

Rady Koła Gospodyń Wiejskich

czym żyła polska wieś pół wieku temu



- W obecnych czasach rozpowszechniło się noszenie butów gumowych - tzw. gumiaków. Są one niedrogie, łatwe do utrzymania w czystości i praktyczne na błoto i gnój.
- W zasadzie to powinno się chodzić jak najwięcej z gołą głową. Dobrze jednak by do dojenia krów i przyrządzania posiłków domowych zakładać na głowę chustkę.
- Majtki powinna każda kobieta, młoda czy stara zakładać w zimie i w lecie. Chronią one organy rodne kobiety przed przeziębieniem i przed dostaniem się do nich kurzu i zarazków. Najlepiej w kupnych majtkach podłużyć nogawki doszywając kawałki ze starych tegoż koloru lub dorobić szydełkiem albo na drutach.
- Majtki powinny być zawsze czyste. Aby się w kroku szybko nie zabrudziły, nie trzeba po oddaniu moczu podrywać się zbyt szybko, lepiej wpierw osuszyć krocze kawałkiem starej ale czystej szmatki.
- Regularne oddawanie stolca, częste opróżnianie pęcherza też dodatnio wpływają na samopoczucie każdej kobiety.
- Trzeba koniecznie i obowiązkowo mieć w domu oddzielną dużą miednicę do mycia się i mniejszą miedniczkę do podmywania się. Ale uwaga - karmienie z takiej miednicy prosiąt, cieląt lub kur jest niewskazane.
- Po umyciu nóg powinno się je wytrzeć ręcznikiem lub czystą ścierką. Nie można używać do tego tych samych ścierek co do garnków.
- Jak może mąż zadbać o żonę?

Po pierwsze: nie ciągać żony bez nadzwyczajnej potrzeby do ciężkich prac w polu i w obejściu. Weźmy

przykładowo nakładanie na wóz gnoju lub rozrzucanie go po polu albo noszenie wody ze studni.

- Jak często uprawiać zbliżenia małżeńskie?

To jest zależne od wieku, temperamentu, stanu zdrowia, wykonywanej pracy itp. Nie ma co do tego jakichś szczególnych zaleceń poza tym, że najodpowiedniejsze są godziny wieczorne przed snem, aby małżonkowie mogli wypocząć do rana. Stroną kierującą w intymnym życiu małżeńskim jest mężczyzna, bo tak jest zbudowany i takie już jest prawo przyrody.

- Do obowiązków małżeńskich kobiety należy współuczestniczenie w zbliżeniu płciowym, a nawet troska o nadanie mu atrakcyjniejszej, bardziej estetycznej i higienicznej oprawy, bo z chłopami różnie to jest.

- Tak zwane środki zapobiegające ciąży można nabyć w każdej aptece bez recepty, ale inne są dla mężczyzn, a inne dla kobiet. Dla mężczyzn są to osłonki gumowe, ale uwaga ten środek nie jest całkowicie pewny, bo może pękać.

- Mężatki przygotowują sobie czyściutką szmatkę lub specjalny miękki ręcznik do wytarcia się od dołu zaraz po stosunku z mężem (ruchem w tył ciała), tak aby nie wycierać się koszulą i nie brudzić pościeli.

- Pończochy i skarpety muszą być zawsze czyste, aby nie cuchnęły potem. Gdy się drą, trzeba je wycerować albo wprawić całe pięty, a nawet stopy ze starej pończochy.

- Bardzo zalecane jest np. stosowanie zamiast kremu świeżo wytopionego smalcu (uwaga: broń Boże nie solić). Podobno w Kraju Rad kołchoźniczki używają go z powodzeniem.

- Włosy na głowie należy myć przynajmniej raz na 2-3 tygodnie specjalnym szamponem do włosów lub delikatnym mydłem. Gnidy - bardzo szpecą kobietę.

- W lecie należy połać piasek czy trociny wrzątkiem odchody drobiu wnosi się potem do sieni i do izby. W dodatku w lecie ściągają do tych resztek chmary much z całej okolicy, cisną się drzwiami i oknami do kuchni, gdzie z nogami umazanymi w kurzym pomioście łążą po naszym jedzeniu i wpadają w garnki. Nie można też pozwolić na to, by tuż przed progiem dzieci załatwiały swoje potrzeby. Lepiej przegonić je za stodołę.

- Wesz łonowa zwana też mendą, oblepia skórę owłosioną w dolnej części ciała; łatwo ją skądś przywlec do domu, ale i łatwo wytępić, posypując miejsca przez nią zaatakowane azotoksem lub nacierając octem sabadylowym.

- Brak ustępu źle działa także na samopoczucie kobiety, bo zamiast wygodnie usiąść w ustępie, musi się rozglądać, aby jej kucającej ktoś nie naszedł. A i muchy przylatujące wprost z ludzkich, nie zakrytych, odchodów - najpierw kobiecie przy garnkach dokuczają. Kobieta, czując się odpowiedzialna za zdrowie rodziny i swoje, powinna być stanowcza w domaganiu się, żeby przy jej obejściu stał odpowiedni, szczelnie zbudowany ustęp zamykany, zakryty od dołu, aby wiatr nie podwiewał i muchy nie miały dostępu.

- Dorosłej, zdrowej osobie można zrobić lewatywę nawet w pozycji zgiętej jak do kopania ziemniaków wodą z mydłem. Po mniej więcej 5 minutach chory oddaje stolec na uprzednio przygotowaną matę ze słomy.

Na koniec treść dwóch afiszy propagujących higienę i zdrowy tryb życia:

"Obywatelu - bimber przyczyną ślepoty i chorób wenerycznych"

i

"Rolniku - zanim pojedziesz do punktu skupu umyj jaja"

Autor: znalezione w sieci
Artykuł pobrano ze strony eioba.pl