

li osm vajec, mimo fazol, uzeminy, kavy, brambori, a jinych veci. Jest-li jest to bleda, slabá s vadlena, tak může byti spokojena s jednim, jestli je může dostat.

Vejec se často používají na místo masa; jest jejich zažívání asi stejné? Masa obsahují jistý druh látek, jmenem "vytaženiny" které se ve vejcích nenalézají. Tyto vytaženiny mají schopnost povzbudit činnost zažívacích žláz které se nalézají ve stěnách žaludčních, které vyměšují zažívací šťávy. Z této příčiny bývá v žaludku silnější činnost, přece to vezme delší dobu toto štávo připravit na další cestu do střeva, nežli vejce, takže žaludek jest dříve s vejci hotov.

Jest tak zvaná "francouzská topinka" dobře ztrávena? Francouzská topinka se dělá namáčením chleba do syrového vejce, a pak usmažením. Chleb takto připravovaný jest ztráven se stejnou rychlostí jako obyčejně chleb.

Jest reakce žaludku k bílku ta samá jako k žlutku vejce? Nikoli. Alespoň v některých žaludcích jest žloutek radostněji uvítán nežli bílek. Svou náchylností k žlutku dokazuje žaludek svůj moudrý bystrohled, neb žloutek jest ta část která obsahuje většínu potravní ceny vejce. Obyčejně vejce, mimo skořápky, váží asi jednu unci a půl; bílek váží unci, a žloutek půl unce. Věk z toho unce bílku jest většina vodou; obsahuje pouze třináctinu unce potravní, kdežto v půl unci žlutku jest čtvrtina unce potravní. Analýs se dozvídáme, že ve žlutku jest více tuku a fosforu. V bílku jest pouze nepatrná stopa tuku, kdežto jedna třetina žlutku sestává se z tučných látek, některé z nich fosforované, a všechny poskytující topivou sílu k tělu. V žlutku jest také mnoho vápníku a železa, a z těchto se staví kost a krev, kdežto v bílku je jich málo.

Činí přidávání hořčice neb octu vejce snazší k ztrávení? Zvyk používati hořčici neb oct s vejcem, má velice málo důvodů v svůj prospěch. Tyto látky podráždí žaludek ž zvrhuje více zažívacích šťáv, ale u zdravého člověka, se zdravými jídy, tohoto není potřeba, neb tyto jídy se postarají samy o to aby bylo pro ně dosti zažívacích šťáv. Vejce s těmito látky jsou ztráveny asi se stejnou rychlostí jako bez nich.

Jsou kachní a krutí vejce stejné ztráveny jako slepičí? Takové to vejce se v žaludku chovají stejně jako slepičí. Toto se dá očekávat, poněvadž všechny vejce obsahují ty samé látky, jediný rozdíl mezi nimi jest ve velikosti.

Jest bílé vejce lepší neb výživnější hnědé neb tmavé? Nikoli. Jakost vejce nezáleží v žádné míře na barvě skořápky. Lidé mají radši bílé vejce, poněvadž všechny vejce obsahují ty samé látky, jediný rozdíl mezi nimi jest ve velikosti.

Jest bílé vejce lepší neb výživnější nežli hnědé neb tmavé? Nikoli. Jakost vejce nezáleží v žádné míře na barvě skořápky. Lidé mají radši bílé vejce, poněvadž je lidé chtějí.

Léky, zvyšující letní požitek.

Chte užití letní měsíce v nej-příjemnější pohodlí? Hlavní věci rozhodně jest zapuditi všechnu churavost, a protože poslední příčinou přemnohých letních chorob jest nepořádek žaludku, udržujte své vnitřnosti v čistotě a bez zácpy pomocí Trinerova Léčivého Hořkého Vína (Triner's American Elixir of Bitter Wine). Tento prostředek jest lék a nikoli nápoj. Vyčistí žaludek, udržuje jej v čistotě, napomáhá zažívání a utuží celou tělesnou soustavu. Zbavíte se žaludečních potíží, bolení hlavy, nervosy, nechuti k jídlu a atd. a užijete krásné letní období příjemně a vesele. Cena \$1.00. V lékárnách. — Trinerův Lini-ment má být stále po ruce. Jest to neocenitelný lék jak pro vážné případy (namoženiny, otoky, neuralgické a reumatické bolesti) tak pro osvěžení znavených svalů a nohou. Cena 25 a 50c. v lékárnách, poštou 35 a 60c. — Jos.

Triner, velkovýrobce léků. 1333-1339 So. Ashland ave., Chicago, Ill.

Od našich hochů.

Pearl Harbor, Honolulu, H. T. U. S. Naval Station, June 23, '17. Odvarka bratří, Clarkson, Nebr.

Milí přátelé:— Srdečný dík a pozdrav zasílám. Tedy již jeden je zde a to ve Fort Kamehameha. Z Pearl Harbor tam není daleko, každý den slyšíme jejich revele. Ještě týden a pojedem domů do Schofield. Každý jeden musí prodlat deset stráží. Chci se Vám zmínit jak to trochu vypadá. Má stráž byla na suchém doku, pak dvě na cestě vedoucí z Honolulu. Mimo těch jsem chytil jednu kolem nádržek oleje, kde ponorky bčou si olej pro pohon. Pak dvě kolem bezdrátové telegrafie a jednu kolem strojovny. Tudíž ještě tři mám v očekávání. Zde v Honolulu kotví již přes čtrnáct dní japonský křižák "Izuma", prvé dny každý si mohl jít jej prohlédnout. Pak zase ale někdo měl něco za hubem tedy návštěvy zakázali a postavily se stráže které byly z druhého battalionu 1. inf. Jest zde španělský konsul, který se chtěl moci dostat na křižák. Povolení ale dostat nikde nemohl, protože zastává zde též německé zájmy. Zkusil to několikrát se na lod' dostat, ale stráž mu rekla dosti jasně svůj "order". Tedy šel jednou s americkým důstojníkem a tím způsobem se tam na lod' dostal. Ted' se dávala vina tomu vojínovi, že nekonal svoji povinnost. Vojín ale mysl, když jde s americkým důstojníkem, tedy jistě nebude dělat ničeho proti vládě. Španělský konsul má ted' něco se soudem a důstojník je čistý, co je s vojínem nevím. Tedy zde si postavil Strýc Sam velkou bezdrátovou stanici zrovna u zálivu. Stála mnoho peněz, jest asi 700 střeveů vysoká. Skládá se ze tří věží, každá ta věž od sebe dosti vzdálená, ale stráž když někoho zastavují, tedy se jasně slyší. Každá ta věž stojí na třech nohou které jsou od sebe asi 200—300 střeveů vzdáleny. Kolem nich je tedy ta stráž, jest to čísl. 9, 10 a 11. Kolem každé věže chodí jeden. V pozadí jest námořní nemocnice a ještě několik budov, pak jsou tam dílny. Též jest tam náš "guard tent." Před číslm jedenáctým asi tři sta yardů vede železnice která tam má stanici, a vždy večer a ráno přijíždí velké dlouhý vlak by odvezl dělníci domů, kteří skoro výhradně bydlí v Honolulu. Od té nemocnice vede cesta z asfaltu též k tomu dýpu, ale protože se všemožně točí jest to asi míli tam dojíti. Mezi těmi věžemi vede cestička a vede pod věž číslo 11 a těsně kolem jednoho rohu k stanici. Chodím stráž číslo 11, po pravé straně vedou neproniknutelné houštiny a po levé straně přijde ta jedna noha asi deset střeveů k zálivu. Mám rozkaz: "I will allow no one near the wireless tower, day or night, except by the order of the corporal of the guard." Vyjímám pouze ten poslední článek. Ted' nastane večer a dělníci a též různé písáčky se hrnou z práce a všichni tou cestičkou k mě stráž. Co ted' žádný mě neřekl co mám dělat v tomto případě. Bud' je všechny zastavím a tu když nebudou chtít přijít se mou do konfliktu tedy bud' musí zpět anebo do toho roští a tím se prodírat 300 yardů k stanici a jest-li ani to by jim nebylo po chuti tedy zbývá jim ještě jedna cesta a ta jest vzléti do vody a pěkně na distane to oplatit, a pak zase jít k dýpu, neb všichni jít ku kaprálovi pro potvrzení, že mohou kolem té věže jít, tudíž že jsou to docela domáci lidé. Tu to leží na každém vojínovi co sám udělá. Já ovšem jsem si pomyslel že ti mě tu věž nejdou vyhodit do povětří tedy je kličně nechal chodit kolem. Kdyby ale ta věž v tom čase třeba sama svalila tedy vinu bych nesl já že jsem ty lidé nezastavil. Tak se nese každý rozkaz. Několik jich chytli, že spali na stráž, a co já vím tedy jeden dostal tři léta též

ké práce a nečestné propuštění z armády, ovšem až si ten trest odpýká. V novinách se dočítám stále tam a tam milčák zastřelil toho a toho. Je to ku podivu, vinu v prvé radě nesou lidé sami. My máme též rozkaz kdo neuposlechne výzvu stát tedy střelit. Posl ale ani jeden patron nebyl vypálen po někom. Ačkoliv když jsem měl stráž jednou na cestě číslo 4, tedy ze soboty na neděli mezi 9 a 10 hodinou večer jsem zastavil asi 150 lidí. Přicházeli po šesti a stále. Šli do Honolulu. U nás se to provádí takhle. Když někdo v noci se přibližuje tedy se komisně na něj křikne: "Halt, who's there?" a jestliže neuposlechne tříkráte opakovanou výzvu tedy se má střelit. Ale u národní gardy a milice se to provádí takhle, když někdo v noci přichází tedy namíří a střelí pak křikne: "Halt, who's there?" Třeba že ten již na věky mu nemůže dát odpověď. Před časem zde bylo, že žádný vojín nemůže zde dostati pití. Stále se po městě říkalo: "No more booze for soldiers", a již ku předu vypovídávali kolik se ušetří atd. Ale vojínům to kupovali čínští a jiní lidé. Několik jich bylo zavřeno, tedy se více báli jim to pití donášet. My ale víme, že nouze železo máme a je matkou všech vynálezů. Tedy vojáci chodili se kupat do Waikiki Beach a tam dostali pití co jim hrdlo ráčilo. Rozkaz byl žádný muž v uniformě, tedy koupací oblek nebyl uniforma a proto se smělo jim prodávat. Nedělal to ale dobrotu, tedy zase museli z koupací obleku nějakým způsobem udělat uniformu. Tedy jak známo, přehota zde nosí kolem kloubůku jasně modrou šňuru musí dáti kolem krku a tak bude k poznání jako v uniformě. Ovšem, náhledy hned o tom byly. "Což jsem nějaký pes bych nosil šňuru kolem krku." Vyhnu-li se zase tomu a to tím způsobem že si našli přátelé a chodili k nim do domů a tam pili zle. Ten zákon vykládá, že když vojín bude počastován v domě svého přítele líkěrem, to že není porušení zákona. Jak to ted' provedou to buh ví. Legrace je s tím velká. Jejich snahy jsou moc jasné kam míří, ale nechtěje urazit někoho z Vašich čtenářů, kteří se hlásí k různému náboženskému vyznání, tedy se o-tom vůbec nezmíním. O vnitřním životě vojáků to píši všechny noviny, ale o životě těch nad námi neví nikdo. Večera v poledne co třetí "relief" jsem přišel z gardy a jedu od oběda a již mě jeden praví že jsem ustanoven na "guard detail" pro zítřek. Moc pochvalně jsem jej nenazval, on ale povídá, jestli nevěříš jdi a podívej se sám. Skutečně jsem byl zase ustanoven na gardu. Hned ale jsem našel vrchní šeržanta a bych pozvedl svůj hlas proti tomu bezpráví na mě páchaném. Řekl jsem mu, jak se tak mohl o mě dovědět že patřím na gardu když právě před půlhodinou jsem přišel z ní. Povídá, to že tedy bude chyba našeho lajtuanta, který dělал soupis. Já to ale spravím. Dnes místo té guardy píši. Jaké psaní, pero není tužka a papír jsou zde vzácnosti. Stíl jsem si udělal tím způsobem že sedím na polní posteli a tu pokličku s talířem mám na kolenu. V takové záviděhodné posici píši tenhle dopis. Zde máme krásné mořské koupele u uhelných doků, tedy se koupáme stále. Kdybych věděl u které batterie je ten hoch v Kamehameha, tedy bych tam zašel. Se srdečným pozdravem zůstávám Váš Jos. Vaculovic, 1st U. S. Inf. Co. D. Schofield B'ks, H. T.

mezi vzniknutí všem nakažlivým nemocím.

Proti pocení nohou. Jistý ruský lékař léčil s úspěchem pocení nohou prostředkem zcela jednoduchým. Kdo trpí touto nepříjemností, necht' umyje si nohy ve vodě a natře chodidla navlhčeným mýdlem. Když mýdlová pěna oschne, oblečou se punčochy a střevíce. To se děje tříkrát v týdnu s velmi dobrým výsledkem.

Americké vlajky. Kdo dosud nevztýčil ve svém domově americkou vlajku ať ve městě neb na venkově, necht' tak učiní co nejdříve. Naše zásoba tak zv. "window flags," jest již nepatrná a více nebude obnovena. Nemá být ani jediné farmy bez americké vlajky v této válečné době. Vlajky naše jsou ve dvou rozměrech a nejlépe hodí se do domu a také i na chránici sklo automobilu. Jsou v rozměrech 9x12 a 15x27 coulů. Větší vlajky stojí 10 centů kus a neb 3 za 25c. Menší vlajky 2 za 15c. Hlaste se hned dokud jest zásoba. Objednávkám z venkova věnujeme zvláštní pozornost a obřatem pošt zá-silkou vyplníme.

Dr. F. G. Kolouch,
Český lékař a chirurg
Nástupce Dr. E. Čapka
SCHUYLER, NEBRASKA

Dr. S. G. Allen
LÉKAŘ A RANHOJČ
v Clarkson, Nebraska
K najiti v jich úřadovně nad lékárnou Kozovou neb v lékárně

Dr. F. J. KALAL,
Český lékař a operátor
Dle lékařské etikety neoznamují své pacienty v časopisech. Tel. úřad 45.
Úřadovna nad obchodem A. J. Karla.
CLARKSON, NEBRASKA

Dr. H. D. Meyer,
lékař a ranhojč
V HOWELLS, NEB.
Jeho úřadovna nalezá se v domě p. Jos. B. Svobody t. j. druhé dveře poledně od obchodu p. J. E. Šindeláře. :: 28

Nejlepší prostředek proti mouchám a kamárům ve stájích. Mouchy všeho druhu i ty nejobtížnější, jejich stípnutí u dobytka i otevřené rány působí, lze za jedinou noc ze stáje vypuditi tím, že položíme ve stáji na prkénko nebo na talíř něco chlorového vápna na místo dobytka nepřístupné a otevřené okno. I myši v nejkrajší době opustí místo, kde čpí vápno chlorové, které propívá nejen v tomto směru, ale ničí také protivný zápach ve stáji, čímž za-

LEIGH STATE BANK,
Kapitál \$20,000.00
Přebytek 3,000.00
Leigh, Nebraska

Vyzívuje veškerý bankovní a peněžní obchod. Vypláci vysoký úrok na časové vklady. — Ručí za tyto svými podílňiky zaručená Guarantee Fundem Státu Nebr. — Hledí vždy v každém ohledu Vás uspokojiti. Mluvíme česky.....

NIELS OLSON, předseda
R. H. GOODGE, místo předseda

E. M. NELSON, kasír
F. L. VLACH, výp. kasír

Thos. Mortimer, před.
FIRST NATIONAL BANK,
Leigh, - - - - - Nebraska.
Založena roku 1886. —::— Kapitál a přebytek \$70,000.00

Bankovní obchod ve všech oborech vykonáváme k úplné spokojenosti našich příznivců.—Peníze zasíláme též do staré vlasti. Obstaráváme abstrakty. Dohlížíme na pozůstalosti a vyhotovujeme poslední vůle. Zdržma vybíráme daně, vyhotovujeme notářskou práci.— Platíme úrok na peníze na čas. U nás se mluví česky.

Fred Rabeler, ml., kasír
John H. Mueller, výp. kasír

Alex Rabeler, výpomocní kasír.
Ed. Rozmarin, výpomocní kasír.

Předplatné na tento list obnáší \$1.50

Adolf Bukáček,
majitel rozsáhlého
nábytkového
obchodu
spojený s
pohrobnickým
závodem



jest vždy připraven každému posloužiti se vším co do jeho odboru náleží. Dříve nežli koupíte Váš nábytek jinde navštivte jej a schledáte, že při koupením od něho ušetříte si peněz.

Též má vždy na skladě vyhlášené "Schulz" a "Bush a Lane" piana a světoznámé "Edisonovy" fonografy a rekordy. Přijďte a poslechněte ty nejnovější kusy, ve kterých má velké výběr. — "Singer" a "New Home" šicí stroje má stále na skladě za ceny mírné. — Pohrobnickému oddělení věnuje tu nejlepší pozornost. — Jak mile budete potřebovati něco z jeho odboru, vyplatí se Vám to když jej navštívíte.

Geny mirné Obsluha vzorná.

Ford
THE UNIVERSAL CAR

FORD RUNABOUT. Veškeré požadavky motorové káry jsou na prvním místě úspora, jak v operování tak též i v uchovalosti. Nutno též bráti řetel na jednoduché kontrolování. Sta firm velkých i malých, ví nyní že jest to velkou úsporou pro ně v jich obchodě užívati Ford kár. Tisíce lidí v zemi spoléhají se na tuto káru v jakých koliv cestách pohoďach, bývše přesvědčeny, že Ford vykonává své poslání. Cena \$345.00.

FORD TOURING CAR. Zakupte si Ford ještě dnes—a tím jedně předejdete možnému zdření při vaší koupi. Skorem dva miliony Ford kár jsou nes v potřebě—a jednakaždá jest živým argumentem pro vaše káru má být Ford. Úspora a trvanlivost, jakož i univerzální posluha jsou faktem nejen v jménu nýbrž u každého majitele. Navštivte nás neodkladně. Cena \$360.

PRAZAK MOTOR COMPANY, CLARKSON, NEBRASKA

