

# KODIN OSASTO

## HYÖDYLLISIÄ TIETOJA

Omenia "kännätessä" pane kivi puineapples, joka purkikin, keitä 30 minuuttia. Omenat saavat "pineapples" mauan ja ovat hyvät vatkun kerman kanssa.

✦ ✦ ✦

### Perunalaatikkoa.

Ota kaksi quarttia leikettyjä perunoita ja puoli paunaa makkara-lihaa eli maustettua muhennettua lihaa. Pane kerros perunoita ja riputa jauhoja sekä sipulimehua. Sitte pane kerros lihaa j. n. e. Peitä maidolla ja paista kaksi tuntia.

✦ ✦ ✦

### Maissilaatikkoa.

Pane yksi kannu maissia vatun, sekoita siihen munaa ja suolaa ja hiukan pippuria ja maalta. Särje kräkersiä (liha muhenna) ja painele mahtoon ja pane voita päälle. Paista uunissa ruskeaksi. — Mrs. I. S.

## MITEN KÄRPÄSET OVAT VAARALLISIA

Kärpäset levittävät tauteja ja tartuntaa kahdella tavalla.

Yksi tapa on se, että ne liikkuvat ja viihtyvät mielellään sellaisissa liikkeissä paikoissa, missä taudin idot ja siemenet viihtyvät ja sikiävät, ja kantavat sieltä näitä siemeniä jaloissaan y. m. ruokiin, joita ihmiset syövät. Tämä on tavallisin tapa, millä kärpäset tautia levittävät yksöksistii, ulostuksista ja muista semmoisista taudin lähteistä.

Toinen keino, millä kärpäset levittävät tauteja tällä tavalla, mutta kotikärpäsemme on siinä suhteessa vaarallisin, katsoen siihen, että niitä on niin paljon ja että ne yhtä suurella nautinnolla vieraillevat niin hyvin liika- ja roskaalijilla kuin ruokapöydälläkin.

Maito, kuten tiedämme, on erittäin arka vastaanottamaan ja kehittämään bakteeriota. Niitä voi siihen tuoda kärpänen, joka ehken ei itse ollut saastunutpaikan läheisyydessä, vaan saanut bakteeriota toisista kärpäksistä, jotka ovat käyneet tartunnan lähteillä.

Toinen keino, millä kärpäset levittävät tartuntaa, on että ne ovat saaneet tartunnan siemeniä omaan elimistönsä ja levittävät sitä puremalta. Onneksi eivät kärpäset, jotka eivät voi purra, voi levittää tartuntaa tällä tavalla muutoin olisi turvallisuutemme suuremmassa vaarassa kuin nykyään. Näitä purevia kärpäslajeja on maassamme verrattain vähän.

Taudista, mitä kärpäset voivat levittää, mainittakoon seuraavat: lavantauti, ripuli, koleera, punatauti, sisäiset tarttuvut taudit, unitauti y. m., jotka varmasti on todennettu tarttuviksi bakteerioiden siirron kautta. Lavantauti on niistä taudista taavallisin ja tärkein, joiden tartuntaa kärpäset levittävät. Se on vaarallinen tarttuva tauti, jonka bakteerit aiheuttavat.

Samoin kuin lavantautia, levittävät kärpäset usein myöskin n. s. kesäripulia. Se on etupäässä lasten tauti, mutta voi se tarttua myöskin aikuisiin. Yhdysvalloissa kuolee vuosittain 70,000 lasta alle kahden vuoden ripuliin, jonka tarttuvuus on nyt lopullisesti saatu selville.

Koleera ja punatauti ovat tarttuvia sisätauteja, joita kärpäset levittävät aivan samoin kuin lavantautiakin.

Unitautin tartuntaa levittävät, kuten nytemmin on saatu selville, yksinomaan kärpäset, ja tapahtuu tartunnan levittäminen tässä taudissa pureman kautta.

On luultavaa, että kärpäset niiden tautien lisäksi, joiden tartunnan levittäjiksi ne jo on varmasti todettu, levittävät muitakin tauteja, vaikka

kaan niiden syillisyyttä ei ole vielä saatu täydellisesti toteen näytetyksi.

Kalkissa tapauksissa on jokaisen velvollisuus käydä säällimätöntä sotaa kärpäsiä vastaan ja hävittää nuohimiskunnan vaaralliset viholliset sukupuoitton.

## HIUSTEN HOITO

Oikeastaan eivät hiukset kaipaa hoitamista, vaan päänahka.

Harmaita hiuksia ei voida muuttaa entisen väriksi, paitsi värjäämällä. Kaljupäisyyttä voidaan parantaa ainoastaan tarvoissa tapauksissa.

Päänahka on aivan samanlaista kuin nahka muussakin osassa ruumista ja olisi se pidettävä yhtä puhtana kuin kasvat ja kädet. Ainakin kerran viikossa olisi se pestävä hyvällä tervalla tai sulforisapilla. Se ei ainoastaan auta päänahkaa pysymään vapaana köhnästä tai hilseestä, vaan avaa se ihouukokset, niin että rasva pääsee läpi pitämään hiukset tuoreina ja kiiltävinä. On hullutusta ja tarpeetonta kärventää hiuksia. N. s. hiusruoat eli voiteet eivät ravitse hiuksia ja on niitä vältettävä.

Joh tahdotte kauniin tukan, niin pitäkää päänahka puhtana ja terveenä. Peskää päänne ja tukkanne puhtaaksi ja hangatkaa kuumassa vedessä kastellulla pyyhellinalla. Jos hiukset tulevat "kuiviksi" liian paljon pesemisestä, niin käyttäkää sekoitusta, jossa on 5 teelusikallista Castor-öljyä ja paini viilja-alkoholia. Se pitää hiukset kiiltävinä ja on erinomainen keino kehneää vastaan.

Kun hiukset alkavat lähteä ja kaljuja paikkoja alkavat ilmaantumaan, niin ei syy aina ole päänahkassa, vaan voi se johtua joistakin muista syistä. Silloin on paras kysyä neuvoa lääkäritä eikä parturilta, sillä hiusten lähteminen voi olla jonkun taudin oire, jonka hän voi helposti tuntea ja parantaa. Lähtevien hiusten sijaan kasvaa usein uusia hiuksia.

Hiusten harmaantumisen aiheuttaa värinäinen eli pigmentin väheneminen sekä se, että pieniä ihmärakkuiloita syntyy hiuksiin antaen niille valkean näyn. Ei ole olemassa mitään keinoa, millä tämä voitaisiin estää. Ainoa keino, joka joskus voi estää harmaantumisen, on se että päänahka pidetään puhtana ja terveenä. Siitä ei kuitenkaan useimmiten ole apua, sillä perinnöllisyydellä on tärkeä osansa hiusten harmaantumisessa.

## Mietelmiä

Eräs toveritar esitti, että me naiset alkaisimme keskustelemaan talousasioista meille tarpeellisimpina kysymyksinä. Miksipä ei sekin olisi tarpeellista. Mutta ainakin yhtä tarpeellista on keskustella meidän henkisestä taloudestamme. On kaksi kysymystä: taloudellinen ja siveellinen, josta viimeksimainittu on tärkeämpi.

Kuusinen kirjoituksessaan Suomen Noskelais-sosialisteille, sanoo: Taloudesta on meidän voima ja moraalisessa meidän hermot (Kuusisen artikkelin on julkaistu Toverissa.) Ajatellaanpa, jos ihmisellä olisi kuinka paljon taloudellista hyvää ja ei olisi hermoja, niin ei hän voisi nauttia aineellisestiakaan hyvästä. Mutta jos on lujuudet hermot, vaikka ei ole niin paljon telpää, niin on hänellä kiivas halu sitä vaatia. Toisin sanoen on hänellä suuri siveellinen tarmo. Sen me saavutamme itsekasvatuksella. Itselfämme kieltäen ja itseltämme vaatien ja samalla pitäen johtonamme ihanteemme puhtautta ja kauneutta.

Meidän sosialistien keskuudessa on

kieltämättä hyvin paljon kevyesti ajattelevia. Hyljättyään sen jumaluushanteen, jolla yläluokka on räsastellut ja jolla se paplensa kautta on pelotellut, ovat he yhtyneet meihin siinä ymmärryksessä, että ei täällä meidän keskuudessa ole millään mitään väliä, eikä määräästä, minkälaista vapautta harrastaa. Se on väärä ajatus. Sosialistisen maailmankatsomuksen edustajilla on vielä ankarampi siveellinen velvoitus. Kukaan ei meitä lunasta, eikä meidän edesottamisamme kukaan peittele, vaan meidän on hankittava pelastus omalla ansiollamme. Se pelastus on: vapaus aineellisesta ja henkisestä orjuudesta.

Kreikkalainen viisas on sanonut, että: se on suurimman tutkimuksen tutkinut, joka itsensä tutkii; ja se on suurimman voiton voittanut, joka itsensä voittaa. Harjoitteleksää tätä, jos ei heti onnistu, koettaa uudelleen. "Jatkuva tippumien tekee kiveen kolon", sanotaan. Eikö ole suurta tehtiä itsensä voittamisen sankaritehtä ja kohota omilla silmissäänkin. Samalla jalostaa ihmishenkeä tulevaisuuden perinnöksi.

Sanotaan, että sitä ei voi, kuin yhteiskunta on niin mätä, eikä siinä ole nähtävissä mitään hyvää. Se on kyllä tosi, että se tahtoo väkisinikin painaa alas kalkein.

Ken voi uhrata parhaimpansa sillä alttarilla, josta kasvavat tulevan vapautemme suloiset kukat, se hyödyttää meitä lakkaamatta.

Miksi me sitten vedämme esille yläluokan paheita ja elosteluja, kuin me omassa keskuudessamme suvaitsemme samaa? Jos joku näistä rohkenee muistuttaa niin heti kuulee: pitää ymmärtää, että ihminen kaipaa jotakin. Niin, se on tosi että ihmisenki kaipaa jotakin, mutta sen kaipauksen pitäisi olla kauniista ja arvokasta. Satuunpa joskus, että tie toisatkin toverit sanovat: mitä jos me näin teemme, tekeehän niin papit ja herratkin. Mutta eikö ne jo ole pännitty ja köykäiseksi löydetty. Eikö meidän jo pidä inhota ja vihata heidän paheltensa harjoittamista? Jos me vihaamme heitä meidän aineellisen elämämme murskaajina, niin miksi heilimme heidän törkeltyä paheitaan?

Meidän täytyy osata vifettejämme ja halujamme hallita.

Höyry on hyödyksi, kun sitä hallitaan. Halujamme hallitessa on asia aivan sama. Jos heittäydymme heikkosten nautintojen pyörteisiin, niin varmasti silloin saa järki olla voi-

mattomana sivusta katsojana. Niin, se järki, johon me niin usein voimme. Käyttäkäämme järkeä ja tunnetta, niin saavutamme enemmän kokonaisuutta. Käyttäessämme ainoastaan tunnetta, tulee meistä saamattomia uneksijoita.

Katolisella ajalla neuvoi pappi tien suoraan talvaaseen ja sanoi: ilä katso oikeaan, eikä vasempaan, vaan suoraan eteen. Ei sinulle kuulu maalliset. Mutta jos me annamme vain järjen hallita, tulee meistä fiantteettomia hirviöitä. Käyttäkäämme molempia, ne täydentävät toinen toistaan.

Pyrkikäämme ajatuksiin, puheiin ja töm lähemmäksi sosialismeita.

Kehittäkäämme kukin itsellemme se eloa antava voima, että voimme loistaa kukin kohdaltamme, emmekä olisi niiden tyhmien neitaiden kaltaisia, jotka pilloittivat kynttilänsä vakan alle. Meille ei tule ylkä vastaan, me saamme mennä itse siinä vastaan. Vasten tykkein jyrinä me saamme marssia. Saamme käydä vasten hirsipuita ja vankikomeroita ja uhmata kuolemaa. Kaunista on kuolla aatteen puolesta. Mutta kaunista on osata elää ja taistella ja kehittää itseämme ottamaan vapauden vastaan. Vapauden, josta runoilijat ovat kauneimmat laulansa laulaneet, josta ajattelijat ovat kirjoittaneet suuria teoksia. Vapaus ei tule meille minään lahjana, vaan palokiona taistelulistamme. Se on kuin auringonpaiste joka loistollaan elähtyttää meidän koko olemuksemme.

Venäjän Lenin sanoo: Sosialistinen yhteiskunta ei ole pysyväinen ilman ankaraa itsekuria ja lujaa järjestyksiä.

Itsekuri on ensimmäinen ehto ja järjestyminen on luonnostaan sen seuraus. Mitä merkitsee valta ulospäin, jos emme voi hallita edes omaa itseämme.

Kautsky sanoo eräässä kirjassaan: Ranskan vallankumous perustui sillo ajatukselle: kun saamme hyvän hallituksen, niin kaikki seuraa itsestään. Vaan hän jatkaa: siinä erehdyttiin! Tarvitaa kaunilta, suuria siveellisiä intohimoja, jotka taistelevat niiden saavutuksien puolesta, jotka omistava luokka tahtoo meiltä takaisin. Kysyt, mistä niitä saa, kuin yhteiskunta on niin mätä, että ei enää mistään hyvää opt. Mutta kun me tiedämme, että ne ovat tarpeelliset ja niitä on ja tiedämme minkälaisia ne ovat, niin me voimme niitä hankkia itsekasvatuksen kautta.

Hilda Hukkala.

## Rahanlähettäjäille!

Kansalaisillemme maksamme dollareista Suomen Pankin virallisen myyntikurssin. Kurssin muuttuessa Suomessa se meille ilmoitetaan sähkösanomalla. Näin saatte dollareistanne

### KORKEIMMAN HINNAN.

Yllämainittua tapaa seuraten me maksoimme dollarista

**Smk. 26.30** | **Smk. 26.30**

Heinäk. 22 p.

Heinäk. 23 p.

Lähetyskustannukset 25 senttiä postiteitse, \$3.50 sähköiteitse.

### Suomen Osuuskauppojen Keskuskunta r. l.

ainoa asiamiehemme Suomessa, vastaa kauttamme lähetetyistä rahoista.

### HELANDER & NEKTON

PRIVATE BANKERS,

Woolworth Bldg., Room 1104, 233 Broadway, New York City.