. Kto nie chciał pić, tego zmuszano. Hajducy nauczeni byli niestannie a niepostrzeżenie gościom trunków dolewać, a gdy kto, broniąc się od dolewki, ukrył kielich pod stołem, hajduk tam czatujący sprawnie go napelnił.

Utalentowany satyryk czasów króla Stasia, Karol Zbyszewski podobnie opisuje w książce „Niemcewicz od przodu i tyłu” życie ówczesne: „Wstawano późno, około 11-ej, wnet bieżono na śniadanie. Normalny szlachcic posuwał sobie: łokieć suchej kielbasy, półmisek zrazów z kaszą, dwa kapłony, zalewał to czte-



Śniadanie

rema butelkami wina węgierskiego i — dość do obiadu nic już nie brał do ust.

Obiad zaczynał się w południe. Na początek szła dla każdego wazka barszczu z rurą, po tym micha schabu z grochem, ryńienka kapusty ze sztuką mięsa...

Beczka starego wina była w Polsce w poważaniu nadewszystko; wiekowe antały przekazywano sobie z pokolenia w pokolenie, jako najcenniejszy klejnot rodzinny.

Ceniono ludzi, mogących dużo zjeść i wypić — ale tylko w towarzystwie. W samotności obowiązywała trzeźwość; jeśli kto pił to chyba dla ratowania zdrowia. Wzorem był starosta Iliński. Patrzano nań powszechnie z szacunkiem. Nóg swoich nie mógł obejrzeć, bo brzuszko miał większe od kadzi, rano — przy śniadaniu — wypijał 6 butelek burgunda, przy obiedzie pół kwarty mocnej wódki i drugie 6 butelek wina, na kolację jeszcze 6 butli. Oczywiście przy okazji, w kompanii, pił dużo, lecz w samotności był wstrzemięźliwy i te 18 łyków starczyły mu na cały dzień — chyba że poczuł wielkie pragnienie”.

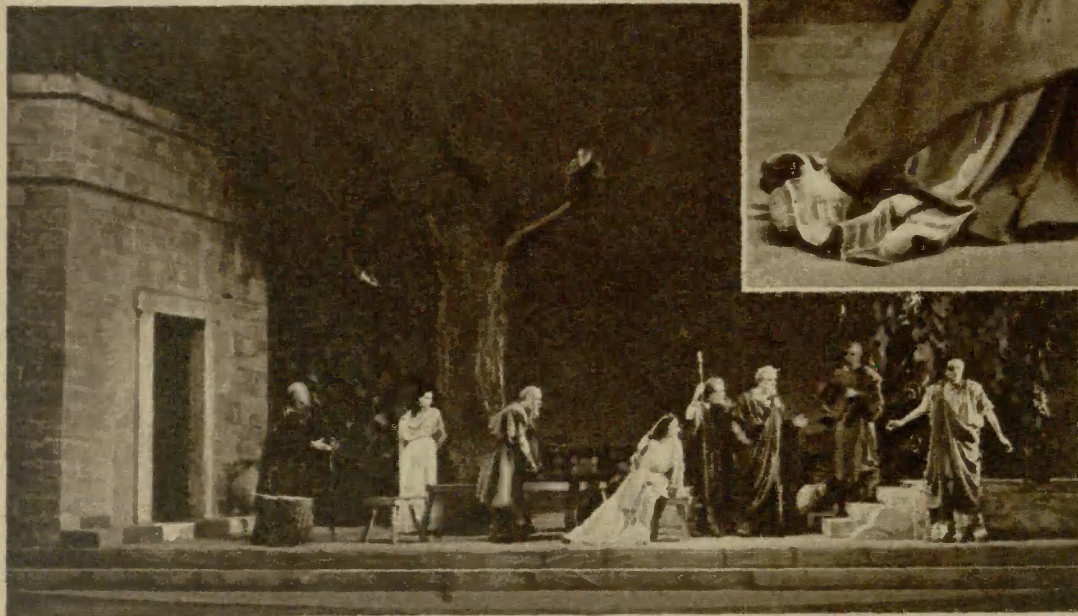
Czyż nie dziwna i straszna bajka — ów wyścig żarłocstwa i pijactwa, który nie miał sobie równych, chyba w okresie wyryków cesarów rozpadającego się Rzymu? Okresy schyłkowe w życiu narodów zdradzają niezmiennie do siebie podobieństwo. Na szczęście przemijają i kończą się, dając miejsce młodemu — zdrowszemu życiu.



Kolacja

# Ze światła SZTUKI

Fot. dolna: Scena z III. aktu „Penelopy” H. Morstina, granej obecnie w Państwowym Teatrze Polskim w Warszawie



Romanówna i Kreczmar — świetni odtwórcy ról głównych w „Penelopie”

— A ponieważ — jak sam zwierzył się w programie do „Penelopy” — pisząc tę sztukę opierał się na obserwacji „polskich Penelop z r. 1943”, wracający dziś Odyssowie mogą oszczędzić sobie udrek niepewności i zazdrości.

Rozmowę podслуchała

Agnieszka

## Co mówią kobiety współczesne o Penelopie?

Państwowy Teatr Polski w Warszawie wystawił sztukę Ludwika Hieronima Morstina — „Penelopa”.

Treścią jej jest powrót męża Penelopy — Odyssa po dziesięcioletniej wojnie trojańskiej. Autor zaczerpnął temat ze starożytnej epeki Homera — „Odysei”, lecz pod tunikami helleńskich bohaterów ukrył żywych, współczesnych nam ludzi, z których wielu, bardzo wielu przeżywa dziś podobne momenty powrotów i powitań po latach wojennej tułaczki.

Główna bohaterka sztuki — Penelopa — doświadczająca wszystkich udrek osamotnionej kobiety, która czeka przez dziesięć lat na powrót męża. Posłuchajmy, co mówią dwie współczesne kobiety, plotkujące na jej temat po przedstawieniu w teatrze:

**Rena:** Jak ja świetnie rozumiem tę Penelopę! Ona przecież chciała być wierną mężowi i nawet aż zanudzała całe otoczenie swoją wiernością. Ale człowiek jest tylko człowiekiem. Za wiele krążyło dokoła niej pokus. Zjawił się młody, zakochany chłopiec...

**Wanda:** A ja takiej wierności nie rozumiem. Albo kobieta jest wierna mężowi i wtedy potrafi odepchnąć najbardziej ponętne pokusy, albo nie jest wierna i ulega czarowi pierwszego, lepszego... kochanka.

**Rena:** Nie można tak bardzo sprawy upraszczać. Nie wszystkie kobiety mają jednakowe usposobienia i temperamenty. Dla jednej dochowanie wierności mężowi nawet przez dwadzieścia lat nie przedstawia wielkiej trudności. Dla drugiej — już roczna rozłąka z mężem jest bardzo ciężkim problemem.

Podczas ostatniej wojny tysiące osamotnionych kobiet musiało borykać się z losem. Życie w okupowanej Polsce było bardzo trudne. Zdarzało się, że kobiety, przytłoczone ciężarem tego życia, ulegały, zdradzały swych mężów, lecz była to tylko chwilowa słabość. Wiele z nich nie przestawało kochać mężów.

**Wanda:** Ależ, Reno! Przecież ty sama przeczyś swoim słowom. Jakże można przypuszczać, że kobieta kochająca męża, zdradzi go z innym mężczyzną?

**Rena:** Właśnie — piękną odpowiedź daje na to Morstin, gdy mówi przez usta Penelopy, rozmawiającej z niedoszłym kochankiem:

„Upojenie nie daje szczęścia, a tylko życie przy boku człowieka,

z którym łączy nas wspólnota myśli i upodobań. Czy ty wiesz — co to jest wierność? Czy rozumiesz — co znaczy to słowo? Jakie uczucia mogą łączyć ludzi, którzy niejedną noc z sobą przeżyli i mają wzajemną wyrozumiałość dla swoich błędów i upadków? Jak topole, co mają korzenie w ziemi, a koronami się z sobą stykają, tak oni się łączą w sferze zbliżonej do błękitu”.

**Wanda:** No tak — zaczynasz mnie trochę przekonywać. Zresztą muszę przyznać, że Odyss w gruncie rzeczy nie zasłużył sobie nawet na tyle tęsknoty i miłości, ile czuje do niego Penelopa. Słusznie Penelopa zachnęła się w scenie pierwszego spotkania z mężem, gdy przebrał się za żebraka, by podstępnie sprawdzić, czy jest mu wierna:

„Nie można żądać od kobiety, żeby słuchała spokojnie o miłosnych przygodach swego męża, a sama spędzała dnie i noce w samotności i oczekiwaniu aż do niej „powróci”.

**Rena:** Właśnie, Wandziu. To co nas, kobiety, zawsze do głębi oburza, to owa „podwójna moralność” — inna dla kobiet, inna dla mężczyzn. O ileż bardziej zasługuje na szacunek i sympatię Penelopa czekająca na męża z sercem pełnym miłości i tęsknoty, choć nawet znalazła chwilę „upojenia, które nie daje szczęścia”, aniżeli Odyss, przynoszący jako jeszcze jeden sukces wojennej wyprawy cały zapas przygód miłosnych, a jednocześnie dla zaspokojenia swej męskiej ambicji prowadzący szczegółowe śledztwo na temat wierności małżonki!

**Wanda:** Ja też stanowczo uważam, że Penelopa góruje szczerością uczuć i wiernością nad Odysem. „Podwójna moralność” została przez Morstina w tej sztuce właściwie potraktowana.

— Bo miłość i wierność w małżeństwie musi być zbudowana na wzajemnych uczuciach i na wzajemnym zaufaniu męża i żony.

**Rena:** Jestem panu Morstinowi naprawdę wdzięczna, że właśnie jako mężczyzna potrafił zdobyć się w „Penelopie” na tyle bezstronności, która jest owocem głębokiej znajomości życia, a zwłaszcza... duszy kobiecej.

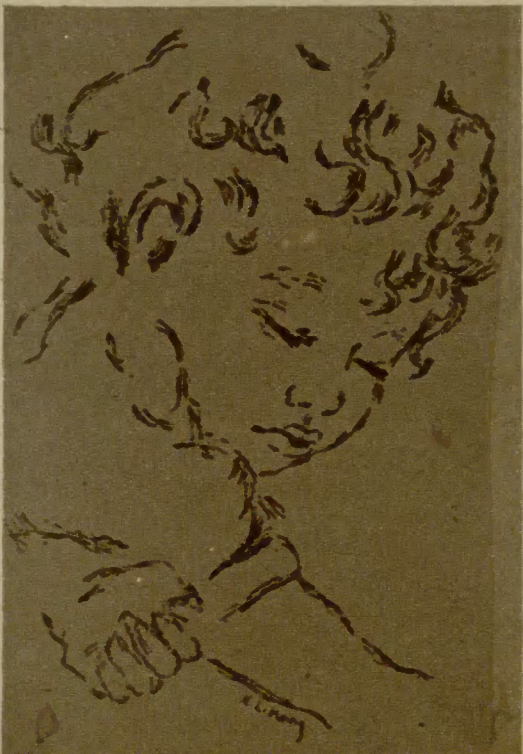
## Polska malarka czaruje Paryż

Niezwykły entuzjazm, zwłaszcza wśród rzeszy kobiecych, wzbudziła ostatnio w Paryżu wystawa płócien Karoliny Librowicz-Walcker, Polki z Warszawy, która wyszła za mąż za Francuza.

Wybrała ona sobie specjalny rodzaj malarstwa. Maluje tylko dzieci. Jej główki dziecięce cieszą się we Francji niezwykłym powodzeniem. Może po trosze dlatego, że dziecko to we Francji temat, budzący zawsze najgłębsze wzruszenia. W sztuce i w życiu...

Świetny pisarz André Maurois, członek Akademii Francuskiej, podkreśla z zachwytem, że Karolina Librowicz — podobnie jak Colette, czy Katarzyna Mansfield — nie stara się w swej sztuce rywalizować z mężczyznami, ale czaruje nieporównaną kobiecą miękkością.

Główki dziecięce tej niezwyklej polskiej malarki — twierdzi Maurois — „różowe, jasne, czyste i szczere, odsłaniają nam, mężczyznom, zaczarowany świat najtkliwszych uczuć”.



# Na bardzo reprezentacyjne okazje...



1. Prześliczna, wybitnie „młodzieńcza” sukienka wieczorowa. Dół z czarnej tafty z wysokim gorsecikiem, zapinanym z przodu na drobne, obciągnięte guziczki. Góra z tafty lub organdy — biała lub w łagodnej pastelowej tonacji. Czarna aksamitka przewleczone wokół dekolty pozwala na dowolne regulowanie jego wycięcia.

2, 3. Strojne sukienki do teatru, na koncerty i wizyty. Mogą być z wełny albo cięższego jedwabiu. Bardzo ciekawe skrzyżowanie stanika w modelu 2 — przechodzące z tyłu w kokardę — może być nakładane

ne w zależności od okazji, tworząc czasem kreację bardziej elegancką, kiedy indziej — skromniejszą. Podobne zmiany efektów stosować można również przy modelu 3, operując nakładanym — przybranym haftem — bolerkiem.

4. I znow bolerko (dominujące w toaletach wieczorowych) przeobraża suknię z balowej — w efektowną kreację na reprezentacyjne przyjęcia.

5. Piękna balowa sukienka z żorżety, z oryginalnymi cięciami stanika, które tworzą ciekawie upiętą drapele przy modnym dekolcie w karo. Skręcony

pasek można połączyć z dwocm harmonizujących odcieleni jedwabiu.

6. Skromniejsza sukienka wieczorowa, którą można by ochrzcić mianem — „un.wersalnej”, gdyż nadaje się również i na popołudnie. Przybranie — wąską tasiemką, tworzącą frędzelkowate linie.

7. Oryginalny model toalety wieczorowej, komponowany z tafty białej i czarnej.

8. Powłoczysta balowa kreacja z lekkiego jedwabiu, o fantazyjnie splecionych zawojach stanika i obficie rozfalowanym dole.



# PODARKI GWIAZDKOWE

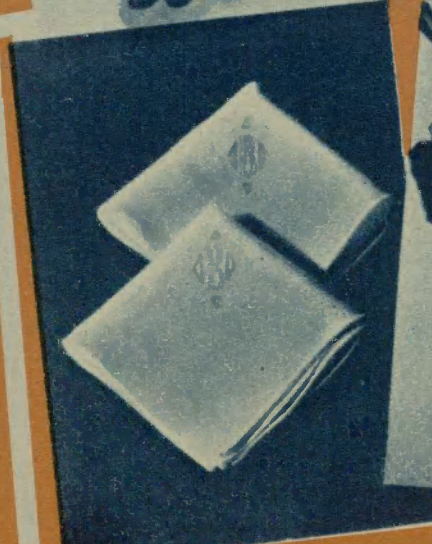
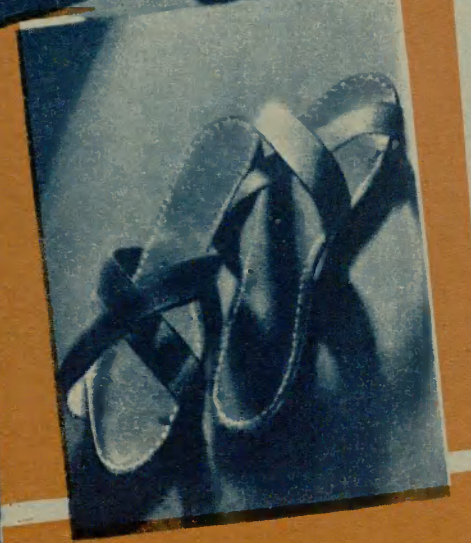
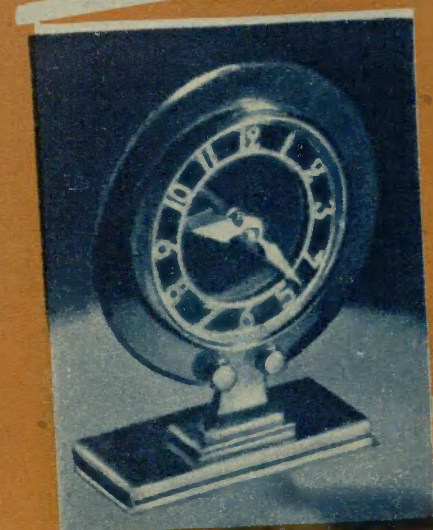
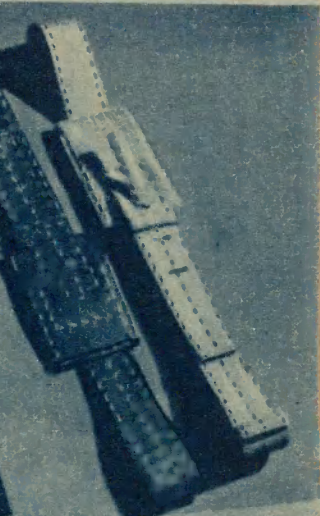
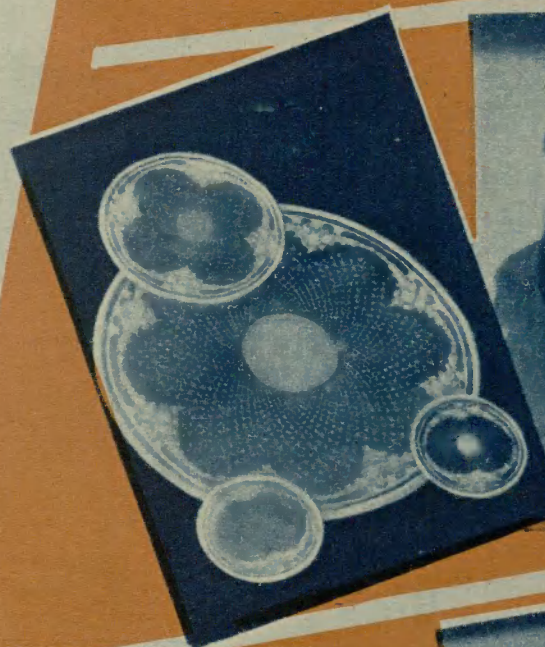
Darowane całym  
SERCEM...

Już tylko parę krótkich dni dzieli nas od radosnych Świąt Bożego Narodzenia.

Każda z nas głowi się niewątpliwie i medytuje jakby tu swoim najbliższym, najukochańszym sprawić w tych dniach świątecznych maximum radości.

Oczywiście trudne powojenne czasy każą nam zrezygnować z bogatych i kosztownych podarków, ale nawet i najskromniejszym drobiazgiem, byle estetycznym i dostosowanym do potrzeb obdarowywanej osoby — możemy pięknie podkreślić ciepło swych uczuć — miłości, przyjaźni, życzliwości...

Podajemy tutaj szereg podarków, mogących szczerze ucieszyć i zaspokoić najrozmaitsze „ciche pragnienia”.





# PRZERÓBKI

Gdy płaszczyk lub sukienka opatrzyły się mamusi albo starszej siostrze — możemy z powodzeniem „wyczarować” z nich efektowne zimowe paletka dla rodzeństwa „drobniejszego kalibru”.

Oto kilka takich przykładów:

- 1a. Piękny zimowy płaszczyk z kapturem dla dziewczynki, przerobiony z wełnianej sukienki damskiej (1).
- 2a. Paletko dziecięce wykonane z żakietu od kostiumu (2). Karczek i kieszonki-„serduszka” — z materiału w kratę (z drobnych resztek znajdujących się przeważnie w każdym domu).
- 3a. Z jesionki damskiej można przerobić paletko dla dziewczynki nawet z klapami — przez usunięcie karczka i podniesienie do góry pozostałej części palta (3).
- 4a. Z tak obszernego modelu (4), bogato rozkloszowanego, z łatwością można wykonać nawet dwurzędowe paletko z nakładanymi plisami, przechodzącymi w kieszenie.

**ZIEMIE ODZYSKANE** zespoli z Polską **DANINA NARODOWA**  
na wieki



## Odmrozenia

Słonność do odmrożeń pozostaje w ścisłym związku z ogólnym stanem zdrowia. Odmrożeniom ulegają przede wszystkim osoby o wadliwym krążeniu krwi, a więc — cierpiące na anemię, serce, płuca. Dlatego też obecnie o wiele większy procent ludzi niż przed wojną cierpi na odmrozenia, gdyż wyczerpane, niedożywione, często nieuleczalnie schorzone — wskutek przejść wojennych i obozowych — organizmy nie posiadają dość ciepłota i odporności na działanie mrozu.

Przy odmrozeniu występuje w pierwszym rzędzie zaczerwienienie skóry, swędzenie i opuchlizna. W ostrzejszych wypadkach — sinią, bolesne klucie, a w końcu — nawet drobne, ślimaczące się ranki lub głębokie owrzodzenia.

Odmrożeń należy jak najstaranniej unikać, gdyż są z reguły bardzo trudne do wyleczenia.

W mroźne dni trzeba bezwzględnie nosić wełniane pończochy, skarpety, rękawiczki i czapeczki zakrywające uszy.

Rękawiczki i obuwie powinny być luźne, by nie tamowały obiegu krwi.

Jeżeli już jednak odmrozenie się pojawi, trzeba je natychmiast systematycznie i cierpliwie leczyć. Sposób leczenia zależy od miejsca odmrożenia i możliwości stosowania takich czy innych środków.

Niezależnie od leczenia należy za poradą lekarską starać się poprawić ogólny stan zdrowia, aby zmniejszyć słonność do odmrożeń.

Najskuteczniejszym środkiem leczniczym przy odmrozeniach są naświetlania lampą kwarcową, galwanizacja lub diatermia. Stosowanie ich jednak możliwe jest tylko w większym mieście, gdzie znajdują się w zakładach kosmetycznych czy leczniczych odpowiednie aparaty.

Przy naświetlaniu twarzy o skórze suchej należy ją uprzednio natłuścić (można nawet

olejkiem do opalania lub jakimś kremem sportowym).

Przy odmrozeniu rąk czy nóg, wypróbowanym środkiem jest codzienne moczenie tzw. przemienne w gorącej i zimnej wodzie: 10 minut — w bardzo gorącej, minutę — w zimnej i znów w gorącej — po dwa, trzy razy z rzędu.

Do moczenia gorącego można stosować roztwór alunu: 30 gramów na 1/2 litra wody, lub odwar z mięty: 60 gr na 1/2 litra wody. Przy szorstkiej skórze lepszy jest odwar z siemienia lnianego: 30 gr na 1/2 litra wody. Odwaru z kory dębowej — bardzo skutecznego — używamy raczej do moczenia nóg, gdyż zażółca skórę.

Po wymoczeniu i dokładnym obsuszeniu skóry należy robić 3—5 minutowy masaż miejsc odmrożonych olejkiem kamforowym lub 5%ową maścią kamforową, którą można nabyć w każdej aptece.

Zamiast maści kamforowej można też do masażu stosować 5%ową maść ichtiolową. Tam, gdzie nie ma jeszcze ranek, dobrze jest wcierać dwa razy dziennie płyn składający się w równych częściach z gliceryny, wódki i soku z cytryny (może być sok puszkowy Unrry).

Przynajmniej raz — a można i dwa razy w tygodniu — położyć kompres pod ceratkę na całą noc: łyżka octu na szklankę wody. Zmoczyć tym kompres, wyżyć, skropić spirytusem kamforowym, położyć pod ceratkę (może być papier woskowany) na miejsce zaczerwienione i ciepło zawinąć. Jeżeli robi się kompres własnoręcznie, można zawinąć najprzód jedną rękę, potem drugą.

Trudniejsze do leczenia jest odmrozenie uszu czy twarzy, narażonej najbardziej na działanie mrozu i zmiany atmosferyczne. W tym wypadku nie można stosować moczenia, a kompresy — jedynie na uszy.

Przy odmrożonej twarzy najskuteczniejszą jest naświetlanie krótkofalówką.

Ze środków domowych wskazany jest lekki masaż, przy cerze suchej — 3%ową maścią kamforową na lanolinie (wbić maść tak jak krem, za pomocą opukiwania końcami palców: czoło — od środka do skroni, policzki — od brody ku skroniom, pod oczyma — od skroni do nosa, omijając górne powieki). Na wtartą maść położyć dobrze wyżętą, gorącą serwetkę. Gdy zacznie stygnąć, zetrzeć nią twarz i opłukać wodą o temperaturze pokojowej z dodatkiem 10 kropli „łuctury benzoesowej” na litr wody. Przed masażem należy oczywiście zmyć ze skóry puder, róż i osiadający na niej w ciągu dnia kurz i brud.

Raz w tygodniu dobrze zrobi maseczka: utarte na majonez surowe żółtko z oliwą (może być sojowa) z dodatkiem 10 kropli benzoesu. Maseczkę rozsmarować na czystą twarz, prócz górnych powiek, na 20 minut, poczem zmyć ciepłym mlekiem. Po osuszeniu, na noc posmarować sine miejsca maścią „Inotyol”, którą można nabyć w aptece.

Na skórę tłustą, po umyciu jej wodą z mydłem, kładziemy kolejno kilka serwetek zmoczonych w gorącym odwarze skrzyppu (łyżeczka na 1/2 szklanki wody). Gorącą, dobrze wyżętą serwetkę trzymamy, póki nie zacznie stygnąć. Zmieniamy 3—4 razy, poczem opłukujemy twarz chłodną wodą z octem: łyżka octu na dwie szklanki wody.

Na noc można również posmarować odmrożone miejsce „Inotyolem”.

Na dzień na odmrożoną twarz — tak suchą jak i tłustą — stosujemy pod puder kremy o charakterze woskowych, których cieniutka warstewka chroni skórę od bezpośredniego zetknięcia z kłującym mrozem.

Miejsca mocno sine — jeżeli musimy dłuższy czas przebywać na powietrzu — dobrze jest posmarować maścią borną lub cynkową. Obie łatwo dostać w aptece.

Ważnym czynnikiem unikania i szybszego leczenia odmrożeń jest racjonalne odżywianie: wystarczająco obfite, ale proste i higieniczne, zawierające dużą ilość witamin.

Wreszcie zasadnicza ogólna rada — cierpliwość, cierpliwość i jeszcze raz cierpliwość! Odmrozenia leczą się trudno i długo. Ale zaniedbanie ich może spowodować nie tylko wybitnie brzydki wygląd twarzy, rąk czy nóg, ale także głębokie i bolesne schorzenia. Starajmy się więc takiej przykrej ostateczności unikać!

Helena Brzezińska

## Poradnik kosmetyczny

### Jak „ujarzmieć” podbródek?

„Pajęczynka z Poznania.” Obwisły podbródek natrzepywać 2 razy dziennie płynem: pół szklanki wody przegotowanej, łyżeczka spirytusu, łyżeczka wody kolońskiej, 30 kropli benzoesu.

Na noc — smarować podbródek 3%ową maścią kamforową na coldkremie. Poza tym codziennie na godzinę podwiązywać podbródek bandażem elastycznym.

### Precz ze zmarszczkami!

„Ala z Buska.” Dla usunięcia zmarszczek — kłaść na twarz dobrze wyżęte okłady, maczane w gorącej wodzie, zmieszanej pół na pół z mlekiem i odrobinką miodu.

Okładów takich należy położyć ze trzy kolejno. Gdy jeden zacznie stygnąć — zdjąć i położyć następny: Po zdjęciu ostatniego — opłukać twarz chłodną wodą. Na noc wbić na miejsce pomarszczone krem lanolinowy.

### Życzliwe rady dla „życzliwej”

„Bardzo Życzliwa Czytelniczka.” Zszczipienie nóg można uzyskać przez masaż, ale muszą one być wykonywane przez czas dłuższy. Własnoręcznie robić je dość trudno. Skuteczniejsze będą — wykonane przez zawodową masażystkę. Wskazane też są kąpiele parafinowe, ale przy niedomaganiu serca i żyłkach stosować ich nie można.

Jeśli jest to przerost mięśni, usuwa go operacja plastyczna. Ale jeśli nogi Pani są po prostu tylko masywne, należy — poza zwykłym masażem — pozostawić je w spokoju, co najwyższej — nosić ciemne pończochy na matową, lewą stronę, nieco dłuższe sukienki — a takie są właśnie teraz najmodniejsze i — nie przejmować się...



## W NASZEJ KUCHNI

### Jak piec ciasta?

Dobre i świeże drożdże warunkują udane pieczywo. Świeże drożdże mają winowy zapach, szaro-kremowy kolor i dzielą się, a nie kruszą.

Mąka — jak i inne produkty — muszą być lekko ogrzane, mąka — przesiana. Im lepsza i suchsza mąka, tym więcej wchłania płynu. Nie należy wlewać od razu całej ilości płynu, a dolewać stopniowo. (Ilość płynu trudno dokładnie określić, gdyż zależy to od ilości mąki, wielkości jaj i innych dodatków).

Drożdże należy rozrabiać z małą ilością cukru. Na rozczyn bierze się czwartą część mąki, przeznaczoną na ciasto; płynu (letniego) tyle, by rozczyn przypominał gęstość dobrej śmietany.

Do wyrośniętego rozczynu dodaje się — sól, cukier, całe jaja lub żółtka ubite na parze, resztę mąki i płynu. Po wyrobieniu dodaje się tłuszcz (do ciast kruchych — masło nietopione, do pulchnych — topione). Po zupełnym wyrobieniu należy dodawać „zapachy”, bakalie, rodzynki itp.

Po odstawieniu od mąki i naczynia poznajemy ciasto dostatecznie wyrobione. Wówczas nabiera gładkości i połysku, a na jego powierzchni tworzą się pęcherzyki.

Im ciasto zawiera więcej dodatków, tym dłużej trzeba je wyrabiać i dłużej „rośnię”.

Na czas rośnięcia trzeba ciasto przykryć i postawić w miejscu ciepłym, lecz nie za gorącym, by się nie odparzyło. Formy do placzków i bab należy smarować masłem i wysypywać bułeczką, do bab — na dno formy włożyć krążek papieru, wysmarowany masłem. Formy do innych ciast — smarować tłuszczem (rozpuszczonym) i wysypywać mąką (tylko tyle — ile przylgnie). Do ciast kruchych i francuskich — nie smarować wcale.

Przed wstawieniem ciasta do pieca smarować je z wierzchu rozbitym jajkiem, białkiem, wodą z cukrem lub esencją herbacianą.

Gdy ciasto przypala się na powierzchni, a jest jeszcze surowe, trzeba je przykryć papierem natłuszczonym lub zmoczoną wodą.

Aby wytworzyć parę w piecu (dla zmiękczenia skórki) — włożyć mokłą ścierekę.

Lekkie ciastka drożdżowe, biszkoptowe i pierniczki należy ostrożnie wstawiać do pieca, starając się ich nie wstrząsać.

Ciasto jest dobrze upieczone, gdy odstaje od brzegów formy, a patyczek — którym próbuje się — jest suchy. Ubijać żółtka na parze należy — wstawiając naczynie do drugiego z gorącą wodą i podgrzewając na ogniu podczas ubijania. Należy uważać, by nie przegrzać, gdyż masa będzie za gęsta lub zwarzy się.

Wszystkie „zapachy”, jak wanilia i korzenie należy uprzednio utłuc i przesiać.

Rodzynki i figi myć poprzedniego dnia, by obeschły. Migdały po obraniu suszyć na ścieżeczce lub na sicie. Bakalie, by nie opadły w cieście, przesypać mąką.

Żeby zachować dłużej świeżość drożdżowego ciasta, należy jeszcze gorące posmarować topionym masłem i posypać przez sitko mialkim cukrem. Przechowywać w zimnym miejscu zawinięte w papier lub płótno. Ciasto parzone zachowuje dłużej świeżość.

Na rośnięcie i spulchnienie ciast wpływają, prócz drożdży, także środki chemiczne jak: soda, amoniak, proszki do pieczenia oraz piany i żółtka.

Julia Czechowska

### Jadłospis wieszki wigilijnej

1.  
Barszcz z uszkami.  
Ryba smażona.  
Kapusta z grzybami.  
Lamańce z makiem.

2.  
Zupa grzybowa.  
Szczupak faszzerowany.  
Karp smażony.  
Kompot z suszonych owoców.  
Struclę i bakalie do herbaty lub kawy.

3.

Zupa rybna z kluskami.  
Pierogi z grzybami.  
Kluski z makiem i miodem.  
Krem z galaretką.  
Struclę, owoce i bakalie.

4.

Sledzie marynowane.  
Czysty barszcz z pasztecikami z kapustą.  
Karp z szarym sosem.  
Gołąbki z ryżem i grzybami.  
Racuchy z konfiturami.  
Struclę z makiem.

### Zupa grzybowa (na 4 talerze)

Włoszczyzna i pieczona cebula, 15 dkg grzybów suszonych — uprzednio moczonych przez 12 godzin, 8 dkg masła.

Wywar gotować na wolnym ogniu przez 2 godziny pod pokrywą.

Podawać zupę z łazankami.

### Uszka z grzybami

Zmielone grzyby przesmażyć z cebulką, dodać trochę pieprzu, nakładać na kwadraciki z ciasta (jak na inne pierogi — bez jajka), zlepiać w trójkąty, poczem zaciskać dwa przeciwległe rogi.

Uszka można smażyć na oliwie lub oleju: w tym wypadku do ciasta wlać łyżkę oliwy.

### Karp faszzerowany

1½ kg karpia, 2 jajka, 1 bułka, łyżka masła, cebula, sól, pieprz.

Z dwóch ryb — większą oprawić, nie przecinając brzucha i podzielić na dzwonka. Z drugiej — mniejszej obrać mięso, przepuścić przez maszynkę z bułką namoczoną w mleku, dać utartą cebulę, jaja, posolić, popieprzyć, wyrobić dobrze i ponakładać w dzwonka. Głowy i ości wygotować z jarzynami, włożyć dzwonka i gotować wolno przez 15 min., poczem zdjąć z ognia i zostawić w wywarze na 15 min.

Można podawać w galarecie lub na gorąco w białym sosie z ziemniakami.

Sos: część wywaru przecedzić, zaprawić mąką ze śmietaną i zagotować; na wydaniu włożyć kulkę świeżego masła i zielonej natki.

### Dorsz zapiekany

1 kg dorsza, 2—3 żółtka, ¼—½ litra śmietany, 2 łyżki chrzanu, 3 dkg masła, kwasek, sól.

Z dorsza zdjąć skórę i wewnętrzną błonę, skropić octem na godzinę, poczem ugotować w słonej wodzie.

Ogniotrwalać rybienkę lub „prodige” nasmarować masłem, ułożyć dorsza w kawałkach bez ości, skropić kwaskiem cytrynowym, zalać żółtkami, rozbitymi ze śmietaną i chrzanem, i zapiec.

Podawać w tym samym naczyniu z ziemniakami z wody.

### Lamańce z makiem

Zagnieść ciasto jak na makaron z mąką, wody i łyżki dobrego oleju, rozwałkować cienko, położyć na blachę posypaną mąką. Radekiem lub nożem lekko pokrajać kwadraciki i upiec na rumiany kolor. Po wyjęciu z pieca połamać. Przed podaniem wymieszać z makiem.

¼ kg maku przesiać, sparzyć i zostawić do następnego dnia, poczem odsączyć dobrze i zemleć (lepiej utrzeć w makownicy), wymieszać z cukrem (łyżką miodu), waniliną lub olejkiem migdałowym i niewielką ilością zimnej przegotowanej wody, by nie był zbyt gęsty.

### Krem z galaretką

¼ litra śmietanki, 10 dkg cukru-pudru, 2 listki żelatyny, łyżka utartego maku, wanilina.

Śmietaną ubić na lodzie, dodać cukier, mak, wanilinę, i ubijając wlewać po trochu żelatynę namoczoną i rozpuszczoną w 2 łyżkach gorącej wody.

Włożyć krem do formy zmoczonej wodą. Dwie szklanki soku żurawinowego rozcieńczonego wodą (może też być i inny sok) zagęścić sześcioma listkami żelatyny i ostudzić. Gdy krem zastygnie, wlać galaretkę i postawić w zimnym miejscu.

Wyjmując krem potrzymać formę nad parą. Wyłożyć na talerz i przybrać półksiężycami z kruchego ciasta z makiem.

### Kompot-surówka do drobiu

30 dkg jabłek, 20 dkg śliwek suszonych, 15 dkg fig, 5—10 dkg cukru, kwasek (cytryna). Śliwki wymyć i zalać na noc dwiema szklan. kami zimnej, przegotowanej wody. Następnego dnia śliwki i figi pokrajać w paski, a jabłka w drobną kostkę, wymieszać z cukrem, kwaskiem, wodą ze śliwek i postawić na godzinę w zimnym miejscu.

### Tanie ciastka z maszynki

80 dkg mąki, 10 dkg tłuszczu, 15—20 dkg cukru, 2 jajka, 1 proszek do pieczenia, 12 łyżek wody lub mleka, dowolny zapach.

Mąkę przesiać na stolnicę, w środek włożyć tłuszcz i — siekając dużym nożem lub tasakiem — lać gorącą wodę przegotowaną z cukrem, potem dodać resztę dodatków, wysiekać dobrze, aż mąka złączy się z dodatkami, lekko zagnieść ręką. Z maszynki do mięsa wyjąć noże i sitko, a założyć specjalną foremkę. Przepuścić ciasto przez maszynkę; wychodzące paski pokrajać na drobne ciastka, lekko smarować jajkiem, posypywać makiem i piec w gorącym piecu.

### Ciastka biszkoptowe z pianą

Pianę należy ubijać w zimnym miejscu bez przerwy i od razu wkładać do ciasta, częściami przysypując suchym (mąka, bułeczka, orzechy mielone) i mieszać lekko z góry na dół.

Żółtka ucierać z cukrem (lepiej mialkim), aż będą białe, gęste i pulchne. Pianę wkładać gdy mamy przygotowane formy i piec. Piec powinien być średnio gorący. Wyjmować z formy po lekkim przestygnięciu.

O ile masa z masłem np. do tortów zwarzy się, trzeba ją lekko ogrzać i ucierać, aż masło znowu połączy się, lub wbić żółtko do czystej miski i dodając po trochu zwarzonej masy — ucierać.

### Chleb — bułka makowa

1,5 kg mąki, 1,5 dkg drożdży, 3 dkg masła, 1 jajko, 3 dkg maku, mleko, sól.

Wszystko razem wyrobić tak, jak na każde drożdżowe ciasto. Musi być trochę gęstsze niż na placek. Włożyć na blachę, po wyrośnięciu posmarować jajkiem.

### Bułki z ziemniakami

1 kg ziemniaków, 1 litr mleka, 3 dkg drożdży, 10 dkg masła, sól. Ugotowane na sypko ziemniaki zemleć na maszynce, zaparzyć gorącym mlekiem; gdy przestygną — dodać drożdże rozterte z łyżką cukru, 15 dkg mąki i zostawić do wyrośnięcia. Następnie dodać tyle mąki — by ciasto było gęste, sól, masło topione i — wyrobić. Po wyrośnięciu wyłożyć do formy. Gdy wyrosną, smarować jajkiem i wstawić do gorącego pieca.

### Bułki z żółtą banią

Robić tak samo jak z ziemniakami, tylko banię ugotować z bardzo małą ilością wody i przetrzeć przez cedzak lub sito.

### Koniak z jaj

1/2 litra mleka, 10 żółtek, 1/2 laski wanilii, 20 dkg cukru, 1/2 litra czystego spirytusu.

Mleko, zagotowane z wanilią i połową cukru, wystudzić i dolewać je po trochu do żółtek, dobrze oddzielonych od białek i wymieszanych z resztą cukru. Gdy wszystko wskutek ciągłego mieszania dobrze się połączy, wlać spirytus, wymieszać i zlać do butelki. Po dwóch dniach koniak jest dobry do użytku.

### Piernik

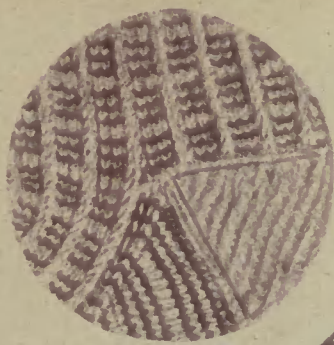
1 szklanka miodu, 1 szklanka śmietany, 1 szklanka cukru, 3 całe jajka, 1 łyżeczka oczyszczonej sody, 1 łyżeczka cukru waniliowego, pół kg mąki.

Do miodu rozpuszczonego na ogniu wsypujemy cukier, zagotowujemy razem (uwaga! — by nie przypalić). Następnie przelewamy miód z cukrem do glinianej miseczki, rozwałkowujemy wałkiem aż ostygnie. Dodajemy kolejno po jednym całym jajku, potem śmietanę, sodę i mąkę oraz szczyptę soli.

Kręcimy to wszystko w misce wałkiem, aż otrzymamy zwartą masę. Wlewamy ją do formy wyłożonej pergaminem wysmarowanym masłem. Pieczemy w niezbyt gorącym piecu.

Według tego samego przepisu możemy zrobić małe pierniczki, dodając do tej samej porcji 1/4 kg mąki.

Według przepisu naszej Czytelniczki p. Stanisławy Mićkowskiej z Rzeszowa.



## Skarpetki męskie na 5 drutach

Na wykonanie zużyto: 12 dkg wełny szarej, prawdziwej, średniej grubości i 3 dkg — granatowej. Waga zależy od gatunku, ilość oczek — od grubości wełny. Druty pończosznicze — cienkie.

Ściegi: 1) Ściągacz: 2 oczka prawe, 2 oczka lewe. 2) Wzór w kratkę: rząd 1 i 2 — szarym na prawo. Rząd 3 — granatowym: 3 oczka prawe, 1 oczko przelożyć bez przerobienia itd. Rząd 4 — szary: wszystkie oczka na prawo. Rząd 5 — jak rząd 3. Rząd 6 — jak rząd 4. Rząd 7 — jak rząd 3. Powtarzać od pierwszego rzędu. 3) Ścieg na piętę: rząd 1: 1 oczko na prawo, 1 oczko przelożyć bez przerobienia, dając nitkę od tyłu roboty. Rząd 2: cały na lewo. 4) Ścieg na podeszwę — jersey w paski granatowe, jak wypada z wzoru kratki.

Wykonanie. Narzucić 72 oczka i rozłożyć na cztery druty po 18 oczek. Robić ściągacz 9 cm. Dalej wzorem 2 do pięty tj. 13 cm.

Pięta. Włożyć na drut 35 oczek. Przerabiać ściegiem 3 na dwóch drutach 35 rzędów. Podzielić w myśli te oczka na trzy grupy: 12

ocz. + 11 ocz. + 12 ocz. Przerabiając gubić oczka między środkową grupą a bocznymi. Po środku stale pozostaje 11 ocz., w bocznych grupach stale zmniejsza się ilość oczek w następujący sposób: zaczynamy gubić przerabiając, rząd na lewo, przerobić 12 oczek pierwszej grupy, 10 oczek środkowej, oczka jedenaście środkowej grupy przerobić razem z oczkiem pierwszym grupy 3-ciej.

Dokończyć rząd, obrócić robotę. Przerobić 11 oczek pierwszej grupy (1 oczko już zgubione) 10 oczek środkowej i jedenaste oczko środkowej grupy przelożyć bez przerobienia. Przerobić razem dwa oczka z trzeciej grupy i oczko powstałe z tego przerobienia przeciągnąć przez oczko przelożone bez przerobienia. Dokończyć rząd. Przerabiać tak, aż zostanie na drucie tylko 11 oczek środkowych.

Stopa. Na dwa druty pozostawione na przedniej części, nabrać z każdej strony piętę po 22 oczka. Przerabiać na pięciu drutach, wierzch ściegiem 2, podeszwę 4.

Mamy na drutach 37 + 22 + 22 + 11 = 92 ocz. Przerobić gubiąc co drugi rząd po jednym oczku w dwóch miejscach tj. po obu stronach pięty (patrz fragment w kółku), aż zostaną na drutach 72 oczka. Dalej przerabiać bez gubienia, równo do palców, na małą stopę 10 cm. Dalej — kolorem szarym, ściegiem jersey wykonywać zakończenie, gubiąc w czterech miejscach. Podzielić: 30 oczek + 6 ocz. + 30 ocz. + 6 oczek. Grupy z sześciu oczek prowadzić równo, gubić po obu stronach grupy z 30 ocz., umniejszając ją co drugi rząd o 1 oczko z każdej strony tj. przerobić w pierwszym rzędzie: 29 oczek, 2 razem (oczko trzydzieste z pierwszym z sześciu), przerobić 4 oczka, 1 zdjąć bez przerobienia. Przerobić 2 razem (dwa pierwsze oczka z trzydziestu drugiej grupy) i przeciągnąć je przez oczko przelożone bez przerobienia.

Powtórzyć to samo jeszcze raz i skończyć rząd. Przerabiać gubiąc w ten sposób, aż zostanie z 30 oczek tylko 6. Pasy z 6 oczek zakończyć, gubiąc w środku dwa razy po dwa oczka i w następnym rzędzie ostatnie dwa razem. Mamy na drutach wszystkie 10 oczek. Oderwać nitkę od kłębka, zawlec w igłę, zdejmować oczka na igłę i zakończyć.

H. Gawrońska





# MATKA i DZIECKO



Oczy dziecka — ufne  
i pełne wiary w świat  
i życie

## Sztuczne odżywianie niemowląt

Zyjemy na szczęście w czasach, gdy każda matka jest dumna, jeśli karmi swe dziecko piersią. W wyjątkowych jednak wypadkach, gdy jest to niemożliwe z takich przyczyn jak np. brak pokarmu, choroba matki, względy społeczne itd. — matki muszą się orientować, jak należy przejść na odżywianie sztuczne.

Im dziecko jest młodsze — tym bardziej potrzebuje piersi matki. A więc starajmy się o to, aby zmiana odżywiania nastąpiła jak najpóźniej. Poza tym nie wolno jest odłączać dziecka od piersi w miesiącach letnich, gdy zaburzenia żołądkowo-jelitowe grożą mu najbardziej. Nie wolno też pozbawiać pokarmu dziecka chorego.

Pokarm matki zastępujemy mlekiem krowim (nie kozim).

Jakie powinno być mleko?

Musi pochodzić od bezwzględnie zdrowych krow i musi być zbierane czysto i higienicznie. Przy najczystszej jednak udoju nie wolno podawać mleka surowego. W miesiącach zimowych wystarczy gotować mleko raz jeden w ciągu 3—5 min. i odstawić po zagotowaniu w chłodne miejsce.

Mleko podajemy rozcieńczone: w 1-szym miesiącu — wodą, w następnych — kleikiem

Najłatwiej jest gotować kleik z mąki pszennej; w pierwszych miesiącach na 100 g wody bierzemy mąki na czubek noża, później — 1,5 łyżeczki herbacianej z odpowiednią ilością cukru (100 g każdej mieszanki zawiera 1 łyżeczkę herb. cukru). Mleko należy zagotować osobno i osobno przyrządzić kleik w ilości potrzebnej na cały dzień. Poszczególne porcje w odpowiedniej proporcji zlewamy razem do butelek i przed podaniem dziecku podgrzewamy, wstawiając butelkę do ciepłej wody.

Naczynia, w których gotujemy mieszanki, muszą być wyłącznie i jedynie do tego celu przeznaczone, z zachowaniem specjalnej ich czystości.

Butelki muszą być przed przelaniem do nich mieszanki umyte i wygotowane. Należy używać butelek z podziałkami. Nabyć je można w każdym składzie aptecznym.

Smoczek myje się zawsze dokładnie i raz na dobę należy go wygotować i trzymać zwykle w roztworze kwasu borowego.

Dla łatwiejszej orientacji w proporcjach przyjmujemy z grubsza, że:

1 łyżeczka herbaciana	= 5 g
1 „ deserowa	= 10 g
1 „ stołowa	= 15 g
1 duża szklanka	= 200 g
(mniejsza)	= 180 g
tzw. „setka”	= 100 g

## Schematyczna tabelka odżywiania sztucznego

Miesiąc życia	Pokarmy	Przerwa nocna
1. mies. życia	7×80—90 g (1 część mleka + 1 część wody + 1 łyżeczka herbaciana cukru)	6 godz.
2. m. z.	6×100—120 g (1 cz. mleka + 1 cz. kleiku)	9 godz.
6 tygodni z.	6×100—120 g (2 cz. mleka + 1 cz. kleiku)	9 godz.
3 m. z.	6×120—140 g (2 cz. mleka + 1 cz. kleiku)	9 godz.
4. m. z.	5×150 g (2 cz. mleka + 1 cz. kleiku) 1×150 g zupy jarzynowej	9 godz.
5. m. z.	5×150 g (2 cz. mleka + 1 cz. kleiku) 1×180 g zupy jarzynowej + jarzyny przecierane	9 godz.
6. m. z.	4×180 g (2 cz. mleka + 1 cz. kleiku) 1×180 g zupy jarzynowej + jarzyny przecierane	10 godz.
7. m. z.	3×180 g (2 cz. mleka + 1 cz. kleiku) 1×180 g zupy jarzynowej + jarzyny przecierane 1×180 g pełnego mleka + 1 łyż. herb. tartego sucharka + 1,5 łyż. herb. cukru	10 godz.
8. m. z.	1×180 g (2 cz. mleka + 1 cz. kleiku) 1×180 g zupy jarz. + jarzyny przecierane 2×180 g pełn. mleka + 1 łyż. herb. tart. sucharka + 1,5 łyż. herb. cukru 1×180 g kaszy na wodzie z masłem + 1,5 łyż. herb. cukru	10 godz.
9. m. z.	3×180 g pełnego mleka + 1 łyż. herb. tart. sucharka lub kaszy + 1,5 łyż. herb. cukru 1×180 g zupy jarz. + jarzyny przecierane 1×180 kaszy na wodzie z masłem + 1,5 łyż. herb. cukru 2 razy w tygod. 180 g rosółu z kaszą 2 razy w tygod. 1 żółtko	10 godz.
10. m. z.	jak w m. 9.	10 godz.
11. m. z.	jak w m. 9 i 10 + 2 razy w tyg. 2 łyż. herb. mięsa białego przecieranego	10 godz.
12. m. z.	jak w m. 11	10 godz.

Zasady karmienia, rozkład godzin i przerwy nocne są te same, co przy odżywianiu piersią.

W czasie przerwy nocnej można podać dziecku jedynie wodę przegotowaną lub ocukrzony rumianek.

Do nowych potraw dziecko należy przyzwyczajać stopniowo i nie zrażać się tym, że na początku jada je niechętnie.

Dr M. G.

Rok zał.  
1893



# Aniela

WARSZAWA,  
Żurawia 32

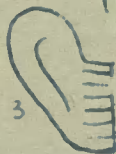
PASY  
STANICZKI  
Całości lecznicze

# zabawki choinkowe



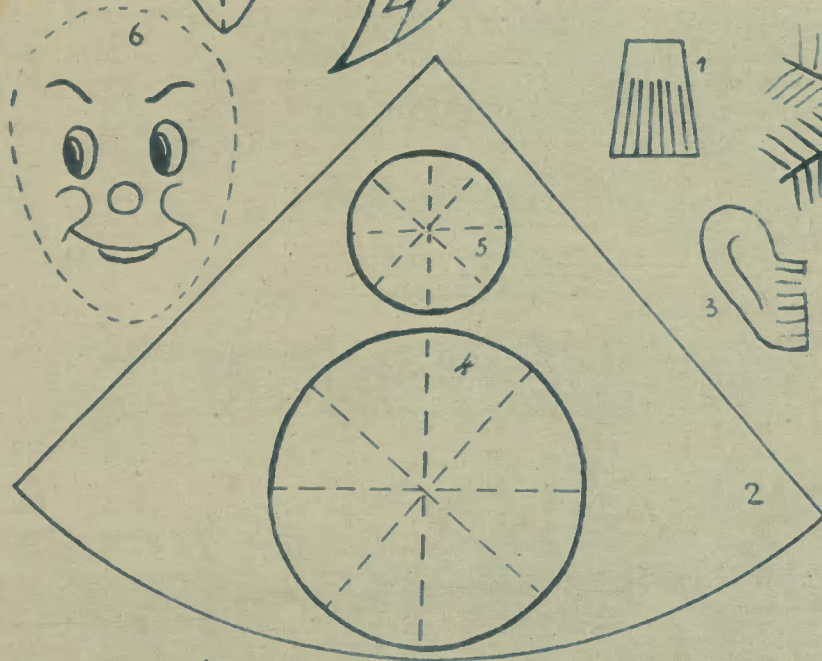
## Ptaszki

Z cienkiego kartonu wycinamy trzy ptaszki według rys. 1. Część środkową a załamujemy po linii przerywanej. Oklejamy ptaszki z obu stron kolorowym papierem i łączymy razem, sklejając częściami środkowymi, jak na rysunku.



## Pajacyk

Na wydmuszcze jajka robimy twarz pajacyka. Naklejamy oczy biało-czarne, nos i uszy — z podwójnie sklejonego papieru różowego. Czapka (rys. 2) — niebieska, pod którą wsuwamy włosy (rys. 1). Kryzę (rys. 4 i 5), z podwójnie sklejonego papieru niebieskiego, załamujemy po liniach przerywanych i przymocowujemy wieszadłem, przeciągniętym od dołu do góry przez jajko i czapkę.



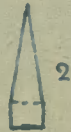
## Osiolatek

Z cienkiego kartonu wycinamy osiołka dwa razy. Oklejamy z obu stron srebrnym papierem. Z podwójnie sklejonego papieru zielonego wycinamy grzywę i ogon (rys. 2 i 3). Wklejamy między dwie części rys. 1. Sklejamy tylko grzbiet i głowę. Nogi i uszy odginamy lekko na zewnątrz.



## Jeż

Jeża robimy na wydmuszcze jajka. Pyszczyk w kształcie rożka zwijamy ze złotego papieru, nacinamy brzegi i naklejamy. Cztery łapki (rys. 1) zwijamy w ruloniki, nacinamy brzegi i przyklejamy z czterech stron jajka. Z podwójnie sklejonego papieru złotego wycinamy ogonek (rys. 3) i dużo kolców (rys. 2). Kolce załamujemy po linii przerywanej i naklejamy dookoła skorupki w następujący sposób: smarujemy kawałki skorupki gęstym mocnym klejem i nasadzamy kolce zagiętą częścią, jeden obok drugiego.



N. PAWLAKOWNA

# Organizujemy

## DZIEŃ PRACY — DZIEŃ ŻYCIA

### Pod prąd...

Nie dostanę nagrody za to, co tu piszę. Nikomu też moją organizacją życia i pracy nie będę świetlanym przykładem.

A przecież zdawało by się, że sprawa moja nie jest beznadziejna. Dobre chęci mam. I wiem, jak należało by postępować w pracy i w życiu. A jednak nie wychodzi... Ot — „dobrymi chęciami — piekło brukowane”...

Robię takie roztropne plany, takie dobre postanowienia, tak żałuję każdego potknięcia, a jednak ... potykam się wciąż na nowo, na przekór chęciom, ludziom i faktom, na przekór sobie samej.

Można się ode mnie nauczyć — jak nie należy organizować pracy i życia (jeśli oczywiście Redakcja tę odpowiedź wydrukuję).

Więc np. zrana — pierwsza świadoma myśl: trzeba odczołować się zerwać, umyć się, ubrać, uporządkować schludnie „gniazdko” i w poczuciu własnej wzorowej wartości rażno ruszyć ku obowiązkom.

I dlaczego właśnie na koldrze znalazła się porzucona wczoraj wieczorem książka? Szeroko otwarta — tak rzucić się jej przecież nie powinno... cudza... niszczy się... Leży i kusie... Ale tylko stroniczkę!... Gdzież tam!... Już się niepodobna oderwać...

Ale sumienie jednak gryzie. Więc papierosa — na uspokojenie... A pod papierosa mleko na śniadanie nie pasuje. Więc herbata... Mocna!

I nagle — która to już godzina? Teraz naprawdę wyskakuję z łóżka. Ale co z tego — jest strasznie późno! O zacerowaniu pończochy nie ma mowy. By nie świecić gołą piętą, trzeba wciągnąć stopę głęboko do pantofla. Trrrach... „puszcza oczko!”. Slinię na poczekaniu. Gdyby ktoś zwrócił uwagę, powiem, że „puściło”, gdy wsiadałam do tramwaju.

W drodze przewracam w teczce dla pewności, czy czego nie zapomniałam. Owszem, nabieram pewności, że zapomniałam notatnika z pewnym adresem, po który ktoś przyjedzie dziś aż z Milanówka. Wszystko z pośpiechu. A sumienie gryzie...

Wiem, że po zajęciach powinnam wrócić prosto do domu. Czeka takie mnóstwo roboty... Ale koleżanki ciągną po drodze na pół czarnej:

— Na 5 minut! Robota nie zając — nie ucieknie...

Rzeczywiście, po takim przykrym ranku możeby sobie pozwolić na tę niewinną przyjemność? Przecież to będzie tylko 5 minut — wstawiam sobie.

Wchodzimy, siadamy. Przytulnie, ciepło. W powietrzu opalowym od dymu — rozkoszny aromat kawy. Ale sumienie gryzie... Wtem czuję, że oczko z łaskotaniem „puszcza” coraz niżej. Dziwny zamęt: kawa i podniecająca atmosfera gwarne lokalu, a tu sumienie i oczko... Już się nie wie, czy lepiej było przyjść tu, czy nie?!... I tak źle i tak niedobrze.

...Pod wieczór jestem w domu. Zimno, nie sprzątnięte. Rozrzucone notatki patrzą na mnie z wyrzutem. Chwila dobrego postanowienia: zabieram się do pracy. Ale tak się jakoś na nieszczęście składa, że roboty ważne i konieczne wydają się takie trudne, niemiłe. Zaczynam tedy od nieważnych, które mogłyby poczekać. Wmawiam sobie, że te „spławię” w pierwszym rzędzie, bo jeśli odłożę, to już do nich nie wrócę. A tamte ważne — muszę! Okłamuję się... O jakiejś godzinie okazuje się, że wcale nie muszę, bo po prostu nie podołam, bo zasypiam...

Tyle o dniu pracy... Ale jest jeszcze — „on”. Tu też sprawa kuleje... „On”, jak to mężczyzna — miły, owszem, bardzo! Ale trochę lekkoduch, trochę egoista, trochę kłamczuch. Należało by go krócej trzymać. Po macierzyńsku. Wychowywać! I sama się szanować!

Dobre chęci mam. Ale jak przyjdzie co do czego — mój Boże!... Powiedzieć mu: rób — co chcesz, próżnij, chodź — z kim chcesz, co

do mnie, to wytrwam przy swych obowiązkach? No i co dalej?

Więc, powiedzmy, wytrwam... Będę sprzątać po to — by znów naśmiecć, będę gotować po to — by zmywać, zajmę się robotą, która „nie zając — nie ucieknie”. A tymczasem uciekać będzie radość i piękno życia.

Wprawdzie zaprzeczyli... Zapewne skłamał. Ale choćby i tak, to cóż z tego? A może nie należy przywiązywać zbytniej wagi do „poronionych” czynów istot, które się kocha? Potrzebujemy ich i — to jest jedynie ważne! Tylko one pozwalają nam żyć w pewnym „klimacie”, bez którego czujemy się nieszczęśliwi. Toteż, aby tylko mieć te istoty przy sobie, zachować je! Cóż znaczy reszta?

Oczywista, że tak nie należy organizować pracy ni życia! I sumienie gryzie i inne niewidzialne siły zwane ambicją, odpowiedzialnością społeczną i jeszcze inaczey... I już się nie wie, co jest lepsze, a co gorsze?...

A przecież mam naprawdę dobre chęci...

„Ira”

### Ciężar życia na młodych ramionach...

Mam lat 29, maturę, czworo dzieci (troje własnych i pasierba), męża z pensją 2.100 zł miesięcznie. Więc warunki materialne — okropne! Tym bardziej, że nie mogę pracować poza domem, bo wszystkie dzieci jeszcze małe.



### ŚWIATECZNE RADY Spodem DLA PAŃ GOSPODYŃ

#### HERBATNIKI

- 0.50 kg mąki
- 0.15 „ tłuszczu
- 0.15 „ cukru
- 2 jaja

1 proszek do pieczenia

Po upieczeniu herbatniki łączyć

MARMELADĄ OWOCOWĄ

„SPOŁEM”



Próbuję malować laurki. Chwałę je, ale o zamówienia trudno. Trochę dorabiam szyciem. Obszyłam i „oblatałam” wszystkie moje znajome i sąsiadki. Gdy szycia mniej, próbuję wyrabiać dowcipne laleczki i misie z galganków.

Jednym słowem — chwytam się wszelkich sposobów, by cokolwiek dorobić. Byle nie opuszczać rąk! Postanowiłam sobie, że dzieci ani siebie biedzie nie dam!

Jeszcze wiosną kupiłam kózkę, parę rasowych królików i kilka kur. Jest więc mleko i jaja dla dzieci, a na przyszłą zimę będą miały śliczne futerka królicze.

Oczywiście, ten mój światek wymaga niesłychanie dużo pracy. Dzień mój rozpoczynam o 6-tej, by póki cały dom jeszcze śpi przygotować śniadanie dla dwu- i czworonożnych moich wychowanków.

Potem już każda minuta wyliczona. O 7-mej wstają dzieci. Dwoje starszych wyprawiam do szkoły. Moja młodsza dwójka ochoczo usiłuje pomagać mi w sprzątanii. Właściwie więcej nabroją niż pomogą, ale nie wzbraniam im tego, bo to dla nich szkoła życia, i cenię, że choć takie małe, okazują mi serce i chęć pomocy.

Już o 9-tej mogę się zabrać do szycia. Nie na długo, bo trzeba szykować obiad na południe. Oczywiście obiad jest jak najprostszy, bo na inny nie ma czasu ani pieniędzy. Najczęściej sama zawieszista zupa, czasem do barszczu, żuru czy mleka — kasza lub „kluchy”.

Ale dzieciaki chowają mi się na tym prostym pożywieniu zdrowe jak rydze. Nieraz, gdy wieczorem patrzymy z mężem na ich zarumienione we śnie policzki, mówię mu wesoło, że bieda ma swoje dobre strony, bo w domu naszym nie będzie artretyzmów i chorych wątrob.

Wieczory spędzamy wspólnie z mężem. Może to i dobrze, że nie stać go na knajpę i koleżków. My, skromni ludzie, mamy przynajmniej to jedno, że się kochamy i możemy być z sobą.

Często każde z nas z osobna czyta książkę, gazetę lub słucha radia, ale zawsze czujemy się razem. Gdy mam mężowi czasem zakomunikować coś przykrego, czekam zwykle do następnego dnia. Nieraz zmartwienie do tego czasu samo przemija. To jest też organizacja — pogody życia!

Zresztą nie zawsze jest tak pięknie... Czasem ogarnia mnie takie straszne zmęczenie!... Wtedy mówię sobie: noc niedaleko, odpoczniesz! Gdy zaś przyjdzie chwila zniechęcenia, przekonałam się, że trzeba ją przeczekać, a lepszy nastrój w końcu sam się zjawi.

Raz na dwa tygodnie idę do kina lub teatru. Nie uważam tego za lekkomyślność. Raz na 10 dni urządzam pranie i też nie uważam tego za „dopust Boży”.

Mimo, że pracuję prawie bez wypoczynku cały dzień — dzień po dniu — czuję się raczej dobrze. I nie chodzę zaniedbana, broń Boże!

Wszystko robię z myślą: „dla dzieci” — i mam tę radość, że są ładne, zdolne, a przede wszystkim — dobre. Rysują też pięknie. Wierzę, że wychowam ich na pożytecznych obywateli.

„Inka”

ZIOŁA „CHOLEKINAZA”  
H. NIEMOJEWSKIEGO

stosuje się przy chorobach wątroby, katarze żołądka i kiszek, uporozywych zaparciach, zlej przemianie materii i artretyzmie. Sprzed. w apt. i skfad. apt. Laboratorium Fizjol.-Chemiczne „CHOLEKINAZA” - Warszawa, Mokotowska 50

# Między nami

## Mieć na swym ślubie trochę Polski...

„Hania z Shelton Conn” pisze: „Mam kuzynkę w Ameryce, która czuje się Polką, mimo, że urodzona za Oceanem. Teraz wychodzi za mąż i gorąco pragnie mieć model sukni ślubnej z „Mody i Życia Praktycznego”. Pisze mi, że będzie jej się zdawało, iż jak gdyby trochę Polski było przy niej na jej ślubie... Wiem, że suknia to sprawa błaha, ale takiej młodzianki dziewczynie wydaje się, że ślub i ślubna suknia, to najważniejsze sprawy na świecie...”

Modele ślubnych sukien zamieściliśmy właśnie w poprzednim numerze naszego pisma.

A oto jeszcze obok dwa modele: może który z nich będzie odpowiedni dla milej entuzjastki „Mody” z za Oceanu, której życzymy przy okazji wiele szczęścia!

## Dla przyszłych matek

„Irena S.” pisze: „Mam aż pięć znajomych młodych mężatek w ciąży. Wszystkie one „łamią” sobie niedoświadczone główki nad najpraktyczniejszym rodzajem sukienki na ten okres i jak najoszczędniej przygotować domowym sposobem wyprawkę dla przyszłego maleństwa. One i dziesiątki innych z radością i wdzięcznością powitałyby w „Modzie” „Kącik Przyszłej Matki”.

Ma Pani rację! Oto poniżej dwie suknie nadające się specjalnie na

ten okres, tak trudny dla kobiecej próżności.

Model pierwszy składa się z sukni właściwej o kloszowych fałdach na przodzie i z luźnej trzykwartkowej kamizelki bez rękawów z tego samego materiału.

Druga suknia z lekkiej wełny — bardzo wygodna, bo zapinana jak płaszcz — ma w talii dwie gumki, wciągnięte od brzegu fałdy środkowej do szwów bocznych.

Jest to model bardzo praktyczny i estetyczny.

Wyprawki omówimy w jednym z najbliższych numerów naszego pisma.

## Kiedy zawiadomiam o ślubie?

„Jaka i Tolek — zaręczeni”. Zawiadomienia o ślubie wystarczy wysłać na tydzień wcześniej, ale tych gości, których pragnie się mieć na weselu, a zwłaszcza w orszaku ślubnym, należy zaprosić wcześniej i najbardziej wypada — osobiście.

Natomiast zawiadomienia oficjalne dalszych znajomych o powtórnym małżeństwie należy wysłać dopiero po ślubie. Bliskich przyjaciół zawiadamia się, oczywiście, przed ślubem i to osobiście. Życzymy dużo szczęścia.

## Wyprawa ślubna

„Rena”. Wychodząc za mąż, zapytuje nas Pani, jak skompletować sobie małą praktyczną wyprawę?

Nie wiedząc, jaką sumą na ten cel Pani rozporządza, wymieniamy spis rzeczy w granicach skromnej wyprawy:



Do odpowiedzi „Hani” z Shelton Conn — U. S. A.:

Piękne modele sukien ślubnych

Bielizna osobista: 3 komplety dzienne (jedwabny — ślubny i 2 trykotowe), 1 para ciepłych reform, 3 koszule nocne (jedwabna, trykotowa i flanelowa), 2 szlafroki — cieplejszy i lżejszy, pasek do podwiązek, 2 biustonosze.

Ubranie osobiste: 1 spódniczka, 2 bluzki angielskie, pulower, sweater lub blezer, 2 sukienki — wełniana i jedwabna, 2 pary pantofelków — sportowe i popołudniowe, 2 kapelusze lub czapeczki.

Pościele: 2 komplety pościelowe, 2 koldry, 2 poduszki, 2 ręczniki kąpielowe i 3 płócienne.

Stołowizna: 2 obrusy — biały i kolorowy, 6 nakryć, serwis na 6 osób.

Kuchnia: 6 garnków — od ½ litra do 3 litrów, 2 patelnie — duża i mała, maszynka do mięsa, młynek do kawy, żelazko do prasowania, balia, kocioł do bielizny, duża miednica do mycia i 2 miednice do płukania i mycia naczyń.

Przesyłamy serdeczne życzenia na nową drogę życia!

## Jak ubierać dziecko w zimie?

„P. Lala z Lublina”. Pyta Pani, jak racjonalnie ubierać chłopczyka zimą. Otóż, najważniejszą jest bielizna trykotowa. O ile chłodno w mieszkaniu — pończochy, gdy ciepło — przez cały rok skarpetki, ciepłe bambosзки, wełniane spodenki, sweterek lub ciepła marynareczka.

Na spacer — rajtuzy wełniane, szalik, rękawiczki, czapeczka z miękkiej wełny, paltocik na ciepłej podpince z futrzanym kołnierzem. Na nogi — kapce lub buciki z cholewkami i wełniane skarpetki.

## „Szyjemy same”

„Alina Kwapiszowa”. Dział „Szyjemy same” wkrótce rozszerzymy. Będziemy się starali dawać modele łatwe, nadające się do uszycia w domu. Uwzględnimy też w pierwszym rzędzie kroje bielizny oraz ubranek dla dzieci.

## Kolor czerwony — b. modny!

Agnieszka. Prosimy się nie martwić. W sukience barwy czerwonego wina będzie Pani do twarzy. Twierdzenie, że kolor czerwony odpowiedni jest tylko dla brunetek, okazało się przesadą. Przeciwnie — brunetki wyglądają w nim raczej wyzywająco, natomiast

blondynkom jest w tym kolorze prześlicznie. Poza tym modne są wszystkie odcienie czerwieni od bladego koralu, po przez ton malinowy aż do jaskrawej czerwieni maku.

Lansuje się też ostatnio kolor żółty w całej gamie różnorodnych odcieni, jak — złocisty, miodowy i beige (czyt.: „beż”).

## Polka z Budapesztu — Czytelniczkom „Mody”!

„Ewa Bakk” — Budapeszt: „...W odległym Budapeszcie z radością witam każdy numer Waszego przyjemnego i pożytecznego pisma.

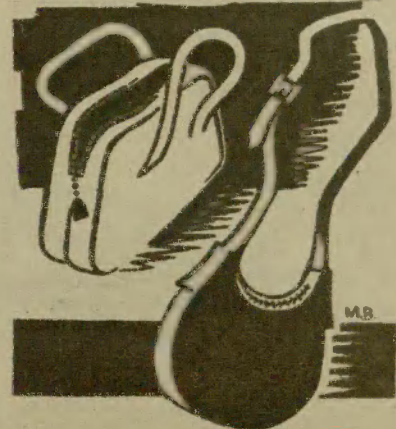
Mąż mój jest Węgrem, a ja — Polką-warszawianką, która po 4-letnim pobycie w Niemczech znalazła się na Węgrzech, nie znając nikogo z Polaków.

I oto przed paru tygodniami przysłano mi z Polski „Modę”... Radość ogromna! Nie tylko, że to kontakt z krajem, ale że w każdym numerze znajduję coś nowego, interesującego i praktycznego.

Węgierki znane są jako dobre gospodynie, ale jako Polka mam ambicję z nimi rywalizować i dlatego też jestem wdzięczna „Modzie” za każdą radę i wskazówkę.

Chciałabym być też pomocną moim Rodaczkom — przesyłam więc Czytelniczkom „Mody” wzory modnych tutaj toreb, które każda z nas może wykonać samodzielnie.

Dziękujemy za życzenia, słowa uznania i serdecznie Panią pozdrawiamy.



Wzory torebek bardzo rozpowszechnionych w Budapeszcie, przesłane nam przez „Ewę Bakk”



Do odpowiedzi „Irene S.”:

Praktyczne modele sukien dla przyszłych matek

## Co dać na „Gwiazdkę“?

„Halinka”. Podarunki gwiazdkowe jak i imienninowe mają być przede wszystkim oznaką sympatii i pamięci, nie mogą więc być zbyt kosztowne, by nie kępować obdarowanej osoby myślą o rewanżu. Najodpowiedniejsze są przybory toaletowe, pudry, wody kolońskie, sztuczna biżuteria, najmielsze zaś są drobiazgi wykonane ręcznie: dla kobiety np. — kołnierzyk haftowany lub szalik, dla mężczyzny — monogram do teczki czy portfela. Poza tym, zawsze miłym upominkiem będzie dobra książka.

## Tajemnica listu jest święta!

„Jarosław”. Ma Pan zupełną rację. Nteczytelne, niedbałe pismo jest plagą korespondencji. Poza tym dowodzi lekceważenia. Nawet upragniony list zniechęci, jeśli go trzeba mozolnie odcyfrowywać i odgadywać pojedyncze słowa.

Poza tym dyskrekcja względem cudzych listów jest jednym z zasadniczych nakazów obyczajowych. Niepotrzebne otwarcie cudzego listu poróżniło już wiele par małżeńskich, naręczonych, przyjaciół i rodziców z dziećmi. Żadne pokrewieństwo, starszeństwo, ani autorytet nie upoważniają do otwarcia cudzego listu.

## Czy dziękować, wstając od stołu?

„Dzina z Leszna”. Pierwsza wstaje od stołu pani domu, za nią goście. Formy dziękowania są różne. Na zachodzie Europy zwyczaj ten nie jest w ogóle znany i cudzoziemcy patrzą nieraz na nas zdziwieni, pytając — „czy oni na nowo się witają?”

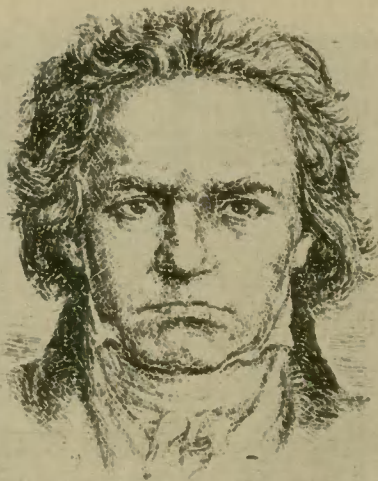
Staropolska znów tradycja każe dziękować wszystkim, począwszy od pani domu. Najlepiej dostosować się każdorazowo do towarzystwa.

## Co kraj — to obyczaj...

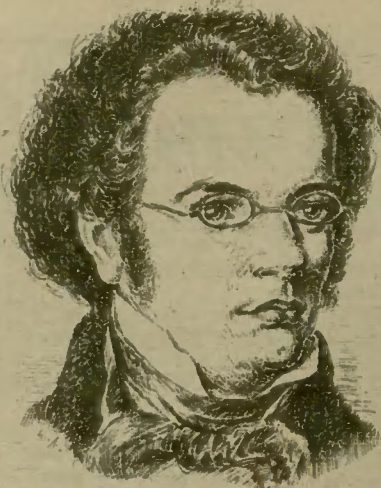
„Ala Szczęsna”. W Ameryce nie ma zwyczaju obchodzenia imiennin, ale jeśli Pani prześle swej znajomej za Oceanem życzenia imienninowe, wyjaśniając, że u nas w Polsce jest taki obyczaj, list Pani sprawi jej na pewno prawdziwą radość.

## Narciarstwo jest sportem bardzo starym

„Sławek”. Myli się Pan, narciarstwo nie jest „modnym sportem nowoczesnej młodzieży.” Ludzkość zna narty od... 2000 lat! Już historyk grecki Kseno-



Beethoven



Schubert

Do odpowiedzi „J. W.”

font wspomina o „tarczach”, które rycerze podwiązywali sobie pod stopy. Mieszkańcy gór Altajskich używali również nart przed kilkunastu wiekami.

Powstanie swe zawdzięczają narty spostrzeżeniu, że noga o szerokiej podstawie trudniej pogrąży się w bagnie lub śniegu.

Indianie z nad bagien Oregonu używają nart plecionych, które utrzymują ich na powierzchni trzęsawisk, ludy zaś okolic podbiegunowych — od Lapończyków na zachodzie, aż do mieszkańców sybirskiego Amuru — sporządzają narty na wzór płozów saneczkowych.

W Norwegii narty są przedmiotem powszechnego użytku, tak jak w Danii i Holandii — rowery.

Na nartach jeżdżą dzieci do szkoły, a nawet gospodynie — po zakupy.

## Ułomności wielkich ludzi

„J. W.”. Z niechęcią do garbatego kolegi trzeba walczyć i okazywać mu tym więcej sympatii.

Świat należy do wszystkich jednakowo: do pięknych i brzydkich, do zdrowych i chorych. Garb nie jest winą, a — nieszczęściem.

Garbaci wcale nie bywają „przysłowiowo złośliwi”. Winę za ich złośliwość ponoszą często ludzie zdrowi, którzy czynią z nich przedmiot drwin i złośliwości.

Poza tym historia uczy, że wśród ludzi garbatych i karłowatych było wielu wybitnych, a nawet genialnych.

Jeden z największych geniuszów muzycznych świata — Beethoven był karłowatego wzrostu i ponadto potwornej brzydoty.

Podobnym kaleciem dotknięci byli muzycy: Mozart, Grieg i Schubert (mimo, że na ekranie był

przedstawiony jako urodziwy mężczyzna), filozofowie, jak: Platon, Nietzsche i Kant; wybitną brzydotą odznaczyli się: Sokrates, Voltaire, Michał Anioł; kulawi byli: romantyczny poeta lord Byron i nasz Zygmunt Krasiński.

A jednak każdy z nich uczynił dla ludzkości więcej, niż wszystkie razem wzięte „królowe piękności”.

## Różnice czasu na kuli ziemskiej

„Licealistki z Katowic”. Oczywiście, jest to temat równie wdzięczny do wycieżeń, jak marzeń. Miło jest wiedzieć, że gdy w Warszawie mamy słoneczne południe, takie same gorące południowe słońce przyświeca w Budapeszcie, Genewie i Rzymie, ale zato w Buenos Aires jest to zaledwie pora świtania, bo godz. 7.07; w Nowym Jorku jest jeszcze wcześniej, bo równo godz. 6-ta, a zato w Kalkucie jest właśnie podwieczorek, bo tam jest wtedy godz. 16.30, w Pekinie zapada zmierzch — zegary wskazują godzinę 18.46, a w Tokio jada się właśnie kolację, bo zegary wskazują godzinę 20.

Cóż — jesteśmy tylko biernymi pasażerami nieustającej podróży międzyplanetarnej naszego globu...

## Nauka w godzinach popołudniowych

Halinka z Bydgoszczy. Pisze Pani, że chciałaby się kształcić, ale praca zarobkowa nie pozwala. Kto tak, jak Pani, zdaje sobie boleśnie sprawę z braków swego wykształcenia i ma ambicję oraz żądzę wiedzy — to już połowa wygranej!

Trzeba uczyć się koniecznie. Można przecież uczęszczać na kursy

dokształcające, na których wykłady odbywają się zwykle po południu. Na mocy rozporządzenia Ministerstwa Oświaty instytucje tak państwowe jak i prywatne obowiązane są zwalniać młodzież pracującą na popołudniowe godziny nauki.

Poza tym — czytać dobre książki! Warto byłoby też zorganizować sobie towarzyskie kółko dyskusyjne. Życzymy wytrwania i postępów w nauce.

## Jak nauczyć się buchalterii?

„Auchak”. Mogłaby Pani uczęszczać na buchalteryjne kursy wieczorowe Antoniego Szyllera, Warszawa, ul. Królewska nr 31.

## Gdzie nauczyć się gotować?

„Natalia R., Radom”. W Warszawie nie ma narazie wieczorowych kursów gotowania. Ponieważ rozporządza Pani jedynie godzinami wieczorowymi, dobrze byłoby nawiązać kontakt z jakąś gospodynią prowadzącą jadłodajnię, gdzie mogłaby Pani odbyć odpowiednią praktykę.

W kwestiach dolegliwości kobiecych powinna się Pani udać do lekarza-ginekologa.

Szafa-garderoba powinna stać w sypialni. W braku miejsca można również umieścić ją w przedpokoju, o ile jest dość obszerny.

W sprawie estetyki jedzenia i podawania posiłków znajdzie Pani wkrótce szereg artykułów specjalnych na łamach naszego pisma.

Pozdrawiamy Panią i prosimy zwracać się do nas we wszelkich wątpliwościach. Postaramy się zawsze, w miarę naszych możliwości, pomóc Pani radą.

## Kursy kosmetyczne

„Baśka Bryszak” — Wronki Pozn. 4-miesięczne kursy kosmetyczne prowadzi dr Switalska, Warszawa, Marszałkowska 81-15.

Wymagana matura licealna. Najbliższy turnus rozpocznie się 20 lutego 1947 r.

Opłata za naukę — 6.000 zł.

## Oszczędna przydziałowa przuchca

Halina Krasz. ½ kg mąki hreczanej lub kukurydzianej przydziałowej lekko zarumienić na patelni, mieszając łyżką. Wsypać do rondla i wciąż mieszając, dolewać po trochu gorącej wody (mniej więcej 4 szklanki), aż zrobi się dość gęsta kasza. Wstawić pod przykryciem do pieca lub zostawić na brzegu kuchni na ½ godz. Suto okraszyć. Podawać do kwaśnego mleka lub mięsa z sosem.

## Konkurs na powieść dla dzieci

Instytut Wydawniczy „Nasza Księgarnia” ogłosił konkurs na powieść dla dzieci w wieku lat 10-15.

Utwory o tematyce dowolnej, opatrzone godłem, należy nadsyłać do „Naszej Księgarni” (Warszawa, ul. Smulikowskiego 4) w terminie do 1. VI. 1947 r. Nagrody: 80.—, 40.— i 20.— tysięcy zł.

## MŁODOŚĆ... URODA... PIĘKNO...

### dzięki pielęgnacji metodą Mary Mayer

Jak należy pielęgnować swoją skórę, aby jej upiększenie było tylko dodatkiem a nie koniecznością — uczy metoda MARY MAYER — przy zastosowaniu racjonalnej pielęgnacji właściwymi preparatami w

## ATELIER MARY MAYER

obecnie: ŁÓDŹ, Piotrkowska 56 m. 5; tel. 204-98

# ISSY

IDEALNY TUSZ DO RZĘS  
NIE SZCZYPIE I NIE BRUZI  
NADAJE PIĘKNY KOLOR I POŁYSK  
CZYNI RZĘSY MIĘKKIMI I JEDWA  
BISTYMI POBUDZA ICH POROST



LABORATORIUM KOSMETYCZNE **ISSY**  
WARSZAWA-GDAŃSK-WRZESZCZ, UL. SIENKIEWICZA 5a

ZADAC WSZĘDZIE w KOLORACH  
NOIR  
BRUN  
BLEU

**Jeszcze echa „niecałowania rąk“**

„M. Przyłuska i P. Orzecki“. Słuszne i wartościowe odpowiedzi PP. na ankietę „O całowaniu rąk“ nadeszły, niesłety, zbyt późno, gdy ankietka została już zamknięta.

Mamy nadzieję, że zechcą Państwo brać udział w następnych konkursach i ankietach, które będziemy stale zamieszczać na łamach naszego pisma.

**Gdzie szukać prawdziwego klucza szczęścia?**

„Zmartwiona Ita“. Główna do góry! Gdy się ma pierwszą, niefałszowaną młodość, otwartą głowę, która chce być coraz mądrzejsza, zdrowe ręce, które pałą się do pracy, serce, które chce kochać, i tak bardzo wiele dobrych chęci — życie stoi otworem i wszystkie jego możliwości są dostępne.

Taki czy inny drobny defekt fizyczny naprawdę nie ma większego znaczenia. Piękność — to nie żaden patent na szczęście w życiu.

Czy matkę kochamy za jej prośbę? Czy nasze miasto rodzinne jest najpiękniejsze z miast? Czy

Ojczyzna nasza jest najpiękniejszym krajem na świecie? Nie! Ale mimo to — kochamy ją! Być dobrą, miłą, mądrą, pożyteczną — to największe życiowe atuty! I te jedynie wygrywają.

**Kto do mnie napisze?...**

„Rzeszowianka“ — Stanisława M. pisze: „Bardzo pragnę nawiązać korespondencję z młodą Czytelniczką „Mody“ w moim wieku. Mam 17 lat i uczęszczęm do handlowego gimnazjum w Rzeszowie, jestem wesoła i ogromnie lubię młode towarzyszyki. Która do mnie napisze?“

**Różne**

„Krystyna“. Prosimy o przysłanie próbek swej pracy dla zaopiniowania.

St. Jancja, Kozy 174. Dziękujemy za przemyślane listy. Cieszymy się prawdziwie, że pismo nasze, docierając do tak odległego „głuchego“ zakątka, przynosi Pani tyle radości. Wciągnęliśmy Panią do grona prenumeratorek.

Ludmiła Surdyk, Elbląg. Odpowiadamy listownie.

Adela Jantar. Prosimy o adres. Odpowiadamy listownie.

Sezonowe materiały

**wełny, wełenki, jedwabie**

Materiały męskie — bielskie

Bielizna damska i męska.

Pończochy.

**Stefan Marszałek**

POZNAŃ - SW. MARCIN 33



**I-sza LECZNICA WŁOSÓW**, Warszawa,  
DR. BIERNACKIEJ I KISIELEWSKIEJ obrotu: SMOLNA 34



**W. Wabia = Wabinski**

jubiler - złotnik

—  
WARSZAWA

ul. Szpitalna 6

**KREMY „MONTANA“**

w najlepszym gatunku

oraz płyn przywracający naturalny kolor siwym włosom

poleca:

**Mgr Kuletowa**

POZNAŃ, SW. MARCIN 23

Żądajcie w drogeriach i perfumeriach



Czy wyścigi, czy ślizgawka

Dancing, podróż..... zawsze wszędzie

Niechaj sławna „Przemysławka“

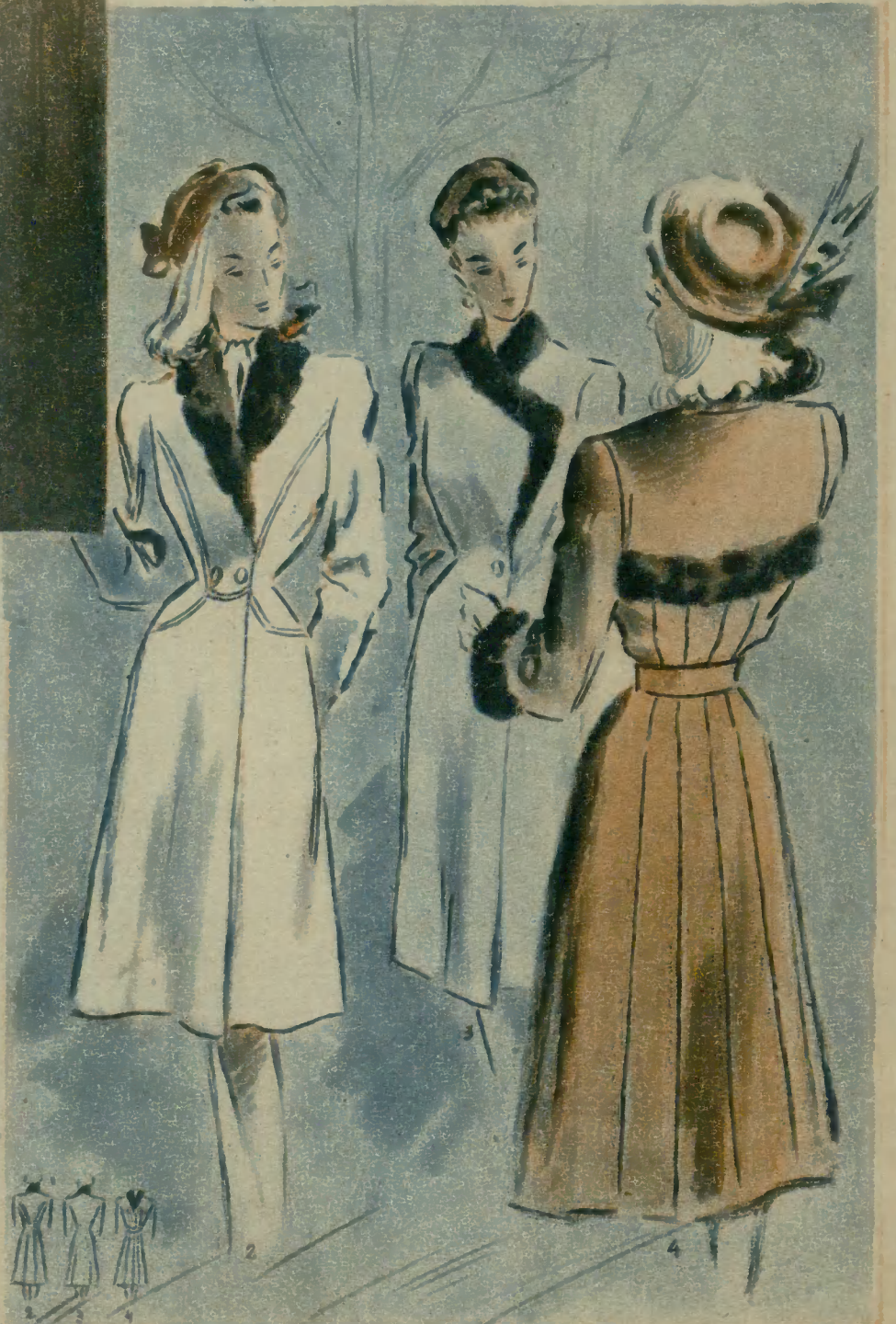
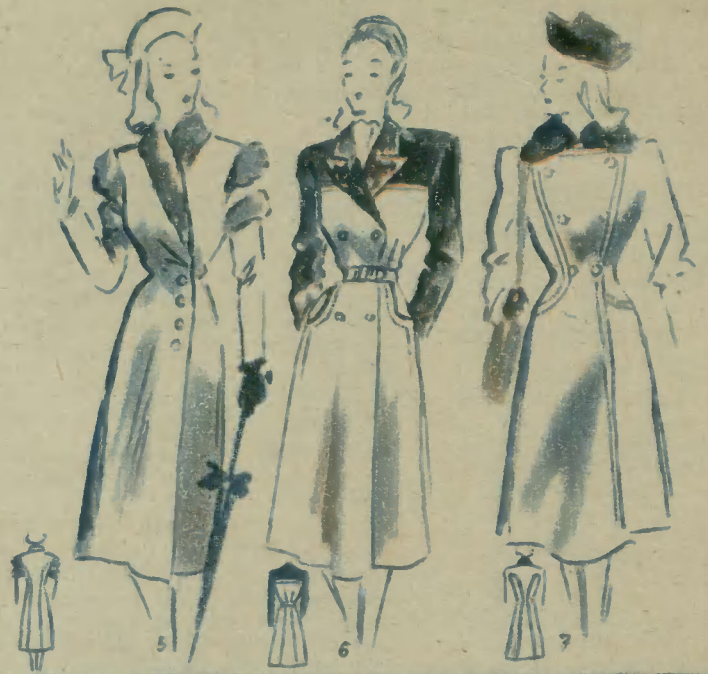
W twojej torebce stale będzie!

**HENRYK ŻAK • POZNAŃ**



**LEDA**

LAB. L. KOŁEJKA WARSZAWA - ŁÓDŹ ANDRZEJA (TRUGA) 51.



## Plaszcze...

1. Piękny młodzieńczy płaszcz w kratę ze szwami trzykrotnie stebnowanymi. Mały kołnierz zapinany pod szyją.

2. Efektowny płaszcz z jasnej wełny z ciemnym futrzanym kołnierzem. Stebnowane cięcia mocno podkreślają wciętą talię sylwetki.

3. Elegancki jasny płaszcz z oryginalnym przybraniem futrzanym, zapinany w talii na jeden guzik.

4. Płaszcz z ciemnej wełny z ciekawie rozwiązaniem fałdowaniem — od karczka w dół. Kołnierz, mankiety i obramowanie karczka — z futra.

5. Bardzo elegancki płaszcz z jasnej wełny, zapinany od talii w dół na cztery guziki. Szalowy kołnierz i pomysłowe przybrania rękawków z długowłosego futra.

6. Płaszcz tzw. „przeróbkowy”, kombinowany z niepełnego kuponu wełny i resztek podniszczonego futra, z którego zrobione są rękawy, kołnierz i karczek.

7. Efektowny dwurzędowy płaszcz z małym futrzanym kołnierzem. Model — zdecydowanie pomładzający.

Redaktorka: JADWIGA BARANOWSKA Kier. art.: HENRYK TAŁLAN-TAŁANDZIEWICZ

**CZY  
TEL  
NIK**

Redakcja i Administracja: WARSZAWA, ul. DASZYŃSKIEGO 16 (dawniej Wiejska). — Sekretariat Redakcji w Poznaniu: Al. Armii Czerwonej 1, (Księgarnia „Czytelnik”). — Ogłoszenia przyjmuje: Biuro Ogłoszeń Spółdz. Wyd. „CZYTELNIK” — Warszawa, Daszyńskiego 14

Wydawca: Spółdzielnia Wydawnicza „CZYTELNIK”

Rękopisów i rysunków nadesłanych Redakcja nie zwraca  
Cena egz. zł 35.— (30 + 5 zł na „Dom Słowa Polskiego”) Prenumerata kwartalna (6 numerów) zł 180 (150 + zł 30 na „Dom Słowa Polskiego”), które należy wpłacać na konto P. K. O. Nr 616, Warszawa — „Moda i Życie Praktyczne” — „Czytelnik”

**CZY  
TEL  
NIK**