

Ofensywa powstańcza na stolicę Hiszpanii? Madryt drży w posadach

Bombardowanie z dział ciężkiego kalibru

PARYŻ, 31. 1. — Agencja Havasa donosi z Madrytu, iż baterie wojsk gen. Franco o g. 1 w nocy zaczęły ostrzeliwać Madryt z dział ciężkiego kalibru. Bombardowanie ustało o g. 1.30, ale działania, rozpoczęte w tym samym czasie, trwają w dalszym ciągu.

ZAGADKOWE RUCHY FLOTY RZĄDOWEJ.

GIBRALTAR, 31. 1. — Reuter donosi, że hiszpańska flota rządowa opuściła Kartagenę, udając się w nieznanym kierunku.

BELGIA PRZYJMIJE 500 DZIECI HISZPAŃSKICH.

BRUKSELA, 31. 1. — Rząd belgijski postanowił wziąć udział w międzynarodowej akcji pomocy uchodźcom hiszpańskim. M. i. 500 dzieci będzie ułokowane w schronisku belgijskim w m. Sete (Francja Pol.).

SALAMANKA, 31. 1. — Główna kwatery wojsk gen. Franco komunikuje, iż pomimo niepomyślnych warunków atmosferycznych (deszcze padają w całej Katalonii)

posuwano się bez przerwy naprzód. Zajęto następujące miejscowości: San Vicente, Levonera, Castel Terzor, Espunyola i Santa Maria de Palotondera.

W Barcelonie w ręce wojsk gen. Franco dostał się olbrzymi materiał wojenny. M. i. zdobyto 100 nowych motorów samolotowych produkcji amerykańskiej, 8 nieużywanych jeszcze samolotów amerykańskich, 38 tysięcy blaszank z benzyną, 1000 karabinów maszynowych, które nie zostały

jeszcze nawet rozpakowane itd. Stanowi to dopiero część materiału wojennego, który zdolano zarejestrować. Wartość nie obliczonej jeszcze i nie zarejestrowanej zdobyczy obliczają na przeszło 100 milionów pesetów w zlocie.

Cały ten materiał jest pochodzenia obcego.

W ciągu dnia wczorajszego wzięto do niewoli 1500 jeńców. Wśród materiału wojennego, zdobytego w ciągu doby ubiegłej, znajduje się skład amunicji i cały pociąg, załadowany bronią i amunicją.

W Estramadurze wojska gen. Franco zajęły dalsze punkty strategiczne. Nieprzyjaciół poniosł ciężkie straty. Zdołano wielką ilość karabinów maszynowych i amunicji

Prezydent Roosevelt skończył 57 lat.

NOWY JORK, 31. 1. — W całych Stanach Zjednoczonych bardzo uroczyste obchodzono 57-mą rocznicę urodzin Roosevelta. Zorganizowano liczne imprezy, w celu zebrania miliona dolarów na walkę z paraliżem dziecięcym. Prezydent spędził dzień wczorajszy w otoczeniu rodzinnym, wieczorem wygłosił przez radio przemówienie, nawołując do walki z Heine-Medina.

Nowy kurator w Poznaniu.

POZNAŃ, 31. 1. — Dziś przechodzi na własną prośbę w stan spoczynku kurator okręgu szkolnego poznańskiego, p. Jan Jakóbiec.

Minister oświaty mianował kuratorem okręgu szkolnego poznańskiego dr. Stanisława Stefkiewicza, naczelnika wydziału przedziałowego w Mia. Oświaty.

Dolar 5.26½

Bank Polski notował dziś rano dolary po 5.26 i pół, funty szterlingi po 24.68, franki szwajcarskie 119.00, franki francuskie 13.95, liry włoskie 15.90 (odcinki tylko do 100 lirów).

Z CAŁEGO ŚWIATA. Skróty telegraficzne.

— SAN PEDRO. Z San Pedro (Kali fornia) odeszły do Liverpoolu transport 14 samolotów wojskowych. Stanowi on część zamówienia rządu brytyjskiego w zakładach Lockheed. Całość zamówienia wynosi 20X samolotów.

— BRUKSELA. W pobliżu Eupen nastąpiło zderzenie między dwoma samochodami przy czym 5 osób, wśród nich jedna kobieta i dziecko, poniosło śmierć na miejscu.

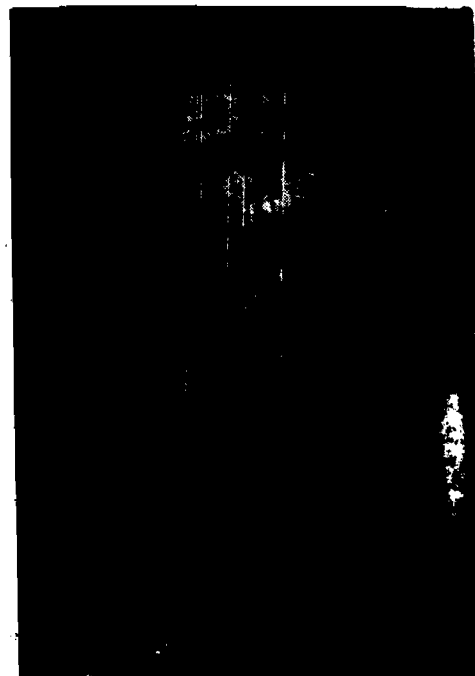
— RIO DE JANEIRO. W czasie próbnego lotu dostarczonego niedawno armii meksykańskiej przez Stany Zjedn. samolotu wojskowego — aparat z nieustalonych dotychczas przyczyn spadł na śródmieście Rio de Janeiro, uszkadzając trzy domy. Załoga samolotu, składająca się z dwóch osób, zginęła na miejscu.

— UNGHVAR. Szef propagandy „rządu Włoszyna Komarnyński, jego żona i siostra zostali ciężko ranni w katastrofie samolotu podczas powrotu z balu policyjny w Mariani Szeged.

— CHICAGO. Gwałtowna śnieżnica niemal zupełnie sparaliżowała ruch uliczny w Chicago. Burza śnieżna szaleje nad stanami Illinois, Indiana, Michigan i Pensylwania zbliżając się do Nowego Jorku.

— BANGKOK. Po wykryciu spisku, którego celem było obalenie króla, dokonano kilku rewizji i aresztowań. Burmistrz Bangkoku gen. Devahastin został aresztowany. 12 oficerów zawieszono w czynnościach

Prezydent Rzeczypospolitej Polskiej



Prof. dr. Ignacy Mościcki

Dziś w dniu 1 lutego, jako w dzień Imienin P. Prezydenta Rzeczypospolitej, Ignacego Mościckiego, całe społeczeństwo polskie jednoczy się w manifestacji swej czci i przywiązania do NAJDOSTOJNIEJSZEGO SOLENIZANTA.

Wyjaśniona tajemnica nocnego napadu na plebanię CYGANIE ZAMORDOWALI PROBOSZCZA Aresztowanie sprawców chudej zbrodni

LUBLIN, 31. 1. — Jak donosiliśmy — na plebanii w Dratowie w pow. puławskim został zamordowany w czasie napadu bandyckiego proboszcz parafii, śp. ks. Władysław Walencik.

Władze policyjne wyteżyły wszystkie siły w kierunku wykrycia sprawców morderstwa. Wysiłki policji uwińczyły pomyślny rezultat. W parę dni po morderstwie zwrócono uwagę na podejrzaną zachowanie się Cyganów i Cyganki zamieszkałych we wsi Cegłówka, w pow. puławskim, u wiceksięcia Mieczysława Adamczyka.

Przeprowadzona rewizja u Adamczyka i Cyganów dała rewelacyjny wynik. Znalezione 105 zł i 33 gr w bilonie jaki zarabowano u księdza, 6 medalionów wyłamanych ze skradzionego kielicha misalnego, oraz zapalniczkę, stanowiącą własność zamordowanego proboszcza.

Adamczyka i Cyganów aresztowano. Nazwiska ich brzmiały: Helena Kamińska, Stefan Sadowski, Stefan Rutkowski i Jan Głowacki. Pierwotkowe śledztwo ustaliło również szczegóły napadu. Pomiędzy godz. 20 a 21-szą gospodyni proboszcza Marianna Czapla, wyszła z plebanii po wodę do studni, zostawiając niezamkniętymi drzwi i gdy wróciła, z sionki wychodziło

kilku mężczyzn, którzy wciągnęli ją do mieszkanka, a po sterroryzowaniu dubelówką znalezionej w sypialni, ciągnęli ją po mieszkaniu wyrzucając wszystkie rzeczy z szuflad i szaf.

Po splądrowaniu mieszkania bandyci związali gospodyni ręce i wciągnęli do gabinecie, grożąc śmiercią w razie wołania o pomoc. Gospodyni słyszała jak bandyci wytoczyli kasę na plebanii, usiłując ją rozbić młotem i łonem.

Płądrowanie trwało około 2 godzin. Około godz. 22-ej gospodyni usłyszała szal rewolwerowy i wkrótce okazało się, że jeden z bandytów strzelił do powracającego na plebanie księdza Walencika, który bawił w sąsiedztwie.

Ksiądz Walencik postrzelony kulą rewolwerową rzucił się do ucieczki w stronę bramy plebanii, po czym zmienił kierunek i zaczął uciekać do domu kościelnego Brzegały, odległego o trzydzieści kilka metrów od plebanii.

Brzegały usłyszał dwa strzały rewolwerowe, wyszedł na podwórze i znalazł leżącego na ziemi księdza Walencika.

Przy pomocy żony podniósł ciężko rannego księdza, usiłując zanieść go na plebanie, w drodze jednak ks. Walencik zmarł.

Atak M.J. Wielopolskiej na K. Iłakowiczównę Ostry spór dwu literatek

WARSZAWA, 31. 1. — Powodem dużego poruszenia stanie się niewątpliwie broszura P. M. J. Wielopolskiej, która znalazła się wczoraj na półkach księgarskich, wymierzona w formie niezwykle ostrej przeciwko znanej poetce, Kazimierze Iłakowiczównie.

Powodem ataku jest książka „Ścieżka obok drogi”, wydana przed Bożym Narodzeniem. Pierwsza wydana prozą rzecz Iłakowiczówny jest formą pamiętnika, poświęconego Marszałkowi Józefowi Piłsudskiemu. Iłakowiczówna była, jak wiadomo, w ciągu dziewięciu lat urzędniczką gabinetu ministra spraw wojskowych, sekretarką osobistą Marszałka Piłsudskiego.

wieczny dała Wielopolska tytuł: „Piłska w jaskini Iwa”. Książkę swą p. Wielopolska kończy następująco:

„Dobrze pani chciała zareklamować swoje całkiem przeciętne stanowisko, na które padał jeden tylko wyróżniający promień słoneczny, mianowicie, iż działało się to wszystko hyperbolicznie blisko osoby najdroższej nam Marszałka Piłsudskiego.

Ale Go pani nie widziała. Pani widziała wszędzie siebie i tylko siebie swój interes, swój snobizm, swoje imponowanie lu dziom, swoją karierę urzędniczą, swoje awanse. Reszta — blaga, i to blaga pośledniejszego gatunku, podana ze smieszną i niesmaczną emfazą”.

Rosjanie chodzą biegać na polskich podszewkach?

WARSZAWA, 31. 1. — Jak się dowiadujemy, w najbliższym czasie wyjechać ma do Moskwy na toczące się obecnie rokowania, prezes polskiego przemysłu garbarskiego, p. Pfeiffer. Będzie to związane z ewentualną finalizacją dostaw większych ilości skór podszewkowych i chromowych z Polski do Sowietów. Dostawy te były już przedmiotem rozmów przedwstępnych

z przedstawicielstwem handlowym ZSRR w Warszawie. W realizacji dostawy sięgały kilka milionów złotych.

Wzajemnie Sowiety miałyby dostarczyć Polsce skór futrzanych surowych. Nie przewidywa się natomiast importu z Rosji skór wyprawionych, gdyż przemysł krajowy przerabia wystarczającą ilość dla pokrycia zapotrzebowania rynku wewnętrznego.

Po zajęciu Barcelony przez wojska gen. Franco.



Jedni wzięli do niewoli prze. ulicami Barcelony, do ob. zów boudo. nacyjnych.

Tajemnicze zniknięcie z biur lotniska w Hendon tajnego dokumentu wojskowego pierwszorzędnej wagi

O aferze powiadomiono natychmiast min. lotnictwa

LONDYN 31. 1. Agencja Reutersa donosi iż w komendzie lotniska wojskowego w Hendon ZAGINĄŁ TAJNY DOKUMENT PIERWSZORZĘDNEJ WAGI. Dochodzenie w toku.

SZCZEGÓŁY EFERY.

LONDYN 31. 1. Brytyjskie ministerstwo lotnictwa zostało zaskoczone tajemniczym zaginięciem z biur lotniska wojskowego w Hendon niezmiernie ważnego dokumentu. Dokument ten przechowywany był zazwyczaj pod kluczem w specjalnym pokoju w biurach lotniska i pilnowany był stale przez

urzędników ministerstwa lotnictwa. W ubiegły piątek wraz z innymi papierami wspomniany dokument został zanieśiony do jednego z pokojów biurowych, przy czym urzędnik, który go tam zaniósł zapewnia, iż w chwili gdy kładł na biurku papiery dokument znajdował się jeszcze wśród nich. Tymczasem gdy po paru minutach nieobecności powrócił urzędnik pracujący w tym pokoju, dokumentu już nie znalazł, aczkolwiek inne papiery wraz z nim przyniesione pozostały nienaruszone.

Natychmiast zawiadomiono ministra lotnictwa, który polecił wyłączenie na miejsce

specjalnej komisji śledczej. Wydano rozkaz niepuszczania przez nikogo lotniska, a przeciwwywiad ministerstwa lotnictwa przystąpił do szczegółowego badania urzędników biura oraz przeszukiwania ich pokoi. Śledztwo wykroczyło nawet poza obręb lotniska, przy czym poddano badaniu także kilku cudzoziemców. Przeciwnie wiadomości ministerstwa lotnictwa nie wezwał jednakże do pomocy Scotland Yardu, w przekonaniu, że wyjaśni sprawę tajemniczego zaginięcia dokumentu bez interwencji policyjnej.

Chodzenie na wysokich obcasach męczy system nerwowy

Spacery odmładzają...

Słuszny tryb życia może bardzo zaszkodzić zdrowiu. Dlatego musimy wykonywać wszystkie ładne chwile na przechadzkę. Oto kilka uwag, jak chodzić z wdziękiem i korzyścią dla zdrowia. Kodeks chodzenia można streścić w niewielu praktycznych wskazówkach.

Niech się pani nie męczy. Kobiety przeważnie zniechęcają się do chodzenia z obawy przed łatwo następującym zmęczeniem. Do chodzenia trzeba się przyzwyczajać powoli i wprawiać, a przy tym próbować nigdy się nie forsować — to znaczy nie dopuszczać do zmęczenia. Dopiero po pewnej zaprawie można ryzykować dalsze piesze wycieczki. Na ogół godzina przechadzki nie przerywanej dłuższym wypoczynkiem, wystarczy jako ruch codzienny. Przy dobrej woli tę godzinę wolną dla ruchu znajdziemy codziennie.

Najodpowiedniejsza jest ranna pora. Jeśli pani jest wytrwała i pragnie pozostać długo modną i ruchliwą; to codziennie pójdzie pani pieszo z mieszkania do biura, a nawet zrobi małą przechadzkę w czasie przeznaczonym na śniadanie. Może też pani wieczorem wracać pieszo z biura do mieszkania, chociaż właściwie ten ruch po całym dniu nużącej pracy jest właściwie najmniej wskazany. Zależy to też od rodzaju zajęcia.

Jeśli pani siedzi prawie cały dzień, to z zadowoleniem rozprostuje nogi wieczorem. Trzeba koniecznie postarać się o wolną godzinę między zajęciem a obiadem i wykorzystać ją na przechadzkę. Chodzenie

jest konieczne nie tylko dla cyrkulacji krwi i utrzymania elastyczności mięśni, lecz jest także jedynym sposobem racjonalnego oddychania tj. gruntownego odświeżania powietrza w płucach. Aby dobrze chodzić, chodzić z korzyścią dla zdrowia, trzeba odbywać przechadzkę samotnie, w „milczeniu” nie krępując się towarzystwem. Trzeba sobie przyswoić krok szybki, posuwisty i bardzo elastyczny. Wysuwając i nadeptywać naprzód stopą a unosić piętę. Krok wlokący, chodzenie na obcasach przede wszystkim męczy system nerwowy, bo powoduje wstrząsy. Ważną rolę odgrywają tutaj bućki. Jeśli pani chce dużo chodzić i poruszać się swobodnie, trzeba wybrać obuwie miękkie, na wygodnym bardzo niskim obcasie. Nie łatwiejsze go, jak przebrać pantofelki na wysokim obcasie, przychodząc do zajęcia. W szatni

znajdzie się cichy kącik, gdzie można obuwić zmienić. Niestety, większa część zajęć kobiecych wymaga eleganckiego przybrania nogi; wśród dnia trudno zatrzymać obuwie spacerowe.

Przed przechadzką nie należy pić wiele płynów. Nie ma nic gorszego dla trawienia a i skłonność do bicia serca się nabywa. Można się napić po przechadzce — nigdy przed lub w czasie ruchu. Często dla ochłody pije się w drodze piwo lub lemoniadę. Rezultat równa się podcięciu nóg. Sportowcy biegacze wiedzą o tym doskonale.

O ile której z pań porządek dnia układa się tak niefortunnie, że nie ma w nim miejsca na codzienne przechadzkę, to trzeba bezwzględnie wykorzystać niedzielę i wolny czas ofiarować na wycieczki.

Wizja sądowa w zoo. Nosorożec-furiat

W mieście Trent, w stanie Ohio, pewien bywalec miejscowego ogrodu zoologicznego wytoczył dyrekcji ogrodu skargę o odszkodowanie z powodu okaleczeń, zadanych mu przez wolno chodzącego po ogrodzie nosorożca. Sędzia, rozpatrując sprawę, wyraził pewne wątpliwości co do

okoliczności sprawy, utrzymując, że nosorożec jest tak powolnym i łagodnym zwierzęciem, iż trudno przypuszczać, by bez rozdrażnienia go przez poszkodowanego mógł się rzucić na niego. Na wniosek rzecznika prawnego, popierającego skargę, sąd zgodził się na wizję lokalną. W oznaczonym dniu nosorożca ulokowano w wybiegu, do którego wrzucono słomianą lajkę, wielkości człowieka.

Zwierzę rzuciło się z furją na podrzucony przedmiot, zaczęło go bocić i trącać. Sąd uznał wobec tej sceny powodztwo za uzasadnione i zasądził od dyrekcji odszkodowanie w wysokości żądanej przez powoda.

PODSŁUCHANE TRENING

Mały Romek, entuzjasta sportu, wraca ze szkoły do domu. Matka pyta go: — No, czegoście się dzisiaj nauczyli? — Dzisiaj mieliśmy trening z trzeciej deklinacji i z Iljady...

NAJGORSZE.

Pan Groszek ciężko zachorował. Wzywany lekarz, po zbadaniu chorego, zwraca się zaskopany do jego małżonki:

— „Musiał pani przygotować się na najgorsze...”

— Ach, panie doktorze, ileż ci!.. Nie weźmie pan chyba więcej, jak dwadzieścia złotych?

Kanadyjscy Komuniści opuścili Katalonię



W międzynarodowych oddziałach, które walczyły po stronie rządu barcelońskiego znajdowało się też 192 kanadyjskich komunistów. Przybyli oni obecnie do francuskiej stacji pogranicznej Cerbere, gdzie w myśl obowiązujących przepisów zostali poddani dokładnym oględzinom lekarskim po czym zostaną odesłani do Kanady.

GUY de TÉRAMOND

SZCZĘŚCIE
PANNY
CELINY



Powieść

78

Po słowach Celiny Leśniewskiej nieco przedwcześnie kończył się ostatni akt niesłychanej komedii życiowej, którą Flosch sam skomponował, wyreżyserował i zagrał. Zjawienie się Andrzeja Leśniewskiego kilka tygodni temu byłoby dla niego prawdziwą katastrofą. Dzisiaj jednak przypisywano tylko zakończenie komedii, której i tak już nie można by ciągnąć długo. Flosch nie zamierzał zerwać się z panną Celiną!

Biedna dziewczyna nie domyślała się jeszcze niczego. Dla niej oszustem był tylko pan Kostrzyński, no i może nieuchwytny Andrew Fox. Biedna Celina nie mogła wiedzieć, że zarówno Kostrzyński, jak i Fox, jak zresztą również i jej narzeczony i rzekomy przyszły teść, byli jedynie genialnymi kreacjami aktora, nie występującego oficjalnie na żadnej scenie teatralnej...

Flosch spoglądał teraz na meble „hrabiego” i liczył w pamięci swoje zarobki: sumy, jakie otrzymał za meble od znajomych paserów, pieniądze za pierścione, gotówkę, jaką zainkasował od Świechowskiego pod pretekstem pożyczki dla młodego hrabiego, pieniądze na podróż do Ameryki i kosztą pana Kostrzyńskiego, gotówkę i czek od panny Leśniewskiej na kupno mebli, i wreszcie 600 zł wręczonych mu dzisiaj przez naiwnego aplikanta Grabowskiego...

— No, nie mogę narzekać — zakonkludował Flosch. — Zarobek jest dobry! No i wszystko bez ryzyka... Gdybym nawet nie zarobił ani grosza, i tak nie żałowałbym zachodu. Tak się świetnie ubawiłem...

Wyciągnął zegarek z kieszeni.

— O, jak późno! — pomyślał. — Nie mam chwili do stracenia!

Zwyczajnym wysiłkiem woli stał się ponownie hrabią Oktavianem. On zresztą we własnej osobie zapukał w pięć minut później do izby dozorczy. Zastał dozorczynię i przemówił do niej uprzejmie:

— Proszę pani, chciałem tylko uprzedzić, że oczekuję dzisiaj poważnej dostawy mebli. Przywiozą kilka skrzyń, które potem wyniosą puste. Niestety robotnicy nie mogą dostarczyć tego przed szóstą. Przepraszam bardzo, że zrobię tym pani ambaras przy sobocie...

Nie ma chyba w całej Warszawie dozorczyń, która narzekałaby na podobny incydent, gdy uprzedza ją o tym prawdziwy hrabia z taką uprzejmością! Dozorczyń dom przy Alei Róż była podobna do wszystkich innych: powiedziała oczywiście, że to jej ric a nic nie przeszkadza.

Dopiero nazajutrz miała się przekonać, jak łatwo jest dobrze zorganizowanej szajce złodziejskiej (w danym wypadku zresztą „operował” sam Flosch, doskonale przebrany, oraz kilku jego przyjaciół) przywieźć puste skrzynie, podczas gdy zapowiadano pełne, a potem wynieść pełne skrzynie, kiedy właśnie powinny być puste. W ten właśnie sposób z mieszkania „hrabiego Oktawiana” wywieziono całe umeblowanie, w oczach i niemal przy pomocy uprzejmej dozorczyń...

O godzinie dziewiątej wieczorem meble były już sprzedane, a pierścionek brylantowy wysłany, jako zwykła próbka bez wartości, do niejakiego Nettera, zamieszkałego w Katowicach, a znanego w świecie przestępczym paserem. Flosch wrócił do swego mieszkania przy ulicy Marszałkowskiej z błogim uczuciem człowieka, który pracowicie spędził dzień.

Miał jeszcze przed sobą załatwienie kilku formalności.

Środki ostrożności nigdy nie są zbyt liczne. Prawdziwego artystę poznaje się przecież po szczegółach... Komedie była skończona, należało więc raz na zawsze usunąć osoby działające. Flosch nie miał sobie wiele do zarzucenia pod własną postacią, z wyjątkiem własniania do Banku Polsko-Australijskiego. Sądził, że ta sprawa była już całkowicie pogrzebana. Ponieważ jednak można było spodziewać się jakiejś nieoczekiwanej wizyty, Syboby wysoce niepożądane, aby poniewierały się po kątach fałszywej części garderoby uwodzicielskiego hrabiego Orthabera-Nizińskiego, jego czcigodnego ojczulka, Romana Kostrzyńskiego lub tajemniczego Andrew Focha.

Flosch zamknął się w swoim mieszkaniu na cztery spusty i zaczął pakować do dużej walizy i mniejszego neseseru wszystkie peruki i inne rekwizyty, które pomogły mu do stworzenia galerii tak znakomitych kreacji aktorskich.

Postanowił zlikwidować wszystko, wrzucając po prostu neseser z perukami i wąsami do Wisły. Co do walizki z ubraniami, powziął inne postanowienie. Te wszystkie stroje mogły mu się jeszcze kiedyś przydać! Należało tylko usunąć je na pewien czas.

Kiedy po raz ostatni oglądał perukę Romana Kostrzyńskiego, Flosch szepnął przed lustrem:

— Jaki artysta!

Okazało się, więc, że Flosch jest równie mało skromny, jak wykształcony! Melancholijnym ruchem wrzucił do walizy ostatni rekwizyt. Spoglądając na otwarty neseser Floscha, można było doznać wrażenia, że to zbiór trofeów wojennych dzikich Indian: kolekcja skalpów...

Akta brytyjskiej eskadry



Zatoka angielskiego torpedowca „Greyhound” wylądowała w Marryll (dla brytyjskiej ambasady ewakuowanej z Barcelony)

Rezerwuar witamin. JEDNO JAJKO DZIENNIE WZMACNIA MŁODY ORGANIZM.

Wybitne wartości jaj jako środka spożywczego zostały dzisiaj zbadane w sposób naukowy. Jaja są pokarmem wybitnie krwiotwórczym. Związki fosforowe, wchodzące w skład jaj, odgrywają pierwszorzędą rolę przy regeneracji tkanki mózgowej. Substancje mineralne, zawarte w jajach, dostarczają materiału do budowy kości. Dostateczna ilość spożytych jaj gwarantuje organizmowi zdrowe zęby, elastyczne mięśnie, mocne paznokcie itd.

Jednym słowem jaja dostarczają pożywienie wszystkim tkankom naszego ciała. Stanowią one jak gdyby skondensowany pokarm i są nieocenionym środkiem odżywczym dla dzieci. Proteina, zawarta w jajku, trawiona z łatwością i dostarcza nieocenionego pożywienia dla niemowląt, chorych i rekonwalescentów. Jaja są wysoko cenionym środkiem spożywczym, propagowanym przez wielu amerykańskich sportowców, zawodników i atletów. Zawartość w jajku wapna, fosforu i witaminy „D” warunkuje odpowiedni rozwój zębów i decyduje o ich zachowaniu. Jedno jajko dziennie, dawane niemowlęciu, zwłaszcza w okresie miesięcy zimowych, potrafi je skutecznie uchronić od rachityzmu. Znajdujące się w jajku witaminy „A” są potężną bronią przed infekcjami płucnymi (zapalenia, gruźlica itd.). Organizm ludzki,

posiadający zbyt małe zasoby witaminy „A”, jest nieodporny i ma predyspozycję do rozmaitego rodzaju schorzeń. Znany uczoney Mellanby twierdzi, że witamina „A” miała być potężną bronią przeciwko infekcji gorączką płożową. Nie bez wpływu też pozostają jaja na sekrecję naszych gruczołów. Są one w ogóle jak gdyby rezerwuarami witamin i zawierają je w ilościach skondensowanych. Witamina „E” plus witamina „A” decydują o walorach rozrodczych organizmu. Ponadto sama witamina „E” warunkuje odpowiedni rozwój mięśni oraz zapobiega nadmiernemu osadzeniu wapna w naczyniach krwionośnych (skleroza). Zawarta w jajach witamina „B” ma wyraźne walory wzrostowe, pobudza apetyt i ułatwia trawienie. W większej ilości pokarmów witamina ta ginie pod wpływem gotowania; jaja stanowią w tym względzie wyjątek.

Witamina „C” jest niezbędna organizmowi niezależnie od wieku i stopnia rozwoju. Obecność jej zapobiega schorzeniom nerwowym. Mc Cormac, znany specjalista od badania pokarmów, powiada, że najbardziej dietetycznymi pokarmami są jaja, wątroba zwierzęca oraz zielone pokarmy roślinne. Jaja są jakby żywymi rezerwuarami składników odżywczych, potrzebnych dla każdej kropli krwi.

Polonia Zagraniczna —

to żywa propaganda naszych spraw politycznych i gospodarczych