

**Prevoz mleka potrošnikom oziroma v zbiralnice.** Čim prej pride mleko od proizvajalca do potrošnika, tem bolj bo ta zadovoljen, ker bo dobil sveže in nepokvarjeno blago. ~~Za prevoz je zlasti naleti na primernejši jutranji hlad.~~ Mleko naj se prevažajo z žičkami z vzmetmi in g. žijo samo v ta namen. ljeno mleko neposredno brez skrbi za svoje zdr.

Ob rastoči potrebi več kriti svojih potreb taka mesta dovažati iz strijskih krajev se morajo zbirajo mleko od proizvajalca dovažajo v mesto potrošnikom še pasterizirajo.

Prednosti take preselitve tako s strani proizvajalcev kakor zbiralnic in mlekarne preizkušene že po vseh naprednih državah. Naša ljudska oblast skuša odpraviti vse ovire, ki zavlačujejo splošno uvedbo take preskrbe delovnega ljudstva z mlekom. V ta namen se gradijo moderne mlekarne. Premalo pozornosti se je pa do sedaj posvečalo higieni mleka pri proizvajalcih, higieni ureditvi zbiralnic in prevozu mleka od zbiralnic v mlekarne. Ko bodo tudi te pomanjkljivosti odpravljene, tedaj bodo tudi prenehale pogostne in upravičene kritike potrošnikov mleka v Ljubljani in drugih večjih mestih o slabi preskrbi mestnega in industrijskega prebivalstva z mlekom.

inija na vozovih ali vodstva za mleko naj služijo higieni način pridobitve mleka prek užitnega uživajo

strijski kraji ne morejo imeti. Mleko se mora v velikih mestih in industrijskem iz mlekarne. Te zbiralnicah in ga potem oddajo potrošnikom na-

## ○ tečaju za zdravo prehrano in gospodinjstvo

Med. s. Bogdana Sevšek

Medicinske sestre, povečini patronažne delavke, smo se skupno z udeleženkami podiplomskega tečaja v Ljubljani zbrale na enomesečnem tečaju za zdravo prehrano in gospodinjstvo kot gostje na Višji gospodinjstvi šoli v Grobljah pri Domžalah. Prijetno urejeni prostori in okolje nam je dalo možnost, da smo se v resnici lahko posvetile tako važnemu problemu, kot je ravno zdrava prehrana. Skrbno izbrani in res dobri predavatelji pa so nam v popoldanskih urah nudili teoretično podlago za vse tisto, kar smo v dopoldanskih urah praktično uporabljale.

Naj prav na kratko opišem razdelitev dela in organizacijo. Šestindvajset udeleženk nas je bilo razdeljenih v dve skupini, in to v kuharsko in gospodinjstveno. Medtem ko je prva štirinajst dni v dopoldanskih urah pripravljala kosilo in delno večerjo, se je druga skupina seznanjala z ostalimi gospodinjstvenimi posli. Servirale smo, pripravljale mize za obede, čistile madeže iz oblek, čistile prostore, prale in likale tako, kot bi to morala vsaka gospodinja, da po nepotrebnem ne izgublja svojih moči. Kar je pa najvažnejše, dobile smo pri tem še pravilen pogled na smotrno organizacijo vsega dela v gospodinjstvih ali ustanovah.

Najvažnejši poudarek pri teoriji kuhanja, kuhanju samem in predavanjih o zdravi in pravilni prehrani je bil na pravilnem sestavljanju jedilnikov glede na dovoljno količino beljakovin, ogljikovih hidratov, maščob, vitaminov in rudnin v posameznih obrokih. Seznanile smo se s pravilnim načinom kuhanja, ki ga naše žene tako malo uporabljajo in ob takih nepravilnostih uničijo pri kuhanju veliko tistega, kar bi hrana morala vsebovati. In kako si pomagati v zimskih mesecih, da bo naša prehrana polnovredna? Tudi na to smo pomislile, se pomenile o izdelavi surovih sadnih in zelenjavnih sokov, o vlaganju in pri predavanju o vrtnarstvu nekaj tudi o zelenjavi za zimo, le da na žalost premalo, ker nam je šla trda za čas. Predavanja smo imele tudi o nalogah kmetijstva, zadružništva za zboljšanje prehrane prebivalstva, o prasičereji in perutninarstvu, proti koncu tečaja pa še o nalogah družbe za ureditev sodobnega gospodinjstva.

Čemu neki nam bo vse to potrebno, kakšen je bil namen tečaja, ali je namen dosežen? Na zadnje vprašanje lahko mirno odgovorimo, da je tečaj svoj namen dosegel. Vsaka od udeleženk ve, da bi vse gospodinjske in tudi del gospodarskih stvari morala vedeti prav vsaka sestra. Patronažna sestra, sestra na oddelku bolnice, glavna sestra bolnice in vse sestre, ki so še v vseh mogočih preventivnih ali kurativnih ustanovah, bi našle v snovi tečaja veliko, kar bi moralo dopolniti znanje pri njihovem delu. Zato je želja po podobnih tečajih velika, potreba pa nujna.

In kdo je bolj poklican, da svetuje v vseh mogočih stvareh vsakdanjega življenja, če ne ravno patronažna sestra? Specifičnost patronažnega dela kot popolnoma samostojnega sestriškega poklica zahteva od nas poleg strokovne izobrazbe in toplega čuta za zblizanje s človekom široko obzorje ob reševanju prav vseh življenjskih problemov. Ali med temi ni prehrana eden najvažnejših? Prvo, s čimer se bo sestra lahko približala naši ženi, bodo praktični nasveti, seveda ne s kakimi finančno nezmogljivimi zahtevami, temveč s konkretnimi in sedanjim stroškom posamezne družine primernimi spremembami. Družina mora imeti zaupanje v sestro in ta si ga bo lahko priborila samo, če bo v osebnem zadovoljstvu in v svesti si svojega znanja bolniku, zdravemu človeku ali materi z otrokom iskrena svetovalka in pomočnica.

Če pomislimo, da se iz leta v leto v okviru splošnega izobraževanja ljudi vrše gospodinjski tečaji, nam je zdaj bolj kot kdaj koli jasno, kolike važnosti je sodelovanje medicinskih sester na teh tečajih. Kje bomo laže uvajale higienske navade, kakor ravno pri praktičnem pouku kuhanja in gospodinjskih poslov? Res nas je malo, vendar bo v bodoče nujno treba posvetiti več pozornosti pravilni zaposlitvi medicinskih sester. Saj so zdaj še marsikje obremenjene z nalogami, ki bi jih morda lahko opravil tudi drug zdravstveni kader. Na prvem mestu je gledati, da bodo utegnile posvetiti več časa zdravstveni vzgoji prebivalstva. Res je, da je patronažna sestra že po svoji vlogi vzgojiteljica družin svojih varovancev. Tu individualno vzgaja in ima na ta način tudi največ uspeha. Vendar bo nujno potrebno, da to sočasno združi s kolektivno vzgojo — tudi v okviru praktičnih tečajev, za katere je med prebivalstvom veliko zanimanje.

Akcija za zdravo prehrano, ki jo je v preteklem »Tednu otroka« sprožila Zveza ženskih društev Slovenije, pa naravnost terja, da se zdravstveni delavci in posebno medicinske sestre z vso odgovornostjo lotijo tega tako perečega vprašanja. Seveda bo to delo uspešno samo v primeru, če obnovimo

in dopolnimo svoje znanje z napredkom v higieni prehrane, ki je prerasla v široko in pomembno znanost.

Tečaj o zdravi prehrani odraslega človeka in otroka skupno z nekajurno teorijo in prakso o dietetiki je izpopolnil vrzel, ki smo jo na terenu tolikokrat čutile. Hvaležne smo organizatorjem, Društvu diplomiranih medicinskih sester in Zvezi ženskih društev Slovenije. Prav od srca bi želele, da se podobni tečaji še organizirajo in se tako omogoči izpopolnjevanje vedno širšemu krogu medicinskih sester.

## O nekaterih

V zvezi z okvirnim p  
lanskega letnika, prinašai

O teh vprašanjih je  
in zasebnih ustanov za z  
ustanov z družino. Nadal  
družini potrebna, da more izpolnjevati svoje naloge in dolžnosti do otrok. Na-  
daljnji dve skupini odseka pa sta razpravljali o vzgoji staršev ter načinih in  
možnostih sodelovanja med šolami, okrevališči, mladinskimi gibanji in družino.

Zlasti pomembni in obenem zanimivi so bili pogledi, ki jih je razvila  
diskusija o vzgoji staršev. Šlo je najprej za opredelitev tega pojma  
in v zvezi s tem določiti, komu pravzaprav naj bo ta vzgoja namenjena: dejans-  
kim staršem ali tistim, ki naj to nekoč postanejo. Po splošnem mnenju se vzgoja  
staršev pač razlikuje od nasvetov za zakonsko življenje in od spolne vzgoje,  
vendar pa je enakovredna vzgoji, ki se tiče družinskega življenja. Izrazili so  
celo misel, ali bi se tako imenovana vzgoja staršev ne mogla kratko malo  
povezati z vzgojo pri pouku splošne higiene. Končno je bilo predlaganih več  
definicij, ki so večidel vse podčrtavale vrednost slehernega človeškega bitja  
in pa odgovornost, ki jo imajo roditelji za splošno blaginjo otroka. Če bi te  
definicije hoteli na kratko povzeti, bi rekli, da vzgoja staršev v roditeljih  
ustvarja in krepi čustvo odgovornosti do potomstva ter jim obenem kaže, kako  
otroka vzgajati in mu utirati pot v srečno življenje.

V zvezi z vprašanjem, v čem dejansko obstoji ta vzgoja, je skupina bila  
mnenja, da so instinkti, ki roditeljem spočetka narekujejo skrb, nekaj pri-  
rojenega, kar se ne da priučiti, ampak samo do neke mere razviti. Vendar  
bi se staršem kljub temu dalo pomagati, kolikor ne gre za ovire, kot so ne-  
vednost, praznoverje ipd. Seveda pa kak skupen in enoten program ni mogoč  
zaradi razlik, ki so med posameznimi deželami v pogledu kulture ter gospo-  
darskih in socialnih razmer. Ustrezal bi pa primeren pouk, ki se lahko imenuje  
tudi »vzgoja staršev«, če to definiramo kot ustvaritev okolja, in to duševnega,  
telesnega in prirodnega okolja, v katerem bo otrok lahko ohranil vero v  
srečno življenje.

## x kongresa

i objavili v 2. številki  
e v kratkem izvlečku.

al je vlogo državnih  
o ter sodelovanje teh  
pih in pomoči, ki je