

# KODIN OSASTO

## Kaikkien naisten luettava Keittokirja

Keittokirja, kirj. Miina Walli.

Meillä on varastossa joku miinän Miina Wallin kirjottamaa keittokirjaa, joka on monelta taholta tunnustettu kaikkein parhaimmaksi alallaan. Suurella työllä ja vaivalla on tekijä laatinut monta sataa keitto-ohjetta, jotka sopivat kaikkiin eri yhteiskuntaoloihin, kun tulee ruuanlaitto kysymykseen. Rinnakkain on suomen- ja englanninkielinen ohjeissa, joka on suurena apuna tämän maan oloissa ei yksistään palvelustytöille, vaan myöskin perheen äidille, jotka tahtovat antaa tyttäriinsä neuvoja ja ohjeita ruuanlaitossa. Sivuja on kirjassa 348 ja on tämä kirja sidottu vahvoihin kansiin, joka takaa kirjan kestävyuden moneksi vuodeksi.

Kunnollinen keittokirja perheessä v. m. on monessa tapauksessa vahvin yhteisymmärryksen peruste ja sen avulla moni nainen välttää monta pikku viirivimmarrystä, joka mahdollisesti voi antaa alhetta suurempien ratkaisulain elämässä. Kirjan entinen hinta on ollut \$1.50, mutta olemme alentaneet hinnan \$1.25 ja tulemme myymään kirjan syyskuun ajalla tällä alennetulla hinnalla.

Naiset, käyttäkää tilaisuutta hyväksenne ja tilatkaa kirja heti. Lähettäkää \$1.25 postiosotus osotteella: TOVERITAR, Box 99, Astoria, Ore.

## Äitien ja lasten suojelus

(Jatkoa)

Tohtori irroitti lapsen huivista ja pyyhki hänen pois sen kasvot ja kaulalta, ja kysyi sitten äidiltä, eikö hänkin pyörittäisi silmiään, jos hänkin yritettäisiin elävältä keittää, tuollaisissa tukehduttavan kuumissa kääreissä. Lapsikin on vaan ihmisolento ja kärsii samoista epämuksuista kuin muutkin ihmiset. Tohtori varoitti äitiä ettei pitäisi lasta liaksi lämpöisessä, ja äiti lähti pois lohdutettuna.

Nyt tuotiin sisään kahden vuoden vanha lapsi, joka oli kerrassaan surkastunut ikäsekseen. Lapsen äiti kertoi, että se on "huono syömään", mutta ei se sentään ole koskaan ollut niin sairas, että se olisi lääkäriä tarvinnut puhutella. Äidille annettiin varotus, että lapsi on niin heikko, että se voi saada joko keuhkotaudin, riisitaudin tai saada niin heikon luuston, että jää iäkseen väärsäiriseksi. Tohtori määräsi pojalle ravinnoksi enemmän maitoa, vissejä kasviksia, hedelmämehua ja puuroa.

"Mutta lapsi ei halua syödä mitään sellaista", selitti äiti.

"Helposti näkee, kuka teidän taloudessanne isännöyttä pitää", sanoi tohtori äänellä, joka sai äidin herelle. "Kahden vuoden vanha lapsi." Teidän pitää opettaa se syömään sitä mitä te sille annatte. Muistakaa, että lapsen pitää saada kasvaa ja kehittyä ja sen ruuista tarvitsee rakennusaineita, joita ei saa mistään muualta kuin vissinlaisesta ravinnosta. Mrs. Brown te ette suinkaan tahdo, että lapsenne koko elämä menee pirstoiksi nivan silmienne edessä, vaan mieluummin tartutte vakavasti asiaan ja katsotte, että hän saa oikeata ravintoa syödäkseen ja siten miheksi kasvaakseen."

"Koitaa tehdä parhaani", huokasi tämä huolestunut amerikalainen äiti, joka oli vartavasten lähtenyt Californiaan saadakseen lapselle ilmanvaihdon, että sille tulisi parempi ruokahalu.

"Monella äidillä on se harhaluulo, että ravinto on löydettävissä ilmasta ja päiväpaisteesta", sanoi tohtori. "Vapaa ulkoilma kyllä lisää oikean ravinnon tarvetta ja jos ei tätä tarvetta tyydytetä, seuraa siitä lapsen surkastuminen ja samalla alttius kaikenlaisiin sairauksiin."

Seuraava äiti oli kylläkin älykkään näköinen, mutta hän kertoi: "Hetki aamiaisien jälkeen panen lapsen korkeaan tuoliinsa ulos ja annan sen olla siellä koko aamupäivän ja osan iltapäivästäkin; annan sen nukkua siellä tuolissaan, mutta siitä huolimatta se tuskittelee niin, että minun täytyy ruokkia sitä säännöttömällä ajolla. En todellakaan tiedä mitä minun pitää tehdä. Luulin että puhdas ulkoilma pitää hänet terveenä."

Tohtori otti lapsen sylinsä ja tutki sitä tarkkaavasti, ja sanoi:

"Ettekö huomaa miten hento sen pieni vartalo on eivätkä sen luut ole kyllin vahvat kestämiään niin pitkäaikaista istumista korkeassa tuolissa. Sellainen istuttaminen voi tehdä siitä vaivaisen elämän-ikäksi. Se ei lke sentähden, että sillä olisi näkö, vaan sentähden, että sen täytyy olla niin tukalassa asennossa. Kun te ruokitte sitä, lakkaa se itkemästä siksi, että on päässyt levollisempaan asentoon. Ettekö näe miten levollinen se nyt on kun saa maata suorassa?"

Tuota ei äiti ollut koskaan tullut ajatelleeksi ja hän lupasi vastedes pitää lapsen makuuasennossa enemmän osan ajasta ja kääntää sitä aina vähän päältä.

Tohtori sanoi, että kaksi kolmatta osaa niistä lapsista mitä hänen tarkastettavakseen tuotiin, kärsi joko epämuksuavan asennon tai sopimattoman ravitsemisen takia ja äidit tarvitsevat ohjausta näissä asioissa.

Tällaisia jokapäiväisiä elämän tragediaa voisi kertoa loppumattomasti, mutta jo nämmäkin muutamat esimerkit riittävät osoittamaan miten suuremmista työstä tohtori Wilden laboratoriossa eteenpäin viedään. Kovin laajalle ei voi yhden tällaisen laboratorian työ ulettua ja tohtori Wilde sanoo, että se on vaan näyte siitä mitä voitaisiin tehdä maan kaikkien äitien hyväksi, jos olisi siihen riittävät varat ja riittävästi lääkäreitä. Tohtori Maude Wilden ajatus on se, että äitien ammatti pitäisi tehdä oppialueeksi; se on hänen uuelmansa ja hän on tienraivaaja a lallaan.

(Jatk.)

### CLEVELAND, OHIO.

Kesäkoulu alkoi elok. 12 p., jolloin toveritar Selma Loukola oli sitä järjestämässä ja opettajana kuusi päivää, jonka jälkeen oli opettajana toveritar Ida Elo. Hän lopetti toimintansa elok. 28 p. ja päättäjaisjuhla astuneiden esteiden takia täytyi siirtää syyskuun 11 p. Lapsia oli koulussa 25. He olivat hyvin innostuneita käymään koulua. Nyt tieteenkin jatketaan opetustyötä lasten keskuudessa sunnuntaisin. Opettajat ja ihanneliiton valvojatoimikunta ovat päättäneet, että sunnuntai koulu aletaan syyskuun 26 p. kello 2 ip. Toivottava olisi, että kaikki suomalaiset vanhemmat lähettäisivät lapsensa sinne. Nyt ei voi valittaa, ettei niitä matkojen pituuden tähden voi yksin lähettää kouluun. Nyt voi ainakin sunnuntaisin vanhemmat itse tuoda ne kouluun kun se on vaan kerta viikossa. — Ihanneliiton ja sunnuntai koulun johtajana tulee olemaan ensi talven ajan toveri M. Rutanen.

Oaastomme toiminta kesän aikana on kulunut pikku hiljaa eteenpäin. Valiustustyötä on koetettu tehdä ja iltamia on pidetty, joskin niihin on osanotto ollut laimeaa, mikä lienee

sitte ollut syynä, että etenkin iltamailaisuudessa on ollut vähänpuoleisesti väkeä. Ohjelman puolesta ovat nuo iltamailaisuuden kyllä olleet hyviä. Mutta toivottavaa on, että nyt jätetään pois leväperäisyys, käydään taas tositeolla sosialistiseen valiustustyöhön käiksi, kun alkaa talvitoiminta-aika. Etenkin nyt kysytään joka jäsenen apua, kun on ostettu OMA KOTI! Oma koti, jossa voimme vapaasti tehdä sosialistista valiustustyötä. Sinne omaan kotiin pian saamme muuttaa, niin vakuuttaa rakennustoimikunta. Siihen ei kuulemma tarvitse enää kuin pikkasen uhrautuvaisuutta. Jokaisen jäsenen velvollisuus, joilla on rahaa, antakoon osastolle toverilainan tai ostakoon bondeja, \$25 kpl. Näistä asioista saatte puhua johtokunnan jäsenille. He antavat tietoja niistä hyväistä ehdoista, mitä on tarjolla niille, jotka voivat sijoittaa rahansa varmoille takauksille. On tyttöjä, joilla on rahaa porvarillisissa pankeissa. Nyt voitte ottaa ne sieltä ja sijoittaa osaston omankodin hyväksi. Silloin saatte paremman koronkin rahoillenne. Ei ole mitään pelkoa, ne voitte saada ulos myös koska vaan tahdotte, kun sanotte kuukauden päivät ennen ylös kuin tarvitsette rahanne. Tarkemmat tiedot saatte johtok. jäseniltä, kuten edellä mainitsin. Siis jokainen puolestaan näyttäkäämme, että me tahdomme osastolle oman kodin! Se uusi haali tulee olemaan 3147 W. 25 st. Svea.

### TILAA TOVERITAR!

## Kansalaiset, Toverittaren lukijat

Oletteko olleet aikeessa tilata muistokiven omaistenne haudoille? Jos ette ole vielä tilanneet, niin käyttäkää tilaisuutta hyväksenne ennen kuin hinnat taas nousevat. Tulkaa liikkeeseen valitsemaan tahi kirjottakaa että lähetämme näytteitä. Liikkeemme on tullut tunnetuksi ensiluokan työlle ja hintain halpuudelle 15 vuoden toiminta-ajallaan.

Sulkeutuen suosioonne:

### Laurell Marble & Granite Works

416 UNION AVE. N.

PORTLAND, ORE.

## Rahanlähettäjäille!

Kansalaisillemme maksamme dollareista **KORKEIMMAN HINNAN.**

Yllämainittua tapaa seuraten me maksamme dollarista

# SMK. 37.00

Lähetykskustannukset 25 senttiä postitse, \$3.50 sähköitse.

### Suomen Osuuskauppojen Keskuskunta r. l.

Ainoa asiamiehemme Suomessa, vastaa kauttamme lähetyksistä rahoista.

### HELANDER & NEKTON

PRIVATE BANKERS,

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

### Ne kanat, ne kanat

"Kaupungin neuvosto on antanut määräyksen panna voimaan laki, joka kieltää kanat juoksemaasta vapalaa ja ajamasta polkupyörillä pitkin katukäytäviä." — Alberta Advocate.

— Jos tahdot tehdä hyvän palveluksen tuttavallasi tilaa hänelle Toveritar.

SYNTYNYT

MEILLE SYNTYI HEINÄKUUN 20 PÄIVÄNÄ, 1920

## TERVE POIKA

JOLLE ANNOIMME NIMEKSI

## LEO EUGENE

LIZZIE JA SAM ALANTO

224 Second St. WARREN, O.

NAISTEN OSUUSKOTI

SAN FRANCISCO, CAL.

3627—16th St.

Telefoonit: Market 3958

SAN FRANCISCO