

ДОМАКИЯ

Годишенъ абонаментъ

I за абон. въ Т. П. станции
на притурката . . л. 3.—
" " съ Ж. Св. " 5.50

II за аб. направо въ Дирек.
на притурката . . л. 4.—
" " съ Ж. Св. " 7.—

III за странство
на притурката . . л. 5.—
" " съ Ж. Св. " 9.—

СЪ ОСОБЕННО ПРИЛОЖЕНИЕ ЗА ОБРАЗЦИ НА РАКОДЪЛИЯ.

ПРИТУРКА

на

„ЖЕНСКИЙ СВѢТЪ“

Излиза на 10 уисло всѣки мѣсець.

Всичко що се отнася до списването на притурката изпраща се съ адресъ: До Дирекцията на Женск. Свѣтъ ул. Войниша № 122 — Варна.

Ниема неплатени не се приематъ. Въсѣкви обявления, относими се до госпожи и господици, приематъ се. Правото за записи, въ Т.-П. станц. се плаща отдѣлно отъ абон.

Въ Дирекцията се намиратъ за проданъ цѣли течения отъ I, II, III и IV година на „Ж. Свѣтъ“ и „Домакия“

Съдържание:

Дѣятелността на женитѣ въ ступанството и фамилията. — Кроеие. — Расходката за дѣцата. — Кѣмъ майкитѣ. — Воля на дѣцата. — Благоприличieto. — Хишенически наставления. — Слѣсти — Употрѣблението на алкохолитѣ пиймата у дѣцата. — Сирѣнето. — Рецетти за ястия. — Обяснение на образци отъ ракодѣлията. — Корреспонденция. — Извѣстие. — Обявления.

Дѣятелността на женитѣ въ ступанството и фамилията.

кжщовничество.

Знания и длѣжност на домакинята.

(Преводъ отъ Райна М. Сръброва.)

Призванието на жената се показва твърдѣ ограничено, но въ сжщностъ то обгреща едно голѣмо и различно влияние. Грижата на жената не трѣбва да бѣде само за мжжтѣ и дѣцата, но и за всичкитѣ членове отъ кжщата; сжщо тя е длѣжна да се грижи, както за умственото, така, и за тѣлесното нѣмъ развитие. Това, което ний наричаме домашно щастие, повечето нѣшти зависи отъ жената, която разбира да направи кжщата, за всичкитѣ членове въ нея, едно угодно отечество, едно мѣсто за миръ и прилѣжностъ, сжщо — и да се грижи да приучава кжщнитѣ на любовъ и щедростъ къмъ ближнитѣ ни.

Като сръдоточие на всичко, трѣбва домакинята съ своитѣ обноски, съ порядѣка си, съ разбиранieto отъ всичкитѣ домашни работи да служи за примѣръ на всичкитѣ домашни. Тя не трѣбва при малки неприятности да губи хладнобръвнето си; да не дава никога причина за незадоволствие, но такива да гледа да ги потушава. Нужно е тя да разбира, чрѣзъ доброто,

рѣдовното употребление на силитѣ си и чрѣзъ полезното приготвление на работата си, както и чрѣзъ прѣдпазване отъ безполезно работене, да задържа потрѣбнитѣ сили и за въ случай на извънредни необикновени работи.

Домакинята не трѣбва нищо да испуща изъ прѣдъ очи и нищо да не ѝ се види «малко», което не заслужава внимание; трѣбва тя да знае да поддържа всичко въ добро положение, да се грижи за изискуемата се храна а — всичкитѣ кжшци и бѣджитѣ потрѣбности на врѣме да ги приготвява. Въ никое кжщовничество не е позволено да се губи ни най-малкото, защото това, което не е потрѣбно за чловѣцитѣ, почти всичко влиза въ потрѣба за домашнитѣ животни: за поправяне на потона и др. и тия нѣща трѣбва да се изпълняватъ.

Домакинята трѣбва да бѣде въ състояние да може да води кжщата по всичкитѣ отдѣления и да ги прѣдпазва. Да бѣде упражнена въ всичкитѣ домашни работи, за да може да ги възлага и показва какъ тѣ се изпълняватъ. Дѣятелността ѝ да не се придружава съ изнурителна стрѣмнителностъ и шумъ, а колкото много трудна и да е работата, трѣбва да ѝ изпълнява съ спокойствие. Неочаквани случки, които донасятъ съ себе си измѣнение въ по-напрѣшнитѣ наредби, не бива да ѝ затрудняватъ.

Домакинята никога не трѣбва да прѣдава другиму кжщовничеството безъ причина и нужда. Колкото е възможно да се прѣдпазва отъ

дълго отдалечение от къщата; въ случай на малки нерасположености, които не ѝ позволяват да излиза изъ стаята, тя трѣбва отъ тамъ да управлява, като си записва всичко, което дава, за да не ѝ се побърка воденето на смѣтната ѝ книжка. За да се запазва отъ злоупотрѣблениа и безпорядѣци въ врѣме на по-дългото си отсъствие отъ къщи или по нѣкоя друга причина, нужно е домакинята да си въспитава намѣстница, която въ такива случаи да води къщовничеството, както и тогавъ, по обыкновенному. Жената за това нѣщо, нека упражнява нѣкого отъ роднинитѣ или добри слугини, щото да разбиратъ да управляватъ и се грижатъ за домакинството, което ще имъ бѣде за въ бѣдѣ много полезно, ако нѣкога се основатъ собственото огнище или го взематъ за занаятъ и отидатъ да управляватъ нѣкъдѣ у нѣкому къщата. Много момичета, които не сж добили подобно въспитание, сж принудени по-късно, често пѣти да пспитватъ горчиви мѣчнотиц, догдѣто го достигнатъ. Затова е и съвсѣмъ неразумно, ако майкитѣ не допускатъ дѣщеритѣ си да се намѣсватъ въ всичкитѣ домашни занятия и не ги упражняватъ, щото тѣ още отъ ранната си възраст, да бѣждѣ самостоятелни и упражнени въ тия работи. Всѣка разбрана домакния има въ всичкитѣ долапи и мѣста въ къщата си, единъ систематиченъ порядѣкъ, щото замѣстницата, която не е била въ къщата, лесно и скоро може да разбере и води работитѣ въ къщовничеството.

Спистение.

Думата спистение, не значи да се лишава човекъ отъ нужното, но (по спистението) да му бѣде една граница между излишното и нужното. Да се избѣгва излишното и всичко да се употрѣблява полезно и на мѣсто. За това нужно е, всичко ясно и точно да се распрѣдѣли: кои нужди сж необходими и кои допускатъ да се ограничатъ. Като необходимо нѣщо ще се укаже храната, която поддържа тѣлото да е здраво и чрѣзъ туй, да бѣде ума добъръ и състоятеленъ за работа. За храната се пждивява пай-голѣма сума въ къщата, за това трѣбва домакнията да разбира да поддържа винаги точната мѣрка.

Когато напр. по причина на ефтиността, хранитѣ се купуватъ въ по-голѣми количества, тогава домакнията трѣбва да распрѣдѣли това

така, щото да не се употрѣблява отъ тѣхъ повече, отъ колкото обыкновенно, — длѣжностъ, която често пѣти е много трудна, особено, овошки, масла, питпета и др. т. н. тѣй като, много често, отказванието ѝ иде много мѣчно (на домакнията), когато нѣкой пожелае нѣщо повече отъ мѣрката; защото когато се знае, че нѣма, по-лесно се отказва всѣкой отъ желаемото, отъ колкото кога знае, че само малко прѣкращаване до въ килерчето съ хранитѣ, може да го има. Позволи ли домакнията нѣколко пѣти «по-много-то», скоро става това навикъ, а навика — необходимостъ. Послѣ когато къщовницата види, че е нужно да се завърне къмъ по-ранната ограниченостъ, всѣкий усѣща лишението. На домакнията не е позволено да приучава дѣцата си и другитѣ къшни на нѣща, които не могатъ всѣкога да се доставятъ. Напр. не позволяватъ ли срѣдствата да се донасятъ на трапезата скѣпи къшай, тѣ не трѣбва и въ особенни врѣмена да се донасятъ. Човекъ се лишава лесно отъ това, което не познава. Сжщото се отнася и до облѣклото и наслажденията.

Купуването въ голѣмо количество, само тогава е полезно, когато покупкитѣ могатъ добѣ да се увардватъ въ особенни мѣста за запазване, отъ разваляние, защото нищо не струва това, ако покупкитѣ сж купени по ефтини и послѣ ще трѣбва, по причина, че сж развалени, да се хвърлятъ или се донасятъ на масата половинъ развалени.

Хранитѣ и др. т. п. да се купуватъ само защото сж ефтини, това е винаги едно разсипничество. Колкото ефтино и да е едно нѣщо, което ще си купите, можете ли безъ него, то е тогава винаги скѣпо. За да може при храната да се употрѣби истината спистителностъ, трѣбва домакнията да прави разлика мѣжду хранителнитѣ вѣщества и вѣществата за удоволствие; тя трѣбва да се старае да изучава, както хранителнителността на покупкитѣ, тѣй и доброто качество и цѣната имъ.

Спистливата домакния, винаги се съобразява съ годишното врѣме, и се прѣдпазва да украси масата си пролѣтно врѣме, напр. съ първия зеленчусъ, а ще чака, до като почне да се донася на пазаря въ по-голѣмо количество, гдѣто и ще го купи по-ефтино. Сжщото ще прави и съ всичкитѣ овощия, които трѣбва да чака до като сж най-добрѣ оздрѣли, най-вкусни и

здрави; сжщото се отнася и до месната храна. Тя обмисля и разбира, че най-ефтината стока не винаги заслужава, и рѣдко е най-добрата, но пъкъ и че най-скъпата е винаги много скъпа. Такива опити, които довеждатъ една разсѣдлива жена полегка-легка до добъръ край, трѣбва колкото е възможно по-рано да се прѣдаватъ на дъщеритѣ ни въ къщата. Тѣ затова е нужно често да присѣствуватъ при покупкитѣ, да имъ се обръща вниманието на отличителнитѣ знаци и на недостатѣцитѣ имъ, напоследѣкъ, поне отъ врѣме на врѣме да имъ се остава да прѣбиратъ и се грижатъ за покупкитѣ. Съ бѣлитѣ дрѣхы може сжщо да се спистява. Тѣ трѣбва добръ да се перятъ, да се поправатъ изведнѣжъ и най-малкитѣ дупчици. Да не се чака до като се съвсѣмъ оцапатъ, сжщо и да не се перятъ често безполезно, защото съ това тѣ страдатъ повече отъ колкото при носението.

Съ облѣклото може домакинята много да списти, ако тя не се ограничи само съ пуждното, но и съ това, щото глѣда всѣко облѣкло да отговаря на цѣльта. Тя трѣбва да внимава на доброто качество и трайността на платоветѣ за облѣклата, които да могатъ по-вече години да служатъ, като напр. намѣтки, вълнени дрѣхы, кожи и т. н. За домашни и сутренни облѣкла, тя трѣбва да избира прости кроежи съ гарнитурѣ, платоветѣ и цвѣтеветѣ на които да бѣждатъ такива, щото лѣсно да се чистятъ. Съ облѣклото може да се списти още и чрѣзъ очистването и внимателното имъ запазване.

Тамъ гдѣто домакинята или отрастижлитѣ дъщери сами кроятъ и шиятъ горнитѣ и долнитѣ дрѣхы, или пъкъ водятъ това като показватъ на повиканата въ къщи шивачка (помагачка), спистява се не само цѣната, която би била нужна да се даде за шиенето, но и материалъ. За това много е нужно, щото на израстижли момичета да имъ се прѣподава и изучаватъ тѣ кроенето и шиенето. Сжщо и правение на дамски шапки да учатъ, за да могатъ поне да ги прѣправатъ, защото нищо нѣма по-скъпо и по-да се измѣнява въ измѣняющата се мода, както женската покривка на главата.

За да се даде на дъщеритѣ понятие за спистение при облѣклото, трѣбва за тази цѣль да имъ се дава мѣсечно една опрѣдѣлена цѣна, за исхарчването, за която непременно да се изисква смѣтка. Чрѣзъ това тѣ ще изучатъ значението на паритѣ, сжщо ще се грижатъ

много по-вече за облѣклото си и, ако даватъ точна смѣтка за исхарченото, туй нѣщо ще имъ бѣде отъ двойна полза. Спистява се още ако се внимава да се не чупятъ сервиситѣ и развалатъ мобилитѣ и другитѣ поканици; за това нужно е да се приучаватъ дѣцата на внимание да пазятъ да не цапатъ съ овошки, мокри обувки и др. т. н. въ къщи. Никога да се не търпи да седятъ кучета на меки постилки, ако ще би и чисти да сѣ тѣ.

Кроение.

Начинъ за вземане мѣрки.

Една отъ по главнитѣ нужди за скрояването на каква-да-е дрѣха е вземането мѣрки най-точно и правилно.

Многома отъ насъ, както се това вижда често, носятъ дрѣхы искривени и неприлѣгнати по тѣлото имъ. Причината за това е, че невнимателно сме взели мѣрка надъ една дрѣха, която безъ да испитаме, да ли е правилна, т. е. дали мѣрнитѣ ѝ сѣ добръ взети или не, или пъкъ за която съ единъ погледъ се увѣряваме, че носещето ѝ тѣло е пропорционално, та безъ да се потрудимъ да извадимъ други теркове, употребяваме други такива готови, които сѣ тоже пропорционални нѣщо, което не е никакъ добро, тъй като, както е казано вече, едно тѣло не може никога да бѣде еднакво съ нѣкое друго, но винаги ще си иматъ една малка разлика помежду си.

Дѣйствително, нѣкои по този наслѣденъ начинъ сполучаватъ въ пробвата, но така, тѣ исхабяватъ много платъ.

Не отказвамъ нуждата на практичната и оная на погледа и исповѣдвамъ даже, че безъ това не можемъ и работи. Но повтарямъ, че това само не е достатъчно. Освѣнъ това трѣбва да припознаемъ, че една дрѣха, скроена по мѣрка, прилѣга изведнѣжъ, ако мѣрнитѣ сѣ взети точно.

Нѣкои завързватъ единъ бѣлъ ширитъ въ кръста когато взематъ мѣрнитѣ; тази метода е много практична, понеже мѣрнитѣ, които спизатъ до кръста, взематъ се точно и правилно.

Ще ви покажи, прочее, тукъ мѣрнитѣ, които сѣ абсолютно нужни за вземане; безъ съмнение, можемъ да притуримъ и нѣкои други мѣрки, ако сѣ удобни, но по никакъвъ начинъ не можемъ исхвърли нѣкоя отъ тѣхъ.

Мѣрнитѣ, дадени по този редъ, улесняватъ много начъртаването на терковете. Моля прочее, читателкитѣ си да навикнатъ въ вземането имъ, понеже тогава ще могатъ да избѣгватъ погрѣшкитѣ, при учението на вадение терковетѣ за корсажъ (дрѣшката).

Прѣди да постъпимъ къмъ начъртаването на терковетѣ, нужно е, щото при всѣко взимане мѣрки да ги пишемъ въ една край на книгата, гдѣто ще

начъртаемъ терковѣтъ, за да ги имаме винѣги прѣдъ очитѣ си; слѣдователно, присмѣтваме прѣдварително и частитѣ, които сж присмѣтнѣти надъ другитѣ мѣрки и напиеваме и тѣхъ.

1-ва мѣрка. — Дължината на гърба.

2-ра мѣрка. — Полуобиколката на гърдитѣ.

3-та » . — Полугърдната широчина.

4-та » . — Дължината на вратника прѣзъ талията тутакси до кръста при хълбоцитѣ (бедрата).

5-та мѣрка. — Височината подъ ржкава.

6-та » . — Полугърдната широчина.

7-ма » . — Дължината отъ вратника, минавайки прѣзъ издълбаната частъ на прѣдницата при ржкава до кръста при хълбоцитѣ.

8-ма мѣрка. — Дължината отъ вратника прѣзъ височината на гърдитѣ до върха на наститѣ.

9-та мѣрка. — Дължината отъ вратника прѣзъ гърдитѣ до кръста отпрѣдъ.

10-та мѣрка. — Полукръстната обиколка.

11-та мѣрка. — Полухълбочната обиколка. Тъзи мѣрка се взема малко по-хлабо 18-20 смтм. подъ кръста.

Ржкавъ.

12-та мѣрка. — Обиколката на изрѣзаното (издълбано) мѣсто на дрѣхата за ржкави.

13-та мѣрка. — Дължината на ржкава до лакътя.

14-та » . — Отъ лакътя до китката.

Тия мѣрки, разбира се, отнасятъ се само за корсажи *селтми*. Неизбѣжно е, прочее, да се вземе и за политѣ. Дебѣлината на шията не се взима, освѣнъ на пълнитѣ хора.

Прѣпорѣчваме най-специално да се обърне голѣмо внимание на 2-та мѣрка (полуобиколката на гърдитѣ). Тъзи мѣрка се взема около цѣлата снага, минавайки прѣзъ мишницитѣ, и внимавайки, щото сантиметрътъ да мине подъ плѣщитѣ отзадъ а отпрѣдъ прѣзъ най-издаденото мѣсто на гърдитѣ.

За 4-та и 7-та мѣрки (дължината отъ вратника до хълбоцитѣ) трѣбва да внимаваме добръ, за да намѣримъ издълбаното мѣсто на хълбоцитѣ, гдѣто да спрѣмъ гледайки, сънитметрътъ да е добръ обтѣгнѣтъ.

За 5-та мѣрка, ржката не трѣбва да бѣде много дигната, за да не се вземе много дълга тъйзи мѣрка. За останалитѣ мѣрки, понеже тѣ не прѣдставляватъ никакви мѣжнотии, не правимъ никакви особенни забѣлѣжки.

Нѣкои отъ читателкитѣ ни ще забѣлѣжатъ, може би, че вземаме много мѣрки. Това е истина; нѣ, щомъ веднѣжъ нѣкой навикне да ги взема, то това ще имъ бѣде вече много лесно; но освѣнъ това, е невъзможно да се нехвърли нѣкоя отъ тѣхъ, защото не ще може да бѣде нѣкой увѣренъ, да ли е вѣренъ теркътъ.

Тритѣ първи мѣрки: дължината на гърба, полуобиколката на гърдитѣ и полугърдната широчина сж сж най-неизбѣжнитѣ, основнитѣ мѣрки, безъ които не можемъ никога да сполучимъ въ прилаганieto на една дрѣха (корсажъ).

4-та мѣрка, която мнозина не употрѣбляватъ, е тоже много важна и ето защо:

По нѣкога се изисва, щото талията да бѣде дълга, както се то носи много често; по нѣкой си въ то-

зи случай взематъ само 1-та мѣрка (дължината на гърба) тъй дълга, щото по нѣкога дрѣхата се подава даже отзадъ, защото продължаватъ сантиметра до колани на роклята, която често висе отзадъ; а понеже тѣ не взематъ 4-та мѣрка, то за това винаги трѣбва да се основаваме върху правилото, че не трѣбва да забравяме *завързвонитето шприти за опрѣдѣление краста*. Въ противенъ случай никога нѣма да сполучаваме, щото дрѣхата ни да бѣдѣ точна и правилна по кръста; а пъкъ особено, като не употрѣбляваме и 4-та мѣрка, дрѣхата ще бѣде отзадъ дълга по талията, а отъ страни при хълбоцитѣ ще се вдига.

Да прѣдположимъ още, че си носятъ турнюритѣ, което нѣщо по нѣкога се случва. Тукъ сега се случва противното: талията отзадъ се скѣсява, а отъ страни е дълга. Какъ бихме прочее, могли да прилѣгнемъ тъйзи дрѣха надъ този турнюръ, ако не щѣхме да употрѣбимъ 4-та мѣрка? И тъй въ този случай 4-та мѣрка играе много голѣма роль за опрѣдѣление на кръста.

5-та мерка еднакво тъй важна; тя ни показва височината на рамената, дали сж пропорционални издигнати или не, понеже всѣкой знае, че колкото рамената, сж високи, толкова и 5-та мѣрка бива по дълга.

6-та и 10-та мѣрки не сж до толкова важни въ тази система, затова излишно е да пишѣмъ и за тѣхъ.

7-та и 9-та мѣрки ни показватъ стоежътъ (стройката) на лицето. Ако тия мѣрки сж дълги, пропорционално съ оная на гърба, то стоежътъ е много правъ. Ако, напротивъ, тия мѣрки сж къси, то стоежътъ е неправиленъ и гърбавъ. По пататъкъ ще говоримъ за различни неправилни стоежи (постройки). За сега молимъ читателкитѣ си да обърнатъ голѣмо внимание въ употребението на мѣркитѣ въ вѣрното и точното нѣтъ употребление.

Фигуритѣ 5 и 6 показватъ, какъ се взетатъ мѣркитѣ.

Расходната за дѣцата.

Майкитѣ трѣбва добръ да помнѣжатъ, че не сж назначени, само да раждатъ, но и да се грижатъ както за тѣлесното, така и за умственото развитие на дѣцата си. За това трѣбва да упражняватъ не само тѣлото имъ, но ума и разума. Най-доброто сръдство за упражнение на дѣцата е да тичатъ и играятъ на отворено мѣсто, безъ да се прѣпятствуватъ отъ малкитѣ измѣненне на атмосферата. Дѣцата, които сж привикнали да излизатъ всѣки день, макаръ единъ часъ, ставатъ нечални, меланхолични, нервози, щомъ ги лишимъ отъ расходната.

Расходната е необходима не само за тѣлесното но и за умственото здравие на дѣтето. Колко е полезно и колко необходимо за огледване и възпитание на дѣцата, щото майкитѣ сами да ги придружаватъ въ расходкитѣ, като зематъ участие даже и въ тѣхнитѣ игри!

Въ врѣме на расходната можи да упражните зрѣнието на дѣтето като му покажете далечни прѣдмети. Ако се излѣжи въ различаванieto имъ може да го довѣдѣте

при прѣдмета за да го схвани добрѣ. Земате отъ земята камъкъ или каквото и дае и питате дѣтето за формата му, тѣжестта, цвѣтътъ, твърдостътъ и пр. Събирате отъ земята цвѣта и го питате за цвѣта му, съставнитѣ му части за различнето, което иматъ помежду си, така щото, да различи едното цвѣте отъ друго!

Упражлявате сѣщо и слуха му, като обърните вниманието му на разни гласове, тѣй напр. гласа на раз-

нитѣ птичета или животни, далечни тропанне, шумъ и пр. на разни прѣдмети. Така по тѣзи начини се развиватъ чувствата на дѣтето. Ще се научи да наблюдава да познава прѣдметитѣ да ги описва щомъ се завърне у дома.

Както въ кѣщата, така и вънъ отъ неѣж да развеселимъ дѣтето като сѣщеврѣменно развиемъ и ума му, но всѣкога тихо безъ да го засилимъ и уморимъ.

Къмъ майкитѣ.

За дѣцата.

Какво се прави.

Когато дѣтето се роди, не го миѣжтъ добрѣ.
Вързатъ рѣцѣтъ му въ пелвинитѣ добрѣ стиснати.

Тургатъ на главата му шапки, покривки или други.
Даватъ да пие топли пития.
Даватъ му да сучи само слѣдъ три деня.

Щомъ обаче почватъ да му даватъ да сучи, не прѣставатъ ни минута отъ да му даватъ да сучи.

Тургатъ го да лѣжи при майки си.
Дигатъ го когато плаче.
Люлѣжтъ го постоянно.
Заспиватъ го на рѣцѣ или на колѣнѣ.
Даватъ му и твърда храна.

Отбѣгватъ да го миѣжтъ.

Никога не миѣжтъ главата му. Оставатъ да се образува нечистотия на главата му и не го чистѣжтъ.

Никога не отрѣзватъ нѣктитѣ му когато порастаѣтъ.
По богатитѣ расхождатъ и въ първитѣ още мѣсеци въ кола, които ги употребляватъ и въ зимно врѣме.

Носѣжтъ ги всѣкога на дѣсената рѣка.
Даватъ на бозайничето да яде мѣсо и вино за да се осили.

Даватъ да яде и пие изобилно каквото иска.
Учѣжтъ и да ходи прѣди още да има сила да стои на краката си.

Когато млѣкото на майката не е достатѣчно въ първитѣ мѣсеци, даватъ му харарутъ, грнзъ и други подобни нѣща.

Какво трѣбва да се прави.

Трѣбва да го миѣжтъ съ изобилна хладка вода.
Рѣцѣтъ трѣбва да се оставѣжтъ свободни и едвамъ да стѣгатъ колана.

Една покривка стига.
Майчиното млѣко или на дойката е достатѣчно.
Да му се дава да сучи слѣдъ три или четри часа слѣдъ рождението му.

Да се кѣрми въ всѣки два или три часа.

Да се тури въ люлката си.
Да го оставѣжтъ въ люлката му.
Да го люлѣжтъ колкото се може по-малко.
Да го заспиватъ въ люлката му.
Трѣбва да изнижѣжтъ зѣбитѣ му, за да му се дава друга храна отъ млѣкото.

Ежедневно да го миѣжтъ
Трѣбва да миѣжтъ и главата му както и цѣлото тѣло. Съ малѣкъ и мекъ сѣнгеръ или четѣа да му чистѣжтъ главата та да не оставѣжтъ да се образуватъ нечистотии,

Да отрѣзжтъ нѣктитѣ.
Само дѣте на осемъ или десетъ мѣсеци може да се тури въ подобни кола, а прѣдъ тѣзи възраст, трѣбва да се носи на рѣцѣ. Въ зимно врѣме да не се употребѣжтъ подобни кола.

Да се носѣжтъ ту на дѣсената, ту на лѣвата рѣка.
Не трѣбва да му се дава нито мѣсо нито вино.

Да яде малко и опрѣдѣлени видове ястѣта.
Да се упражнява щото постепенно да стои право, а да не го заспиватъ да ходи.

Никое друго млѣко, освѣнъ кравешкото или козе може да намѣсти майчиното млѣко.

Воня на диханието.

Едно най-неприятно нѣщо, което може да бѣде въ челоуѣка, то е безъ съмнене. лопата миризма отъ устата му.

Обикновенно, при нормалнитѣ обстоятелства, диханието, т. е. въздуха, който излиза отъ бѣлитѣ дробове чрѣзъ издишаннето, нѣма никаква миризма. У мнозина диханието взема различни неприятни миризми, вслѣдствие пушеннето тютюнъ, пиење вино, ракия и

други спиртлѣви питѣта, ѣдението на чесновъ или червенъ лукъ и прочее. Миризливо диханне причиняватъ още болѣститѣ на стомаха и на бѣлитѣ дробове, както и всѣкитѣ възпадения на лигавата цѣпа на носѣтъ, устата, езика и вѣницитѣ. Таково едно неприятно диханне, вслѣдствие горнитѣ причини, се махва, естествено, като се излѣкуватъ самитѣ болѣсти, които го произвеждатъ. Но най-обикновенно, ежедневно, може да

се каже, се срѣща тѣзи воня на диханието у тѣзи хора, които никакъ не се грижатъ за чистотата на устата и зжбитѣ си. Частичкинтѣ отъ хранитѣ, които оставатъ между зжбитѣ, нощемъ се разлагатъ и издаватъ зловоние, изъ устата; сжщото правятъ и гнилитѣ корени, които се намиратъ въ устата, или кухитѣ зжби, гдѣто се разлагатъ влѣзлитѣ части отъ храни.

Въ послѣдния случай, само по себе си се разбира, какво трѣбва да се прави: 1) извади гнилитѣ корени, ако имашъ такива, или испълни ги, изравни ги на мѣстото имъ. 2) лѣкувай кухитѣ си зжби съ пломбирание. 3) всѣкога, слѣдъ ѣденіе, пладне и особено вечеръ, чисти зжбитѣ си съ една клечка за зжби (прѣдпочително отъ перо). и 4) всѣка утринъ оплакни устата си съ вода и чисти зжбитѣ си съ четка и съ прахъ.

По този начинъ, не само диханието нѣма да бѣде съ лоша миризма, а напротивъ, съ приятна но още и зжбитѣ ти ще бѣждъ чисти и, въ всѣки случай, винаги здрави. (Зжб. Сборникъ.)

Благоприличието.

Масата.

Благоразумнитѣ и способни кжщовинци могатъ съ малко разноски да иматъ една маса твърдѣ гиздава украсена, сервирана. Задлъжаваме, прочее, всички домакини да се позанимажтъ, споредъ състоянието си, съ гиздавината въ сервираніето на масата — нѣщо, което е едно живо развлечение за мжжа, който по такъвъ начинъ нѣма да се блазни отъ позлатенитѣ и богати украшения на маситѣ по гостилницитѣ, когато у него си всичко това наредено!

Бѣла дамасчена покривка на масата е твърдѣ приятна за погледа.

Една салфетка отъ тъмноцвѣтенъ платъ, ошита съ полски цвѣти отъ цвѣтни конци, е една хубава работа за всѣка домакния.

Напослѣдъжъ малкитѣ богати салфетки за чай и т. п. се правятъ търкалести отъ судекрюненъ платъ, заобиколени отъ сжщия видъ дантели.

Ако имате нѣкоя китка отъ цвѣти, то не ѣж държете въ салона, нѣ си окичете съ неѣж семейната маса, като ѣж турите въ единъ най-обикновенъ, ако искате, нѣ отъ елегантна форма вазъ.

Всѣкидневнитѣ салфетки за ѣденіе трѣбва да бѣждъ увити и прѣкарани въ търкалести салфетници.

Най-сжжнитѣ салфетници за ѣденіе за една домакния сж ония, що сж изработени отъ самитѣ ѣ ржцѣ, съ кижна канава или какъвъ да е платъ защитъ на дебелъ картопъ.

Имайте винаги и на семейната маса, пожоно-силници и дѣсчени търкала бутлконосилници. Домакинята, въ случай че има поканени, или и въобще, колкото се може винаги трѣбва да сѣди на масата чисто и добръ облѣчена. Има нѣкои, които мислятъ, че благовъспитателността изисква ѣденіе съвсѣмъ малко на чужда, ние мислимъ, че всѣки трѣбва

да бѣде толкова, колкото му е нужно, безъ, разбира се, да бѣде прѣувеличено.

Подиръ ѣденіето трѣбва да се измита и провѣтрюва трапезарията.

Зимно врѣме самоварътъ се туря на една маслчка, покрита съ една добръ ушита и украсена покривка.

Хигиенически наставления.



ставѣте малкитѣ си да се движатъ, тичатъ и скачатъ свободно. Ако ги виждате постоянно да сѣдятъ, не мислете че сж мирни, но трѣбва да знаете че това е слѣдствие на болѣсть и въ такъвъ случай, неподвижността повече ги поврѣжда. Малкитѣ имъ членове иматъ нужда отъ движение.

** Ето какви сж прѣдпазителнитѣ мѣрви, които трѣбва да земите за болнитѣ:

1) Стаята на болния да е чиста и да се повѣтрюва често, освѣтъ когато врѣмето не го позволява.

2) Да не безпокоите болния съ разни въпроси, нито да му съобщите печални съобщения.

Да изпълните точно заповѣдитѣ на лѣкаря, безъ да отстѣпнитѣ прѣдъ никакви прѣпятствия, било отъ страна на болния, било отъ страна на чужди съвѣти на баби или други, които често пжти внушаватъ недо-вѣрие къмъ лѣкаритѣ.

** Ония, що се занимаватъ умствено, сж изложени въ разни болѣсти, произходящи отъ сѣдиция животъ и умственното уморяване. На послѣдната причина се дължи меланхолията, ипохондрията, главоболието и толкова още много болѣсти. Всичкитѣ тия лица, сж длъжни да диятъ единъ опрѣдѣленъ хигиенически животъ. Да отбѣгватъ отъ всѣко злоупотребление, да се упражняватъ, да ставатъ рано, да спятъ умѣренно но не чрѣзмѣрно, да обръщатъ внимание къмъ дѣйствието на дихателнитѣ имъ органи.

** Смилянието на храната почва отъ устата. Една отъ причинитѣ на не добръ смилянието е или нечистотитѣ въ устата, въ които оставатъ остатъци и които отъ послѣ се разлагатъ, или зжбитѣ, които сж развалени и защото гнилата частъ на зжбитѣ всѣкога съдържа бактерии, които се смѣсватъ съ храната, слизатъ въ стомаха, гдѣто и се разлагатъ.

Почти всѣкога, страдающий отъ не смиляние има и неприятенъ вкусъ, а устата му мирнѣжтъ. Ако млѣкото се туря въ недобръ очистенъ сѣждъ, скоро се окислява, сжщото се случва и съ храната, която се намира въ уста не очистена. За това трѣбва устата прѣди и послѣ ѣденіето да се омие съ проста вода, или по-добръ, съ слабъ растворъ отъ обикновена солъ или бораксъ. Подобна една работа нито много врѣме изисква нито трудъ.

** Страдающий отъ диспепсия (мжчно смиляние) или надувание на стомаха, трѣбва да отбѣгватъ отъ нишестени вѣщества и въобще тестени. Такива хора трѣбва да яждъ кората на хлѣба, но опечени повторно на огъня.

— Ако искашъ да прѣкарашъ спокоенъ и дълъгъ животъ слѣдвай тѣзи правила:

- 1) Расхождай се два часа на день.
- 2) Спй седемъ часа въ нощта.
- 3) Ставай отъ лѣгло то си, щомъ се събудишъ.
- 4) Щомъ станешъ, работи.
- 5) Яждь само когато огладишешъ и то бавно.
- 6) Пий когато ожадишешъ.
- 7) Говори симо ако има пужда.
- 8) Пипи само онова, подъ което можешъ да си поднишешъ.

9) Направи само онова, което можешъ и да расправшишъ на другитѣ.

10) Не забравай, че другитѣ може да се оповаватъ на тебе, тп. обаче не трѣбва да се оповавамъ на другитѣ.

11) Не оцѣнявай паритѣ нито повече, нито по-малко отъ дѣйствителната имъ стойность, защото сж добъръ слуга, но злъ господарь.

* * * Краката отъ тѣснитѣ обуца пстиватъ, защото прѣпятствуватъ свободното циркулиране на кръвта, която, ако сж широки, между краката и обуцата се намира топълъ въздухъ.

Не обувайте никога мокри обуца защото и най-малката мокрота при испаряването си отнѣма топлината на краката.

Съвети.

Ако искате да имате чисто кр. масло. Турѣте маслото на слабъ огънь, като прибавите на четири гр. масло 60 гр. вѣглища (прахъ), 5 гр. тебеширъ (прахъ), моркови. Около половинъ часъ всичко това разбърквате постоянно и отнѣмате отъ горѣ пѣното. Слѣдъ това прѣкарайте го прѣзъ едно тънко платно (муселинъ) и оставѣте да истини. По такъвъ начинъ очистеното масло става много вкусно.

Праха отъ вѣглищата отнѣма газоветѣ отъ него, тебешира изравнява киселинитѣ, медъта дава вкусъ, а морковитѣ даватъ възжелтеникъвъ и приятенъ цвѣтъ.

Когато маслото истини, извадѣте го отъ сѣждътъ, намокрѣте го съ студена вода. Размѣсѣте съ маслото и нѣколко парчета хлѣбъ добрѣ спечени, които отнѣматъ всѣкало миризмата и които ще извадите слѣдъ нѣколко врѣме защото ще мириснатъ. Насолѣте маслото и пазѣте го.

3. *Получава отъ мастило* За да се извади лѣтно отъ мастило, което е направено на ленени копринци или вълненитѣ платове, намокрѣте опѣгненитѣ части и слѣдъ това оставѣте ги да стоѣтъ нѣколко часове въ теребентинъ (нефть). Слѣдъ това растрийте ги добрѣ съ ржцѣтъ си; пѣтната ще пзлизатъ безъ ни най-малко платътъ се развали.

Какъ се чистятъ ржавициитѣ. Натопѣте въ мляко сѣнгеря и слѣдъ това растрийте пзъ лѣко съ малко сапунъ ржавицитѣ си. Слѣдъ това турѣте да псѣхнатъ ржавицитѣ, като ги опѣгате постепенно.

Запазване на риба. — Добро е лѣтно врѣме да се завиватъ рибитѣ съ намокрено платно въ съдържания ги сѣждъ; испарението на влагата отъ платно-

то запазва рибитѣ прѣснѣ. Нѣкои кухарки прѣдпочитатъ да отлюспѣжатъ рибитѣ, да ги очистватъ и оставятъ да се прѣцѣдятъ, та ги завиватъ въ бѣло платно и ги поставятъ въ хладно мѣсто, додѣ ги наготвятъ.

Когато рибитѣ ще се наготвятъ на слѣдующия день, очистватъ се и поставятъ се въ подпницата; а когато ще трѣбва тѣ да се запазятъ за прѣзъ 24 часа лѣтосъ и за прѣзъ 3 деня зимасъ, попарватъ се съ солена вода и се оставятъ въ тая армия, която трѣбва да ги покрива, до тогава, когато ще се готвятъ. Ако ли ще се испратятъ навънъ, то пригото- влява се една каша отъ хлѣбна вжтрѣшность и спиртъ, съ които се напълнюватъ устата и жабритѣ; послѣ, покриватъ се прѣсна коприва, а, най-послѣ, съ сѣно, което се намокрюва, а всичко се вързва съ канпъ. Или пъкъ турятъ се въ ледъ: или, най-послѣ, въ случай на нѣманне ледъ, посрѣдъ двѣ желѣзни парчета, поѣже металътъ забавя разлаганieto посрѣдствомъ электричество, което приема отъ рибата.

Кога яйцата сж прѣснѣ. — Колкото сж по-чисти и прозрачни, като ги гледаме на свѣтлината, толкова сж по-прѣснѣ; а колкото сж по-тъмни, толкова по не-прѣснѣ. — Колкото е по не-прѣсено, толкова, повече възлиза къмъ повърхностьта на единъ литръ вода, въ която сме растопили 125 гр. соль: яйцата отъ сжщия день потѣва до дъното, вчерашното, не потѣва до дъното, а яйцето, снесено прѣди дена, плува верѣдъ водата.

Употрѣблението на алкохолнитѣ питиета отъ дѣцата.

Не рѣдко срѣщаме у насъ родители, които даватъ на дѣцата вино и други спиртни напитки като ракия, конякъ и пр., защото били полезни за здравие-то. Мнозина даже, усѣщатъ особено удоволствие, когато въ врѣме на обѣда дѣтето само дига чашата; това се забѣлѣзва особено въ по-долната класа.

Доказано е обаче отъ опитъ, че спиртнивитѣ напитки много вредително дѣйствуватъ за здравие-то на дѣтето, ставатъ причина на разни болѣсти, особено злѣ влияятъ на мозага. Достатъчно е мислимъ да при- вѣдежъ слѣдующия примѣръ заетъ отъ едно хигиени- ческо списание, за да убѣдимъ читателнитѣ си за вред- нитѣ дѣйствия на спиртни напитки.

Едно дѣте на десетъ години по твърдѣ събудено и остроумно заболяло отъ серпозна болѣсть. Баща му, слѣдъ оздравяването му, давалъ всѣки день 2-3 чаши старо вино за да се осили. Случайно, срѣщнахме, казва до- тора, това дѣте, слѣдъ 2 мѣсечно употреблението си виното и видѣхме че почти бѣше изгубило наметъта и остро- умнето си съ които бѣше надарено. Заповѣдахъ, тозъ часъ да прѣстанатъ отъ да му даватъ вино и дѣтето не закъснѣ пъкъ да дойде въ първото си състояние. Но баща му като не можеше съвсѣмъ да лиши дѣтето си отъ това полезно питие, почна въмѣсто 3 пѣти и старо вино, да му дава бира, но дѣтето не закъснѣ да изгуби пъкъ наметъта си, което не дойде пъкъ, освѣнъ когато съвсѣмъ се отказа отъ тия напитки.

Сиренъето.

Сиренъето не е друго нищо, освѣнъ сгъстено млѣко и масло, солено и пресовано.

Сирението въобще е хранително, но не е за слабѣ стомаси. Сиренъето, като храна само, съ хлѣбъ, мѣчно се смѣла. Мнозина обаче лесно смѣлятъ сиренъето, когато го ядѣтъ на края на яденіето си. Опеченото сиренъе по мѣчно се смѣла. Не ще съмнение мѣчното смѣлание на сиренъето се дължи на твърдостта му. Мекото сиренъе по-лесно се смѣла защото съдържа по-вече масло. Казва се въобще, че сиренъето помага за смѣланието на другитѣ ястията и за това обикновено се яде пай на края. Това и ако е истина причината му е слѣдующето: Осилнето което употребява стомахътъ за смѣлението на сиренъето, влияе и на другитѣ въ стомаха храни, които по-лесно се смѣлятъ.

Редовното употребѣние на сиренъето е вѣднотелно за здравето.

Рецепти за ястия.

Едно питие отъ коритѣ на портокала: Вземѣте единъ литръ отъ добро качество ракия или спиртъ, потопѣте коритѣ на четири портокала и оставѣте да вкисне около 15 дена, като прибавяте отъ врѣме на врѣте и други кори; слѣдъ 15 дена изцѣдѣте го и го налѣйте въ едно пише добръ запушено. Пийте го, като налѣйте въ една чаша съ студена захаросана вода, една кафена чашка отъ това питие, което е едно прѣвходно питие за стомахъ.

Таукъ-пюсю. Земаме гърдитѣ на кокошкитѣ, възвираме ги, начукаваме и ги прѣкарваме чрѣзъ цѣдка. Слѣдъ това пѣкъ го тургаме на огъня да вари съ бульонъ до като се сгъсти и оставяме да истине. Прибавяме послѣ 9 разбити яйца съ $\frac{1}{2}$ гр. захаръ, 60 гр. нишеста, 2 лп. млѣко и малко сита канела и ги разработваме на огъня. Когато ще бѣде като крема, снимаем го отъ огъня и го сервираме.

Миди паржени. Очистѣте и опийте добръ мидитѣ, слѣдъ това турѣте ги на огъня да стоѣтъ до като се отварѣтъ. Отдѣлѣте на страни мѣсото му, а въ водата на мидитѣ прибавѣте малко солъ, пиперъ, канела, брашно, та да стане на каша. Натопѣте въ този каша мидитѣ и опържете ги съ дър. масло. Слѣдъ това натиснѣте малко лемонъ и сервирайте. Много е вкусно.

Миди съ чесанъ. Очистѣте по горния начинъ мидитѣ и ги отдѣлѣте отъ чурупкитѣ. Пригответѣ малко чесанъ, орѣхъ, малко намокренъ хлѣбъ, дървено масло, солъ и начукайте ги. Прибавѣте малко оцѣтъ и водата отъ мидитѣ. Надъ това парѣдѣте мидитѣ,

Обяснение на образцитѣ отъ рѣкодѣлията.

Обр. 1-7 *Примѣри Китайци.* За чайна покривка на масса. Ошивае надъ лепенъ платъ съ разно-цвѣтна Персийска коприна, която може и да се пере безъ да избѣлѣе. Може да се ошие и съ цвѣтни конци.

Обр. 8-й *Кюше за озаливница* или покривка; певница Рипелне.

Обр. 9-й *Вазиливницъ.* Ошива се върху пембенъ плюшъ (10.) съ коприна и кадифелѣци съ показанитѣ въ обр. (10) цвѣтове. Подплатата а, а — вишиненъ плюшъ, жгловетѣ в, в — кременъ или бѣлъ атлазъ.

Корреспонденция.

Г. Р. Ст. Гюдюлева *Янболъ*, получихме 3 лева за 97 г. и 1 л. остатъкъ за 96 г. — Е. Р. Михалова *Кюстендилъ*, Ст. И. Тревненска *Г. Ореховици*, получихме по 4 л. 97 г. — Евт. Хр. Накова *Видинъ* получихме 3 л. 96 г. — Тодорина Василева *Тутраканъ* получихме 3 л. 97 г. «Домакията» отдѣлно струва 4 л. — Х. К. Пун. *Пешера* Благодаримъ за статията Ви, която е писана съ сжичинско съчувствие. Дано тия съчувствия да усѣщахъ и други, за жалостъ обаче не може се помѣсти. М. К. Казасова *Айтосъ* получихме 9 л. абонаментъ «Ж. Свѣтъ» и «Домакията» и «Забодѣварскій Сборникъ». Внесѣте, молимъ още 1 лев. — Г-жа Г. П. Г-рова въ Ловечъ получихме испратенитѣ Ви л. 96 г. — Гидка Петрова *Руссе*, сжчо получихме 7 л. 96 г. — Д. Друмево *Силистра* получихме 7 л. 97 г., 0.70 ст. остатъкъ 96 г. Хр. Панаѣотева *Шуменъ* безъ прѣдплата за жалостъ не можемъ се съобразя съ писмото Ви. А. G. Greeff и Е. К. Kudjagova *Toulsea* получихме по 9 л. абонаментъ «Ж. Свѣтъ и Домакията». Д. Юрдановъ абаджи получихме 7 л. 97 г. Върбановъ? въ молимъ съ какъвъ адресъ получавате понапрѣдъ списанието, за да се съобразимъ съ писмото Ви.

Извѣстие.

1) Нѣкои отъ г. г. абонатитѣ и абонатитѣ ни съ писма ни молѣтъ да имъ испращаме и «З. Сборникъ», безъ обаче да съпровождатъ писмата си и съ стойността му. Съобщаваме имъ, че безъ прѣдилата за «Ж. Свѣтъ» съ «Домакията» 7. лев. и за «З. Сборникъ» 3. лев. *порѣжката имъ не може да се исплати.*

2) За прѣдплатившиитѣ абонати на «Ж. Свѣтъ» съ «Домакията» «З. Сборникъ» се дава за 3 лев. вмѣсто 4. 80. За необходимостта и полезността за всѣко семейство на това списание, виждѣ «Ж. Св.» стр. 8.



ЕКОНОМИЧЕСКИ САПУНЪ

НА

ХР. ИВ. РИЗО, ВЪ ВАРНА

награденъ съ златенъ медалъ въ I-то Българско земеделѣческо-Промисленно Изложение въ Пловдивъ и съ бронзовъ — отъ Анверското изложение.

Прѣдпазвайте се отъ имитация. Истинскій сапунъ носи горнята марка.

Поправки за I-ий брой.

стр.	колон.	редъ	вмѣсто	чети
4	I	9	грижете	грижете се
5	"	47	подлъжаватъ	задлъжаваха
5	II	24	само . . да повърва	сама . . заповѣдва
5	"	34	нейното	нейната
6	II	4, 8	любимѣтъ	мобилитѣ
"	"	22	дрѣхитѣ	мобилитѣ
"	"	43	отправаніето	отпращаніето
7	I	21	Въ смислъ	въ случай