

μίαν λίτραν ἐγκεφάλου. Ἐν τῷ ἀνθρωπίνῳ σώματι ὑπάρχουσιν ἐν ὄλῳ 249 ὄστᾶ, ὧν 60 ἐν τῇ κεφαλῇ, 67 ἐν τῷ κορμῷ, 60 ἐν ταῖς χερσὶ καὶ τοῖς βραχίοσι, καὶ 60 ἐν ταῖς ποσίν.—Ἡ καρδία πάλлетαι 4000κις ἀνά πᾶσαν ὥραν. Ἄπαν τὸ ἐν τῷ ἀνθρωπίνῳ σώματι αἷμα, 15 περίπου μέχρις 25 λιτρῶν βάρους, διέρχεται ἐν μιᾷ ὥρᾳ δεκαοκτακίς διὰ τῆς καρδίας, καὶ διατρέχει ἐντὸς λεπτοῦ τοῦλάχιστον 125 πόδας. Ὁ σφυγμὸς ὑγιοῦς ἀνθρώπου δὲν ἔχει ὀλιγωτέρους τῶν 80 παλμῶν κατὰ λεπτόν, οὐδὲ πλειοτέρους τῶν 90, συνήθως δὲ 84. Ὁ σφυγμὸς ὕμους τῶν λίαν προβεβηκότων τὴν ἡλικίαν κατέρχεται εἰς 60 μόνον παλμῶς κατὰ λεπτόν.

Λεθρακαλεῖον μαγειρικῆς.

Ἰπὸ τὸν τίτλον τοῦτον, ὡς ἀναφέρει ἡ παρισινὴ ἐφημερίς Petit Journal, γράφει ἡ «Ἐφημερίς τῶν Φιλομαθῶν,» αὐξάνει καὶ κραταιοῦται ἐν Λονδίῳ, ὑπὸ τὴν προστασίαν τῆς Βασιλείσσης καὶ τῶν ἐπισημοτέρων τῆς Ἀγγλίας ἀνδρῶν, ἐκπαιδευτικῶν κατὰσταμα ἀποφέρον ἐξαιρετοὺς κερπούς. «Ὁ ἰδιοτρόπος πρακτικὸς οὐτός τίτλος, λέγει ἡ ἐφημερίς αὕτη, καὶ τὸ ἀντικείμενον τοῦτο τῶν σπουδῶν, ἐν Γαλλίᾳ ἤθελεν ἀναμφιβόλως γίνεαι τὸ θέμα πλήθους εὐφυολογῶν οἱ Ἀγγλοὶ ὅμως, θετικώτεροι ἡμῶν, δὲν φοβοῦνται νὰ δώσωσιν εἰς τὸ πρᾶγμα τὸ προσῆκον αὐτῷ ὄνομα, καὶ τὴν κατὰ τὴν ἀξίαν αὐτοῦ θέσιν εἰς τὴν ἀγωγὴν τῶν κορασιῶν. Ἐν Γαλλίᾳ ἡ κόρη θεωρεῖται ἐκπαιδευθεῖσα ὅταν γνωρίζῃ νὰ ἀναγινώσκῃ, νὰ γράφῃ ὅπως οὖν ὀρθῶς, νὰ κειτᾶ καὶ πρὸ πάντων νὰ ψάλλῃ καὶ νὰ κυμβαλίζῃ, ὁ δὲ πατὴρ εὐφραίνεται ἐπὶ τῷ θαυμασίῳ τούτῳ ἀποτελέσματι τῆς διεθνήσεώς του. Ἐν Ἀγγλίᾳ ὅμως συμβαίνει τὸ ἐναντίον· σκέπτονται νὰ προετοιμάσωσι τὴν νέαν κόρην διὰ νὰ καταστῇ ἀργότερον καλὴ μήτηρ οἰκοδόμοισινα, γινώσκουσα νὰ ἐπιδιορθοῖ τὰ ἀσπρόρουχα καὶ τὰ ἐνδύματα τοῦ συζύγου καὶ τῶν τέκνων της, νὰ παρασκευάζῃ ἢ νὰ ἐπιστατῇ τοῦλάχιστον εἰς τὴν παρασκευὴν ἐδεσμάτων ὑγιεινῶν καὶ εὐγεύστων μετὰ καθαριότητος καὶ οἰκονομίας· διὰ τοῦτο ὅμως δεῖον νὰ γνωρίζῃ τὴν μαγειρικὴν καὶ νὰ μὴ φοβῆται νὰ ῥυπάνῃ τὰς χεῖράς της διὰ νὰ μὴ χάσωσιν ἐλάχιστον μέρος τῆς λευκότητός των. Κατ' ἀκολουθίαν αἱ διδασκάλισσαι τῆς μαγειρικῆς εἶνε ἐπίσης χρήσιμοι, ὅπως καὶ αἱ λοιπαὶ διδασκάλισσαι, καὶ τὸ ζήτημα τῆς χύτρας εὐλόγως ἤχθη ἐν Ἀγγλίᾳ εἰς τὴν περιωπὴν κοινωνικοῦ ζητήματος· διὰ τοῦτο δὲ ἀπεφασίσθη νὰ διδάσκηται πρακτικῶς τὸ μάθημα τῆς μαγειρικῆς εἰς ἅπαντα τὰ σχολεῖα τῶν κορασιῶν. Φρονοῦμεν δὲ ὅτι δὲν θὰ ἦτο ἄσκοπον, ἐπιλέγει ἡ αὐτὴ ἐφημερίς, χωρὶς νὰ μιμηθῶμεν ἐξ ὀλοκλήρου τὸν ἀπὸ τριῶν ἡδὴ ἐτῶν εὐδοκίμοῦντα θεσμὸν τοῦ-

τον, νὰ ἐρανισθῶμεν ἐξ αὐτοῦ ἐπ' ὠφελείᾳ μέρητινὰ, τὰ οὐσιωδέστερα, κατὰ τὸ δυνατόν.»<sup>1</sup>

Τὰ σῦκα τῶν Ἀθηνῶν.

Τὰ σῦκα κατ' ἐξοχὴν ἐνομίζοντο ἐξαιρετον πλεονέκτημα τῆς Ἑλλάδος καὶ τῶν ὁμόρων τόπων, τόσον δὲ περισπούδαστοι ἦσαν αὐταὶ αἱ ὀπώραι παρ' Ἑλλησιν, ὥστε ὁ Ἡρόδοτος περιγράφων τὰ τῶν Περσῶν ἐν ἀντιθέσει πρὸς τὰ τῶν Ἑλλήνων ἤθη, λέγει περὶ τῶν πρώτων ὅτι «οὐ σῦκα ἔχουσι τρώγειν οὐδ' ἄλλο ἀγαθὸν οὐδέν.» Ἰδίως δ' ἐξαιρετα ἦσαν τὰ τῶν Ἀθηνῶν σῦκα ὑπὸ τὴν ἐπωνυμίαν ἀττικαὶ ἰσχάδες, ὧν ἦσαν διάφορα τὰ εἶδη καὶ διάφοροι αἱ ἐπωνυμίαι· διότι αἱ ἀττικαὶ ἰσχάδες ἐκαλοῦντο καὶ χελιδόνιοι ἰσχάδες καὶ ἀπλῶς χελιδόνες, καὶ ἀμφαρίστω, φιβάλεω, βασίλεω, κορώνεω καὶ πρόκριδες καὶ ὄζαλοι.

Εὐφυῆς ὄνειροκρίτης.

Ὁ Μέγας Ἀλέξανδρος, ἰδὼν καθ' ὕπνον Σάτυρον, ἐν ᾧ ἐπολιόρκει τὴν Τύρον, προσεκάλεσε τὸν ὄνειροκρίτην καὶ τοῦ ἐζήτησε τὴν ἐξήγησιν. «Τοῦτο δηλοῖ, ἀπεκρίθη ἐκεῖνος, σὰ Τύρος.»

Ἀπόφθεγμα Βενετικῶν.

Κύριε, προφύλαττέ με  
ἀπὸ φίλον μου πιστόν,  
ἐπειδὴ ἐμπορῶ καὶ μόνος  
νὰ προφυλαχθῶ ἀπ' ἐχθρόν!

Εἰς ἈΝΑΓΝΩΣΤΗΣ.

## ΠΡΑΚΤΙΚΑΙ ΓΝΩΣΕΙΣ

Καθαριότης τῆς κεφαλῆς.

Ὅταν πλύνωμεν τὴν κεφαλὴν δὲν πρέπει νὰ μεταχειριζόμεθα σάπωνα, διότι τὰ ἀλκάλια τὰ ὁποῖα οὗτος περιέχει ἀφανίζουσι τὴν λειότητητα καὶ τὴν λαμπρότητα τῆς κόμης. Καλλίτερον εἶνε νὰ μεταχειριζόμεθα τοὺς κρόκους δύο νωπῶν ὧν καλὰ κτυπημένους, δι' ὧν νὰ ἐντρίβωμεν τὸ τριχοφόρον δέρμα, μετὰ τοῦτο δὲ ἐκπλύνωμεν τὴν κόμην πρῶτον μὲν με χλιαρὸν ὕδωρ, καὶ μάλιστα τῆς βροχῆς, καὶ ἔπειτα με ψυχρὸν. Ἀρ' οὐ ἐκπλύνωμεν οὕτω πως τὴν κεφαλὴν σπογγίζομεν αὐτὴν με λεπτόν ὑφασμα καὶ τὴν βουρτσίζομεν ἐπιμελῶς. Καὶ τὰ κτένια δὲ καὶ αἱ ψῆκτραι (βουρτσαι) πρέπει πάντοτε νὰ ἦνε καθαρὰ καὶ οὐδέποτε νὰ μένουν ἀκαθαρσία ἐπ' αὐτῶν.

Ὁ χάρτης κατεσκευάσθη ἐκ βαμβακερῶν ῥακῶν κατὰ πρῶτον ἐν ἔτει 1000 μ. Χ.

1. Εἰς διάφορα σχολεῖα τῶν κορασιῶν ἐν Γερμανίᾳ διδάσκηται ἐπίσης πρακτικῶς τὸ μάθημα τῆς μαγειρικῆς, ὑπάρχουσι δὲ καὶ εἰδικὰ σχολεῖα τῆς μαγειρικῆς, εἰς ἃ φοιτοῦσι καὶ κοράσια ἀνήκοντα εἰς τὴν καλητέραν τάξιν τῆς κοινωνίας.

Σ. τ. Δ.