

ΕΝ ΤΩ ΕΞΩΤΕΡΙΚΩ

ΣΥΝΔΡΟΜΗ ΕΞΑΜΗΝΟΣ ΔΡ 8
ΣΥΝΔΡΟΜΗ ΕΤΗΣΙΑ ΔΡ. 15

ΤΙΜΗ ΦΥΛΛΟΥ ΔΕΝ. 30

ΑΙ ΣΥΝΔΡΟΜΑΙ ΠΡΟΠΑΗΡΩΤΕΑΙ

Περίοδος δευτέρα

ΕΣΤΙΑ

ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΜΕΝΗ

ΕΝ ΤΩ ΕΞΩΤΕΡΙΚΩ

ΣΥΝΔΡΟΜΗ ΕΞΑΜΗΝΟΣ ΦΡ. 10
ΣΥΝΔΡΟΜΗ ΕΤΗΣΙΑ ΦΡ. 20

ΤΙΜΗ ΦΥΛΛΟΥ ΔΕΝ. 40

ΕΚΔΙΔΕΤΑΙ ΚΑΤΑ ΚΥΡΙΑΚΗΝ

1890—Τόμος Α', αριθ. 24.

ΕΚΔΟΤΑΙ Ν. Γ. ΠΟΛΙΤΗΣ ΚΑΙ Γ. ΔΡΟΣΙΝΗΣ

'Αθήναι, 17 'Ιουνίου.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ : (Ἐν τῇ φύλλῳ) ΜΑΡΙΑ Η ΠΕΝΤΑΓΙΩΤΙΣΣΑ ποίημα ὑπὸ Κωστῆ Παλαμᾶ. — Η ΛΥΓΕΡΗ ὑπὸ Ἀνδρέα Καρχαβίτσα. — ΟΥΡΑΝΙΑ ὑπὸ Κ. Φλαμμαρίον. — Η ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΕΝ ΓΑΛΛΙΑ. — Η ΠΡΩΤΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΙΣ ΤΟΥ ΕΡΝΑΝΗ. — ΛΟΓΟΓΡΑΦΙΚΑ: ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΚΙΤΣΟΣ. — ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ: Ἀνάλεκτα, Χρονικά, Αἱ εἰκόρες, Ἐδὼ κ' ἐκεῖ, Τρεῖς γυνῶμαι καθ' ἑβδομάδα, Μία συμβουλή καθ' ἑβδομάδα. — (Ἐν τῇ παραρτήματι) — ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΑ. — ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΑΙ ΚΑΙ ΚΑΛΑΙΤΕΧΝΙΚΑΙ ΕΙΔΗΣΕΙΣ. — ΕΦΗΜΕΡΙΔΕΣ. — ΝΕΑ ΔΗΜΟΣΙΕΥΜΑΤΑ. — ΔΗΜΟΣΙΑ ΕΡΓΑ. — ΑΛΛΗΛΟΓΡΑΦΙΑ. — ΧΡΗΜΑΤΙΣΤΗΡΙΟΝ. — ΠΑΙΓΝΙΑ.

ΕΙΚΟΝΕΣ: ΦΥΛΑΚΙΣΜΕΝΟΣ εἰκὼν Πράους Χένιγκζεν. — ΔΥΟ ΠΕΙΝΑΣΜΕΝΟΙ εἰκὼν Ἑῖςμονδ. — ΦΡΑΓΚΙΣΚΟΣ ΚΡΙΣΠΕΣ. — ΔΥΟ ΚΑΛΑΙΤΕΧΝΙΚΑ ΚΟΣΜΗΜΑΤΑ.

Αηγούσης τὴν 30 ἰουνίου τῆς α' ἑξαμηνίας τοῦ 1890 παρακαλοῦνται ὅσοι ἐκ τῶν συνδρομητῶν τῆς Ἑστίας ἐπλήρωσαν τὴν συνδρομὴν μόνης τῆς ἑξαμηνίας ταύτης νὰ καταβάλλωσιν ἐγκαίρως καὶ τὴν συνδρομὴν τῆς β' ἑξαμηνίας, ὅπως μὴ ἐπέλθῃ διακοπὴ τῆς πρὸς αὐτοὺς ἀποστολῆς τοῦ φύλλου.

Α Ν Ω Κ Α Τ Ω

Υ Λ Α Κ Ξ Ν Υ

ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΤΗΣ ΕΣΤΙΑΣ

ΕΞΕΔΟΘΗ ΑΡΤΙ

ΤΟ ΒΙΒΛΙΟΝ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

ὑπὸ Θ. Χ. ΦΛΩΡΑ, ἱατροῦ.

ΠΡΑΚΤΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΥΓΕΙΑΣ, ΕΥΖΩΙΑΣ ΚΑΙ
ΜΑΚΡΟΒΙΟΤΗΤΟΣ

ΚΑΤΑ ΤΡΟΠΟΝ ΤΕΡΠΝΟΝ ΚΑΙ ΚΑΤΑΛΗΠΤΟΝ ΕΙΣ ΠΑΝΤΑΣ

Τιμᾶται δρ. 1 ἐν Ἀθήναις, δρ. 1,25 ἐν ταῖς
Ἑπαρχίαις, φρ. 1,25 ἐν τῷ Ἐξωτερικῷ.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ. Σκοπὸς καὶ διαίρεσις τῆς Ὑγιεινῆς.

ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟΝ

Ἄηρ, φῶς καὶ θερμότης. Συστατικά τοῦ ἀέρος—
Ἄτμοι—Ὑγρόμετρον. Ἀναπνοή. Θερμοκρασία τοῦ ἀέρος. Θερμότης τοῦ ἀνθρωπίνου σώματος. Ἀκτινοβολία.
— Ἀγωγή—Ἐξάτισις. Ὑγρασία τοῦ ἀέρος. Ἡλιασις.
— Ἀποψύξεις—κρυολογήματα. Φῶς. Ἐπενέργειαι τοῦ φωτός.

Τὸ ἔδαφος καὶ τὸ ὕδωρ. Ἰδιότητες τοῦ ἔδαφους.
Ἐπόγειον ὕδωρ. Τὰ μιάσματα. Μέσα ἀπολυμαντικά τοῦ ἔδαφους. Περὶ ποτίμου ὕδατος. Στοιχεῖα αὐτοῦ. Τὸ πηγαιὸν ὕδωρ Τὸ ὕδωρ τῆς βροχῆς. Τὸ ὕδωρ τῶν ποταμῶν. Μέσα πρὸς καθαρισμόν τοῦ ὕδατος.

Τὸ κλίμα. Παράγοντες τοῦ κλίματος. Ἐπενέργεια αὐτοῦ ἐπὶ τὸν ἄνθρωπον. Περὶ ἐγκλιματισμοῦ.

Ὁ οἶκος. Σκοπὸς τοῦ οἴκου. Θέσις τοῦ οἴκου καὶ οἰκοδομικὴ ὕλη. Διαίρεσις τοῦ οἰκήματος. Ἰδιότητες τῶν τοίγων. Ὑγραὶ κατοικίαι. Ἀερισμὸς τῶν δωματίων. Μέθοδοι πρὸς τεχνικὸν ἀερισμὸν τῶν οἰκοδομῶν. Θέρμανσις τῶν οἴκων. Περὶ θερμαστῶν. Οἱ κοιτῶνες. Περὶ φωτισμοῦ. Οἱ ἀπόπατοι. Μέσα πρὸς ἀπολύμανσιν τῶν ἀποπάτων.

ΜΕΡΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟΝ

Περὶ θρέψεως καὶ τροφῶν. Ἡ κατανάλωσις τῆς οὐσίας παράγει τὴν ἐργασίαν. Στοιχεῖα τοῦ ἀνθρωπίνου σώματος. Ἐκκριτικοὶ ὕλοι. Σκοπὸς καὶ στοιχεῖα τῶν τροφῶν. Λεύκωμα, λίπος, ὕδρανθρακικαὶ οὐσίαι. Ἀνόργανοι οὐσίαι. Ὁρεκτικά. Τὸ ποσὸν τῆς τροφῆς.—Τὸ γάλα. Συστατικά τοῦ γάλακτος. Εἶδη αὐτοῦ. Τὸ κρέας. Ποῖον καὶ εἶδος τοῦ κρέατος. Τρόπος παρασκευῆς αὐτοῦ. Τὰ φῶς. Συστατικά αὐτῶν. Ὁ ἄρτος. Συστατικά τῶν δημητριακῶν καρπῶν. Τὸ ἄλευρον. Παρασκευὴ τοῦ ἄρτου. Γλυκίσματα.—Τὰ ὀσπρία. Τὰ γεώμηλα καὶ ἡ ὀρυζα. Τὰ λαχανικά. Αἱ ὀπώραι. Ἡ ζάχαρις.—Ὁ ζυμὸς τοῦ κρέατος. Τὸ ἐκχύλισμα τοῦ Liebig. Τὰ ἀρτύματα τὰ πνευματώδη ποτά. Ὁ καφὲς καὶ τὸ τείον. Ὁ καπνός.

ΜΕΡΟΣ ΤΡΙΤΟΝ

Περὶ τῆς ἐπιμελείας τοῦ σώματος ἐν γένει. Ἀσκήσις τῶν δυνάμεων. Περὶ ἐγκρατείας καὶ σωφροσύνης. Περὶ ἐργασίας καὶ ἀναπαύσεως.

Ὑγιεινὴ τῶν πεπτικῶν ὀργάνων. Περὶ τοῦ σκοποῦ τῆς πέψεως. Ἡ ἐγκράτεια. Βλάβη ἐκ τῶν πνευματωδῶν ποτῶν. Περὶ πολυποσίας. Ὁ χρόνος τοῦ φαγητοῦ. Ἐπιμέλεια τῶν ὀδόντων.

Ὑγιεινὴ τῶν ἀναπνευστικῶν ὀργάνων. Ἐπιμέλεια τῆς ἀναπνοῆς. Τρόπος τῆς ἀναπνοῆς παρὰ τοῖς παῖδιαις. Ἐπιμέλεια τῆς ρινός.

Ὑγιεινὴ τῶν ὀργάνων τῆς κυκλοφορίας τοῦ αἵματος.

Ὑγιεινὴ τοῦ δέρματος Ἐνδύματα καὶ λουτρά. Καθήκοντα τοῦ δέρματος. Σκοπὸς τῶν ἐνδυμάτων. Ἰ-

διότητες αὐτῶν. Ἡ ἐνδυμασία τῶν παιδίων. Περὶ στηθοδέσμου καὶ ὑποδημάτων. Ἡ κλίνη. Κίνδυνος ἐκ τῶν ἐνδυμάτων. Ἡ καθαριότης τοῦ δέρματος. Περὶ λουτρῶν. Τὰ χλιαρὰ λουτρά. Τὰ λουτρά τῆς θαλάσσης. Τὰ ῥωστικά καὶ τουρκικά λουτρά. Περὶ τῶν ἱαματικῶν λουτρῶν.

Ἑγείνη τῶν κινήσεων καὶ αἰσθητηρίων ὀργάνων. Γυμναστική. Ὠφέλεια αὐτῆς. Ἐπιμέλεια τῶν ὀφθαλμῶν.

Ἑγείνη τῆς βρεφικῆς καὶ παιδικῆς ἡλικίας. Θνησιμότης τῶν βρεφῶν. Αἷτια αὐτῆς. Τροφή τῶν βρεφῶν. Τὸ μητρικὸν γάλα. Τὸ γάλα τῆς τροφοῦ. Ὁ ἀπογαλακτισμός. Τεχνητὴ θρέψις τῶν βρεφῶν. Περιπάτησις τῶν βρεφῶν. Λουτρά. Ἐπιρροή τῆς σχολῆς ἐπὶ τοῦ παιδικοῦ ὀργανισμοῦ. Σχολικαὶ ἀσθένειαι. Σκολίωσις. Μυωπία. Φθίσις. Κεφαλαλγία καὶ ἐπίσταξις. Φρενοβλάβειαι τῶν μαθητῶν.

ΜΕΡΟΣ ΤΕΤΑΡΤΟΝ

Αἷτια, φύσις καὶ διάδοσις τῶν ἀσθενειῶν, προφυλακτικὰ ἀπ' αὐτῶν μέσα. Ἐννοία τῆς ἀσθενείας καθόλου.—Τί ἐστὶ ζωὴ. Τρόποι ἐκδηλώσεως τῶν ἀσθενειῶν. Αἷτια τῶν ἀσθενειῶν. Μηχανικὰ αἷτια. Χημικὰ αἷτια. Περὶ μικροβίων. Ἐνδογενὴ μικρόβια. Σύφιλις, ἱλαρά, σκαρλατίνα, εὐφλογία, ἐρυσίπelas, διφθερίτις, φυματίωσις κτλ. Προφυλακτικὰ μέσα. Ὁ ἐμβολιασμός.—Ἐξωγενὴ μικρόβια. Διαλείπων πυρετός, τύφος, χολέρα. κτλ.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

Α' Αἱ ἀσθένειαι τοῦ φθινοπώρου.—Β' Τὸ καρδιο-χτύπι.—Γ' Ἐγείρε καὶ περιπάτει.

ΕΘΝΙΚΗ ΠΙΝΑΚΟΘΗΚΗ ΤΗΣ ΕΣΤΙΑΣ

Ἡ πρώτη παραγγελία πρωτοτύπων εἰκόνων ἐξετελέσθη ἤδη ἐν Γερμανίᾳ, ἡ δὲ δημοσίευσίς αὐτῶν ἀρχεται ἀπὸ τοῦ προσεχοῦς μηνός. Περὶ τῆς καλλιτεχνικῆς ἐκτελέσεως τῶν πλακῶν ἐγγυᾶται ἡ φήμη τοῦ ἐργαστηρίου ἐν ᾧ ἐφίλοχρήνησαν, θὰ κρίνωσι δὲ αὐτοὶ οἱ ἀναγνώσται τῆς Ἑστίας ἐκ τῶν πρώτων ὑποδειγμάτων μετὰ τινος ἡμέρας. Ἡ πρώτη αὕτη σειρά περιλαμβάνει ἀπόψεις πόλεων, ἀρχαῖα μνημεῖα, τοποθεσίας ἐξόχους διὰ τὸ φυσικὸν κάλλος, κειμήλια τέχνης κλπ. Ἐγένετο δὲ ἤδη δευτέρα παραγγελία περιλαμβάνουσα καὶ ἄλλα ποικιλώτερα, ἥτοι προσωπογραφίας, σκηνὰς ἐθνικοῦ βίου, ἐθνικὰ ἱδρύματα, φιλανθρωπικὰ καταστήματα κλπ. Ἐπὶ τούτῳ εὐχαριστοῦντες ἐκείνους οἵτινες μετὰ προθυμίας πολλῆς ἀπέστειλαν ἤδη φωτογραφικὰς εἰκόνας ἀξιολόγους πρὸς δημοσίευσιν καὶ πλουτισμὸν τῆς ἐθνικῆς ταύτης πινακοθήκης, ἐπαναλαμβάνομεν τὴν πρὸς τοὺς ἀπανταχοῦ συνδρομητὰς καὶ φίλους τῆς Ἑστίας παράκλησιν, ἵνα οἱ ἔχοντες φωτογραφικὰς εἰκόνας καταλλήλους πρὸς δημοσίευσιν ἢ δυνάμενοι νὰ παραγάγωσιν ἰδίαις τοιαύτας διὰ τῆς τῶν γενικευθείσης ἤδη χρήσεως τῶν φωτογραφικῶν μηχανῶν ἀποστείλωσιν ἀντίτυπα πρὸς ἡμᾶς.

Αἱ ἀποστελλόμεναι φωτογραφίαι ἀνάγκη νὰ συνοδεύωνται ὑπὸ σημειώσεως μακρᾶς ἢ συντόμου ἐπεξηγήσεως σαφῶς τὰ εἰκονιζόμενα. Ἐκ τούτων ὅσαι κρίνονται ἄξιαι δημοσίευσως θ' ἀποστέλλωνται πρὸς περαιτέρω ἐπεξεργασίαν εἰς καλλιτεχνικὸν ἐργαστήριον ἐν Γερμανίᾳ μεθ' οὗ ἡ διεύθυνσις τῆς Ἑστίας συνήψεν ἰδίαν ἐπὶ τούτῳ σύμβασιν. Δημοσιεύμεναι δὲ θὰ φέρωσι τὸ ὄνομα τοῦ φωτογραφησαντος ἢ τοῦ ἐπιστελλαντος αὐτάς.

Δημοσιεύμεναι ἢ μὴ δημοσιεύμεναι αἱ εἰκόνες ἀποδίδονται εἰς τοὺς ἀποστολεῖς, τοὺς δηλοῦντας ταύτην ἐπιθυμίαν, ἀλλ' ἡ διεύθυνσις τῆς Ἑστίας οὐδεμίαν ἀναλαμβάνει εὐθύνην περὶ ἐνδεχομένης φθορᾶς αὐτῶν κατὰ τὴν ταχυδρομικὴν μεταβίβασιν. Πλὴν τῶν φωτογραφικῶν εἰκόνων γίνονται δεκτὰ πρὸς δημοσίευσιν ἐπὶ τοῖς αὐτοῖς ὅροις καὶ σχεδιάσματα, ἰχνογραφήματα, ἄλλα παντοειδῆ ἀπεικονίσματα πολυχρώμα ἢ μὴ, ἐντελῶς ἐξεργασμένα καὶ σγῆσιν ἔχοντα πρὸς τὴν ἑλληνικὴν φύσιν, τὴν ἐθνικὴν ἱστορίαν ἢ τὰ τοπικὰ ἥθη καὶ ἔθιμα.

ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΑ

Ἀνηγγέλθη κατ' αὐτάς τηλεγραφικῶς ἐκ Καλαμῶν ὅτι ἐν τῷ χωρίῳ Γαρθικίῳ τοῦ δήμου Ἀμφείας τῆς Μεσσηνίας ἀνευρέθη ὑπὸ τινα βράχον σῶρος ἀρχαίων νομισμάτων μεγάλης ἀξίας. Ὁ εὐρὼν αὐτὰ εἶνε χωρικός τις, Γεώργιος Βαροβίλης καλούμενος, ἐκ τῆς χαρᾶς τοῦ δὲ μὴ δυνθῆναι ν' ἀποκρύψῃ τὸ μυστικὸν ἀνήγγειλε τὸ γεγονός εἰς τοὺς συγγενεῖς του, ἐκ τῶν ὧν δὲ διεδόθη ἡ εἰδήσις εἰς ὅλον τὸ χωρίον. Ὁ ἐν Καλάμας εἰσαγγελεὺς μαθὼν ταύτην ἀνεχώρησε ἐκεῖθεν πρὸς κατασχεσιν τῶν νομισμάτων, τῶν ὁποίων εἶνε ἄνωγστοι ἢ ἀξία ὑπὸ ἀρχαιολογικὴν ἔσποψιν. Ἀλλ' ὁ εὐρὼν τὸν θησαυρὸν χωρικός κρύπτειται ἤδη, μόνον δὲ ὅταν συλληφθῇ θέλει γνωστῇ τίνι τρόπῳ εὐρέθῃ ὁ σῶρος τῶν νομισμάτων τούτων, εἰς ποῖον μέρος καὶ ποίας ἀξίας εἶνε ταῦτα. Τὰ κατασχεθέντα συμποσοῦνται εἰς 461 ἀργυρὰ νομίσματα, ἅπερ εὐρέθησαν ἐν τῇ οἰκίᾳ τοῦ ἄνω χωρικοῦ.

— Μετεκομίσθη ἐνταῦθα, ἐκ Πατρῶν ἡ αὐτόθι καὶ ἐν τῷ κτήματι Ρετηνιώτου εὐρεθεῖσα πρὸ τινος σαρκοφάγος, ἐπίσης μετεκομίσθη καὶ ἡ πρὸ τοῦ ἐν Πάτραις δημαρχεῖο ἀπὸ πολλοῦ χρόνου εὐρίσκομένη σαρκοφάγος. Ἀμφότεραι αἱ σαρκοφάγοι αὗται κατετέθησαν ἐν τῷ Ἐθνικῷ μουσεῖῳ.

ΕΙΔΗΣΕΙΣ

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΑΙ ΚΑΙ ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΑΙ

Τὴν παρελθούσαν Κυριακὴν ἀνεγνώσθη ἐν μιᾷ τῶν αἰθουσῶν τοῦ Ζαππείου μεγάρου ἡ ἐκθεσις τῆς ἀγωνοδίκου ἐπιτροπῆς ἐπὶ τοῦ Φιλαδελφείου ποιητικοῦ ἀγῶνος. Ἡ ἐπιτροπὴ ἀποτελούμενη ἐκ τῶν κ. κ. Ε. Ροῦδου, Α. Προβελεγγίου καὶ Ν. Γ. Πολίτου ἔκρινεν ὡς τὰ ἄριστα ἔργα ἐκ τῶν ὑποβληθέντων 37 δύο ποιητικὰς συλλογὰς: «Τὰ μάτια τῆς ψυχῆς μου» καὶ τὰ «Ἐρείπια», εἰς ταύτας δ' ἀπένειμε διχάσασα τὸ γέρας. Ἀποσφραγισθέντων ἐν τέλει τῶν δελτίων ἐγνώσθη ὅτι ποιητῆς τῆς μὲν πρώτης συλλογῆς εἶνε ὁ κ. Κωστής Παλαμᾶς τῆς δὲ δευτέρας ὁ κ. Ἰωάννης Πολέμης. Ἐκ τῶν λοιπῶν ἔργων ἐπηρεθήσαν τὰ «Ἀγροτικά» ποιηθέντα ὑπὸ τοῦ κ. Κ. Κρυστάλλη. Ὀλόκληρος ἡ ἐκθεσις τοῦ εἰσηγητοῦ κ. Α. Προβελεγγίου θὰ δημοσιευθῇ προσεχῶς ἐν τῇ Ἑστίᾳ.

— Καὶ ἕτερος ἑλληνικὸς θίασος ὁ «Εὐριπίδης» κάλλιστα συγκεροτημένος ὑπὸ τὴν διεύθυνσιν τοῦ κ. Μ. Ἀρνωτάκη ἤρχισε τὰς παραστάσεις αὐτοῦ ἐν τῷ παρὰ τὸν Ἰλιστὸν ὑπαίθριον θεάτρῳ «Παραδείσῳ».

— Διωρίσθη πούτανος τοῦ ἐθνικοῦ Πανεπιστημίου ὁ καθηγητὴς κ. Γ. Μιστριώτης. Τὲ ἐπὶ τούτῳ Β. διάταγμα εἶνε τὸ πρῶτον ὅπερ ὑπέγραψεν ὁ διάδοχος ὡς ἀντιπαιδείας.

— Τὴν ἐσπέραν τοῦ παρελθόντος Σαββάτου ἐν τῇ Λέσχῃ τῶν ἀξιωματικῶν τοῦ μηχανικοῦ ὠμίλησε γαλλιστὶ περὶ τῆς προόδου τῆς Ὀχυρωματικῆς κατὰ τοὺς