

Sveikatos Dalykai

KAIP PENĖTI MAŽUS VAIKUS.

Daugelis mums pripasakoja ko vaikams neduoti valgyti, nuo ko jie reikia drausti, bet jie užmiršta pasakyti, kuo jie reikia penėti. Kuo reikia vaikui penėti, kad jie išaugtų sveikais vyrais ir moterimis, tą tyrinėja Jungtinių Valstijų žemdirbių tės skrysių ekonomijos žinovai.

Iš visų maisto dalykų svarbiausias yra pienas. Jame yra dalykai reikalingi išauginimui raumenų, kaulų ir dantų ir tokių dalykų, kurie reikalingi kūdikio augimui. Nei vienas kūdikis neaugs kaip reikia be pieno. Jis gali būti riebus, bet riebumas dar nereiškia tvirtumo. Jei jis negauna pieno, jis beveik visuomet bus silpnas.

Kiekvienas kūdikis kasdien turi gauti mažiausiai tris stiklus nenugraibto pieno, o jei galima keturis. Jei jis tiek pieno gauna, o ypatingai, jei jam kasdien duodama vienas kiaušinio trinsys, tai jis gali apsieiti be mėsos. Kai kurios motinos visai be reikalo rupinasi, kad neturi iš ko pirkti mėsos, žuvies, vištienos, ar kitokių mėsinių valgių savo kūdikiams, nes jos gali gauti pieno ir jo vieno užtenka, o jis yra daug pigesnis, negu koks kitas maistas.

Kaip duoti kiaušinis.

Gal atsirastų tokių, kurie klaus, kaip reikia duoti kūdikiams kiaušinio trinsys. Jis geriausia yra sudėti į pieno košę, arba kietai išvirti, užsudyti, ir sutrynus užtepti ant duonos. Kiaušinio baltimą motina gali suvartoti kitiems tikslams, pyragaičiams ir k. d. Vaikams labiausia reikalingas trinsys. Visa geležis, kuri yra kiaušinyje, randasi trinsyje. Beto, trinsyje yra dar ko kita, kas taip pat kaip ir pienas padeda vaikams augti.

Kiekviena motina nori, kad jos vaikas turėtų tiesias ir tvirtas kojas. Pienas ir kiaušiniai suteikia maisto tvirtiems kaulams išaugti. Vaikai, kurie tokio maisto negauna, beveik visuomet gauna taip vadinamąją "angliškąją ligą" (rickets). Jų silpni kaulai negali išlaikyti jų kūno ir sulinksta, arba visai išskrytsa.

Pienas greitai užteršiamas, ir jei jis užterštas, labai sunku jį išvalyti. Jis yra visai kitoks maistas, negu obuoliai ir apelsinai, nuo kurių nešvarumas galima nušluostyti. Jei pienas yra neuždengtas ir dulksės ar kitokie nešvarumai į jį krinta, arba, jei jis yra pilamas į nešvarų indą, nešvarumai nueina į dugną ir jų negalima atskirti.

Nešvarus pienas beveik visuomet susargina kūdikį, taigi reikia labiausiai rūpintis, kad pienas būtų švariai užlaikomas. Tvartas, kuriame karvė yra laikoma, turi būti švarus; taip pat ir indai ir melžėjų rankos turi būti švarios. Namuose pienas turi būti rupestingai uždengtas ir laikomas šaltoj vietoj.

Švaraus nugraibto pieno vartojimas.

Negraibytas pienas yra vaikams daug geresnis, negu grai-

bytas, tačiau švarus nugraibytas pienas yra geriau, negu suterštas negraibytas. Jeigu motina negali gauti švaraus nugraibto pieno, ji gali vartoti švarų nugraibytą ir vaikui duoti truputį sviesto į vietą paviršių, kurie nuo pieno nugraibytai.

Tos pieno dalys, kurios padeda kūdikiui augti, paeina iš žolės ir kitų žaliųjų, kuriuos karvė suėda. Tie patys dalykai kiaušinyje paeina iš žaliųjų maisto, kuriuo kiekvienas geras vištų augintojas lesina savo vištas. Iš žaliųjų maisto, tie dalykai išgauna į pieną ir į kiaušinio trynį. Tie dalykai, kurie taip reikalingi visiems jauniems gyvūnams, randasi ir salotose, spinakuose, ir kitose daržovėse. Delto įvairios daržovės yra gera duoti vaikams, ypatingai kummet truksta pieno ir kiaušinių.

Kaikurie kūdikiai nemėgsta daržovių. Tasyk mažą naudą bus jiems davus juos nenoroms. Daug geriau yra įdėti į sriubą, ar košę nieko apie tai nesakant. Sakydami, kad vaikui nereikia mėsos, vištienos, ar žuvies, jeigu jis gauna užtektinai pieno, mes nesakome, kad tie dalykai jam būtų nenaudingi. Svarbiausias dalykas yra tas, kad jie yra nereikalingi ir jei duodami sykiu su pienu, tai jie yra bereikalingas priedas. Kas dėl sveikatos, tai galima net labai jauniems kūdikiams duoti po truputį minkštesnės mėsos, kaip va, žuvies, vištienos ir t. t. Tačiau nereikia duoti kietos mėsos, kurios jis negalėtų sukratyti ir turėtų ryti dideliais žiotimis. Ypatingai pavojinga ir nesveika duoti keptos mėsos. Jei duodama, tai reikia duoti virtą mėsą.

Redakcijos Atsakymai.

Harringtono Kreditoriai. — Ačiū Tamstai už persirgėjimus. Kaslink Harringtono laiško, kuris buvo patalpintas Naujienų No. 102, tai jis, matyt, buvo tikrai pačio Harringtono rašytas. Mes atidžiai lyginome laiško rankraštį su Harringtono tikruoju rankraščiu ir atradome, kad rankraštis yra Harringtono. Tamsta teisingai manai, kad laišku nereikia priduoti ypatingos svarbos, ypač kad tame laiške Harringtonas tikrai nei nežada atiduoti žmonėms visus pinigus, o sako, kad su laiku kada-nors kokių tai nežinomų būdu stengsis atsilyginti su savo kostumeriais.

DAVID RUTTER & CO.,
Anglis ir Koksai
Pirkite anglis tiesiai iš retail kiemy. Visur pristatom.
South Side ofas 3301 Normal Av.
Tel. Yards 2296.

Ashland Jewelry & Music Store

Parduodame už pusę kainos Grafo-nolas, Laikrodžius, Deimantus ir naujausius lietuviškus rekordus.
4537 S. Ashland Av.
Chicago, Ill.

LUMBERIS

Ar manote budavot? Apimokės jums pasimatyt su mumis pirm pirkimo. Galima sutaupti pinigų. Piliausias stakas. Pristatome didelius ir mažus orderius.

Morgan Park Lumber Co.,

Tel.: Beverly 1279, 0397. Mes pristatom. 1955 W. 111th St.

Ofiso Telefonas Boulevard 7820

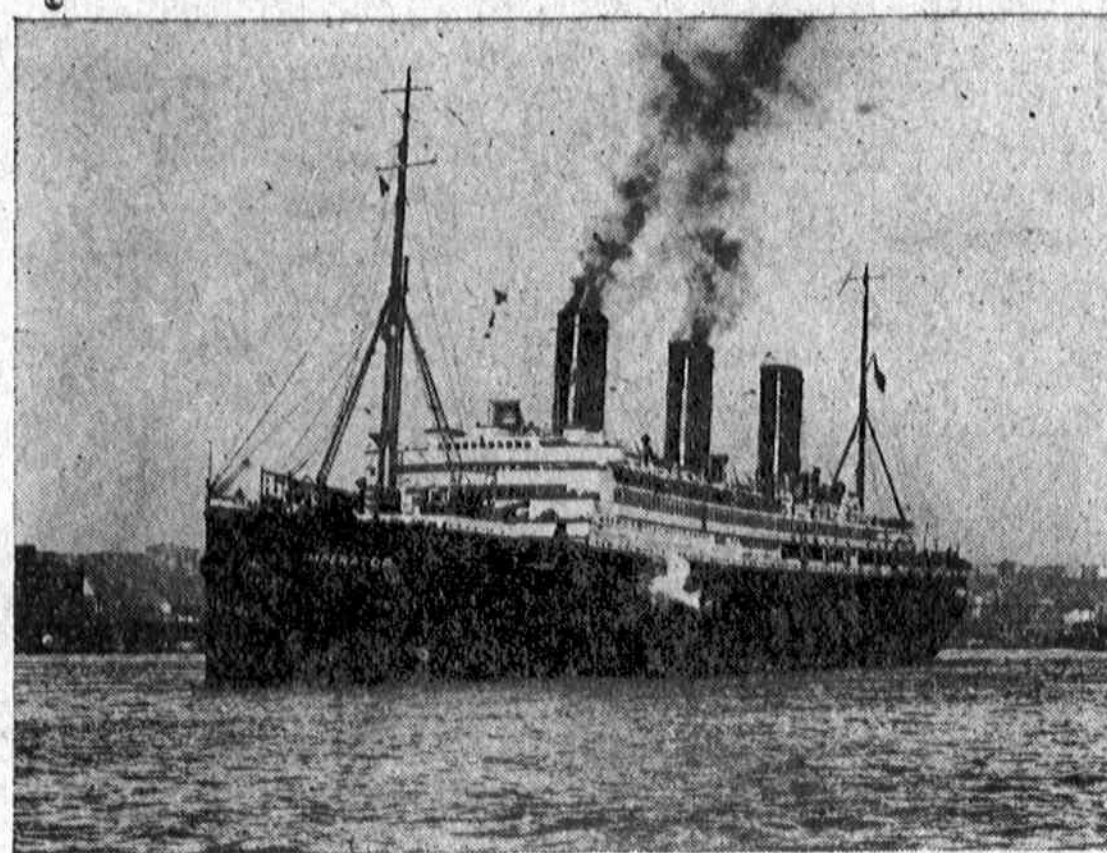
DR. M. T. STRIKOLIS

LIETUVIŠKŲ GYDYTOJAS IR CHIRURGAS
Val. 10:30; 3:30-5 ir 6:30-8:30. Ned. 10:30-12:00 diena
4601 South Ashland Avenue, CHICAGO, ILL.
Nam.: 2914 W. 43rd Street, Tel. Lafayette 263

Iš New Yorko į Kauną per 9 dienas

GREIČIAUSIU IR DIDŽIAUSIU CUNARD LINIJOS LAIVU

"BERENGARIA"



Keliauninkus palydės iš New York'o iki Kauno Lietuvių Prekybos Bendrovės prezidentas JONAS J. ROMANAS

Iš Piliavos iki Eidkunų ir Kauno bus parengtas specialus lietuviams keliauninkams traukinys.



KAINOS
TREČIOS KLESOS

\$107.50

ANTROS KLESOS

\$152.50

KARO TAKSŲ \$5.00

"BERENGARIA" IŠPLAUKIA IŠ NEW YORK'O GEGUŽIO 30 DIENĄ

Norintieji važiuoti į Lietuvą "Berengaria" laivu ir turėti sau už palydovą JONĄ J. ROMANĄ — skubiai atsišaukit visais keliomis reikalais į

LITHUANIAN SALES CORPORATION

Rašykite:
414 Broadway,
Boston 27, Mass.

Arba ypatiskai kreipkitės:
3313 So. Halsted St.,
Chicago, Ill.
Tel. Yards 6062.

Ofiso Valandos: Kasdien nuo 9 val. ryto iki 7 val. vakare. Vekarais: Utarninko, Ketvergo ir Subatos iki 9 val. Nedėliomis: Nuo 10 val. ryto iki 3 val. po piet.

Kuriems arčiau, kreipkitės į mūsų Agentus:

WAUKEGAN, ILL.
A. J. Suktus,
811 S. Victory St.
A. S. Precinauskas,
760 S. Sheridan Rd.
SPRING VALLEY, ILL.
Ant. Stulga,
101 E. 3rd St.
Alb. Pilipaitis,
227 W. 4th St.
W. PULLMAN ILL.
A. Valnauskas,
715 W. 120th St.

A. Bruzas,
3303 Auburn Ave.
18th STREET CHICAGO
M. J. Tananevics,
736 W. 18th St.
BRIGHTON PARK, CHICAGO.
A. Andrejunas,
4436 S. Fairfield Ave.
CICERO, ILL.
B. B. Posanka,
1422 S. 49th Ave.
J. Mockus,
1301 S. 50th Ct.

ROSELAND, ILL.
J. Ramanauskas,
10808 Michigan Ave.
ROCKFORD, ILL.
P. Kutro,
1012 S. Main St.
KENOSHA, WIS.
J. Trakselis,
464 N. Sheridan Rd.
RACINE, WIS.
Geo. Shokelis,
815 Park Ave.
DETROIT, MICH.
F. Mikuchonis,
9185 Cardoni Ave.

Pinigai Išmokėti Lietuvoje

Naujienų Pinigų Siuntimo Skyrius gavo pranešimą iš Lietuvos Prekybos ir Pramonės Banko, kad siuntieji iš Amerikos pinigai tapo pilnai išmokėti sekantiems asmenims, ir prisiuntė kvitus su paėmėjų parašais.

Pinigus gavo:

Perlaidos:
9198—K. Sleinis
11135—K. Kasparaitis
11207—B. Šimkus
11208—J. Urbanas
11232—J. Jonaitis
11383—J. Rudis
11515—M. Ridamkienė
11620—J. Jurevičienė
11635—N. Zmoginas
11640—V. Piliulis
11995—E. Klimienė
12082—B. Balkienė
12088—K. Staikaitienė
12089—K. Staikaitienė
12090—V. Tarasov
12255—K. Ivanauskui
12272—H. Sereikiūtė
12279—K. Pajerskienė
12285—H. Lukauskienė
12287—P. Bagdanskienė
12294—V. Petraitis
12297—M. Sabaliauskienė
12300—P. Hikunienė
12314—J. Zickienė
10857—A. Paulikas
50194—M. Povilaitis
50211—O. Jociuvienė
50245—J. Domarkus.

Kviti su paėmėjų parašais randasi "Naujienų" ofise.

KAILIU VERTES

Tikrų amerikinių žebenkštėnų Palerinos, šilkių pamuštos, 30 colių ilgio, 100 colių likumos, uodeguotos aplinkui. Specialė kaina kol jų bus po

\$135



Tikra Pranašybė

Šviesiai žilos, Mėlynos ir Amerikinės Lapėnos, Palerinos, Stulos, Antmetos ir Smaugliai iš žebenkštėnų, voverėnų ir žvynėnų. Šimtai drabužių, iš kurių gali pasirinkti. Mes parduodam smulkmeninėj prekyboj didmeninėmis kainomis. Mus spaudžia oro sąlygos ir mes turim ištuštinti didelį sandėlį. Ateik ir įsitikink pats.



LAPENOS
\$1275

Visokių šešėlių
Kiti žymūs
Pigumai

Voverėnų Smauguliai \$7.50
Japoniškų žebenkštėnų stulos, 72 colių ilgio 22.00
Tikrųjų žebenkštėnų Smauguliai 7.75
Akmeninių kiaušėnų Smauguliai 27.50
Voverėnų Antmetos 110.00
Žvynėnų Palerinos 69.00
Hudsoninių ruonėnų Stulos 13.00

HOLLENDER FUR CO.

Room 401

22 W. Quincy St.

Tarp State ir Dearborn gatvių
Tel. Wabash 7325.

MRS. A. MICHNIEWICH AKUŠERKA

3101 So. Halsted St., kampas 31 gat.
Telefonas Yards 1119-J



Baigusi Akušerijos kolegiją; ilgai praktikuojusi Pensilvanijos hospitalėse. Pasiekmingai patarnauja prieš gimdymo. Duoja rodą visose ligose ir kitokiuose reikaluose moterims ir merginoms.

DR. HERZMAN
IS RUSIJOS

Gerali Lietuvos žinomas per 15 metų kaip patyręs gydytojas, chirurgas ir akušeris.

Gydo aštrius ir chroniškas ligas, vyrų, moterų ir vaikų pagal naujausias metodus X-Ray ir kitokius elektros prietaisus.

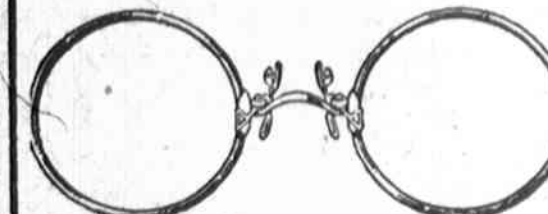
Ofisas ir Laboratorija: 1025 W. 18th St., netoli Fisk St.
VALANDOS: Nuo 10—12 pietų, ir nuo 6 iki 8 val. vakarais.

Telefonai: Dienomis: Canal 3110 arba 357
Nakt. Drexel 950
Boulevard 4136

3313 So. Halsted St.
Val.: 9—10 A. M. ir 8—9 val. vak.

Dr. A. R. Blumenthal
Akių Specialistas

4649 So. Ashland Ave.
Kampas 47th St.



Dienomis 9 ryto iki 9 vak.
Ned. 10 iki 12 pietų
Tel. Boulevard 6437

DR. A. MONTVID
Lietuvis Gydytojas ir Chirurgas

25 E. Washington St.
Valandos: nuo 10 iki 12 ryte
Telephone Central 3362
1824 Wabasha Ave.
Valandos: nuo 6 iki 8 vakare
Rezidencijos tel. Kėdzia 7715

DR. G. M. GLASER

Praktikuoja 30 metų
Ofisas:
3149 S. Morgan St., kertė 32 St.
Chicago, Illinois.
SPECIALISTAS:
Moteriškų ir Vyrų ligų.
Taipgi Chroniškų Ligonų.
OFISO VALANDOS:
Nuo 10 ryto iki 3 po pietų, 5—7 vakare. Nedėliomis nuo 12—2 po piet.
Telephone, Yards 687

DR. CHARLES SEGAL

Praktikuoja 15 metų
Ofisas:
4729 So. Ashland Ave., 2 lubos
Chicago, Illinois.
Specialistas džiuvos
Moteriškų, Vyrų ir Vaikų ligų
OFISO VALANDOS:
Nuo 10 iki 12 val. ryto nuo 2 iki 5 val. po piet ir nuo 7 iki 8:30 val. vakaro. Nedėliomis nuo 10 val. ryto iki 1 val. po piet.
Telefonas Drexel 2880

DR. C. K. KLIAUGA

DENTISTAS
1821 So. Halsted St., Chicago, Ill.
kampas 18th St.
Valandos: 9—12 ryto ir 1—8 vak.
Phone Canal 257

DR. S. BIEŽIS

GYDYTOJAS IR CHIRURGAS
X-Spinduliai
Ofisas 2201 W. 22nd St., kampas S. Leavitt St. Tel. Canal 6222.
Rezidencija 3114 W. 42nd St.
Tel. Lafayette 4988.
Val. 1—4 ir 7—9 Ned. 10—12 pietų

Telephone Boulevard 5052

DR. A. JUOZAITIS

DENTISTAS
Valandos: nuo 9 iki 9 val. vakare. Seredom 9 v. ryto iki 12. Vakara 6—9. Nedėl. pagal sutarimą
3261 So. Halsted St., Chicago, Ill.

Telefonas: Boulevard 7042

DR. C. Z. VEŽELIS

Lietuvis Dentistas
4712 South Ashland Ave.,
arti 47-tos gatvės

