

ἔτσι περισσότερο φανερὴ καὶ περισσότερο σκληρή. Ὡ, ἂν ἀκούγαμε ὅλοι τὸ λόγο τοῦ Ἰησοῦ καὶ ἐπολλαπλασιάζαμε μὲ ζῆλο τὸ τάλαντο ποῦ ἔχουμε! . . .

ὁ ΚΩΡΥΦΟΣ σου.

ΥΓΙΕΙΝΗ

Αἱ σπουδαιότεραι φυτικά οὐσίαι εἶναι οἱ καλούμενοι δημητριακοὶ καρποί, ὁ σίτος δηλ. ὁ ἀραβόσιτος, ἡ βρώζα, ἡ κριθή, ἡ ὄρυζα κ.λ.

Ὁ ἄρτος κατασκευάζεται ὡς γνωστὸν ἐκ σίτου συνηθέστερον ἢ ἐκ κριθῆς, ἀραβόσιτου κ. λ. Οὐδεμία δὲ τροφή ἦναι τοῦ ἄρτου πολυτιμότερα. Καλὸν ὅμως εἶναι νὰ μὴ τρώγῃται θερμὸς ὁ ἄρτος· ἐνθ' τοῦναντίον μετὰ τὴν ἀπόψυξιν εἶναι λίαν εὐπεπτος, ἀρκεῖ ἡ μάσσησις νὰ ἦναι ἐντελής.

Ἐπίσης δύσπεπτος εἶναι ὁ πολὺ ἐψημένος καὶ ἀπηνθρακωμένος ἄρτος, ὅστις τότε ἀπαιτεῖ ὑπερβάλλουσιν τοῦ στομάχου ἐργασίαν.

Μετὰ τὸ γάλα ὁ ἄρτος εἶναι τύπος τελείας τροφῆς, διότι ὡς ἐκ τῆς συστάσεως αὐτοῦ περιέχει στοιχεῖα πλαστικά καὶ θερμογόνα ἢ ἀναπνευστικά.

Ἐκ τοῦ ἀλεύρου κατασκευάζουσι τὰ μακαρόνια, τὸν φριδὲ κ.λ. Πάντα ταῦτα εἶναι καὶ εὐπέπτα καὶ λίαν θρεπτικά.

Ἡ ὄρυζα ἀπελάμβανε μέχρις ἐσχάτων πολλῆς ὑπολήψεως. Ἐπιστεύετο μάλιστα ὅτι μέχρι τινὸς δύναται ν' ἀντικαταστήσῃ τὸ κρέας. Τοῦτο δὲ ἀπεδείχθη πεπλανημένον, γνωστὸν δὲ νῦν τυγχάνει, ὅτι ἡ ὄρυζα ἐλάχιστα θρεπτικά στοιχεῖα περιέχει, ὅτι ἐπομένως ἡ χρῆσις αὐτῆς δὲν εἶναι ὅσον ἐπιστεύετο ἐπωφελής.

Dr

ΓΡΑΜΜΑΤΟΚΙΒΩΤΙΟΝ

κ.Δ.Ε.Μαρτινέγκον. Ἐνεγράφη. Φύλλα καὶ ἀποδείξεις ἀπεστάλησαν. Τόμος χαρτόδετος· «Ἀπομνημονευμάτων» ἀπεστάλη. — κ. Δ. Μοσχόδῃ. Περιμένοντες. — κ. Π. Ἀναγνωστόπουλον. Ἐλήφθησαν. — κυρίας Ἐλένην Μαλεβίτση καὶ Καν Μαυρογένους, καὶ κκ. Γεώργ. Ἀναστ. Ρηγόπουλον, Γ. Συμμελίδην, Ν. Ξανθόκη, Ἰω. Κομουτζόγλου, Μιχ. Λιβαδῆν, Γρ. Πυλαρινόν, Ἀχιλ. Κυριακίδην, Ἀριστοτ. Δ. Ἰατροῦ. Συνδρομαὶ ὡμῶν ἐλήφθησαν. Εὐχαριστοῦμεν. — κ. Χ.Γ.Σ. Πειραιᾶ. Ἀκατάλληλον, δυστυχῶς. — κ. Κ. Μενεξῆν. Ἐλήφθη ἀντίτιμον φύλλον «Ἀπομνημονευμάτων». Φύλλα ἀπεστάλησαν. — κ. Π. Ἀθανασιάδην. Ἀπεστάλησαν ἀπὸ τοῦ ἀριθ. 127. — κ. Β. Ἀρτέμην. Ἐλήφθησαν ρούβλια 12, ἀντίτιμον συνδρομῆς «Ἐκλεκτῶν» καὶ 115 ἔτι φύλλον «Ἀπομνημονευμάτων». — κκ. Δ. Ἀλεξάκη καὶ Δ. Μοσχόδῃ. Ἀπεστάλησαν.

Τὰ ἐξῆς βιβλία πωλοῦνται ἐν τῷ Βιβλιοπωλεῖῳ τῶν «Ἐκλεκτῶν Μυθιστορημάτων» ἐν ὁδῷ Προαστείου, ἀριθ. 10 :

Ἄπομνημονεύματα τῆς Ἑλληνικῆς	δρ. λ.	Ἄνθος τῆς Ἀλφῆς καὶ τὸ Φρούριον τοῦ Καρρού, μυθιστορία Α. Σμῆθ, τόμοι 2	δρ. λ.	Δύο Αἰκνα, μυθιστορία Αἰμυλίου Ρισβούργ, τόμοι 4	δρ. λ.
Ἐπαναστάσεως ὑπὸ Φωτάκου, πρώτου ὑπασιπτοῦ τοῦ Θεοδώρου Κολοκοτρώνη	4.—	Αἱ Ἐχθραὶ Μητέρες, μυθιστορία Κασούλλου Μενδῆς	4.10	Δεκαήμερος Βοκακίου, τόμοι 5	3.50
Ἄπομνημονεύματα ὑπὸ Βίκτωρος Οὐγκώ	—60	Ἀνθολογία Κωνσταντινίδου δεδεμένη	2.—	Διδασκάλισσα, μυθιστορία Εὐγενίου Σύη	2.—
Ἀσπασία, μυθιστορία Ρ. Χαμερλίγγου μετὰ 50 λαμπρῶν εἰκόνων . . .	48.—	» » » ἄδετος	4.50	Εἰκοσιπενταετής Ἑλλήν Πλοίαρχος ὑπὸ Στεφάνου Ξένου	—80
Ἀνὴρ καὶ Γυνὴ ὑπὸ Μ. Ἀμπλετ . . .	—60	» Μιχαλοπούλου	4.80	Ἐκστρατεία μας εἰς τὴν Σελήνην ὑπὸ Δ. Καλαποθάκη	4.—
Ἀπαντα τὰ Φιλολογικὰ Α. Ρ. Ραγκαβῆ, τόμοι 19	400.—	Ἀμάραντα ὑπὸ Γεωργίου Δροσίνῃ (Πρωτὶνὰ Ὀνειρα. — Ἀγάπη. — Ἀντίλαλος. — Στὰ ξένα)	2.50	Ἐρυθρὰ Κηλὶς, μυθιστορία Παύλου Φεβᾶλ	4.50
Ἀσκάκιος, μυθιστορία Ἀλεξάνδρου Δουμά τόμοι 7	6.—	Βοήθει· σαυτὸν ὑπὸ Σαμουήλ Σαΐλῆς Γεωργικά ὑπὸ Ραϊνόλδου Δημητριάδου Γούζις Μάνεργγ, μυθιστορία Οὐάλλτερ Σκῶτ	2.50	Ἐρυθροὶ Προσωποδόφροι, μυθιστορία Πονσῶν δὲ Τερᾶτ, τόμοι 2	4.—
Ἀφρικὴ ἢ Πέντε ἐν ἀεροστάτῳ ἐβδόμαδες, μυθιστορία Ἰουλίου Βέρν, μετὰ εἰκόνων	2.—	Γυναῖκες, Χαρτία καὶ Κρασί, μυθιστορία Πῶλ-δὲ-Κώκ, μετάφρασις Κλ. Ραμπανᾶ	4.50	Ἐρυθροὶ Διεσθῆκη, μυθιστορία Πονσῶν δὲ Τερᾶτ, τόμοι 4	4.—
Ἀδελφοῦλα, μυθιστορία Ἐκτορος Μαλώ, τόμοι 2	4.50	Γανδῖνοι, μυθιστορία Πονσῶν δὲ Τερᾶτ γῆ τῆς Δουλείας, μυθιστορία Ε. Στάνλεϋ	—80	Ἐυρύαλος ὑπὸ Σπ. Παγανέλλη . . .	4.—
Ἀττικαὶ Νύκτες· Δράματα καὶ Ποιήσεις ὑπὸ Σπ. Βασιλειάδου	4.50	Γρύλος τοῦ Μύλου, μυθιστορία Πονσῶν δὲ Τερᾶτ	4.—	Ἐκατομύρια τοῦ Ἰωρσμῆ, μυθιστορία Αἰμυλίου Ρισβούργ, τόμοι 3	5.—
Ἀντωνίνα, μυθιστορία Ἀλεξ. Δουμά, υἱοῦ	2.—	Διαβιολογιατρός, μυθιστορία Ἰουλίου Μαρῦ μετὰ πλείστων εἰκόνων . .	2.—	Ἡ Κόρη τῆς Μαργαρίτας, μυθιστορία Ξαβιὲ δὲ Μοντεπέν, τόμοι 6	6.—
Ἀνυμφος Μήτηρ καὶ τὸ Τέκνον τοῦ Ἐρστοῦ, μυθιστορία Α. Ματτεῦ τόμοι 2	3.—	Διαβολοσίμων, μυθιστορία Πονσῶν δὲ Τερᾶτ	4.—	Ἡμερολόγιον Ἀπέρου Νέου, μυθιστορία Ὀκταβίου Φεγί	1.20
Ἀπωλεσθεῖς Παράδεισος, μυθιστορία Ἰουλίου Μαρῦ μετὰ πλείστων εἰκόνων	6.—	Δὸν Κιχώτης, μετὰ εἰκόνων, μυθιστορία Θεοβαντές, μετάφρασις Ἰσθ. Ι. Σκυλίσση	6.—	Ἡ Παναγία τῶν Παρισίων, μυθιστορία Βίκτωρος Οὐγκώ, μετάφρασις Ι. Καρτσούσα, τόμοι 2	4.20
Ἀνθρωπος τοῦ Κόσμου, μυθιστορία Γρ. Δ. Ξενοπούλου	2.—	Διὰ βόλος ἐν Τουρκίᾳ, μυθιστορία Στεφάνου Ξένου, μετὰ προσθήκης τῆς Κατατροφῆς τῶν Γενιτσάρων, τόμοι 2	4.10	Ἡρώς τῆς Ἑλληνικῆς Ἐπαναστάσεως, μυθιστορία Στεφάνου Ξένου, τόμοι 2	2.—
Ἀπόλογοι, διηγήματα Χ. Α. Ἄνδερσεν	—80	Δράματα Παρισίων, μυθιστορία Πονσῶν δὲ Τερᾶτ	3.50	Ἡ Τέρψις τῶν Παίδων ὑπὸ Αἰκατερίνης Λατσακίδου	4.—
Ἀτυχὴς Γεώργιος, μυθιστορία πρωτότυπος	—60	Διηγήματα ὑπὸ Λάμπρου Ἐνυάλη	4.—	Ἡ Ὠρεῖα Παρισιανή, μυθιστορία τῆς Κομήτης Δίς	4.75
Ἀγνωστος Βελεβίλλης, μυθιστορία Πέτρου Ζακόν	4.50	» καὶ Μυθοπλαστικά ὑπὸ Δ. Πανταζῆ	2.50	Ἡ Ἐκθετος τοῦ Ὀρφανοτροφείου τῆς Ἀγίας Μαρίας, δράμα Π. Γακομέττη, εἰς πράξεις 3	—60
Ἀναμνήσεις Ἐμμάς, ὑπὸ Π. Μαντεγάτσα	4.50	» ὑπὸ Γεωργίου Βαλαβάνη	3.50	Ἡ Φωνὴ τῆς Καρδιάς μου, λυρικὴ συλλογὴ ὑπὸ Δημ. Γρ. Καμποῦ ρογλου	4.—
Ἀδικηθεὶς Ρογγῆρος, μυθιστορία Ἰουλίου Μαρῦ, τόμοι 2	2.—		—50		—60

ΣΗΜ. Σὺν τῇ ἀποστολῇ τοῦ ἀντιτίμου ὁρᾶντο οἱ ἀποστέλλαντες, οἱ μὲν ἐκ τῶν ἐπαρχιῶν 10 %, οἱ δὲ ἐκ τοῦ ἑξωτερικοῦ 20 % ἐπὶ πλέον ἐπὶ τῆς ἀξίας τῶν βιβλίων διὰ ταχυδρομικὰ τέλη. Εἰς τοὺς ἀγοράζοντας βιβλία ἀνω τῶν 20 δρ. γίνεται ἔκπτωσης 10 %. Τὰ βιβλιοπωλεῖον τῶν «Ἐκλεκτῶν Μυθιστορημάτων» ἀποστέλλει ἀπράλῳς οἰονδήποτε βιβλίον ἥθελε ζητήσει τις, ἄνευ οὐδεμιᾶς προμηθείας, ἐγγράφει δὲ καὶ συνδρομητὴς εἰς οἰονδήποτε ἐκδιδόμενον ἐν Ἀθήναις περιοδικὸν ἢ ἐφημερίδα. — Οὐδεμία παραγγελία ἐκτελεῖται ἂν δὲν συνοδεύηται ὑπὸ τοῦ ἀντιτίμου.