

## Juomarajat työläisnais- ten turmioon saat- tajat

Hotelli- ja ravintola-tarjoilijattarien palkat ovat vielä useassa paikassa hyvin pienet — usein paljon pienemmät kuin niiden liikkeiden toisten työläisten palkat.

Viime aikoina on ollut useampia tarjoilijattarien ja hotellityöläisten lakkoja. Syynä tietysti ovat aina olleet liaksi pienet palkat. Monissa hotelleissa, joissa työt saavat ruuan ja asunnon, on maksettu ainoastaan 18—20—25 dollaria palkkaa kuukaudelta. Näissä pienipalkkaisissa paikoissa on tavallisesti ollut käytännössä juomarahojen antaminen tarjoilijattarille. Kun palkat ovat näin pienet, ovat tarjoilijattaret pakotettuja ottamaan vastaan juomarahojen ruokavierailta, ja vieläpä vrittämään saadakkin niiltä, sillä \$18,00 menee tarjoilijattarella yksistään työvaatteisiinkin kuukaudessa.

Hotelli- ja ravintolatyöläisten järjestöt aina tavallisesti vaativat juomarahojen antamisen lopettamista isännistön määräyksestä ja onpa lakikin joskus juomarahojen antoa vastaan. Unionit tavallisesti vaativat tarjoilijattarille riittävästi palkkaa työnantajalta, ettei heidän tarvitse liehakoita palkanlisäystä ruokavierailta.

Juomarahojen antaminen ja vastaanottaminen on siveellisesti perin alentavaa, ja monet ovat ne tytöt, joiden moraalinen ja elämän rappaaminen on saanut alkunsa juomarahta-tuttavuuden kautta.

Monet miehet ottavat heti suuria vapauksia tarjoilijattareen nähden kun ovat antaneet hänelle 10—25 senttiä juomarahtaa. He ottavat vapauden "kurttiseeraamalla" häntä, kutsuvat häntä etunimeltään tai jollakin lempinimellä, ja yleensä käyttäytyvät tarjoilijattaria kohtaan kuin hän olisi vieraista omaisuuksia, joten he eivät käyttäytyisi kunnioittamaansa naista kohtaan. Tarjoilijattaren on otettava kaikki hymysuun vastaan, vaikka vihan ja alennuksen usein sydäntä viiltäen. Mutta kun isännän valpas silmä pitää tarkkaa vahtia siitä, miten hän kohtelee ruokavieraita ja oma pieni palkka kaipaa lisäystä, niin hän ei voi tehdä sitä mitä niin usein haluaisi tehdä, ja niin hän tulee ymmärrettyksi väärin, luullaan hänen pitävänkin liehakoimisesta. Liehakoitessa ruokavieras on ostanut hänen kunniantuntonsa 10 sentillä.

Kuulee usein sanottavan halveksivasti, että "hän on tarjoilijattari". Tuohon olkapäitä kohtaen, halveksivalla äänensävyllä lausuttuun lauseeseen sisältyy koko tarjoilijattaren ammatin kirous. Tarjoilijattarien moraalista sanotaan niin usein "kyseenalaisiksi" syystä kun he joutuvat sallimaan monenlaisia lähentelyä tuntemattomilta miehiltä. Nämä orjatar-pölsöt saavat vielä myydä kunniansa ja ihmisarvonsakin sen takia, että he nälkäruoskan ajamana, ilman lakien ja usein ilman järjestönsäkään turvaa on täytyneet suostua raadantansa ohella myymään vielä hymynsäkin työnantajansa eduksi.

Rahalla on viekotteleva voima. Kun tarjoilijattaret ovat riippuvaisia juomarahojen, oppivat heistä hyvin monet ajan oloon kulkemaan ne alennuksen tunteet mitkä juomarahojen vastaanottaminen ja sen edestä liehakoiminen ensin aiheuttaa ja he oppivat pian vaikuttavia keinoja niiden saamiseksi. He saa-

# Kodin Osasto

**Miten hapankaalia valmistetaan.**  
Kaalikerät puhdistetaan ja leikataan hienoksi viipaleiksi (Sitä varten tehdyllä koneella tietyksi saadaan hienompia viipaleita). Astiaksi, johon kaali tai puutynnyri, joka ei pala niihin puun makua (esim. valkosesta petäjästä tehty tynnyri). Astian pohjalle levitetään noin 3 tuuman vahvuinen kerros kaalia, sen päälle kerros karkkita suoloja, taas kaalia ja suoloja, kunnes astia on täynnä. Sataa paunaa kaalia kohti käytetään yksi ja yksi-neljäsosa paunaa suoloja. Astiaan varustetaan kansi, joka sopii tynnyrin sisään; tämä asetetaan kaalien päälle, ja sille asetetaan kivä painoksi ja tynnyrin päälle pannaan toinen kansi, ettei lika ja roska pääse kaaliin. Tavallisessa lämmössä pitäisi täten laitetujen kaalien olla valmiita käytäväksi noin 18 päivän kuluttua.

### "Pikkelsiä" vihreistä tomaateista.

Yksi "pekki" vihreitä tomaattia, kuusi suurta sipulia ja jonkun verran suolaa. Tomaatit pestään, leikataan viipaleiksi ja ladotaan astiaan kuorittujen ja viipaleiksi leikattujen sipulien kanssa, suolataan hiukan ja annetaan seisoa suolassa seuraavaan aamuun; sitten kaadetaan vesi tarkoin pois; kaksi kuppia vettä ja yksi kuppi etikkaa annetaan tulla kiehuvaiksi ja annetaan tomaattien kiehua tässä yhden minuutin ajan; kaksi varttia etikkaa, kolme paunaa ruskeaa sokeria, puoli paunaa valkoisia sinapin siemeniä, kaksi ruokalusik. kutakin "allspece, neillikoita, kaneelin kuorta, inkivääriä ja sinappijauhoja sekoitetaan sekaan, annetaan kiehua; tomaatit pannaan tähän kiehuaan ja keitetään kunnes ovat niin pehmeät kuin kukin haluaa ne keittää. Säilyvät pulloissa tai ruukussa.

### Loppumattomalla hiivalla tehty leipä. (Hiiva)

Liota hiivakakku neljänneskupillissa haaleata perunakeittovetä. Pane kahden quartin kannun tai kannelliseen astiaan yksi paini perunakeittovetä ja puoli kupillista sokeria. Kun sokeri on sulannut lisää siihen liotettu jästikakku, sekota hyvin ja aseta lämpimään paikkaan käymään. Älä peitä astiaa ennen kuin seos on hyvin käynyt. Sen jälkeen pane kansi tiiviisti päälle ja aseta viileään paikkaan siksi kunnes leivot. Kun ryhdyt käyttämään lisää yksi paini haaleata perunakeittovetä ja puolikupillista sokeria. Anna käydä taas. Sekota hyvin. Kun olet ottanut hiivan leipää varten sulje kansi jälleen ja aseta syrjään kunnes tarvitset toisen kerran. Jo-

vat tuttavikseen joukon kirjavamoraalisia naisten pyydystelöitä, joka tuttavuus sitten jatkuu yleisissä tanssipaikoissa y. m., ja niin alkaa monelle se taival, joka vähitellen johtaa yhteiskunnan lokaviemäriä kohden. Tarjoilijattarista aletaan kuiskia ruokavieraiden kesken ja isäntä saa tietää hänen astuneen "sopivaisuuden" rajojen ulkopuolelle ja antaa työlle matkapassin. Nälkää ja työttömyyttä sitten seuraa monelle heistä viimeistenkin kunnian rippeiden markkinoille asettaminen ja kulu, jonne kaikki kurjat vajoavat, saa uuden tulokkaan.

Tarjoilijattarien täytyy alkaa tehokkaammin vaatimaan niin suuria palkkoja, ettei heidän tarvitse almuilla niitä lisätä. Ilman järjestöjä he eivät voi niitä saada, sillä isännät eivät mielellään luovu dollareista, joita olisi niin mukava viedä kassakaappiin. Järjestönsä kautta voivat tarjoilijattaret pakottaa ravintoloita nauttimaan seinilleen määräykset, joissa kielletään juomarahojen antaminen ja sopimaton lähentely.

ka kerta kun tarvitset hiivaa tee siihen sama lisäys. Hiiva täytyy säilyttää viileässä paikassa, sillä jos se pääsee happanemaan, täytyy se aloittaa kokonaan uudesta.

### (Leipä)

Ota puolet yllämainitusta hiivasta ja lisää haaleata vettä niin paljon, että on kaikkiaan yksi quartti. Yksi ruokalusikallinen suolaa, kolme quarttia jauhoja. Vastaa heti. Anna kohota ja tee leiviksi (neljä leipää). Anna kohota taas ja paista 45 minuuttia. — S. J. M.

### ALKAA MAKAUTTAKO LAP- SIA SELÄLLÄN.

Kirj. Bernard Macfadden, Physical Culture julkaisussa.

Vatsallaan makaaminen on oikea asento lapsille.

Lukemattomain sukupolvien ajan ovat äidit ajatelleet toisin.

Kasvot ylöspäin maaten, on luonnoton asento, ei ainoastaan lapsille, vaan myös aikuisille.

Usein huomaatte kuorsaavanne kun makaatte selällänne ja tavallisesti kuorsaajat makaavat aina tässä asennossa. Jos otatte varteen asentonne herätessänne epämieluisesta unesta, huomaatte nukkuneenne selällänne.

Kun antaa lasten maata selällä, on samaa kuin suosia hemmottelua, joka on heille vahingollista. On totta, että ne tässä asennossa ollen voivat potkia pikku jaloillaan ja nostella niitä, mutta ne eivät saa täten pönistellä niin paljon kuin vatsallaan maaten.

Mitkään alemmat eläimet eivät makaa selällään.

Ihmisläin on kehittynyt pystyssäkäveleväksi, ja siihen asentoon kuuluvien fyysillisten muutosten takia hän voi tuntea jonkunlaista lepoa jolloinkin sesäällä maatastaan. Mutta ei kuitenkaan ole nähnyt apinan, tai ihmisen läheisimmän sukulaisen gorillan, milloinkaan makaavan tässä asennossa, sillä se ei ole heidän normaaliasentonsa millään kannalta katsottuna.

Jos haluatte, että lapsenne voima ja paino lisääntyy, niin antakaa sen maata vatsallaan. Aivan vaistomaisesti se tekee voimisteluliikkeitä suurimman osan valkeilla oloajastaan.

Kun lapsi väsyä, se kääntää päänsä sivullepäin ja lepää joko vasemmalla tai oikealla poskellaan, ja kun se herää, se kääntelee päätänsä puolelta toiselle. Kun sen voimat lisääntyvät, se nostaa päätänsä ja kun se on muutaman kuukauden ikäinen, se alkaa yrittää kohottamaan selkäänsä ja tekee siten sellaisia voimisteluliikkeitä, jotka ovat erittäin hyödyllisiä tarmoon ja ruumiillisen voiman kasvattamisessa. Sekä lasten että aikuisten tarmokkuus riippuu suuresta määrässä selkärangan voimakkuudesta.

Kun lapsi opetetaan makaamaan vatsallaan heti syntymästään asti, se usein oppii konttaamaan jo neljän, viiden kuukauden ikäisenä. Aivan tietämättään se voimistelee pikku käsi- vartsiensa ja rintaansa, siten lisäten keuhkojen laajuutta. Täten lisätyn elinvoiman tähden lapsukaisen koko elimistö vahvistuu. Huomatkaa lapsen maata vatsallaan kuinka lihakset molemmiin puoliin hänen selkärangansa kohoavat. Todetaksenne, että tämä on luonnollinen asento, antakaa lapsen aina toisinaan maata vatsallaan. Ensimmä-

hän ehkä huutaa kuin villi hyena, mutta jos jatkatte kokeiluja, huomaatte, että hän jo neljän, viiden kuukauden ikäisenä selälleen asetettuna, kääntyy omasta tahdostaan vatsalleen.

Lapsi on jossakin määrin kuitenkin kasvi. Jos sen kasvu saa hyvän alun, vaikuttaa se koko sen kasvun aikaan, mutta jos se jo pienessä elämässä tyypistyy, ei sitä vaikutusta voida koskaan voittaa tai yli kasvaa, kuten niin monet vanhemmat uskovat.

Vaikka minä olen vain mies, niin en myönnä, että tietoni pikkulapsista olisivat kyseenalaisia. Ottamatta huomioon lainkaan kaikkia niitä tietoja, joita olen tieteellisten tutkimusten kautta saanut viimeisen kahdenkymmenen vuoden ajalla, voin sanoa, että sänkykamariani on pienen lapsen läsnäolo kunnioittanut viimeisen viiden vuoden ajan, jolle minä olen ollut lääkäri ja hoitajan apulainen. Sen äiti on ollut sen ylihoitaja. Olemme aina itse pitäneet velvollisuutenamme nuorimman lapsemme hoidon. Aina kun uusi lapsi tuli perheeseen, asetettiin vanhemman sisikon — he ovat kaikki tyttäjä — hoito toisten huostaan. Neljä lasta on tällä ajalla tullut perheeseemme. Emme ole vielä yhtään yötä valvoneet kavellen heidän kanssaan. Jokainen heistä on tähän asti säästynyt niin kutsutuilta lastentaudeilta. Koko tällä ajalla eivät nämä pienokaiset ole pitäneet minua kymmentä tuntia yhteensä valveilla öisin. Näiden lapsukaisten voimakas ja terve ulkomuoto on ainakin suureksi osaksi vatsallaan makauttamisen ansio.

Muistakaamme, että selkärangan yhtyvät kaikkien ruumiin osien ja elinten hermot. Siksi on lapsen selkä vahvistettava jo niin nuorena kuin mahdollista, makauttamalla sitä vatsallaan. Siitä koitua hyöty on arvaamattoman suuresta merkityksestä.

Antakaa lapsenne kuitenkin maata edes kyljellään, jos ette suostu makauttamaan häntä vatsallaan, mutta älkää antako sen maata selällään.

**Jos sinulla on palkka-  
orjuuteen tyytyväinen  
tuttava, tilaa hänelle  
Toveritar; se on hänelle  
tarpeellinen.**

MEILLE SYNTYI

TERVE TYTTÖ

lokakuun 2 päivä 1918. —  
Alamme häntä kutsumaan  
nimellä

**Lea**

Eva ja Jussi Lauttamus  
Canmore, Alberta, Canada.

**Jos olette**

**Kipeä**

Pyytäkää VAPA LÄÄKE KIRJA No: 8.

Jos on yli 25 erilaista miesten ja naisten tautia on selitetty, sekä täydellinen luettelo suomalaisista lääkkeistä. Lääkettäkin taudin nimeltä taudin oireet ja ne esitämme teille mielenkiintoisesti. Lääke on tilattava, lääkkeen hinnat y. m. (Lääkkeet eivät ole patenttilääkkeitä vaan kaikki suomalaisia lääkkeitä.)

(Tämä kirjan saatte vapaasti, ja pitkästä ollen jokaisen suomalaisen kodin, sillä ette tiedä, koska tarvitsette sitä. Varokaa hembunkin lääkkeitä ja hembunkin tottoria.)

Lignell'in Aptekki on suurin  
suom. Aptekki Yhdysvalloissa

P. A. LIGNELL CO., Superior, Wis.