

اجزائه الصغيرة فبهي نسبة المليمتر للسنتيمتر ونسبة الاخير للديسيمتر ونسبة هذا للمتر الذي يستعمله في قياس عرض وطول حجرة دراسته والحديقة التي يزرعها والفناء الذي يلعب به ويرسم هذه مبنياً نسبة الواحد للآخر ويقيس أيضاً كرأسه وطول قلمه فيرسخ في ذهته اجزاء المتر المختلفة وقيمة كل منها ويستحسن ان يسمح للتلاميذ ان يقطعوا مسافات خارج المدرسة يقيسونها بمقاييس الطول مثل الهكتو متر والديكا متر والكيلو متر

وروده الصرر

## تدبير المنزل

### اثاث المنزل

- في جميع الاماكن ولا سيما في قطر مثل القطر المصري حيث يكثر الغبار يجب ملاحظة ما يأتي في اثاث المنزل
- (١) - أن تكون الامتعة من النوع الذي لا يسمح باجتماع الغبار بين اجزائه فالخشب المزخرف بالحفر مثلاً يلتصق بها التراب ويجمع فيها الغبار ويصعب ازالته عنها
- (٢) - أن يكون الاثاث سهل التنظيف والتنظيف . ولذا تفضل الاشياء البيضاء التي يظهر فيها الاتساخ ويمكن تنظيفها بسهولة
- (٣) - أن تفرش غرف النوم والاكل والاطفال بالمشمع لانه سهل الغسل

- أما باقي الغرف فإن أمكن فرشها بالشمع كان بها ولا تفرش بالطنافس  
« السجاجيد » الصغيرة لأنها سهلة الحمل فيمكن تنظيفها بسهولة  
(٤) — أن تكون الأسرة حديدية أو مصنوعة من المعدن ليسهل غسلها  
وتطهيرها . ويلزم ألا تكون الأسرة خشبية لأن البق يأوى إليها  
بسهولة وتتمدر إبادته منها
- (٥) — أن تكون الحشايا « المراتب » متوسطة لليونة
- (٦) — أن يكون الأثاث على قدر الحاجة فقط لأن الأثاث الكثير يصعب  
تنظيفه ويجعل المنزل مزدحماً
- ومن الخطأ العظيم جعل الأمر العام في انتقاء الأثاث ملاحظة الطرز  
الحديث « المودة » والمنظر الجميل وعدم العناية بالقوانين الصحية  
ومما يؤسف عليه صرف المقادير العظيمة من الذهب في شراء الأثاث  
الذي لا يلبث أن يبلى سريعاً والذي يستلزم احضار العدد الكبير  
من الخدم للعناية به وتنظيفه فضلاً عن أنه يجعل المنزل مزدحماً صعب  
التنظيف والتطهير تأوى إليه الحشرات وتكمن فيه المروم  
ولا يفرب عن ذهننا دائماً أن جمال الأثاث ينوقف على نظافته . لا على  
زخرفته وكثرته . فكم من منازل حسنة البناء ثمينة الأثاث تمج النفس  
النظر إليها لعدم توفر النظافة فيها . وكم من منازل حقيرة رخيصة  
الأثاث جعلتها النظافة فردوس النعيم وجنة عدن

## تلطيف حرارة الغرف في الصيف

لتلطيف حرارة الغرف في فصل الصيف يجب أن :-

- (١) - تعلق النوافذ التي جهة اشعة الشمس
- (٢) - « المصاريع » الدرف « الخشبية لنوافذ الغرف
- (٣) - يقلل الاثاث بقدر مايمكن فلا يبقى منه في الغرفة الا بقدر اللازم فقط « وهذا يلاحظ دائماً »
- (٤) - تمسح الارض أو ترش بالماء أن لم تكن من الخشب المدهون
- (٥) - يوضع اناء محتو على مقدار من الثلج أو توضع أوعية محتوية على ماء بارد وتغير المياه كل مدة قصيره
- (٦) - توضع ملايات مبللة بالمياه على النوافذ والابواب وترش بالماء كلما جفت
- (٧) - توضع بالغرفة أزهار أو مزروعات أخرى

## شرب الماء البارد

مما يجب الحذر منه أيام الحر الشديد حرصاً من التعرض لاصابة الجهاز الهضمي الذي هو بمثابة الميزان للجسم شرب الماء المبرد بالثلج بكمية كبيرة دفعة واحدة . ويمكن تقليل شدة الظلمة وتخفيف الحرارة بغسل الوجه والرقبة بالماء البارد . واذا كان ولا بد من تبريد الماء صناعياً يجب أن يكون ذلك من الخارج لا بأذابة الثلج في الماء : لان الماء الذي يصنع منه الثلج يكون في الغالب وسخا غير نقي وكثيراً ما كان سبباً في العدوى وتتحقق من ذلك برؤية الماء الناتج من قطعة من الثلج بعد ذوبانها فاننا نرى بالماء انقضاء بكمية كبيرة

## عطر للأيادي

(٩٦) - جزء آمن ماء الورد

(٨) - اجزاء من زيت اللوز الحلو

(١٠) - » » » الطرطير

تمزج هذه الاشياء بعضها ببعض فيكون منها عطر جيد للأيدي أو الجسم

## كيفية تحضير اللبن للأطفال في الرضاعة الصناعية

١ - يلزم أن يكون اللبن من أبقار سليمة

٢ - « » « حديث الحلب لأنه كلما كان اللبن حديث الحلب كلما كان

سهل الهضم

٣ - يلزم أن يكون الوعاء الذي يوضع فيه اللبن نظيفاً جداً ومغطى بغطاء

محكم ويستحسن أن يكون الوعاء من البللور

٤ - يغلى اللبن في اناء من النحاس المتصدر جيداً أو اناء من الفخار

٥ - تمزق القشدة التي تظهر على وجه اللبن عند غليانه بعملية نظيفة تكون

قد أغمرت في ماء مغلي

٦ - يضاف الى اللبن جزء من الماء المعقم لتقليل نسبة المواد الازوتية وإذا

وجد أن الطفل يهضم اللبن بسهولة فلا ضرورة لأضافة الماء . وكلما

تقدم الطفل في السن قل مقدار الماء الذي يضاف للبن

٧ - يضاف الى اللبن قليل من السكر « مقدار ثلاثة دراهم من السكر الى

رطلين من اللبن » حتى يقرب من لبن الأم على قدر الإمكان

٨ - يرفع اللبن عن النار ثم يغطي بغطاء نظيف يكون قد سبق وضعه في ماء مغلي

ويستحسن الا يجيز من اللبن في المرة الواحدة الا المقدار الكافي لمرة  
 واحدة للتأكد من نقاوة اللبن لأنه مهملها كانت العاية باللبن بعد تحضيره  
 فضل عليه قبل اعطائه للطفل  
 منيره محمود مصبري

## صراخ القبور (١)

ترجع الامير على منصة القضاء تجلس عقلاء بلاده عن يمينه وشماله وعلى وجوههم  
 المتجمدة تنعكس أوجه الكتب والاسفار . وانتصب الجند حوله ممتشقين السيوف  
 وامن الرياح . ووقف الناس أمامه بين منفرج أبي به حب الاستطلاع ومترقب  
 ينتظر الحكم في جريمة قريية وجريمة قد أخذوا رقابهم وخشعوا ببصائرهم وأمسكوا  
 انفسهم كأن في عيني الامير قوة توغز الخوف وتوحى الرعدة الى نفوسهم وقلوبهم  
 حتى اذا ما اكتمل المجلس وازفت ساعة الدينونة رفع الامير يده وصرخ قائلاً  
 « أحضروا المجرمين واحداً واحداً واخبروني بذنوبهم ومعاصيهم » . ففتح باب  
 السجن وبانت جدران المظلمة مثلما تظاهر حنجرة الوحش الكاسر عندما يفتح  
 فكبه مثائباً . وتصاعدت من جوانبه قافلة القيود والسلاسل متألفة مع اثنين  
 الحباء ونحيبهم . خول الحاضرون اعينهم وتطاوت اعناقهم كأنهم ير يدون  
 مسابقة الشريعة بنواظرهم ليروا فرسة الموت خارجة من أعماق ذلك القبر  
 وبعد هنية خرج من السجن جنديان يقودان قتي مكنوف الساعد بنكلم  
 وجهه العابس وملاحمه المنقبضة عن عزة في الذنس وقوة في القاب . وارقناه وسط  
 المحكمة وتراجعا قليلاً الى الوراء . فأحدق به الامير دقيقة ثم سأل قائلاً « ما  
 جريمة هذا الرجل المنتصب امامنا برأس مرفوع كأنه في موقف الفخر لا في  
 قبضة الدينونة »