



Det här verket har digitaliserats vid Göteborgs universitetsbibliotek och är fritt att använda. Alla tryckta texter är OCR-tolkade till maskinläsbar text. Det betyder att du kan söka och kopiera texten från dokumentet. Vissa äldre dokument med dåligt tryck kan vara svåra att OCR-tolka korrekt vilket medför att den OCR-tolkade texten kan innehålla fel och därför bör man visuellt jämföra med verkets bilder för att avgöra vad som är riktigt.

This work has been digitized at Gothenburg University Library and is free to use. All printed texts have been OCR-processed and converted to machine readable text. This means that you can search and copy text from the document. Some early printed books are hard to OCR-process correctly and the text may contain errors, so one should always visually compare it with the images to determine what is correct.







# ILLUSTRERAD TIDNING

# IDUN

FÖR · KVINNAN · OCH · HEMMET ·

GRUNDLAGD AV  
FRITHIOF HELLBERG

UTGIVARE:  
BEYRON CARLSSON

UPPLAGA **A**

N:o **3**

DEN 18 JAN. 1925

PRIS 35 ÖRE

REDAKTÖR  
EVA NYBLÖM



## Idrottsnummer

**En käck ryttarinna**  
illustrerar här en av barvinterns mera  
uppriskande sportgrenar. Inuti  
tidningen skildras händelserna  
vid den "idrottsriksdag",  
som S. K. C. F. K. och  
Idun hållit.



# K R Ö N I K A

Om revy som är ny i var by — och annat som man inte bör sky.

ATT VARA PROFET I SITT EGET fädernesland är ingen konst för den som spår att en utställning av prins Eugens tavlor kommer att dra folk. Liljewalchs konsthall behöver inte överanstränga sig med reklamering så länge den utställningen pågår. Publiken hittar ändå ut till dessa salar, där det är desto angenämare att vandra som man för engångs skull slipper all oenighet i omdöme. Inga betänksamma huvudskakningar, inga fnissningar i mjugg, intet oförstående begäpande, allt är förståelse och harmoni, och när en herre på invigningsdagen högt bedyrade för sin omgivning, att prinsen inte bara är målaren bland furstar utan också fursten bland målare, så väckte det ingen opposition. Som väl var fanns inte prinsen där och slapp alltså bli förargad, ty vad han minst tycker om är bestämt ett fjäskigt smicker.

Att säga arligheter om en prins är i allmänhet föga riskabelt men man löper inte heller större fara med att kosta på sig några spydigheter som exempelvis i en av revyerna där man ser platsen för de berömda lejonerna på Norrbro och får veta att det som försvann i strömmen blev nedskjutet av vår furstliga lejonjägare.

Hur kom han att träffa just det lejonet? frågar någon.

Han siktade på det andra, blir svaret.

Så oerhört sarkastisk kan en revy författare vara. I Stockholm pendlar förresten publiken mellan tragedi och fars, den förra representerad av Graven under triumfbågen, i vars dödsskugga publiken samlas kväll efter kväll och gråter modiga tårar, den senare företrädd av de tre revyerna på Södra-, Folk- och Folkets hus teater, och där gapa håller inga tomma salonger. Det är väl förresten på samma sätt litet varstans i landet. Från Göteborg ryktas att Karl-Gerhard i år är vassare än vanligt och eftersom hämnden är ljuv skrattar man där omåttligt åt parodien på Köpmannen i Venedig där Shylocks roll framställs av en känd restauratör från Stockholm som under utställningen förskaffade göteborgarna obehaget att söka göra stan litet gladare. Fy Jacobsson! Litet skämt med judendomen kostar man förresten på sig i de stockholmska revyerna också och ett ganska harmlöst sådant äro följande repliker å Folkteatern: Vet du vad Veckojournalen heter på hebreiska? — Nej. — Bonniers Veckotidning.

Naturligtvis raljerar man med regeringen. Antingen är det en oskriven lag att revy författarna skola vara strängt konservativa herrar eller också känner man vad publiken helst vill ha, ty Per Albin och hans kamrater slippa aldrig undan sina snärtar, inte ens på själva Fol-

kets Hus teater. Jag minns exempelvis ett replikskifte där någon anmärker att regeringen inte är så varst bildad, varpå svaret kommer: regeringen blev ju bildad redan i oktober. Nåja inte stupar den för sådana rätt så trubbiga pilar. Men det är synd att säga att den har någon vidare god press i dessa dagar, tvärtom man läser ganska allmänt böner över den, fastän inte fullt så fromma som häradshövdingen greve Oxenstierna en gång låter oss få höra när han blir präst. Skälet till förtrytelsen är att regeringen inte vill sänka skatten, snarare tvärtom. Allting stiger. Det enda som verkligen sjunker är riksdagshuset. Man har upptäckt att det fuskats med grunden och att det bara blivit nedsatta sex pårader i stället för sju. Försummelsen är beklaglig. När kontrollen ändå blundade, borde en man med hjärtat på rätta stället ha sett till att det inte slogs ner några pålar alls. Så hade vi för länge sen haft bygget där det bäst passar — hos Necken.

Allting på sin rätta plats! Den satsen tycks man dock inte hylla i Enköping som visar så litet pietet mot sin ryktbaraste mans minne att man ämnar göra om dr. Westers lunds hem till hotellrum. Om någon borde väl denna vallfarsort dit landsmän från hela Sverige, ja patienter långt bortom landets gränser färdats till »underdoktorn» stå orubbad i tacksam hågkomst av hans märkliga personlighet. Men doktors anhöriga vilja ta loss möblerna och andra minnesföremål ur sin omgivning och forsla dem till Nordiska Museet »där de i viktiga hänseenden komma bättre till sin rätt», ha de djärvhet nog att påstå. Innan det är försent hoppas jag man ber de korttänkta släktingarna dra så långt som — pepparrot växer.

Något i den stilen sade Albert Engström

härom dagen till en tiggare. Kolingens skapare anses tydligen som ett gott skatteobjekt i Kolingens och Bobbans vänkrets och Engström har rentav i sin trappuppgång funnit krittecken vilka översatta från tiggarskråets hemliga ordbok förmodligen lyda: vägen lönar sig. Härom dagen ringde det på dörren och när Albert Engström öppnade stod en av de mera välbekanta än välkomna fysiomierna där. »Snälla goa —» Albert halade fram en tjugofemöring och gav mannen. Denne såg på slanten i sin hand och så sa' han: ja, vart tror redaktörn man egentligen kan komma med så lite?

De ord som redaktörn gav till svar kanske inte skulle passa inför Selma Lagerlöf på Svenska Akademiens högtidsdag. Men de lättade i alla fall och hade åsyftad verkan. Sen blev det emellertid inte mer barmhärtighet av den dagen.

Förresten är det en hel del bråk som vanligt. Ersta villastad protesterar mot att få heta Tussmötet och det säger man ingenting om. Ta bort t och sätt p för resten så bli nog alla glada. Apropos namn ha två banvakter Blomqvist anhållit att få anlägga det f. d. adelsnamnet Engelcrona. Vore inte Wachtmeister mera på sin plats? Man har inte små pretentioner i järnvägsstyrelsen. Snart skall väl stinsen stå i riddarrustning och blåsa av tåget med fanfarer. Det kommer att låta lika vackert som den här krönikan vilken som herrskapet torde märka är skriven på vers. Jag trodde först att det var prosa men efter ordbytet mellan registrator Klintberg och signaturen Den versbitne har jag ändrat mening. Striden gäller Graven under Triumfbågen som Den vers — nej förlåt Den inbitne tyckte var dåligt översatt. Vart har den vackra versen tagit vägen min herre? sade han och spände glasögonen i hr. Klintberg som emellertid tog Comedie Française, Franska Akademien och president Doumergue till vittne på att pjäsen aldrig nånsin varit skriven på vers. Det vore väl nog, svarade D. I.

är detta inte vers?  
det vill  
jag bara fråga?  
När jag  
talar om vers  
menar jag rytm  
begriper han det  
herr Klintberg?

Så enkelt är det. All prosa är rytm = vers, vi gå alla kring som poeter och kunna säga om versen detsamma som den hemkomna sjömannen sa om lättgroggen: är det här grogg, ja då har jag, ta mej Åkerlund, seglat i grogg ända från Montevideo och hit!



”Skepparegatan 40”, Algot Sandbergs populära folkskådespel har filmats av Svensk Filmindustri. Här ses en scen ur filmen med Wilh. Bryde som den förföriska löjtnant Ek i flirt med Erika Blom, som spelas av Magda Holm.

Lic. Forsvalls Studie- och Sällskapsresor (hittills ca 400 personer deltagit)

**Nordafrika med Sahara | Frankrike och Italien**

Paris, Nizza, Italien m. Sicilien etc., 40 dagar. Avresa 5 febr. Kostn. 1,285 kr. | Paris, Rivieran, Rom, Florens, Venedig etc. 25 dagar. Kostnad 790 kr.

Program från Fil. Lic. A. Forsvall, Östermalmsgatan 62 Stockholm.







# VAD SKULLE NI HÄLST VILJA GÖRA 1925?

UTTALANDEN AV KONSTNÄRER OCH VETENSKAPSMÄN M. FL.

JAG SKULLE ÖNSKA ATT DET omöjliga vore möjligt, att jag kunde utföra en kolossalstaty, en personifikation av den eviga friden. Den frid, som övergår allt förstånd. De, som såge bildens anlete, måste hålla fred med varandra. Och aldrig skulle den, som sett det anletet, kunna utöva en grymhet mot en värmlös varelse, — människa eller djur.

Ruth Milles.

Ett enda verk kan jag inte framhäva men jag skulle vilja ha så mycket pengar att jag under en tid av fem år finge ägna mig åt precis det slags arbete jag ville, och sluppe göra en enda beställning. Som en musiker längtat efter stora verk, medan han är tvungen att komponera jazzmelodier för att leva, vill ju en bildhuggare ge uttryck åt sitt eget väsen.

Då skulle jag göra nordiska saker, inte jättemonument, utan jag skulle söka få fram det fina lyriska, som finns hos den svenska kvinnan och som inte är tolkat än. Det skulle vara folkvisartat enkelt och ändå fint och starkt, en hyllning som jag skulle vilja ge den nordiska kvinnan i en hel rad verk.

Carl Eldh.

Helst min »Högskola för Fysisk Fostran», till vilken Stadion är förgården. Därefter mitt Gymnastikpalats med simhall för Högskolornas studenter.

Det vanvetliga sätt, på vilket Sveriges skolungdom tvingas tillbringa de år, under vilka den växer, sittande stilla inom glas i torr värme och utan utveckling av vare sig fysiska, moraliska eller etiska krafter eller av viljan och modet, gör en reformering av vår fysiska fostran nödvändig. Hitintills har den bästa hjälpen i nöden lämnats av scoutväsendet. Men detta når endast ett fåtal. Högskolan för fysisk fostran skall för alla skolor utbilda idrottslärare, som i en person förena karaktärsdanaren, humanisten och gymnastikledaren.

Sverige hade en gång, tack vare Ling, den teoretiska ledningen på gymnastikens område. Nu står det sist, svenskens ridderlighet numera definieras bäst genom polismaktens yttranden angående kvinnofriden på huvudstadens gator.

Felet ligger huvudsakligen i vårt skolsystems brist på karaktärsdaning.

Därför behöva vi en Högskola för Idrottslärare. Därför ville jag helst få utföra den.

Torben Grut.

Då jag så nyss hållit på med Kungstornet, är det naturligt, att mina önskningar skola gälla Kungsgatan.

Jag skulle vilja göra om bestämmelserna för denna gata — så helt ny utan alla traditioner, som den är — så att en hel rad skyskrapor stora och små, av skiftande höjd,

Vad skall det männe bära i sitt sköte det år, som ligger framför oss, så undra vi litet var också sedan nyårsnattens klockor tystnat och almanackan lärt oss skriva 1925 i stället för 1924. Vilka mål och planer, som hägra för våra forskare och konstnärer, är en fråga som några av dem här besvarat.

form och färg skulle kunna liva upp den preussiska stelhet, som jag fruktar eljest blir denna gatas prägel, då den är färdigbyggd.

Så skulle jag önska, att Kungl. Telegrafverket på allvar återupptog frågan om Telefornornets inbyggande enligt mitt för en del år sen på uppdrag av »Allmänna» uppgjorda projekt. Detta torn — också ett slags skyskrapa, fast av blygsamma dimensioner — ligger vackert i stadsbilden och bildar en god fond för Sveavägen.

Ivar Callmänder.

Frågan tycks i själva verket utgå från den uppfattningen, att det konkreta ting, det målade, skulpterade, diktade, tonsatta eller

## Iduns kvinnoklubb

inledde torsdagen den 15 januari vårsåsongen med sammankomst för sektion II, då fru Maria Rodhe-Nissen höll föredrag om kroppskultur. Nästa gång kommer turen till sektion I, som har sin första klubbafton torsdagen den 22 januari. Samling för årsavgifternas betalande kl. 7 e. m. å Fenix. Föredraget börjar 7,30 e. m.

## Iduns kvinnoklubb i Malmö

har sin första klubbafton — »en skånsk hembygdsafton» — den 26 januari på Stadt Hamburg. Om programmet meddelas närmare i Iduns nästa nummer.

uppbyggda ting, som i vanligt tal kallas konstverk, icke är det verkliga konstverket, som däremot existerar endast i konstnärens själsliv, i hans fantasi. Det yttre, synliga eller hörbara verket är då allenast en förmedlande avbildning. Otvivelaktigt är denna tes i huvudsak riktig. Det är bara det, att den behöver en så förfärligt lång och arbetsam utläggning.

Men har frågan denna mening, då inebär den också en vänlig uppmaning till mig — jag fäster mig icke vid vad andra tänka i denna sak — att blotta min själs alla fördoldaste hemligheter. Och det vill eller kan jag icke.

Jag har visserligen ännu ett litet häfte, där jag i min första ungdom antecknade mig till minnes »de tavlor jag en gång skulle måla», men där finnes nog icke svaret på eder fråga. Jag slår upp på måfå: »Paulus predikar vid skeppsbrottet», »Släta stenar», »Avguden», »Talatta», »Antonius möter Kleopatra på floden Cyrrus (Shakspeare)» etc. etc.!! Allt under den förfärliga rubriken »litterär» konst!

Jag undrar om det icke skulle passa bäst till tidens trötta och själviska uppsyn att formulera svaret så: Helst skulle jag vilja åstadkomma ett konstverk, som jag själv vore obetingat belåten med, och som kritik och publik skattade om möjligt högre än jag själv, och som — genast bytte ägare för ett pris, som endast kan uttryckas med ett mångsiffrigt tal!

Gottfrid Kallstenius.

Sköta min professur i geografi vid Handelshögskolan så bra som möjligt.

Gunnar Andersson.

Icke hinner det bli färdigt under året, men jag skulle vilja deltaga i arbetet på att göra en god början till följande:

1) Uppgörandet av en generalplan för Stockholm, där kommunikationerna, framför allt inbegripet en bro mellan Kungsholmen och Söder, skulle utgöra grundstommen. Ej minst viktiga äro också bättre kommunikationer med förorter. Sådana kunna i väsentlig grad bidra till lösning av bostadsfrågan.

2) Utarbetandet av ett vittomfattande försäkrings- och pensionsförslag för sjuka, arbetslösa, för barn, för åldringar, så att människorna skulle få något bestämt att hålla sig till, få känna sig ha rätt till vissa bestämda understöd i stället för att begära dem av fattigvården.

3) Förverkligandet av verklig religionsfrihet genom utarbetande av förslag till rättighet att få sina barn befriade från den officiella religionsundervisningen och eventuellt få i stället införa följande för små barn: berättelser om personer, värda att efterlikna, och för de större en förnuftigt lagd undervisning i etik och religionshistoria.

Anna Lindhagen.



Sveriges alla fredsvänner ha haft några intressanta mötesdagar på den fredsvicka, som Internationella Kvinnoförbundet för fred och frihet anordnat i Stockholm och som tog sin början onsdagen den 7 januari. Här ses några av veckans ledande damer, sittande fr. v. fröken Holmquist, Mathilda Widegren, förbundets ordf., fru Esther Åkesson Beskow, stående fr. v. fru Nina Benner-Andersson, fröken Anna Lindhagen, fröken Anna Nilsson, fröken Märtha Bucht.



FOTOGRAFERA MED EN KODAK OCH KODAK FILM

OBS. I NAMNET — EASTMAN KODAK COMP. — PÅ KODAK KAMEROR OCH FILM

ALLA FOTOGRAFISKA ARTIKLAR, FRAMKALLNING OCH KOPIERING GENOM

HASSELBLADS FOTOGRAFISKA A.-B. GÖTEBORG - MALMÖ - STOCKHOLM





# KRÖNING OCH HOVLIV FÖR 50 ÅR SEDAN

NÅGRA ÖGONBLICKSBILDER UR EN UNG HOVFRÖKENS BREV.

DEN SISTA KRÖNINGEN I SVERIGE firades den 12 maj 1873. Våren hade varit tidig, vacker och varm, men vådrets makter syntes ångra sin överilning och tillställde på själva högtidsdagen en veritabel »storvask» — storm och ösregn — och i detta himlaväder skulle kröningsprocessionen gå till Storkyrkan — den längsta vägen genom stora festvåningen, ordens- och rikssalarna, över borg- och logårdar, uppför Slottsbacken och Trångsund för att allmänheten skulle få se så mycket som möjligt därav. Med möda lät drottning Sophia övertala sig att åka till kyrkan, men tillbaka skulle hon och »hovfruntimret» gå — det måtte bära eller brista.

Det »brast» också, ty »blötprovet» resulterade — utom i förstörda toaletter, vilka dock, tack vare h. maj:s frikostighet och firman Valentins snabbhet, redan följande dag ersattes av nya — för samtliga deltagare i hosta och snuva eller än värre åkommor. Men när processionen efter ceremonien i kyrkan, som brevskriverskan kallar »underbart skön och imponerande» (med tillägg att de som vilja riva ned sådana gamla ärevärdiga bruk, aldrig måtte ha varit med om dem), återvände till slottet, hälsades den med ett så överväldigande jubel, att hon anser regnet ha varit »en riktig lycka för D. D. M. M.» Vid regentskiftet hade det nya konungaparet ingalunda mötts av den folkgunst, som företrädaren — alla svagheter till trots — åtnjutit, men dess villighet att hellre underkasta sig obehag och risk än svika folkets förväntningar, tillvann det i ett slag en popularitet, som tog sig de mest entusiastiska, spontana uttryck, och »jag för min del var nästan döv, då vi kommo upp för Logårdstrappan och undfingo sista salvan av studenterna, som där slagit upp sitt huvudkvarter».

Två dagar efter kröningen gavs hyllningskur i »Segersalen» (= stora galleriet), »där D. D. M. M. stodo mitt på golvet och runt omkring dem voro församlade de elegantaste toaletter och grannaste uniformer, vilkas ägare alla framburo sin hyllning — en ståtlig syn» — och därpå stor middag för alla ambassadörer, »vilket jag tyckte var det roligaste». »Utlänningar äro i alla fall bra mycket trevligare än våra trulsiga svenskar», utbrister den livliga unga damen, men tycker sig genast märka hur fru mor, som i ungdomen haft övernog av sådant umgänge, »rynkar på näsan».

Fest på fest följer, så man undrar ej över att brevskriverskan tycker sig »nästan kunna bli yr i huvudet» — lysande baler på slottet, Börsen och hos norske excellensen Kjerulf — galaspektakel på Operan med prolog, framsagd av fru Hvasser, Oberon, med »härlig musik och charmant dekorationer», och slutligen ett tillfällighetsstycke, »Vid Riksgränsen», »mycket lyckat».



Henrika Scheffer.

*Kung Oscars hov i festglans och högtidsstämning och i muntert vardagslag — så som en av de unga hovdamerna själv tecknar det i förtroliga brev — träder oss till mötes i denna skildring, lämnad av Henrika Scheffer.*

16 maj promenad å Djurgården, då solen slösade guld över den kungliga kortegen och högtidsklädda människor blommar i sådan mängd, att man stundom måste hålla för att uppsamla alla från tak och fönster regnande buketter. Den kvällen, liksom efter galaspektaklet, gavs supé, »och det är den enda salon, som hållits», heter det, med tillägget: »nog tycker jag det är kungligt och vackert att hålla salon, men rätt skönt är det också att vara ledig». — En rimlig åstundan efter sådana »arbetsdagar»!

Skildringarna från den avslutade festveckan utmynna i orden: »de kungliga kunna verkligen vara nöjda med den universella hyllning de mottagit. Människorna börja uppskatta dem nu, tror jag — de kunna ej annat, när de blott få lära känna dem».

På denna rörliga och lysande maj följde en lugn och behaglig sommar och höst å Drottningholm, varunder den unga hovfröken lär allt mera känna och skatta sin drottning, vilken hon håller för att vara »en mycket mera framstående person än människor i allmänhet tro». Alla trivas så väl i den lantliga och familjära tillvaron härute, att det är med allmän saknad man slutligen bryter upp — men de ständiga Stockholmsresorna bli kungen för besvärliga — automobilernas tidevarv hade ännu ej randats — och i början av november är hovet åter installerat i Stockholm.

Nu närmar sig julen, och i hovfröknarnas gemak sömmas fliteligen, ty julkappar skola föräras D. D. M. M., hela den kungliga familjen och kamrater bland uppvakningen.

Äntligen gryr den efterlängtade dagen, för vilken tankar och händer i veckor varit oavlatligt verksamma.

Klockan 10 julaftons förmiddag samlas hela hovet med kung och drottning i spetsen för att smycka de tre jättegranarna, som räcka från golv till tak i Vita Havet. Kungen och prinsarna äntra i kapp upp för stegarna för att fästa flaggor i topparna, och glädjen står högt i tak.

Vid middagen förekommo en hel mängd lustigheter. Första rätten utgjordes av ostron, sirligt uppstaplade vid en respektabel julnasses fötter; ur hans rosenröda tryne och ögonhålorna lyste eld men nassen nickade så gott och anbefalldes i en lång vers sitt välsorterade lager av ostron, vilka naturligtvis av alla måste prövas, då musslorna befunnos vara av socker, men förvillande lika verkliga sådana.

Taffelmusik — å harpa och fiol — utfördes av »ett beryktat konstnärspår, fru Kisse och herr Jösse»; de sågo »besatt löjliga» ut, rörde på tassarna och framlockade några jämmerliga toner (från en i magen fördold speldosa), »men vad kan man väl vänta sig av magmelodier?»

Till sist presenterades ett stort fat, fyllt med presenter av allehanda slag, försedda med roliga dedikationer på vers och prosa, däribland två små attrapper, sammanbundna med ett blått band och tillägnade »den yngsta gossen och den yngsta flickan i sällskapet, vilka jag tror heta Lotten och Ten». »De må nu sins emellan draga Lot-Ten», hade hans majestät egenhändigt skrivit.

Den lille prinsen och den unga hovfröken, äro de bästa vänner: hon delar intresset för hans hundar och kaniner, och han hör gärna berättas om hennes jämnåriga »lillsyster» och skickar hälsningar till denna. Då prins »Ten» en gång tagit sig orådet före att rulla sig i dammet utför en hel lång backe å greve O:s lantställe, och hon avfördrar honom »en svensk mans

(Forts. sid. 83.)



Kung Oscar med svit tågar in i Storkyrkan till sin kröning. Efter en samtida litografi.



Advertisement for Napolitains Palmery Mjölk Gräddfrökan. The image shows a box of the product and the brand name in a stylized font. The text on the box includes 'Palmery Mjölk Gräddfrökan' and 'i gelatinsocker 1 K. 11'.





# FÖRGÅNGET OCH AKTUELLT

NÅGRA UTLÄNDSKA BÖCKER I SVENSK ÖVERSÄTTNING. — FÖR IDUN AV MARIKA STJERNSTEDT.

I FLODEN AV BÖCKER, SOM UNDER senare del av hösten flödat över bokhandelsdiskar och recensentbord, ha givetvis förekommit åtskilliga översättningsverk, vilka varit väl så mycket värda ett omnämnande här som många av de anmälda svenska originalen. Idun har emellertid valt att på sitt för bokanmälningar rätt begränsade utrymme främst ha de svenska arbetena i åtanke. Flertalet av de bland dessa, som verkligen på ett eller annat vis inneburit något av intresse, torde också här blivit nämnda, och tidningens läsare därigenom satta i tillfälle att, om än summariskt, orientera sig på den svenska litteraturens område just idag. Småningom hoppas jag kunna fylla ut åtminstone en del av de mest gapande luckorna i vad gäller översättningsproduktionen.

Först och genast vill jag då påpeka att del II av Goethes genialiska och fängslande självbiografi *Dikt och sanning* utkommit. De som förra året skaffade sig del I och hade glädje därav lära väl icke försumma fortsättningen. Det tyckes egenomligt, att detta, det kanske lättillgängligaste av Goethes verk, icke förut överflyttats till svenska. Försummelsen är emellertid nu reparerad genom Anders Österlings försorg, och översättningen försedd med ett par hundra av honom bifogade, förklarande korta noter. — Till vännerna av *Romain Rolland*, (vilken lär ha en rätt hög procent av sin utländska läsekrets i Sverige), kan nämnas att fortsättningen på *Den förtrollade själen*: *Sommaren* också i höst utkommit hos oss. *Rollands* mästerverk är och förblir serien *Jean-Christophe*, eller de bästa delarna därav. Till den höjden har han icke nått mer. Ett par av de senare böckerna ha tyngts av den torka, den ansträngning, som följer av »vilja, men icke kunna». Författaren har där syftat över förmåga. Det konstruktiva i hans fantasi har haft räckvidd utöver hans gestaltningsmöjligheter. I de tvenne hittills föreliggande volymerna om *Annette* och *Sylvie* (*Den förtrollade själen*) förnimmer man emellertid åter en mer harmonisk förtrolighet med ämnet, ehuru det måste sägas att icke heller dessa böcker äro fria från en viss litet tröttsam stereotypisering av själva stilen. *Rolland* är större som älskare och iakttagare av livet och människorna än som konstnär; det som vunnit de breda läsarskara åt honom har varit hans mänsklighet och värme, kanske även en sorts trots allt-optimism, som präglar hans författarfysionomi; men icke något fulländat mästerskap eller verklig, stor genialitets (originalitets) utstrålning. De orden gälla också den senaste skapelsen.

### En omstridd bok.

Jag skall nu uppehålla mig litet längre vid en levnadsteckning av *Furstinnan Helène de Ligne* av *Lucien Perey*, som kommit en smula buller åstad, tack vare polemik mellan ett par av dess kritiker i dagspressen. Bokens art har uppfattats något olika på olika håll, ehuru man varit ense om dess intresse. En anmälare har rent av i den närmast velat se en pa-

stisch. Till denna senast citerade uppfattning ansluter jag mig alldeles särskilt icke

Boken om *Helène de Ligne* är en biografi över damen i fråga, men även en tidsbild av större mått än en individualbiografi. Den sönderfaller i två klart skilda stycken. Det första avsnittet består av *furstinnans* dagbok i klosterpensionen, påbörjad där, då hon blott var nio år gammal och fullföljd flera år framåt; detta aktstycke uppges av utgivaren *L. Perey* såsom varande autentiskt, och det finns intet skäl att betvivla uppgiften. Den lilla *furstinnan Helène Massalska*, så var hennes polska flicknamn, var föräldralös och sattes för att få en efter tidens förhållanden förstklassig uppfostran i klostret *Abbaye-aux-Bois*, i Paris, där en stor del av de förnämsta franska familjernas döttrar blevo hennes kamrater. Ända till långt in på 1800-talet bibehölls i Frankrike bruket att för längre eller kortare tid anförtro de unga flickorna åt de särskilt åt undervisning och uppfostran hängivna klosterhjälpensionernas vård. För den som, likt undertecknad, under ett par år av flicktiden själv levat som elev just i en sådan pension och till på köpet i ett, om icke direkt dotter-, så åtminstone systerdotterhus till *Abbaye-aux-Bois*, är det icke svårt att under läsningen av föreliggande dagbok känna igen grundton och grundanda. Det utmärkta och sunda psykologiska greppet från ledningens sida, liksom det givetvis litet världsfrämmande draget; konflikternas karaktär, liksom åtskilliga av upptäckens; kamratkänslan; det lätta, äktfranskt maliciösa i synen på mångt och mycket, — det hade alltsammans, alla tidens förändringar till trots, och trots ofrånkomliga olikheter i detaljer, bibehållit sig friskt i hundra år och mera. Det kan för övrigt sägas, att först under allra senaste kvartsdecennium har bruket med klosteruppfostran börjat anses definitivt antikverat — ehuru visst inte ännu försvunnet.

### Vad en 1700-talsdam skulle kunna.

Den lilla *Helène Massalskas* dagbok kunde i stort sett ha skrivits av vilken som helst av mina egna kamrater, som blott haft *Helènes* livliga intelligens och medfödda berättarförmåga, naturligtvis — ehuru det är givet att händelser och samtalsämnen i en 100 à 120 år senare redaktion blivit andra. Den stora vikt de unga damerna från *Ludvig XVI:s* tid lägga, eller som för deras räkning lägges, vid bördshöghet, och som för dem var alldeles självfallen; likaså den stora frihet eller den riktigt tilltagna tjänarskara, som bestods de mest högtädda och rika, var ju dömd att försvinna och virvla bort i revolutionens storm. Adertonhundratalet var borgerligt och klostrens sedvänjor liksom deras rekrytering följde med seklet. Men så mycket av tradition, som räddas kunde, bibehölls. Icke blott så att *Racines* klassiska *Esther* förblev stående i elevteaterrepertoaren — och står där väl än — utan ej mindre i den mening, att frimodighet, en viss jansenistisk nykterhet, ridderlighet och generositet, ambition i tillägnandet av undervisningsämnena bibehölls på listan av

eftersträfvansvärda dygder. *Helène Massalska* lärde sig dansa; hundra år senare lärde man sig åtminstone föra sig, göra révérence, artigt ställa fram en stol o. s. v. Den franska klosteruppfostran var och ville förbli, icke mindre än, i sin genre, vad det engelska universitetslivet var och är.

### En utmärkt tidsbild och människoskildring.

Andra delen av boken, där utgivaren *Lucien Perey* själv för ordet, grundande sig på brevsamlingar, memoarer och andra dokument, vilkas tillförlitlighet det är omöjligt här söka pröva, skildrar *Helènes* giftermål med *furst Charles de Ligne*, vidare *furstarna de Lignes*, far och son, (*Helènes* svärfar och make), öden i det stora *Cosmopolis*, den högeleganta och maktsäkra *International*, som Europas aristokrati i de ledande länderna då bildade; slutligen *Helènes* kärlekshandel med den polske greve *Vincent Potocki*. Vid volymens sista sida har hon nått sin lycka i ett äntligen vunnit andra gifte med denna magnat.

Man kan knappast här längre kalla *Helène* bokens centrum. Det är miljö- och tidsbilden som nu främst fängslar. Av *Helène* får man intrycket att hon var en begåvad världsdam, kokett och lysande, en bortskömd ung kvinna, vilken slutligen mögnar till människa genom en häftig, men också trofast kärlek. Det förtjänar antecknas att hon, enligt biografen, vägrade bli *Potockis* älskarinna förr än hon fick bli hans hustru — en fordran på rent spel, som åtminstone icke var banalt vanligt i hennes kretsar. Men minst lika mycket som *Helène* intressera oss emellertid herrarna *de Ligne*. Fadern: *grand seigneur*, slösaktig, charmant, tapper, djärv, kvick karl och stor skämtare; sonen *Charles*, *Helènes* make, blygsam, allvarligare än fadern, innerligare, mer sårbar. Båda äro in i mörken krigare, av typen långt före *Röda Korset*, som så djupt skulle ingripa i förvandlingen av mänsklighetens och t. o. m. krigarens syn på kriget, det vill alltså säga den ännu våldsamma, primitiva typen, älskare av kriget som skön konst, av krigets själva parad, äventyr och klång, vilka sedan fingo kosta vad som helst. Förhållandet mellan far och son kan dock vittna om att dylik, numera för de flesta motbudande entusiasm, ej var oförenlig med varm känslighet; skildringen därav hör till bokens vackraste sidor.

Där finnas i övrigt gott om pittoreska målningar, utmärkta personporträtt, instruktiva inblickar i de för epoken typiska affärstrassen. Förmögenheterna voro agrara, men skulderna växte ofta över de magnifika lantslottens tak. En hög herre var närmast skyldig sig själv att leva utan förnuft. Boken kring *Helène Massalska de Ligne* har sitt värde som skickligt utfört panorama av ett samhällslager aftonen före dess undergång och samtidigt såsom dokument om människohjärnan, om mänskliga fel, dygder och konflikter, vilka inga yttre omkastningar förändrat, för vilka ett eller annat hundratal år äro utan betydelse.

**KOSTYM** BLIR ELEGANT  
KEMISKT TVÄTTAD  
ELLER FÄRGAD HOS  
ÖRGRYTE KEMISKA • GÖTEBORG



**Dålig Matlust** IDOZAN  
övertvinnes snabbast med  
Erkänt bästa järnmedicin. Rådfråga Eder läkare.



# E F T E R R I D Å F A L L E T

OM SALIG MAGISTER MAGNUS Olai Asteropherus i torsdags stigit ner från sin klassiska himmel, lyft av Nordiska Muséets krokantorn och kikat in i den stora aulan med dess rivna fanor och ärevördiga guldkarosser utefter väggarna, hade han med all säkerhet gripits av en lätt förklarlig förvåning. För det första över att finna hela denna kyligt stenförnäma lokal tätt packad av en högtintellektuell publik, som med något av premiärfeber i blodet betraktade Einar Forseths brokiga fondmålning upptagande den plats, där Milles' Gustaf Vasa rätteligen borde trona i traskuret majestät. För det andra över att se den provisoriska scen, som iordningstälts på podiet, småningom befolkas av alla de figurer, åt vilka han själv för något över tre hundra år sedan gav liv i »Een lustigh comoedia widh namn Tisbe». Men genom dr Upmarks inledande anförande skulle han snart fått klart för sig, att kvällen endast var ett led i det kulturarbete, som står på muséets program och att dess tillfälliga avsikt var att skaffa medel åt Artur Hazelius-fonden. Desslikes att det hela var en synnerligen lovvärd fortsättning på samarbetet mellan Stockholms Högskola och bemälda museum, etablerat redan förra året, då studenterna uppförde den gamla strängt religiösa Tobiae comoedia.

Man måste helt och odelat skänka sin sympati åt de försök, som här gjorts att levandegöra de få medeltidsdramer, som ännu finnas i behåll. De äro ypperliga stilprov från den tid genomsnittskulturen bestod mest i bilder och minst i bildning; de ge oss prov på människornas naiva tänkesätt och osammansatta psyken, och kasta på ett fullt gripbart sätt ett förklarings skimmer över liv, uppfattning och seder från högrenässansens glansdagar. Medeltidsdramerna började i kyrkans hägn. Så länge de predikade bot och bättring, himmelsk honung åt omvända syndare och helvetets svavelsjöar åt de förtappade, hade den lättfärdiga Thalia ett fast stöd i prelaterna. Men småningom sökte hon sig ut till vidare arbetsfält, och då var det slut med den goda sämjan. Från skolrummen



*Tuscnela, Magistra Aulae hovmästarinna.*

kom hon till torgen och rådssalarna, och för varje steg hon tog blev hon friare i sitt sätt och säkrare på sig själv. Till slut var hon mogen att stå på egna ben och pocka på sin plats i solen. Av den lilla skygga flickan, som nästlat sig in bland korgossarnas svängande rökelsekar och helgonprocessionernas jublande halleluja, hade blivit en makt i samhället, visserligen blygsam, men bestämd att en gång i framtiden intaga den framskjutna plats hon än i dag innehar.

Tisbe hör till den svenska dramatikers äldsta och i sitt slag förnämsta alster. Dess art är högrenässansens folkliga drama med växlande stämningar och romantisk fri gestaltning. Det framfördes som ett scholarspel första gången i Arboga 1610 vid vilken tidpunkt dess författare, Asteropherus, var rektor i stadens skola, några år senare i Karlstad samt 1626 i Uppsala. Dessutom har det spelats av studenter i Stockholm, Lund och Uppsala under senare hälften av 1800-talet.

Innehållet bygger på Ovidius' kända berättelse om Pyramus och Tisbe, vilka genom Venus' förtrollning grepos av ödesdiger kärlek till varandra, nedkastades i olyckans djup men av mildare makter återväcktes till liv och lycka. I Asteropherus' drama har emellertid den enkla sagan broderats ut för att göra motivet rikare. Huvudpersonerna ha ikläts 1600-talets dräkter, skick och tankar; av Pyramus har blivit en jägare och av Tisbe en stolts jungfru. Kring dem röra sig ett myller av adelsmän, marskalkar, hövitsmän, bönder och smådrängar, godtyckligt insatta i handlingen och avsedda att ge denna mer rörlighet. Dessutom mytologiskt riktiga gudinnor och halvgudar, representanter för de goda makterna, samt den traditionella djävulen och hans käring, figurer som naturligtvis inte få saknas i en comoedia från den tiden.

Man får inte ställa för höga anspråk på 1600-talsdramatik. Den röda tråden, de bärande orden, den karaktäristiska utformningen av gestalterna saknas oftast. Vad man får är ett naivt skådespel med en anhopning av personer och scener, för det mesta skäligen löst sammanfogade. Koncentration och stegring voro för den tiden okända begrepp. Styckets förtjänst ligger i det ursprungligt äkta och i den ypperliga tidsbild det skänker.

Man kan icke annat än beundra det arbete, som nedlagts av dr. Per Lindberg vid instuderingen. Även om undertecknad avgjort föredrar fjolårets Tobiae komedi med sin enklare ram, sin djupare symbolik och sina strängt stiliserade altarskåpsfigurer vilka så ypperligt lämpade sig att framställas av amatörer, måste man ändå oförbehållsamt ge sitt erkännande åt de goda anstaserna i Tisbe.

Ehuru pjäsen med sina långa och stillastående dialoger strängt taget kräver rutinerade skådespelare hade studenterna ändå med friskt mod och oförfärad humor gått till verket. Att särskilt framhäva någon roll på de andras bekostnad vore orättvist. Var och en gjorde sitt efter bästa

(Forts. sid. 82.)

## D A M E R N A S D I S K U S S I O N S K L U B B

### *Artighet mot barn.*

Visst leva vi i barnets århundrade, det råder intet tvivel om den saken. "Ditt barns själ" och "Ditt barns kropp", dess obetydligaste livsytringar från det första skriket och den första tanden till dess förnumstigaste reflexioner, granskas och kommenteras med ängslig omsorg och med all till buds stående sakkunskap av hela falangen teoretiska barnpsykologer, fysiologer och pedagoger. Någon vit fläck på den karta, som något pretentiöst kallas barnsjälens, skall man förgäves leta efter — så länge man håller sig till böcker och uppsatser i detta ämne.

Men hur är det med praktiken? Känna de och förstå de verkliga barn, dessa föräldrar, tanter och farbröder, som proptrade med barnpsykologiens senaste forskningsresultat, i barnens närvaro förtjusta berätta för varandra, hur dräpligt lilla Putte eller Murre svarat på den och den frågan, vilka geniala reflexioner sagan om riddar Blåskägg inspirerat Pyllan till, med vilket filosofiskt lugn Lillan bär en tillrättavisning, och hur väl hon vet, att den skära huvan, hon fått i julklapp, verkligen klär henne.

Att på detta sätt fördjupa sig i en närvarande

vuxen persons känsloliv och karaktäristik, att tala om honom i tredje person, som vore han frånvarande eller en död, medvetlös tingest, skulle med rätta anses som taktlöshetens fullbordan — om det överhuvud taget kunde komma ifråga.

Men barnen, som dock äro så oändligt mycket ömtåligare, de få hålla till godo med att man i deras närvaro skärskådar deras psyke, dissekerar eller snarare vivisekerar den som en försökskanin, klarlägger den för mer eller mindre intresserade åhörare.

Flera av dem äro kanske så starkt självmedvetna, att det roar dem att spela huvudrollen, att vara centrum i sällskapet. Men oändligt många flera bli generade och tafatta, lida i tysthet alla de förlägenhetens kval, som kanske är den bittraste av barnavärldens sorger. Och även de, som vid 3—5 år gärna åtaga sig att som Roosevelts son sade om sin far "vara bruden på varje bröllop och liket på varje begravning", kunna tröttna på detta angenäma åliggande och då kommer reaktionen — gärna i form av affekterad självsäkerhet eller tafatt bortkommenhet.

Vem är då den första att beklaga denna metamorfos om inte just samma föräldrar, tanter och

farbröder, som själva varit med om att framkalla den?

Med aktningvärd iver bemöda sig också alla uppfostrare att lära barn artighet. Och naturligtvis är detta alldeles i sin ordning i de flesta fall. Men det kan också vara malplacerat. En vän till familjen, som är på besök, sysselsätter sig t. ex. med barnen, deltar i deras lekar och förefaller att själv ha lika roligt som de. Barnen komma helt naturligt inte ens på den idén, att inte tant eller farbror är lika road som de själva. Då heter det, när leken är slut: "Tacka nu tant, som lekt med Er."

Att på det sättet ta ifrån dem föreställningen, att vuxna kunna ha nöje av deras sällskap, att visa dem, att den, som nyss var deras lekkamrat och lika road av spelet som de, i själva verket visat dem en älskvärdhet, som de skola påminnas om att säga tack för — är inte detta en alldeles skriande oartighet mot barnen? Och kränkande för deras självkänsla!

Varför inte visa barn samma hänsyn och samma artighet som är självfallen mot vuxna? Varför inte behandla dem som sådana så långt det går, men samtidigt låta dem vara barn så länge som möjligt.

*Indignerad moster.*

# Tomtens Bakpulver

s.k. jästmjöl



# DEN MODERNA PÄRLKLÄDNINGEN

KAN MED LÄTTHET SYS HEMMA MED MÖNSTER FRÅN IDUN. KOMP. AV GREVINNAN M. VON SCHWERIN.

DE ELEGANTA AFTONKLÄNNING- ar, som våra modefirmor i vinter uppvisa, äro mer än någonsin pärlbroderade. Man möter pärlklänningen i alla variationer, från diskreta toiletter i matta färger med de nu särskilt modärna opalpärlorna i en eller par nyanser till de mest fantastiskt mångskiftande skapelser. Naturligtvis spelar den svarta som alltid en framträdande roll.

Modell I är tänkt i svart. Den kan lämpligen göras i georgette eller någon av de nu så moderna blanka sidensorterna. Till broderiet användes längre eller kortare svarta stråpärlor.

Tillskärningen sker med ledning av diagrammet. På såväl fram- som bakstycket göres en trådrak mittmarkering. Foderlivet är endast ett rakt stycke. Sedan tillklippningen är gjord, nålas axel- och sidsömmarna, och så är klänningen provfärdig.

Vid första provningen bestämmas halsringningens djup och klänningslängden. Det är ytterst viktigt, att provningen sker enligt konstens alla regler. Man får inte falla för frestelsen att prova in båda sidorna och sedan sy direkt. Klänningen blir i sådant fall alltid osymmetrisk och kommer att röja amatörsömmerskan. Man provar endast in ena sidan och markerar omedelbart hur knappnålarna sitta genom långa träckelstygn, för bekvämlighets skull med tråd i annan färg än tyget. Man bör även här och där göra tvärmärken på motsvarande höjd i båda tygkanterna, härigenom underlättas hopträcklingen betydligt. Sedan tagas nålarna bort, styckena vikas dubbla, och den andra sidan markeras efter den första. Sker provningen på detta sätt, kan man vara säker om att resultatet blir fullt exakt, och man kan lugnt träckla axel- och sidsömmarna samt träckla upp fällen.

Sist göres pärlbroderiet. På någorlunda stadigt material kan man rita upp broderimönstret direkt, på mycket tunna tyger



Grevinnan Margareta von Schwerin.

En säkert välkommen nyhet kan i dag meddelas Iduns läsarinna. På Iduns Mönsteravdelning för hemsömmerskan ha vi nämligen glädjen presentera en ny medarbetare, grevinnan Margareta von Schwerin, en av skolan Feminas lärarinnor. Grevinnan von Schwerin kommer att var fjortonde dag bjuda Iduns läsarinna mönster på modeller, lämpliga för hemsömnad. Galatoaletter, eleganta teaterklädningar, praktiska och hemtrevliga vardagsklädningar och barnkläder — allt kommer att i moderna modeller, enkla mönster och råd för provning, garnering och detaljer att behandlas av grevinnan von Schwerin, som dagligen på Femina undervisar hemsömmerskorna i klädsömnad och precis vet vilka problem och kvistigheter hemsömmerskan har att räkna med. Grevinnan von Schwerin gör sin debut i detta nummer med två vackra och lättsydda sällskapstoalter i den så moderna pärlgenren. Mönster kunna erhållas genom Iduns Mönsteravdelning. Pris kr. 1: 50 pr st.

Vår andra modell är en mycket trevlig teklänning. Den utföres lämpligen i siden. Färgerna äro ju en smaksak. Man kan ha klänning och broderi i samma färg, eller man kan t. ex. brodera på svart med kornblått, på brunt med beige eller på beige med brunt. Lustigt och originellt är att mot ljusgrått siden sätta lackröda pärlor.

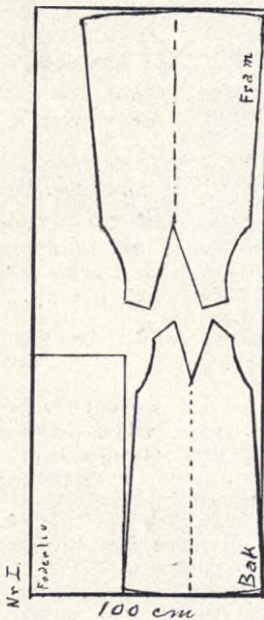
Tillklippning efter diagrammet, markering och första provning som vid föregående modell. Sömnaden kompliceras här av en liten isydd ärm, alla nybörjares notoriska fasa. Om man emellertid en gång lärt sig det riktiga tillvägagångssättet, upptäcker man sedan snart, att det egentligen icke är någon trollkonst att få en ärm att sitta väl. Det är endast noggrannhet, som är nödvändig. Vid inprovning av en ärm fäster man först ärmsömmen 2 cm. framför sidsömmen. Detta är den fasta punkten, och sedan får man jämka med det övriga. Då ärmen är väl inprovad, markerar man hur den skall sitta genom att dra en tråd såväl runt om ärmkanten som runt ringningen. I båda kanterna göres dessutom några mot varandra svarande tvärmärken. Därefter tages alla nålar ur, klädningen vikes dubbel längs mittmarkeringen och den andra ärmringningen markeras efter den första. På samma sätt markeras den andra ärmen efter den första. Man kan nu träckla i båda ärmarna men bör för säkerhets skull prova ännu en gång, innan man syr i dem. För att kjolen ej skall bli för snäv är det lämpligt att ha den öppen fram. Man undviker att den slår upp, genom att med ett 5 à 10 cm. långt gummiband fästa den undre framvåden vid fällen på den övre.

Broderiet, som går både fortare och lättare än man tror, utföres med runda, icke alltför små pärlor.

MARGARETA VON SCHWERIN.



Modell I.



blir det lättare arbete att sy fast mönstret under.

Det är emellertid icke endast de stora toiletterna, som i år prydas med pärlor, utan även finare förmiddagsklädningar.

\*

## Iduns 5 minuter.

I Skandinaviska Grammofonbolagets serie av nyheter heter ett av de mest omtyckta numren "Iduns 5 Minuter". Iduns läsekrets vet, att de fem minuterna avse den hemgymnastik, som man till gramfonmusikens toner kan och bör utöva som en hälsosam motion varje dag. Idén att till pianoackompanjemang skaffa sig litet kroppsovning har tydligen tyckts damerna god och efterfrågan på Iduns 5 Minuter är livlig.



Modell II.



**PAHLSSONS**  
Dessertchoklader  
Högfina kvalitéer  
Tillverkare: A.-Bol. Carl P. Pahlssons  
Choklad- och Konfektfabrik, Malmö.

**Bästa medel** mot **Katarrer** och **kikhosta** samt **förkylningar** är **LEDOLIN**.  
Rekommenderat av framstående läkare. Finnes å alla apotek.  
**Tekn. Fabr. Ledolin, Sthlm.** Rt. 26 62



# ATT RÄTT ÄTA EN GOD MIDDAG ÄR KONST

FÖR IDUN AV GUSTAF STEINWALL.

IDUN HAR HAFT VÄNLIGHETEN anmoda mig säga något om Brillat-Savarins bok »Smakens fysiologi», som för kort tid sedan utkom i bokhandeln i svensk översättning.

Den svenska allmänheten bör vara herr Algot Ruhe stor tack skyldig för det intresse han visat och arbete han nedlagt genom att till vårt språk översätta denna intressanta och lärorika bok.

Personligen har jag med stigande intresse genomläst Brillat-Savarins om stor kännedom beträffande människornas fysiologiska smak vittnande bok. Jag har gjort det så mycket hellre som detta studium ligger mig varmt om hjärtat och hans åsikter och uttalanden i de flesta fall kunna tillämpas i vår tid fast över 100 år förflutit sedan Savarin fick denna djupa kunskap om människornas intresse för bordets förfinade njutningar och nedskrev sina rön. Den framstående kirurgen dr. Samuel Hybbinette har skrivit några spirituella och träffande inledningsord om boken — men så är han ju själv också en sann gourmet, en Brillat-Savarin i vår tid. Säkert skulle dessa båda herrar fått uppleva många glada och njutningsrika stunder om de varit samtida och vänner.

Envar, som har något intresse eller smak för bordets njutningar och enkannerligen kokkonstens djupaste hemligheter, får vid läsandet av denna bok många angenäma stunder, vissa råd och ett eller annat fint recept på hur en läcker rätt bör tillagas och ätas. Råd och anvisningar ges också hur feta personer kunna med en passande diet få en normal stofthydda samt hur magra och kantiga kunna ernå lagom runda och fylliga former.

*Direktör Gustaf Steinwall å Operakällaren, en av våra allra främsta sakkunniga, på gastronomiens område har på Iduns anmodan här delgivit sin åsikt om Brillat-Savarins ryktbara arbete om Smakens fysiologi som nu utkommit i svensk översättning. Idun har förhoppning att, även framdeles få räkna direktör Steinwall som medarbetare på ett område, som han behärskar så utmärkt och där han har så gott omdöme.*

Savarin skulle om han kunde återuppstå bliva ganska besviken i ett fall: kokkonsten har icke ens i hans eget land gjort några näminvärda framsteg. Men i ett annat fall skulle han bliva så mycket mera tillfredsställd nämligen ifråga om den måttlighet i bordets njutningar både när det gäller mat och dryck som de flesta numera iakttaga.

Man vinnlägger sig mera om att lära känna de olika rätternas högre smak, och vinternas förnämliga kvalitet, frässeriet synes mer och mer bliva bannlyst.

Det var Savarins mål att alltid uppnå en viss måttfullhet. Njut, sade han, av en väl tillagad måltids olika rätter och viner, men med måtta, ty betänk, samtidigt med nöjet fullgör man en av kroppens viktigaste funktioner — födoämnenas intagande.

Savarin fördömer upprepade gånger i sin bok att överlasta sig med mat och dryck. Överdriften blir ju mest till skada för individen. Att rätt begå en fin och delikat anrättad middag är en konst och det var just denna konst som Brillat-Savarin satte

så högt. Han skämtar därför gärna över personer som icke förstå att rätt begå en måltid eller som äro för glupska å densamma. Några få men väl tillagade rätter i väl vald följd nedsköljda med goda viner i ett litet men spirituellt och glatt sällskap som förstår och senterar vad som bjudes — se där idealet för en angenäm middags avätande.

Boken är så mångsidig och innehållsrik att det är svårt att rätt och klart beskriva dess innehåll med några få rader.

Brillat-Savarins bok bör läsas.

Jag rekommenderar därför »Smakens Fysiologi» på det varmaste, först och främst till alla sanna gourmeter samt vidare till alla mina kolleger, som i den skola finna en hel del goda råd icke allenast om mat och dryck utan även hur en restaurant bör skötas för att bli populär och vinstgivande — enligt den tidens syn på saken. Och de råden kunna nog även tillämpas i vår tid.

Vidare vill jag rekommendera boken till alla dem som mer eller mindre syssla med våra födoämnen samt för övrigt till alla som mer eller mindre nedlåtande tala om bordets njutningar och inte förstå att man kan finna ett stort behag i dess livgivande och glädjespridande förmåga — väl att märka — rätt njutna. De skulle säkert bli förvånade över att i denna bok träffa så många sanningar angående våra olika födoämnenas rätta njutande. Kanske rent av en och annan bleve omvänd till sanna gourmeter till glädje för dem själva och till trevnad för omgivningen. Ty märk väl, att sanna gourmeter äro i allmänhet goda och glada människor.

## F Ö R K V I N N A N

ETT MIDDAGSTAL PÅ KLINGANDE VERS OCH ETT MÖNSTER I MIDDAGSSÄSONGEN.

*Kvinnan, go' vänner, är ämnet till talet,  
hon har besjungits mång tusende gång,  
därför jag varit i valet och kvalet,  
hur jag bör forma min hyllning i sång.  
Versmåttet valde jag luftigt och lätt,  
dansen trakéer, daktyler polkett.*

*Meningen var nog, att kritiskt här granska,  
Kvinnan från vaggan till väntande grav,  
varken försköna ej heller förvanska  
bilden, som levande livet oss gav.  
Riset dock föll ur min skriande hand,  
krans utav blommor i stället jag band.*

*Kvinnan, vi lärde att först hålla kärlig,  
var nog vår moder vår barnatids tröst.  
Där fanns ej svek eller falskhet, ty ärlig  
tryckte hon varmt oss till moderligt bröst.  
Kanske hon vinner ock tävlingens pris,  
hon det förtjänat på mångfaldigt vis.*

*Säkert du minnes från ungdomsåren  
Flickan den lilla, du oskuldskraft smekt,  
när uti parker och hagar om våren,  
sida vid sida vi sprungit och lekt.*

*När vi så lekte den leken "ta fatt",  
kümpa' du ivrigt att rädda din skatt.*

*Se'n uti skolan du hade din flamma,  
hjärtat det brann, så det brann i din  
barm.*

*Kärleks ord sökte du barnsligt framstamma,  
när vi i smyg gingo arm uti arm.  
Kyssen den första du gav och du tog,  
Flickan hon blekna och rodna och log.*

*Skoltvänet lyckas du småningom slita,  
världen var liten och själv du så stor.  
Namnen du skar uti björkstammen vita,  
trohet till döden din älskade svor.  
Kärlek till Ungmönen då skänkte dig stöd,  
när du begynte att tjäna ditt bröd.*

*Tiden förflöt och så blev det förlovning,  
Flickan du fäste med gyllene ring.  
Själva var du stark och ej utan begåvning,  
lärt dig i livet re'n mången go' ting.  
Fäst mönen hon stärkte din livskraft, ditt  
mod,*

*stark som en fura mot stormar du stod.*

*Kvinnan vi sedan beundra som maka,  
kärleksfullt pysslar hon om i ditt hus,  
ser att ej fattas dig bröd eller kaka,  
sprider i hemmet sitt värmande ljus.  
När du har lämnat ditt dagliga id,  
ljudlig är kvällen i hemlivets frid.*

*Pappan han står där med ungen på armen,  
smekfullt hon stryker hans grånande hår.  
Hjärtat det klappar av glädje i barmen,  
ögat, det fuktas av tacksamhets tår.  
Tänk, vad två klarblå ögon förmå,  
tänk, vilken lycka de skänka de små.*

*Om jag nu frågar, go' vänner, er ärligt:  
"Säg, vilken ålder ni önska ge pris?"  
"Alla de åldrar gör livet oss härligt",  
svarar nog den, som är erfaret vis.  
Leve så, Kvinnan, vår krönte idol,  
tömmen för Kvinnan i botten en skål.*

HUGO DUHS.

Melodin lånad ur Elis Ellis musik till Anna Lennngrens, "Tacksägelseskål".

# MILLIDIN-SALVAN

ÄR  
OUMBÄRLIG



# TVÅ KAMRATER. AV GUY DE MAUPASSANT

VARJE SÖNDAG FÖRETOG DE TVÅ unga soldaterna sin promenad så snart de fått permission.

De gingo genom Courbevoie och kommo snart in på den stora, dammiga landsvägen, som leder till Beyons.

De voro två små magra figurer, iförda alltför långa kappor med ärmor, som räckte ned till fingerspetsarna och alltför vida, röda byxor. Två enkla gossar från Bretagne med blåa, troskyldiga ögon.

De talade sällan under vägen, marscherade bara på, bäge med tanke på målet för deras färd, en liten skog i Champioux, som erinrade dem om deras hemort, och där de trivdes utmärkt.

De stannade alltid en stund på bron vid Beyons för att titta på Seine. De lutade sig över räcket och sågo bort mot Argenteuil, där floden vidgade sig till en sjö och där de kunde få se vita segel, som påminde dem om havet vid den bretagnska kusten, om hamnen vid Vannes, där de bodde, och om fiskebåtarna.

När de lämnat Seine, gjorde de uppköp hos bagaren, vinhandlaren och i matvaruaffären. Ett stycke fläskkorv, för fyra sous bröd och en liter billigt vin skulle de festa på i det gröna.

De gingo en gångstig genom ett grönskande sädesfält fram till skogen, som påminde dem om deras hemtrakt, och varje gång sade Jean Kerderen till Luc Le Ganidec:

"Det är precis som vid Plounivon."

"Ja, precis."

De spatserade sakta sida vid sida och drömde bäge två om hemtrakten. Då och då nämnde Luc ett namn, påminde om någon händelse från deras barndom. Och så gingo de där åter tysta, fördjupade i minnen, och deras tankar kretsade allttjämt kring den älskade hembygden långt borta vid havet, dess trevna små hus, den friska doften från salta vågor, som rullade långt bort mot den vida horisonten.

De kände icke längre de kvava dunsterna från Paris' asfalt. I stället insöpo de doften av blommande ärttörne, som den salta brisen förde med sig.

De gingo nu helt långsamt, Luc Le Ganidec och Jean Kerderen, belättna och sorgsna på samma gång. De voro lyckliga över att vara i naturens sköte; men blacken om foten kände de allttjämt.

De hade nu kommit till skogsbrynet, där de frukosterade varje söndag. Ur ett snår letade de fram två tegelstenar, som de gömt, och gjorde upp eld för att steka korven på spetsen av en kniv.

Då de ätit upp brödet till sista smulan och druckit vinet till sista droppen förblevo de tankfulla sittande på mossan, sida vid sida, utan att yttra ett ord, med blicken i fjärran och med hopknäppta händer. Deras röda byxor stucko bjärt av mot grönskan och vapenrockarnas förgyllda knappar glänste, återkastande den heta middagssolens strålar. Lärkorna sjöngo över deras huvuden.

Tid efter annan vände de blicken mot Beyons, ty det var vid denna tid mjölkflickan skulle komma.

Hon gick förbi dem alla söndagar på väg till sin ko, som hon skulle mjölka. Då de fingo syn på flickan, som kom skramlande med sin hink, vilken glänste i solen, kände de sig

*Psykologisk skarpsblick och stilens fulländning utmärka den store franske författaren, av vars berömda novellkonst denna berättelse är ett gott prov.*

helt belättna utan att veta varför. Men de tilltalade henne aldrig.

Hon var stor, kraftig och solbränd.

En gång, då hon gick förbi, sade hon:

"Jaså, ni sitter här nu igen."

Luc Le Ganidec, som var den djärvare av de två, stammade:

"Ja, det är så skönt här."

Det var allt. Men nästa söndag stannade hon framför dem och frågade, vänligt leende: "Vad gör ni egentligen här? Ni sitter som om ni vore fastvuxna."

Luc skrattade och svarade: "Ja, vi sitter här och växer."

Hon återtog: "Men fort går det inte."

"Det går så mycket säkrare."

Då hon kom tillbaka med sin fyllda spann, frågade hon:

"Vill ni ha en droppe mjölk?"

De blevo förtjusta. Hon hällde nu mjölk i deras vinbutelj och Luc drack först i små klunkar. Sedan räckte han Jean buteljen.

Hon såg intresserad på och glädde sig åt deras belättna miner. Så tog hon sin spann, och nickade adjö åt dem. "Ni kommer väl igen nästa söndag?" De följde henne med ögonen, ända tills hon försvann bakom den grönskande säden.

En av de följande dagarna sade Jean till Luc:

"Tycker du inte, att vi ska köpa henne något gott?"

Denna djärva tanke kom Luc att häpna, men han omfatade snart med iver förslaget. Efter en längre diskussion blevo de till sist ense om att köpa för fyra sous karameller, vita och röda karameller, med stark smak.

Söndagen därpå åto de sin frukost på det

## Kring dagens bibelord.

*Utvalda för Idun av prinsessan Ebba Bernadotte.*

*Herren är när alla dem, som åkalla Honom, alla dem, som åkalla Honom uppriktigt.*  
Psalm 145: 18.

*Bedjen och eder skall varda givet, söken och I skolen finna.*

Matteus Evangelium 7: 7.

*Jesus sade: Om I bedjen om något i Mitt namn, så skall Jag göra det.*

Johannes Evangelium 14: 14.

*Förtrösta på Honom alltid, du folk, utgjuten för Honom edra hjärtan.* Psalm 69: 9.

*Jag ropar till Herren, i min nöd och Han svarar mig.* Psalm 120: 1.

*Herren har hört min åkallan, min bön upp-tager Herren.* Psalm 6: 10.

*Låten i allting edra önsknningar bliva kunniga inför Gud, genom åkallan och bön, med tacksägelse.* Filipperbrevet 4: 6.

vanliga stället — i starkt upprörd sinnesstämning.

Jean fick först syn på henne. Han sade med halvkväd röst: "Där är hon!"

Hon ropade skrattande på långt håll:

"Hur kan det stå till i dag?" Bäge svarade på en gång: "Hur står det till själv?"

Och så började de prata om saker, som intresserade alla parter, om vädret, om skörden och om sina överordnade.

Ingen av de två hade mod att komma fram med karamellerna.

Till sist bemannade sig dock Luc och mumlade förläget:

"Jo... vi har tagit med oss något åt er."

Hon frågade nyfiket: "Vad kan det vara?"

Då tog Jean blodröd i ansiktet fram struten och räckte henne den. Hon tackade, neg skämtsamt och började kalasa på de stora karamellerna, sög och smackade med belåten min. De två soldaterna sågo belåtet på. Så gick hon och mjölkade sin ko och på återvägen fyllde hon deras butelj åter med mjölk.

De tänkte på henne hela veckan, hon var deras enda samtalsämne.

Nästa söndag slog hon sig ned på gräset bredvid dem. De hade väntat med att frukostera och efter åtskilligt trugande samtyckte hon till att delta i den enkla måltiden. De två små soldaternas blyghet var nu som bortblåst, och deras tungor gingo som lärkvingar.

En tisdag bad Luc Le Ganidec om extra permission, något som aldrig förekommit förut. Han återkom först klockan tio på kvällen.

Jean kände sig orolig och grubblade över anledningen till kamratens bortavaro.

Följande fredag lånade Luc tio sous av en kamrat och bad ånyo om permission.

När de nästa söndag gävo sig i väg, var Luc vid ett uppsluppet humör. Han pratade och skämtade i ett kör. Jean hade aldrig sett honom sådan. Då de anlände till den vanliga platsen, stod flickan redan där och väntade på dem. Till sin stora häpnad såg Jean, hur Luc gick fram och kysste henne, utan att det ringaste bry sig om kamratens närvaro.

Jean kände en svidande smärta i sin själ. Han stod stilla, helt upprörd; det gick runt i huvudet på honom.

Luc och flickan satte sig ned på mossan och började prata utan att ägna Jean någon uppmärksamhet.

Jean började nu förstå anledningen till kamratens frånvaro under den gångna veckan. Han kände sig som offer för det svarstaste förräderi.

Luc och flickan reste sig och vandrade tillsammans bort till kon. De gingo tätt intill varandra. Luc hade lagt armen om hennes liv. Hans röda byxor avtecknade sig bjärt mot grönskan.

Då kon var mjölkad, gingo de in i skogen och försvunno ur Jeans åsyn.

Jean kände en så outhärlig smärta, att han var nära att skrika. Med tunga, vacklande steg började han gå i riktning mot Paris. Då han kom fram till bron, som ledde över Seine, stannade han, drog ett djupt andetag och lutade sig över räcket. Han blev stående en lång stund och stirrade stelt ned på vattenytan. Så böjde han sig allt längre fram, tills han tog överbalansen, beskrev en båge i luften och försvann i Seines gula böljor.



## En välgörande karamell,

utmärkt mot hosta och heshet, och därtill en godsak för stora och små är NISSENS BRÖSTKARAMELLER

**YLLEARBETEN.** Varje elegant och ekonomisk kvinna, som för en liten kostnad önskar sig sina klädningar och blusar, bör rekvidrera ett våra illustrerade album: N:o 1 YLLEARBETEN, Frs 5: 50, N:o 2 BLUSAR, Frs 3: 50, N:o 3 TRIKAKLÄDER, Frs 3: 50, N:o 4 SPORTKLÄDER, Frs 3: 50, N:o 5 KORSSTYNG, Frs 4: 50, N:o 6 MÅTTOR, Frs 4: 50, N:o 7 SMYRNAMÅTTOR, Frs 10: —, alla sju Frs 35: —, mot postanvisning, adresserad till GIAFAR, 16 Boulevard Montmartre, Paris IX, och endast använda ylletygerna BON PASTEUR och SAINT-EPIN P. F. N. De äro de bästa och mest ekonomiska.



# VAD ÄR FYSISK KULTUR?

AV DOKTOR KAROLINA WIDERSTRÖM.

VAD MENAS MED »FYSISK KULTUR?» Och vad innefattar den? Menar man därmed den regelbundna gymnastik, som är avsedd att motverka de skadliga följderna av långvarigt stillasittande och av ensidigt intellektuellt arbete? Eller menar man därmed systematiskt genomförd, grundlig renlighet, i fråga om en kropp, ens kläder och bostad? Eller användandet av hygienisk klädedräkt? Eller utnyttjandet av sol och luft? Eller idkande av idrott? Säkerligen måste man i det nämnda begreppet innesluta allt detta. Men begreppet är icke uttömt med detta, icke ens om det kompletterades med en aldrig så fullständig uppräknings av alla detaljer av olika slag, som höra till en frisk kroppens normala vård. Användes en detalj ensam, eller flera detaljer isolerade, såsom t. ex. tyvärr ganska ofta de olika ämnena ställas fristående och utan kontakt med varandra vid skolundervisningen, så blir resultatet skäligen magert. Huru mycket gagnar mig t. ex. en semesters luft- och solbad, om jag inte tillika strävar efter att dagligdags förlägga min tillvaro så mycket ute i det fria som möjligt är, eller om jag nöjer mig med ett skuggigt

*Fysisk kultur — orden ha blivit till en mycket vanlig term. Men vad menas med fysisk kultur? Det är kanske inte många som gjort sig närmare reda för denna fråga. D:r Karolina Widerström ger här ett klokt och gott svar och klarlägger begreppet fysisk kultur — hennes ord äro värda att begrundas och beaktas av envar.*

rum att vistas i, då jag har att tillgå ett soligt? Eller huru mycket nytta har jag väl av t. o. m. daglig gymnastik, om jag inte vid mitt arbete bibehåller en god kroppshållning och intar en fördelaktig utgångsställning, och om jag inte vid samma arbete skaffar mig den omväxling och de vilopausar, som gör uthållighet möjlig och förtar olust?

Alla medel, som tas i anspråk för att nå fysisk kultur, måste ingå i ändamålsenliga proportioner, i riktig avvägning, och de måste alltid underordna sig målet, intet av dem får självt bli mål. Och de måste sammanbindas av en medveten — och även av en omedveten — strävan mot det gemensamma målet, nämligen kroppens bevarande

vid hälsa och sundhet, samt en harmonisk utveckling av alla dess förmögenheter. Det är i själva verket denna inriktning, som är det väsentliga. Den måste genomsyra hela det dagliga livet, måste vara tillstädes vid arbetet, och framförallt där, vid förströelsen, vid vilan. Den skall finnas där på grund av inre nödvändighet, ej av yttre tvång, och den skall behärska hela livsföringen.

Fysisk kultur, sådan jag har försökt skizera den, och som i förbigående sagt ej är tänkbar utan samtida psykisk kultur, är således något ganska komplicerat och mycket omfattande, men på samma gång något mycket allmänmänskligt, något som är ägnat att tränga in till alla. Jag tror också, att de, som företaga sig att söka uppbygga och utbreda denna fysiska kultur, skola få ett icke allenast svårt, utan även tacksamt arbete. Jag tror att de för sin strävan skola finna djup resonans hos ofantligt många människor, och intellektuell förståelse hos icke så få.

*Karolina Widerström*

## MALMÖDAMERNA VILJA HA EGEN IDROTTSSTUGA

LYCKADE INSAMLINGAR.

Att intresset för gymnastik och idrott är stort i Skånes huvudstad, är sedan länge ett välkänt faktum, och att detta intresse inte har slappnat, visar det målmedvetna och energiska arbetet, som utförts inom de olika gymnastik- och sportavdelningarna under den nu tilländalupna höstterminen.

Medlemmarna av Malmö Kvinnliga Gymnastik- och Idrottsförening ha under denna tid haft ett särskilt mål att sträva mot — anskaffandet av en egen idrottsstuga. Redan vid slutet av förra vårterminen framlade fröken Maria Kärrberg detta sitt förslag för Malmö Kvinnliga Gymnastik- och Idrottsförenings styrelse, och motiveringen var ungefär följande: Medlemmarna i våra olika avdelningar ha ofta sitt arbete i kvava och heta lokaler och ha i allmänhet endast om söndagarna möjlighet att idka friluftsliv. En utfärd till en "idrottsstuga" skulle för dessa säkerligen vara av stor nytta. Om stugan förlades ett par-tre mil utanför staden, skulle man kunna fara dit ut på lördagseftermiddagen och möjligen samtidigt avlägga gång- eller cykelprov för det kvinnliga idrottsmärket. — Stugan tänkes rymma sovsal, samlingsrum och köksavdelning. Helst bör stugan ligga vid havet, så att badning skulle kunna ingå i söndagens friluftsliv, som dessutom skulle omfatta gymnastik, idrott och lekar.

Planen omfattades med entusiasm av föreningsmedlemmarna, och man beslöt att genom en fest söka anskaffa medel



Malmö Kvinnliga Gymnastik- och Idrottsförenings folkdanslag.

för att om möjligt förverkliga idén redan nästa sommar. En festkommité, bestående av representanter ur de olika kvinnliga gymnastik- och idrottsklubbarna i staden, tillsattes, och efter ett intensivt arbete var allt ordnat. Festen ägde rum i realskolans gymnastiksal, som var till trängsel fylld.

En stämmingsfull prolog inleddes festen, och därpå följde en serie folkdan-

ser av Malmö Kvinnliga Gymnastik- och Idrottsförenings synnerligen populära folkdanslag, samt lekar av motionsavdelningen "Käcka Fruar", som genom detta nummer visade sig väl förtjäna sitt namn. Huvudnumret var emellertid en gymnastikuppvisning, där truppens ledare var fröken Maria Kärrberg själv och dess samtliga medlemmar ledare för de olika kvinnliga gym-

nastikklubbarna i Malmö. Alla hade de titeln "gymnastikdirektör". Som en lustig kontrast till den förra stilfulla uppvisningen kom så den bakvända gymnastiken, som avlockade åskådarna stormande skrattsalvor. Några dansnummer avslutade det lyckade programmet. Inkomsten av biljetterna och försäljningen inbragte en summa ungefär dubbelt så stor, som arrangörerna hade vågat hoppas.

Festen upprepades senare, denna gång till förmån för Sydsvenska Dagbladet Snällpostens julinsamling för Pauvres Houteux. Även denna gång blev festen synnerligen lyckad och inbragte en betydande summa.

Som avslutning på terminens arbete ha inom de olika klubbarna julfester hållits, alla roliga och stämmingsfulla. En av de vackraste och gladaste var den, som folkdanslaget höll i Frimurarehotellets festvåning, och varvid de unga damerna visade sig ha dragit stor nytta av terminens undervisning. Intresset för våra folkdanser ökas alltjämt.

Ja, detta handlade mest om fester, men att det också arbetas med flit och allvar inom Malmö Kvinnliga Gymnastik- och Idrottsförening, det visar bäst resultatet av proven till idrottsmärket. Ett 40-tal godkända prov ha avlagts, av damer mellan 18 och 52 år, vilket måste betecknas som ett gott resultat, vittnande om lovärd energi och intresse.



**KOBBS** specialblandning av Ceylonthéer, märket Zaryana (gul etikett), giver en kraftig, aromatisk, starkt stimulerande dryck. Jämför detta thé med andra i handeln förekommande thé-sorter i samma prisläge och Ni skall genast finna Zaryanathéets överlägsenhet i kvalitet.



# MIN VÄRSTA IDROTTSSTRAPATS

KVINNLIGA IDROTTSRÖSTER FRÅN OLIKA IDROTTSOMRADEN.

Min mest spännande segling var nog den, då jag för första gången själv var kapten på skutan. Mina bröder hade byggt var sin kanot, och det var rysligt svårt för mig att stå kvar på land och se på när de seglade iväg med sin egen båt. Jag bad dem naturligtvis att få låna en kanot, men då upplyste de mig om att jag var flicka och 10 år.

Men en dag då de voro i Västervik, och jag och en kanot lågo förankrade i Gamleby, hissade jag segel och kastade loss. Det var härlig vind, och allting var ju bara en lek. Det kunde gärna blåsa lite till, så det bleve mera spännande, när man nu äntligen hade blivit så stor, så man kunde klara sej utan kära slakten! — Ack, om det ville blåsa, så det bleve lite' farligt!

Men det skulle jag inte önskat. Det var nog någon som hörde min bön, och det började blåsa upp allt mer och mer. Vattnet blev allt svartare och svartare — och så var det ju så obeskrivligt nära till det. Så nära till vattnet var det inte i pappas båtar. — Pang, där gick seglet i luften, ja, jag hade av försiktighetsskäl bara hissat

Seglarinnan Magda Holm och de båda idrottsdamerna Ragnvi Torslow och Berit Lindhagen, f. Hjulhammar skildra här sina värsta idrottsstrapatser.

ett segel. Bommens klyka, som skulle sitta fast vid masten, hade gått ur. Kanoten var fasligt smal, och det var lång väg, fram till masten, men jag måste kava mig dit och surra fast klykan. Det var ett förfärligt arbete, men det gick, och det var härligt att få krypa ner i sittrummet igen och fatta rodret — ja, roderpinnen — ja — — var var nu den? Jag letade allt vad jag förmådde, och till slut upptäckte jag i aktern en lång svans, som inte brukade vara där annars. Det var roderpinnen. Den hade fallit ned i vattnet, och utav farten hade bleckbiten, som rorpinnen var fäst med i aktern, krökt sej. Om jag bara hade haft en liten, liten gast att skicka dit bort, men det hade jag inte, och därför måste jag ta' en promenad på akterdäck också. Vågorna slog upp, och båten hoppade som en icke inriden cowboyhäst, så jag måste

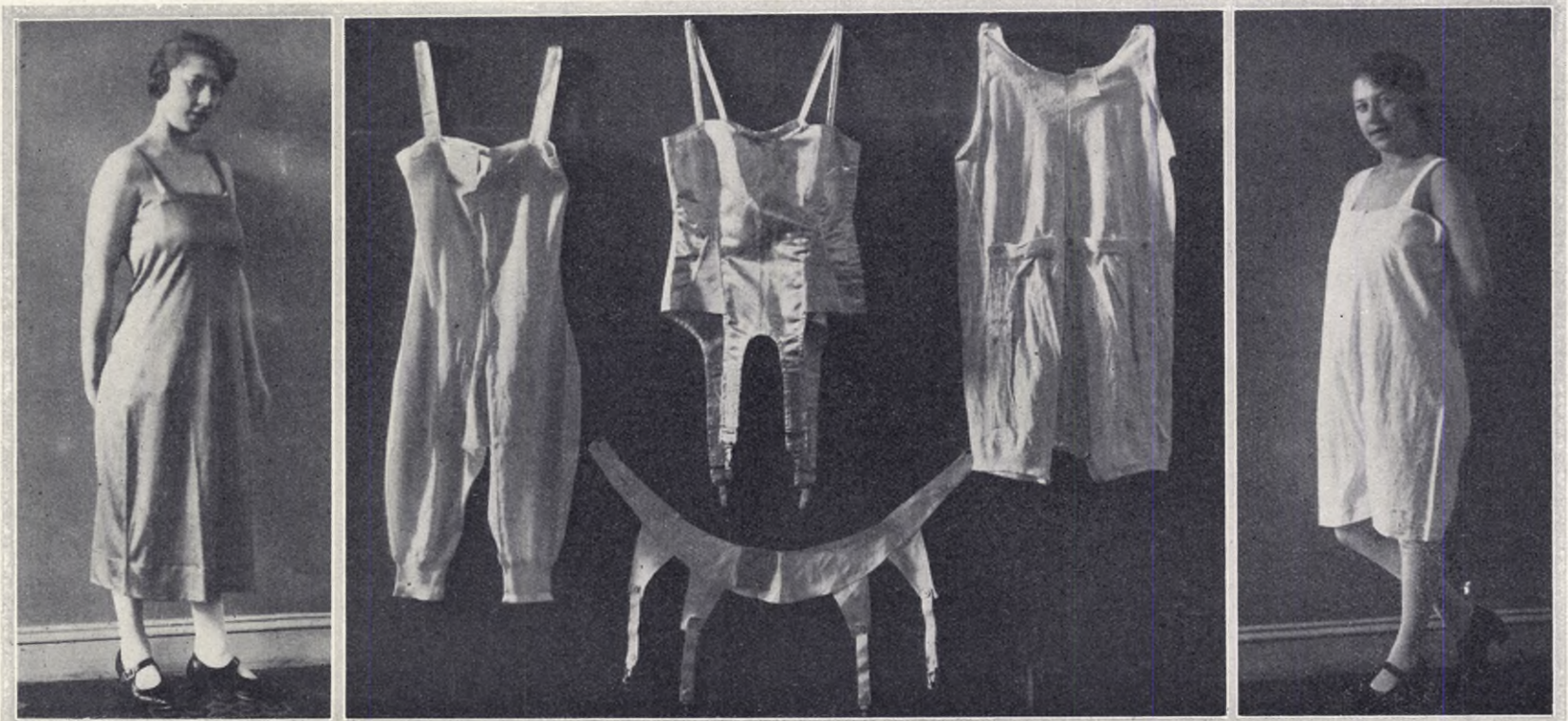
sätta mej gränse med benen i vattnet för att inte kastas av. Om någon ändå kunde ha sett mej, så skulle han nog tyckt jag var duktig, och det hade ju alltid varit en lindring. Och inte kunde jag simma ifrån alltsammans, ty jag måste ta' vara på båten, som jag hade »lånat». Jag arbetade och lipade och lipade och arbetade, och hoppade upp och ned, till jag plötsligt fick en sving, så jag trodde jag skulle fara upp till himlen. Nå, äntligen hade jag kommit på grund, och då var det till på köpet lite lä. Nu gick det lättare att reparera rodret, och sedan var det inte så förfärligt svårt att krångla sig loss. Så seglade jag efter en liten stund in i Västerviks hamn, där jag mottogs av familjen.

På alla frågor svarade jag bara, att seglatsen hade varit riktigt härlig, och att jag då råkt inte kunde förstå, att mina bröder inte vågat låna mej en kanot långt före detta. Jag satte upp ett lugnt leende anlete, fastän jag var alldeles genomvåt; men vad gjorde det en sommardag, då man vunnit segern över naturkrafterna —!

Magda Holm.

(Forts. sid. 84.)

## HYGIENISKA UNDERKLÄDER



Fr. v.: En underklädning av silkestrikå från N. K., en yllekombination, A.-B. Hyvén, ett reformliv från Göteborgs Korsettfabrik, (under): N. K:s särskilt utarbetade livband, och två praktiska och trevliga bomullskombinationer från N. K.

HYGIENISKA UNDERKLÄDER ÄR ett kapitel på S. K. C. F. K:s program. Till riksmötet hade beställts och efter anvisningar förfärdigats en del lämpliga modeller i kombinations (ylle och bomull), underklänningar, linne och byxor, brösthållare, underliv o. s. v. Bort med alla åtsittande fodral och skarpa linningar är lösen för dessa modeller, som alla äro fria, bekväma och lätta. Från N. K. sågs en

utmärkt trevlig uppsättning kombinations och övriga underkläder, en del så eleganta att ingen skulle tro att de gingo in under det för många så tråkigt klingande epitetet »hygieniska». Ett livband där båda strumpebanden flyttats till sidan var också ett behagligt plagg, från N. K. Vidare hade A.-B. Hyvén, Stockholm levererat ett par trevliga yllekombinationer och A. Jönsson & Co., Göteborg, en gedigen uppsättning

trikåplagg bl. a. det bekanta N. F. K-underlivet. Från Göteborgs Korsettmagasin stammade en rikhaltig uppsättning reformliv och livband i olika utstyrselar.

Slutligen visade Eslövs skofabrik några hygieniska skomodeller, särskilt gjorda efter S. K. C. F. K:s anvisningar. Men vart och ett av dessa plagg och skodon fordra nästan sitt eget kapitel, så vi får väl återkomma längre fram.



Pröva

**Tuppens Zephyr**

och Ni köper ingen annan.

**Katarr i luftrören**

utrotas fullständigt med vårt berömda »Wenin», som avlägsnar slemmet och läker slemhinnorna! Vid andnöd kan hjälp genast fås!

Betänk, att hundratals svårt sjuka, som förut försökt allt möjligt, men utan resultat, blivit fullt friska genom »Wenin». Pris Kr. 5:— + porto.

VARUDEPOTEN, KARLSHAMN, Avd. 14.



# L Ä K A R E N I N Ä S A N

ANDNINGEN — ETT VIKTIGT LED I FYSISK KULTUR. — AV DOKTOR INGRID SAMZELIUS-LEJDSTRÖM.



Bild 1 och 5.

Bild 2 och 4.

ATMOSFÄREN, SOM OMGER VÅR planet och som utgör en aldrig sinande ocean av ren luft, är en av Skaparens bästa gåvor till oss jordevarer, en gratisskänk åt oss alla. Alla känna vi ju till den ljuvliga känslan, som genomströmmar oss, då vi inandas frisk atmosfärisk luft, synnerligen då vi komma ut från ett kvavt rum.

Luften är ju vårt förnämsta "näringsmedel". 10 à 20 gånger i min. måste vi andas in luft i våra lungor, där blodet ur luften upptar en av dess beståndsdelar, syret, en nödvändighetsvara för alla våra livsfunktioner. Samtidigt avlämnar blodet till lungluften kolsyra, som i större mängd verkar som ett gift på kroppen.

Ju mer "frisk-luft-dyrkare" en individ är, desto känsligare blir han emellertid gentemot luftkvaliteten. Och samma blir förhållandet, ju mer individen frigör sig från civilisationens "njutningar" — tobak, sprit, kött fisk m. m. Luktsinnet hos en sådan person blir betydligt förfinat och känsligt. Och näsan, som förmedlar luktförnimmelserna, blir då, vad den är avsedd vara, en intelligent och vaken väktare för den luft, som vi tillföra våra lungor och för den mat och dryck, varmed vi förnya vår kropp. En "mekanisk" väktare är ju alltid näsan, ity att den värmer och renar luften från damm, sot. Ävenledes spelar den viktig roll med att vid behov mätta luften med fuktighet.

Näsan är som "mekanisk" väktare betydligt överlägsen munnen, som ju tyvärr av mången begagnas som ingångsport ej allenast för mat och dryck utan även för luft, isynnerhet vid tal (vanlig orsak till kroniska bronchiter). Sorgligt nog påbjudes detta t. o. m. av en del talteknici i vårt land och speciellt sorgligt är det, när det göres i sko-

*Gratispresenten frisk luft som vi ringakta, hjälper oss, rätt använd, mot en del åkommor. Ansvar mot vår kropp bör få oss att ge akt härpå. Några läkarråd för Idun av doktor Ingrid Samzelius-Lejdström.*

lorna och galler den uppväxande ungdomen. En person, som är ivrig, andas alltid in genom mun och barn, som lära tala och läsa, äro alltid ivriga. Motarbete ivern hos barnen och låt dem få tillräcklig tid att andas in genom näsan och ni fyller er plikt som uppfostrare, då ni på detta sätt dels förhjälp barnen till lugn och behärskning, dels lär den använda en inandningsväg, som skyddar deras lungor mot yttre skadligheter. Ty märk: munnen är avsedd tjäna till införselport för mat och dryck; för luft är den endast reservgång, detta sista ad observandum för våra tiders sportmän, som, för att nå rekord, ständigt tillgripa "reservgången". Bevis: talrika fotografier från tävlingar.

Även hastigheten, varmed luften rör sig, inverkar på vårt välbefinnande. I en överfylld lokal har luften, som omger individen, i allmänhet föga hastighet och detta utgör en av orsakerna till obehaget, vi känna där.

Värme och fuktighetsgraden av luften är även av betydelse. Ju mer temperaturen stiger t. ex. över + 20° C. och ju fuktigare luften är (vid högre temperatur kan luften uppta mer fuktighet än vid lägre), desto tyngre blir andningen och desto mindre blir behaget att andas. Och ju friskare luften blir (dock ej för många grader under + 0° C.) och ju torrare, desto mer stimulerande blir den, notabene om man andas genom näsan.

En förklaring till detta utgör följande. Frisk luft, ej för varm, ej för kall, utövar via nerverna i näsans slemhinna ett toniserande inflytande på bröstkorgens inandningsmuskulatur.

Känn själv efter, om ej andningsproceduren försiggår med mindre ansträngning, när ni vistas i frisk luft än i kvalmig. Och märk även, att, om näsvägarna äro fria, bröstkorgen deltar i högre grad vid inandning genom näsan än vid inandning genom mun. Detta sista beror på att vid munandning den retning, som försätter bröstkorgen i starkare inspirationsläge felas. Detta så att säga permanenta inspirationsläge i sin ordning underlättar andningen, så att vi få den erforderliga luftmängden med mindre kraftansträngning.

Detta toniserande inflytande av nerverna i nashålan är, enligt egen 20-årig iakttagelse, i stort sett, halvsidigt. På flera tusen personer har jag observerat, att, om en person inandas genom t. ex. endast vänster näsborre (höger näsborre tilltäppt), vidgas vänster bröstkorgshalva mer än vid inandning genom höger näsborre. Detsamma gäller naturligtvis även höger näsborre och höger bröstkorgshalva.

Näsan en god vän som bör omhuldas.

Av allt, jag nu omnämnt, framgår näsans stora betydelse för vårt välbefinnande och

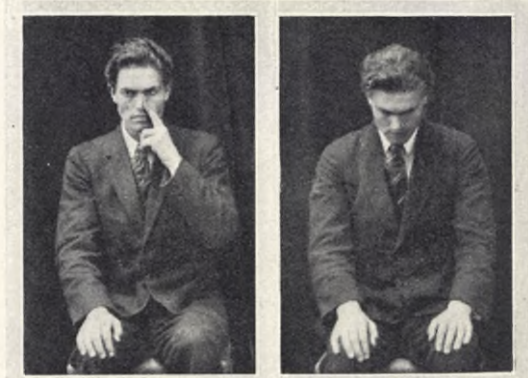


Bild 3.

Bild 6.

för vår andningsfunktion. Den är en god vän, som bör omhuldas. Det första, vi därvidlag måste tänka på, är, att alltid hålla näsvägarna öppna för luftens fria genomfart. Begagna därför näsduken, så ofta som näsan är något tilltäppt: snyt ut genom en näsborre i sänder. Aldrig hårt, aldrig genom båda på en gång; det slås då lätt "lock för öronen". Drag ej näsinnehållet inåt.

Varje morgon, strax ni vaknat, rensar ni genast näsvägarna. Fortsätt därefter med "Näsväxelandning".

Ställ er vid ett öppet fönster eller gå ut i fria luften!

1) Tapp till höger näsborre med höger pekfinger och andas sedan in genom vänster näsborre en helt vanlig mängd luft (obs. mun slutet!) (Bild n:r 1.)

2) Håll andan ett tag, under det ni täpper till även vänster näsborre. (Bild n:r 2.)

3) Andas därpå ut genom höger näsborre (vänster fortfarande tilltäppt). (Bild 3.)

4) Håll andan ett tag. (Bild 3.)

5) Upprepa detta i omvänd ordning, således inandningarna genom höger näsborre och utandning genom vänster näsborre. (Bild 3—5.)

Moment 1—5 upprepas 3 gånger, således hela övningen inalles 4 gånger. Obs. sista utandningen under fullständig avslappning. (Bild 6.)

Övningen avslutas med 3 st. andetag av följande typ (sittande eller stående):

1) harmonisk inandning genom båda näsborrarna (gärna i avsater) (Bild 7, 8, 9.) = en inandning, varvid hela andningsmekanismen fungerar, från den viktiga lungspetsen ända ned till nedersta delen av bälten,

(Forts. sid. 85.)



Bild 7.

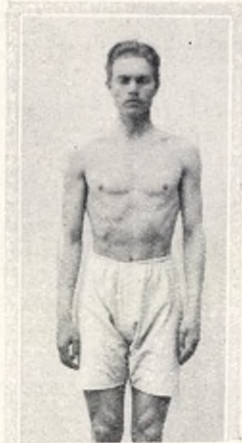


Bild 8.

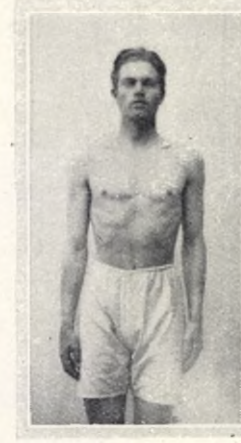


Bild 9.



Bild 10.

5:~

Ett gediget och billigt praktverk  
Carl Larssons: Svenska kvinnan genom seklen.  
Rekv. direkt fr. Iduns Exp., Sthlm. Fraktfritt Kr.

5:~

**Lidol**

är den tillförlitligaste av alla bröstkarameller

Ende tillverkare:

AXEL FORSBERG - GÖTEBORG



# VAD SOM HÄNDE PÅ "IDROTTSRIKSDAGEN"

VIKTIGA FRÅGOR OCH UPPSLAG PÅ SVENSKA KVINNORS CENTRALFÖRBUNDS FÖR FYSISK KULTUR RIKSMÖTE.

»VART FÖRBUND HAR STORA UPPGIFTER att fylla», voro Karin Karlings förhoppningsfulla hälsningsord till Svenska Kvinnors Centralförbunds för fysisk kultur riksmöte den 7 och 8 januari, till vilket förbundet i samverkan med Idun stodo som inbjudare. Förra året hette det »idrottsriksdag», men i år är det riksmöte, även om vi för korthetens skull måste säga idrottsriksdag ibland. Under mötets gång kunde också den mest inbitne förenings- och kongresshatare bli övertygad om att viktiga uppgifter vänta förbundet. Enthusiastiska och villiga krafter finnas för arbetet — det är bara en hel mängd pengar till, som fattas för att målen skola vinnas så snabbt som önskligt vore. Pengar är alltid det förargeliga grundet på de ideala önskningarnas hav.

Intresset för det förbund som på Iduns föranstaltande bildades vid Kvinnornas idrottsriksdag förra året är över hela landet mycket stort. Detta kunde bäst konstateras av deltagarantalet på riksmötet nu. Från Ystad till Haparanda hade deltagare begivt sig till Stockholm för att bevista Svenska Kvinnors Centralförbunds för fysisk kultur — eller S. K. C. F. K. som det kallas — riksmöte. Och från Stockholm märktes flera kända deltagare. Förbundets styrelsemedlem d:r Karolina Widerström syntes troget på varje föredrag och demonstration, rektor Maria Aspmann var likaså en intresserad deltagare och dessutom vald till vice ordf. vid mötet och vidare märktes d:r Ingrid Samzelius-Lejdström, fröken Anna Behle, yrkesinspektisassistenten Ida Fischer, några kända gymnaster Marrit Hallström, Mia Schannong, Alma Hessler m. fl., den idrottsduktiga Ragnvi Torslow och först och sist naturligtvis Elin Falk. Göteborg var representerat av mötets duktiga och charmfulla ordf. — den ordinarie ordf. d:r Ada Nilsson var på grund av sjukdom förhindrad närvara — Karin Karling och fru Ruth Liljeblad-Kyhlberg och Skåne av den unga fröken Lilly Dufberg. Även från Norge hade förbundet glädjen se en deltagare, fröken Platou.

*Förbundets stora uppgift — fysisk kultur åt Sveriges arbeterskor.*

Tyvärre ge icke Iduns spalter plats för utförliga redogörelser för vad allt som hände och sades på S. K. C. F. K:s första riksmöte. Vi få nöja oss med en koncentrerad överblick.

Första dagens förhandlingar pendlade mellan prosaiska val, räkenskapsstabläer, underklädsföreläsningar å ena sidan och upplyftande föredrag om Andens resning och Arbetsställningar i olika yrken å den andra.

Fyra avsägelser hade ingått från styrelsen, från fröken Ida von Plomgren, fru Greta Adrian, fru Ebba Theorin och fröken Ester Svalling. I deras ställe invaldes d:r Andrea Andréen-Svedberg, rektor Maria Aspmann, fröken Signe Regnell och fru Eva Nyblom.

Mötets första föredrag blev kanske det som satte sin största prägel på mötet, ty här gav yrkesinspektisen fröken Kerstin Hesselgren med sina i all sin saklighet så gripande och upptryckande ord en led-

*Kvinnornas första "idrottsriksdag" kom till stånd på Iduns föranstaltande förra året. Svenska Kvinnors Centralförbund för fysisk kultur bildades då och det är detta som nu i samverkan med Idun hållit sitt riksmöte i Stockholm den 7 och 8 jan. Många deltagare från landets alla hörn vittnade om det stora intresset för förbundet, som under sitt andra verksamhetsår hoppas kunna fylla många av de stora uppgifter, som förbundet har och för vilka flera goda uppslag gävos på riksmötet.*

stjärna för en av förbundets största och mest behjärtansvärda uppgifter. Det gäller gymnastik och friluftsliv för Sveriges arbeterskor. Höjandet av dessas fysiska kultur är en etisk uppgift av första rang, inför vilken så många andra gymnastik- och idrottsfrågor av dem som stå på dagordningen förefalla futtiga. Här om någonsin borde slås på stora trumman till uppåtdrag av alla landets krafter.

»Å, det är bara ett mekaniskt, andefattigt arbete», säger man om fabriksarbeterskans och rycker på axlarna. Men när man hörde fröken Hesselgrens föredrag kände man sig i stället ganska ynkligt liten inför det arbete, som kvinnorna ha att utföra i en modern fabrik. Den moderna fabriksarbeterskan har icke skapandets glädje på samma sätt som hantverkaren fordoms, hon får icke följa vävens, kängans eller tvålens vardande från råmaterialets form genom alla faser fram till det färdiga resultatet. Det är bara en detalj i det stora arbetet som hon nu har hand om. Hon sitter vid symaskinen och syr likadana sömmar dag ut och dag in, nålen går upp och ner 2,000 gånger i minuten och icke ett ögonblick vågar hon ta ögonen ifrån den, ty arbetstakten måste vara den största för att hon skall få mesta möjliga förtjänst. Likadant sitter skoarbeterskan vid sina maskiner, en sätter ringar i kängskaften, en annan avpassar kängsnörena och en tredje sätter hylsor på dem. Och väverskan, hon sitter inte längre vid sin vävstol och trampar, nu har hon en tio, tolv stolar, som gå elektriskt, att se till. Ett mera trötande och enerverande arbete än fabriksarbeterskans torde näppeligen någon kvinna ha, eller hur?

Mot all denna enformighet, allt detta stilasittande i fabrikslokalerna behöva arbeterskorna en rekreation och här skall gymnastik, friluftsliv och annan fysisk kultur göra sin tjänst. S. K. C. F. K. vill sätta in alla sina krafter för att hjälpa och stödja i denna sak. Problemet är emellertid icke så lätt som man kanske först tror — den gymnastik, vila och annan rekreation och den idrott som fabriksarbeterskorna behöva måste noga lämpas efter deras behov, krafter, arbetsförhållanden och arbetsställningar, vilket också fröken Hesselgren påpekade. Därför har nu S. K. C. F. K. att under detta år noga undersöka, diskutera och ta dessa förhållanden i beaktande för att sedan

kunna bringa råd och hjälp till höjandet av fabriksarbeterskornas fysiska motståndskraft och rekreation. En i sanning stor uppgift som förbundet är värd all uppmuntran och stöd till! Redan under 1924 gav förbundet sitt första handtag åt arbeterskorna genom ordnandet av sommarutflykter och en gymnastikkurs i Stockholm — må det bli mera år 1925!

Första dagen hölls även föredrag av lektor Emilia Fogelklou om Andens resning. Lektor Fogelklous djupa, andrika ord om andens gymnastik som ett komplement till kroppens grepo i hög grad åhörarna, som nog länge skola bevara dem i minne. Fru Ruth Liljeblad-Kyhlbergs föredrag om höggradiga scoliosers behandling hade väl mindre allmänintresse, men var desto mer kunskapsberikande och intressant för läkare och gymnaster.

*Idrottsmärkets vara eller icke vara?*

Andra dagens förhandlingar inleddes med en livlig diskussion kring den segslitna frågan om kvinnligt idrottsmärke. Här inledde fröken Lilly Dufberg med redogörelse för Skånes gymnastikförbunds förslag till kvinnligt idrottsmärke. Och sedan man en stund diskuterat detta förslags för- och nackdelar vände fröken Elin Falk på hela diskussionen med frågan: varför i all världens dagar ska vi ha idrottsmärke? Denna hets med märken och tävlingar äro av ondo, menade hon, en frisk, sund kropp, härdad och rekreerad i gymnastik och idrott, där man fäster sig mera vid form än tidsresultat, är vad en verklig fysisk kultur kräver. Genom detta inlägg fick frågan djupare vidd, den kunde tydligen inte avgöras i en handvändning och därför beslöt man tillsätta en kommitté för utredning av problemet kvinnligt idrottsmärke, om dess vara eller icke vara och i det senare fallet dess utformning. I kommittén invaldes: fröknarna Elin Falk, Alice Ljungdahl, Ingrid Fischer, Lilly Dufberg, Ingrid Larsson och Ragnvi Torslow. Senare skola vi mera detaljerat återkomma till denna brännande fråga.

Ett populärt föredrag på torsdagen den 8 var d:r Andrea Andréen-Svedbergs Om fetma och avmagring, där hon gav goda råd för hur man icke skall bli fet — det var dyrbart att se en del åhörarnas besvikelse, när d:r Svedberg meddelade att varken massage eller badstu hjälpa för fetma, utan endast och allenast kroppsrörelse och lämplig diet.

Efter lunchen höll fröken Elin Falk föredrag om Kroppslig bildning och dess tillämpning, där hon utvecklade begreppet fysisk kultur i dess vidsträcktaste mening, pekade på de ännu förefintliga hindren för dennas ideala uppnående och demonstrerade, dels någon översättande, dels några avspännande övningar till omväxling och vila.

*En rad uppvisningar.*

S. K. C. F. K:s riksmöte 1925 gick ut över nämnda föredrag i uppvisningarnas tecken. Inte mindre än fem olika uppvisningar gävos.

(Forts. sid. 86.)

**K. F:s**  
**margarin**

7 millioner kg. tillverkades år 1924 av Kooperativa förbundets margarinfabrik, landets största och modernaste. Hela denna väldiga kvantitet såldes genom de kooperativa föreningarna.

**K. F:s**  
**margarin**



# IDUNNS PORTRÄTTGALLERI



LOUISE VON FEILITZEN.  
F. von Feilitzen, Djurs-  
holms-Ösby. Änka efter över-  
dir. C. M. von Feilitzen.  
80 år den 11 januari.



CLARA WESTMAN.  
F. Berggren, Stockholm. Än-  
ka efter uppördskassören  
vid S. J., Robert Westman.  
80 år den 11 januari.



EBBA LINDQUIST.  
F. Carlstedt, Borgholm. Än-  
ka efter häradskrivaren Carl  
A. O. Lindquist i Konga  
fögderi.  
75 år den 18 januari.



EMELIE MAHLÉN.  
F. Gavell, Närtuna. Maka till  
kontraktsposten och kyrko-  
herden i Närtuna Carl O.  
Mählén.  
65 år den 11 januari.



KERSTIN WENSTRÖM.  
Fröken, Stockholm. Skrift-  
ställarinna. Dotter till inge-  
njören W. Wenström och hans  
maka f. von Zweigbergk.  
65 år den 16 januari.



CECILIA FRANCKE.  
Fröken, Stockholm. F. d. lä-  
rarinna. Föreläsarinna. Ordf.  
i Norra föreningen av Vita  
Bandet m. m.  
65 år den 18 januari.



SELMA CARLSSON.  
F. Fjellström, Hede. Maka  
till kyrkoherden i Hede, kon-  
traktsposten P. O. Carlsson.  
60 år den 9 januari.



IDA LEFIN.  
Fröken, Anderslöv. Inneha-  
vare av Ida Lefins bokhan-  
del, Anderslöv.  
60 år den 14 januari.



ANNA BERGMAN.  
F. Sjöström, Sthlm. Maka  
till läroverksadjunkten G. J.  
Bergman.  
60 år den 20 januari.



SIGRID AKERHIELM.  
Fröken, Bremen, Gymnastik-  
direktör. Dotter till kabinetts-  
kammarherren, friherre Axel  
Akerhielm och hans maka f.  
Brändström.  
50 år den 13 januari.



ELSA FOGELBERG.  
F. Nyström, Sthlm. Änka  
efter direktören vid Stock-  
holm-Roslagens Järnvägar,  
kaptenen C. H. Fogelberg.  
50 år den 19 januari.



EMY VON ESSEN.  
F. Dickson, Stockholm. Ma-  
ka till ryttmästaren, friherre  
Hans von Essen.  
50 år den 20 januari.



ASTRID CLEVE-VON  
EULER.  
Fru, Fil. doktor, Kenist,  
Uppsala. Dotter till profes-  
sor P. T. Cleve och hans  
maka f. Öhbm.  
50 år den 22 januari.



ROSALIE ORTMAN †.  
F. Holmberg, Stockholm. Än-  
ka efter grosshandlaren  
Ernst Ortmán.  
\* 1836, † den 20 december.



ADOLFINE PETRELLI †.  
F. Angman, Stockholm. Änka  
efter rektorn August Petrelli.  
\* 1836. † den 21 december.



HEDDA SILFVER-  
SKIÖLD †.  
Fröken, Stockholm. Dotter till  
häradsöverlingen B. J. Silf-  
verskiöld och hans maka f.  
Ramsay.  
\* 1836. † den 23 december.



HANNA FRANKE †.  
F. de Brun, Stockholm. Änka  
efter grosshandlaren Frans  
Erik Franke.  
\* 1839. † den 15 december.



JULIA JOLIN †.  
F. Carlson, Stockholm. Änka  
efter professorn vid Karolin-  
ska institutet, med. och fil.  
d:r Severin Jolin. Konst-  
närinna.  
\* 1856. † den 30 december.



ELIN KARLSSON †.  
F. Raab, Västerås. Maka till  
borgmästaren John Karlsson.  
\* 1858. † den 29 december.



CAROLINA VON VEGE-  
SACK †.  
Fröken, Stockholm. Lärarin-  
na. Dotter till frih. F. G. von  
Vegesack och hans maka f.  
Lindqvist.  
\* 1867, † den 26 december.

# RUMFORD BAKPULVER

Hälsosamt och prisbilligt.



# KRING IDROTTSRIKSDAGEN



Man har mötts efter S. K. C. F. K:s första verksamhetsår och förhandlingarna taga sin början på Fenix. I främre raden fr. v. Mia Schannong, Marrit Hallström, Karolina Widerström, Karin Karling, Elin Falk, Ida Fischer, Lilly Dufberg.



D:r Karolina Widerström är en av förbundets mest intresserade vänner och livaktiga krafter — ett ovärderligt stöd för S. K. C. F. K.



En pratstund i pausen. Fr. v. mötets norska gäst fröken Platou, förbundets revisor Alma Hessler, Anna Behle och rektor Maria Aspman.

Fröken Karin Karling är gymnastikdirektör i Göteborg och fungerade som riksmötets ordf., lika lugn och smidig i förhandlingarnas hetta som glad och talangfull vid festsamkvämen



Gymnastikinspektören Elin Falk är S. K. C. F. K:s "klockarför, som skall allting bestyra." Ständigt i farten, alltid entusiastisk och fylld av den heliga hänförelsens eld för gymnastikens och idrottens idealitet.

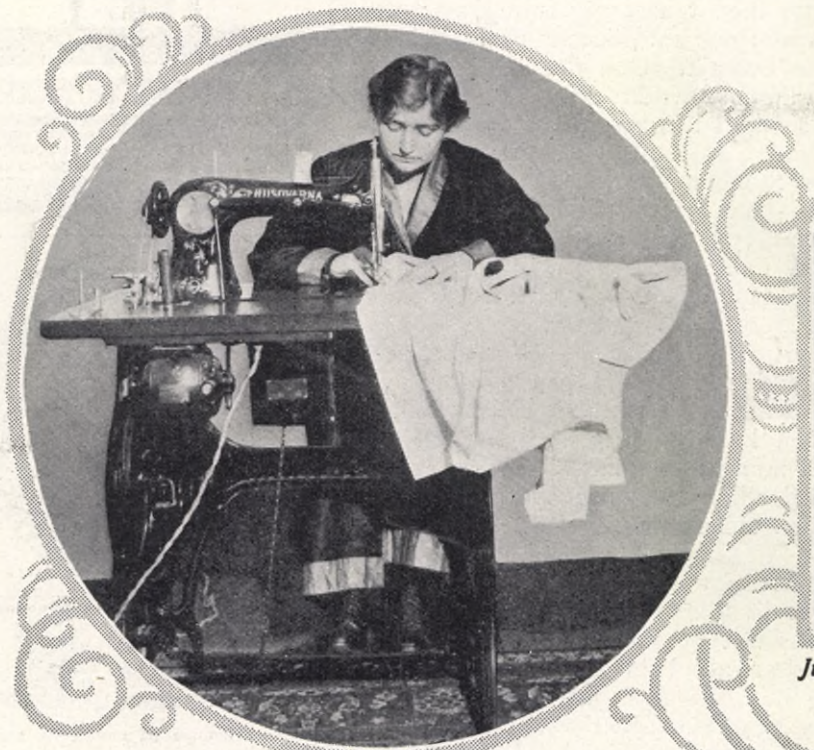


Anna Behles elev-uppvisning i rytmisk gymnastik var en vacker och minnesvärd avslutning på kvinnornas andra "idrottsriksdag."



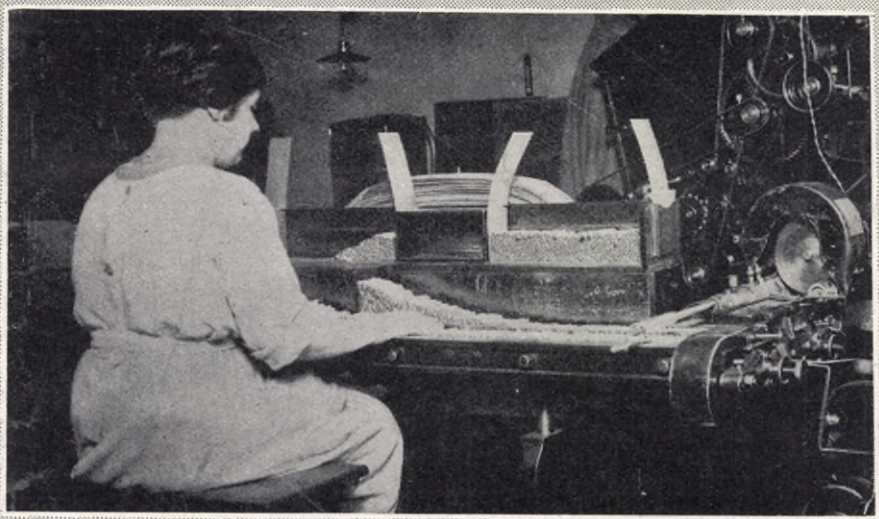
# V I B E H Ö V A M O T I O N !

Enformigt och tröttande är fabriksarbeterskans arbete och om någon behöva de uppfriskande motion. Detta betonade också fröken Hesselgren på "idrottsriksdagen" i sin väckande beskrivning av fabriksarbeterskornas dagliga liv, vilket här i sin tur skildras i bilder.



Julgranskaramellerna förfärdigas. Varje arbeterska har sin lilla detalj att utföra i grannlätens vardande.

2000 gånger i minuten går nålen upp och ned i den motordrivna symaskinen på skrädderier och fabriker, där maskinerna stå i långa rader. Det gäller för arbeterskorna att ha syn och nerver att följa den lilla blänkande tingensten i dess svindelfart.



En modern Carmen i sin fabrik!



På en teknisk fabrik är luften ofta bemängd med gifter för vilka arbeterskorna måste skydda sig med en mask.



I en ändlös rad flöda skoringarna ur maskinen och tryckas in i kängskaften — ett enformigt och även tröttande arbete, när det här som alltid gäller att prestera största hastighet.



Gymnastik och idrott är vad fabriksarbeterskorna behöva som motvikt mot sitt arbete och Tobaksmonopolets arbeterskor ha föregått med efterföljansvärt exempel, då de i vinter ett par gånger i veckan gymnastiserat för fröken Elsa Bergschöld. Här ses de med lärarinna vid uppvisningen på S. K. C. F. K:s möte.





Kallt och rusligt väder  
blir huden torr, narig och spricker.  
Undvik detta genom att dagligen  
använda **Maniol.**

Tillverkas av GAHNS, Upsala.



Den omtyckta cigaretten

**Karpatos**

har erhållit ny, elegant  
och praktisk förpackning.  
Pris per ask  
om 10 st. 1kr.

Tobaksmonopolet

## Efter ridåfallet.

(Forts. fr. sid. 71.)

förmåga, stundom med odisputabel, kanske oftare med tvivelaktig framgång, men viljan, lusten och entusiasmen för uppgiften skyttade överallt. Och det är ju vid ett sådant tillfälle huvudsaken. En del strykningar särskilt i första akten hade emellertid varit välgörande för totalintrycket. Wilhelm Stenhammar stod för det musikaliska — ännu mer av den varan hade inte skadat, ty det är märkvärdigt, vad musiken vid dylika kulturhistoriska spel förmår höja stämningen — och Einar Forseth för dräkter och dekorationer.

Det är att hoppas att Nordiska museet följer den inslagna vägen och varje år framför nya gamla komedier eller mirakelspel. Den kulturgärning, som här utföres i samråd med Stockholms Högskola, är för visso värd allmänhetens största intresse, erkänsla och tacksamhet.

Att Ibsens »Ett Dockhem» ännu kan leva med eget liv har man fått erfara genom Dramatens senaste framförande av stycket. Man undrar alltid innan en sådan föreställning hur pass förlegad den stora norr-mannens dramatik skall verka, hur pass hans utomordentligt skickligt konstruerade problem-människor skola kunna beröra en nutids frigjorda individer. Visst är alltsom-mans typiskt åttiotal, visst äro de mora-liska kakorna ofta svåra att svälja, men dockhemmets innevånare stå där ändå som varelser av kött och blod. Problemen in-tressera oss mindre, dem ha vi vuxit ifrån i och med att de förlorat sin aktualitet. Det är karaktärsteckningen som vi beundra; det är det sätt, på vilket människorna under handlingens förlopp utvecklas, förklaras, fördjupas. Själva uppränningen i skådespelet är ju så säreget och otroligt, att man inte längre kan rysa inför växeln med det förfalskade namnet; Ibsen har behandlat ett undantagsfullt, som han gör sig all möda att förläna det generellas breda gestalt. Det bärande är Noras uppvaknande, hennes skiftande känsloliv, alla de många små psy-kologiska finesserna med vilka hon levande-gjorts. Där ligger den fasta grund, på vil-ken stycket alltid kommer att vila som en hörnsten i nordisk litteratur. Man kan tvista om »Dockhemmet» redan är klassiskt eller om det bara är på väg att bli det. Dess författare har ju i varje fall redan för länge sedan intagit sin plats i areopagen och detta hans skådespel är bara ett stygn i den rika och skimrande toga av mäs-ter-verk, som omsluter honom. Det tillkommer litteraturprofessorerna att avgöra var den kostbaraste blomman blivit broderad.

Att Harriet Bosse med glans skulle klara Noras svåra paradroll var givet. Det är en uppgift som alltid lockat de stora divorna med Eleonora Duse i spetsen; där finns mycket att göra av men också några gro-par att ramla i. Dockfrun är en produkt

### Iduns byrå och expedition,

Mästersamuelsgatan 45, Stockholm.

Redaktionen: .... Kl. 9—5 Expeditionen: ... kl. 9—5  
Riks 8660 — Norr 9803 Norr 1602 — Norr 6147  
Red. B. Carlsson kl. 1—3 Annonskontoret: kl. 9—5  
Riks 8660 — Norr 402 Riks 1646 — Norr 6147

### Iduns annonspris:

Pr millimeter enkel spalt:

35 öre efter text. 40 öre Utländska annonser:  
å textside. Bestämd plats 45 öre efter texten, 50 öre  
20 % förhöjning. Led. pl. å textside, 20 % förhöjn.  
och Plattsökande 25 öre. för särskilt begärd plats.

### Iduns prenumerationspris:

Idun uppl. A.	Idun uppl. B.
Helt år ..... 15:—	Helt år ..... 17:50
Halvt år ..... 8:—	Halvt år ..... 9:—
Kvartal ..... 4:25	Kvartal ..... 4:75



**STEINWAY & SONS**

STORST. LAOGER. I. ENER. HJ. GENT. FÖRESEN  
LUNDHOLMS PIANOMAGASIN  
STOCKHOLM. JAKOBBERGSGATAN



**Utomlands ha  
de eleganta  
hästetipagen**

börjat komma på modet vid pro-menadäckningar samt åkning till bröllop, visiter, middagar m. m.



Obs! Samma taxa som för bilar.



Namnanrop:  
Kungl. Hovlev. **FREYS HYRVERK.**

## ANTISEPTIKUM

Kolynos är ett milt, effektivt antiseptikum för tänder och munhåla. Gör tänderna glänsande vita.

Användes på torr borste.



**KOLYNOS**  
TANDCREAM

## Vid

**Nervositet  
Kraftnedsättning  
Allmän svaghet**

aptitlöshet etc. har **Phospho-Energon** givit goda resultat. Höjer snabbt energin och arbetsförmågan och bidrager även till en god sömn. Renar blodet, ökar aptiten, stärker muskler och nerver. För en överansträngd och försvagad organism är en Phospho-Energon-kur synnerligen välgörande. Fördrages även av den svagaste mage.

PHOSPHO - ENERAGON förordas av många framstående in- och utländska läkare.

Förekommer i form av Phospho-Energonpiller i burkar om 100 o. 300 st. på varje apotek.



av lekande barnslighet och den mogna kvinnans djupa allvar inför livet. Hon skall kunna kasta om från sprittande solskenslynne till nattsvart förtvivlan, från romantisk kärlekslycka till bitter besvikelse. Hon skall i ena stunden vara en stolt ung hustru, beredd att offra allt för den älskade, i nästa en ödesmärkt varelse som, när »det vidunderliga» inte inträffar, offerar sig själv. Som helhet var Harriet Bosses framställning riktig och klokt beräknad, även om man kunde göra invändningar mot vissa detaljer. Det glittrande humöret kom utmärkt till sin rätt i första akten, men där skådespelerskan verkligen grep var i slutscenerna. Denna uppgörelse, där hela stygkretsens must liksom kramats ihop inom några få repliker, gjordes med en enkelhet och frihet från teaterschablon, som var välgörande och lyfte hela föreställningen till ett högre plan.

Birollerna — ty Dockhemmet är Nora från början till slut, hur mycket de andra personerna än ha att säga — voro väl besatta. Bäst kanske Maria Schildknecht lyckades med sin förgrämda, av sorger och motgångar tidigt brutna fru Linde. Advokaten, Sven Bergvall, hade tagit sin uppgift väl brutalt och lät självgodheten lysa fram onödigt mycket, varigenom Nora allt för lätt fick övertaget. Typen var ändå omsorgsfullt genomarbetad. Gustaf Molander gjorde sin ryggmärkslidande doktor korrekt och Carl Browallius framsade samhällsparasiten Krogstads repliker med väsende allvar i rösten.

Stycket mottogs med starkt bifall.  
PEWE.

## Kröning och hovliv för 50 år sedan.

(Forts. fr. sid. 69.)

löfte» att aldrig göra så mer, ser han upp och frågar helt allvarsamt: »gör aldrig lilla Brita så?» vilket indignerat förnekas av den tillsporda.

Omedelbart efter middagen slås dörrarna till festsalen upp — en bländande syn, då hundraden av julljus kasta sin glans över de längs det väldiga rummets båda långsidor uppställda borden — ett för var person — med präktiga presenter. Där fattas varken sidentoalletter, smycken eller pälsverk, andra ting att förtiga, gåvor av D. D. M. M. De unga prinsarna skänka alster av egen handslöjd, och t. o. m. prinsessan Eugénie, som har så många barn och gamla att tänka på, förgäter icke hovfröknarna. Dessa få nu på en gång tacka för alla sina gåvor, vilket onekligen är bekvämt, men den unga, som för första gången är med, kan ändå ej undertrycka en liten suck av saknad efter de lackade julpaketerna i hemmet med sin mystik och spänning.

Klockan 8 är julklappsutdelningen slut — de kungliga draga sig tillbaka för att tillbringa återstoden av aftonen en familje — och uppvaktningen kan bege sig till anförvanter eller vänner.

Kungen och prinsarna bevista julottan i Klara kyrka, men för damerna är t. o. m. den lindrigt ottekliga timmen för en Stockholmsgudstjänst av det slaget väl tidig, och de spara sig till högmässan.

Helgdagarna äro vigda åt hemlivet, men vid deras slut skymtar på horisonten en rad av fester, som avprässlav brevskriverskan en suck, fast hon finner sig däri som i något oundvikligt. Stockholmssåsongen — den tiden livlig och lysande — begynner, men in i dess oro och jäktande flärd följer som en ljusstrimma från barnasinnets och kärlekens högtid.

HENRIKA SCHEFFER.



## En välvårdad frisyra

är första villkoret för ett tilltalande yttre. För att uppnå ett gott resultat måste emellertid håret skötas omsorgsfullt, och är därvid valet av härmedel av avgörande betydelse. Ett mindervärdigt hårvatten kan anställa en skada, som sedan blir omöjlig att reparera.

Doktor Dralle's

# Birken-Wasser

är ett i alla avseenden förstklassigt hårvatten. Det håller håret och hårbotten frisk och ren från mjäll, damm och andra orenligheter och är dessutom starkt bakteriedödande. Intet har sparats för att frambringa

**ett verkligt radikalmedel** för hårets vård.

Genom att dagligen använda Dr Dralle's Birken-Wasser erhåller Ni ett friskt, mjukt, smidigt och glänsande vackert hår, vilket är den eleganta frisyrens a och o. Samtidigt är priset så lågt, att det i förhållande till den höga kvaliteten blir utan konkurrens.

**"EN GOD VARA TILL BILLIGT PRIS!"**

är anledningen till den framgång och det obegränsade förtroende, som Dr Dralle's Birken-Wasser åtnjuter över hela världen.

PARFUMERIE GEORG DRALLE, STOCKHOLM.

Pris pr 1/1 flaska Kr. 3: 50

Pris pr 1/2 flaska Kr. 2: 25



## Vacker ungdomstrisk hy

får Ni av

### Björkbalsam.

I ett föredrag om skönhetsvård yttrar dr. Junger: »En skön hud är den yttre förklaringen av den inre fysiska människans. Har huden frisk och livlig färg, förhöjes isynnerhet hos kvinnan skönhetsglans. Björkbalsam är ett av naturen själv erbjudet medel och dess tillförlitliga verkan förklaras av de för huden välgörande aromatiska och eteriska oljor den innehåller. Av alla av mig kända skönhetsmedel förtjänar Björkbalsam företräde.

Pris pr flaska Kr. 4: 50.

Parfumerie Royale

Vasagatan 42, Stockholm.

## VITRUMS FERROL

är det kraftigast aptitgivande och mest stärkande av alla moderna organiska järnpreparat. Synnerligen lättsmält föredrages det av den ömtåligaste mage. Vid blodbrist och svaghet av största verkan. Dess angenäma smak gör att det med lätthet tages av såväl barn som vuxna.

Tillverkas å

APOTEKET VASENS APOTEKSVARUCENTRAL VITRUM, STOCKHOLM

Originalflaskor om 500 gram.

Fås å alla apotek.

Nedsatt pris kr. 3.25 pr fl.

## Eder fot bränner!



Använd då

**NOGIBOL**

upplöst i varmt

fothud som

borttager all

ömhets och andra

obehag.

**BOREOL**

svettpulver,

vilket, efter föregående tvättning, inpudras armbålor och kroppen mot armsvett och annan överdriven svettutdunstning. Rekommenderas även som tillförlitligt Fotströ-Pulver.

TEKN. FABR. BORE H. A. B.

Stockholm. Tel. 153 91.

TRYGGA EDER ÄLDERDOM GENOM INKÖP AV

LIVRÄNTA

i

SVEA



HUVUDKONTOR: GÖTEBORG V. HAMNGATAN 3

AVDELNINGSKONTOR: STOCKHOLM DROTTNINGGATAN 19

OMBUD PÅ ALLA STÖRRE PLATSER





## Härlig, uppfriskande gymnastik till musik

Rörelserna valda av Gymnastikinspektis Elin Falk.

N:o Z 149, pris kr. 6:—

### Iduns 5 minuter

Skönhet och hälsa eftersträvar varje kvinna och det är av stor vikt för hennes välbefinnande och trevnad, om hon kan behålla sin kropp ung och spänstig. Bästa medlet till detta mål är gymnastiken.

### Företräda nytta med nöje

och offra därför 5 minuter varje morgon till en gymnastikstund för att känna Eder frisk och kry hela dagen.

De olika gymnastikrörelserna till musik (10 inalles) finnas nog-



grannt illustrerade och beskrivna i det konvolut, som skivan ligger i.

Samtliga rörelser ackompanjeras av särskilt avpassad musik och föregås av behövlig instruktion. Utförligt illustrerat prospekt gratis och franco.

### Manlig hemgymnastik

av Bertil G:son Uggle även upptagen å en skiva.

N:o Z 148. Pris kr. 6:—.

**SKANDINAVISKA GRAMMOPHON A.-B.**

OPERAHUSET - STOCKHOLM

Ombud å alla större platser.



Vid Gikt  
Reumatism

Ischias  
Influensa

Huvudvärk  
Nervsmärtor

användes TOGAL med snabb och säker verkan även i hårdnackade fall och utan skadligt inflytande på mage och tarm.

Smärtorna försvinna omedelbart, och urinsyran utskiljes starkt ur kroppen. Togaltabletter finnas å alla apotek till Kr. 2.40 och Kr. 0.85 pr glas.

## ANTIKA MÖBLERINGAR

ombesörjes bäst genom

HULTKRANTZ RENOVERINGSATELIER & KONSTHANDEL

Mästersamuelsgatan 7, Stockholm. Tel. 304 27.

Köper och försäljer även i kommission.

# Rosa centifolia

Den mörkerode  
Roses Duft, fult  
ständig naturligt  
gengivet



J.F. SCHWARZLOSE-SÖHNE  
BERLIN

Originalflaskor i etui kr. 4.50, 2.—  
Parfumer, Tvålar, Härsvatten,  
Crème m. m. parfumerad m.  
Rosa centifolia fås i alla fina  
parfymaffärer.

Parfumerade kort gratis.

Ensamförsäljare för Skandinavien  
Madsen & Wivel, Köpenhamn.



## Min värsta idrottsstraps.

(Forts fr. sid. 76.)

Ragnvi Torslow svarar:

Börjar man leta i sitt minne efter den mest krävande prestationen, så har man svårt att finna den, ty dels bliva svårigheter och tråkigheter så lätt glömda, och dels blir den mest krävande och svåra just den roligaste.

Vilken? En hård tävling i konståkning, Nordiska spelen 1921, då det gällde att i bitande nordan, — 22 grader, hålla ut fyra, fem timmar? Vid alla tävlingar gäller det ju att koncentrera sig, men i konståkning i särskilt hög grad. Är det då isande köld, så att man till sin förskräckelse plötsligt känner sina annars tämligen lydiga extremiteter långsamt domna bort och nästan neka att tjänstgöra, och därtill en oberäknelig stormvind hastigt och lustigt placerar en på helt annan plats än beräknat var, såvida den inte föredrar att helt stoppa upp farten, och så dessutom en hård internationell konkurrens med ty åtföljande nervositet tillkommer, då blir det en verkligt krävande tävling, som blir dubbelt rolig, när den väl är överstånden.

Eller en femmila skidtur efter karta och kompass i isande kyla, en 50-mila cykeltur i Dalarna—Värmland—Norge med tillhörande omväxlande, tjusande uteliv i detta ords verkliga betydelse, en spännande lagkapsimning, där det gäller att i rätta sekunderna utlösa all energi, som samlats veckor före för att få fram laget till seger, där alla måste vara besjälade av samma »det-skall-gående», en femtonmila vandring på tre dagar i Lapplands ödemarker över myrar och moras med cirka femton kilos packning på ryggen, eller en orienteringstävling i upplösta skogar, där man åker med mossan utför de slippriga bergen och sjunker ned djupt över knäna i kärren? Snarare då kanske en tävling om distriktsmästerskapet på skidor anno 1924. Ty kan man tänka sig något tråkigare och dummare än att åka skidor utan snö? Tävligen skulle gå i januari och trots det kraftiga töväder med efterföljande frost, som föregått tävlingsdagen, påstods, att banan lagts över snörika trakter. Början såg inte lovande ut, men människan är ju i allmänhet optimist, och fortsättningen kunde ju vara bra. Jag vill bara säga, att början, som var en isbelagd uppförsbacke, var ett himmelrike mot det, som komma skulle. Utan överdrift bestod »spåret» av 50 % is, 20 % barmark, mossa och leråker, 10 % sand och sten och på sin högsta höjd 20 % snö. Något värre i den vägen får man leta efter, och man bör vara skämtsamt anlagd för att kalla det skidloppning. Man fick störta sig utför isbelagda avgrunder, där det gick med svindlande fart, tills det plötsligt blev tvärstopp i mossa eller sand. Senare kom jag underfund med att de tävlande herrarna satte sig på skidorna och rutschade utför. Varför inte vända? Ja, det var ingen idé, det var lika långt tillbaka. Sista biten var en lång allé, uppförsbacke, kantad med åskådare och försedd med den härligaste glansis. Jag nöjer mig med att konstatera, att publiken hade omätligt roligt. Veckor efteråt antydde mångfalden blågulgröna märken att man åkt skidor med eftertryck.

Ragnvi Torslow.

Berit Hjulhammars segrar och fru Lindhagens nederlag.

Här en suck ur hjärtats djup från fru Berit Lindhagen, f. Hjulhammar:

På min aktiva tid — för ett tiotal år sedan

## Ett kvinnligt levnadskall.

Ordnad sparsamhet, barnens framtid och familjens bästa befordras främst genom livförsäkring. Att verka för livförsäkringens utbredning är icke blott ett medel att göra en god gärning utan även att skaffa sig själv en tryggad framtid. Företagsamhet, energi och ett angenämt umgängessätt bana vägen till framgång inom detta arbete, som hittills alltför litet beaktats av kvinnor, som vilja skapa sig en egen verksamhet.

Upplysningar kunna erhållas av livbolaget Valand i Stockholm.

# Hoffmann's Pianinon

Det ledande svenska kvalitetsmärket

Kungl. Hovlev.

**Malmkillnadsgratan 25 B  
STOCKHOLM**

Nedsatta priser. Goda avbet.-villkor.

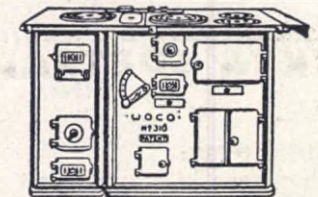
## Badinrättningen

Telefon Sö. 330 56  
och 367.

**Södermalms Tvätt- & Badinrättning**

## Tvättinrättningen

Telefon Sö. 336 30  
och 25 82.



Effektivaste vämeledningsspisar

**WOCO**

Begär offert.

WOCO-VERKSTÄDerna. Motala.

## HEMFÄRGEN HÄRVAN

är en tillförlitlig  
o. utmärkt färg för  
**YLLEPLAGG**

**OBS.!**

Färgning i hemmet lö-  
nar sig endast om  
färgen är prisbillig.  
"HÄRVAN" är billig.

**A. W. Herdins Färgverk  
Falun.**

## Ingen klagan

om man uppfriskar blodet, rensar magen och tarmarna från osunda rester och utdriver urinsyran från kroppen, varmed man undanrödjer roten och grundorsaken till illamående och många sjukdomar.

Den för hela organismen välgörande process erhålles genom att använda

## Fruksalt-Samarin

Det bringar vigör och ger hälsa.  
Pris pr fl. 2.50. Säljas å alla apotek, hos droghandlare, m. fl.

**Cederroths Tekniska Fabrik  
Stockholm.**



Mot  
**trötthet**  
och  
allmän svaghet  
användes



**Ferrin**

Ökar krafterna.

**Oxygenol-  
Tand-Creme**

med vätesuperoxid

Stärker tänder och  
tandkött.

**PERSSONS STICKMASKINER**

Svensk tillverkning.  
Guldmedalj å alla utställningar. Erkänt bästa maskin för tillverkning av alla sorters stickade artiklar, såsom strandkofor, jumpers, sweaters, underkläder, strumpor m. m.

A.-B. Per Perssons Väv- & Stickmaskin.  
Fack 517 D. Stockholm I. Tel. K. 3643.  
Ensamförsäljare i Finland:  
A.-B. Th. Neovius, Helsingfors.

**'AKTA SPETSAR**  
alla slag till billiga priser i  
Teneriffa Magasinet, 5 Biblioteksg.

**ADA ZINK-GLANS**  
ÖRSÄTTNINGS-PUTSMEDEL  
FÖR  
DISKBANKAR  
OCH  
DYKHT

**ADA ZINKGLANS**  
RINGA ARBETE  
SPEGELBLANKA  
DISKBANKAR  
APPROVAD & GODKÄNT  
HUSMODERNES PRODUKT

**Damernas  
bästa**

inköpskälla av alla slags garanterade Bandager, Sjukvårds-, Förbands-, Sanitets- och Toilettartiklar, allt för vården.

Iduns läsare 10% extra rabatt. Särskilda herr- och dambutiker. Hushållsh. 2 kr. Gratis prislista. extra tjocka 250  
CITY ENGRÖSLAGER Avd. 1.  
Butiker:  
Jakobsbergsg. 27, hörnh. av Regeringsg.  
Flemming. 13, mitt för Separator.  
Till landsorten mot postförskott.  
Postf. 622. Stockholm I.

**BESTÄLLNINGAR**  
**Dam- & Barnkläder**  
o. KAPPOR emottages Valling. 17 n. b. Sthlm. Tel. Norr 110 09.  
Fru MARIA LINDQUIST.

**Mellins  
Food**

är en världsberömd, lättsmält kraftnärings för barn, ammande mödrar, konvalescenter och ålderstigna samt för personer, som lida av mag- eller tarmsjukdomar. Förordas av läkare. Köpes i apotek, special- & drogaffärer.

— var det inte så hårt. Min värsta tävling var nog debutåret mot Maggie Weylandt (numera fru Florman) i en löpning på 60 meter på skolungdomens tävlingar, då jag vann synnerligen knäppt. Ett par höjdhoppdueller med min syster, som hon vann, förtjäna kanske också att antecknas, likaså ett nederlag i raka hopp mot den numera frejdade Eva Olliwier, som väl då var ungefär hälften så gammal som jag. För övrigt blev det visst mest segrar.

Mina värsta strider ha sedan utgjort försöken att få min man att stanna hemma någon söndag på året i stället för att referera tävlingar — tyvärr har det mest blivit nederlag i dessa valhända försök.

Berit Lindhagen.

**Engelsk recitric på Stockholmsbesök.**

Vid Svenska-Engelska föreningens högtidssammankomst den 15 jan. kommer den i sitt hemland kända och högt uppburna recitricen och sångerskan Miss Frances Mede att recitera.

**Läkaren i näsan.**

(Forts. fr. sid. 77.)

2) håll andan ett tag,  
3) utandning i 3 avsatser under avslappning: de 2 första genom näsan (Bild 8, 7) och den sista genom mun. (Bild 10.)

Tid för in- och utandning i början alldeles efter behag. Variationer införas så småningom t. ex. in- under 4 pulsslag, hålla andan under 2, utandning under 4 och hålla andan under 2 pulsslag — *rytmisk näsväxel-andning*. Övningen utföres i lugn och ro åtminstone morgon och kväll.

Vid *börjande* snuva bör ni utföra övningen minst 1 gång i timmen och då så länge, tills båda näsvägarna äro fullt fria för luftens in- och utträde. Den, som har energi nog att konsekvent motarbeta den börjande snuvan, motar alltid bort den på högst 48 timmar och spar sig härigenom alla de tråkiga komplikationer i form av inflammationer i näsans bihålor, mellanörkatarrer och bronchiter m. m., som ofta uppkomma efter en enkel, vanlig snuva. Vet detta på grund av 20-årig erfarenhet.

Näsandningen och dess variationer äro utomordentligt verkningsfulla. Utom den enklaste effekten därav: att näsvägarna hållas fria och snuva bortmötas, väcka de impuls till vane-näsandning, vilken i jämförelse med munandning medför ökad cirkulation i hjärnan. (Lämpligt avbrott i tentamensläsning!) Övningen förfinar vårt luktsinne och gör oss mer noggranna med såväl personlig hygien, med luften i våra bostäder som med allt vi äta och dricka. Vi utvecklas så småningom till "frisk-luft-dyrkare" och kanske rent utav till motståndare mot tobak, till nykterister, vegetarianer etc.

Genom att individen lär sig observera den ovan omnämnda reflexverkan på andningsmuskulaturen, speciellt vis-à-vis sidorörelsen, leder denna övning till *medveten* sidorörelse och därpå till *viljeandning*. Snörlivet *bortmötas!*

Denna andning blir dock ej enbart utpräglad andning med *en sida*, utan är i själva verket en *halvsidig* bäländning. (Utmärkt ventilation av lungorna i deras helhet! Utmärkt inre massage av samtliga organ i bälten! Bröstkorgen och mellangärdet fostras till smidighet och funktionsduglighet!) Och när båda bälhalvorna röra sig i lika grad, vilket är mycket sällsynt, (åtminstone enligt egen erfarenhet), ha vi i det dagliga livet,



**Vitare tänder.**

Hur millioner fått dem.

Det finns ett sätt att få vitare och renare tänder. Millioner människor använda det-numera. Ni kan numera iakttaga resultatet i vida kretsar. Vill Ni veta hur man kan få dem?

**Bekämpa beläggningen.**

Denna metod bekämpar beläggningen på tänderna — den klubbiga hinna man kan känna med tungan. Beläggningen biter sig fast vid tänderna och gör dem fläckiga och missfärgade. Den bildar dessutom en mörk hinna som gör tänderna glanslösa.

Beläggningen kvarhåller även matrester, som jäsa och bilda syra. Den håller syran i ständig beröring med tänderna och försäkrar frätning. Millionstals sjukdomsfrön frodas däri. Dessa äro, i förening med vinsten, den förnämsta orsaken till pyorrhé.

Tandläkekonsten känner nu metoder att effektivt bekämpa beläggning. Medelst dem dels

upplöses beläggningen, dels avgnides den utan skada för emaljen.

Övertygande försök hava ådagalagt effektiviteten av dessa metoder. En ny tandpasta har framställts, så att envar dagligen kan draga nytta av dem. Dess namn är Pepsodent. Framstående tandläkare bland alla nationer rekommendera numera dess användning.

**Resultaten visa sig snart.**

**Skydda emaljen!**

Pepsodent upplöser tandbeläggning, avlägsnar den sedan med ett medel betydligt mjukare än emaljen. Använd aldrig tandmedel vilkas grova beståndsdelar måste döljas med tvål eller annat smörjmedel.

Pepsodent mångdubblar även salivens alkalitet, ävensom dess stärkelseslösningsförmåga. Dessa äro naturens stora tand-skyddande medel i munhålan.

Sänd in kupongen för en 10-dagars provtub. Lägg märke till hur rena tänderna kännas efter dess användning. Iakttag att den klubbiga hinna har försvunnit. Se huru tänderna bliva vitare, allteftersom beläggningen försvinner. Klipp ur kupongen nu.

**Pepsodent**

Den nya epokgörande tandpastan.

Ett vetenskapligt sammansatt tandmedel, numera föreskrivet av alla framstående tandläkare.

Heltub kr. 1:25.

Dubbeltub kr. 2:25.

**10 DAGARS TUB GRATIS**

1367

Eneqvist, Holme & Co. A/B, Vasagatan 15-17, Stockholm

Sänd en 10-dagars tub till

Namn: .....

Adress: .....

Skriv fullständig adress. Skriv tydligt. Endast en tub till samma familj. Idun 18/1



**ZETA**

ZENITHS NYA SMÖRMARGARIN

ÄR TILL UTSEENDE, SMAK OCH AROM FULLT JÄMSTÄLLT MED PRIMA MEJERISMÖR.



## Banan-Kalles träningsserie.

Segraren:



Tacksamt folk i gullstol bærer Kalle, bästa man på planen. Sens moralen här oss lärer: främst för idrott står bananen!

## En parfymerad sammetslen creme, som på ett underbart sätt avlägsnar generande hårväxt.

Behagligare att använda än skadliga kemiska stoffer och långt bättre än någon rakmaskin.



Innan VEET-cremen kom i marknaden måste damerna använda sig av skrapande rakmaskiner och illaluktade kemiska stoffer för att avlägsna generande hårväxt. En rakmaskin stimulerar blott håret och kommer det att växa fortare och tätare. Det brännande bariumsulfatet, som användes som depilatoria, förorsakar ofta röda knoppar och smärtsam irritation, ömhet och hudsjukdomar. VEET-cremen innehåller icke något som helst bariumsulfat eller andra giftiga kemiska ämnen. Under det att rakmaskiner och vanliga depilatorer endast avlägsnar håret på hudens yta, förintar VEET-cremen håret ända från roten. Den har ingen obehaglig lukt och är lika lätt använda som en vanlig ansiktscreme. Man smörjer på cremen i det tillstånd, som den har i tuben, låter den sitta ett par minuter och tvättar sedan av den, och håret kommer att vara försvunnet som genom ett trollslag. VEET-cremen erhålles i alla parfymaffärer. Engros-depot för Skandinavien: Madsen & Wivel, Köpenhamn.



Forlang udtrykkelig

**BARDIN'S**  
**POUDRE DE PERLES FINES**  
**PARIS**

Fås i alla Parfymaffärer, Apotek och Färghandlare. Engros-Depot Madsen & Wivel, Köpenhamn.

då vi andas genom båda näsborrarna, kommit fram till den förut beskrivna *harmoniska* andningstypen.

Ritmisk näsväxelandning slutligen, leder individen in till vana vid och förståelse av lugn, harmoni och självbehärskning. genklang hos några av läsarna och att de måtte ge ökad livskraft åt den känsla av *ansvar gentemot vår kropp*, vilken känsla innerst finnes hos oss alla.

## “Idrottsriksdagen”.

(Forts. fr. sid. 78.)

En av de intressantaste uppvisningarna var fröken Elsa Bergschölds med Tobaksmonopolets arbeterskor — här fick man tillfälle se det första resultatet på ett arbete, som man hoppas med tiden skall ge många och rika frukter.

Andra mötesdagen höll Mensendieckläroinnan fru Ellen Wahlström föredrag om Mensendiecksystemet med demonstration. En animerad diskussion följde, men slutade i fridens tecken tack vare fröken Falks kloka och vidsynta inlägg. Därefter tågade man till Gymnastiska Centralinstitutet, där mötets tre sista uppvisningar gavs. Först visade en trupp små folkskolebarn under ledning av fröken Hilda Dahlström vad de kunde prestera i gymnastiksalen, det var en fart och glädje över uppvisningen, som gjorde ett gott intryck på alla. Sedan höll fröken Anna Behle ett föredrag om rytmisk gymnastik, varefter fru Sara Öström gav en livfull och vacker uppvisning av rytmisk gymnastik med flickor från Adolf Fredriks folkskola. Fröken Behles uppvisning med vuxna damer avslutade på ett värdigt sätt mötet.

Till slut må också nämnas en rolig, intressant och instruktiv filmföreställning av gymnastik- och idrottsfilmer från Svensk Filmindustri och Armé- och marinfilm, vilken föreläsning inleddes med en demonstration i skidteknik av kapten G. Dyhlen.

Och nu förestår ett nytt arbetsår, fyllt av stora uppgifter, innan vi ses nästa gång på S. K. C. F. K:s riksmöte.

## Vita korsets sjukhem.

SJUKHEM. — VAD ORDET LÄTER tungt och dystert! Man ser för sig en rad sängar, alla med samma röda filter och vita lakan, bleka tårda ansikten med slutna eller tungsint stirrande ögon blicka oss till mötes från dem.

Men också ett sjukhem kan göras tilldragande och hemtrevligt. Ett besök i fru Tynells lilla propra, praktiskt ordnade »Vita kors-sjukhem», beläget på den lugna tysta Floragatan, övertygar oss därom. Balsaminer och pelargonier blomma i korridor och hallar, husets gårdvar, Jack, en stor gråsvart lapphund, kommer oss lekfullt välkomnande till mötes, och hemmets föreståndarinna som blott för ett år sedan övertog detta, kan med glädje se tillbaka på vad hon under denna korta tid uträttat. Det är utvidgat med en kururgisk avdelning, där alla slags operationer — från de minsta till de största — kunna utföras av olika specialister. Vidare en fysikalisk avdelning, som förestås av den erkänt skickliga syster Anna Wallström, där ledgångsreumatism, svårare exzem och hudsjukdomar behandlas — ofta med lysande resultat. Även åderförkalkning har man i flera fall lyckats — om ej häva så dock hämma, så att patienten räddats för några år framåt.

En utmärkt metod mot oren och finnihy har här utexperimenterats, nämligen behandlingen med kvartslampa. Det har ock-

# Twilfit- Korsetten

Världens absolut bästa.



N:o 630.

Elegant modell av resår och tyg utan snörning med Twilfits garant. spiralfjädrar och 4 strumpeband. Pris 14: 50.

## Eleganta underkläder

i Opal, Battist, Crepe de chine och silkestrikå.



Modell Sports 75A.

En idealisk sportmodell med resår och veckad spets runt överkanten. Utförd i blommig brokad i blått, skärt och vitt, försedd med två strumphällare och rostfria, obrytbara "Twilfit" Spiralfjädrar av stål.

Kr. 10: 75.

Order till landsorten mot postförskott; portofritt.

Vid rekvisition av korsetter torde uppgivas Edert vanliga nummer eller midjemättet utanpå korsetten. Illustr. katalog gratis, portofritt.

Ensamförsäljare för Sverige:

# TWILFIT

Nybrogat. 11, Stockholm

Rt. 758 53, 758 54.



så bidragit till hemmets framgång, att fru Tunell till sköterskor lyckats erhålla så skolevarande, och för alla patienter, som för längre eller kortare tid behöva anlita privat sjukhem, torde »Vita korset» på Floragatan bli en god tillflyktsort.

FLEUR.

### Iduns pristävlan i n:o 3.

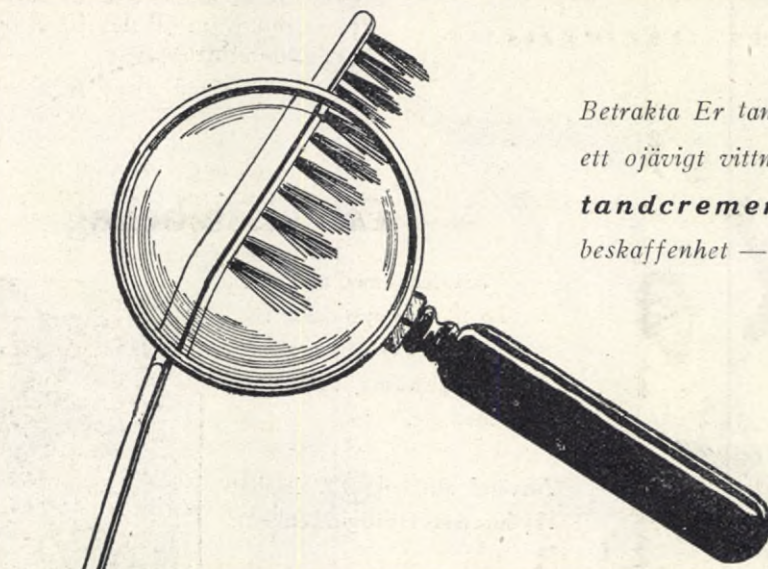


I varje brev med lösning, som skall vara insänd inom 14 dagar efter numrets datering, skall läggas ett 15-öres frimärke och summan av de insända märkena delas som extrapris mellan de bägge pristagarna förutom det vanliga priset på 5 kronor vardera. Kuvertet märkes "Pristävlan n:r 3".

### Fixeringsbild i n:o 3.



Här äro herden och herdinnan. Men var är fåret? Lösningarna insändas inom en vecka efter numrets datum, och de tre först öppnade rätta lösningarna belönas med var sin bok.



Betrakta Er tandborste —  
ett ojävigt vittne på  
**tandcremens**  
beskaffenhet —

ÄR tandborsten inte fullkomligt ren efter en hastig sköljning, så begagnar Ni en felaktig tandcreme, och Ni gör Edra tänder en tjänst, om Ni genast kastar bort denna creme. Tandborsten vittnar ojävigt om tandcremens beskaffenhet.

Innehåller tandcremen olösliga eller svårösliga beståndsdelar, fastnar cremen uppblandad med jäsande matrester, förruttnelsealstrande bakterier, färgämnen och andra ohygieniska saker i borsten.

Endast en i vatten och saliv löslig creme möjliggör en ren tandborste, ren tandrad och vackra tänder.

Dentosal uppfyller ensam detta viktiga krav.

Försök att i ett glas med vatten lösa vil-

ken annan tandcreme som helst, som finnes i handeln, och Ni skall finna, att den icke löser sig utan endast uppslammas och efter en stund sjunka de olösliga beståndsdelarna till botten.

Dentosal löser sig ej alltför hastigt i saliven, utan hinner dessförinnan att mekaniskt rengöra tänderna och verkar bäst, om man i början av borstningen icke har vatten i munnen.

Om Ni inte ens kan hålla eder tandborste ren, hur skall Ni kunna hålla ren eder tandrad med dess svåråtkomliga håligheter, vilka Ni inte själv kan kontrollera. Ni borstar tvärtom den beläggning som sitter på tandytorna tillsammans med den olösliga och bindande tandcremen in i mellanrummen och tandköttsfickorna, där den kan befördra uppkomsten av infektionshärdar. Välj därför

## Dentosal,

en tandcreme, som förutom att bestå av rätt valda ingredienser, är löslig.

Dentosal-tandpasta 75 öre pr. tub. Dentosal-tandpulver 75 öre pr. ask. (Aluminium).

Pulvret utlöst i vatten kan med fördel användas som munvatten. Speciellt välgörande vid såväl akuta — som kroniska svalgkatarrer.

Kontrollanter: Professor i hygien och bakteriologi vid Uppsala Universitet Med. D:r GERMUND WIRGIN och Tandläkaren Dentarie Medicine Doktor C. A. SAMSIOE, Stockholm.

## I parti: AKTIEBOLAGET DENTOSAL

Surbrunnsgatan 54 A, Stockholm.

### Beställ inte

Edra förstoringar genom ombud, utan vänd Eder direkt till en pålitlig firma. Vi utföra alla slags förstoringar.

N. & T. ANDERSSON  
Drottningholmsvägen 7, Stockholm.  
Telefon Kungsh. 4726.  
Noggrant arbete. Billiga priser.



SOM MAN BÄDDAR  
FÅR MAN LIGGA



**DUNTÄCKEN  
MADRASSER**

göra sängkammaren  
till ett Paradis

J. Svensson & Bourghardt  
GÖTEBORG

Täckfabrik Fjäderränseri

### Sjuksköterske Klänningar

ESTER WELIN, Uplandsgatan 19 A.  
Stockholm. Telef. N. 91 72.



Till smörgåsbordet,  
vid mällagning och  
all bakning  
har

*Vanderberghs*  
margarin  
smörets alla egen-  
skaper men icke  
dess höga pris.

### 貨中 Kinamagasinet

Råsiden 3,50, Dukar, Flygeltäcken,  
Kuddar, Konstsaker, Mattor m. m.  
Regeringsg. 43 I, Stockholm.  
Riks 30 86.



## DEGEA

Kokapparater

Hållbara - Eleganta - Billiga

12050a ½ lit. .... Kr. 11: 50  
12051a 1 " ..... " 12: 50  
12056a 1½ " ..... " 15: -

Aterförsäljare erhålla rabatt.

Ensamförsäljare för mellersta  
och norra Sverige.

**Elektriska Aktiebolaget  
Skandia**

Butik: Tunnelgat. 14, Stockholm.  
Avd.-kont.: Umeå, Sundsvall, Östersund, Geve och Karlstad.



## Redovisning

Till signaturen "Bekymrad" har förutom förut redovisade kr. 5:— ytterligare inkommit från L. H. & S. L., Uttran kr. 3:—, Helene Johansson, Göteborg kr. 5:—, Ax. Klingberg, Sthlm kr. 5:—, Summa kr. 18:—.

### "Iduns Fadderbarn".

För Harry Sigvard har från Gustaf Sandsjöe, Örebro, inkommit kr. 15:— och för Aina, Råsunda, kr. 5:— från "Ebon".

Till signaturen "Medelklass Pauvre-Honteux" har från S. inkommit kr. 10:—, från Okänd kr. 10:— och ett paket med kläder från sign. Svea.

## Iduns korrespondensklubb.

Vem vill korrespondera med ung, elementarbildad flicka, glad och hurtig, musikalisk, med intresse för allt utom politik. Korresponderar gärna på engelska.

Yvonne.

Bildad, ogift stockholmska, 32 år, önskar korrespondera med Idunläsare. Svar under signatur Stockholmska.

## LÄSARINNORNAS SPALT

Ett tack. Mitt av hjärtat gående tack till dem av Iduns läsare som genom gäva bidragit till julglädje åt mig.

Bekymrad.

## IDUNS SKÖNHETS- INSTITUT

N:r 7. Finns något medel mot häliga kinder. Är annars ej ovanligt mager.

Lulli.

Ni kan försöka att om aftnarerna efter tvättning av ansiktet inmassera i kinderna följande *salva för magerhet*: ½ gr. tannin, 30 gr. lanolin, 20 gr. söt mandelolja. Massagen sker uppåt och utåt kinderna. Lanolinet och oljan smältes i ett kärl stående i hett vatten och man rör noga så att de bli väl blandade. När blandningen svalnar iröres tanninet. — För övrigt bör ni föra en fettbildande diet, ty ökar ni i vikt får även kinderna sin del. Tag lagom motion och bada regelbundet.

## Nervsvaghet

Reumatism Sömnlöshet  
Blodbrist Trötthet  
Nervsmärtor Ischias  
Dålig aptit Aderförkalkning

## bekämpas effektivt med miradium.

Rekommenderas av läkare. Användes på sjukhus. Miradium-salt, -pastiller och -tabletter på apoteken å Kr. 6,50 pr burk.

Utvärtes användes Miradium-Salvan med äkta radium, pr. tub Kr. 3,50.

Gratis sändes boken om radiums verkningar. Skriv till Miradium-officinen, apoteket Vasens apoteksvarucentral Vitrum, Stockholm.

## Vadstenaboden

REGERINGSG. 22, STOCKHOLM.

Platsens äldsta specialaffär för

## Vadstenaspetsar

till alla prislägen. Billiga, bestämda priser.

# Ett visst behag

är förenat med »4711».

Den, som uppfriskar sig med »4711», för alltid dess angenäma, diskreta doft med sig.

Använd alltid . Lagligt skyddat märke (blå-guld etikett).

Sedan 1792 tillverkad i alljämt lika framstående kvalitet efter urgammalt originalrecept.



# 4711 Eau de Cologne

N:r 8. Kära Fru Skönhetsdoktor! Vad skall jag göra för att få lite rosor på kinderna? Min hy har alltid varit blek och grå, och jag måste jämt höra att jag ser dåligt ut. Ingenting fattas mig, jag är frisk och kry, kunde jag bara få lite färg. Gör dagligen långpromenader och går tidigt till sängs, men ingenting hjälper mig. Finns det möjligen någon hudspecialist eller något institut i Köpenhamn, som jag kunde rådfråga? Eller vad skall jag göra? Tacksam för svar är

Skånska, 22 år.

Er hy är grå, säger ni. Brukar ni tvätta ansiktet varje afton med tvål och varmt vatten? Det är nödvändigt för att hålla porerna rena. Huden blir därav friskare. Massera ansiktet efteråt med någon god hudcrème, vilket befordrar cirkulationen i huden. På morgonen däremot använder ni ej varmt vatten till ansiktet. Vad som även bidrar till att göra hyn klar är bad och dagliga tvättningar av hela kroppen. Har man tillgång till badrum tvälvar man in sig och tar så en ljum dusch. Det är mycket nyttigt och uppfriskande. — Och fastän ni tar god motion utomhus, bör ni varje morgon ta 10 minuters gymnastik under djupa andetag i närheten av ett öppet fönster. Er diet är heller inte oviktig. Undvik svärsmälta och hetsande saker, åt mycket frukt, isynnerhet apelsiner och var mycket noga med att avföring inställer sig varje dag. I detta syfte bör ni dricka ett glas hett vatten varje morgon på fastande mage. Beakta även senare delen av sv. på fr. 122 i n:r 49, 1924.

## FRÅGOR OCH SVAR

Fråga: 1) Är Borlänge köping eller stad? Kopparberg köping eller municipalsamhälle?

2) På vilka bokförlag finnas följande böcker? Folket i Simlångsdalen av Fredrik Ström. Trollebokungen av Maja på Stadt

## Snar hjälp är dubbel hjälp!

Vad vill Ni inte ge för att med ens bli kvitt en besvärlig snuva, en dunkande huvudvärk eller en iland tandvärk för att inte tala om mera kroniska lidanden såsom gikt, reumatisk värk, ischias o. d.

Ett ofelbart medel finnes. Ni behöver blott taga in ett par Globoidtabletter, vilka genast lindrar eller helt bota dessa åkommor utan men för hjärta och mage. Globoid är av gammalt känt som ett osvikligt smärtstillande medel vid nervösa och reumatiska sjukdomar, och ett par Globoidtabletter äro starka nog att hämma en begynnande förkylning. Utan smak och till formen ovala äro de dessutom lätta att intaga.

Globoid fås (utan recept) på apoteket i flaskor om 40 och 20 tabletter å 1/2 gram. Priset pr flaskor är resp. kr. 2:30 och 1:25.

Läkare rekommendera

### GLOBOID

Användes på kliniker och sjukhus



(vem är det som skriver under den signaturen?) Mellan chefen och skrivmaskinen. Där millionerna rulla. Sjöfolk tror, att den är av Vera Cramér. Även tacksam att få veta priserna på de nu nämnda böckerna.

3) Skulle lägga ett tak på mitt hus, undrar vilket som är fördelaktigast, refflad plåt eller eternit, och vilket som faller sig billigast? Eternit har blivit mig rekommenderat, finnes det både målad och omålad? Vore tacksam för svar av någon byggmästare eller husvärd som förstår saken riktigt.

Skulle även gärna vilja veta om det i större möbelfärdar finnas byråar helst i rococo försedda med lönnlådor så där gammaldags trevligt. Tacksam för svar till.

Boende långt från Allfarsväg.

Svar: 1) Borlänge är köping, Kopparberg likaså.

2) Folket i Simlångsdalen är utgiven på Tidens förlag och kostar 475. — Trollebokungen på Gebers förlag och kostar 450. Författarinnan har varit uppapperska på ett hotell i Sundsvall då hon först började skriva. — Författaren till Mellan chefen och skrivmaskinen heter Thyra Hagstrand och boken är utgiven på Bonniers förlag, kostar 475. — Där miljonerna rulla måtte antingen vara en mycket gammal bok eller också är ej titeln riktig, ty de känna ej till den i boklådorna. — Någon bok med titeln Sjöfolk av Vera Cramér förekommer ej men väl två andra med samma titel av resp. Jacobs och Nylander.

3) Beror mycket på vad slags hus det är frågan om. Båda de taktäckningar ni nämner äro fula och anses mindre praktiska än

t. ex. taktegel eller takskiffer. Man kan även använda amerikanskt takpapp, vilket är både starkt och billigt.

4) Lönnfack eller lönnlådor förekommer mest i sekretärer och skåp med smälådor. Även nu för tiden tillverkas emellanåt möbler med lönnfack uti.

Fråga: Vore tacksam ifall Idun i sin frågoavdelning kunde lämna besked om hur quaker oats och grape-nut se ut och vad de kallas på svenska.

Intresserad.

Svar: Quaker oats är ett slags havregryn och användes som sådana. Grape-nut förekommer större speceriäffärer. Det är grovmalet och användes till gröt eller välling. Svenska namn på dessa saker finnas ej.

Fråga: Är det skadligt att äta apelsiner när man har litet äggvita, 5 år gammal? 2) Är det skadligt att göra långa promenader? Känner mig för övrigt frisk.

28-åring.

Svar: 1) Om äggvitan kommit efter en sjukdom och är obetydlig, är nog bäst att samvetsgrant hålla sig till den föreskrivna dieten — ty ni har väl talat vid läkare — dess förr försvinner äggvitan alldeles. Sedan är det bara nyttigt att äta apelsiner. — Om ni ej redan talat vid läkare bör ni göra det så fort som möjligt, innan några farliga sviter av äggvitan uppstå. 2) Det ligger ju i sakens natur att det ej kan vara skadligt för en frisk person att ta långa promenader tyvärr är det nyttigt, blott det ej sker till överdrift.

## BREVLÅDA

RED: S BREVLÅDA.

Joe. Dikten Det vackraste minnet införes. Den andra är nu blott ett vackert minne.

Maj skall ha tack för anbudet men som ni själv säger — det skulle vara en humorist för att rätt teckna Djupmyra-Kalles bild. I så fall hade det nog blivit en rolig historia från det tillfället då han sålt halm och potatis till Stockholm och efter lyckad leverans förvarat pengarna hemma i bostaden och sedan vandrat omkring vid Munkbron bland schärarna stor och jäsig i överrocken av späckad plånbok, späckad av — tidningspapper. Vips voro "pengarna" borta, — och Kalle fick sig ett gott skratt.

## Vad blom-morna säga.



Blomvänner kunna få höra sådana frågor: "Hur bär du dig åt, som har så vackra blommor!" En blomvännin svarade: "När jag pysslar om mina blommor, känner jag med dem som levande väsen. En vissnade blomma berättade hur klen hon var. Då jag sporde orsaken sade hon: "Krukan är olämplig, godset och glaceringen äro för täta, mina rötter erhålla ej den luft de behöva, jag kvävs. Kära husmor", sade hon bedjande, "det finns nu en sorts krukor, 'Roslagskrukor' beta de, som äro så bra för blommor, de lämna tillräckligt med luft åt rötterna. I dem kunna vi 'andas' och trivas. Därtill äro de vackra och pryda både oss och hemmet." — Längre hann hon ej, förrän en varm tår föll på hennes vissnade blad och husmor lovade att genast skaffa ROSLAGSKRUKOR till alla sina blommor. Så går det när blomorna förstås. Vidare upplyste blomvännan att Roslagskrukor och blomvaser m. m. tillverkas av A.-B. Roslags Glasceriverk i Norrtälje. De röna en enorm efterfrågan av husmodrar landet runt och äro lämpliga gåvor när namnsdagarna komma. Finns de ej, så bed Er handlingen genast rekvirera dem från fabriken. Kataloger och prislista gratis.

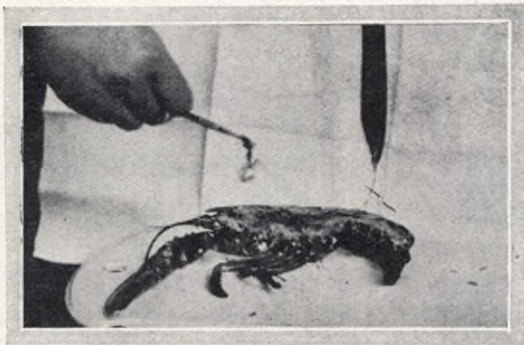


## FALU- ÄTTIKA

TILLVERKARE  
STORA KOPPARBERGS BERGSLAGS AKTIEBOLAG

ETT DEKORATIVT INSLAG BLAND  
BORDETS LÄCKERHETER.

Hummer är en läckerhet av hög rang. Den har fördelen att tilltala inte bara gommen utan även ögat, och det vilar en festlig prägel över dess färgrikedom. Tyvärr måste man räkna hummer till lyxmat, ty den ställer sig i all-



*Mage och tarm avlägsnas.*

mänhet dyr; dock händer det någon gång, att tillgången blir så riklig, att lite var kan njuta den färska hummern utan att anses allt för överdådig. Husmodern har emellertid många gånger giltig anledning att placera in hummern i menuen. Den fordrar nämligen ingen vidlyftig tillagning, vilket kan bli till ovärderlig hjälp vid anordnandet av en festlig måltid. Den fordrar inte heller några dyrbara tillbehör, som så många andra fina fiskrätter.

Hummer anses bäst under de egentliga vintermånaderna. En gammal regel upplyser emellertid om, att hummern är god under alla de månader i vars namn r ingår, d. v. s. från september t. o. m. april. Detta hindrar emel-

*Vår av kännare högt uppskattade*

**Klass II**

# Pilsner

ALLM. TEL. SÖDER 33164. RIKSTEL. 7247.

**A:B. HEMBRYGGERIET**  
Heleneborgsgat. 15. STOCKHOLM.

*Hembäres direkt till privathushåll.*

lertid icke, att sommargästerna på västkusten med god smak begå verkliga hummerorgier veckorna innan förbudet på hummerfiske träder i kraft den 15 juli. Hummertinorna — redskapen för hummerfiske i Bohuslän — tvingas sedan av lagen att ligga på det torra till den 15 september. Det är ju alltså ej lång tid, som förbudet pågår, men många av "hummerlandets" tillfälliga besökare just då finna tidpunkten retsamt ogynnsam.

Vid inköp av färsk hummer bör den helst vara levande. Det kan ju annars hända, att affärsmanen haft hummern hemma så länge, att han måste koka den för att den ej skulle dö. Man kan även tänka sig att den för hållbarhetens skull erhållit ytterligare något uppkok, och hummern vinner givetvis icke på en dylik behandling.

Levande hummer bör vara slät i skalet och kännas tung. Den bör vidare vara rörlig, d. v. s. stjärten skall ha bibehållen spänstighet; den får ej ligga rak, slak och orörlig. Och klorna böra — särskilt vid en sakta tryckning över ögonen — reagera genom rörelse. Klorna böra naturligtvis vara väl bundna, ty det kan annars vara ganska farligt för en ovan att handskas med "odjuren". Jag har en gång sett en stor tung "best" med ena klon hängande i ett nästan blå-nupet finger, vilket föranleder varningen.

Vid kokning av hummer blandar man salt och vatten, så att spadet smakar ganska salt (ca 2 msk. salt till varje lit. vatten). Finnes tillgång till dill höjer den smaken. Man bör beräkna rikligt med vatten. När detta kokar, lägger man ner hummern med huvudet först; den dör då ögonblickligen. Locket lägges genast på. Skall flera humrar kokas på en gång, så bör man låta vattnet koka upp mellan varje hummer, ty annars skulle spadet bli för avkylt. Hummern får sedan koka i 20—30 min. beroende på storlek. Hummern tages genast upp och läggs ut på stora fat att kallna så snart som möjligt. Skall den förvaras något dygn lägges den sedan ned i det kallnade spadet och placeras på kallt ställe.



*Hummern klyves och knäckes.*

Det kanske mest gouterade och även enklaste sättet är att servera hummern *au naturel*. Hummern behandlas då som bilderna visa. Man lägger hummern rak med ryggen upp på en skärbräda och styckar den med en vass kniv mitt itu efter längden. Klorna kan man vrida loss från kroppen eller också få de följa med halvan. I båda fallen måste de emellertid "knäckas", d. v. s. man hugger med en kniv ett par snitt tvärs över. Glömmer man detta, är det ju hart när omöjligt att inne vid bordet få något med av klons utsökta innehåll. Återstår blott att rensa hummern, en



## Kungsörs

fabriksmärke garanterar  
högsta kvalitet för alla

**ALUMINIUM- och  
KOPPARKÄRL**

synnerligen enkel procedur, som framgår av bilden. Den lilla magsäcken, som sitter invid huvudet, avlägsnas försiktigt, så att man ej skadar de lösa godbitarna omkring, och likaså tager man bort tarmen, som går längs stjärten mitt. Men detta är också det enda som är oätbart i hummerskalet. Den "brutna" hummern är nu färdig och lägges upp vac-



*Hummergratin.*

sert på serveringsfatet. Till denna rätt serveras olja, vinaigre, senap, socker, peppar och salt. Den kan annars serveras med majonäs.

Huru omtyckt och dekorativ denna rätt än är, finnes det emellertid många, som gärna skulle se den utbytt mot en annan mera "lättäten". Och nog måste man ju medge, att man inför denna rätt ser sig tvingad till en smula "arbete för födan", och skall denna procedur kunna verkställas med självaktning i estetiskt avseende, så måste värdinnan först och främst laga, att verktygen bli de lämpligaste; hummerbestick finnas både vackra och praktiska. För det andra borde gästerna för att rätt kunna avnjuta rätten inneha en smula vana. I

**ZINKPUTS**  
by **TEKA**

DET YPPERLIGSTE PUTSMEDELET FÖR ZINK SÅSOM DISKBÄNKAR, BALJOR, HINKAR M. M.

TEKNISKA KOMPANIET, ÅBO

# "TEKA"

## ZINK PUTS

är det ypperligaste putsmedlet för zink såsom diskbänkar, baljor, hinkar m. m.

**BEPRÖVAT  
och  
ERKÄNT.**

# EKSTRÖMS VANILINSOCKER



# Lucks

## Chokladkaka

### "REKLAM"

40 öre

God. Omtyckt.  
PERCY F. LUCK & Co.

## YSTAD BRÖD

Inregistrerat Varumärke.  
med detta märke  
bör finnas på varje smörgåsbora  
säljes i alla förstklassiga matvaruaffärer.  
Tillverkare:  
A.-B. FÖRENADE BAGERIENA  
— Ystad —

## Vänner av gott kaffe.

Anmoda Eder leverantör att beordra  
och expediera

### Triangelns Utställningskaffe

i ½ kg. kartonger å kr. 2:50, så erhålls ett verkligt gott kaffe.

FÖRENADE KAFFEIMPORTÖRERS  
ROSTERI A.-B. TRIANGELN.  
GÖTEBORG.



## Carl Ciberger Eft.

Lax-, Fågel-, Hummer-, Kaviar-  
och Ostronhandel  
Sjögdegatan 7 - STOCKHOLM  
(Firman grundad 1864)  
Tel. 81 66. Norr 58 86



## Aktiebolaget Nådhammar- bodarna

24 VALHALLAVAGEN 24  
Tel.: N. 209 11, N. 125 40, 310 61.  
STOCKHOLM.

Försäljer i parti och minut: ...  
Oskummad mjölk  
Barnmjölk (tuberkelfri kontroll-  
mjölk) Extra fin visp- och kaffe-  
grädde. 1:ma SMÖR.



### Åderbräckstrumpor

1:ma Engelska Gum-  
mistrumpor, bästa med-  
del mot svullna ben.  
a-d Fot, Vad & Knä  
a-f Fot & Vad, b-f Vad-  
stycke, a-b Fotstycke,  
f-d Knästycke. Upp-  
giv benets mått enligt  
vidstående mått-tabell  
och vid köp av endast en  
strumpa om till höger  
eller vänster ben. Hus-  
hållshandskar av gummi  
högsta kvalitet. Kr. 3:—  
pr par. Storl. 6, 6½,  
7, 7½, 8½.

GUSTAF HJELM & Co.,  
Sjukvårdsaffärer: Mästersamuelsg. 46.  
Norrullsga. 8, A, Stockholm.  
(Till landsorten mot efterkrav.)



motsatt fall finns det ju andra tilltalande sätt att anrätta färsk hummer, varvid ovan antydda olägenheter bortfalla.

### NEDAN FÖLJA NÅGRA UTFÖRLIGA RECEPT. Marinerad hummer i skal, (för 6 pers.).

3 färska humrar.  
Marinad: 3 msk. fin matolja, 1½ msk. vinaigre, ¼ tsk. salt, ½ msk. socker, ½ tsk. senap, 1 knivsudd vitpeppar.

Hummern kokas och behandlas som ovan angivits för bruten hummer. Allt köttet tages försiktigt ur skalet, så att detta blir så helt som möjligt. Köttet skäres i lagom stora bitar. Marinaden blandas väl, hummerbitarna läggas i och vändas försiktigt, så att bitarna bli jämnt marinerade. Efter en halvtimme lägges hummerköttet upp i skalen, och dessa läggs upp vackert på serveringsfatet, så hummern ser hel ut. Garneras med sallad.

### Hummergratin I, (för 6 pers.).

3 kokta humrar, 1 liten burk champinjoner, 2 msk. hackad tryffel, 1 msk. parmesanost eller annan stark riven ost, 1 knivsudd cayenepapper, 3 msk. fint stötta skorpor, 50 gr. smör.

Köttet tages försiktigt ur hummerskalen och skäres i lagom stora bitar. Champinjoner få rinna av, skäras mitt itu och fräsas i litet av smöret samt blandas med hummerbitarna, hackad tryffel och en smula cayenne. Blandningen lägges i hummerskalen. Stötta skorpor blandade med osten strös på, och överst lägges flockar med smör. Skalen placeras på silverfat eller annat gratinfat och sättes in i ugnen att få färg. Serveras mycket varm.

### Hummergratin II.

3 kokta humrar, 50 gr. smör, 50 gr. mjöl, 2½—3 dcl. grädde, 3 äggulor, salt, vitp., socker.

Köttet tages försiktigt ur hummerskalen och skäres i lagom stora bitar. Några särskilt vackra bitar tagas undan till garnering. Smör och mjöl fräsas tillsammans i en kastrull, grädden spädes på litet i sänder, och stuvningen får koka i 10 min.; då tillsätts äggulorna, hummerbitarna och kryddorna. Hummerskalen fyllas med stuvningen, beströs med fint stötta skorpor jämte några smörflockor och sättes in i ugnen, tills rätten fått färg. Hummerhalvorna läggs upp vackert på varmt serveringsfat och garneras med grönt samt några vackra hummerbitar (se bilden).

Marinerad hummer och hummergratin kan serveras i snäckor eller småkastruller i stället för i hummerskalen. Man kan då eventuellt minska något på hummermängden.

### Hummermajonäs med grönsaker, (för 6 pers.).

2 kokta humrar, 1 burk haricots-verts, 1 burk små fina ärter, (1 grönsallad).  
Kokt majonäs: 20 gr. smör, 2½ msk. mjöl, 1 tsk. senap, 2 äggulor, 1½ msk. fin matolja, 1½ msk. vinaigre, 1½ dcl. tjock grädde, ¼ tsk. vitp., 1 dcl. grönsaksspad, 2 tsk. socker.

Till majonäsen fräsas smör och mjöl tillsammans i en kastrull; senap och vitp. tillsättes och spad eller buljong spädes på litet i sänder under flitig omrörning. Stuvningen får koka i 10 min. och passeras. Äggulorna inarbetas medan smeten ännu är varm och sockret blandas i. När smeten är fullkomligt kall tillsättes olja och ättika omväxlande i små portioner, under det massan flitigt arbetas med tråsked. Sist tillsättes den till hårt skum slagna grädden. Hummerköttet tages ur skalet så helt som möjligt, och allt smått lägges för sig. Grönsakerna läggs på sikt att rinna av, och blandas; härav lägges först ett lager på serveringsfatet, majonäs bredes över och så ytterligare ett lager grönsaker jämte alla småbitar och mjukt inkräm av hummern. Resten av majonäsen bredes på, och överst garneras med de hela hummerbitarna. Några ärter, som sparats, strös emellan, och fatet garneras med grönsallad eller garnerings-kål.

Vid all tillagning av hummer bör ihågkommas, att en gång färdigkokt hummer aldrig bör ånyo få koka i onödan. Så t. ex. tillsättes hummern i en stuvning först sedan denna är färdigkokt. Förklaringen till att hummern i en stuvning kännes seg och trädig är just den, att hummern fått koka med stuvningen någon stund.

### VECKANS BJUDNING.

Barnbjudning: (eventuellt "julgransplundring").

Kl. 5 e. m. Choklad med tårta.

Mellan lekar och längdans: Smällkarameller, julgotter, lingondricka.

Kl. 8 e. m. Bredda smörgåsar, mjölk, Blanc-mangé.

Härmed påpekas att barnen ej böra iproppas en mängd godsaker genast t. ex. i form av en massa olika "dopp". De bli då från början så mätta, att de varken förmå leka eller njuta av övriga godsaker. Ge dem alltså endast en god och tillräckligt stor tårta till chokladen. De må bäst av, om de kunna bibehålla aptiten en smula spänstig ända till blanc-mangén.

## NEN:s

### kontrollerade tuberkelfria BARNMJÖLK

å förseglade  
glasflaskor



För återförsäljare:  
Telefoner: 70 41, Norr 70 41

## Billigt kaffe

kan man ännu få genom att vanligt kaffe blandas med god kaffetillsättning, då det blir gott, hälsosamt och drygt.

### VICTORIA-Kaffetillsats

tillverkas av oss sedan mer än 30 år och är den enda kaffetillsättningen i Sverige, som bibehållit sitt goda renommé både före, under och efter kristiden. Gör ett försök. Pris endast 20 öre paketet.

A.-B. Förenade Cikoriefabr., Malmö

## Superb-Senap

erkänd och eftersökt av finsmakare.

Tillverkare:

Apot. W. ALEMAN, Eskilstuna.

Ensambörs. för Sverige:

Konservhandels-Aktiebolaget,

Norrköping.

Finnes till salu i Speceri- & Delikatessaffärer.

## Den omtänksamma Husmodern

vänder sig alltid till

## LUNDA TVÄTTINRÄTTNING

Tel. Drottningholm 20 och 190

## "GEYSIR" och "ARIEL"

anläggningar

utföras, inspekteras och kontrolleras av

AKTIEB. JERNVERKSMAGASIN, MALMÖ.

Telegr. Kockumsjern.

Rt. 526, 816 och 24 04.

Insänd ritningar. Begär förslag.

## Lindgrens Glasmästeri

21 Döbelnsgatan, Stockholm.  
Rikstel. 9213. Norr 167 52.

Insättning av alla sorters glas i alla valörer. Fönsterglas, spegelglas. Omförgyllningar, Bly- och Mässingsinfattningar. Speglar o. tavelramar färdiga. Glasförsäkringar ombesörjas i större solitt bolag. Allt till moderata priser.

## NORMANS

GLAS OCH PORSLIN

billigt.

Hantverkaregat. 32, Odengat. 41,  
Styrmansgat. 11, Stockholm.



Kom ihåg

att

CARL BROSTRÖMS

Attiksprit o. Vinättika

stå högst i kvalitet.



**SÖNDAG. Frukost:** Märgpastejer med stekt svamp; smör eller margarin, bröd, ost, ansjovis; kaffe eller té, vetebröd. — **Middag:** Stekt tjäder med potatiskroketter. Haricots-verts i skarpås. Aprikossufflé med grädde.

**MÅNDAG. Frukost:** Vinga-sill med potatis; smör eller margarin, bröd, ost; kaffe eller té, vetebröd. — **Middag:** Kokt fläskkorv med kokta makaroner och pepparrot. Maizenakräm med saftsås.

**TISDAG. Frukost:** Små köttbullar med potatis; smör eller margarin, bröd, ost; kaffe eller té, vetebröd. — **Middag:** Växtbuljong med ost-petits-choux. Vegetarisk färs med svampsås. Artistkompott.

**ONSDAG. Frukost:** Herrgårdsbiff med potatis; smör eller margarin, bröd, ost; kaffe eller té, vetebröd. — **Middag:** Stuvad gädda med tomatpuré och potatis. Gräddkaka med jordgubbsylt.

**TORSdag. Frukost:** Uppstekt vegetarisk färs i skivor med råkstuvning över; smör eller margarin, bröd, ost; kaffe eller té, vetebröd. — **Middag:** Grön ärtsoppa med ostsmörgåsar. Mannagräns-tårta.

**FREDAG. Frukost:** Bräckt skinka med stekt potatis; smör eller margarin, bröd, ost; kaffe eller té, vetebröd. — **Middag:** Färsk oxbringa med pepparrotssås. Apelsinsoppa.

**LÖRDAG. Frukost:** Jordärtskockslåda. Kallskuret, smör eller margarin, bröd, ost; kaffe eller té, vetebröd. — **Middag:** Rullader av sjötunga med hummerstuvning. Citronkaka.

**Märgpastejer, (för 6 pers.).**

12 pastejformar klädda inuti med ett tunt lager av enkel smördeg. 100 gr. vetebrödsstivor (utan kanter), 1—2 kkp mjölk, 100 gr. tvättad samt i fina tärningar skuten mærg, 2 ägg, vitp., salt, socker.

**Beredning:** Vetebrödsstivorna blötas upp i mjölk samt kokas däri till en tjock gröt. Därefter tillsätts de fint skurna märgtärningarna samt, då massan svalnat, äggen och kryddorna. De med smördeg klädda pastejformarna fyllas till hälften och gräddas i medelvarm ugn och serveras sedan omedelbart.

**Herrgårdsbiff, (för 6 pers.).**  
1 kg. magert fläskkött, 1½—2 kkp mjölk, 1 msk. potatismjöl, ½ tsk. vitp., 1½ tsk. salt.

**Till panering:** 1 ägg, 1 kkp stöta skorpor.

**Till stekning:** 60 gr. smör, kokt vatten, 1 dcl. grädde.

# KLENA BARN

i alla åldrar återvinna snabbt genom en Emulgon-kur hälsa och krafter.

*A-Vitaminernas stora betydelse för kroppens tillväxt är ett vetenskapligt bevisat faktum.*

I Emulgon ingår icke blott fysiologiskt kontrollerad A-vitaminrik fiskolja i konstant och tillräcklig mängd, utan Emulgon innehåller dessutom

Phospho-Energon och Kalk,

tvenne ämnen, vilka i förening med A-vitaminerna äro av utomordentligt stort värde för en svag organism och speciellt för barn.

Lida Edra barn av

**Aptitlöshet**  
**Blodbrist**  
**Skrofler** och  
**Allmän svaghet**

bör Ni utan uppskov låta dem genomgå en Emulgon-kur.

*Emulgon fås på alla apotek i orig. fl. à 200 och 1000 gr.*

**FÖRESTÅNDARE FÖR LABORATORIET: PROFESSOR THOR EKECRANTZ, STOCKHOLM.**



2 msk. av smeten samt gräddas i medelvarm ugn. Varje kakboten lägges platt utbredd, tills den svalnat. Då läggas de på varandra med hallon och äppelmos emellan. Sist garneras med vispad grädde.

*Citronkaka (för 6 pers.).*

2 äggulor, 2 hela ägg, 3 msk. socker, 1 msk. citronrasp, 1 rågad msk. pot.-mjöl.

**Till formen:** Smör, 2 st. skorpor.

Äggvitorna vispas till skum, sedan tillsättes alla äggulorna jämte sockret, varefter smeten vispas kraftigt, 25 min., då iröres försiktigt det rivna citronskalet samt pot.-mjöl. Smeten slås i smörad och brödbeströdd form och gräddas i medelvarm ugn. Serveras omedelbart.

## Kupévagnen.

En gammalmodig historia av *Elin Lörgren.*

Den lilla kuriösa historia jag går att tälja rör sig om ett så pass gammalmodigt åkdon som en kupévagn. Livet självt berättade den för mig i ett par av sina generösa ögonblick.

Det var en höstkval, så mån-ljus, att det såg ut, som om marken var betäckt av snö. Så klart föll mänskenet, att man nästan såg varje detalj i den ståtliga mangårdsbyggnaden, som låg längst i norr på den stora gårdsplanen. Mitt emot åt söder lågo ladugård och stall.

Dörren öppnades, och ut kommo ägaren och hans hustru. Berggren, rättaren, och två smådrängar lyfte på mössorna. De stodo annars och pratade med Mina, gamla kokerskan. Nu stormade småflickorna ut. Hela gården låg i stark spänning.

"Patron, nu hör jag det rulla!" Det var gamla Minas ivriga röst. Hon både hörde och såg före alla andra. Patron brukade skämta: "Ja, Mina måtte då stamma från indianerna."

Alla lyssnade. Riktigt. Längst ner i allén hördes hästramp och hjuls rullande. Det kom hastigt närmare. Nu dansade parhästarna fram under lövvalvet, som, genombrutet av månstrålarna, liknade en stor bit spetstyg med fantastiskt mönster. Nu togo de backen.

Då Mina såg den blytlika farten, varnade hon:

"Gustafsson, Gustafsson, så han han kör! Se upp för 'vattenkomposten'!"

**Till garnering:** 2—3 äpplen.

Fläskkötet ansas, drives tre gånger genom köttkvarn och arbetas väl. Under tiden tillsättes mjölk-liten i sänder, potatismjöl och kryddor. Av färsen formas lagom stora kotletter, vilka paneras och stekas vackert bruna i smör. Kokande vatten tillsättes jämte grädde, och kotletterna få koka några minuter. De läggs upp på varmt serveringsfat, såsen hälls över, och på varje kotlett lägges en matsked av färskt äpple, som skurits i mycket små tärningar.

**Stuvad gädda med tomatpuré, (för 6 pers.).**

1½ kg. gädda, ättika, salt, vatten, 50 gr. smör eller margarin, 4 msk. mjöl, fiskspad, 1 dcl. gräddmjölk, 1—2 msk. tomatpuré, salt, socker, (1 msk. hackad persilja).

Gäddan flås, tages ut i filéer och skäres i lagom stora bitar för servering. Fisken gnides in med salt och ättika och får ligga en stund samt kokas sedan mjuk i litet vatten (c:a 10 min.). Fiskbitarna tagas upp med hälslev och

läggas upp på varmt serveringsfat. Smör och mjöl fräsas tillsammans i en kastrull, fiskspad och gräddmjölk spådes på litet i sänder till en lagom tjock stuvning, som får koka i 10 min. Tomatpurén jämte kryddor tillsätts och stuvningen hälls över fisken på fatet, och rätten garneras med persilja.

**Mannagräns-tårta, (för 6 pers.).**  
3 ägg, 200 gr. socker, 200 gr. mannagrön.

**Till stekning:** 40 gr. smör.  
**Till fyllning:** ½ kkp hallonsylt, ½ kkp äppelmos.

**Till garnering:** 2 dcl. tjock grädde.

**Beredning:** Äggen vispas med sockret till skum varefter mannagrönen tillsätts. En pannkagslagg uppvärms långsamt, smörjes med smör och belägges med



## Rheumatism

Vid denna åkomma får Ni en behaglig lindring genom att använda

## THERMOGÈNE

Thermogène alstrar mild värme, samtidigt som den underlättar blodomloppet och fördrivar orsaken till rheumatism — urinsyran. Thermogène är också ett verksamt medel vid hosta, snuva, influensa, ryggsnitt, inflammation i hals och strupe etc.

Fås i alla apotek, färg-, kemikalie- och sjukvårdsaffärer i förseglade originalförpackningar försedda med tillverkarens nedanstående signatur.

Kr. 1.25 pr paket.

*Faustsen & Co*

Sen



## IDROTTSDAMER!

För vilken vintersport Ni än må bedriva finner Ni verkligt ändamålsenliga sportdräkter i tr. upp i Nordiska Kompaniet. Vidstående är en modell, som förenar ett fullt modernt snitt med praktisk användbarhet (se veckanordningen å kjolen). Olika mönster och färger ..... **Kr. 95:—**



A.-B. NORDISKA KOMPANIET

En trappa.

**Nyutkommen:**

## Singer Märkbok

Utarbetad av tekningslärarinnan vid Stockholms  
Folkskolor Elsa Ullman. Förord av Hilda Selander.  
En trevligt uppställd, praktisk märkbok. 40 sidor.

Pris endast  
**Kr. 1:50.**

**Förut utkomna:**

## Singer Hålsömshäfte

286 mönster till skånsk hålsöm.

Pris **Kr. 2:—.**

## Singer Mönsterbok

för llnnesömnad.

Pris **Kr. 2:75.**

De tre häftena tillsammans à **Kronor 6:—** portofritt.

**Tillhandahållas i varje Singerdepot.**





## Så fin din hy är!

Ungdomens friskhet och mjukhet återvänder som genom ett trollslag — och där ungdomen redan vill fly hålles den kvar med Khasana-hudcrème.

Denna mjuka fina crème tillsatt med förtjusande Khasana-parfym absorberas fullkomligt av huden och är natt och dag hudens bästa skydd. Därtill särdeles lämplig att använda före pudringen.

DR. M. ALBERSHEIM  
Frankfurt am Main

Fabrik för finare parfym

Parfym	Härvatten
Puder	Toilettvatten
Fickpuder	Eau de Cologne
Puderpapper	Brillantint
Talkpuder	Tvål
	Badsalt

Den som med omsorg vill sköta sina naglar använder Dr. Albersheim's Darupan medel för nagelvård.

Hudcrème

# KHASANA

oförgänglig doft

Aktiebolaget Bernhard Maring, Stockholm I. — Telefoner: 109 68, Norr 240 80.

Men Gustafsson satt trygg och säker och om möjligt stoltare än vanligt, den rätta typen för de där gamla kuskarna, som in i det sista föraktade "antemobilerna", som Gustafsson uttryckte sig.

Han svängde elegant in på gården med den nya kupévagnen, som han nyss avhämtat från tåget.

I nästa ögonblick hade dörren öppnats till vagnen. Av vem? Det visste ingen. Men småflickorna hoppade in, snabba som ett par kattungar, och drogo igen dörren. De sjönko ner bekvämt och lutade sig mot dynorna, stoppade i ljusaste grått. De försökte se ut som stort folk och prövade sin hållning ganska belåtet i speglarna.

"Jag är en prinsessa och reser till mitt slott", sade Lillan.

Var slottet var beläget, hade hon väl knappast kunnat förtälja. Att hon var prinsessa, det visste hon desto säkrare. Kallade inte fadern henne alltid Prinsessan Trut?

"Och jag är med min kammarjungfru till teatern. Jag skall 'deputera' i kväll", sade nioårningen och såg både energisk och drömmande ut.

Lillan tänkte fråga något om "Röda stugan", men i detsamma

brusto de i skratt, ty de upptäckte "Violöga", som tittade in på dem genom kupéns fönster. De drogo skyndsamt och skämskt för de små gula sidengardinerna. I nästa ögonblick veko de undan dem och tryckte sina små röda läppar mot det tjocka glaset för att kyssa sitt älskade "Stjärnöga". Modern log mot dem med sina vackra ögon. Säg, gjorde hon inte innerligen rätt för de smeknamn barnen funnit på?

Då öppnade fadern vagnsdörren för att se det inre. Barnen hoppade ut, hängde sig fast vid Minas arm och följde med in i köket.

Kusken spände ifrån, sedan det bestämts, att vagnen skulle stå kvar på gården under natten. Yngsta lilldrängen strök för sista men väl tjugonde gången över vagnens blanka ytor. Han var son till en målare, och det låg honom i blodet och fingrarna att glädjas åt allt som var blankpolerat. Så försvann också han.

Sedan stod kupén ensam och blänkta i månens vita strålar, ty stora ingångsdörren hade nyss fallit i lås efter husets herre och fru.

Mycket återstod ej sedan av kvällen. Det, som återstod, svann

fort. Snart var allt tyst. Endast i hallen lyste ännu ljus. En tidning prasslade. Ett blad vändes i en bok. Plötsligt såg mannen upp. Hans blick vilade på hustrun. Efter ett ögonblick sade hon med ett litet skratt:

"Jag förstår vad du vill. Ja, jag går gärna med dig."

Under det han hjälpte henne på med kappan, stod hon och log. Hon log och tänkte på mannen.

A-D FÖRENADE  
**PIANO & ORGEL**  
FABRIKER  
GÖTEBORG

Våra svenska instrument äro bäst och i förhållande till kvaliteten billigast

MALMSJÖ-BILLBERG  
ÖSTLIND & ALMQUIST  
GUSTAFSON & LJUNGGQVIST  
RÄLIN  
GÄVLE ORGEL- & PIANOF.

Så snart det hade kommit något nytt till gården, var han alltid som en pojke på julafton. Den nya julklassen unnar honom ingen ro.

De gingo runt vagnen ett slag, öppnade och slog sig ner.

Hon smög sig intill honom:

"Hör du, det här är alldeles för fint åt oss. Jag kan inte förstå, när vi skola inviga den."

Hon strök med handen över det mjuka tyget, som nästan stötte i vitt.

"Det är alldeles för fint", upprepade hon, och det kom vemod i rösten.

"Åh du, i den skulle vi ha rest till vårt bröllop", skämtade han. Men hans blick fick ett stänk av allvar, då han tänkte på hur litet han hade haft att bjuda henne den gången.

Just då föll en lång skugga över gården. Den rörde sig mot huset. En man visade sig i månnskenet. Han gick hastigt uppför kökstrappan. Han tog i låset ett par gånger, så knackade han.

"Stackare, han tycks tro, att det är lika lätt för en tiggare som för en älskare att bli insläppt så här dags!"

Hustrun hörde knappast infallet. Hon var redan på väg mot främlingen. Hon talade med honom, och sedan sade hon till sin man, som nu kom fram till dem.

"Vänta här, så går jag runt och öppnar. Den här mannen är alldeles uthungrad. Jag skall ställa i ordning mat."

Hennes man såg efter henne, där hon nästan dansade bort i månnskenet. Han tänkte på den rike Nicolas Nerli och rågrödsbullarna och sade för sig själv:

"Vad den helige Mikael en gång skall bli nöjd med henne, när han ser, hur djupt hennes barmhärtighet mot de fattiga sänker de goda gärningarnas skäl!"

En nyckel vreds om. Det stora köket lystes upp, och den fattige vandrararen mätades av ivriga händer.

Så steg han upp, räckte fram sin hand och tackade först herrn, sedan frun. Hustrun gav sin man ett förstulet ögonkast. Jo, hon såg, att också han hade lagt märke till den vita, mjuka handen. Istället för att gripas av obehag fylldes deras hjärtan av än djupare medkänsla. Men de sågo rådvilla på varandra, när vandrararen frågade, om herrskapet kunde ge honom husrum över natten. Mannen tog upp pengar.

Främlingen förstod, och under det han tummade på sin mössa, framstötte han:

"Nej, så här dags kommer man inte in någonstans. Och nog finns det väl så pass som liggplats på en loge."

Åter sågo mannen och hustrun på varandra, och hos båda uppstodo samma tankar. De tänkte på de stora logarna, fyllda med doftande hö, de mindes eldsvådan på Sjöberga och tyckte sig åter höra rättarens ord:

"Ja, där ser herrskapet. Både djur och skörd ha strukit åt för en landstrykares skull. Så herrskapet får allt sluta upp med de där nattgästerna. Det säger Gustafsson också."

Då fick hustrun en idé. Hon drog sin man bort mot skänkrummet och viskade: "Kupévagnen!"

Mannen såg på henne. Vad menade hon?

Hustrun blev ivrig: "Han får sova i kupén, förstår du."

Rädd att behöva lyssna till några betänkannden, fortsatte hon ännu ivrigare:

"Vi kunna icke gå till sängs och veta, att han strövar omkring i natten."

Hon försvann genom en dörr, men var strax tillbaka med en tjock filt. Hon besegrade sin man med en blick, full av godhet och beslutsamhet.



**Marknadens mest mångsidiga hushålls-tvål.**

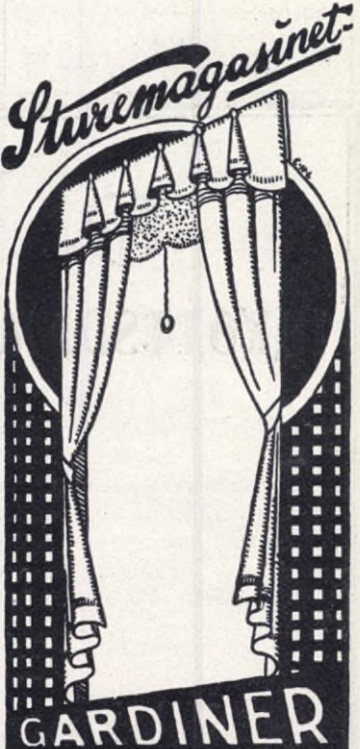
God handtvål, lämplig kökstvål, synnerligen fördelaktig till tvättning av sammet-, siden och crepe de chine-blusar och klädningar, ensamstående för uttagning av fläckar, för rengöring av sammetskragar samt sedan ett 30-tal år tillbaka beprövad såsom den för stärktvätt lämpligaste tvålen.

Pris för hel stång:  
**Kr. 1:20**  
avdelad bit  
**30 öre.**

Endast Barnängens Aseptintvål garanterar Eder dessa egenskaper.

Tyst låstes köksdörren upp, och de gingo över den vita gården. Hustrun öppnade kupén, ordnade med filten och bad vandrararen stiga in. När hon såg hur han försiktigt och nästan skamsat kröp ihop i ett hörn, sade hon med ett uppmuntrande leende: "Och sov nu riktigt gott!"

"Ja, och giv Er icke iväg imor-



i alla tänkbara kvalitéer billigt från STUREMAGASINET, Stureplan 15, Stockholm. Prover sändes på begäran.

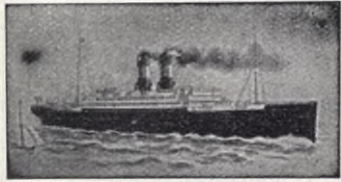


## Tag bort värken!

Värkande, styva muskler och reumatism följer ständigt förkylning om ej Sloan's Liniment användes i tid. Stryk ymnigt på leder och muskler — det intränger i huden utan gnidning. Försök det!  
Fås på alla Apotek.



# SLOAN'S LINIMENT



Direkt Linie till Amerika.  
**Skandinavien-Amerika Linien**  
Skeppsbron 16, Stockholm.  
Tel. adr. Transatlantic. Tel. 7890.

**SVENSKA  
TRYCKERI-  
AKTIEBOLAGET**  
STOCKHOLM

Huvudaffären: Klara bergsg. 54  
Filiäl: Riddaregatan 17  
Tel.: 2123, 4061  
Telefoner: 72565  
N. 93, N. 993

Utför alla slags  
**Bok-, Tidnings-,  
Illustrations- och  
Accidenstryck**

**KALMAR — KALMAR LÄNS TIDNING**  
är ett utmärkt annonsorgan.

**Rottingstolar iflätas.**  
Hantverkshemmet för blinda kvinnor.  
Klara Ö. Kyrkog. 3, Sthlm. Tel. 133 71.

**LÄMPLIG  
PRESENT**

Carl Larssons praktverk

**"SVENSKA KVINNAN  
GENOM SEKLEN"**

10 FÄRGTRYCKSPANSCHER

Inbunden med av konstnä-  
ren komponerad pärm.

**Kr. 5:—**

Portofritt mot insänd likvid  
i postanvisning.

**IDUNS EXPEDITION  
STOCKHOLM**

**Evan  
Williams**

Bibehåller håret ung-  
domligt. Finnes hos  
alla frisörer och i  
parfymaffärer.

**Henna Shampoo**

**Herrar Annonser!**

Vill Ni träffa Fryksdalens och  
Norra Värmlands talrika och  
burgna befolkning bör Ni an-  
nonsera i

**Sunne-Tidningen  
Fryksdals-Posten**

vilken på grund av sin stora  
och jämna spridning är or-  
tens förnämsta annonsorgan.  
Införda offert från Sunne-  
Tidningen Fryksdals-Postens  
exp., Sunne, Tel. 256.

**VÄRMLÄNDINGAR och FRYKS-  
DALINGAR!** Stifta bekantskap med  
den pigga och vakna Sunne-Tidningen  
Fryksdals-Posten, som utkommer 3  
gångar i veckan. Modernt format och  
trevligt innehåll.



**Almenta**

Verksamt, kraftigt stärkande  
och med bästa resultat givna  
specialmedlet allt återvinna  
lunghälsa vid lungdot. In-  
griper radikalt förbättrande  
på kroppens näringsstillstånd  
genom sin allmänt stimule-  
rande verkan.

Pris kr. 3:55 pr originalförpackning.

Boken om **75 e tusendet,**  
Almenta, = sändes gratis.

**Fru HEDVIG LINDHOLM,**  
Upplandsg. 68—149, Stockholm.

Den betydande tillförseln av hälsogi-  
vande vitaminer genom Almenta är i  
första hand vad som erfordras just vid  
tuberkulos, infektioner, engelska sjukan  
(rakitis) och i uppväxtåldern hos barn.

**Tvätt och Strykning**

emottages. Gardiner tvättas, spänns  
och stryks. Tvättcentralen, Tunnelgatan  
17, Sthlm. Tel. 22 59. Norr 1 17.

**Piska**

och Renovera MATTORNA  
vid Saltsjöbadens Kem. Tvätt.

**Filtar och Schalar**

absolut största sortering och billigaste  
priser i Arvika Spinneri Affär, Oxtorgs-  
gatan 9 A, Stockholm. Tel. 163.

gon, förrän vi ha fått tala med  
varandra", tillade hennes man och  
fattade än en gång den valkfria  
hand, som röjde främlingens dy-  
stra hemlighet.

Sedan gingo de bort över går-  
den. Vandraren storrade efter  
dem med en blick, där plötsligt  
en liten strimma av hopp bröt  
fram genom slöheten. Han stirrade  
efter dem, men han hörde ej  
hennes lyckliga viskning:

"Gudskelov att vi hade vagnen!  
Och bättre hade vi då aldrig kun-  
nat inviga den. Tack — —"

Han tog detta tack för vad det  
var: Ett tack för att han hjälpt  
henne att tända hoppet hos en av  
samballets brännmärkta: den frigivne  
fängen.

Strax innan de somnade, drogo  
emellertid Gustafsson och Berg-  
gren förbi deras blickar. Men de  
jagade bort dem. De passade ej i  
den månlysa natten med det  
barmhärtiga äventyret. När det  
blev solljus och klar dag, skulle  
de nog tappert möta såväl deras  
löje som deras varnande röst.

## LÄSARINNORNAS SPALT

Vad skall jag ta mig till?

Finnes någon bland Iduns män-  
ga ärade läsarinor, som skulle  
vilja giva mig några goda råd,  
vore jag innerligt tacksam. Jag  
är en ung fru, bosatt på landet i  
i en mycket tråkig trakt där jag  
varken har släktingar eller vänner  
i närheten. Jag saknar totalt allt  
umgänge. Jag är av naturen glad  
och förnöjsam, men trots detta  
har jag på sista tiden börjat kän-  
na mig så ensam och övergiven  
och gammal i förtid. Min man är  
nämligen mycket upptagen av sitt  
arbete och ofta borta. Då går jag  
aldeles ensam och har tråkigt  
och vantrivs. Har tänkt taga  
emot några inackorderingar, hus-  
hållselever e. dl. Men det vill ej  
min man. Då han är hemma ty-  
cker han ej om att ha främmande  
omkring sig. Jag däremot älskar  
att se folk omkring mig och göra  
det trevligt för dem. Jag är näm-  
ligen mycket huslig, tycker om att  
laga god mat, baka, duka vackra  
middagsbord, ordna blommor och  
dekorera, har medfödda anlag för  
det. Jag är ej alls en modern ung  
kvinna utan mera i stil med "när-  
mormor var ung". På den tiden  
skulle jag velat leva, då det rådde  
ett gemytligt umgängesliv på lan-  
det, då man ställde till med kalas  
och folk kom långa vägar ifrån.  
Då man dansade, spelade och  
sjöng, ställde till med sällskaps-  
spektakel o. s. v.

Nu däremot är jag uteslutande  
hänvisad till mitt eget sällskap.  
Jag är precis, som en fånge fast  
jag ej är inlåst. Jag har ingenting  
att göra hela dagarna, har en  
jungfru som sköter grovgöromå-  
len, det andra stökar jag snart un-  
dan då jag är rask av mig. Men  
sedan hela dagen, en och annan  
tidning, en bok och mina handar-  
beten det är allt, inte mycket för  
en av verksamhetsbegär brinnan-  
de kvinna, ung, frisk och stark  
(tyvärr). Jag tröttnar på det, kän-  
ner mig så onödig i denna värld,  
ej till nytta eller gagn för någon.  
Kära Iduns läsarinor vad skall  
jag kunna ta mig till, för att ej  
duka under av "pur tråkighet".  
Föreslå något intressant arbete.  
Jag är händig med litet av varje.  
Det behövs ej vara något att för-  
tjäna på, då det endast gäller att  
få tiden att gå, att få något, som  
kan fånga mitt intresse och i nå-  
gon mån förströ mig och skingra  
ensamhetskänslan.

En ensam ung kvinna.

ELKÖJNS

Idun



**MED OBETYDLIGT ARBETE**  
få linoleummattor, bonade möbler och golv  
en varaktig och vacker glans, då de bonas med

**GAHNS BONVAX.**  
Absolut fritt från frätande  
eller eljest skadliga ämnen.

NAMNET GAHNS  
ÄR EN GARANTI FÖR  
FÖRSTKLASSIGT FABRIKAT.

TILLVERKARE:  
HENRIK GAHNS AKTIEBOLAG, UPSALA  
KUNGL. HOVLEVERANTÖR.

**Nerkingar på skilda orter!**

Kom ihåg att

**Nerikes Allehanda**

är Örebro stads och läns äldsta och  
mest kända tidning. Pigg och vaken,  
meddelar den snabbt sina läsare vad  
som händer och sker i hemorten och  
i hela vida världen. Rikhaltigt och  
värdefullt textinnehåll. Ortens för-  
nämsta annonsorgan.

Prenumerera snarast för 1925 på  
**Nerikes Allehanda!**



**Sanokapslar**

äro för nervöst disponerade och svaga personer  
ett verkligt livselixir, som på kort tid återupp-  
rättar nervsystemet, alstrar energi, hälsa och lev-  
nadsmod. Undanröjer överansträngningar, miss-  
mod och sömnlöshet. För kroppsligt svaga,  
liksom för alla personer i övergångsåren medför  
intagandet av 1 Sanokapsel dagligen de mest  
angenäma och välgörande, bestående verkningar.  
Anbefallas av läkare. Finnas å alla apotek och  
kemikalieaffärer i askar å kr. 2.25 och 4.25.

**Försök en SANOKUR!**

**DEN känslan övergår alla andra.**





# Gratis

## till alla!

### Victor Hugos skrifter om 4,000 sidor!

## ? Huru erhålles ? gratis-böckerna ?

För att erhålla gratisböckerna fordras således icke att Ni skall göra några inköp hos oss. Det enda vi begära är att Ni vid mottagandet av gratisböckerna visar den för Edra vänner och bekanta, så att de komma i tillfälle att se våra vackra och smakfulla böcker som vårt förlag framställer.

### PRESENT-SEDEL

till  
SVENSKA FÖRLAGSHUSET  
MALMÖ

Undertecknad önskar gratis erhålla Victor Hugos skrifter om 4,000 sidor.

Namn: .....

Bostad: .....

Postadress: .....

Idun.

## VICTOR HUGO

har med dessa verk visat sig som en av världslitteraturens förnämsta romanförfattare och vi äro övertygade om att vår idé att utsända dessa förträffliga romaner i ny och elegant utstyrelse skall bliva mottagen med glädje i alla samhällsklasser från slott till koja.

### En god bok är den bästa vän

under de långa vinterkvällarna. Då vi nu erbjuda Eder världens största författares intressantaste och bäst skrivna böcker fullständigt gratis, bör Ni i ert eget intresse strax insända vidstående Presentsedel.

## BOKNYTT

*Kampen om Amon*, roman från Tutanch-Amons och hans företrädarens tid av Ivan T. Aminoff, har nu utkommit på Hugo Gebers Förlag. "Kampen om Amon" har värde ej blott som angenäm nöjesläsning utan ger även ett stycke kulturhistoria från Tutanch-Amons tidevarv med dess sällsamma karaktär, blod- och jäsningensperioder inom världens äldsta kulturcentrum.

*Potterism* är det lite mystiska, men utmärkte namnet på en engelsk bok, som i sitt hemland väckt oerhört uppseende och som nu föreligger i svensk översättning från Skoglunds förlag. Författarinnan heter *Rose Mc Coley*.

Potterism behandlar engelska förhållanden, men världen är sig

tämligen lik överallt och potterismen hittar man i alla länder. Potterism har fått sitt namn av bokens huvudpersoner, som tillhöra familjen Potter, och betyder närmast något som brackighet på svenska. Det är en bok, som det sprakar och gnistrar om och man undrar icke på att engelsmännen spärrade upp ögonen. Författarinnan är icke rädd av sig. Med skärpa, humor och humor går hon till anfall mot sentimentaliteten, fraserna, ytligheten och ockrandet på massans oreflekterade smak och naivitet. Potteristerna äro de som armbåga sig fram i livet med humbugens alla vapen. Och mot dem kämpa de få antipotteristerna förgäves för sanning, klarhet, vederhäftighet och sinnenas nykterhet. Fraserna och kompromisserna segra, potteristerna skola besitta världen

Handlingen är förlagd till London, under och närmast efter kriget, och man förs rätt in i den stora virveln av händelser och tankar, framför allt inom tidsningsvärlden. Själva är författarinnan nog potteristisk, skulle man kunna säga, att väva handlingen kring en kärlekshistoria, men den är både fyndigt och väl tillrättalagd och bidrager i hög grad till potterismens karaktäristik, så den är ursäktad.

Det vore synd om Potterism skulle drunkna i den stora floden av översättningsböcker på den svenska bokdisken. Den har något att säga och lära en potteristisk mänsklighet — den som är utan potterism, stige upp och anmäl sig! — och gör det på ett rapt, frimodigt och uppfriskande sätt.

*Dockskåpet*, en samling av den unga engelska författarinnan *Katherine Mansfields* sista arbeten har kommit ut på Skoglunds förlag. *Katherine Mansfield* har nått stor popularitet, vilket är så mycket mera märkligt och glädjande som hon icke kan sägas höra till de lättillgängligaste. Hon är en kräsen konstnär, hennes små noveller och sketcher ur livet, så enkla och naturliga, ha något av orkidéens spröda och stolta väsen i sin utformning.

Med vemodsblandad glädje tar man emot denna bok av *Katherine Mansfield* — döden bröt hen-

ne innan hon ännu tagit steget fullt ut i litteraturens värld, där hon hade en så lysande framtid. Dockskåpet har i likhet med *Katherine Mansfields* föregående böcker översatts till svenska av *Märtha Lindquist*, som även skrivit företal. Att översätta *Katherine Mansfield* är en svår uppgift, men fröken Lindquist är en smidig och van översättarinna, som dessutom har den varma känslan och förståelsen för *Katherine Mansfields* konstnärsskap.

*Sällsapsresa till Södern*. Två lockande sällsapsresor starta från Stockholm den 5 febr. under lic. A. Forsvalls utmärkte ledarskap. Resorna börja som en resa till Paris, Rivieran och Italiens intressantaste städer, men sedan

kunna de som vilja fortsätta till Nordafrika. Den kortare resan tar 25 dagar och kostar 790 kr., den längre 40 dagar till ett pris av 1,285 kr. Båda kunna både i vad pris och kvalitet beträffa rekommenderas.

## Vad man tycker om Iduns Kokbok i Amerika.

Ett svenskt hembiträde, som sedan flera år vistats i en amerikansk familj i Durham, Californien, skriver därifrån till Idun:

Tack för den utmärkte kokboken från vilken så många goda rätter ha blivit lagade och beundrade av min amerikanska "lady".

## Sydsvenska Banken

Ställning den 31 december 1924.

Tillgångar:		Skulder:	
Kassabehållning .....	6,361,504: 13	Aktiekapital .....	34,000,000: —
Obligationer .....	7,953,302: 50	Depositions- och kapitalräkningar .....	70,578,701: 59
Fastigheter .....	6,820,795: —	Sparkasseräkning .....	41,325,744: 29
Inventarier .....	100: —	Giro- o. löpande räkn. ....	25,315,433: 88
Låneräkning .....	83,514,840: 74	Postremissväxelräkning .....	5,279,407: 24
Växlar .....	34,538,030: 47	Inhemiska banker .....	7,070,115: 53
Kreditiv- och löpande räkningar .....	25,226,796: 25	Utländska banker .....	2,786,717: 07
Inhemiska banker .....	425,266: 65	Andra räkningar .....	11,203,345: 07
Utländska banker .....	4,901,423: 10		
Andra räkningar .....	27,817,405: 83		
	Kr. 197,559,464: 67		Kr. 197,559,464: 67

## SKÅNSKA DAGBLADET MALMÖ

med söndagsbilagan "HEMMET"

Svenska landsortens mest spridda dagliga tidning. Effektivaste annonsorgan för stad och land. När dagligen 60,000 sydsvenska hem.



## LEDIGA PLATSER

### Ung flicka,

elementarbildad, från bättre hem, önskar plats i familj att som husmoders hjälp deltaga i alla i ett hem förekommande göromål. Är även villig läsa med barn om så önskas. Något sykkning, arbetsam. Svar till "22 år", Iduns exp., f. v. b.

### Vilken bättre flicka

vill åtaga sig platsen som ensamjungfru i Kalmar? Naturskönt belägen villa med centraluppvärmning och alla bekvämligheter. Eget rum. Lön 30 å 40 kr. pr månad.

Endast absolut frisk, arbetsam, gladlynt flicka, som är fullt kunnig i matlagning och bakning önskas.

Svar med foto samt uppgift om ålder och föregående platser till "1 Februari 1925", Iduns exp., f. v. b.

## Frielever

i Gobelinvävnad emottages hos Amelie Fjæstad, Arvika, Racksta.

## Stadgad barnsköterska

(ej under 25 år) och utexaminerad från Hvita Korset, erhåller genast längre engagemang att sköta spädbarn, som skall uppfodas med flaska. Ansökan med betyg och foto emottages under sign. "Grevlig familj, Danmark", adr. Annonsbyrå Hugo Krantz, Malmö, f. v. b.

Plats- annonserna i Värmlands enda dagliga tidning Wermlands-Tidningen läsas dagligen av över 60.000 värmländingar. Huvudkontor: Karlstad. Grundl. 1836.

## PLATSSÖKANDE

### Mot fritt vivre eller inackorderingsavgift!

För att få förkovra sig i det svenska språket önskar bildad tyska, 31 år, till 1 april eller senare plats i ett läkarehushåll eller sanatorium för att hjälpa i praktisk och hushåll. Sökande är frisk och sund, arbetsam, musik., erf. i stora stads- och lanthushåll, sjukvård och hjälp hos läkaren. Bästa betyg och referenser finnas. Svar till "I. I.", Schleswig, Herrenstall 21, Tyskland."

## Disp. folkskollärarinna

med goda betyg och som stud. skolor utlandet önskar plats snarast möjligt att undervisa barn el. annan sysselsättning till plats i folkskola yppar sig. Svar med lönuppg. m. m. till "Intreserad 1925", Iduns exp., f. v. b.

## Två unga bildade flickor

önska plats som husmors hjälp. Den ena ev. som guvernant. Svar till "Två göteborgskor", H. T. Centralen, Göteborg.

Finnes någon, helst

## Läkarefamilj

uppåt landet, där en välfostrad Smålandstös i 20-årsåldern — mot fritt vivre — kan få plats som hembiträde för några månader framåt. Svar till "Arbetsam och pålitlig", Iduns exp.

## Som väverska

på hemslöjd eller i familj önskar bättre flicka plats. Är kunnig i sömnad och alla slags handarbeten. Tacksam för svar till "Smålandska, snäll och enkel", Iduns exp., f. v. b.

Plats önskas som

## husföreståndarinna

eller att förestå ett skolhushåll, av 30-års flicka. Något kunnig i sömnad och handarbete. Svar till "Skånska", Iduns exp., Stockholm f. v. b.

## Gymnastikdirektör

önskar mot fritt vivre, plats i familj för att ge massage samt hjälpa till med husliga sysslor. Svar till "Centralist 22", Iduns exp., f. v. b.

## Ung flicka

i 20-årsåldern önskar komma till gott, bildad hem på landet att vara husmoders behjälplig med förekommande sysslor. Någon lön önskvärd. Svar märkt "Våren 1925", Iduns exp., f. v. b.

## Å prästgård eller herrgård

söker ung skånska plats som husmors sällskap och hjälp vid vården av barn (ej under 4 år). Svar märkt "Helst Dalarna", Iduns exp., f. v. b.

# Atelier Record, Borås,

expedierar Babyutstyrar lämpligaste modeller (av läkare förordade). Prima materiel. Omsorgsfullt arbete. Provsatser i prisläge 7-9-12-15 kr. Prislista noga angivande kvalitet och storlek sändes franco från ATELIER RECORD, BORÅS.

## Porslins- och Sidenmålning, Gyllenläder, Läderplastik.

Porslin, Färger, Bränning och beställn. emottagas. Individuell undervisning. Tel. N. 13062. Nordberg och Petersons Målar-skola, Smålandsgatan 38, Stockholm.

## Systrarna E. Nilssons Sömnadsskola

Jungfrugatan 5, Stockholm.

Dag- och aftonkurser i Kläd- och Linnesömnad börja åter den 15 jan. Tel. Ö. 30 17. Prospekt på begäran.

## GÖTEBORGS NYA HUSMODERSSKOLA

Södra Allégatan 2 A. Rikstelefon 10624. HUSMODERSKURS på en termin börjar den 29 jan., grundlig teoretisk och praktisk undervisning i enklare och finare matlagning, bakning, dukning m. m. Linnesömnad, hälso- och födoämneslära. Barnavård (valfritt). Prospekt och upplysningar på begäran.

## Hälsingborgs Husmodersskola,

Villa Stjärneborg.

Vårterminen börjar den 29 jan. 1925. HUSMODERSKURS för flickor med högre skolbildning, 4 mån. Undervisning i enklare och finare matlagning, bakning, m. m., linnesöm, födoämneslära och hälsolära. SPECIALKURS i matlagning, 2 mån. Prospekt och närmare upplysningar på begäran. ASTRID GARDMAN. TERESA KJELLBERG. F. d. lärarinnor vid Fackskolan för Huslig Ekonomi, Upsala.

## Vid Vartorps Husmodersskola

börjas nästa kurs för bildade unga flickor d. 29 jan. 1925. Skolan är belägen i vackra trakt å Smålandska höglandet. (Wäxjö närmaste stad.) Prospekt och upplysningar på begäran. EMY RAPPE. AMELIE CARLSTEDT. F. d. lärarinnor vid Fackskolan för Huslig Ekonomi, Upsala. Adr. Vartorp, Rottne.

## Unga mödrar,

vilka önska återvinna form och spänstighet, behagade förtroendefullt hänvända sig till mig. Kurbehandling fr. 20:— pr vecka.

CLARA SMITT-DRYSELIOUS legitimerad av K. Medicinalstyrelsen. Badläkare. Kungsgatan 17, Stockholm. Rådfr. 2-3 e. m. Norr 29718.

## Elektro-Medicol

Kungsgatan 13. N. 244 65. Förnämligaste Fysikaliska Bad-Kuranstalten i Stockholm. Moderna elektriska behandlingsmetoder. Avmagringskurser. Systemet garanteras effektivt och absolut utan konkurrens i Sverige.

## Gratis!

Fotografier (en min.) för bedömande av normal eller missbildad fot. Allt för fötterna och deras vård. Utprovas av specialist.

Sjukvårdsmagasinet "SUPERBE", Jakobsbergsgatan 6, STOCKHOLM.

## Sandviks Hushållskurs

1 Februari—31 Maj. Kursen kan delas. Prospekt mot porto. Överstinnan A. Hyltén-Cavallius, f. Frick, Sandvik, Smål. Burseryd.

## Mattis Kosacks Skola

Arsenalsgatan 14, Stockholm. Tel. N. 26457. Sömnad. Handarbeten. Målning.

## I präst- eller lärarfamilj

nära Stockholm, som kan åtaga sig handleda yngre dam i bildningshänseende (ej hushållsärende) önskas uppehåll cirka 3 mån. Svar m. prisuppgift till "X. 1925", Iduns exp., f. v. b.

## Till kompanjon

för uppsättande av modern, vinstgivande hönsgrädd önskas praktisk dam. Lämpligt område innehas. Ref. önskas och lämnas. Svar till Fröken Beckman, Kyrkogårdsg. 38, Örebro.

Svält ej Edra krukväxter. De leva ej endast av vatten. Giv dem Plantagen, ett på vetenskaplig grund sammansatt konc. växt-närings salt. Erhålles på blockburkar hos Frö-, Färg- och Kemikaliehandlare. Begär originalförpackning.

## Medelålders bildad fru

önskar plats eller vikariat som hjälp och sällskap i mindre hem eller till ensam dam. (Stockholm helst.) Svar t. "Mor", Iduns exp., f. v. b.

Stockholms Sjuksköterskeförening STJERNGATAN 5  
Utönder värelse.  
Sjuksköterskor.  
Vasa 8 26 - N 236 72



## Elsa Philips Husmodersskola, Stockholm, Karlavägen 25 (f. d. 1 A),

börjar sin 34:de kurs för bildade unga flickor den 28 jan. 1925. Undervisning i enklare och finare matlagning, bakning, konservering och inläggningar av bär, frukt, grönsaker och kött; vegetarisk matlagning, sjukmatlagning, oppköp, födoämneslära, hushålls ekonomi m. m. Olika kurser. Exam. lärarinnor. Förbereder inträde till lärarinnekurser i huslig ekonomi. Prosp., ref. och närmare upplysningar på begäran. ELSA PHILIP, STOCKHOLM. Tel. Öst. 13 10.

## Vid Skogsbo Hushållsskola, Leksand,

börjar ny kurs 1 febr. 1925. Undervisning meddelas i finare och enklare matlagning, även vegetarisk, linne- och klädsömnad samt främmande språk. Lämplig förberedande kurs för blivande skolkökslärarinnor. Prosp. och ref. lämnas av

GERTRUD WALIN, Leksand tel. 193.

SIGNE PHILIP, adr. till 20 jan. Karlavägen 25. Tel. Öst. 1310, Sthlm.

## Trädgårdskurs

för kvinnliga elever vid

## Torshäll, Leksand,

1 apr.—31 okt. — 18:e kursen. Extra elever även på kortare tid. Vegetarisk kost. Ref., prospekt och vidare upplysningar på begäran. Riks 194. LILLIE LANDGREN.

## Örebro Fröbel-Seminarium.

Utbildning för Barnträdgårdar, Hem, Barnhem, Barnkrubbor och dylika anstalter för barn.

Platser förmedlas genom Seminariet. Vårterminen tager sin början den 30 Jan. 1925. Prospekt och upplysningar genom föreståndarinnan. MARIA KJELLMARK, Föreståndarinna, Örebro. Riks 202.

## Strengnäs Husmodersskola.

Husmoderskurs 20 jan.—20 maj. Förbered. skolkökslärarinnekurs 4 febr.—20 maj. Grundlig undervisning. Gott hem. Prospekt och ref. gen. fru M. Braune, Strängnäs.

## Den praktiska kursen för unga flickor å Caroline Wijks Sjuksköterskehem,

Vasa Kyrkogata 5, GÖTEBORG

börjar som vanligt 1:sta februari. Fullständigt prospekt på begäran och alla förfrågningar besvaras av Föreståndarinnan. Tel. 202. Ansökning bör vara inlämnad före den 20 januari.

## Modeskolan MYRAN

Vårterminens kurser i kläd-, kapp- & linnesömnad, barnkläder, börjar den 15 januari. Prosp. på begäran. Grevmagnigatan 15 1 tr. ö. g. STOCKHOLM. Tel. Ö. 6141.

# Utmärkta organ

för

## annonsering i landsorten:

Arboga: Arboga-Posten.

Arvika: Arvika Nyheter.

Avesta: Avesta-Posten.

Bollnäs: Tidningen Ljusnan.

Borlänge: Borlänge Tidning.

Borås: Borås Tidning.

Engelholm: Engelholms Tidning.

Eskilstuna: Eskilstuna-Kuriren.

Falkenberg: Hallands Nyheter.

Falun: Falu-Kuriren.

Gävle: Gelfe-Posten.

Göteborg: Göteborgs Aftonblad.

Halmstad: Tidningen Halland.

Hedemora: Södra Dalarnes Tidning.

Hudiksvall: Hudiksvalls-Tidningen.

Hälsingborg: Hälsingborgs-Dagblad.

Härnösand: Härnösands-Posten.

Hörby: Mellersta Skåne.

Jönköping: Smålands Allehanda.

Kalmar: Barometern.

Karlskrona: Karlskrona-Tidningen.

Katrineholm: Katrineholms-Kuriren.

Köping: Bärgslagsbladet.

Landskrona: Landskrona-Posten.

Linköping: Östgöten.

Ludvika: Ludvika Tidning.

Luleå: Norrbottens-Kuriren.

Malmö: Skånska Aftonbladet.

Mariestad: Tidning för Skaraborgs län.

Mora: Mora Tidning.

Norrköping: Norrköpings Tidningar.

Nässjö: Nässjö-Tidningen.

Piteå: Norrbottens Allehanda.

Skara: Skaraborgs Läns Tidning.

Skellefteå: Norra Västerbotten.

Skövde: Skaraborgs Läns Annonssblad.

Sollefteå: Nord-Sverige.

Sundsvall: Sundsvalls-Posten.

Säter: Säter Tidning.

Söderhamn: Söderhamns Tidning.

Söderköping: Söderköpings-Posten.

Tranås: Tranås Tidning.

Trelleborg: Trelleborgs Allehanda.

Uddevalla: Bohuslänningen.

Ulricehamn: Ulricehamns Tidning.

Umeå: Västerbottens-Kuriren.

Uppsala: Tidningen Uppsala.

Vadstena: Östgöta-Bladet.

Visby: Gotlänningen.

Vänersborg: Elfsborgs Läns Annonssblad.

Västervik: Västerviks-Tidningen.

Västerås: Westmanlands Allehanda.

Växjö: Nya Växjöbladet.

Örebro: Örebro Dagblad.

Örnsköldsvik: Örnsköldsviks-Posten.

Östersund: Östersunds-Posten.

Infört genom  
**Stockholms Läkarförening**  
**Doktor Hiller**  
återtager praktiken efter d. 12 jan.

**D:r A. Karsten**  
Medicinskt Elektricitets-,  
Ljus- och Röntgeninstitut  
Kungsgatan 60, Stockholm  
Behandling av  
**reumatiska åkommor.**

Nästa kurs, 14:de arbetsåret, i  
**Massage- och Sjukgymnastik**  
värme-, ljus- o. elektr. behandling,  
Zanderymnastik, diathermi m. m.  
börjar den 15 januari.  
Göteborgs Gymnastiska Institut,  
Östra Hamngatan 45, Göteborg.  
Tel. 9680. Begär prospekt.

**Gymnastikdirektörsexamen**  
avlägges efter 2-årig kurs av kvinnliga  
elever vid  
**Sydsvenska Gymnastik-Institutet.**  
Ny kurs begynner i början av sept.  
Prosp. Major J. G. Thulin, Lund.

## Bensintvätta

kostymen vid Saltsjöbadens Kem. tvätt.

## Änkefru

(40-års åld.) duglig och sympatisk, söker värdinneplats till herrgård, vilohem el. dyl. Åger ett större, vackert bo. Svar till "Våren 1925", Iduns exp.

## Förlovad flicka,

som genomgått husmodersskola med barnavård, önskar några månader under erfaren husmoders ledning deltaga i ett bättre hems skötande. Referenser givas och fordras. Svar till Post-fack 147, Gävle.





*I varje hem  
där skönhetskravet dväljes  
för skornas ans det alltid väljes*

**VIKING**



*Industri A.-B. Viking, Örebro—Kungl. Hovleverantör*



*Gyllenhammars*  
**HAVRE-MUST**  
*gör*

*mig  
väldigt  
stark*



**"BLONDINEN I SVART"**

En paramountfilm.



*(Enemy Sex)*

med **Betty Compson, Percy Marmont och Huntly Gordon.**  
*Betty Compson är bedärande som den lilla Dodo från en av  
Broadways teatrar. Regissör är James "Covered Wagon" Cruse.*

**Premiär inom kort.**



Kungsgatan 15, Stockholm.



**EN DÅRE**



med

**LEWIS STONE**

och

**ESTELLE TAYLOR**

*Säsongens elegantaste och mest fascinerande film.*

Ensamrätt:

**Aktiebolaget FOX-Film**