

KOMITET DO SPRAW GOSPODARSTWA DOMOWEGO

ZAGADNIENIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

Materiały z krajowych narad Polskiego Komitetu Współpracy z FAO i Komitetu do Spraw Gospodarstwa Domowego, zorganizowanych w latach 1959 – 1960

WARSZAWA 1961

WYDAWNICTWO PRZEMYSŁU LEKKIEGO I SPOŻYWCZEGO

Materiał zebrali i opracowali:

mgr Ewa Zakościelna

mgr Irena Celejowa

Zarząd Międzyzakładowego Związku Kobiet
Ośrodek Gospodarki i Kultury
ul. Andrzeja Świrki 1, tel. 207-49

Symbol 46142 Warszawa 1961. Wydanie I Nakład 2000 + 40 egz. Ark. wyd. 8,7, druk. 7,75,
Format A5. Papier druk. sat. kl. V 60 g 61 × 86/16 Rękopis oddano do składu 26 VI.
druk ukończono 15. IX. 61 Cena zł 12.50

Katowickie Zakłady Graficzne Nr 4 Mikołów, ulica Żwirki i Wigury 1 — Zamówienie Nr 836

Zagadnienia Gospodarstwa domowego
Ważniejsze błędy zauważone po wydrukowaniu

Strona	Wiersz	Jest	Powinno być
76	8 od góry	przesłankami.	przesłankami.
79	6 od dołu	próchnicy	występowania próch- nicy
85	19 od dołu	o wprowadzaniu	należy pamiętać o wprowadzaniu
90	7 od dołu	pracująca	prasująca
92	9 od góry	bezwieczne	bezwietrzne
106	16 od dołu	przepródnienie	przeprowadzenie
118	15 od góry	z nieprzydatnych	nieprzydatnych

SPIS TREŚCI

	Str.
Informacja wstępna	4
Część I. Krajowa Konferencja w Sprawie Gospodarstwa Domowego (Warszawa 13 — 16 października 1959 r.)	14
Rozwój działalności w zakresie gospodarstwa domowego w Polsce	inż. H. Spalona 14
Nowoczesne ujęcie zagadnień gospodarstwa domowego	dr M. Hockin 22
Główne zadania w zakresie gospodarstwa domowego i metody ich rozwiązywania	dr. M. Hockin 25
Podstawowe problemy zawodowego kształcenia kobiet	mgr J. Bekowa 34
Praca oświatowa w zakresie gospodarstwa domowego na wsi	mgr H. Bolesławska 45
Metody i formy badań w zakresie ekonomiki oraz organizacji pracy w gospodarstwie domowym	Z. Mrówczyńska 52
Część II. Seminarium w Sprawie Popularyzacji Wiedzy w Zakresie Żywienia Rodziny (Pszczelin, 27 czerwca — 2 lipca 1960 r.)	56
Popularyzacja racjonalnego żywienia na wsi	E. Haglund 56
Metody nauczania racjonalnego żywienia w szkołach gospodarczych i innych	mgr K. Janik 68
Nauczanie żywienia rodziny w szkołach rolniczo-gospodarczych	mgr A. Uźelowa 77
Pomoce naukowe w nauczaniu gospodarstwa domowego	E. Haglund 87
Problem szkolenia instruktorek gospodarstwa domowego	mgr E. Zakościelna 93
Metody pracy oświatowej w zakresie gospodarstwa domowego wśród ludności miejskiej na przykładzie doświadczeń Warszawskiego Ośrodka Gospodarstwa Domowego	inż. Z. Zawistowska 99
Wyżywienie nierolniczej ludności robotniczej w świetle wyników badań przedwojennych oraz w latach 1957 i 1958	mgr M. Szymanowski 107
Zagadnienia ekonomiczne w żywieniu i kształcenie konsumenta	E. Haglund

Informacja wstępna

Z inicjatywy Polskiego Komitetu Współpracy z FAO (Międzynarodowa Organizacja Wyżywienia i Rolnictwa przy ONZ) w październiku 1959 r. zostały zorganizowane w Warszawie dwie krajowe narady:

- 1) Krajowa Konferencja w Sprawie Gospodarstwa Domowego (od 13 do 16 października),
- 2) Seminarium Poświęcone Sprawie Żywnienia w Polsce (od 19 do 24 października).

Pierwszej konferencji przewodniczyła inż. Helena Spalona, dyrektor Komitetu do Spraw Gospodarstwa Domowego przy Zarządzie Głównym Ligi Kobiet, seminarium zaś w sprawie żywienia prowadził prof. dr Aleksander Szczygieł, kierownik Zakładu Higieny Żywnienia PZH i Katedry Higieny Żywnienia Akademii Medycznej.

W konferencji i seminarium wzięli udział liczni przedstawiciele zainteresowanych resortów, jak Min. Zdrowia, Min. Oświaty, Min. Szkolnictwa Wyższego, Min. Rolnictwa, Min. Przemysłu Spożywczego, Min. Handlu Wewnętrznego oraz pracownicy instytutów naukowych i organizacji społecznych, jak Liga Kobiet, Centralny Związek Kółek Rolniczych, Centralna Rada Związków Zawodowych, Związek Spożyców, Centralny Związek Spółdzielczy itp. Przybyły również z Rzymu, z Departamentu Żywnienia FAO: dr M. Hockin, J. Ritche oraz B. Tyson, rzeczoznawcy do spraw żywienia i gospodarstwa domowego.

Obie narady miały charakter roboczy. Ogółem zostało wygłoszonych 35 referatów. Nad szczegółowymi zagadnieniami dyskutowano w komisjach problemowych. Wnioski końcowe opracowała specjalna komisja wnioskowa.

KRAJOWA KONFERENCJA W SPRAWIE GOSPODARSTWA DOMOWEGO

Zasadnicze problemy będące tematem obrad dotyczyły popularyzacji wiedzy i szkolenia kadr instruktorskich w zakresie żywienia oraz gospodarstwa domowego, ekonomiki i organizacji pracy w domu oraz nowego budownictwa mieszkaniowego.

Podstawowe referaty wygłosiły:

Inż. H. Spalona: „Rozwój działalności w zakresie gospodarstwa domowego w Polsce”.

Dr M. Hockin: „Nowoczesne ujęcie zagadnień gospodarstwa domowego”.

Prof. M. Brukalska: „Projekty wnętrz mieszkalnych w nowym budownictwie”.

Mgr J. Bekowa: „Podstawowe problemy zawodowego kształcenia kobiet”.

Mgr H. Bolesławska: „Praca oświatowa w zakresie gospodarstwa domowego na wsi”.

Z. Mrówczyńska: „Metody i formy badań w zakresie ekonomiki oraz organizacji pracy w gospodarstwie domowym”.

Obszerne streszczenia niektórych referatów podano w dalszej części niniejszej broszury.

W konferencji uczestniczyło 80 osób, w tym instruktorki wojewódzkie Ligi Kobiet i kół gospodyń wiejskich oraz nauczycielki szkół gospodarczych.

Po każdym referacie wywiązywała się ożywiona dyskusja.

Zwracano przede wszystkim uwagę na wiele jeszcze nie rozwiązanych problemów z dziedziny gospodarstwa domowego i na realne możliwości poprawy sytuacji. Do problemów tych należą: upowszechnienie wiedzy z dziedziny żywienia i organizacji pracy w domu na wsi i w mieście, nauczanie gospodarstwa domowego młodzieży w szkołach, szkolenie kadr instruktorskich i nauczycielskich, prowadzenie prac badawczych z zakresu poszczególnych dziedzin gospodarstwa domowego, wreszcie projektowanie budynków mieszkalnych, uwzględniających potrzeby użytkowników oraz organizacja punktów usługowych dla ludności, ułatwiających prowadzenie gospodarstwa domowego, jak np. garmazernie, pralnie, wypożyczalnie sprzętu, łaźnie, przetwórnice owoców itp.

Szczególnie gorąco dyskutowano nad podniesieniem poziomu życia na wsi, podkreślając ogromną rolę, jaką ma tu do spełnienia instruktorka. Mimo znacznej poprawy sytuacji ekonomicznej wieś polska w wielu jeszcze dziedzinach jest zacofana, a stan zdrowia dzieci wiejskich jest zły z powodu błędów w żywieniu.

Uczestnicy konferencji domagali się, aby Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego podjął się roli koordynatora wszelkiej działalności dotyczącej upowszechnienia wiedzy z dziedziny gospodarstwa domowego, prowadzonej przez różne instytucje i organizacje społeczne. Dotychczasowe wysiłki są rozproszone, organizowane kursy z zakresu gospodarstwa domowego nie mają ustalonego programu, a znaczna część instruktorek, które je prowadzą, nie ma odpowiednich kwalifikacji. Zagadnienia te wymagają

uporządkowania i ujednolicenia. Przede wszystkim należy ustalić system podnoszenia kwalifikacji kadr oraz zaopatrywania ich w materiały nauczania. Niezmiernie pożądane byłoby zaznajomienie się ze sposobem rozwiązywania tych zagadnień w innych krajach, które mają już długoletnie doświadczenie.

Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego powinien również opiniować prototypy przedmiotów gospodarstwa domowego, przeznaczonych do masowej produkcji, jak również artykuły z importu.

Wielu dyskutantów wskazywało na konieczność szybkiego podjęcia badań naukowych i prac doświadczalnych z zakresu ekonomiki i organizacji pracy w domu, wyposażenia w nowoczesny sprzęt gospodarstwa domowego, żywienia rodziny itp.

Wnioski i postulaty zgłoszone w czasie obrad posłużyły wielu instytucjom do poszerzenia zakresu działalności¹⁾.

SEMINARIUM POŚWIĘCONE SPRAWOM ŻYWIENIA W POLSCE

Plan zajęć pierwszego krajowego seminarium w sprawach żywienia obejmował referaty i dyskusje, poświęcone następującym zasadniczym problemom²⁾:

- 1) żywienie a zdrowie,
- 2) wpływ produkcji i przemysłu spożywczego na żywienie ludności,
- 3) żywienie rodziny,
- 4) żywienie zbiorowe,
- 5) nauczanie w zakresie żywienia.

Prof. dr A. Szczygiel, na podstawie badań przeprowadzonych przez Zakład Higieny Żywienia PZH, poinformował, że w Polsce około 67% budżetu rodzinnego przeznaczają się na wyżywienie. Mimo to stan odżywienia ludności trzeba ocenić jako niewłaściwy. Przyczyn należy szukać w złej jakości produktów, nieumiejętnej

¹⁾ W chwili oddania do druku niniejszej broszury wiele z postulatów zgłoszonych na konferencji zostało już zrealizowanych. Na przykład w roku szkolnym 1960/61 na mocy zarządzenia Ministerstwa Oświaty gospodarstwo domowe zostało wprowadzone jako przedmiot obowiązkowy do zakładów kształcenia nauczycieli, do szkół gospodarczych oraz do szkół przysposobienia rolniczego i zawodowego, a jako jeden z kierunków prac ręcznych do szkół ogólnokształcących. Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego jest stałym członkiem Biura Znak Jakości, działającego przy Min. Handlu Wewnętrznego, oraz członkiem Rady Technicznej przy Biurze Projektów Budownictwa Mieszkaniowego (wiejskiego i miejskiego).

²⁾ Obszerne sprawozdanie z seminarium zostało zamieszczone w dwumiesięczniku „Zdrowie Publiczne” Nr 2 z 1960 r. (Artykuły A. Szczygia i A. Iwanowskiej).

obróbce kulinarnej oraz nieracjonalnych zwyczajach żywienia. Skutki niewłaściwego odżywiania szczególnie ostro odbijają się na zdrowiu dzieci i młodzieży. W jednym z okręgów wiejskich u 95% dzieci szkolnych stwierdzono próchnicę zębów, a u 30% dzieci — zniekształcenia pokrzywicze, nieprawidłową postawę i anemię. Nagminnie również występują niedobory wagi i wzrostu.

Wyniki badań ankietowych nad sposobem odżywiania wybranych grup ludności wykazują nadmiar spożycia cukru, produktów zbożowych i ziemniaków, a także tłuszczu, natomiast bardzo niskie spożycie mleka i jego przetworów oraz owoców i warzyw. Wskutek tego niedobory witaminy C sięgają 50%, niedobory witaminy A i grupy B są również duże.

Podstawą do poprawy wyżywienia ludności musi być odpowiednio postawiona produkcja rolna.

Przedmiotem ożywionej dyskusji stała się sprawa dystrybucji i spożycia mleka, kontroli warunków sprzedaży i jakości produktów spożywczych oraz zagadnienia związane z żywniem zbiorowym w zakładach gastronomicznych, domach wczasowych, internatach, szpitalach itd.

Jedną z głównych bolączek jest brak wyszkolonego personelu zarówno w placówkach handlowych jak i zakładach zbiorowego żywienia. Wyniki badań wykazują, że spośród personelu zatrudnionego w przemyśle gastronomicznym 40% nie ma przygotowania zawodowego, a w placówkach żywienia zamkniętego (internaty, stołówki szkolne, żłobki, przedszkola, szpitale) około 90%.

Wielu uczestników konferencji poruszyło problemy żywienia dzieci w szkołach i przedszkolach, podkreślając ich znaczenie z punktu widzenia zdrowotnego, wychowawczego i właściwej pomocy rodzinie w rozwiązywaniu tego trudnego zagadnienia.

Na zakończenie należy dodać, że seminarium żywieniowe stanowiło przygotowanie do Europejskiego Sympozjum w Sprawach Nauczania Żywności, zorganizowanego przez WHO/FAO w Bad Homburg w grudniu 1959 r., w którym wzięli udział przedstawiciele z 25 krajów Europy (w tym dwóch delegatów z Polski).

WNIOSKI W SPRAWACH ŻYWIENIA I GOSPODARSTWA DOMOWEGO, WYSUNIĘTE PRZEZ KRAJOWĄ KONFERENCJĘ I SEMINARIUM ŻYWIENIOWE

Wniosek 1. Powołać do życia Naukowy Instytut Żywności Człowieka i tak go wyposażać, aby mógł sprostać zadaniom naukowym i praktycznym, współpracować z innymi pokrewnymi pla-

cówkami oraz koordynować prace w dziedzinie żywienia¹⁾. Dotychczasowe placówki naukowe i dydaktyczne w zakresie żywienia człowieka są wysoce niewystarczające.

Wniosek 2. Utworzyć centralny organ wykonawczy, który czuwałby nad całością problematyki wyżywienia ludności naszego kraju, biorąc pod uwagę nie tylko względy ekonomiczne, ale również zdrowotne i społeczne.

Wniosek 3. Rozbudować prace nad badaniem aktualnego spożycia różnych grup ludności. Jest to niezbędne w celu opracowania właściwej polityki żywienia ludności w kraju.

Wniosek 4. Sporządzić bilans żywnościowy kraju, porównać go z potrzebami wyżywienia ludności i dostosować do nich produkcję rolną.

W tym celu należy również:

a. Zwrócić uwagę na dobór odmian płodów rolnych pod względem jakościowym nie tylko do celów przemysłowych, ale i do bezpośredniej konsumpcji.

b. Zwiększyć przyzagrodową produkcję żywności w celu zwiększenia puli towarowej i poprawy wyżywienia ludności wiejskiej.

c. Zabezpieczyć odpowiednio wyposażenie techniczne, niezbędne dla przetwórstwa na wsi na użytek domowy i zespołowy oraz wyposażać wiejskie wypożyczalnie w sprzęt mechaniczny do uprawy i pielęgnowania ogródków przyzagrodowych.

d. Zastosować bodźce ekonomiczne, zachęcające do zwiększenia produkcji owoców i warzyw.

Wniosek 5. Poprawić asortyment wyrobów przemysłu spożywczego i ich jakość.

W tym celu należy:

a. Przetwócić produkcję dotychczasowych asortymentów przemysłu spożywczego oraz garmażeryjnego w kierunku zwiększenia liczby wyrobów warzywnych i owocowych z ograniczeniem marnat w occie, jak również zwrócić uwagę na zastosowanie bardziej racjonalnych opakowań. Byłoby pożądane, aby aparat produkcyjny konsultował się na ten temat z instytucjami reprezentującymi odbiorców (jak np. Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego, koła gospodyń wiejskich).

b. Specjalną troską otoczyć sprawę skupu, przerobu i dystrybucji mleka oraz produktów mleczarskich.

c. Przeszkolić specjalistyczny personel sklepów, szczególnie branży spożywczej.

¹⁾ KERM uchwałą z dn. 4 października 1960 r. postanowił zatwierdzić wniosek Polskiego Komitetu Współpracy z FAO i powołać do życia Instytut Żywienia Człowieka. Minister zdrowia powierzył organizację Instytutu prof. dr A. Szczegłowi.

d. Podnieść stan sanitarny w sklepach, magazynach i przetwórniciach artykułów spożywczych.

Wniosek 6. Poprawić obecną sytuację w dziedzinie żywienia zbiorowego, które niecałkowicie spełnia ciężące na nim zadania.

W tym celu należy:

a. Zwiększyć nadzór nad stanem sanitarnym oraz podnieść higienę i warunki pracy w zakładach żywienia zbiorowego.

b. Zwiększyć nadzór nad jakością wyrobów produkowanych w zakładach żywienia zbiorowego.

c. Zrewidować i usprawnić doszkalanie pracującej kadry, która nadaje się do dalszego zatrudnienia w zakładach żywienia zbiorowego.

d. Spowodować, aby każdy resort prowadzący żywienie zbiorowe był odpowiedzialny za jego jakość i stan sanitarny.

Wniosek 7. Należy poprawić i dostosować do potrzeb rajonalnego gospodarstwa domowego asortyment sprzętu i urządzeń.

W tym celu należy:

a. Poprawić jakość, zwiększyć oraz dostosować do istotnych potrzeb wprowadzany na rynek asortyment sprzętu i artykułów gospodarstwa domowego a także stosowanych w gospodarstwie domowym środków chemicznych. W związku z tym konieczne jest, aby aparat produkujący meble lub artykuły gospodarstwa domowego uzyskiwał akceptację prototypów od instytucji reprezentujących odbiorców (jak Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego).

b. W budownictwie mieszkaniowym miejskim i wiejskim uwzględnić bardziej regionalny charakter. Konsultować z instytucjami reprezentującymi użytkowników standardy i normatywy rozplanowania oraz wyposażenia mieszkań ze specjalnym zwróceniem uwagi na kuchnie i inne pomieszczenia gospodarcze.

Wniosek 8. Usprawnić i rozszerzyć nauczanie oraz szkolenie w dziedzinie gospodarstwa domowego i żywienia zbiorowego człowieka. Przygotować kadrę specjalistów.

Wynika stąd:

I. Konieczność nauczania gospodarstwa domowego oraz żywienia człowieka w szkołach podstawowych i średnich wszystkich typów

W związku z tym należy:

a. Uwzględnić w programach szkół podstawowych i średnich tematykę z zakresu gospodarstwa domowego oraz żywienia człowieka.

b. Naukę gospodarstwa domowego oraz żywienia człowieka wprowadzić jako przedmiot obowiązkowy do programów wszyst-

kich zakładów kształcenia nauczycieli i liceów dla wychowawczyń przedszkoli.

c. W celu uzyskania kadr nauczycielskich do szkół podstawowych uruchomić kilka wydziałów „zajęć praktycznych i gospodarstwa domowego” na studiach nauczycielskich, z uwzględnieniem wydziałów zaocznych dla czynnych nauczycieli.

d. Zrewidować programy szkolenia pielęgniarek i położnych oraz wprowadzić odpowiednią ilość zajęć teoretycznych i praktycznych z zakresu żywienia człowieka.

e. Przy budowie nowych szkół podstawowych i średnich uwzględnić pomieszczenia na pracownie, kuchnie oraz jadalnie z wzorowymi urządzeniami.

II. Konieczność przygotowania kadry zawodowej do pracy w dziedzinie gospodarstwa oraz żywienia zbiorowego i indywidualnego

W związku z tym należy:

a. Rozbudować sieć szkół gospodarczych w zawodach: kucharz, kelner oraz gospodarstwo domowe i zbiorowe, ze specjalnym uwzględnieniem województw, w których odczuwa się ich brak (warszawskie, wrocławskie, olsztyńskie, białostockie, lubelskie, rzeszowskie i koszański).

b. Poddać rewizji dotychczasową organizację techników gospodarczych, przekształcić je na szkoły dwustopniowe o kierunkach: żywienia zbiorowego otwartego i zamkniętego, gospodarstwa domowego oraz instruktorsko-pedagogicznym.

c. Objąć doszkalaniami młodocianych pracowników zatrudnionych w zakładach gospodarstwa i żywienia zbiorowego.

d. Rozbudować sieć rocznych i dwuzimowych szkół rolniczo-gospodarczych, przewidując przynajmniej jedną szkołę na powiat.

e. Wprowadzić przedmiot gospodarstwa domowego i żywienia człowieka do szkół rolniczo-gospodarczych oraz techników rolniczych.

f. Ustalić stopień kwalifikacji zawodowych dla absolwentów szkół gospodarczych.

g. Zorganizować samodzielny zakład kształcenia nauczycieli zawodu dla zasadniczych szkół gospodarczych wraz z odpowiednio urządzoną i wyposażoną szkołą ćwiczeń.

h. Zorganizować 2-letnie studium nauczycielskie dla nauczycieli przedmiotu „wiejskie gospodarstwo domowe i żywienie człowieka”, prowadzonego w szkołach rolniczo-gospodarczych oraz w wielu innych typach szkół rolniczych.

Nabór do tego studium przeprowadzić wśród absolwentów techników rolniczych. Równolegle ze studium nauczycielskim powinny być kształcone absolwentki techników rolniczych dla potrzeb kół gospodyń wiejskich.

i. Przeszkolić w zakresie pedagogiki doświadczonych fachowców praktyków, pełniących funkcje instruktorów.

j. Zapewnić odpowiedni nadzór nad szkołami gospodarczymi. Nadzór ten powinien dotyczyć nie tylko nauczania, ale również jakości żywienia w stołówkach i internatach tych szkół, biorąc pod uwagę ich znaczenie dydaktyczne.

k. Uwzględnić w planach inwestycyjnych potrzeby szkół gospodarczych zarówno w zakresie budynków, jak i wyposażenia pracowni, warsztatów i stołówek oraz dalszej ich modernizacji.

l. Zrewidować nauczanie dietetyczek i wprowadzić dodatkowo co najmniej półroczną praktykę w odpowiednio urządzonych ośrodkach służby zdrowia.

m. Utworzyć ośrodki dietetyczne w kilku wybranych szpitalach. Zadaniem ich byłaby racjonalizacja żywienia w placówkach służby zdrowia, nadzór nad żywieniem w innych placówkach oraz praktyczne szkolenie w zamkniętych i otwartych zakładach służby zdrowia.

III. Konieczność przygotowania kadry fachowej z zakresu gospodarstwa domowego i żywienia człowieka na poziomie wyższym

W tym celu należy:

a. Rozbudować oraz należyście wyposażać w SGGW Katedrę Higieny i Fizjologii Żywienia Człowieka, tak aby była zdolna do prowadzenia prac badawczych, przygotowania kadry nauczającej oraz kierującej większymi przedsiębiorstwami produkcji i obrotu żywnością.

b. Uruchomić wydziały ekonomiki gospodarstwa domowego z odpowiednimi katedrami przy wyższych uczelniach w celu prowadzenia prac badawczych, przygotowania kadry do nauczania w szkołach średnich.

c. Położyć większy nacisk na nauczanie żywienia w zakresie studiów lekarskich, uwzględniając w niezbędnym stopniu stronę praktyczną zagadnienia.

d. Utworzyć specjalizację w dziedzinie żywienia i dietetyki dla lekarzy oraz stworzyć warunki do prowadzenia tej specjalizacji.

e. Wprowadzić nauczanie żywienia, dietetyki i gospodarstwa domowego w czasie doskonalenia kadr lekarskich.

f. Wprowadzić przedmiot „żywienie człowieka i ekonomika gospodarstwa domowego” do wyższych szkół rolniczych, wyższych

szkół ekonomicznych oraz Akademii Wychowania Fizycznego, ponieważ wiedza w tym zakresie jest niezbędnie potrzebna absolwentom tych uczelni przy wykonywaniu zawodu.

g. Umożliwić osobom mającym w dziedzinie żywienia i gospodarstwa domowego niepełne wykształcenie wyższe, zdobycie tytułu inżyniera przez wznowienie uproszczonych egzaminów.

h. Uwzględnić nauczanie gospodarstwa domowego i żywienia człowieka w doszkalanii kadr nauczycielskich szkół średnich zawodowych.

IV. Konieczność upowszechnienia wiedzy z dziedziny żywienia człowieka i racjonalnego prowadzenia domu

W tym celu należy:

a. Rozszerzyć działalność wydawniczą, odczytową i szkoleniową oraz nasilić propagandę przez radio, film, telewizję i prasę.

b. W dążeniu do upowszechnienia wiedzy o racjonalnym gospodarstwie domowym jak najszybciej powołać do życia wojewódzkie i powiatowe ośrodki gospodarstwa domowego przy współdziale zainteresowanych instytucji oraz organizacji społecznych¹⁾.

c. Dążyć do rozbudowy i wzmocnienia kół gospodyń wiejskich oraz prowadzić prace oświatowe w zakresie organizacji gospodarstwa domowego i racjonalizacji żywienia. Akcja ta powinna być połączona z popularyzacją uprawy i spożycia warzyw poprzez zakładanie oraz prowadzenie przydomowych ogródków warzywnych i sadów wraz z nauczaniem przetwórstwa oraz przechowywania żywności.

d. Zwrócić uwagę, aby placówki zajmujące się upowszechnianiem wiedzy w omawianych zakresach nawiązywały ścisłą współpracę z działami oświaty sanitarnej i higieny stacji sanitarno-epidemiologicznych.

Powyższe wnioski zostały przekazane odpowiednim resortom. Wiele z nich — jak już wspomniano — zostało zrealizowanych.

SEMINARIUM W PSZCZELINIE

W rok po krajowej konferencji w sprawie gospodarstwa domowego i seminarium poświęconemu żywieniu w Polsce odbyło się Seminarium w Sprawie Popularyzacji Wiedzy z Zakresu Żywienia Rodziny, zorganizowane przez Komitet do Spraw Gospodarstwa

¹⁾ Do kwietnia 1961 r. Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego zorganizował przy zarządach Ligi Kobiet 10 wojewódzkich ośrodków gospodarstwa domowego i 50 poradni powiatowych.

Domowego w dniach od 27 czerwca do 2 lipca 1960 r. w Ośrodku Szkoleniowym Ministerstwa Rolnictwa w Pszczelinie.

Zorganizowanie takiego seminarium było wysuwane jako postulat na pierwszej krajowej konferencji w sprawie gospodarstwa domowego; należy więc zakwalifikować je również jako jeden z wniosków, który w szybkim czasie doczekał się realizacji.

Na program seminarium w Pszczelinie złożyło się kilka referatów dotyczących nauczania gospodarstwa domowego w różnych typach szkół oraz popularyzacji racjonalnego żywienia wśród dorosłych na wsi i w mieście, a także wiele zajęć praktycznych, poświęconych pomocom naukowym.

Zajęcia seminaryjne prowadziła instruktorka FAO — Elza Haglund.

Udział w seminarium wzięły nauczycielki szkół gospodarczych oraz szkół rolniczych średnich i wyższych, a także wojewódzkie instruktorki Ligi Kobiet i Centralnego Związku Kółek Rolniczych.

Szczególnym zainteresowaniem cieszyły się pomoce naukowe, demonstrowane przez Elzę Haglund, a także przez dr Zofię Bieślińską i mgr Helenę Stobnicką. Uczestniczki seminarium miały również możliwość nauczania się samodzielnego wykonywania niektórych pomocy, jak np. flanelografy, tablice, plakaty, różnorodne wykresy itp.

Przedyskutowano także wiele istotnych zagadnień dotyczących popularyzacji wiedzy z zakresu żywienia wśród dorosłych i młodzieży. Najwięcej uwagi poświęcono sprawom programów szkolnych i urzędzeniu pracowni, kursów i pokazów organizowanych dla gospodyń wiejskich oraz szkoleniu i doszkalaniu instruktorów gospodarstwa domowego.

Podkreślano też potrzebę i korzyść organizowania tego typu seminarium, ponieważ uczestnicy mogą zapoznać się z najnowszymi osiągnięciami nauki i techniki w interesującej ich dziedzinie oraz dokonać wymiany doświadczeń, informując się wzajemnie o skuteczności stosowanych przez siebie metod nauczania.

W drugiej części niniejszej broszury są zamieszczone obszernie streszczenia niektórych referatów.

Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego, wydając drukiem materiały z obu konferencji, ma na celu zapoznanie szerszego ogółu zainteresowanych popularyzacją racjonalnego żywienia i organizacją gospodarstwa domowego z dotychczasowym dorobkiem w tej dziedzinie oraz z kierunkami dalszego rozwoju.

CZĘŚĆ I

KRAJOWA KONFERENCJA W SPRAWIE GOSPODARSTWA DOMOWEGO

(Warszawa, 13—16 października 1959 r.)

Inż. Helena Spalona
Dyrektor Komitetu do Spraw
Gospodarstwa Domowego

Rozwój działalności w zakresie gospodarstwa domowego w Polsce

Pojęcie gospodarstwa domowego często jest jeszcze traktowane w naszym społeczeństwie jako drobne zagadnienie pracy domowej. Takiemu rozumowaniu zaprzeczają kategorycznie skutki niewłaściwego gospodarowania w domu. Racjonalne żywienie rodziny, czystość i estetyka wewnątrz mieszkalnych, higiena osobista oraz życie kulturalne i obyczajowe domowników są to sprawy, które mają olbrzymi wpływ nie tylko na kształtowanie się życia jednostek, ale także świadczą o poziomie kultury całego społeczeństwa.

Każde gospodarstwo domowe rozporządza poważnymi środkami materialnymi oraz zużywa zasoby energii ludzkiej i czasu przy wykonywaniu zajęć domowych. Rozsądne gospodarowanie tymi zasobami w gospodarstwach domowych ma ogromne znaczenie w rozwoju ekonomicznym kraju.

Wiemy, że w stosunku do wielu krajów gospodarstwo domowe u nas jest jeszcze prowadzone w trudnych i dość prymitywnych warunkach. Wynika to z bardzo wielu powodów.

Jeśli sięgniemy do okresu międzywojennego, to ogólna sytuacja społeczna i ekonomiczna w kraju — prymitywne rolnictwo, słaby postęp techniki w przemyśle, trudne warunki materialne w olbrzymiej większości rodzin w miastach, zacofanie w środowiskach wiejskich, brak urządzeń socjalnych — nie stwarzały odpowiednich warunków do podwyższania poziomu życia domowego rodzin robotniczych i chłopskich.

Jednak nawet w tych warunkach organizowane szkoły gospodarce dla dziewcząt wiejskich, kursy i pokazy wpływały na lepsze prowadzenie gospodarstwa domowego.

Dobre wyniki dawały również zajęcia gospodarstwa domowego jako jednego z przedmiotów w szkołach podstawowych i średnich. W specjalnych szkołach, jak np. Szkoła Gospodarstwa Wiejskiego w Snopkowie, Średnia Szkoła Gospodarstwa Wiejskiego w Chyliczkach, Seminarium Nauczycielskie Gospodarstwa Domowego w Warszawie, przygotowywano nauczycielki i instruktorki do nauczania gospodarstwa domowego. W Warszawie Instytut Gospodarstwa Domowego zajmował się szerzeniem wiedzy w tej dziedzinie i cechowaniem sprzętu.

Wszystkie te poczynania nie mogły jednak wywierać większego wpływu na wyzwolenie kobiet od uciążliwych, codziennych zajęć domowych. Rząd Polski przedwrześniowej nie był zainteresowany, aby prawa kobiet do udziału w życiu społecznym i pracy zawodowej były praktycznie realizowane. Nie troszczono się też o rozwój wszelkiego rodzaju placówek i urządzeń socjalnych. W tych warunkach cały ciężar obowiązków domowych ponosiły przede wszystkim kobiety.

Okres okupacji, a potem trudności wynikające ze zniszczeń wojennych pozostawiły głębokie ślady w życiu naszych rodzin. Cały świat wie, jakiego trzeba było wysiłku i wyrzeczeń, aby kraj dźwignąć z ruin i budować nowe życie naszego narodu.

Kobiety biorą bardzo czynny udział w rozwoju państwa ludowego, wykorzystując w pełni swoje prawa jako współgospodarze w odzyskanej ojczyźnie (obecnie kobiety stanowią około 33% ogółu zatrudnionych).

Jeżeli spojrzymy wstecz, musimy przyznać, że bilans 15-lecia rozwoju naszego państwa budującego socjalizm jest bardzo korzystny. Z kraju zacofanego, słabego, stajemy się dziś państwem rozwiniętego przemysłu, rozwijającej się kultury i techniki.

Podkreślając dorobek Polski Ludowej, nie ukrywamy niedociągnięć i błędów popełnianych w tym okresie jak również tego, że potrzeby ekonomiczne oraz kulturalne społeczeństwa nie są jeszcze w pełni zaspokojone. Również sprawy związane z organizacją życia rodzinnego nie znalazły właściwego odbicia w ogólnej działalności gospodarczej i oświatowej.

W ostatnich latach działalnością w zakresie gospodarstwa domowego szerzej zajęła się Liga Kobiet, czego dowodem jest powołanie Komitetu do Spraw Gospodarstwa Domowego.

Ze strony Państwa, Partii, organizacji społecznych i instytucji gospodarczych widzimy dla tych spraw duże poparcie. Znajduje to wyraz w planach gospodarczych, organizacji handlu i w różnych poczynaniach oświatowych.

Jakie są najpilniejsze potrzeby w tym zakresie?

W celu właściwej organizacji codziennego życia rodziny i postępu w gospodarstwie domowym konieczne jest:

- 1) racjonalne urządzenia wnętrza mieszkaniowego,
- 2) właściwy sprzęt i narzędzia pracy,
- 3) rozwój wszelkiego rodzaju usług oraz upowszechnienie nowoczesnej nauki z zakresu ekonomii, organizacji pracy w gospodarstwie domowym i racjonalnego żywienia.

Należy uwzględnić w budownictwie potrzeby użytkowników.

Nasze budownictwo w okresie powojennym może się poszczycić poważnymi osiągnięciami tak pod względem ilościowym, jak i jakościowym. Wciąż jednak za mało uwzględnia się potrzeby związane z prowadzeniem domu. Niewłaściwe rozplanowanie oraz urządzenie kuchni i łazienki, źle zainstalowane oświetlenie lub ogrzewanie, brak miejsca na przechowywanie zapasów itp. — są to prawdziwe udręki dla gospodyń oraz bardzo ujemnie wpływają na ogólny poziom kultury i atmosferę w rodzinie. Konieczne jest aby przy projektowaniu i zatwierdzaniu planów, zwłaszcza typowego budownictwa mieszkaniowego w mieście i na wsi, brano bardziej pod uwagę rozsądne propozycje, które często wysuwają kobiety.

Sprzęt ułatwia pracę. W pierwszych latach powojennych odczuwało się dotkliwy brak niezbędnego sprzętu domowego. Przemysł ciężki prawie nic nie produkował ze sprzętu gospodarstwa domowego, drobny przemysł i rzemiosło również w małym stopniu pokrywały zapotrzebowanie rynku, produkując przedmioty użytku domowego przeważnie w oparciu o przestarzałe wzory.

Obecnie sytuacja bardzo się poprawiła. Dla przykładu weźmy choćby następujące zestawienie:

Lp.	Nazwa artykułu	1955 r.	1959 r.
1	Naczynia emaliowane (w tys. tonn)	1,9	2,5
2	Naczynia blaszane (w tys. tonn)	15,2	19,2
3	Maszynki do mięsa (w tys. szt.)	395,0	650,0
4	Maszyny do szycia (w tys. szt.)	27,7	160,0
5	Pralki (w tys. szt.)	26,4	320
6	Szafki chłodnicze (w tys. szt.)	2,8	78

Niezależnie od przemysłu rozwija się drobna wytwórczość sprzętu gospodarstwa domowego, która również w poważnym stopniu zasila rynek. Coraz więcej nowoczesnego sprzętu mamy w sprzedaży. Między innymi w roku 1959 z importu dostarczono na rynek około 32 tysiące maszyn do szycia, 25 tysięcy odkurzaczy, 7 tysięcy lodówek oraz 3 tysiące młynków i mikserów.

Mamy jednak jeszcze sporo kłopotów z jakością. Za mało jest troski o dobór i ulepszenie sprzętu dla gospodyń wiejskich. W przemyśle chemicznym niedostatecznie rozwija się jeszcze produkcja wyrobów z tworzyw sztucznych, wyrobów syntetycznych oraz środków do prania i czyszczenia.

W celu zwiększenia liczby asortymentów oraz poprawy jakości artykułów gospodarstwa domowego Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego bierze udział w komisjach planowania i współpracuje z Centralnym Zarządem Artykułów Gospodarstwa Domowego, Instytutem Przemysłu Drobno i Rzemiosła, Polskim Komitetem Normalizacyjnym (w zakresie artykułów powszechnego użytku) oraz innymi instytucjami.

Komitet nawiązuje również liczne kontakty bezpośrednio z zakładami przemysłowymi i drobną wytwórczością oraz przeprowadza próby użytkowości różnego rodzaju artykułów gospodarstwa domowego.

Dotychczas przebadano pod względem przydatności użytkowej — między innymi — garnek ciśnieniowy, sokownik, żelazko z termoregulacją, obieraczki ręczne, miksery i robot czeski. Oprócz tego z drobnej wytwórczości dostarczono do wypróbowania wiele drobnych przedmiotów, jak ostrzarki, solniczki, lakier „Plexigen”, środki do prania i czyszczenia itp.

Informacje o przydatności użytkowej badanych artykułów są przekazywane wytwórniom oraz społeczeństwu poprzez radio, prasę i biuletyn miesięczny „Gospodarstwo Domowe”, wydawany przez Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego.

Uważamy, że Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego powinien mieć określone kompetencje w wydawaniu opinii pod względem przydatności użytkowej tak wzorów nowego sprzętu do produkcji, jak i sprzętu importowanego.

Niezbędne jest również dołączenie do każdego sprzętu, zwłaszcza droższego, etykiety z instrukcją i wydawanie określonych gwarancji. Dobrze, że Arged rozpoczął organizację punktów naprawczych przy sklepach. Gęsta sieć takich punktów przyczyni się do dużych oszczędności w gospodarstwie domowym. Trzeba, aby o punktach naprawczych pomyślała spółdzielczość wiejska, gdyż gospodynie wiejskie mają pod tym względem olbrzymie trudności.

O rozbudowę i lepszą pracę punktów usługowych. W dzisiejszych warunkach życia rodzinnego, przy dużej aktywizacji kobiet w życiu społecznym i pracy zawodowej, nie można obejść się bez gęstej sieci punktów usługowych.

Dużo wysiłku i czasu pochłania pranie w domu. Wprawdzie

produkcja pralek elektrycznych stale wzrasta, to jednak jeszcze nie rozwiązuje to całkowicie trudności połączonych z praniem domowym.

Uchwała Rady Ministrów z dnia 13. IV. 1959 r. w sprawie pralnictwa, w której opracowaniu brał także udział Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego stawia zadanie powiększenia usług pralniczych czterokrotnie do 1965 roku. Będzie to niewątpliwie duży wzrost tego rodzaju usług, ale pralnie komunalne jeszcze nieprędko rozwiążą trudności prania w domu, konieczne jest więc organizowanie gęstej sieci punktów pralniczych usługowych i samoobsługowych w mieście i na wsi.

Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego współpracuje z Instytutem Gospodarki Komunalnej, handlem i przemysłem oraz przeprowadza próby przydatności użytkowej pralek elektrycznych i środków do prania.

Komitet zorganizował dwie samoobsługowe pralnie eksperymentalne w blokach na terenie Warszawy w celu opracowania kalkulacji i zebrania doświadczeń dla dalszego rozwoju tego typu usług. Podjęto również współpracę z CRS w zakresie małych pralni samoobsługowych dla wsi.

Dużym udogodnieniem dla gospodarstw domowych są rozwijające się u nas wypożyczalnie sprzętu domowego. Według ostatnich danych ZSS Społem zorganizował w miastach około 800 wypożyczalni, spółdzielczość zaś wiejska przy gminnych spółdzielniach — około 2000. W wypożyczalniach sprzętu gospodarstwa domowego udostępnia się różny sprzęt do pracy domowej za niewielką opłatą. Jesteśmy za dalszym rozwojem wypożyczalni i lepszym ich wyposażeniem.

Wydaje się, że dotychczasowa działalność wypożyczalni musi być gruntownie przeanalizowana, gdyż wielkie możliwości udogodnienia pracy domowej poprzez wypożyczalnie nie są należycie wykorzystywane.

Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego opracował zestaw sprzętu do wypożyczalni na wsi i przedkładał propozycje szerszej współpracy w celu dokonania analizy i udzielenia pomocy istniejącym już wypożyczalniom. Niestety, zainteresowane instytucje nie wykazują większej aktywności w tej sprawie.

Dalsze uruchamianie różnych form usług z rozsądną kalkulacją opłat jest jak najbardziej palącą sprawą, zwłaszcza usług domowych, usług naprawy odzieży, punktów napraw artykułów metalowych i stolarskich, wydawania posiłków do domu, zakładów garmażeryjnych itd.

Usługi u nas muszą być powszechne i dostępne dla każdego obywatela.

Propagujmy racjonalne żywienie rodziny. Niezmiernie ważnym problemem dla nas jest upowszechnianie wiedzy w zakresie racjonalnego żywienia rodziny z uwzględnieniem właściwego wykorzystania produktów spożywczych, wartości odżywczej przyrządzanych posiłków i kalkulacji finansowej.

Analiza materiałów dotyczących stanu odżywiania ludności w Polsce, zebranych przez instytuty naukowe, związki zawodowe i GUS, a także badania zapoczątkowane na podstawie ankiet przez Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego wskazują, że większość społeczeństwa żywi się nieracjonalnie. Przyczyną tego jest nie tyle ograniczony budżet, ile nieznanomość zasad racjonalnego żywienia i technologii przyrządzania posiłków.

Propagowanie racjonalnego żywienia rodziny jest jednym z bardzo ważnych zadań Komitetu. W tym celu wykorzystuje się prasę, radio, telewizję i film.

W ramach współpracy z przemysłem i handlem Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego bierze udział w Komisjach Oceny Jakości Artykułów Spożywczych oraz współpracuje z Zakładami Technologii Przemysłu Owoców i Warzyw Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego.

Na zlecenie przemysłu tłuszczowego wydano ulotkę (200 tysięcy) o margarynie.

Realną pomocą w dążeniu do poprawy żywienia rodziny o skromnych zarobkach powinny być właściwie zorganizowane i obejmujące dzieci w całej Polsce posiłki w stołówkach szkolnych. Konieczna jest również większa pomoc fachowa w organizowaniu żywienia w przedszkolach, żłobkach, stołówkach oraz instytucjach.

W porozumieniu z Ministerstwem Oświaty Komitet podjął pracę w kierunku poprawy posiłków dla dzieci w szkołach, przedszkolach i dziecińcach wiejskich.

Przeprowadzono orientacyjną lustrację w 40 szkołach na terenie pięciu województw. Wyciągając z tych lustracji wnioski, wydano dwie książki o żywieniu dzieci i w porozumieniu z kuratorium warszawskim zapoczątkowano kurs dla kucharek szkolnych.

Pomocą w zastosowaniu większej ilości warzyw i owoców w codziennym żywieniu rodziny powinny być także przetwory, zwłaszcza takie, których przyrządzenie nie jest kłopotliwe w warunkach gospodarstwa domowego. Na wsi należy dążyć do utworzenia sieci przetwórczych punktów usługowych, w których gospodynie mogą przygotować dla siebie przetwory z własnych surowców pod kierunkiem fachowych instruktorów.

Upowszechnienie wiedzy w zakresie gospodarstwa domowego traktujemy jako sprawę podstawową. Rozsądnie gospodarzyć

i właściwie organizować życie rodzinne może tylko uświadomiona gospodyni, znająca prawa ekonomii i naukowej organizacji pracy oraz zasady racjonalnego żywienia człowieka, mająca duże wiadomości z zagadnień higieny, wychowania dzieci itp.

Niestety musimy sobie powiedzieć, że przygotowanie dziewcząt i kobiet do roli rozsądnej organizatorki życia domowego nie jest u nas w pełni doceniane. Dotkliwie braki w tym względzie odczuwa zarówno społeczeństwo dorosłe, jak i młodzież.

W ankiecie przeprowadzonej w roku ubiegłym w jednym z liceów pedagogicznych na pytanie: „czego najwięcej boję się w życiu” — większość uczennic odpowiedziała: „zajęć domowych”.

W roku 1958 Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego podjął inicjatywę i rozpoczął prowadzenie zajęć gospodarstwa domowego z młodzieżą szkolną.

W 1958 roku na terenie Warszawy zajęcia gospodarstwa domowego w godzinach nadobowiazkowych były prowadzone tylko w 17 szkołach. W roku 1959 zgłosiło się o pomoc do Komitetu do Spraw Gospodarstwa Domowego ponad 80 szkół. Sprawa nauczania gospodarstwa domowego w szkołach jest obecnie przedmiotem dyskusji i mamy nadzieję, że władze oświatowe przy reorganizacji programów właściwie potraktują to zagadnienie.

Dużą popularnością cieszą się kursy i pokazy dla kobiet. W roku 1958 na terenie wsi przeprowadzono około 8 tysięcy różnego rodzaju kursów i pokazów z zakresu żywienia, przetwórstwa, szycia, robót ręcznych itd. W miastach organizuje się ich znacznie więcej.

Kursy gospodarstwa domowego dawałyby dużo większe rezultaty, gdyby były prowadzone przez wykwalifikowane instruktorki i nauczycielki. Niestety, niedobór kadr fachowych w tej dziedzinie jest ogromny, a szkół dla instruktorek i nauczycielek gospodarstwa domowego jeszcze dotychczas nie mamy.

Szkolnictwo zawodowe przygotowuje dużą liczbę dziewcząt do zawodu w żywieniu zbiorowym oraz przemyśle odzieżowym, włókienniczym, skórzanym, chemicznym i innych. Jak wynika ze statystyki, w 1957 roku do szkół tych uczęszczało ponad 30 000 dziewcząt, a w szkołach rolniczych było około 8000 dziewcząt. Wiele z nich, szczególnie te, które ukończyły szkoły żywienia zbiorowego i szkoły rolnicze, jest obecnie zatrudnionych jako instruktorki do pracy wśród kobiet. Nie mogą one jednak dobrze wywiązywać się ze swych obowiązków bez doksztalcenia się w dziedzinie ekonomii, organizacji pracy domowej i żywienia rodziny jak również metodyki nauczania.

W tym celu Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego zor-

ganizował w roku szkolnym 1958/59 jednoroczny kurs korespondencyjny dla instruktorek gospodarstwa domowego.

Oprócz tego instruktorki podnoszą swoje kwalifikacje na kursach specjalistycznych, organizowanych przez Ligę Kobiet, Centralny Związek Kółek Rolniczych, spółdzielczość, Związek Młodzieży Wiejskiej i inne.

Doszkalanie tego typu należy jednak traktować jako przejściowe. Do zawodu instruktorki muszą przygotowywać specjalne szkoły.

Ustalenie kryteriów kwalifikacji instruktorki gospodarstwa domowego jest sprawą palącą. Nie możemy dłużej tolerować przypadków prowadzenia kursów i pokazów przez osoby zupełnie do takiego nauczania nie przygotowane. Za drogi jest czas kobiet i związane z tym wydatki, aby szczyścić się tylko dużą liczbą organizowanych kursów bez względu na ich poziom i korzyści, jakie z nich wynoszą słuchaczki.

Wydaje się, że należałoby jak najrychlej uruchomić przynajmniej 2—3 średnie szkoły dla nauczycielek i instruktorek gospodarstwa domowego oraz chociaż jedną szkołę typu wyższego, kształcąca nauczycielki dla szkół średnich.

Koordinacja wspólnych wysiłków. Niezmiernie ważną dla nas wszystkich sprawą jest skoordynowanie wysiłków w działalności naukowo-badawczej i oświatowej w dziedzinie postępu oraz racjonalizacji gospodarstwa domowego.

W Polsce pracą oświatową i popularyzacją w tym zakresie zajmuje się Liga Kobiet, obecnie przede wszystkim* poprzez Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego, Centralny Związek Kółek Rolniczych, ZSS Społem, Spółdzielnia „Samopomoc Chłopska”, związki młodzieżowe oraz wiele innych instytucji oświatowych i społecznych.

Ministerstwo Oświaty i Ministerstwo Rolnictwa podejmują nauczanie szkolne w dziedzinie gospodarstwa domowego.

Na rynku wydawniczym, jak na nasze warunki, ukazuje się bardzo dużo książek i broszur z tej dziedziny, niestety często wątpliwej jakości. Wiele instytutów i placówek naukowych prowadzi wyrywkowe badania na temat gospodarstwa domowego.

Nie ma najmniejszej wątpliwości, że wszystkie te poczynania poważnie wpływają na podniesienie poziomu codziennego życia rodziny. Brak jednak skoordynowanej działalności tak w pracy badawczo-naukowej, jak i oświatowej. Dlatego nad sprawą właściwej koordynacji powinniśmy się poważnie zastanowić na naszym naradzie.

Nowoczesne ujęcie zagadnień gospodarstwa domowego (tłumaczenie z angielskiego)

Po ostatniej wojnie, a szczególnie w ostatnim dziesięcioleciu, wystąpił znaczny wzrost zainteresowania dziedziną wiedzy, nazywaną w Polsce gospodarstwem domowym, i to nie tylko w pewnych krajach Europy, ale również na Dalekim oraz na Bliskim Wschodzie, a także w Afryce.

Różne są nazwy tej dziedziny nauczania, używane w różnych krajach, np. w Anglii słyszy się najczęściej o „wiedzy domowej” (domestic science), Francuzi mówią o „nauce gospodarstwa” (enseignement ménagère), a kraje Ameryki Łacińskiej wymieniają „ekonomię domową” (economia domestica).

Spośród różnych określeń Organizacja Narodów Zjednoczonych i Międzynarodowa Federacja Gospodarstwa Domowego przyjęły amerykański termin „gospodarstwo domowe” (home economics).

Różne też były drogi rozwoju tej nauki w różnych krajach i do dzisiaj są znaczne różnice w zakresie nauczania.

Większość krajów europejskich odchodzi od dawnych koncepcji nauki robótek czy polerowania klamek i w nauce gospodarstwa domowego kładzie nacisk na uświadomienie dziewcząt o ich odpowiedzialności za podnoszenie poziomu życia rodzinnego. Zadania i zainteresowania przy nauczaniu tego przedmiotu ześrodkowują się na najmniejszej jednostce biologicznej społeczności, jaką jest rodzina. Celem więc nauczania gospodarstwa domowego musi być pomoc rodzinie, tym różnorodniejsza, że rodzina wciąż podlega zmianom. Zmiany te zachodzą pod wpływem przeobrażeń społecznych, gospodarczych i kulturalnych.

Najważniejszą zmianą w stosunkach rodzinnych jest emancypacja i równouprawnienie kobiet oraz wynikające stąd konsekwencje. Kobieta, zdobywając fach, uniezależnia się od ojca lub męża. Choć zmian tych nie sposób powstrzymać, można je do pewnego stopnia regulować i łagodzić ich ostrość. Zadaniem społecznym jest dopomożenie rodzinie w wypełnianiu jej funkcji.

Często słyszymy, że dyscyplina rodzinna się zmniejszyła, że małżeństwa są mniej trwałe niż dawniej i że młodzież nie ma odpowiedniej opieki. Jeżeli jest prawdą, że obecnie więcej rodzin się rozpada, to nie należy zapominać, że dawniej niemożność uzyskania rozvodu pokrywała wiele tragedii.

Sądzę, że można zaryzykować twierdzenie, iż w wielu krajach

odpowiedzialność rodziców za rodzinę obecnie jest większa, niż była dawniej.

Prowadząc gospodarstwo domowe, trzeba stawiać sobie za cel dobrobyt rodziny. W związku z tym trzeba interesować się budownictwem mieszkaniowym i wyposażeniem mieszkań, zagadnieniami właściwego żywienia, zarządzaniem posiadanymi środkami, współzyciem w rodzinie oraz rozwojem dziecka, a wreszcie sztuką (estetyką) jako integralną częścią życia rodzinnego.

W celu podniesienia dobrobytu oraz trwałości rodziny i państwa gospodarstwo domowe musi rozwijać się na właściwych podstawach naukowych. Jest ono jedną z dyscyplin oświatowych, która powinna być szeroko realizowana.

Program działania w skali krajowej. Przedstawione wyżej zagadnienia powinny wchodzić w zakres nauczania w szkołach podstawowych i licealnych, w szkołach zawodowych i technikach, na uniwersytetach oraz innych wyższych uczelniach.

Zasad racjonalnego żywienia w celu zachowania zdrowia można uczyć na przykładzie posiłków w szkołach lub przedszkolach. Nie muszą to być wyodrębnione przedmioty, ale powiązane z innymi. Szkoły wiejskie gospodarstwa domowego należy połączyć ze szkołami rolniczymi.

Prace badawcze w dziedzinie gospodarstwa domowego mają wielkie znaczenie ze względu na specjalnie dynamiczny charakter tej dziedziny.

Zdobyte nauki i techniki powinny być popularyzowane przede wszystkim na wsi. W niektórych krajach Europy programy upowszechnienia, realizowane przez ministerstwo oświaty i ministerstwo rolnictwa, są uzupełnione społeczną pracą organizacji kobiecych. Daje to najlepsze rezultaty i największą liczbę wykwalifikowanych instruktorów rolnictwa i gospodarstwa domowego.

Program działania w skali rejonowej. Zagadnieniami tymi w skali rejonowej zajmują się Podkomisje Upowszechniania w Europejskiej Komisji Rolniczej (ECA), grupa doradcza w Organizacji Europejskiej Współpracy Ekonomicznej (OEEC) oraz FAO, w której jest dział „Home Economics”. W roku 1959 zostanie na przykład zorganizowane w Austrii Europejskie Sympozjum Nauczania Żywienia, w roku 1960 zaś — Seminarium na Temat Metod Oceny Upowszechniania Gospodarstwa Domowego.

Program działania w skali międzynarodowej. Istnieje Międzynarodowa Federacja Gospodarstwa Domowego z siedzibą w Paryżu. Federacja ułatwia wymianę doświadczeń pomiędzy członkowskimi krajami i reprezentuje interesy gospodarstwa domowego na forum międzynarodowym.

FAO — Międzynarodowa Organizacja Żywienia Ludności i Rolnictwa (przy ONZ) współpracuje z innymi organizacjami w za-

kresie badań oraz upowszechnienia. Dysponuje ona stypendiami na studia zagraniczne.

Projektuje się powołanie Instytutu Badań Gospodarstwa Domowego w Europie.

Główne zadania w zakresie gospodarstwa domowego i metody ich rozwiązywania. Gospodarstwo domowe, jak już było powiedziane, zajmuje się wszystkimi zagadnieniami mającymi bezpośredni wpływ na dobrobyt i szczęście rodziny.

Bardzo ważną sprawą jest żywienie rodziny, szczególnie dzieci w wieku przedszkolnym.

Racjonalnego żywienia trzeba uczyć już dzieci w szkołach podstawowych, ponieważ wiele z nich nie idzie do szkół średnich. Uczyć się muszą zarówno chłopcy jak i dziewczęta.

Upowszechnieniem racjonalnego żywienia wśród dorosłych powinna się zajmować specjalna kadra wykwalifikowanych fachowo i metodycznie nauczycielek i instruktorek.

Zagadnienie żywienia wymaga koordynacji prac różnych resortów i organizacji społecznych. Instruktorka gospodarstwa domowego musi współpracować z pracownikami oświatowymi, rolniczymi i służby zdrowia oraz nauczycielstwem.

Sprawą pierwszorzędного znaczenia jest mieszkanie. ONZ stwierdza, że w ostatnich latach warunki mieszkaniowe na całym świecie się pogorszyły.

Środki przeznaczone na budownictwo mieszkaniowe i urządzenia komunalne oraz na poprawę istniejących budynków powinny się znaleźć w budżecie państwowym i instytucji gospodarczych.

Czynione są starania, aby ograniczyć zagęszczenie ludności miejskiej. Nie wszystkie ulepszenia techniczne można jednak przenieść na teren wiejski.

W sprawach mieszkaniowych powinni być przeszkoleni nauczyciele oraz instruktorki gospodarstwa domowego i rolnictwa.

Planowanie w gospodarstwie domowym dotyczy czynności (pracy) i środków materialnych.

Na wydajność pracy i zużytkowanie energii ludzkiej wpływają często przyzwyczajenia oraz tradycje, powstrzymujące tempo postępu technicznego i racjonalizacji.

Na ogół jest tendencja do przeceniania pracy poza domem w porównaniu z pracą domową.

Rozkład domu wpływa na czas i wysiłek przy pracy.

Zasoby rodzinne są ograniczone, natomiast potrzeby nieograniczone i wielorakie. Zarządzanie zatem zmusza do wyboru. Rodzinom trzeba doradzić, co i jak mają kupować. Trzeba już uczyć młodzież, jak gospodarować własnymi pieniędzmi. Powinno się unikać kupowania na kredyt i na raty, natomiast systematycznie

oszczędzać. W niektórych krajach są prowadzone poradnie dla młodych małżeństw.

Oświeceni konsumenci mogą wywierać wpływ na rynek i normalizację towarów. Trzeba także wykorzystywać radio, prasę i telewizję. Dużą rolę w tym względzie może odegrać spółdzielczość i różne stowarzyszenia spożywcze oraz przedsiębiorstwa.

Na zakończenie trzeba podkreślić, że w obecnej dobie szczególny nacisk położyć należy na sprawy współżycia rodzinnego i wychowania dziecka. Wiedza z tego zakresu leży w zasięgu psychologii, socjologii, antropologii i psychiatrii. Zagadnień tych należy uczyć jednocześnie z gospodarstwem domowym. W niektórych krajach przedmiot ten nosi nazwę „ludzkiej tematyki”.

Dr Margaret Hockin

Przedstawicielka FAO, Rzym

Główne zadania w zakresie gospodarstwa domowego i metody ich rozwiązywania (tłumaczenie z angielskiego)

Gospodarstwo domowe jest dziedziną wiedzy, która koncentruje się wokół rodziny, zajmuje się wszelkimi aspektami życia domowego oraz wszystkimi sprawami, które mają bezpośredni wpływ na dobrobyt i szczęście członków rodziny. Sprawy te można zgrupować w sześciu głównych działach.

1. ŻYWNOŚĆ I RACJONALNE ŻYWIENIE

Produkty spożywane codziennie mają wielki wpływ na stan zdrowia i ogólne dobre samopoczucie człowieka. Wiele poważnych chorób oraz różne rodzaje niedomagań są wywołane przez niewłaściwą dietę. Chroniczne niedożywienie lub niewłaściwe żywienie wpływają ujemnie na zdrowie jednostek i całych społeczeństw oraz hamują ogólny postęp gospodarczy i społeczny.

Stan zdrowia dzieci rozpoczynających naukę w szkole zależy od sposobu ich odżywiania w latach przedszkolnych. Właśnie w tym okresie życia złe odżywianie jest najbardziej szkodliwe i najbardziej rozpowszechnione. W wielu krajach przyczyną dużej śmiertelności dzieci w wieku 1—5 lat jest złe odżywianie. Rodzice, którzy są przede wszystkim odpowiedzialni za zdrowie dzieci w wieku przedszkolnym, powinni być uświadomieni o podstawowych zasadach racjonalnego żywienia i zaspokajania potrzeb członków rodziny w różnym wieku.

Szkoła na równi z rodzicami ponosi odpowiedzialność za nauczanie dzieci głównych zasad racjonalnego żywienia i za wdrażanie właściwych nawyków żywieniowych. Źle odżywiane dziecko nie może w pełni korzystać z nauki w szkole. Jego skłonność do męczenia się utrudnia mu skoncentrowanie uwagi na pracy w klasie, a także branie udziału w ćwiczeniach gimnastycznych.

Nauczanie racjonalnego żywienia w szkołach. W niewielu krajach wprowadzono nauczanie racjonalnego żywienia do programów szkół podstawowych. Jest to szczególnie ważne w krajach, gdzie większość dzieci nie uczęszcza do szkół średnich. W jaki sposób można tego dokonać?

Słyszałam, że usiłujecie wprowadzić gospodarstwo domowe jako obowiązkowy przedmiot do szkół podstawowych w Polsce. Przy nauczaniu tego przedmiotu trzeba szczególnie zwrócić uwagę na wartość odżywczą produktów wchodzących w skład posiłków spożywanych w rodzinie oraz na właściwe sposoby sporządzania i przechowywania potraw. Trzeba przy tym umożliwić dziecku wykonanie tego w domu, czego nauczyło się w szkole. Wciąż jeszcze przy nauczaniu gospodarstwa domowego zwraca się zbyt wiele uwagi na umiejętność gotowania, co nie zawsze jest połączone z racjonalnym żywniem, a nawet może utrwalać niepożądane nawyki żywieniowe.

Jeżeli staramy się włączyć gospodarstwo domowe do programów szkolnych, musimy odpowiednio przeszkolić nauczycieli, tak aby mogli wywiązać się z tych odpowiedzialnych zadań.

Z wprowadzeniem nauczania racjonalnego żywienia w szkołach nie trzeba czekać na liczną kadrę wyszkolonych specjalistów z zakresu gospodarstwa domowego. Są różne przedmioty w programach szkolnych, które można powiązać z nauką o żywieniu, np. lekcje biologii, higieny i wychowania fizycznego. Można przy tym omawiać znaczenie higieny osobistej, warunków sanitarnych w mieszkaniu (włączając porządki oraz sprząatanie w domu), usuwania śmieci i odpadków według wymagań sanitarnych, zaopatrzenia w czystą wodę zdatną do picia itd. Na lekcjach tych powinni się uczyć zarówno chłopcy, jak i dziewczęta.

Posiłki przygotowywane w szkole i program zajęć w ogródkach szkolnych są doskonałym terenem do nauki o żywieniu poprzez praktyczne pokazy. Powinno się też zachęcać dzieci do hodowli małych zwierząt i obserwowania na nich wpływu różnych sposobów żywienia.

Nauczanie racjonalnego żywienia w domu i w zespołach. Ministerstwa Zdrowia, Oświaty i Rolnictwa oraz społeczne organizacje kobiece biorą zwykle udział w realizowaniu programów szkoleń w zakresie racjonalnego żywienia; szkolenie to ma dotrzeć do kobiety w jej domu. Można to zrobić dobrze tylko wtedy,

jeśli nauczycielki i instruktorki są odpowiednio przeszkolone zarówno w zakresie rzeczowym, jak i metodycznym. W niektórych krajach takie pracownice nazywane „przodownicami oświaty w gospodarstwie domowym” prowadzą lekcje żywienia i przyrządzania potraw, organizują specjalne akcje żywieniowe, robią pokazy, wystawy i targi oraz starają się różnymi sposobami pomóc w powiązaniu nauczania w szkole i w domu. Słuszne okazało się zakładanie ogrodów pokazowych w celu pouczania rodzin wiejskich, co powinny hodować w swoich ogródkach. Warzywa i owoce z tych ogrodów mogą służyć do prowadzenia pokazów przyrządzania różnych potraw oraz konserwowania ich i przechowywania.

Polityka państwowa w zakresie żywienia. Zagadnienia żywienia w skali państwowej wymagają koordynacji prac różnych resortów i organizacji społecznych. Należy prowadzić politykę zmierzającą do popierania produkcji produktów żywnościowych, których brak się odczuwa. Do tego celu najbardziej są powołani żywieniowcy, rolnicy, ekonomiści, chemicy, gleboznawcy i inni specjaliści współpracujący ze sobą.

W Polsce jest — na szczęście — wielu wysokiej klasy lekarzy specjalistów od żywienia, którzy zbadali krajowe problemy żywieniowe. Ich zdobycze powinny być udostępnione tym wszystkim, którzy zajmują się poprawą stanu wyżywienia w kraju, włączając w to specjalistów z zakresu gospodarstwa domowego.

Potrzeba współpracy. Instruktorka gospodarstwa domowego może pracować bardziej efektywnie, jeśli współdziała ściśle z pracownikami oświaty i rolnictwa, służbą zdrowia oraz nauczycielstwem. Opracowując wspólne programy, pomagają sobie wzajemnie w dążeniu do podniesienia poziomu żywienia zarówno w środowiskach wiejskich, jak i miejskich.

2. SPRAWY MIESZKANIOWE

Sprawy mieszkaniowe mają dla rodziny pierwszorzędne znaczenie. Dom rodzinny jest ostoją życiową dla jednostki, wiąże ze sobą członków rodziny. Ma również znaczenie i wartość społeczną.

Badania prowadzone przez Organizację Narodów Zjednoczonych wykazują, że w ostatnich latach warunki mieszkaniowe na świecie są w dalszym ciągu niezadowolające, a nawet pogarszają się, zwłaszcza na wsi. Sprawy mieszkaniowe są szczególnie trudne dla rodzin o skromnych zarobkach, które w celu zdobycia lepszych warunków mieszkaniowych muszą rezygnować z zaspokojenia innych zasadniczych potrzeb.

Strona społeczna zagadnienia. Środki zmierzające do poprawy warunków mieszkaniowych powinny uwzględniać nie tylko stro-

nę ekonomiczną, ale także zagadnienia społeczne. Bez społecznych urządzeń usługowych i bez szerzenia oświaty wśród rodzin nawet najlepsze, budowane z rozmachem osiedla mieszkaniowe wkrótce niszczej^ą i trac^ą swój charakter. Z doświadczeń budownictwa nowych miast w różnych krajach okazało się, że domy nie powinny zaspokajać jedynie potrzeb indywidualnych, ale muszą też uwzględniać potrzeby komunalne.

Środki zmierzające do poprawy warunków mieszkaniowych i związanych z tym urządzeń. Środki przeznaczone na popieranie budownictwa mieszkaniowego i urządzeń komunalnych oraz na naprawę istniejących budynków powinny być uwzględniane w ramach polityki państwowej i gospodarczej. Ze środków stosowanych w różnych krajach trzeba wymienić posunięcia natury finansowej i fiskalnej, włączając w to ulgi podatkowe, państwowe gwarancje hipoteczne, upowszechnienie pożyczek, subsydia bezpośrednie dla gospodarstw domowych i budowę mieszkań do wynajęcia z funduszy państwowych.

W różnych stronach świata powstały centralne oraz terenowe instytuty badawcze i doświadczalne, które badają oraz stosują ulepszenia ekonomiczne i techniczne w dziedzinie mieszkań. Czynione są również starania, aby ograniczyć zaludnienie ośrodków miejskich, aby zabezpieczyć mieszkańcom pracę i mieszkania w nowych osiedlach przemysłowych oraz rozwijających się wsiach. Placówki planowania powstają na szczeblach centralnych, dzielnicowych i lokalnych. Wzrasta tendencja do popierania przez państwo indywidualnej własności domów, aby zredukować poważne obciążenia administracyjne i ekonomiczne, które budownictwo państwowe nakłada na władze centralne oraz terenowe. Nasze doświadczenia wykazały, że ulepszenia techniczne, wprowadzane w budownictwie miejskim, niełatwo jest przenieść do osiedli wiejskich. Ze względu na odmienne warunki ekonomiczne i społeczne trzeba opracować dla wsi specjalne metody, które z czasem wpłyną na zmiany w odwiecznych zwyczajach wiejskich.

Działalność budowlana indywidualna i zespołowa. W wielu krajach występują dwie formy budowlanej działalności indywidualnej: wkład pracy własnej przy wytwarzaniu materiałów (w całości lub częściowo) i budowaniu domu albo oszczędzanie w celu nabycia domu. Pierwsza z tych form nadaje się szczególnie dla wsi, gdzie istnieją rezerwy siły roboczej przy niepełnym zatrudnieniu lub sezonowym bezrobociu. Prowadzenie takiej pracy zależy od właściwego przeszkolenia.

W niektórych krajach zorganizowano dla gospodarzy domów seminaria prowadzone przez centralne i terenowe administracje domów lub placówki oświatowe. Ponieważ dobre mieszkanie i poprawa warunków domowych mają bezpośredni wpływ na dobro-

był rodziny, przeto sprawy mieszkaniowe powinny być włączone do programów szkolenia instruktorek gospodarstwa domowego, instruktorów rolniczych oraz pracowników oświatowych. W takim szkoleniu można podkreślać udział mężczyzny w ulepszaniu warunków mieszkaniowych.

W Polsce całą uwagę poświęca się nowemu budownictwu, jednakże naprawa i ulepszanie starych domów mogą być nawet ważniejsze w niektórych okolicach.

Drobne prace w domu mogą wykonywać nie tylko dorośli, ale także młodzież. Mogą się tego nauczyć na lekcjach gospodarstwa domowego i robót ręcznych, np. jak zrobić proste meble lub parawany do podziału pokoju albo jak wykonać różne naprawy. Prace takie dają wprawę w majsterkowaniu i są przydatne w domu. Przez rozbudzenie tych zamiłowań można osiągnąć stałe ulepszanie warunków zarówno w nowych, jak i starych domach.

3. ZARZĄDZANIE GOSPODARSTWEM DOMOWYM

Zarządzanie gospodarstwem domowym jest niekiedy określane jako „zużytkowanie posiadanych zasobów, tak aby osiągnąć zamierzone cele”. Celem zarządzania powinno być dobre prowadzenie domu i troska o rodzinę.

Zarządzanie rozpoczyna się od świadomego planowania różnorodnych czynności i zadań, które odbywają się w domu oraz w gospodarstwie. Planowanie to dotyczy użycia środków: przede wszystkim pracy, gotówki i innych posiadanych materiałów.

Praca w gospodarstwie rolnym. Zagadnienia zarządzania domem wiejskim nie można rozpatrywać niezależnie od organizacji pracy w całym gospodarstwie. Wszystko to jest także związane z cyklem życia rodziny, który często ogranicza dopływ i wydajność siły roboczej w gospodarstwie rolnym. Dlatego ekonomiczne ujęcie organizacji pracy często nie jest wystarczające. Trzeba brać pod uwagę strukturę rodziny i zajęcia poszczególnych jej członków.

Kobieta często musi bez niczyjej pomocy wykonywać prace domowe. Przeprowadzone ostatnio badania w Niemczech wykazały, że chociaż uznaje się za zupełnie normalne, że żona farmera pracuje w polu, gdy zachodzi tego potrzeba, gospodarz jednak rzadko pomaga w domu. Widocznie tam niektóre prace tradycyjnie uważa się za kobiece, a inne za męskie. Z badań reprezentatywnych wynikało, że z całej liczby godzin przepracowanych na farmie 30% przypada na gospodarza, a 36% — na jego żonę. Reszta godzin — to udział innych członków rodziny lub pracowników najemnych.

Należy zwracać szczególną uwagę na organizację codziennej pracy, która jest wykonywana w gospodarstwie.

Prace domowe. Praca w domu może być bardzo męcząca. Gospodyni przechodzi czasem w domu drogę stanowiącą kilka mil (mila — 1,8 km), nosząc nierzadko duże ciężary. Niektóre rodzaje pracy oraz postawa przyjmowana przy ich wykonywaniu są szczególnie męczące i mogą być nawet szkodliwe dla zdrowia.

Plan domu oraz rozkład i przeznaczenie pokoi stanowią także zagadnienie zarządzania. Ci, co uczą się gospodarstwa domowego powinni przestudiować czynniki czasu i ruchu, przestrzeni potrzebnej do różnych czynności, przechowywania, postawy w zależności od rodzaju pracy itp.

Zarządzanie innymi zasobami. Potrzeby rodziny muszą być uzależnione od zasobów, które są ograniczone. Potrzeby przeciwnie nie mają granic określonych; są one liczne i różnorodne. Zarządzanie zatem zmusza do wybierania. Wyboru tego, decyzji wpływających na poziom życia rodziny przeważnie dokonuje gospodyni domu.

4. EKONOMIKA W RODZINNYM GOSPODARSTWIE

Ekonomika w rodzinie jest związana z zarządzaniem dochodem oraz z najlepszym zużyciem pieniędzy i innych środków materialnych.

Ekonomika zależy od uświadomienia sobie słusznych potrzeb rodziny i zdawania sobie sprawy z konsekwencji w razie ich niezaspokojenia.

Zarządzanie środkami materialnymi powinno stanowić troskę całej rodziny, gdyż za organizowanie domu ponoszą wspólną odpowiedzialność mąż, żona i dzieci.

Dzisiejsza gospodarka pieniędzmi. Obecnie zarówno rodziny wiejskie, jak i miejskie są bardziej zależne od pieniędzy na zakup towarów niż dawniej. Szybko zmieniające się warunki społeczno-ekonomiczne stwarzają trudności w przystosowaniu się. Wiele rodzin nie raz nie zna czynników wpływających na koszt utrzymania i potrzeby pieniężne rodziny albo nie wie, w jaki sposób należy używać pieniędzy, aby wyzyskać je z największą korzyścią dla wszystkich członków rodziny.

Wiele ukazujących się na rynku towarów i urządzeń popartych reklamą handlową utrudnia nieraz osobie prowadzącej dom rozsądne wydawanie pieniędzy. Ponadto, jakkolwiek dochód rodziny jest wyższy w rejonach przemysłowych niż wiejskich, rzadko bywa on współmierny ze wzrostem kosztów utrzymania i nowych potrzeb konsumentów.

Budżet rodziny. Każda rodzina powinna określić swe obecne i przyszłe potrzeby, zanim sporządzi plan wydatków. Naczelną zasadą przy opracowywaniu budżetu powinno być przede wszystkim wydzielenie pieniędzy na utrzymanie zdrowia, włączając w to żywność i mieszkanie. Im mniejszy jest dochód rodziny na głowę, tym większy procent musi być wydawany na żywność. Inne pozycje muszą być odpowiednio do tego dostosowane.

Po zaspokojeniu podstawowych potrzeb budżety poszczególnych rodzin mogą się znacznie różnić, ponieważ odzwierciedlają różne zainteresowania i cele rodzin. Z tego wynika, że „prawidłowy” budżet dla rodziny A może być „błędny” dla rodziny B mającej ten sam dochód. Na przykład rodzina, która docenia oświatę i przeznaczą na nią pewne sumy, ma mniej do wydania na inne pozycje.

W wyniku wspólnego planowania wszyscy członkowie rodziny uczą się szacunku dla zarobionego grosza.

Tego rodzaju tematy nadają się do wspólnych dyskusji pomiędzy szkołą a domem, pomiędzy nauczycielem a rodzicami. I jedni i drudzy mają obowiązek szkolić młodzież w dysponowaniu pieniędzmi oraz przygotować ją do zarządzania swymi własnymi finansami.

Kupowanie na kredyt. Jednym z głównych celów nauczania gospodarki w rodzinie jest przyzwyczajenie do oszczędnego wydawania pieniędzy. Powinno się unikać kupowania na kredyt i na raty, co powoduje zwiększenie kosztów dóbr zakupywanych i zachęca do nadmiernych zakupów. Jednakże istnieją uzasadnione motywy do zaciągania pożyczek.

Oszczędzanie. Specjaliści od gospodarstwa domowego powinni się dobrze orientować w różnorodnych systemach ubezpieczenia na życie i ubezpieczenia majątku, w kierunkach oszczędzania oraz akcjach propagujących oszczędność.

Oszczędzanie powinno być celowe.

Wiele agencji mających na celu pomoc rodzinie może dostarczyć wskazówek, jak właściwie zarządzać pieniędzmi. Istnieją one niewątpliwie i w Polsce, tak jak w innych krajach i powinny być w pełni wykorzystane. Instytucje dostarczające pożyczek na budownictwo mieszkaniowe często udzielają nabywcom rad nie tylko w sprawie materiałów budowlanych, ale również wyposażenia i umeblowania domu. W ten sposób pomagają rodzinom w unikaniu niepotrzebnych wydatków.

Spółdzielnie mające na celu podnoszenie dobrobytu swych członków przywiązują specjalną wagę do szkolenia ich w sprawach pieniężnych. Spółdzielcze stowarzyszenia kobiece powinny wykazywać szczególne zainteresowanie problemami konsumenta i wy-

wierać wpływ na dobór towarów sprzedawanych w spółdzielniach spożywców.

Stowarzyszenia spożywców. W wielu krajach istnieją silne stowarzyszenia spożywców, które badają problemy związane ze spożyciem, opracowują zalecenia, jak je rozwiązywać, i przesyłają informacje na żądanie konsumenta. Stowarzyszenia takie mogą przekazywać poglądy konsumentów rządowi, producentom, handlowi i przemysłowi, a także informować konsumentów o ich działalności. Światli konsumenci mogą wywierać wpływ na rynek i normalizację towarów. Domagając się towarów o wysokiej jakości, można spowodować produkcję lepszą i bardziej ekonomiczną dla przeciętnych rodzin. W wielu krajach powstały specjalne instytuty badawcze w celu kontroli towarów i studiowania związanych z nimi zagadnień. Służą one również informacjami publiczności.

Specjaliści gospodarstwa domowego, należycie wyszkoleni w tych sprawach, mogą być pomocni przez popieranie rozwoju badań i poradnictwa. Mogą oni przyczyniać się do powstawania stowarzyszeń konsumentów i popierać nauczanie gospodarstwa rodzinnego w szkołach oraz w grupach dorosłych, a także przez radio, prasę i telewizję.

5. TKANINY I UBRANIE

Ubranie jest jedną z podstawowych potrzeb człowieka. Ubiór może być również wskaźnikiem poziomu życia jednostki, rodziny i społeczeństwa. Istotne minimum w tym zakresie różni się wielce w zależności od położenia geograficznego, klimatu, miejscowych zwyczajów, rodzaju zatrudnienia i innych czynników.

Czynności rodziny. Do niedawna wytwarzano odzież dla rodziny we własnym zakresie. Wrzeczono i warsztat tkacki należą do najwcześniejszych urządzeń gospodarstwa domowego. Z wyjątkiem robót na drutach i szycia sukien, produkcja odzieży przeszła obecnie z domu do fabryki. Tkaniny i wełny kupuje się gotowe; tak samo wzrasta wybór różnych gotowych kompletów i garniturów, zwłaszcza dla dorosłych.

Wiele czynników, włączając w to wzrost liczby osób uczęszczających do szkół oraz na spotkania klubowe i osiedlowe jak również wzrost udziału kobiet w pracy poza domem, wpłynęło na zwiększenie zapotrzebowania rodziny na odzież. Zadanie zaopatrzenia rodziny w odzież stało się bardziej skomplikowane i trudne.

Kobiety oraz dziewczęta zazwyczaj interesują się bardzo nauką kroju i szycia. Zajęcia takie mogą się znacznie przyczynić do

oszczędności w rodzinie i powinny być włączone do wszystkich programów nauczania gospodarstwa domowego.

Ubiór a sztuka. Ubiór zawsze był związany z rozwojem sztuki i rzemiosła. Zdobnictwo różnych materiałów ubraniowych i dekoracyjnych może połączyć oszczędność z ekspresją artystyczną oraz powinno być popierane.

Umiejętności takie, jak tkanie, kultywuje się w wielu krajach dla wypoczynku i zamiłowań dekoracyjnych.

Zagadnienia ekonomiczne. Dostępne w nielicznych krajach dane statystyczne wskazują, że rodziny o niskich i średnich dochodach wydają 10—15% dochodu na odzież. Trudno jest powiedzieć, czy jest to stosunek właściwy, czy za wysoki. Wiadomo jednakże, że istnieje niebezpieczeństwo zbyt wielkich wydatków na odzież ze szkodą dla innych podstawowych potrzeb, zwłaszcza żywności. Zapobiec temu można jedynie przez odpowiednią oświatę.

6. ROZWÓJ DZIECKA I WSPÓŁŻYCIE RODZINNE

Połączyłam te dwa zagadnienia, gdyż w praktyce bardzo często nauczanie na ten temat odbywa się jednocześnie.

Rodzina zabezpiecza dziecku warunki rozwoju fizycznego i psychicznego, uczy je moralności oraz zasad dobrego zachowania. Rodzinie pomaga w tych obowiązkach przede wszystkim szkoła, władze miejscowe i organizacje społeczne. Pomimo rosnącej wciąż roli takich czynników, jak żłobki i przedszkola, rodzina pozostaje najlepszą instytucją wychowującą dziecko. Są oczywiste dowody, że do właściwego rodzaju dziecka konieczne jest nie tylko zabezpieczenie jego potrzeb fizycznych, ale także rodzicielska opieka i miłość.

Rozwój dziecka i współżycie rodzinne były przedmiotem wykładów w szkołach gospodarstwa domowego dla dziewcząt. W ostatnich latach jednak zaznaczyła się tendencja do poważniejszego traktowania tych przedmiotów. Tak zwanej „ludzkiej tematyce” w programach nauczania nigdy nie przypisywano takiego znaczenia jak obecnie.

Wiedzę o rozwoju dziecka i o stosunkach rodzinnych zazwyczaj zalicza się do zakresu psychologii, socjologii, antropologii i psychiatrii, a osiągnięcia tych nauk stosuje się do potrzeb pracowników społecznych, nauczycieli, specjalistów gospodarstwa domowego oraz innych zawodów zainteresowanych dobrobytem rodziny. Każdy przedmiot szkolny można traktować pod kątem widzenia rodziny. Chłopcy i dziewczęta jednakowo interesują się nauką tych zagadnień i jeżeli kierownictwo jest doświadczone, problemy te mogą stanowić podstawę ogólnego programu.

Podstawowe problemy zawodowego kształcenia kobiet

1. PRACA ZAWODOWA KOBIET

Sprawa zatrudnienia kobiet oraz powiązane z nią problemy kształcenia dziewcząt są przedmiotem badań i rozważań, podejmowanych niemal we wszystkich krajach.

Formy rozwiązywania tych problemów i ich skuteczność były uzależnione od stopnia aktywności kobiet w życiu zawodowym, struktury gospodarczej kraju oraz zachodzących przemian politycznych i socjalnych.

Niemalą wpływ w tej dziedzinie miały wojny światowe.

Odegrały one rolę żywiołowego czynnika w procesie zastępowania pracy mężczyzn pracą kobiet i ujawniły potencjalne możliwości kobiet w każdym zawodzie. Po ustaniu działań wojennych udział kobiet w życiu zawodowym sprowadził się do funkcji określonej normalnym prawem podaży i popytu siły roboczej. Działanie tego prawa nie jest jednakowe dla mężczyzn i kobiet.

Temu zagadnieniu pragnęlibyśmy poświęcić więcej uwagi, aby dojść do stwierdzenia, że kobieta ma prawo swobodnego wyboru zawodu, niemniej z przyczyn obiektywnych należy wyodrębnić problem zatrudnienia kobiet i ustawić go równolegle do problemu zatrudnienia mężczyzn.

Próby wszechstronnej analizy zatrudnienia kobiet natrafiły i nadal będą natrafiały na poważne trudności bądź z braku odpowiednich materiałów statystycznych, bądź też wskutek wprowadzenia do oceny pewnych czynników niewymiernych, wynikających z psychiki kobiety albo z jej właściwości fizycznych.

Jeśli analiza danych dotyczących zatrudnienia kobiet na przestrzeni wielu lat stwarza obraz wyraźnego dążenia do udzielania pierwszeństwa pewnym zawodom, nie jest to wynikiem przypadku, lecz świadomego postępowania. Przyczyn takiego postępowania należy doszukiwać się w strukturze psychofizycznej kobiet oraz w specyficznych warunkach rodzinnych i wynikających stąd obowiązków.

Nie wydaje się konieczne rozwijanie tematu zasadniczych różnic psychofizycznych kobiet. Jest to dziedzina pracy fizjologów i psychologów. Należy jednak ten element uznać jako zasadniczy w ocenie prawidłowości kształtowania się struktury zatrudnienia kobiet. Faktem jest, że różnice te eliminowały kobiety z pewnych zawodów prawie całkowicie, ograniczały udział w innych, a prze-

suwały zainteresowania do takich, które odpowiadały najbardziej ich predyspozycjom, upodobaniom i możliwościom.

Wzbogacenie naszej wiedzy o gruntowną analizę zjawisk wynikających z połączenia pracy zawodowej z obowiązkami rodzinnymi kobiet niewątpliwie mogłoby pogłębić naszą znajomość problemów ich pracy oraz dopomóc do wyciągnięcia cennych wniosków w zakresie prawidłowego ujęcia polityki zatrudnienia i kształcenia kobiet. Dla badającego to zagadnienie nie powinno być na przykład obojętne, w jakim stopniu wzrost dobrobytu i podniesienie stopy życiowej będzie wpływało na zmniejszenie liczby kobiet pracujących, w jakim stopniu liczebność rodziny wpływa na wydajność pracy kobiet względnie powoduje jej przerwanie, czy „mechanizacja” gospodarstwa domowego i polepszenie zaopatrzenia wpłynie na wzrost zatrudnienia kobiet w ogólności oraz wzrost ich zainteresowania pracą w sensie nietraktowania jej jako zła koniecznego, ale jako źródła zadowolenia, a także jaki odsetek kobiet i po jakim czasie po przerwaniu pracy zawodowej wskutek zamążpójścia wraca ponownie do wyuczonego zawodu. Te oraz inne problemy natury społecznej i psychologicznej o dużym zabarwieniu ekonomicznym będą wpływały nie tylko na zasięg zatrudnienia kobiet, ale także na strukturę tego zatrudnienia.

Ważnym czynnikiem wpływającym na strukturę zatrudnienia będzie podejście pracodawcy do roli kobiety w zakładzie pracy. Wykładnikiem w tej sprawie może być wyłącznie czynnik ekonomiczny. Pracodawcę będzie interesowało, jakie wartości ekonomiczne wniesie kobieta do procesów produkcyjnych zakładu i jakim nakładem kosztów.

W historii pracy kobiet można stwierdzić, że była ona mniej ceniona od pracy mężczyzn, była tańsza i cięższa, zważywszy warunki, w jakich się odbywała. Walka kobiet o zrównanie swej pracy z pracą mężczyzn nie zawsze wносиła zasadnicze zmiany w poglądach pracodawców na ich pracę. Tu i ówdzie ustępstwa na rzecz kobiet nie stwarzały trwałych warunków do uregulowania stosunków opartych na rozsądnych przesłankach, które mogłyby określić wartość pracy kobiet. Nie wydaje się, aby i dzisiaj w państwach kapitalistycznych można było uznać istniejący stan rzeczy za zadowalający.

Właściwe warunki zaistniały dopiero w państwach organizujących swą gospodarkę na zasadach socjalistycznych.

Ustanie przyczyn, które krępowały działalność kobiet, przyczyniło się początkowo do popełnienia błędów w nadawaniu nieraz paradoksalnych kierunków aktywizacji pracy kobiet. Praca podejmowana przez kobiety nieraz nie odpowiadała ich możliwościom fizycznym i psychicznym. Obejmowanie przez kobiety bez mała wszystkich możliwych stanowisk pracy stało się poniekąd demon-

stracją źle pojętego równouprawnienia pracy kobiet z pracą mężczyzn.

Podatny grunt do takiego przejawienia swej ekspansji znalazły kobiety w zachęcającej postawie czynników gospodarczych i w ówczesnej polityce oświatowej.

Wzrosła liczba kobiet pracujących w odlewnictwie, górnictwie i zakładach mechanicznych. Widzimy je w budownictwie i w zespołach murarskich, nie brak ich wśród traktorzystów, mechaników oraz w wielu innych podobnie ciężkich zawodach.

Próby te jednak wykazały, że wiele zawodów, chociaż możliwych do wykonania, jest dla kobiety niewskazanych ze względów zdrowotnych. Z kolei więc nastąpiło stopniowe eliminowanie kobiet z nieodpowiednich zawodów. Proces ten nadal się dokonuje we wspólnym interesie kobiety i gospodarki narodowej.

Jeśli kobieta pracująca ma spełnić inne jeszcze zadania społeczne o zasadniczym znaczeniu — wychowanie młodego pokolenia, troszczenie się o normalne i fizyczne zdrowie rodziny — muszą nastąpić dalsze konsekwentne zmiany w strukturze zatrudnienia kobiet. Zmiany te powinny się odbywać w kierunku zastępowania pracy mężczyzn przez kobiety w tych zawodach i na tych stanowiskach, które nie zużywają nadmiernie sił fizycznych i psychicznych kobiety, a praca jej przynosi niemniejszy pożytek.

Nie można poprzestać na stwierdzeniu potrzeby dokonania zmian, pozostawiając sprawę otwartą bez wyraźnych widoków konsekwentnego realizowania tego postulatu. Sprawa ta powinna znaleźć odbicie zarówno w polityce zatrudnienia jak i polityce oświatowej.

Wyraźne kierunki postępowania powinny być wytknięte przez instytuty badawcze, które prowadziłyby prace naukowe w zakresie powiązania najodpowiedniejszych prac i stanowisk z możliwościami kobiet oraz przystosowania szkolenia zawodowego młodzieży żeńskiej.

Oddziaływanie na opinię społeczną powinno się odbywać — między innymi — przez prowadzenie rozumnego poradnictwa zawodowego i punktów badań psychotechnicznych.

2. STAN ZATRUDNIENIA KOBIET W POLSCE

Punktem wyjścia do bardziej sprecyzowanych wniosków musi być oczywiście poznanie istniejącego stanu zatrudnienia kobiet. Liczba kobiet zatrudnionych przed wojną poza rolnictwem (dane z 1931 r.) wynosiła 1359,1 tys. robotnic i 198,6 tys. pracowników umysłowych, łącznie 1557,7 tys. na 16,5 mln kobiet w ogóle, a w 1956 r. — 2,5 mln na przeszło 14 mln kobiet. Przeliczając liczbę bezwzględne na procentowe, okazuje się, że liczba kobiet pra-

cujących zawodowo poza rolnictwem w stosunku do ogólnej liczby kobiet przed wojną wynosiła 9,5%, a po wojnie — 17%, z czego wynika, że liczba kobiet pracujących zawodowo bez mała się podwoiła.

Obecnie udział kobiet w ogólnej liczbie pracujących wynosi średnio 33%.

Kobiet z wyższym wykształceniem jest nieco powyżej 2% (55 tys.) w stosunku do ogółu zawodowo czynnych kobiet, ze średnim wykształceniem zawodowym — około 8% (208,5 tys.), a robotnic wykwalifikowanych — 6,7% (170 tys.). Biorąc liczby średnie, można powiedzieć, że wykwalifikowanych pracowników w stosunku do 2,5 miliona zawodowo pracujących kobiet mamy zaledwie 17%. Liczba ta wiele mówi o generalnej potrzebie podnoszenia kwalifikacji zawodowych pracujących kobiet.

W przemyśle i rzemiośle nastąpił wyraźny wzrost zatrudnienia kobiet w ciągu ostatnich lat i osiągnął 29% (887,07 tys.) ogólnej liczby kobiet pracujących poza rolnictwem indywidualnym.

W obrocie towarowym jest zatrudnionych ponad 13% (333,1 tys.) kobiet.

Dużą grupę zawodową stanowią pracownice oświaty oraz urzędników kulturalnych i socjalnych, bo stanowią 18% (455 tys.) zatrudnionych.

Pozostałe 40% zatrudnionych kobiet pracuje w rolnictwie społecznym, administracji, łączności, transporcie i budownictwie.

Jak wynika z przytoczonych danych liczbowych, dużą chłonność sił kobiecych wykazuje przemysł. Zasługuje to na tym większą uwagę, że przemysł charakteryzuje się wielokierunkowością zawodów i stałą tendencją rozwojową. Najwięcej kobiet zatrudnia przemysł włókienniczy (łącznie z dziewiarstwem i odzieżowym) — 278 tys., przemysł budowy maszyn i urządzeń — 103 tys. oraz przemysł spożywczy — 99 tys.

W których gałęziach przemysłu pracuje więcej kobiet niż mężczyzn? Przemysł przetwórstwa papierniczego i materiałów biurowych zatrudnia 63,9% kobiet, przemysł odzieżowy — 61,1% oraz przemysł tłuszczowy — 55%. Prawie do 50% sięga zatrudnienie kobiet w przemyśle poligraficznym, porcelanowo-fajansowym, farmaceutycznym i gumowym.

Wiele mamy również kobiet zatrudnionych w hutnictwie (39 tys.), przemyśle paliw (39 tys.) i przemyśle materiałów budowlanych (30 tys.), co nasuwa zrozumiałe refleksje.

Z zestawienia odpowiednich liczb dotyczących zatrudnienia kobiet z wyższym i średnim wykształceniem oraz robotnic wykwalifikowanych widać, że 50% (przeszło 200 tys.) sił wykwalifikowanych znajduje się w przemyśle, co stanowi zaledwie 25% ogółu kobiet zatrudnionych w tym resorcie.

Pozostała część kobiet mających kwalifikacje pracuje w trzech dużych grupach zawodowych: w oświacie (90 tys.), w obrocie towarowym (45 tys.) i w służbie zdrowia (41 tys.).

Wprawdzie przeobrażiliśmy strukturę gospodarczą kraju z rolniczej na rolniczo-przemysłową, niemniej rolnictwo zostało głównym źródłem utrzymania dla 47,1% ogółu ludności.

W przybliżeniu można przyjąć, że w rolnictwie pracuje 2 miliony kobiet.

Charakter pracy kobiet w rolnictwie będzie odbiegał od przyjętych pojęć określających kobiety jako czynne zawodowo, niemniej praca ich jest ściśle powiązana z gospodarką rolną i hodowlaną, jakkolwiek część czasu poświęcają one gospodarstwu domowemu.

Dokonana próba analizy obecnego stanu zatrudnienia kobiet nie pozwala na prawidłową i całkowitą ocenę zagadnienia.

Metoda badań zjawisk o charakterze ekonomicznym lub społecznym w dobie wprost błyskawicznego rozwoju techniki staje się niepełna, jeśli nie posługuje się oceną tych zjawisk w latach przyszłych.

W przypadku naszym uzupełnienie zjawisk materiałem zaczerpniętym z planów perspektywicznych natrafia na poważną trudność wynikającą z nieuwzględnienia w nich przewidywanego wzrostu zatrudnienia kobiet, lecz ujmowania zatrudnienia w liczbach łącznych.

Wydaje się jednak, że rezygnacja z oceny kształtowania się tego problemu w latach przyszłych byłaby błędem i dlatego przyjmując obecny procentowy stosunek pracujących zawodowo kobiet, poczynimy próbę zużytkowania liczb ogólnych zatrudnienia, jakie są planowane w latach 1959—1965.

Na marginesie zauważmy, że nieprzewodzenie badań w zakresie kształtowania się zatrudnienia kobiet w planach perspektywicznych przez czynniki powołane (PKP i GUS) jest poważną luką, którą należy jak najszybciej wypełnić.

Opierając się na założeniach planu perspektywicznego w latach 1956—1975 możemy przyjąć, że przyrost podaży siły roboczej kobiet będzie wynosił w latach 1961 — 1965 około 300 tys., w dalszych zaś latach przeciętnie na pięciolecie — około 400 tys.

Jeśli uwzględnimy, że założenia te określają stan zatrudnienia w rolnictwie przez cały okres planu perspektywicznego na poziomie stałym, musimy przyjąć, że cały przyrost siły roboczej kobiet wsi i miast będzie odpływał do zajęć pozarolniczych.

Wprowadzone wskaźniki produkcji głównych działów gospodarki zakładają poważny wzrost produkcji w następującej kolejności: przemysł, budownictwo, obrót towarowy, rolnictwo.

Postulowany wzrost produkcji rolnej ma się odbyć nie przez

zwiększenie zatrudnienia, lecz przez realizację założeń w zakresie intensyfikacji produkcji rolnej.

Przewidywane zmiany kierunkowe w przemyśle uwzględniają znaczny rozwój takich gałęzi, jak przemysł chemiczny, energetyczny, budowy maszyn i metalowy, hutnictwo żelaza i metali nieżelaznych oraz przemysł materiałów budowlanych, środków spożywczych i włókienniczy.

Planowane zwiększenie inwestycji nieprodukcyjnych w planie perspektywicznym wskazuje na powiększenie liczby szkół, szpitali, urządzeń kulturalnych, usług i obrotu towarowego, co jest związane ze wzrostem zatrudnienia działów specjalnie interesujących kobiety.

3. ZADANIA SZKOLNICTWA ZAWODOWEGO

Zarówno obecny stan zatrudnienia kobiet, jak i przewidywany dopływ nowych kadr kobiecych wymaga od różnych czynników dużych wysiłków zmierzających do dopomożenia kobietom pracującym w zdobyciu odpowiednich kwalifikacji.

Te wysiłki organizacyjne muszą zmierzać w dwóch kierunkach:

a. Skryształizowanie i opracowanie środków mających na celu jak najszybsze udzielenie pomocy pracującej kobiecie w uzupełnieniu kwalifikacji.

b. Zapewnienie odpowiednich warunków w nabywaniu kwalifikacji dziewczętom przygotowującym się do pracy zawodowej.

a. **Dokształcanie kobiet zatrudnionych.** Jak już wykazano, przyczyniająca większość zatrudnionych kobiet przystąpiła do pracy zawodowej bez kwalifikacji. Przystosowanie się do wymagań zawodu następowało w czasie pracy, przy czym w zawodach trudniejszych kobiety te zazwyczaj nigdy nie nabywały pełnych kwalifikacji.

Masowe przyjmowanie kobiet bez kwalifikacji jest błędem, którego nieraz nie można naprawić, co wynika ze specyficznych warunków, w jakich kobieta się znajduje.

O ile przeszkolenie mężczyzn nie natrafia na trudności we wszystkich wariantach dokształcania, pomyslnych dla pracujących, o tyle kobiety obciążone obowiązkami rodzinnymi wykazują małą aktywność, jeśli dokształcanie absorbuje ich czas poza pracą zawodową.

Wydaje się, że możliwą formą podniesienia kwalifikacji pracujących kobiet jest obowiązkowe dokształcanie w godzinach pracy. O formach, metodzie i okresie dokształcania będą decydowały indywidualne warunki zakładów pracy.

Zagadnieniu temu powinny poświęcić więcej uwagi związki za-

wodowe i rady zakładowe przy współudziale czynników oświatowych. Jako oddzielne zagadnienie wymagające upowszechnionej akcji dokształcania wysuwa się konieczność masowego przeszkolenia kobiet w zakresie gospodarstwa domowego i wychowania dzieci oraz w typowych zawodach rzemieślniczych, umożliwiających kobietom wykonywanie ich systemem chałupniczym.

Akcję tę, prowadzoną na wsi, należy poszerzyć o wiadomości z dziedziny uprawy warzyw, owoców i hodowli.

b. Kształcenie dziewcząt. W polityce oświatowej CUSZ problem kształcenia dziewcząt był włączony w ogólne zagadnienie przygotowania młodych kadr zgodnie z potrzebami i rozwojem poszczególnych gałęzi gospodarki narodowej. W pierwszym okresie Polski Ludowej byliśmy świadkami likwidacji szkół żeńskich, zwłaszcza odzieżowych i gospodyń wiejskich; przyjmowano natomiast dziewczęta do szkół odlewniczych, górniczych, mechanicznych, budowlanych, a nawet hutniczych i traktorzystów-mechaników.

Statystyki lat ubiegłych, podając liczby młodzieży żeńskiej w różnych szkołach zawodowych i porównanie ich z liczbą kobiet zatrudnionych w poszczególnych zawodach, wykazują — zamiast prawidłowości kształtowania się stosunku odpowiednich liczb — zupełną rozbieżność w odniesieniu do wielu zawodów.

W wyniku tej analizy możemy stwierdzić, że stan ten był zaprzeczeniem założeń polityki doprowadzenia wykwalifikowanych sił kobiecych do przemysłu ciężkiego. Zauważamy natomiast znaczną liczbę dziewcząt ubiegających się o przyjęcie do szkół przygotowujących do takich dziedzin pracy, jak oświata, opieka nad dzieckiem, służba zdrowia, rolnictwo, przemysł odzieżowy i spożywczy, wreszcie administracja, handel oraz usługi.

Czym można by wyjaśnić to zjawisko? Wydaje się, że niczym innym, jak tylko naturalnym dążeniem do prac najbardziej odpowiadających kobietom. Tak więc życie wywarło poważną presję na zmianę dotychczasowego poglądu na kształcenie dziewcząt. Proces przewartościowania zawodów, samorzutnie odbywający się w poglądach kobiet utwierdził władze oświatowe w przekonaniu o konieczności tworzenia szkół specjalnie dla dziewcząt.

W 1957 r. w ZSZ kształciło się już przeszło 30 tysięcy dziewcząt, co stanowi 25% ogółu młodzieży uczęszczającej do szkół tego typu. Najwięcej, bo przeszło 12 tys., uczęszczało do szkół odzieżowych, ponad 5 tys. — do gospodarczych, 4 tys. — do ekonomicznych, 2 tys. — do włókienniczych, 1800 — do skórniczych, a 1,5 tys. — do chemicznych.

W takich przemysłach, jak mineralny, poligraficzny, fotochemiczny, kinotechniczny i spożywczy, dziewczęta stanowiły bez mała 50% ogółu młodzieży.

W pozostałych kierunkach szkolenia w ZSZ była znikoma liczba dziewcząt.

W rolnictwie młodzież zdobywała kwalifikacje na poziomie robotnika w szkołach dwuzimowych, 1-rocznych rolniczych oraz w 2-letnich szkołach przysposobienia rolniczego. W 1957 r. uczęszczało do tych szkół przeszło 8000 dziewcząt. Ze stanu obecnego tego typu szkół i planowanego ich dalszego rozwoju można przypuszczać, że poziom kwalifikacji kobiet pracujących na roli będzie się szybko podnosił i nadążał za potrzebami w tej dziedzinie.

Jaką liczbą absolwentek ZSZ (poza rolnictwem) są zasilane kadry robotnic wykwalifikowanych? Średnio należy przyjąć około 12 tys. rocznie przy pewnej stałej tendencji wzrostu tej liczby.

Przyjmując, że pewien odsetek absolwentek w ogóle nie przystąpi do pracy zawodowej, możemy liczyć w okresie planu 5-letniego na wzrost liczby absolwentek do około 50 tys.

Z bilansu robotników wykwalifikowanych w latach 1956—1965 możemy wnosić, że zapotrzebowanie na wykwalifikowane siły kobiece, pokrywające bezwzględny wzrost zatrudnienia i ubytek, będzie wynosiło około 200 tys.

Z porównania tych dwóch liczb szacunkowych można wnioskować, że istniejące szkoły będą mogły doprowadzić zaledwie 25% pożądanej liczby absolwentek. Oczywiście jest to średnia dla całego przemysłu, która w odniesieniu do poszczególnych gałęzi będzie się kształtowała pomyślniej względnie znacznie poniżej przeciętnej. Stan ten jeszcze długo będzie zmuszał nasz przemysł do sięgania do rezerw niewykwalifikowanych i szkolenia ich w czasie pracy. Dużej pomocy należy oczekiwać od projektowanych szkół przysposobienia zawodowego i doksztalcających, zwłaszcza jeśli chodzi o wpływ sił wykwalifikowanych do rzemiosła.

Na marginesie tych zagadnień nie można pominąć tych stanowisk przy których obsadzeniu przemysł daje pierwszeństwo siłom niewykwalifikowanym. Mowa tu o pewnych czynnościach, które w efekcie sprowadzają się do kilku wystudiuowanych ruchów wymagających wprawy, a nie kwalifikacji.

Praca tego rodzaju, niezbędna w procesie produkcji jest nużąca, najmniej płatna, bez perspektywy awansu. Większość zatrudnionych kobiet, np. w przemyśle metalowym, są to robotnice wykonujące takie czynności.

Wydaje się, że problem ten powinien być zbadany i uwzględniony w normowaniu zaciągu dziewcząt do ZSZ.

W technikach, liceach i w szkołach równorzędnych pozycja dziewcząt jest znacznie silniejsza, ponieważ stanowią średnio 55% ogółu młodzieży (ponad 150 tys.) Najwięcej dziewcząt, bo prawie 50 tys., kształciło się w 1957 r. w liceach pedagogicznych, następnie — w technikach ekonomicznych (29 tys.), w szkołach służby

zdrowia (12,5 tys.) w liceach rolniczych (7,5 tys.), w technikach gospodarczych (4,5 tys.), w technikach spożywczych, chemicznych i budowlanych (ponad 2 tys.) oraz w technikach komunikacyjnych, włókienniczych, odzieżowych i mechanicznych (ponad 1000).

Zestawienie kierunków szkolenia w zakresie szkoły średniej z zatrudnieniem kobiet ujawnia liczne dysproporcje i nieprawidłowości. Na przykład szkolimy dziewczęta na wydziałach chemicznych o kierunkach technologicznych, w których planowana jest praca kobiet, a stosunkowo mało — na wydziałach laborantów, chociaż jest ogromne i stale wzrastające zapotrzebowanie na laborantki.

Mamy jeszcze dziewczęta na wydziałach geologicznych i geodezyjno-górnich, jakkolwiek wiemy, że absolwentki nie są prawie wcale zatrudniane w tych kierunkach. Coraz mniej jest zatrudnionych absolwentek techników budowlanych i mechanicznych. Natomiast stosunkowo mało dziewcząt kształci się w technikach łączności i w eksploatacji pocztowej, chociaż zatrudnienie kobiet w tym dziale jest wysokie i stale wzrasta.

W obecnej sytuacji kształtowania się kierunków szkolenia w technikach widzimy dwie alternatywy w uporządkowaniu tej sprawy: albo utrzymać dotychczasowy stan rzeczy, zapewniając wszystkim absolwentkom techników pracę, nie wyłączając dziedzin niewskazanych dla kobiet, albo ograniczyć dostęp dziewcząt do specjalności, w których istnieją opory lub wręcz zakaz zatrudniania kobiet, a kierować je do innych zawodów.

Dopływ sił kobiecych z wykształceniem średnim, w liczbie około 100 tys. absolwentek, przewidywanej w planie 5-letnim (dopływ 18—20 tys. rocznie), powinien pokryć planowane zatrudnienie.

4. NAUKA GOSPODARSTWA DOMOWEGO W SZKOŁACH

Odrębnym zagadnieniem, któremu należy poświęcić wiele uwagi i troski, jest upowszechnienie wiedzy z zakresu gospodarstwa domowego, obejmującego racjonalne żywienie, wychowanie dzieci, higienę oraz kulturę życia codziennego.

W krajach o wysokiej kulturze materialnej, jak Szwajcaria, Dania i Szwecja, dziewczęta przed zawarciem związku małżeńskiego są obowiązane wykazać się przygotowaniem do umiejętnego prowadzenia gospodarstwa domowego. Zarządzenie to musimy uznać za rozsądne oraz mające ogromny wpływ na społeczną i ekonomiczną stronę gospodarki narodowej.

Podniesienie stopy życiowej zależy nie tylko od wzmożenia produkcji dóbr konsumpcyjnych, ale również od racjonalnego ich

zużywania. Najczęściej kobieta jest ich dysponentem, gdyż jest twórcą i wykonawcą budżetów rodzinnych.

Roczne zużycie artykułów spożywczych sięga wielu miliardów złotych. Racjonalna gospodarka tymi dobrami jest współdziałaniem z polityką gospodarczą naszego państwa, dążącą do prawidłowego wyżywienia ludności wykazującej najwyższą dynamikę wzrostu.

Nie sądzimy, aby trzeba było uzasadniać, jaki wpływ na podniesienie stanu zdrowotności ma racjonalny dobór środków żywności pod względem ilości i jakości jak również sposób przyrządzania posiłków. Wszyscy jesteśmy o tym przekonani, mało jednak osób tego przestrzega.

Racjonalne zasady żywienia, wymagania higieny i postęp techniczny nie mają dostępu do naszych gospodarstw, gdyż wiedza w tym zakresie u ogółu kobiet jest znikoma. A przecież gospodarstwo domowe nie ogranicza się do spraw żywienia, higieny i organizacji pracy; obejmuje ono również sprawy wychowawcze i kulturalno-społeczne. Dlatego staje się konieczne upowszechnienie wiedzy z zakresu gospodarstwa domowego poprzez wprowadzenie tego przedmiotu jako obowiązkowego do dwóch ostatnich klas szkół podstawowych w wymiarze trzech godzin tygodniowo oraz do klasy X szkół ogólnokształcących.

Niezależnie od powyższego należałoby rozbudować równomiernie we wszystkich okręgach szkoły przysposobienia i zasadnicze szkoły gospodarcze oraz we wszystkich szkołach rolniczych, rzemieślniczych i przemysłowych żeńskich wprowadzić naukę gospodarstwa domowego.

5. PODSTAWOWE ŚRODKI REALIZACJI WYSUNIĘTYCH ZADAŃ

Po analizie kierunków szkolenia, ich stosunku do zatrudnienia oraz wyłaniających się potrzeb w zakresie kadr i związanych z tym form szkolenia kobiet — wysuwa się niemniej ważne zagadnienie środków ich realizacji.

Na pierwszym planie stawiamy sprawę kwalifikowanych nauczycieli. W kierunkach pedagogiczno-oświatowym, rolniczym, ekonomicznym i przemysłowym odpowiednio wydziały szkół wyższych przygotowują specjalistów, którzy po przeszkoleniu pedagogicznym stanowią wykwalifikowaną kadrę nauczycieli przedmiotów zawodowych oraz zajęć praktycznych w szkołach rzemieślniczych i gospodarczych.

W wielu szkołach skórniczych, włókienniczych, odzieżowych i gospodarczych w chwili obecnej uczą absolwenci tych szkół albo rzemieślnicy bez przygotowania pedagogicznego. Doceniając war-

tość ich pracy, nie można na dłuższą metę utrzymać tego stanu. W celu zaspokojenia bieżących potrzeb terenu naglącą sprawą staje się zorganizowanie skróconych kursów nauczycielskich.

Inne zagadnienie, które powinno być jak najprędzej rozwiązane, to konieczność utworzenia w jednej ze szkół wyższych wydziału żywienia człowieka i powołanie katedr: fizjologii, higieny żywienia oraz technologii sporządzania posiłków, które przygotowywałyby kadry żywieniowców na poziomie akademickim. Konieczność śledzenia postępu nauki w zakresie żywienia człowieka, rozpowszechniania jej osiągnięć, propagowania postępu technicznego i usprawnień czynności związanych z przygotowaniem racjonalnych posiłków oraz wniesienia własnego wkładu naukowego do tej tak ważnej dziedziny pod względem ekonomicznym i społecznym — dostatecznie uzasadnia powołanie tego wydziału.

Wydział żywienia człowieka dostarczyłby również na właściwym poziomie nauczycieli techników gospodarczych i rolniczych¹⁾.

Drugim ważnym środkiem niezbędnym do rozwoju szkół kształcących dziewczęta są gmachy szkolne i ich wyposażenie. Likwidacja przez CUSZ szkół żeńskich spowodowała, że gmachy wybudowane z ogromnym wysiłkiem kobiet i organizacji kobiecych, a nawet — jak w Łodzi — ze składek nauczycielek szkół zawodowych żeńskich, zostały zajęte przez różne instytucje, jak Państwowy Zakład Higieny w Łodzi, Główny Urząd Górniczy w Katowicach, GUS, a później Milicję Obywatelską w Warszawie, albo też przez szkoły budowlane, elektryczne i inne (Warszawa, Kraków, Kielce, Wrocław itd.).

W znacznym stopniu został zaprzepaszczony dorobek tych szkół, wyposażenie, pomoce naukowe itp.

Działalność mająca na celu stworzenie odpowiednich warunków rozwojowych szkołom żeńskim powinna zmierzać w kierunku rewindykacji budynków od tymczasowych użytkowników oraz zabezpieczenia, w planach inwestycyjnych jak również w ramach akcji budowy 1000 szkół, potrzeb lokalowych żeńskiego szkolnictwa zawodowego.

Niemniej ważne jest uzyskanie niezbędnych limitów w rocznych planach inwestycyjnych na zakup i montaż odpowiednich maszyn, urządzeń oraz sprzętu pomocniczego i zużycie otrzymanych sum zgodnie z ich przeznaczeniem.

Należałoby również spowodować poddanie rewizji zarządzeń władz szkolnych na temat organizacji i prowadzenia warsztatów szkolnych oraz związanej z tym dokumentacji, gdyż często nie

¹⁾ W roku 1960 powołano do życia Katedrę Higieny i Technologii Żywienia przy SGGW w Warszawie (przyp. red.)

uwzględniają one specyfiki szkół, są zbyt skomplikowane i obciążają niewspółmiernie nauczycieli zajęć praktycznych.

Przy omawianiu środków, które mają duży wpływ na rozwój i poziom szkolnictwa żeńskiego, nie możemy pominąć sprawy kierownictwa szkół oraz nadzoru pedagogicznego.

Mając na uwadze niski stan kwalifikacji nauczycieli przedmiotów zawodowych i zajęć praktycznych, nie wystarczy stan wyposażenia oraz niedostosowaną do specyfiki zawodu dokumentację warsztatową, konieczne staje się powierzenie przynajmniej kierownictwa szkół i nadzoru pedagogicznego osobom znającym dany kierunek szkolenia. Dlatego wyłączamy możliwość ustawienia na tych stanowiskach osób luźno związanych tak z zawodem, jak i ze strukturą organizacyjną, właściwą dla danego kierunku kształcenia. Z wyżej podanych powodów jak również ze względów wychowawczych konieczne jest powierzenie kierownictwa szkół żeńskich kobietom.

Złożoność zagadnienia uniemożliwia wyczerpanie wszystkich istotnych spraw związanych z tematem.

Nie zajęliśmy się na przykład badaniem struktury zawodowej na poszczególnych terenach Polski, nie uwzględniliśmy analizy potrzeb szkolenia zawodowego dziewcząt w przekroju regionalnym oraz wielu innych dziedzin.

Spodziewamy się jednak, że zagadnienia ujęte w ramach niniejszego referatu będą stanowiły przyczynek do dyskusji i konstruktywnej pracy nad podniesieniem oraz rozszerzeniem form kształcenia dziewcząt.

Mgr Henryka Bolesławska
Centralny Związek Kółek Rolniczych

Praca oświatowa w zakresie gospodarstwa domowego na wsi

Pojęcie gospodarstwa domowego w odniesieniu do wsi obejmuje nie tylko problemy, które dotyczą domu i życia rodzinnego, ale również problemy związane bezpośrednio lub pośrednio z produkcją rolną. Wiejskie gospodarstwo domowe, w przeciwieństwie do warunków miejskich, nie stanowi jakiejś odrębnej całości, lecz jest częścią składową całego gospodarstwa rolnego. Czynnikiem wiążącym gospodarstwo domowe z całym gospodarstwem rolnym jest przede wszystkim praca. Kobieta wiejska jest organizatorem życia rodzinnego w domu i wykonuje wszystkie prace związane z gospodarstwem domowym, ale jednocześnie jest ona współpracownikiem przy wykonywaniu prawie wszystkich czynności w

gospodarstwie rolnym. Szczególnie duży jest jej udział w czynnościach koncentrujących się w obrębie zagrody. Zasadniczym miejscem pracy domowej kobiety wiejskiej jest więc nie tylko dom, lecz całe obejście, a udział jej w pracach gospodarczych jest uzależniony od nakładu czasu potrzebnego na wykonanie wszystkich czynności domowych.

Intensyfikacja produkcji rolnej, mimo wzrastającej mechanizacji prac polowych, wymaga zwiększonego nakładu pracy ludzkiej, zwłaszcza przy pielęgnowaniu roślin okopowych i przemysłowych. Prace domowe na wsi pochłaniają wiele sił i czasu, usprawienie ich zatem umożliwi kobiecie wzięcie większego udziału w czynnościach związanych z produkcją rolną. gospodarstwa.

Podstawowym działem gospodarstwa domowego, bezpośrednio związanym z produkcją rolną, jest żywienie rodziny. Rodzina chłopska zaopatruje się w żywność głównie z własnego gospodarstwa. Według danych Rocznika Statystycznego za rok 1959 wartość własnych artykułów żywnościowych stanowi przeciętnie 84% wartości wszystkich artykułów jadalnych, zużytych w gospodarstwie na żywienie domowników. Ilość zużytych produktów zależy nie tylko od wielkości rodziny, ale od sposobu żywienia, umiejętności przyrządzania posiłków i zabezpieczenia żywności przed marnotrawstwem. Nieracjonalne żywienie wpływa ujemnie przede wszystkim na zdrowie domowników, obniżając ich zdolność do produktywnej pracy, a marnotrawstwo własnych produktów żywnościowych zmniejsza produkcję towarową gospodarstwa. Wysokość produkcji towarowej zależy bowiem od urodzajów i od spożycia wewnątrz gospodarstwa.

Duży wpływ na prawidłowe funkcjonowanie i dalszy rozwój gospodarstwa rolnego ma umiejętne zarządzanie budżetem rodziny. Gotówka zarówno na kupno żywności, jak też na wszystkie potrzeby bytowe rodziny jest wydzielona z ogólnego dochodu gospodarstwa. Część dochodu ogólnego jest przeznaczona na niezbędne nakłady produkcyjne. Akumulacja w gospodarstwie jest związana przede wszystkim z wysokością budżetu domowego. Jeżeli rodzina więcej przeznaczą na konsumpcję, to mniejsze są możliwości rozwoju gospodarstwa, a zatem rozwoju całego rolnictwa. Dlatego z punktu widzenia wzrostu produkcji rolnej nie jest i nie może być obojętny sposób prowadzenia gospodarstwa domowego na wsi.

W naszych warunkach postęp w gospodarstwie domowym i racjonalizacja pracy kobiety wiejskiej ma jeszcze inne, dużo szersze znaczenie. Państwo nasze dąży do przebudowy ustroju rolnego. Nowa sytuacja na wsi wymaga zasadniczych przeobrażeń wewnętrznych człowieka. W tym zakresie ogromną rolę może odgrywać dom i kobieta.

Szczególnie ważną i pilną sprawą jest działalność oświatowa z dziedziny gospodarstwa domowego w istniejących już spółdzielniach produkcyjnych. W przeciwieństwie do dużego postępu w pracach rolnych — w dziedzinie organizacji i sposobach prowadzenia gospodarstwa domowego w spółdzielniach produkcyjnych nie nastąpiła dotychczas prawie żadna poprawa. Kobieta w spółdzielni produkcyjnej ma takie same trudności i jest tak samo przeciążona pracą jak jej sąsiadka gospodarująca indywidualnie. Podstawą bytu rodziny spółdzielczej jest praca w gospodarce zespołowej. Udział kobiety w pracach zespołowych jest uzależniony od jej pracy w zagrodzie. Jeżeli rodzina wypracuje za mało dniówek obrachunkowych, dochód z pracy w gospodarstwie zespołowym nie wystarczy na zaspokojenie wszystkich jej potrzeb bytowych. W takiej sytuacji rodzina szuka dodatkowego źródła dochodu w rozbudowanym gospodarstwie przyzagrodowym, a wówczas udział w pracach zespołowych staje się niemożliwy nie tylko dla kobiety, ale i dla pozostałych członków rodziny. Poprawa warunków pracy domowej oraz skoordynowanie gospodarstwa przyzagrodowego z organizacją i kierunkiem produkcji gospodarstwa zespołowego ma zasadnicze znaczenie dla dalszego rozwoju spółdzielczości produkcyjnej. Dopóki kobieta zarówno w spółdzielni produkcyjnej, jak i w gospodarstwie indywidualnym nie będzie umiała właściwie zorganizować sobie prac związanych z gospodarstwem domowym, dopóty będzie ona opóźniała gospodarczy i społeczny rozwój wsi. Dlatego równoległe z postępem w dziedzinie produkcji rolnej musi nastąpić poprawa w organizacji i technice pracy w gospodarstwie domowym. Z tych względów zagadnienia gospodarstwa domowego zostały włączone do całokształtu działalności w dziedzinie upowszechniania wiedzy rolniczej.

Dotychczasowa działalność oświatowa w dziedzinie gospodarstwa domowego na wsi. W Polsce działalność oświatową i usługową w dziedzinie gospodarstwa domowego prowadzą następujące organizacje:

- 1) Liga Kobiet — głównie poprzez Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego,
- 2) Centralny Związek Kółek Rolniczych,
- 3) Spółdzielnia „Samopomoc Chłopska”,
- 4) Związek Spółdzielni Spożywców „Społem”,
- 5) Związek Młodzieży Wiejskiej.

Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego prowadzi działalność oświatową i usługową wyłącznie w dziedzinie gospodarstwa domowego. Współpracuje on z odpowiednimi instytucjami nad unowocześnieniem urządzenia wewnątrz mieszkalnych oraz zaopatrzeniem rynku w najbardziej przydatne artykuły spożywcze i gospodarstwa domowego; opracowuje też pomoce naukowe i pro-

gramy do masowego szkolenia w mieście oraz na wsi, wydaje literaturę fachową popularną i popularnonaukową, a także miesięcznik „Gospodarstwo Domowe”. Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego prowadzi również roczne kursy korespondencyjne dla instruktorek gospodarstwa domowego.

Spółdzielnia „Samopomoc Chłopska” zajmuje się na wsi głównie usługami dla ludności, organizując przy gminnych spółdzielniach wypożyczalnie sprzętu gospodarstwa domowego oraz wiejskie punkty usługowe.

Według danych z 1959 roku istnieje w kraju:

1598 wypożyczalni sprzętu gospodarstwa domowego,

48 poradni krawieckich i trykotarskich,

50 punktów usługowych pralniczych,

29 punktów usług masarskich,

2 pralnie samoobsługowe.

Najszerszą działalność oświatową i organizacyjną na wsi rozwija Centralny Związek Kółek Rolniczych, w którym kobiety są zrzeszone w kołach gospodyń wiejskich. Koła te mają praktycznie największą możliwość rozwoju pracy oświatowej, ponieważ dysponują kadrą instruktorską, która dociera bezpośrednio do kobiet wiejskich. Dotychczasowa działalność kół gospodyń wiejskich obejmuje głównie kształcanie kobiet w zakresie żywienia rodziny i podstawowych prac domowych. W 1959 roku przeprowadzono 4276 kursów żywienia, obejmując szkoleniem 50% zrzeszonych kobiet wiejskich, i 2264 kursy szycia. Należy nadmienić, że kursy żywienia uwzględniały w programach przede wszystkim technologię sporządzania posiłków, dając uczestniczkom jedynie pełną orientację z zakresu żywienia i zachęcając je do dalszego zdobywania wiadomości. W ostatnich dwóch latach rozpoczęto bardziej systematyczną działalność oświatową i organizacyjną. Rozpoczęto również pracę nad poprawą urządzenia domu i zagrody poprzez zorganizowanie 300 zagród przykładowych. W 1959 roku zapoczątkowano powszechny konkurs na urządzenie spiżarni i piwnicy. Jest on połączony z konkursem uprawy warzyw i kursami przetwórstwa owocowo-warzywnego. W celu podniesienia wiedzy fachowej z zakresu hodowli zorganizowano w kołach gospodyń wiejskich zespoły konkursowe wychowu drobiu, pielęgnowania macior i wychowu prosiąt oraz wychowu cieliczek. Ponadto są prowadzone kursy i pokazy dojenja krów i obchodzenia się z mlekiem. W 1960 roku rozpoczęto systematyczne, trójstopniowe szkolenie kobiet, obejmujące podstawowe prace wykonywane przez kobietę wiejską w domu i w zagrodzie. Planuje się również przeszkolenie wiejskich przodownic gospodarstwa domowego, których zadaniem będzie inicjowanie i prowadzenie działalności w zakresie gospodarstwa domowego bezpośrednio w kole gospodyń wiejskich.

Dotychczasowa działalność w dziedzinie gospodarstwa domowego jest prowadzona raczej wycinkowo i w sposób dość prymitywny. Przyczyną tego jest brak opracowań naukowych i wskazań, które stanowiłyby podstawę do praktycznej działalności organizacyjnej oraz poradnictwa fachowego. Oczywiście istnieją ogólne wskazania nauki, opracowane przez różne dyscypliny naukowe, zwłaszcza w dziedzinie żywienia człowieka, wychowania dziecka w rodzinie i higieny. Wskazania te są wykorzystywane w działalności oświatowej. Brak jest natomiast opracowań, które obejmowałyby całokształt zagadnień gospodarstwa domowego w powiązaniu z gospodarstwem rolnym o różnej wielkości i różnym kierunku produkcji. Nie mamy również uczelni, która by przygotowywała kadry specjalistyczne do pracy naukowo-badawczej i dydaktycznej w tej dziedzinie.

Usprawnienie pracy w domu i w zagrodzie — to przede wszystkim założenie elektryczności i wodociągów oraz właściwe budownictwo. Do końca planu 5-letniego przewiduje się pełne zelektryfikowanie wsi, ale woda bieżąca w domu wiejskim jest jeszcze rzadkością. Tymczasem niezależnie od kanalizacji wsi, przeprowadzanej przez resbtr gospodarki komunalnej, istnieje możliwość doprowadzenia wody do domu i budynków inwentarskich ze studni przez zastosowanie hydroforów. Jeżeli na rynku znajdują się w sprzedaży odpowiednie urządzenia, wiele chłopskich zagrod będzie mogło doprowadzić wodę do domu i zabudowań gospodarczych.

Obecnie na wsi rozwija się budownictwo mieszkaniowe, ale w niedostatecznym stopniu są uwzględniane potrzeby związane z usprawnieniem pracy kobiety. Wskazane jest, aby przy opracowywaniu typowych projektów domów mieszkalnych architekci konsultowali się z użytkownikami. Niezbędne jest również opracowanie wskazań dotyczących przeróbki i dostosowania starego budownictwa do warunków współczesnego życia.

Ważnym zagadnieniem jest właściwe wyposażenie mieszkania, a zwłaszcza kuchni wiejskiej, oraz dostosowanie do potrzeb wiejskich mebli i sprzętu.

Następny ważny problem — to opał. Niezależnie od tego, że na wsi często występuje niedobór opału, kilkakrotne palenie w ciągu dnia i dźwiganie opału jest czynnością uciążliwą i pracochłonną. Za granicą problem ten jest rozwiązany przez zastosowanie gazu w butlach. U nas istnieje możliwość powszechnego zastosowania gazu na wsiach, jeżeli zostanie zwiększona produkcja butli i instalacji gazowych.

Rokrocznie na rynku krajowym pojawia się dużo nowoczesnego sprzętu gospodarstwa domowego. Nie każdy jednak sprzęt nadaje się do zastosowania na wsi, a oprócz tego niewiele z tych przed-

miotów dociera na wieś. W związku z tym należy dokonać fachowej analizy sprzętu gospodarstwa domowego, który trafia na wieś, tak pod względem ilości, jak i przydatności w warunkach wiejskich; na tej podstawie należy opracować wnioski dla przemysłu i handlu. Konieczne jest również podniesienie kwalifikacji personelu zatrudnionego w sklepach GS, aby sprzedawcy mogli udzielać klientom fachowych porad w zakresie zastosowania i użytkowania nowoczesnego sprzętu.

Jednym z ważniejszych problemów szeroko dyskutowanym w kraju jest rozwój wszelkiego rodzaju urządzeń usługowych do użytku społecznego, jak przetwórnice owocowo-warzywne, pralnie, łaźnie itp. Przy realizacji tych poczynań napotyka się na zasadnicze trudności, a mianowicie na brak projektów typowych i wyposażenia. Przemysł powinien przystąpić do produkcji pralek o większej pojemności oraz innych urządzeń potrzebnych do wyposażenia tego typu placówek usługowych.

Istnieje również potrzeba rozwijania działalności na wsi w kierunku gromadzenia funduszy społecznych na budowę urządzeń usługowych, w znacznym stopniu ułatwiających życie na wsi. A zatem wprowadzenie postępu do zagrody chłopskiej i usprawnienie pracy kobiety wiejskiej w dużym stopniu zależy od świadomej działalności ludności wiejskiej, a zwłaszcza kobiet. Tymczasem społeczeństwo wiejskie nie ma jeszcze dostatecznego zrozumienia dla tych spraw, a same kobiety wiejskie nie potrafią wykorzystać łatwych i prostych sposobów oraz możliwości poprawy dotychczasowych warunków. Dlatego niezmiernie ważne znaczenie ma przede wszystkim działalność oświatowa wśród kobiet wiejskich.

Działalność oświatowa w dziedzinie gospodarstwa wiejskiego polega na bezpośrednim poradnictwie w konkretnych warunkach wiejskich, na prowadzeniu pracy systemem pokazów i kursów oraz na wdrażaniu do codziennego życia prawidłowych nawyków. Skuteczność działalności oświatowej zależy w głównej mierze od stopnia przygotowania fachowego kadr instruktorskich.

Działalność w dziedzinie gospodarstwa domowego powinny rozwijać głównie koła gospodyń wiejskich przy współpracy ze spółdzielczością wiejską i Związkiem Młodzieży Wiejskiej oraz w oparciu o pomoc Komitetu do Spraw Gospodarstwa Domowego, który powinien w szerszym zakresie włączyć do swej pracy problem wsi.

Szczególną uwagę należy zwrócić na instruktorki zatrudnione w kółkach rolniczych. Obecnie w każdym powiecie jest zatrudniona instruktorka do pracy w kołach gospodyń wiejskich. W wielu powiatach na jedną instruktorkę przypada ok. 50 i więcej kół gospodyń wiejskich, czyli praktycznie nie ma ona możliwości do-

tarcia do każdego koła nawet raz na dwa miesiące. Dlatego niezbędne jest zwiększenie liczby instruktorek, tak aby obsługiwały one najwyżej po 30 kół.

Przy większej liczbie kół gospodyń powinna być zatrudniona jeszcze jedna instruktorka z przygotowaniem specjalistycznym w zakresie gospodarstwa domowego. Istnieje również problem systematycznego doszkalania już pracujących kadr. Instruktorce, o bogatym doświadczeniu w pracy społecznej na wsi, powinny być otoczone opieką.

Niezależnie od instruktorek etatowych do prowadzenia kursów z zakresu gospodarstwa domowego są angażowane instruktorki specjalistyczne. Otrzymują one wynagrodzenie za swą pracę bezpośrednio od uczestniczek kursu. W związku z tym kółka rolnicze nie mają praktycznie wpływu na przygotowanie fachowe i dalsze doszkalanie tych instruktorek. Należałoby przynajmniej część z nich zatrudnić na stałe w powiatowych związkach kółek rolniczych.

Wobec rozwoju działalności oświatowej na wsi niezbędne jest stworzenie specjalizacji gospodarstwa domowego przy kilku wyższych uczelniach rolniczych, które by przygotowywały kadry do pracy naukowo-badawczej i organizacyjnej w dziedzinie gospodarstwa domowego na wsi.

Wnioski. Działalność oświatową i organizacyjną w dziedzinie gospodarstwa domowego należałoby rozwijać w następujących kierunkach:

1. Zawodowego dokształcania kobiet wiejskich w zakresie
 - a) żywienia rodziny łącznie z ekonomiką żywienia i popularyzacją uprawy warzyw na potrzeby rodziny,
 - b) organizacji i techniki podstawowych prac domowych łącznie z bezpieczeństwem oraz higieną pracy,
 - c) organizacji podstawowych prac w zagrodzie (wychów oraz żywienie trzody chlewnej, bydła i drobiu).
2. Poprawa urządzenia domu oraz zagrody z punktu widzenia organizacji pracy, higieny i estetyki.
3. Wychowanie dziecka w rodzinie.
4. Organizacji ogólnowiejskich placówek usługowych, jak wypożyczalnie sprzętu gospodarstwa domowego, przetwórnice owocowo-warzywne, pralnie, łaźnie i poradnie.

Metody i formy badań w zakresie ekonomiki oraz organizacji pracy w gospodarstwie domowym

Prowadzenie domu jest to całokształt działalności mającej na celu zaspokojenie wspólnych potrzeb pewnej grupy ludzi w sensie konsumpcyjnym (spożycie, zużytkowanie różnych dóbr, towarów i usług) jak również w sensie zaopatrzenia. Jest to działalność o charakterze ekonomicznym i socjalnym.

Prace naukowe podejmowane od wielu lat w różnych krajach, a także i u nas wykazują, że sprawa badań prowadzonych w tej dziedzinie jest wciąż jeszcze zagadnieniem bardzo trudnym. Zakres gospodarstwa domowego jest tak szeroki, że znalezienie oraz wypracowanie odpowiednich metod i form pracy badawczej, a także sprawa wykorzystania tych badań napotyka na duże trudności natury metodycznej, organizacyjnej i technicznej.

W ciągu wielu lat były prowadzone prace z dziedziny gospodarstwa domowego w różnych krajach (Francja, Anglia, USA, Belgia, NRF) przez powołane do tego instytuty oraz organizacje państwowe i społeczne. W oparciu o ich dorobek naukowy w tej dziedzinie wiedza teoretyczna i w dużej mierze praktyczna została już szeroko spopularyzowana. Dotychczasowe badania oparto na niektórych zasadach naukowej organizacji pracy oraz kierownictwa, stosowanych przede wszystkim przy organizowaniu i administrowaniu przedsiębiorstw przemysłowych.

Podstawy organizacji współczesnego gospodarstwa. Organizacja domu zależy od wielu różnorodnych elementów natury materialnej i moralnej jak: wielkość rodziny, mieszkanie i jego wyposażenie (urządzenia, meble, sprzęt), możliwości finansowe, pozycja społeczna, zawód wykonywany oraz przyjęty styl życia, wynikający z poziomu kultury ogólnej i kultury współżycia, zamiłowań oraz dyspozycji psychicznych. Elementy te tworzą zespół czynników wewnętrznych. Na prowadzenie domu mają również wpływ elementy z dziedziny polityki ekonomicznej państwa (ceny, zaopatrzenie rynku, usługi) i elementy natury społecznej, tworzące zespół czynników zewnętrznych. Widzimy więc, że właściwa organizacja gospodarstwa domowego jest zarówno uwarunkowana charakterem prac domowych, jak i uzależniona od różnych czynników materialnych oraz niematerialnych.

Dobra organizacja gospodarstwa domowego jako przedsiębiorstwa powinna uwzględniać następujące zasady:

1) opracowanie programu działalności, czyli przewidywanego planu pracy (w tym finansowego planu żywienia rodziny, planu zakupów, rozplanowania czasu itp.);

2) zorganizowanie bazy materialnej i społecznej, obejmującej wyposażenie domu w urządzenia i konieczny sprzęt oraz zabezpieczenie wykonawstwa prac przez domowników lub pomoc najemną;

3) ustalenie kierownictwa domem, obejmującego zorganizowanie prac domowników;

4) zabezpieczenie koordynacji prac — harmonizowanie czynności i wysiłków wszystkich osób uczestniczących w pracach domowych;

5) kontrolowanie — czuwanie, aby wszystkie prace były wykonywane zgodnie z zamierzeniami.

Podstawowym założeniem każdej pracy jest jej wydajność opierająca się na następujących wskazaniach: przy jak najmniejszym wysiłku (zużycie energii ludzkiej) oraz najoszczędniejszych nakładach (zużyciu narzędzi pracy i surowca) otrzymać w jak najkrótszym czasie najlepsze ilościowo i jakościowo wyniki pracy.

Konieczność badania warunków pracy, stwarzających podstawę do wszelkich udoskonaleń w metodach pracy domowej, jest oczywista. Wiadomo, że polepszenie warunków, w jakich jest wykonywana praca wpływa na jej wyniki.

Można poznać warunki pracy, stosując metodę analizy, polegającą na zarejestrowaniu poszczególnych czynności i ich zbadaaniu w celu wyłączenia jakiegoś elementu czynności lub jego uproszczenia. Eliminacja ruchów niepotrzebnych i zbędnych czynności (np. chodzenia, krzątania się) umożliwi dalsze badania mające na celu udoskonalenia, jakie możemy wprowadzić przy poszczególnych czynnościach, np. praniu, gotowaniu itp.

Przy podejmowaniu poszczególnych czynności należy uwzględnić:

a) postanowienie pracy — określenie celu;

b) przygotowanie narzędzi i surowców;

c) ustalenie sposobu i kolejności w jakiej wykona się daną pracę;

d) ustalenie miejsca pracy i osoby za nią odpowiedzialnej (gdzie i kto?);

e) ustalenie czasu, w jakim dana praca ma być dokonana (wybrać okres najodpowiedniejszy dla wykonawcy, o długości zależnej od dyspozycji psychicznych, wieku, wprawy, czasu ogólnego, rozkładu innych zajęć itp.);

f) ustalenie kosztu tej czynności.

Stosując metodę analizy wykazano, że w gospodarstwie domowym należy tak łączyć i grupować czynności oraz sprzęt, aby

zapewnić wykonanie prac seryjnie w linii prostej z wyeliminowaniem zbędnych ruchów i czynności. Oczywiście stosowanie tych wskazówek jest także uzależnione od podstawowych wiadomości o sprzęcie, którym się posługujemy, gdyż od tego zależy łatwość i szybkość wykonania prac w gospodarstwie domowym.

Omawiając wyniki pracy, należy pamiętać, że prace domowe muszą być wykonywane z możliwie najmniejszymi nakładami finansowymi oraz, że wydajność jest wynikiem ilości wykonywanej pracy w określonym czasie. Oszczędność wysiłku i skrócenie czasu pracy umożliwia odpoczynek oraz korzystanie z rozrywek kulturalnych z pożytkiem osobistym i społecznym.

Obecny stan badań w Polsce. Racjonalne prowadzenie domu i zastosowanie naukowych metod w tej dziedzinie zyskuje uznanie opinii społeczeństwa naszego kraju oraz staje się palącym problemem, który powinien być rozwiązany przez zorganizowane prace badawcze.

Korzystanie z teoretycznych opracowań innych narodów i wymiana doświadczeń stanowią dużą pomoc w praktycznym działaniu w tej dziedzinie. Badaniami wycinkowymi gospodarstwa domowego zajmuje się w Polsce wiele instytucji państwowych, instytutów naukowych i niektóre organizacje społeczne.

Przykładowo należy wymienić:

Główny Urząd Statystyczny — badania budżetów rodzinnych.

Centralna Rada Związków Zawodowych — badania budżetów rodzinnych.

Państwowy Zakład Higieny — badania nad odżywianiem ludności kraju.

Instytut Medycyny Pracy i Higieny — badania nad żywieniem rodzin na wsi.

Instytut Ekonomiki Rolnej — badania dotyczące zagadnień ekonomiki gospodarstw rolnych, w tym również rachunkowości domowej.

Teoretycznych opracowań dokonują: Instytut Gospodarstwa Społecznego i Towarzystwo Naukowej Organizacji Pracy i Kierownictwa.

Wymienione instytucje ujmują marginesowo zagadnienia rodziny i gospodarstwa domowego, zgodnie z zakresem swej działalności.

W oparciu o naukowe badania najszerszej potraktowano zagadnienia żywienia i budżetów rodzinnych.

Plan prac badawczych Komitetu do Spraw Gospodarstwa Domowego. W roku 1959 Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego podjął w drodze dobrowolnego naboru organizację gospo-

darstw doświadczalnych. Zgłosiło się około 420 rodzin z różnych stron kraju, wyrażając zgodę na udzielanie informacji przez przysyłanie co miesiąc kopii swoich codziennych zapisów dotyczących wydatków „koszyk-zakupów”, prowadzonych według podanego wzoru rachunków w gospodarstwie domowym.

Do końca 1959 r. wpłynęły materiały z badanych gospodarstw, które umożliwiły dokonanie ich analizy oraz oceny obranej formy i metody badań. Jeszcze w tym roku (1959) podjęto prace na terenie wsi z zakresu żywienia rodzin wiejskich.

Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego, będąc instytucją społeczną, pragnie w ten sposób uzyskać rozeznanie, ustalenie oraz weryfikację zestawu (koszyka) artykułów i usług w celu obliczenia indeksów kosztów utrzymania. Uzyskanie i opracowanie materiałów w tym zakresie umożliwi Komitetowi wyciągnięcie odpowiednich wniosków w zakresie dystrybucji zaopatrzenia rynku oraz pracy oświatowej.

Z nawiązanych kontaktów oraz istniejącego zapotrzebowania społecznego wynika konieczność podjęcia dalszych prac badawczych z zakresu ekonomiki i organizacji pracy w gospodarstwie domowym.

W roku 1960 uwzględniono nie tylko kontynuowanie prac zapoczątkowanych w 1959 r., ale także rozszerzenie ich o następującą tematykę: „główne proporcje kosztów utrzymania rodziny”, „efektywność nakładów środków finansowych w gospodarstwie domowym”, „ustalenie głównych proporcji nakładów czasu na podstawowe czynności w gospodarstwie domowym”, „nakłady czasu poszczególnych członków rodziny w gospodarstwie domowym”, „zmywanie naczyń” oraz „codzienne sprzątanie”.

Ustalenie takiej tematyki wynika z zupełnego braku prac badawczych w tym zakresie w kraju oraz konieczności szerzenia i upowszechniania wiedzy o gospodarstwie domowym. Należy również nadmienić, że nowy układ stosunków ekonomiczno-społecznych w naszym kraju wywiera potężny wpływ na kształtowanie się czynności, roli i miejsca indywidualnego gospodarstwa domowego w całokształcie zagadnień życia społeczeństwa polskiego. Wobec takiej sytuacji konieczne jest organizowanie wielu badań, a także naukowe ujmowanie oraz ocena zjawisk i przemian dokonujących się wśród rodzin oraz prowadzonych przez nie gospodarstw domowych.

CZĘŚĆ II

SEMINARIUM W SPRAWIE POPULARYZACJI WIEDZY W ZAKRESIE ŻYWIENIA RODZINY

(Pszczelin, 27 czerwca — 2 lipca 1960 r.)

E l s a H a g l u n d
Instruktor Gospodarstwa
Domowego FAO, Rzym

Popularyzacja racjonalnego żywienia na wsi (tłumaczenie z angielskiego)

1. WSTĘP

Przed opracowaniem programu szkolenia w zakresie żywienia należy podać dany kraj (dzielnice lub gminę), ludność, jej obyczaje, zasoby gospodarcze itp.

Kiedy instruktorka gospodarstwa domowego zetknie się z sytuacją jej bliżej nieznaną, musi zebrać niezbędne informacje. Powinna ona korzystać ze źródeł dostępnych na danym terenie i konsultować się z ludźmi, którzy prowadzą badania naukowe w zakresie żywienia.

Instruktorka gospodarstwa domowego może też uzyskać informacje z dyskusji z pojedynczymi osobami lub grupami, z którymi się styka, z osobami znającymi miejscowe warunki, jak lekarze, specjaliści z zakresu rolnictwa i żywienia, nauczyciele itp. W ten sposób może ona wpłynąć na zainteresowanie sprawą racjonalnego żywienia oraz gospodarstwa domowego, a także pobudzić do dalszych badań i działalności, może też w ten sposób zasugerować innym pracownikom terenowym możliwości rozwiązywania problemów w danym terenie.

2. INFORMACJE PODSTAWOWE

a. Zwyczaje żywieniowe

W celu opracowania programu szkolenia w zakresie racjonalnego żywienia, niezbędna jest dokładna znajomość przyzwyczajeń żywieniowych. Obecnie coraz bardziej cenimy tego rodzaju wiedzę. Instytucje międzynarodowe, zajmujące się żywieniem, jak FAO i WHO (Światowa Organizacja Zdrowia), korzystają z usług specjalistów w dziedzinie antropologii społecznej przy badaniu zwyczajów żywieniowych oraz czynników wpływających na sposób żywienia się. Instruktorzy gospodarstwa domowego powinny — w miarę możliwości — korzystać z tych badań.

Co ludność spożywa? Różne czynniki mają wpływ na przyzwyczajenia żywieniowe ludności; są to warunki klimatyczne, warunki gospodarcze itp.

Mogą być różne istotne przyczyny kształtowania się nawyków żywieniowych; instruktorka gospodarstwa domowego powinna je poznać.

W krajach nadmorskich spożywa się zwykle znaczne ilości ryb. Ludność zamieszkała z dala od wybrzeży spożywa ich znacznie mniej. Nieodpowiednie warunki transportu i przechowywania mogą utrudniać dostawę świeżych ryb do dalszych okolic. Dopóty więc nie należy propagować zwiększenia spożycia ryb, dopóki trudności transportu nie zostaną przezwyciężone. Sytuacja może być różna w różnych miejscowościach; instruktorka żywienia powinna to brać pod uwagę.

Pewne produkty żywnościowe są zwykle rozpowszechnione w całym kraju, jak np. chleb. Ale jaki chleb jest spożywany? Czy jest on wypiekany z mąki niskoprocenowego, czy wysokoprocenowego przemiału? Czy dodaje się do ciasta wody, mleka lub innych płynów? W jaki sposób rolnicy spożywają mleko? Czy zużywają oni mleko jako takie, czy też w postaci sera lub masła, a jeżeli tak, to czy rodzina spożywa mleko zbierane lub maślanekę?

Spożycie produktów sezonowych, jak owoce i warzywa może się poważnie zmieniać w różnych porach roku. Jak to wpływa na jadłospis rodziny? Czy pewne warzywa są spożywane w ciągu całego roku?

Przy ustalaniu podstawy do opracowania programu szkolenia w zakresie żywienia trzeba znać nie tylko rodzaj spożywanej żywności, ale również jej ilości. Ile zużywa się mleka i warzyw? Czasem rodzina spożywa dużo mleka, a dzieci mimo to wyglądają na źle odżywione. Po bliższym zbadaniu może się okazać, że choć ilość mleka, spożywana przez rodzinę, wydaje się duża, to jednak na każde dziecko przypada ilość zbyt mała. W licznych rodzinach, podobnie jak w dużych zakładach zbiorowego żywienia, jest

szczególnie ważna ocena jadalności; czy zawierają one dostateczną ilość produktów ochronnych — mleka, owoców, warzyw itp.

Jak jest rozdzielana żywność wśród członków rodziny? Potrzeby poszczególnych członków rodziny są różne zarówno pod względem ilościowym, jak i jakości pożywienia — zależnie od wieku i rodzaju pracy. Trzeba więc wiedzieć, jak są żywione małe dzieci, dzieci w wieku szkolnym i młodzież. Czy otrzymują one dostateczną ilość produktów zawierających budulec niezbędny do wzrostu i rozwoju? Potrzeby kobiet ciężarnych i matek karmiących różnią się od potrzeb pozostałych dorosłych członków rodziny.

Jak żywność jest przyrządzana i przechowywana? Bardzo ważne, aby wiedzieć, co ludność je oraz w jakich ilościach, jednak obraz o sposobie odżywiania się może być fałszywy, jeżeli nie będziemy wiedzieli, jak żywność jest przyrządzana i przechowywana. Niewłaściwy sposób gotowania może w znacznym stopniu zmniejszyć wartość posiłków i spowodować braki w żywieniu. Jak są gotowane warzywa? Czy w małej ilości wody? Czy warzywa gotuje się tylko przez niezbędny, krótki czas, czy też z reguły gotuje się je zbyt długo? Czy warzywa są używane wprost z ogrodu, czy też zużywa się resztki nie sprzedane na targu?

Co decyduje o wyborze i metodach przygotowania? Zanim wprowadzi się program szkolenia, mający na celu zmianę i ulepszenie systemu żywienia, trzeba wziąć pod uwagę czynniki, które decydują o wyborze produktów spożywczych oraz zrozumieć, dlaczego w danym środowisku potrawy są przyrządzane w ten, a nie w inny sposób. Jednym z najważniejszych czynników jest dostępność pewnych produktów. Nie ma sensu zachęcać do spożywania produktów, których nie można ani dostać, ani wyprodukować.

Opał i czas potrzebny na ugotowanie pewnych potraw również wpływają na wybór potraw. Na wybór potraw wpływa także wyposażenie kuchni. Gospodyni, która ma maszynkę do mielenia mięsa, może zużywać tańsze jego gatunki. W pewnych krajach obserwuje się brak piekarników. W takim przypadku instruktorki gospodarstwa domowego powinny przystosować odpowiednio szkolenie, kładąc większy nacisk na potrawy i sposób gotowania, do których piekarnik nie jest potrzebny.

Przyzwyczajanie się do pewnych potraw zależy od różnic kulturalnych, od grup etnicznych, a nawet od indywidualnych upodobań członków rodziny. To, co jest smakołykiem dla niektórych ludzi, może być wręcz obrzydliwe dla innych. Należy zdać sobie sprawę, jakie potrawy są szczególnie lubiane lub nie lubiane w środowisku, w którym się pracuje. Trzeba znaleźć sposób, w jaki będzie można wprowadzić większą ilość produktów, które mają szanse rozpowszechnienia. Z praktyki wiemy, że to się nieraz udaje. Na przykład ziemniaki nie spopularyzowały się, kiedy je

po raz pierwszy sprowadzono do Europy. Wszyscy pamiętamy, że kiedyś większość ludzi nie lubiła pomidorów. Niektórzy uważają dotychczas, że ciemnozielone części warzyw nie nadają się do spożycia.

Ceny produktów żywnościowych mają też wpływ na ich wybór. W wielu krajach rodziny o małych zarobkach spożywają duże ilości produktów mącznych, ponieważ są one tańsze niż inne produkty. Gospodyni, która ma mało pieniędzy na zakup żywności, kupuje przede wszystkim to, co zaspokaja głód. Interesuje ją wtedy raczej ilość niż jakość.

Gospodyni zapracowana w domu i w zagrodzie, bierze to co jest pod ręką; wskutek tego jadłospis bywa dość jednostajny. Dokładne rozplanowanie pracy w domu i podział jej między domowników może ułatwić rozwiązywanie problemu braku czasu na sporządzanie potraw.

Gospodyni, która ma więcej czasu, może przyrządzić smaczny posiłek z najprostszych produktów, może zużyć gorszy kawałek mięsa itp.

Instruktorka gospodarstwa domowego musi uwzględnić czynnik czasu, zdawać sobie sprawę z jego wpływu na jadłospis i pomóc gospodyniom w utrzymaniu na właściwym poziomie wyżywienia rodziny. Jest to szczególnie ważne w rodzinach, gdzie są małe dzieci. Czy pokarm dla niemowlęcia jest odpowiednio przygotowany? Jeżeli nie, to jak możemy pomóc matce w tej sprawie?

b. Stan odżywienia

Swoje rozeznanie o stanie odżywienia ludności w Polsce opieramy na referacie profesora dra A. Szczygła, wygłoszonym podczas seminarium żywieniowego w październiku 1959 roku. Podobnie jak w innych krajach — w Polsce należy stale badać zmiany zachodzące w stanie odżywienia i ich przyczyny. Specjaliści z zakresu gospodarstwa domowego powinni zastanowić się nad wpływem obecnych przyzwyczajęń dietetycznych na zdrowie i gospodarkę narodową.

Oznaki niedożywienia. Wiadomo, że istnieje w dietach polskich pewien niedobór białka. Niewłaściwe odżywianie w okresie odłączania niemowląt od piersi wywołuje niedobór białka u niemowląt. Stwierdza się też gorszy rozwój fizyczny u dzieci wiejskich niż u miejskich, prawdopodobnie wskutek braku białka w pożywieniu. Krzywica jest drugim objawem świadczącym o niedożywieniu, a występuje głównie na wsi. Ponieważ witamina D znajduje się w niewielu produktach spożywczych, należy szczególnie dbać o włączenie tych produktów do jadłospisu. Wole wystę-

puje szczególnie w rejonach górskich. Można temu w pewnym stopniu zapobiec przez wprowadzenie produktów zawierających jod, a w razie ich braku — zalecać używanie soli jodowanej.

Niedobór witaminy C, co prawda nie w postaci szkorbutu, występuje szczególnie w tych porach roku, w których dostawy świeżych owoców i warzyw są ograniczone, a wiele rodzin spożywa ich zbyt mało lub wcale. Niedobór witaminy C może wynikać ze zbyt długiego gotowania warzyw i przetrzymywania ich przez dłuższy czas przed spożyciem. Witamina C w tych warunkach może ulec zupełnemu zniszczeniu. Zwyczaj gotowania posiłków tylko raz dziennie powoduje nierównomierny podział składników odżywczych w ciągu dnia.

Rozpoczynanie pracy bez śniadania zawierającego dostateczną ilość kalorii i białka jest powodem zmęczenia, zmniejszonej wydajności pracy oraz rozdrażnienia. Jeśli tylko raz dziennie podaje się gotowany posiłek, to zwiększa się spożycie chleba, a zmniejsza spożycie warzyw i innych produktów ochronnych. Obserwuje się to zwłaszcza wśród rodzin pracowników rolnych.

W związku z rozwojem przemysłu ludność przenosi się masowo do miast i sytuacja ekonomiczna wielu rodzin znacznie się poprawia. Jednak nie zawsze jest to połączone z polepszeniem żywienia, szczególnie jeśli pracownicy ze wsi dojeżdżają do pracy i tracą na to dużo czasu. Jedzą oni przeważnie poza domem, spożywając biały chleb, tłuszcz, cukier i słodocyce; spożycie mleka, warzyw i owoców się zmniejsza.

Ludzie mający więcej pieniędzy do wydawania na żywność stają się bardziej wybredni, spożywają konserwy i inne, czasem luksusowe produkty. W rezultacie w lepszych warunkach ekonomicznych wyżywienie ich może się znacznie pogorszyć. Trzeba też wziąć pod uwagę, że spożywanie białej mąki i innych luksusowych produktów ma nieraz charakter „prestizowy”.

Aspekty ekonomiczne żywienia. Temat ten jest też rozważany w innym referacie. Wystarczy zaznaczyć, że istnieje ścisłe powiązanie między żywnością a dochodem. Ogólnie biorąc, im niższy jest dochód rodziny, tym więcej stosunkowo wydaje się na żywność. W wielu krajach nie rozwiniętych gospodarczo wydaje się na żywność 60—80% dochodu, podczas gdy w krajach o wyższym rozwoju gospodarczym liczby te wynoszą 25—40%. Oczywiście w biednych rodzinach przy wyższym odsetku wydatków na żywność sumy bezwzględnie są jednak mniejsze.

Z punktu widzenia żywieniowców należy wiedzieć nie tylko, jaki jest ogólny budżet przeznaczany na żywność, ale też ile wydaje się na poszczególne produkty. Jeżeli wydaje się więcej na słodocyce, to mniej przeznaczają na owoce, jeżeli zbyt dużo pieniędzy przeznaczają na mięso, to może ich nie starczyć na mleko

itp. Należy dbać o to, aby było dość pieniędzy na mleko oraz obfitujące w witaminy owoce i warzywa.

Rozsądne i oszczędne budżetowanie przy zakupach żywności jest szczególnie ważne dla rodzin rozporządzających niedużymi dochodami.

3. NAUCZANIE RACJONALNEGO ŻYWIENIA

a. Dlaczego należy uczyć żywienia?

(w nawiązaniu do referatu prof. dra A. Szczygła)

Aby zapewnić racjonalne żywienie — podstawę dobrego stanu zdrowia ludności, niezbędne jest szkolenie. Nawet gdy jest dość żywności i dość pieniędzy na jej zakup, mogą się rozwinąć niepożądane nawyki żywieniowe, jeżeli nie zna się zasad żywienia.

Złe odżywianie powoduje daleko sięgające niepożądane skutki społeczne i gospodarcze, dotyczące zarówno jednostek, jak i całego społeczeństwa. Naszym celem powinno być dążenie do zachowania zdrowia oraz dobrego samopoczucia własnego i naszych dzieci.

Racjonalne żywienie jest niezbędne do normalnego wzrostu i rozwoju dzieci. W późniejszych latach nie można już przez lepsze żywienie nadrobić skutków złego odżywiania w okresie wzrostu.

Racjonalne żywienie ma wpływ na pobudliwość oraz na rozwój umysłowy. Złe odżywianie dzieci uczy się źle. Osobnik dobrze odżywiony odznacza się większą wydajnością pracy z pożytkiem dla swojej rodziny i dla społeczeństwa.

Musimy stale wybierać rodzaj żywności. Od tego wyboru zależy zdrowie, równowaga finansowa i zadowolenie osobiste. Szkolenie w zakresie racjonalnego żywienia pomaga wybierać rozsądnie.

Szczególnie gospodynie domowe powinny wiedzieć, w jakim stopniu żywienie wpływa na zdrowie, wzrost, rozwój i wydajność pracy. Powinny one wiedzieć, jak dobrać produkty spożywcze, które dostarczają organizmowi niezbędnych składników odżywczych, i jak przygotowywać potrawy, aby dały jak największy pożytek. Powinny też wiedzieć, w jaki sposób oszczędzać przy zakupach żywności, aby uzyskać jak najwięcej dobrej żywności za wydane pieniądze. W końcu powinny one umieć zaplanować pożywe posiłki dla rodziny składającej się z dzieci i dorosłych.

Szkolenie w zakresie żywienia powinno być stale kontynuowane, ponieważ wiedza o żywieniu stale się rozwija oraz mamy do dyspozycji wciąż nowe produkty spożywcze i nowe potrawy w miarę rozwoju technologii żywności.

b. Czego należy uczyć?

Gdy uczymy gospodynie domowe racjonalnego żywienia, musimy — w miarę możliwości — unikać terminologii technicznej.

Racjonalne żywienie znaczy: dostateczna ilość żywności odpowiedniego rodzaju, przyrządzona w najlepszy sposób. Jest wiele innych czynników mających wpływ na dobre odżywianie, ale tu nie będziemy ich rozpatrywali szczegółowo.

W racjonalnym żywieniu są potrzebne produkty dające energię oraz produkty niezbędne do budowy i odbudowy naszego ciała, a także do utrzymania i ochrony zdrowia. Jak wiemy produkty mączne i tłuszcze dostarczają energii. Więcej uwagi należy poświęcić produktom białkowym, niezbędnym do budowy i odbudowy organizmu.

Trzeba podkreślić, że dzieciom są potrzebne pokarmy niezbędne do wzrostu. Wzrost zależy nie tylko od odpowiedniej ilości białka, ale i od składników mineralnych, jak wapń oraz od witamin. Niemowlę powinno mieć dwa razy większą wagę w sześć miesięcy po urodzeniu, a potroić ją w ciągu roku. Dlatego zapotrzebowanie na wapń do budowy kości oraz na białko do budowy mięśni i tkanek jest duże. Ponieważ składniki te są zazwyczaj dostarczane z mlekiem matki, przeto jej pożywienie (jej dieta) musi obfitować w pełnowartościowe białko, wapń i witaminy.

W miarę wzrostu zwiększa się szybko ilość krwi u niemowlęcia. Co prawda rodzi się ono z pewnym zapasem żelaza, które zostaje jednak zużyte w ciągu kilku pierwszych miesięcy życia. Trzeba potem dodawać dziecku pokarmy obfitujące w żelazo, jak żółtka jaj, wątrobę i zielone warzywa przygotowane tak, aby mogły być przyswojone przez wrażliwy przewód pokarmowy niemowlęcia.

Do ochrony zdrowia są potrzebne pokarmy obfitujące w witaminy. Od czasu odkrycia dokonanego przez wielkiego polskiego uczonego, dra Kazimierza Funka, słowo „witamina” weszło do naszych słowników. W naszym szkoleniu możemy wyjaśnić, że różne witaminy mają różne znaczenie i że nie mogą się wzajemnie zastępować, chociaż jest między nimi pewna współzależność.

Krzywica występuje zwykle u dzieci wskutek braku witamin, jednakże zapobieganie i leczenie zależy nie tylko od dostatecznej ilości witaminy D, ale i od wapnia dostarczonego w odpowiedniej ilości w mleku.

Witaminy A, B i C są też niezbędne do ochrony zdrowia. Oznaki poważnych braków jednej z nich są coraz rzadsze, ale to nie znaczy, że osiągamy optymalne zdrowie. Zmęczenie, brak apetytu, stan apatii, brak pamięci itp. mogą być oznakami niewłaściwego żywienia. Podobnie u dorastającego dziecka szorstka skóra,

zmierzwiłone włosy oraz oczy, łatwo ulegające infekcjom mogą oznaczać brak pokarmów zawierających witaminę A, jak zielone i żółte warzywa lub wątroba.

Aby osiągnąć dobry poziom żywienia, musimy dostarczać organizmowi odpowiednią ilość pokarmów energetycznych i budulcowych oraz pokarmów, które dają niezbędne sole mineralne i witaminy.

W krajach europejskich zwykle nie brak pokarmów energetycznych, pokarmy białkowe jednak stanowią już pewien problem. Niektóre z nich, jak np. mleko, jaja, mięso i ryby, są lepszym materiałem budulcowym niż inne. Wartość roślin strączkowych jako budulca może być podkreślona zwłaszcza tam, gdzie jest niedostatek produktów białkowych pochodzenia zwierzęcego. Dzieciom jest szczególnie potrzebne białko zawarte w mleku, jajach, rybach i mięsie. Racje dzienne zmieniają się z wiekiem, ale matki mogą być spokojne, jeśli dają dzieciom co najmniej 2 szklanki mleka dziennie, jedno jajo i jedną porcję ryby lub mięsa.

Aby dostarczyć organizmowi niezbędnych witamin, musimy spożywać owoce i warzywa. Porcja marchewki, szpinaku lub innych zielonych warzyw liściastych da nam potrzebny w ciągu dnia karotenu (witaminę A) oraz sporą ilość innych składników odżywczych.

Takie owoce, jak dzika róża, czarne porzeczki, truskawki oraz maliny, są dobrym źródłem witaminy C podobnie jak pomidory i owoce cytrusowe. Mówi się „owoce zastępują lekarza”, ale dodajmy: „jeśli dobierzemy je właściwie”. Pomarańcze dają więcej witaminy C niż jabłka, ale dzika róża i porzeczki dają jej za te same pieniądze dużo więcej niż pomarańcze.

W celu zwalczania krzywicy trzeba dziecko wystawiać na działanie promieni słonecznych. Matki, które doceniają działanie słońca, zaopatrują dzieci w ubiory dające dostęp słońca. Słońce i dobre odżywianie, uzupełnione tranem, doprowadziły w krajach skandynawskich do zwalczania krzywicy.

Produkty pochodzące z morza i sól jodowana zwalczają brak jodu. Przy objawach niedoboru jodu należy zawsze zasięgnąć porady lekarza.

Większość pokarmów, które spożywamy, są zużywane przez organizm jako „opał”. Które pokarmy dostarczają tanich kalorii, takiego opału? Zwykle cukier, ziemniaki i produkty zbożowe dają tanie kalorie podobnie jak słonina i niektóre oleje. Dużo uwagi poświęcano tanim kaloriom, zanim nauka o żywieniu rozwinęła się do obecnego poziomu. Przy obecnym stanie wiedzy o żywieniu i o potrzebie odpowiedniej diety, nawet z podziałem niezbędnych składników odżywczych w ciągu dnia, mniej zwracamy uwagi na potrzeby kaloryczne i produkty dające kalorie. Cukier jest tanim źródłem kalorii, ale nie daje nic więcej, natomiast ziemniaki da-

ją również pewną ilość witaminy C. Biała mąka daje nieco więcej kalorii niż mąka ciemna, ale lepiej kupić mąkę z pełnego przemiału, zwłaszcza pszenną, bo zawiera ona również białko, sole mineralne i witaminy. Słonina daje więcej tanich kalorii niż margaryna, ta ostatnia jednak, jeśli jest witaminizowana, ma większą wartość odżywczą. Buraki i ogórki są tanimi warzywami, ale ich wartość odżywcza jest niższa niż innych warzyw, toteż nie polecamy ich w oszczędnym budżecie.

Produkty bardzo pożywne, jak wątroba, nerki, płuca i serce, są ekonomiczne, nawet jeśli cena ich jest czasem wyższa, niż cena innego mięsa. Odtłuszczone mleko i ser z takiego mleka są zwykle tanim źródłem białka zwierzęcego i wapnia.

Przy określaniu, jakie produkty są opłacalne, musimy porównać ich wartość odżywczą z ceną i odpowiednio instruować gospodynie.

W szkoleniu należy położyć nacisk na właściwe metody przygotowywania produktów najbardziej wrażliwych, jak owoce, warzywa i mleko.

Gospodynie powinny się nauczyć, że warzywa mają większą wartość, jeśli gotuje się je krótko i w małej ilości wody. Powinny one wiedzieć, że warzywa gotowane ze skórką zachowują większą wartość niż obierane przed gotowaniem i że przez odrzucenie zewnętrznych, zielonych liści sałaty, kapusty itp. traci się dużo wartościowych składników. Gospodynie powinny również wiedzieć, że przez dodawanie sody do wody, w której gotuje się warzywa, niszczy się witaminy. Podobnie odgrzewanie potraw niszczy niektóre witaminy. Sałaty przyrządzane tuż przed podaniem są bardziej wartościowe niż przygotowane na długo przedtem. Mleko musi być chronione przed światłem podczas transportu i przechowywane, aby nie utraciło ryboflawiny (witaminy B₂). Przetwory w słojach szklanych powinny być przechowywane w ciemnych pomieszczeniach, aby nie traciły wartości odżywczej.

Szkolenie w zakresie żywienia nie zawsze osiągało zamierzone wyniki. Można to przypisać temu, że instruktorki żywienia spodziewały się, iż ludzie od razu zmienią zupełnie sposób odżywiania, a to byłoby zadanie bardzo trudne i często zupełnie niepotrzebne. Zracjonalizowanie sposobu żywienia można osiągnąć przez wprowadzenie niewielkich zmian w jadłospisie.

Ci, co uczą żywienia, powinni zwrócić uwagę na kilka praktycznych wskazówek, które powodują raczej uzupełnienie istniejącego już żywienia (diety), a nie wprowadzają radykalnych zmian w nawykach żywieniowych. Szkolenie w zakresie żywienia powinno mieć na celu polepszenie zwyczajów żywieniowych. Zwiększenie ilości niektórych pokarmów znajdujących się w dotychczasowym jadłospisie może stanowić pożądane polepszenie żywienia,

a fakt, że pokarmy te są już we zwyczaju i smak ich jest uznany, ułatwia nauczanie. Dodanie kilku marchewek do mięsa duszonego lub trochę więcej szpinaku do zupy albo też grubszy kawałek sera może znacznie zmienić wartość całego jadłospisu. Wprowadzenie większej liczby potraw jednogarnkowych, zup i duszonego mięsa, ogranicza straty składników odżywczych, ponieważ nie marnuje się wywarów. Żywniowcy i gospodynie, omawiając te sprawy, znajdują wiele sposobów ulepszenia diety.

c. Jak uczyć racjonalnego żywienia?

Ludzie zmieniają swoje przyzwyczajenia żywieniowe, jeśli dochodzą do wniosku, że lepsze żywienie ułatwia im osiągnięcie ważnego celu. Człowiek (jednostka) jest skłonny do zmian i ulepszeń zwyczajów żywieniowych, jeśli uznaje, że to jest korzystne. Decyzję musi podjąć sam zainteresowany, a w odniesieniu do małych dzieci — ich rodzice.

Dlatego w celu uzyskania odpowiednich wyników niezbędne jest w szkoleniu żywieniowym podejście indywidualne, oparte na poznaniu warunków domowych i społecznych. Wykonanie należy już do poszczególnych jednostek. Możemy podejść do problemu, zastanawiając się:

1. Co gospodyni już wie o racjonalnym żywieniu?
2. Co powinna wiedzieć o racjonalnym żywieniu?
3. Czego powinna się jeszcze nauczyć?

Możemy stwierdzić, że pewne produkty są pomijane w jadłospisie. Gospodyni musi więc dowiedzieć się, jak ważne są te produkty. Nauczanie będzie zdążyło do wprowadzenia i szerszego uwzględniania tych produktów.

Możemy rozpocząć szkolenie z grupą gospodyń przez przedyskutowanie potraw powszechnie spożywanych. Możemy je wypisać na tablicy. Co te potrawy dają? Produkty wchodzące przeważnie na skład jadłospisu są to na ogół produkty mączne, skrobiowe. Skrobia jest dobrym źródłem energii i potrzebujemy jej dużo. Dlatego przyjmujemy, że są to zupełnie dobre produkty. Nie trzeba zrażać gospodyni przez stwierdzenie: „za dużo skrobi” lub „tylko skrobia” itp. Gospodyni, która spotka się z krytyką przy przedstawianiu swoich przyzwyczajeń żywnościowych, nie będzie skłonna do przyjęcia rad od kogokolwiek.

Z kolei przechodzimy do następnego stadium. W pożywieniu jest nam potrzebna nie tylko energia, ale także produkty budulcowe itp. Jeśli podstawowy jadłospis nie zaspokaja tych potrzeb należy go uzupełnić. Jakie produkty trzeba dodać, aby zaspokoić te potrzeby (budulcowe i ochronne), Zagadnienie to spowoduje dyskusję, które produkty są bardziej ekonomiczne i jak je wpro-

wadzać do jadłospisu. Czy trzeba wprowadzać nowe produkty i potrawy, czy też wystarczy zwiększyć ilość już spożywanych? Jak można to osiągnąć? Czy można zwiększyć przydomową produkcję żywności? Jeśli tak, to jakie produkty należy przede wszystkim produkować? W wyniku tej dyskusji wszyscy powinni zrozumieć, jakie produkty trzeba dodać do dotychczasowego jadłospisu, aby był bardziej racjonalny. Sprawdzianem wyników szkolenia będzie aktywność, którą ono spowoduje. Gospodyni, która zdaje sobie sprawę ze znaczenia racjonalnego żywienia będzie chciała wiedzieć, ile tych ważnych produktów potrzeba.

Bardzo instructywne są pokazy dań (potraw), które zaspokajają dzienne zapotrzebowanie na pewne składniki odżywcze. Kiedy omawiamy sprawę mleka, możemy pokazać trzy szklanki mleka, jako ilość dostarczającą dość wapnia i ryboflawiny na osobę. Jeszcze jedną szklankę trzeba dać młodzieży i kobietom ciężarnym. Inne pokarmy mogą zaspokoić nasze zapotrzebowanie na wapń, jak np. ser. Można pokazać kawałek sera, dający tę samą ilość wapnia co 3 szklanki mleka. Trzeba jednak wyjaśnić, że ser nie może zupełnie zastąpić mleka, ponieważ zawiera mniej ryboflawiny niż mleko. Musimy zademonstrować na naszym pokazie produkty obfitujące w ryboflawinę. Trzeba wiedzieć, jakie produkty mogą się zastępować.

Bardzo ciekawy jest pokaz różnych owoców w ilościach potrzebnych do zaspokojenia dziennego zapotrzebowania na witaminę C. Stos jabłek byłby dość duży, a gruszek — jeszcze większy, natomiast czarnych porzeczek potrzeba niewiele, podobnie jak dzięki różom i owocom cytrusowym. Ile kosztuje każdy taki stos? Rodzina, która ma własne jabłonie, nie dba o to, że jabłka nie obfitują w witaminę C, bo może dużo ich spożywać. Ale jeśli musimy owoce kupować, powinniśmy wiedzieć, które są najcenniejsze. Niektóre owoce nie obfitują specjalnie w jedną witaminę, ale zawierają niewielkie ilości różnych, nie można ich więc porównywać. Jarzyny jako źródło witaminy A (karoten) można pokazać w ilościach wystarczających na dzienne potrzeby. Mały słoik marchwi lub szpinaku i duży stos buraków będą ciekawym pokazem dla gospodyń. Żywność — to jednak nie tylko białko, witaminy itp. Jemy różne potrawy również dlatego, że je lubimy. Kiedy znamy wartość pokarmów, możemy zapewnić spożycie niezbędnych składników, a potem dodać to, co lubimy i na co możemy sobie pozwolić.

Pokazy potraw zawsze przyciągają uwagę. Można pokazać różne zestawienia śniadaniowe oraz paczki śniadaniowe dla dzieci idących do szkoły i dla dorosłych pracujących poza domem. Kalkulacja ceny, a w miarę możliwości — informacja o wartości odżywczej wzbudzi zainteresowanie obecnych i ułatwi zapamiętanie.

Instruktorzka powinna skoncentrować się na tematach, które są szczególnie ważne w danych okolicznościach. Jeśli np. pracuje się wśród młodych kobiet, należy specjalnie podkreślić znaczenie żywienia kobiet ciężarnych i karmiących oraz niemowląt i małych dzieci.

Pokazy gotowania są pożyteczne w celu wprowadzenia nowych potraw i nowych metod przyrządzania. Instruktorzka może mieć ochotę wykazać swoją umiejętność gotowania wykwinnych dań, zwłaszcza, że gospodynie lubią tego rodzaju pokazy. Powinna ona jednak wykorzystać swoje zdolności artystyczne i wyobraźnię, aby przygotować potrawy codzienne, ważne w celu polepszenia żywienia oraz zademonstrować metody ich przyrządzania. Sałatki z kolorowych warzyw i owoców mogą pobudzić apetyt u każdego. Dodatkowym urozmaicheniem będzie możność skosztowania potraw po przyrządzeniu. Gospodyni, która zjadła daną potrawę, i wie, jak się ją przyrządza, wypróbuje ją u siebie w domu.

Programy zajęć, przewidujące aktywny udział słuchaczek, dają zwykle lepsze rezultaty niż bierne słuchanie wykładów. Można zachęcić gospodynie, aby wypróbowały różne sposoby przygotowywania nowych potraw i przyniosły ze sobą próbki innym uczestnikom do skosztowania. Może to wywołać pomiędzy kobietami współzawodnictwo w opracowywaniu nowych przepisów, przyrządzaniu nowych potraw i stosowaniu nowych metod gotowania.

Stołówki i inne zakłady żywienia stwarzają możność wdrażania nowych zwyczajów żywieniowych oraz polepszenia poziomu żywienia, oczywiście jeżeli posiłki będą właściwie przyrządzane i racjonalnie zaplanowane.

W pewnej dużej fabryce na jednej z wysp w Indiach Zachodnich zwołano zebranie pracowników, aby omówić sprawę ich żywienia. Pracownicy zdawali sobie sprawę ze znaczenia dobrego odżywiania i zastanawiali się, jakie produkty należy włączyć do diety. W fabryce był też sklep spółdzielczy; zdecydowano wprowadzić tam sprzedaż niektórych ważnych produktów, które zabierano do domu dla rodzin. Na przykład fabryka zakupywała hurtowo odtłuszczone mleko w proszku i sprzedawała bez zysku pracownikom. Zostało zwiększone zainteresowanie żywnością, co wpłynęło na polepszenie posiłków wydawanych w stołówce. Duże ilości mleka spożywano w posiłkach; mleko zakupywano też do spożycia w domu. Podniósł się poziom żywienia nie tylko pracowników, ale i ich rodzin, a wiadomości z zakresu racjonalnego żywienia będą miały trwały wpływ na ich zwyczaje żywieniowe.

Znaczenie wychowawcze posiłków szkolnych musi być też wykorzystane. Dzieci, nauczycielstwo i rodzice mogą wspólnie planować posiłki szkolne; może przez to dzieci będą chętniej spoży-

wały mleko, owoce oraz warzywa. Prowadzenie tej akcji zależy od pełnej współpracy wszystkich zainteresowanych: tych, którzy finansują, tych którzy wybierają potrawy, jak również tych, którzy przygotowują, podają itp. Wspólne planowanie i wykonawstwo dają dobre wyniki: warto dołożyć starań w tym kierunku.

Śniadania, które dzieci spożywają w szkole, nie należą przeważnie do dobrych zwyczajów żywieniowych. Zbyt często są to słodkie, ciastka i słodkie napoje. Kobiety mogą przyczynić się do lepszego zaopatrzenia, wprowadzając do śniadań owoce, mleko oraz inne wysoce odżywcze pokarmy, które zastąpią słodkie i ciastka, powodujące próchnicę zębów.

Kiermasze, jarmarki i zebrania, na których urządzi się bufety oraz kioski, mogą być okazją do wprowadzenia dobrze wybranych i przyrządzonych zakąsek. Kolorowe plansze, wyjaśniające znaczenie żywienia dla zdrowia, mogą wzbudzić zainteresowanie wśród mężczyzn, kobiet i dzieci. Kobiety powinny korzystać z takich okazji, aby pouczyć o żywieniu innych mieszkańców gminy. Wyniki są najlepsze, jeśli kobiety ustalą cel swojej działalności i sposób, w jaki należy dążyć do jego osiągnięcia.

Im gospodynie będą bardziej zainteresowane rozwiązywaniem istniejących problemów, tym wyniki będą lepsze. Problemy żywienia można omawiać pod różnymi kątami widzenia. Wysuwają się problemy specjalne. Jak można je rozwiązać? Może być wiele rozwiązań, ale które jest wykonalne, biorąc pod uwagę istniejące zasoby? Jaki będzie efekt różnych propozycji? Kierunek, który ludzie uznają za najważniejszy, zdecyduje o tym, jak poprowadzić działalność.

Praca z grupą gospodyń jest zwykle wydajniejsza niż rozmowy indywidualne. Wszystkie kobiety troszczą się o zdrowy rozwój swych dzieci. Rodzice i nauczycielstwo mogą razem ustalić trudności, jakie wynikają przy wprowadzaniu dobrych nawyków żywieniowych oraz próbować je rozwiązać. Uczestnicy chętnie wykonują decyzje powzięte w wyniku dyskusji.

Mgr Krystyna Janik

Metody nauczania racjonalnego żywienia w szkołach gospodarczych i innych

1. CELE NAUCZANIA RACJONALNEGO ŻYWIENIA W RÓŻNYCH TYPACH SZKÓŁ

W wyniku założeń zmierzających do lepszego powiązania szkoły z życiem i do układania praktyczniejszych programów — zagadnienia związane z nauczaniem racjonalnego żywienia będą obecnie realizowane znacznie szerzej niż dotychczas.

Oprócz gospodarczych szkół zawodowych, jak technikum gospodarcze z wydziałem technologii żywienia zbiorowego i wydziałem hotelarskim oraz zasadnicza szkoła gospodarcza ze specjalizacjami w zawodach: kucharz, kelner, gospodyni domu i pracownica gospodarstw domowych, a także oprócz dwuletnich szkół przysposobienia zawodowego, o kierunku handlowo-gospodarczym, nauczanie żywienia było dotychczas uwzględniane tylko w programach szkół rzemieślniczych (np. w szkołach krawieckich).

W nowym roku szkolnym gospodarstwo domowe znajduje się jako przedmiot obowiązujący w programach szkół pedagogicznych. Również w wielu szkołach ogólnokształcących stopnia licealnego i szkołach podstawowych będzie prowadzone nauczanie żywienia w ramach zajęć praktycznych.

Cele nauczania racjonalnego żywienia w poszczególnych typach szkół zawodowych są odmienne, ściśle związane z kierunkiem przyszłej pracy. Na przykład absolwent technikum gospodarczego, wydziału technologii żywienia zbiorowego, powinien nie tylko mieć ugruntowane wiadomości z zakresu higieny żywienia oraz umiejętność planowania produkcji pod kątem widzenia efektów ekonomicznych i dobrej organizacji pracy, ale również musi mieć na względzie zdrowie konsumenta. Absolwent ten powinien także umieć właściwie ocenić produkty spożywcze, znać nowoczesne zasady technologii przyrządzania potraw, umieć ocenić gotowe posiłki oraz umieć konsultować zagadnienia zawodowe z pracownikami produkcji.

Zasadnicze szkoły gospodarcze (zawód kucharz) przygotowują pracowników do produkcji w zakładach żywienia zbiorowego. Powinni oni — oprócz posiadania umiejętności zawodowych — odznaczać się wysokim poczuciem odpowiedzialności za zdrowie konsumentów, którzy korzystają z posiłków przyrządzonych w danym zakładzie. Absolwentki zasadniczych szkół gospodarczych i dwuletnich szkół przysposobienia zawodowego typu handlowo-gospodarczego powinny być przygotowane przede wszystkim do prowadzenia domu i racjonalnego żywienia rodziny. Ponadto powinny one być przygotowane do wykonywania prac kulinarnych w zakładach żywienia zbiorowego. Wprowadzenie do różnych typów szkół zajęć praktycznych, uwzględniających racjonalne żywienie, ma na celu zaznajomienie młodzieży z podstawowymi wiadomościami z tego zakresu oraz zasadniczymi sposobami prawidłowego przyrządzania codziennych posiłków.

2. ZNACZENIE KORELACJI PRZEDMIOTÓW W NAUCZANIU RACJONALNEGO ŻYWIENIA

Niezależnie od tego, czy celem kształcenia jest przygotowanie pracowników dla placówek żywienia zbiorowego, czy też zaznajo-

mienie młodzieży z podstawami racjonalnego żywienia dla potrzeb własnej rodziny i najbliższego otoczenia, zagadnienie korelacji przedmiotów w obu przypadkach jest jak najbardziej istotne. Umiejętne rozplanowanie materiału w czasie nauczania przedmiotów zawodowych, takich jak technologia sporządzania posiłków, chemia, fizyka, mikrobiologia, towaroznawstwo, zasady żywienia, wyposażenie techniczne, higiena i bezpieczeństwo pracy, ekonomika przedsiębiorstw i inne, jest jednym z ważniejszych czynników wpływających na pogłębienie oraz utrwalenie wiadomości składających się na dobre przygotowanie zawodowe. Skorelowanie bowiem w rocznym rozkładzie materiału z zakresu pokrewnych zagadnień z poszczególnych przedmiotów oraz faktyczne stosowanie korelacji w toku nauczania ogromnie pomaga uczniowi w ugruntowaniu nowych wiadomości i umiejętności. Dobrze stosowana korelacja uchroni młodzież przed „szufladkowaniem” wiadomości i oderwaniem jej od życia oraz przyczyni się do usprawnienia procesów myślenia i zdobywania wiedzy stanowiącej podstawę samodzielnego, praktycznego działania.

Wyrobienie umiejętności i nawyków posługiwania się zdobytymi wiadomościami w praktycznym działaniu jest nieomylnym sprawdzianem skuteczności nauczania. Toteż rozwijanie z jednej strony sił poznawczych ucznia, jak spostrzegawczość, wyobraźnia, poprawność rozumowania i pamięć, a z drugiej — umiejętność praktycznego działania opartego o ugruntowaną wiedzę teoretyczną i odpowiednio opanowane sprawności techniczne — jest znacznie łatwiej osiągalne przy zastosowaniu korelacji.

Również w ogólnokształcących szkołach podstawowych i licealnych oraz w szkołach rzemieślniczych należy nawiązywać w nauczaniu racjonalnego żywienia do wiadomości z takich przedmiotów, jak biologia, fizyka, chemia, arytmetyka, geografia i ekonomia. Opieranie się na wiadomościach z tych przedmiotów ułatwi młodzieży zrozumienie teoretycznych podstaw racjonalnego żywienia oraz umożliwi wyjaśnienie wielu procesów towarzyszących przerobowi produktów spożywczych na codzienne potrawy oraz działanie narzędzi ułatwiających pracę. Na przykład podczas wydawania gorących napojów uczeń powinien umieć kojarzyć wiadomości z fizyki, dotyczące nierównomiernej rozszerzalności grubych naczyń szklanych, a mieląc mięso na kotlety, powinien on rozumieć, że posługuje się prostą maszyną (śrubą, która jest właściwie równią pochyłą, nawiniętą na walec) i że maszynka ułatwia pracę w ten sposób, że zmniejsza siłę, która w tym przypadku działa na dłuższej drodze.

Uczniowi znane jest z lekcji chemii zjawisko korozji, polegające na reakcji tlenu powietrza z wierzchnią warstwą metalu. Smarując wazeliną techniczną części żeliwne maszyny do lodów

(przed odniesieniem jej do magazynu), uczeń powinien uświadomić sobie, że warstwa wazeliny zabezpiecza przedmiot przed korozją, zapobiegając oddziaływaniu tlenu na metal.

Uczniowie powinni umieć wyjaśnić, na jakiej zasadzie w czasie przyrządzania posiłków rozchodzą się w otoczeniu zapachy potraw, jeśli zjawisko dyfuzji jest im już znane.

W oparciu o problematykę pracy ręcznej należy wykorzystywać na lekcjach żywienia sprawności zdobyte w zakresie innych umiejętności technicznych, np. posługiwanie się śrubokrętem, sposób wbijania gwoździ, naprawa żelazka elektrycznego i inne.

Aby korelacja pokrewnych przedmiotów była żywym zjawiskiem w procesie nauczania, konieczna jest współpraca całego zespołu nauczycielskiego. Wówczas praktyczne korzyści z nauczania i powiązanie treści przedmiotów ogólnokształcących z potrzebami życia staną się rzeczywistością.

3. NIEZBĘDNE WARUNKI DO NAUCZANIA ŻYWIENIA W SZKOLE

Pomieszczenie przeznaczone do nauczania żywienia musi być dostatecznie obszerne, suche, dobrze oświetlone oraz zaopatrzone w wodę i punkty grzejne. Ściany powinny być czyste i jasne. Wskazane jest zainstalowanie wentylatora.

Jako podstawowe sprzęty należy wymienić:

- 1) stoły, najlepiej dwuosobowe, o wymiarach 120×60 cm, z szeroką kasetą,
- 2) taborety z otwieraną płytą,
- 3) szafy do naczyń i narzędzi,
- 4) szafa do sprzętu porządkowego i środków porządkowych,
- 5) tablica ścienna,
- 6) stojak do plansz.

W szkole każdego typu — niezależnie od stanowiska pracy dla nauczyciela — każdy uczeń musi mieć wydzielone miejsce pracy i niezbędne narzędzia. Do tego celu nie jest konieczne kosztownie wyposażone laboratorium. Indywidualne stoliki-szafki można zastąpić stołami, a narzędzia pracy i naczynia — przechowywać w szafach przeznaczonych do tego celu. Ważne jest jednak, aby każdy uczeń miał odpowiednie warunki pracy, umożliwiające prawidłowe organizowanie i wykonywanie czynności.

Wyposażenie jednego stanowiska kosztuje około 300 zł, jest to koszt narzędzi i naczyń. Oszczędności pod tym względem, jak to potwierdza doświadczenie, powodują żałosne skutki w wynikach nauczania. Sprawą zasadniczą, decydującą o wyszkoleniu młodzieży, jest również odpowiednia ilość surowca przewidzianego do ćwiczeń. Ćwiczenia nie mogą mieć charakteru zabawy, lecz —

między innymi — muszą stanowić podstawę do zaznajomienia się z odpowiednią techniką pracy.

4. OBECNIE STOSOWANE METODY NAUCZANIA PRZEDMIOTU

Nauczanie zawodu, zarówno w technikum, jak i w szkołach zasadniczych, jest prowadzone na lekcjach technologii sporządzania posiłków oraz podczas zajęć praktycznych w zakładzie produkcyjnym. Celem nauczania technologii sporządzania posiłków jest kolejne zaznajomienie młodzieży z prawidłową techniką obróbki wstępnej produktów spożywczych, przygotowaniem półproduktów oraz ich obróbką cieplną, na przykładzie odpowiednio dobranych potraw.

Z nauczania technologii — obok znajomości prawidłowych ruchów i czynności — młodzież powinna wynieść w oparciu o wiadomości z innych przedmiotów zrozumienie zjawisk towarzyszących poszczególnym procesom technologicznym oraz praktyczną umiejętność zachowania w jak największym stopniu wartości odżywczej przyrządzanych potraw.

Wiadomości oraz umiejętności, zdobyte na lekcjach technologii, uczniowie powinni ćwiczyć i utrwalać w czasie zajęć praktycznych. Tematyka zajęć praktycznych powinna być skorelowana z aktualnym tematem technologicznym oraz zawierać pewne elementy utrwalające wcześniej poznany materiał nauczania. Ćwiczenia w zakładzie produkcyjnym powinny być tak prowadzone, aby uczeń poznał dokładnie organizację pracy i stosowane usprawnienia techniczne oraz czuł się jednostką współodpowiedzialną za przebiegający proces produkcyjny.

Niejednokrotnie się zdarza, że nauczanie technologii sporządzania posiłków nie przynosi zamierzonych rezultatów. Należy więc pokrótce zastanowić się nad tym, czy są spełniane zasadnicze warunki, bez których nie może być pozytywnych wyników nauczania tego przedmiotu.

Zakładając:

1) niezbędne wyposażenie stanowisk uczniowskich w narzędzia pracy i sprzęt, 2) odpowiednią ilość materiału do ćwiczeń oraz 3) rzetelne przygotowanie nauczycielki (na podstawie opracowanego planu lekcji) tak w zakresie wiadomości, jak i umiejętności technicznych oraz organizacji lekcji, omówię pokrótce pewne trudności, które — nie dostrzeżone w porę — udaremnią osiągnięcie odpowiednich rezultatów. Pomijając budowę lekcji, przejdę wprost do uwag nad pokazem.

Pokaz techniczny musi być dla ucznia interesujący, pomyślany w taki sposób, aby stawiał przed nim konkretne zagadnienie,

którego rozwiązanie stanowi aktualną potrzebę ucznia. Nauczyciel nie może więc stosować sztywnego schematu przy prowadzeniu pokazów. Pokaz techniczny musi być dla ucznia wzorem pod względem organizacji pracy, prawidłowości techniki oraz trudności formułowania istotnych objaśnień.

Atrakcyjność pokazu wzrasta dzięki utrzymaniu odpowiedniej sprężystości i rytmu przy całkowitym zachowaniu jego instruktywnego charakteru. Osiąga się to przez skrócenie czasu pokazu do koniecznych faz oraz przez powiązanie poszczególnych jego ogniw w zwartą całość.

W czasie prowadzenia pokazu nauczycielka musi umieć utrzymać kontakt psychiczny z grupą, nie może więc całej uwagi skupić na wykonywanych czynnościach. W odpowiednich momentach powinna ona umieć podsyć zainteresowanie i napięcie uwagi uczniów, wykorzystując ich naturalną aktywność. Nauczycielka osiągnie to przez pokazywanie z bliska odpowiednich elementów, polecenie oglądania, dotykania, a czasem nawet kosztowania, przez zezwolenie na indywidualne wypróbowanie sił, powołując również do krótkiego ćwiczenia, wreszcie przez odwoływanie się do osobistych doświadczeń uczniów, modulację głosu i inne tego rodzaju środki.

Do błędów najczęściej popełnianych podczas pokazu należy zaliczyć:

- 1) za duży wybór potraw,
- 2) wykonywanie etapami kolejno kilku potraw,
- 3) niedostateczne przygotowania faz pośrednich, skracających czas pokazu,
- 4) zbyt wolne tempo pokazu,
- 5) złą widoczność miejsca pracy nauczycielki,
- 6) niedostateczne zmobilizowanie uwagi uczniów wskutek niedociągnięć organizacyjnych,
- 7) brak kontaktu psychicznego, wynikający z nieumiejętności zainteresowania tematem,
- 8) brak pogładowości mimo stosowania metody pokazowej wskutek niewdrożenia uczniów do czynienia spostrzeżeń,
- 9) brak żądania od uczniów uzasadnienia danych procesów lub zjawisk oraz — w razie potrzeby — odpowiedniego naprowadzenia.

Ćwiczenia przyrodnicze w niektórych tematach poprzedzają pokaz techniczny. Celem tych ćwiczeń jest:

- 1) pogłębienie wiadomości ucznia przez doświadczalne sprawdzenie pewnych zjawisk,
- 2) uzasadnienie konieczności wiązania wiedzy teoretycznej z działaniem praktycznym.

Ćwiczenia przyrodnicze powinny być przeprowadzane spraw-

nie, co jest uzależnione od umiejętności ich doboru, wstępnego zbadania materiału ćwiczebnego oraz dobrej organizacji. Zależnie od tematu ćwiczenia te mogą przebiegać bądź jako demonstracja, bądź jako wykonywane grupowo pod kierunkiem nauczyciela. Ćwiczenia spełnią swe zadanie, gdy zostaną z nich wyciągnięte wnioski, które będą następnie wykorzystane w dalszym toku lekcji.

Ćwiczenia techniczne, stosowane w nauczaniu technologii, można podzielić na:

- 1) ćwiczenia zaznajamiające uczniów z nową techniką,
- 2) ćwiczenia usprawniające w poznanej technice,
- 3) ćwiczenia sprawdzające stopień sprawności technicznej oraz stosowanie wiadomości teoretycznych.

1. Ćwiczenia zaznajamiające ucznia z nową techniką mają ogromne znaczenie w nauczaniu. Muszą one odbywać się bezpośrednio po pokazie lub demonstracji, przeprowadzonej przez nauczyciela, a nie „za kilka dni”, przy tym muszą być prowadzone systemem formalnym. Ćwiczenia te nie mogą odbywać się na symbolicznej ilości materiału. W oparciu o stółkę szkolną należy dla jednego ucznia przygotować przynajmniej po pół kilograma warzyw, mąki do zrobienia klusek lub ciasta drożdżowego, mięso na pięć kotletów itd. Podczas wykonywania ćwiczeń nauczyciel musi bezwzględnie wymagać poprawnej organizacji pracy, właściwego doboru narzędzi, stosowania prawidłowych ruchów, przestrzegania dobrej postawy, porządku oraz oszczędności surowca.

2. Stosowanie ćwiczeń usprawniających w oparciu o znane uczniowi wiadomości i umiejętności ułatwia zdobycie potrzebnych sprawności. Sprawność techniczna polega na zsynchronizowaniu (czyli współwystępowaniu) bodźców nerwowych i odpowiednich ruchów mięśni. Stanowi to podstawę szkolenia produkcyjnego i jest jednym z ważniejszych odcinków pracy nauczyciela. Wytwarzanie nawyków, czyli zautomatyzowanych czynności, umożliwia sprawne wykonywanie zawodu. Przez nabycie nawyków w wykonywaniu poszczególnych czynności produkcyjnych zmniejsza się wysiłek i napięcie psychiczne. Nawykowe opanowanie czynności zawodowych umożliwia skierowanie myśli i energię na zagadnienie zmierzające do ulepszenia metod pracy, powoduje doskonalenie oraz postęp.

3. Trzeci rodzaj ćwiczeń (tzw. ćwiczenia sprawdzająco-organizowane) następuje po przerobieniu określonej partii materiału. Tematy do tego typu ćwiczeń, jako obejmujące całość cyklu, powinny dawać okazję do sprawdzenia, czy uczniowie w należyтым stopniu opanowali wiadomości teoretyczne i umiejętności techniczne z danego zakresu, czy umieją je zasto-

sować w praktyce, uwzględniając zarazem aspekt ekonomiczny oraz właściwą organizację pracy.

Realizowanie programu technologii sporządzania posiłków w wyżej wymieniony sposób wymaga od nauczyciela dużego nakładu czasu, energii oraz inwencji. Zapewnia ono jednak osiągnięcie pozytywnych rezultatów u ogółu uczniów. Przy przejściu do przyrządzania 50 i więcej porcji potraw z danej grupy, znanej uczniowi z lekcji technologii, młodzież nie napotyka na trudności, wprost przeciwnie — wykazuje dużą samodzielność i umiejętność organizowania pracy oraz poprawność techniczną.

Zajęć prowadzonych w zakładach produkcyjnych nie będę omawiała. Przejdę obecnie do zagadnień związanych z nauczaniem racjonalnego żywienia w ramach przedmiotu zwanego gospodarstwem domowym i postaram się wykazać zasadnicze różnice.

Wśród zagadnień gospodarstwa domowego żywienie rodziny wysuwa się na plan pierwszy. Do racjonalnego żywienia wszystkich domowników jest potrzebna:

- 1) znajomość zasad higieny żywienia,
- 2) umiejętność jakościowej oceny produktów spożywczych i warunków ich przechowywania,
- 3) znajomość zasadniczych procesów technologicznych oraz podstawowych technik kulinarnych,
- 4) umiejętność planowania codziennych posiłków zgodnie z normami produktów spożywczych, pokrywającymi zapotrzebowanie organizmu na składniki pokarmowe, w oparciu o realny budżet rodziny,
- 5) wykorzystywanie urządzeń usprawniających pracę oraz gotowych półproduktów,
- 6) dobór potraw z uwzględnieniem ich pracochłonności,
- 7) umiejętność wykorzystywania pomocy domowników w wykonywaniu zajęć domowych i na tym tle odpowiednie rozplanowanie w czasie czynności związanych z zakupem produktów oraz przyrządzaniem posiłków.

Aby zdrowo, ekonomicznie i poprawnie żywić rodzinę, nie wystarczy współczesnej kobiecie umiejętność przyrządzania smacznych potraw oraz dobra organizacja zajęć domowych. W toku nauczania racjonalnego żywienia musi ona zrozumieć, jak ważną rolę spełnia właściwe żywienie człowieka we wszystkich okresach jego życia, jakie są indywidualne skutki błędów żywieniowych, jak niejednokrotnie mają one wpływ na stan żywotny całych grup ludności oraz jaka jest jej osobista odpowiedzialność za stan odżywiania rodziny i najbliższego środowiska.

Ucząc racjonalnego żywienia, musimy więc mieć przede wszystkim na uwadze zdrowie człowieka oraz utrzymanie jego pełnej sprawności fizycznej i umysłowej.

Takie postawienie problemu wymaga od instruktorki i nauczycielek żywienia nie tylko szerokiego zakresu wiedzy oraz umiejętności technicznych, ale także gruntownego przemyślenia całego zagadnienia, ustalenia właściwego poglądu i na tym tle doboru takich metod nauczania, które zapewnią młodzieży teoretyczne poznanie zasad racjonalnego żywienia oraz praktyczną umiejętność wykonywania codziennych posiłków zgodnie z teoretycznymi, ekonomicznymi i organizacyjnymi przesłankami.

W chwili obecnej sprawą bardzo istotną staje się zachowanie odpowiednich proporcji między zakresem wiadomości teoretycznych i umiejętności technicznych. Jeśli młoda dziewczyna ma w domu rodzinnym poprawić dotychczasowy stan żywienia, musi ona dobrze zestawić posiłek, dobrze go skalkulować i wykonać w prawidłowy sposób, tak aby została zachowana jego wartość odżywcza. Jeśli bowiem nie wykaże się ona praktyczną umiejętnością, nie pozyska zaufania domowników do proponowanych nowości. Dziewczyna ta nie utrwalwszy wiadomości w praktycznym działaniu, po niedługim czasie wiele z nich zapomni i w przyszłości nie będzie miała odwagi do podejmowania nowych prób praktycznych.

Toteż w całokształcie nauczania racjonalnego żywienia dobór odpowiednich ćwiczeń technicznych i właściwa ich organizacja, poprzedzona demonstracją wzorowych ruchów, spełnia niepoślednią rolę. Młodzież uczy się właściwego organizowania miejsca pracy, doboru odpowiednich narzędzi oraz oszczędności czasu i wysiłku, wynikającej z eliminowania zbędnych ruchów, tak charakterystycznych dla osób nie znających ruchów znormalizowanych, typowych dla danej czynności. Wykonywane przez młodzież czynności techniczne nabierają stopniowo właściwego rytmu i stają się podstawą do nabywania sprawności.

Aby uwzględnić zagadnienie racjonalnego żywienia rodziny na tle innych zagadnień związanych z gospodarstwem domowym przy bardzo ograniczonej ilości czasu (32 jednostki lekcyjne), należy nie tylko bardzo starannie przemyśleć i dobrać materiał nauczania, ale również dysponować odpowiednim zestawem pomocy naukowych, ilustrujących te zagadnienia oraz podsumowujących pewne cykle. Sprawa utrwalenia wiadomości przy bardzo ograniczonym czasie nasuwa szczególne trudności. Nauczanie racjonalnego żywienia rodziny należy prowadzić na tle potrzeb danej grupy młodzieży i jej środowiska. W tym celu konieczne jest zebranie informacji o sposobie życia poszczególnych rodzin, ich warunkach materialnych i przyzwyczajeniach żywieniowych oraz wysunięcie wniosków odnośnie błędów najczęściej popełnianych w żywieniu. Jeśli na przykład ogół młodzieży i ich rodzin korzystają z obiadów stołowych, wówczas celowe staje się

przeanalizowanie kilku typowych jadłospisów tych stołówek oraz wyciągnięcie wspólnie z młodzieżą wniosków dotyczących ich wartości odżywczej i ustalenie sposobów uzupełniania tych wartości w pozostałych posiłkach spożywanych w domu.

5. MOMENTY WYCHOWAWCZE, WYNIKAJĄCE Z NAUCZANIA RACJONALNEGO ŻYWIENIA

Procesu nauczania nie można oddzielić od oddziaływania zmierzającego do kształcenia uczuć i woli wychowawca. Nauczanie każdego przedmiotu powinno być nauczaniem wychowującym, obejmującym całą osobowość ucznia, a nie tylko władze poznawcze. Przy nauczaniu racjonalnego żywienia istnieją liczne sytuacje, które ułatwiają oddziaływanie wychowawcze ze strony nauczyciela i grupy koleżeńskiej.

Umiejętny sposób prowadzenia przedmiotu żywienia dopomaga młodzieży do wyrobienia takich cech charakteru, jak prawdomówność, punktualność, wytrwałość, odpowiedzialność i współodpowiedzialność, uprzejmość, gościnność oraz umiejętność pracy w zespole; wyrabia także poczucie odpowiedzialności za żywienie własne oraz innych ludzi. Zajęcia z tego zakresu są również okazją do kształtowania wielu nawyków kulturalnych, np. przestrzeganie wskazań sanitarnych przy przyrządzaniu posiłków, utrzymywanie higieny osobistej, dbanie o estetyczny wygląd potraw i estetykę wykonywanych czynności, umiejętność poprawnego jedzenia oraz kulturalnego zachowania przy stole, poszanowanie urządzeń, oszczędność surowca i narzędzi, docenianie znaczenia pracy fizycznej itd. Zajęcia z zakresu gospodarstwa domowego, a wśród nich również — z zakresu żywienia, nadają się w szczególności do rozwijania uczuć estetycznych, kształtowania poczucia piękna oraz umiłowania harmonii i ładu.

Apolonia Użelowa
Ministerstwo Rolnictwa

Nauczanie żywienia rodziny w szkołach rolniczo-gospodarczych

1. WSTĘP

Szkoły rolnicze, z uwagi na specyficzny charakter środowiska wiejskiego oraz jego odmienne warunki gospodarczo-społeczne, tworzyły zawsze i tworzą dział szkolnictwa zamknięty, różniący się często od innych szkół zawodowych organizacją nauczania oraz wewnętrzną strukturą. Szkołami tymi kieruje Ministerstwo Rolnictwa od chwili powstania Polski Ludowej.

W obecnym okresie szkoły rolnicze są prowadzone na poziomie średnim i niższym. Liczba tych szkół przedstawia się następująco:
184 techników rolniczych z liczbą młodzieży 23 000,
220 niższych szkół rolniczych z liczbą młodzieży 5 500.

Szkoły niższe są organizowane jako roczne, dwuzimowe oraz specjalizujące — jak ogrodnicze i rybackie.

Programy nauczania szkół rocznych i dwuzimowych są zróżnicowane dla chłopców oraz dla dziewcząt.

Liczba szkół rolniczo-gospodarczych wynosi 75 z liczbą młodzieży 2100. W planie perspektywnym przewiduje się zwiększenie liczby tych szkół, tak aby w każdym powiecie była jedna szkoła dla dziewcząt i jedna dla chłopców.

Do szkół tych jest przyjmowana młodzież starsza, w wieku 16—25 lat, z ukończoną szkołą podstawową, pochodząca z gospodarstw uspołecznionych i indywidualnych.

Zadaniem szkół rolniczo-gospodarczych jest:

1) praktyczne przygotowanie młodzieży do prowadzenia prac w gospodarstwie rolnym, ze szczególnym zwróceniem uwagi na produkcję ogrodniczą i hodowlaną, z uwzględnieniem sposobów i środków zmierzających do podniesienia ogólnej produkcji rolnej;

2) praktyczne przygotowanie dziewcząt do racjonalnego żywienia rodziny i prowadzenia całego gospodarstwa domowego, z uwzględnieniem zasad organizacji pracy, ekonomicznego wykorzystania produktów, nowoczesnej techniki oraz podstawowych zasad higieny;

3) zaznajomienie uczennic z podstawowymi założeniami wychowania dzieci i młodzieży.

Tak sprecyzowane zadania szkół wypływają z zadań i zakresu prac kobiet na wsi.

Wiadomo, że działalność gospodyni wiejskiej nie ogranicza się jedynie do prowadzenia i kierowania gospodarstwem domowym. Bierze ona udział w wielu pracach związanych z prowadzeniem gospodarstwa rolnego: pracuje przy uprawach polowych, prawie wyłącznie zajmuje się niektórymi działami hodowli zwierząt, a uprawa warzyw na potrzeby żywienia rodziny w większości przypadków należy do niej. Ponadto kobieta na wsi kieruje wychowaniem dzieci oraz bierze udział w pracach polityczno-społecznych i kulturalnych wsi.

Realnymi potrzebami środowiska tłumaczy się dobór przedmiotów zawodowych w szkołach rolniczo-gospodarczych. Obejmują one przedmioty dotyczące prowadzenia gospodarstwa rolnego i gospodarstwa domowego oraz wychowania dzieci.

Przedmiotami, które zaznajamiają młodzież z problematyką gospodarstwa rolnego, są: rolnictwo, hodowla, ogrodnictwo oraz

organizacja i prowadzenie gospodarstwa rolnego. Do zakresu gospodarstwa domowego należą przedmioty: żywienie rodziny, zaopatrywanie rodziny w odzież oraz urządzenie i prowadzenie gospodarstwa domowego. W celu zaznajomienia dziewcząt, przyszłych matek, z podstawowymi zasadami wychowania dzieci, jest przewidziany przedmiot: wybrane wiadomości z pedagogiki.

Układ i tematyka programowa poszczególnych przedmiotów jest ściśle związana z przyszłą praktyczną działalnością zawodową oraz uwarunkowana potrzebami społeczno-gospodarczymi określonego środowiska wiejskiego.

Zakłada się, że absolwentki szkół powinny w perspektywie widzieć urządzenie i prowadzenie gospodarstwa domowego na innych zasadach niż obecnie. Dlatego takie zagadnienia, jak racjonalne urządzenie domu ze szczególnym uwzględnieniem wymagań sanitarno-higienicznych oraz z zastosowaniem nowoczesnych urządzeń i narzędzi zmechanizowanych, planowanie oraz organizacja pracy, a także rachunkowość, znalazły swoje odbicie w poszczególnych programach z zakresu gospodarstwa domowego.

Z uwagi na przyszłą działalność absolwentek w organizacjach społeczno-gospodarczych programy — między innymi — uwzględniają znaczenie i rozwój sieci wszelkiego rodzaju usług wpływających na ułatwienie pracy domowej.

2. ZAGADNIENIE ŻYWIENIA RODZINY W PROGRAMIE NAUCZANIA

Spośród wszystkich programów z przedmiotów gospodarstwa domowego najbardziej szeroko praktykowano program z zakresu żywienia rodziny. Na przykład w planie nauczania w szkole rocznej na ogólną liczbę 520 godzin przewidzianych na nauczanie gospodarstwa domowego 305 godzin przeznaczono na realizację programu z zakresu żywienia.

Na cele i zakres tego programu wywarły wpływ przede wszystkim potrzeby wsi w zakresie odżywiania ludności.

Najczęstszym niedoborem pokarmowym jest częściowy brak witaminy C, stwierdzony u około 40% badanych dzieci miejskich i około 55% dzieci wiejskich. Badania dzieci w jednej ze szkół wiejskich na Podlasiu wykazały niedobór wagi i za niski wzrost u prawie wszystkich dzieci. Również stwierdzono wysoki procent próchnicy zębów (przeciętnie na jedno dziecko przypada około 5 zębów spróchniałych). Ponadto liczne skrzywienia kręgosłupa, zniekształcenia pokrzywiczne i wadliwa postawa ciała dostatecznie wyraźnie świadczą o niewłaściwym żywieniu dzieci wiejskich.

Na seminarium żywieniowym dr H. Brózik i dr H. Rafalski w referacie: „Stan odżywiania dzieci wiejskich w województwie

łódzkim” — stwierdzili, że żywienie dzieci, zarówno niemowląt, jak i dzieci w wieku przedszkolnym oraz szkolnym, wykazuje niedobory białka zwierzęcego, niektórych soli mineralnych i witamin. W związku z tym u znacznej części dzieci wiejskich występuje większe upośledzenie rozwoju fizycznego niż u dzieci z miasta, wiele chorób wynikających z tych niedoborów, jak krzywica, niedokrwistość i próchnica zębów, oraz więcej zachorowań ogólnych, mających związek ze zmniejszoną odpornością całego ustroju.

W świetle powyższych faktów umiejętność gospodarowania środkami spożywczymi, zarówno co do ich ilości oraz jakości, jak i odpowiedniego doboru w celu zaspokajania potrzeb organizmu ludzkiego, ma szczególne znaczenie. Wiadomo, że w warunkach środowiska wiejskiego główny ciężar i odpowiedzialność za odżywianie rodziny spoczywa na barkach kobiety.

Od wiedzy i umiejętności w zakresie żywienia człowieka, posiadanych przez kobietę będzie zależało, czy przyrządzane przez nią posiłki będą zaspokajały głód w rozumieniu ilościowym, czy też będą w pełni zaspokajały potrzeby organizmu ludzkiego.

Dlatego młodzież w ciągu nauki szkolnej powinna poznać podstawowe składniki pokarmowe i ich rolę w żywieniu człowieka oraz zapotrzebowanie organizmu ludzkiego na te składniki, a także umieć obliczyć ich ilość w produktach spożywczych, z których przyrządza się posiłki. Ponadto młodzież powinna opanować wiadomości z technologii i praktycznie zaznajomić się z podstawowymi procesami technologicznymi, zapewniającymi zachowanie pełnej wartości odżywczej produktów w przygotowanych potrawach. W efekcie zaś powinna ona nabyć praktyczne umiejętności prawidłowego układania jadłospisów w zastosowaniu do pór roku, potrzeb członków rodziny oraz możliwości finansowych.

Dużym sukcesem szkoły będzie, jeżeli młodzież na podstawie umiejętności planowania artykułów spożywczych, niezbędnych do racjonalnego odżywiania, potrafi wyciągnąć wnioski w sprawie konieczności rozszerzenia niektórych gałęzi produkcji w gospodarstwie rodzicielskim, jak np. zwiększenie produkcji zwierzęcej z uwagi na niedostateczne spożycie mleka oraz przetworów mlecznych albo zwiększenie produkcji warzyw i owoców oraz rozszerzenie ich asortymentu przez założenie warzywnika, sadu lub jagodnika ze względu na niedobór witamin i soli mineralnych w żywieniu rodziny.

Zagadnienie równomiernego zaopatrzenia rodziny — niezależnie od pór roku — w produkty żywnościowe z zachowaniem ich pełnej wartości odżywczej, zwłaszcza w produkty dostarczające witamin, zostało uwzględnione w programie dość szeroko w punk-

tach dotyczących przechowywania i konserwowania środków spożywczych.

W programie tym zwraca się ponadto uwagę na utrwalanie środków spożywczych metodami dostępnymi w warunkach środowiska wiejskiego oraz uwzględnia utrwalanie i konserwowanie produktów, które w warunkach określonego gospodarstwa są korzystne z punktu widzenia właściwego gospodarowania środkami materialnymi.

O ile w mieście żywienie zbiorowe odgrywa bardzo ważną rolę i wpływa — między innymi — w poważnym stopniu na sposób prowadzenia gospodarstwa domowego, o tyle w warunkach wsi nie znajduje ono w obecnej strukturze gospodarki rolnej dużego zainteresowania. Z uwagi jednak na dożywianie dzieci w szkołach i w przedszkolach oraz bardziej racjonalne prowadzenie stołówek w PGR jest konieczne, aby młodzież zaznałomiła się z tymi zagadnieniami. Dlatego i sprawa żywienia zbiorowego znalazła swoje odbicie w programach nauczania.

3. REALIZACJA PROGRAMU NAUCZANIA

Nie ulega dyskusji, że zrealizowanie celów i zadań każdego programu nauczania zależy od sposobów oraz środków, jakie stosuje się przy jego realizacji.

Omawiany program jest realizowany przez nauczanie lekcyjne i zajęcia praktyczne. Na przykład plan nauczania w szkole rocznej przewiduje 305 godzin, z czego 116 godzin przypada na nauczanie lekcyjne, a 189 godzin — na zajęcia praktyczne. W szkole dwuzimowej okres nauczania zimowego składa się z 76 godzin lekcyjnych i 171 godzin zajęć praktycznych, a w okresie letnim są realizowane wszystkie zagadnienia związane z przetwórstwem owocowo-warzywnym.

Znaczna liczba godzin poświęcona na zajęcia praktyczne, wpływa z samego charakteru szkoły, ponadto ze stosunkowo krótkiego okresu trwania nauki. Dlatego specjalną uwagę zwraca się na to, aby w nauczaniu połączyć teorię z praktyką.

Zakłada się, że nauczanie teoretyczne — między innymi — ma wprowadzić młodzież w zagadnienia wynikające z przerabianych zajęć praktycznych. Jednocześnie uczennice powinny na lekcjach zdobywać potrzebne podstawy naukowe, wpływające na zrozumienie i pogłębienie posiadanych wiadomości praktycznych.

Z uwagi na to w toku realizacji programu zakłada się ścisłą korelację między nauczaniem lekcyjnym, a zajęciami praktycznymi. Dążeniem jest, aby te formy nauczania wzajemnie się uzupełniały.

Duże znaczenie przywiązuje się również do przestrzegania zgod-

ności teorii z praktyką, przede wszystkim podczas zajęć praktycznych. Dlatego zaprojektowany posiłek do wykonania na zajęciach praktycznych w żadnym razie nie może odbiegać od zasad przewidywanych przy układaniu jadłospisów, a przygotowywanie poszczególnych potraw powinno być zgodne z zasadami technologicznymi. Prace wykonywane przez młodzież powinny być oparte na zasadach higieny i organizacji pracy.

W celu wdrożenia młodzieży do bezpośredniego stosowania nabytej wiedzy w życiu codziennym zwraca się dużą uwagę, aby żywienie internatowe nie odbiegało od zasad żywienia, omawianych na lekcji. Dlatego nauczycielka żywienia jest odpowiedzialna za żywienie młodzieży w internacie szkolnym.

Zakłada się, że tak jak łączenie teorii z praktyką w nauczaniu ma wpływ na przyszłą działalność wychowanków, podobnie oddziałuje na ich pracę dostosowanie tematyki poszczególnych przedmiotów do warunków i potrzeb środowiska uczniów.

Szkoły rolniczo-gospodarcze — jak już wspomniałam — są szkołami środowiskowymi, wpływa to w wysokim stopniu na realizację omawianego programu.

Warunki gospodarcze, społeczne i kulturalne danego rejonu decydująco oddziałują na całość gospodarstwa domowego, a w szczególności na żywienie ludności.

Toteż przy nauczaniu żywienia rodziny kładzie się duży nacisk na dostosowywanie poszczególnych części materiału nauczania do warunków i potrzeb określonego środowiska. Na przykład między innymi — zwraca się uwagę na zaznajamianie dziewcząt z potrawami, które w danych warunkach można stosować, uwzględniając w jadłospisach potrawy typowe dla danej okolicy oraz wskazując na konieczność uzupełniania — w razie potrzeby — ich wartości odżywczej. Ponadto w rejonach, gdzie jest niedostateczne spożycie produktów potrzebnych do racjonalnego odżywienia, a szczególnie warzyw, owoców i mleka, zwraca się specjalną uwagę na wdrażanie młodzieży do codziennego i systematycznego spożywania tych produktów.

Przy doborze metod i środków nauczania, tak w prowadzeniu lekcji, jak również zajęć praktycznych, uwzględnia się w każdej szkole, a szczególnie w szkole omawianego typu — zainteresowania młodzieży, jej poziom oraz przygotowanie.

Stwierdza się powszechnie, że dziewczęta przychodzące do szkół wykazują ogromne zainteresowanie nauką z zakresu gospodarstwa domowego, chociaż nie zawsze znajduje to pokrycie w tendencjach programowych poszczególnych przedmiotów, szczególnie w zakresie żywienia. Na przykład większość z nich chciałaby się nauczyć wypiekania luksusowych ciast oraz przygotowywania wykwintnych potraw, natomiast nie rozumie i nie docenia nauki o racjo-

nalnym. żywieniu człowieka w zastosowaniu do życia codziennego. Dąży się przeto, aby nauczyciel zwrócił specjalną uwagę na zainteresowanie młodzieży wiedzą o prawidłowym żywieniu człowieka, tak aby w efekcie wiadomości zdobywane przez uczennice były oceniane jako ważne, pożyteczne i konieczne w życiu.

Jak już poprzednio zaznaczyłam, do szkół tych jest przyjmowana młodzież starsza, o pewnych skryształizowanych poglądach, która ma wiele wiadomości wyniesionych ze szkoły podstawowej i pewien zasób praktycznych umiejętności z poszczególnych dziedzin gospodarstwa domowego. Ma ona również pewne wyrobienie życiowe oraz swój osobisty stosunek do przejawów otaczającego go życia gospodarczego i społecznego.

Na te momenty zwraca się uwagę nauczycieli, sugerując, aby nauczanie opierali na samodzielnej pracy ucznia i rozbudzali na lekcji jego aktywną postawę. Problem kształcenia samodzielnej i aktywnej postawy ucznia znajduje swój wyraz przy nauczaniu wszystkich przedmiotów.

Zakłada się, że nauczanie żywienia rodziny należy opierać na tych samych zasadach.

Chcemy, aby nauczyciele przez dyskusję i przez zadawanie przemyślanych pytań umożliwiali młodzieży samodzielne dochodzenie do określonych wniosków, precyzowanie sądów lub stwierdzanie takich czy innych faktów. W nauce o żywieniu człowieka zwraca się specjalną uwagę na taki właśnie sposób pracy z młodzieżą z uwagi — między innymi — na przyszłą działalność absolwentek w zakresie podnoszenia stanu wyżywienia własnych rodzin jak również oddziaływania na podnoszenie kultury wyżywienia swego środowiska. Umiejętność przekonywania oraz argumentacja w tym zakresie będzie jednym z ważniejszych czynników umożliwiających absolwentkom wprowadzanie chociażby minimalnych zmian w żywieniu ludności na wsi.

Nie będę tu omawiała, jak wielkie znaczenie przywiązuje się do nauczania metodą poglądową przez pokazy, demonstracje, ćwiczenia oraz wycieczki, mimo że istnieją poważne trudności w uzyskaniu pomocy naukowych i odczynników chemicznych potrzebnych do przeprowadzania ćwiczeń.

Do poważniejszych zagadnień, na które zwracamy uwagę przy nauczaniu żywienia rodziny, należy korelacja między poszczególnymi przedmiotami nauczania, a także między lekcjami i zajęciami praktycznymi. Przyjmuje się jako zasadę, że niektóre zagadnienia z dziedziny gospodarstwa rolnego należy zharmonizować z odnośną problematyką z zakresu żywienia człowieka. Na przykład omawianie znaczenia warzyw przy realizacji programu z ogrodnictwa wiąże się z zapotrzebowaniem składników odżywczych dla organizmu ludzkiego. Mówiąc o małej mechanizacji

w hodowli zwierząt nawiązuje się do organizacji pracy gospodyni wiejskiej. Kiedy omawia się rolę białka w organizmie ludzkim, nawiązuje się do roli białka w organizmie zwierzęcym. Również tematykę lekcji wiąże się z zajęciami praktycznymi, np. nauczanie metod przyrządzania potraw realizuje się w miarę opanowywania przez ucznia odnośnych umiejętności praktycznych.

Do niemniej ważnych zagadnień w naszych szkołach należy realizowanie poszczególnej tematyki programowej w dostosowaniu do pór roku i sezonów produkcyjnych w gospodarstwie rolnym, mimo że program zakresu żywienia rodziny jest odpowiednio przystosowany. Na przykład nauczanie przetwórstwa owocowo-warzywnego jest realizowane w okresie dojrzewania owoców lub warzyw, a potrawy z jaj stosuje się w okresie dużej nieśności kur. Tematyka zajęć praktycznych z zakresu żywienia rodziny jest podana grupami produktów i według techniki wykonania. Z uwagi jednak na konieczność umożliwienia uczennicom przyswojenia w ciągu krótkiego czasu zasad prawidłowego układania jadłospisów i umiejętności dostosowania ich do pór roku, wykonywanej pracy, wieku itp. oraz opanowania podstawowych technik przyrządzania potraw — zajęcia obejmują nie tylko pojedyncze potrawy, ale także zestaw określonego posiłku. W tym celu przy zajęciach praktycznych z reguły wykorzystuje się umiejętności uczennic, nabyte na poprzednich zajęciach. W przypadku gdy niektóre potrawy wchodzące w skład posiłku należą do tematów w całości jeszcze nie przerobionych należy ograniczyć się tylko do podania sposobu ich wykonania bez dokładnego omawiania ich wartości odżywczej, użytkowej itp. Na przykład przy przerabianiu tematu „warzywa” nie ogranicza się tylko do posiłku składającego się z samych warzyw ale zestawia jadłospis pełnowartościowy.

Przy realizowaniu programu nauczania w zakresie żywienia rodziny zwracamy uwagę na korzystanie z książki, czasopism i audycji radiowych. Dążymy przede wszystkim do tego, aby młodzież przy powtarzaniu, uzupełnianiu i pogłębianiu wiadomości zdobywanych na lekcji korzystała nie tylko z notatek, ale także z książek pomocniczych, lektury uzupełniającej albo artykułów w czasopismach. W tym celu zwracamy uwagę na zaopatrzenie bibliotek w odpowiednie zestawy książek z uwagi na brak podręczników dostosowanych do tego typu szkół. Ponadto jesteśmy przeciwni dyktowaniu przepisów na przygotowane potrawy, stojąc na stanowisku, że młodzież w czasie zajęć praktycznych powinna korzystać z przepisów zawartych w książce.

4. ZAJĘCIA PRAKTYCZNE

Miejscem nauczania praktycznego z zakresu żywienia rodziny jest pracownia specjalnie do tego celu przeznaczona.

Zakłada się, że każda szkoła rolniczo-gospodarcza powinna mieć pracownię żywienia rodziny, odpowiednio urządzoną oraz wyposażoną w nowoczesny sprzęt i narzędzia pracy. Nie wyklucza to jednak prowadzenia zajęć w kuchni żywienia zbiorowego.

Dużą trudnością w organizowaniu pracowni jest brak odpowiednich pomieszczeń. Szkoły nasze z reguły mieszczą się w budynkach przeważnie nie dostosowanych do potrzeb nauczania, często też nie mających urządzeń kanalizacyjnych. Dlatego istnieją poważne przeszkody w stworzeniu odpowiednich warunków higienicznych, a często również w zaplanowaniu urządzeń, które by umożliwiły właściwą organizację pracy. Ponadto napotyka się na duże trudności w opracowaniu projektu pracowni, chociażby w minimalnym stopniu dostosowanego do potrzeb nauczania w tym typie szkoły.

Zakłada się, że pracownia w warunkach naszych szkół powinna spełniać podwójną rolę: 1) stanowić warsztat nauczania praktycznego, 2) spełniać pewną rolę wychowawczą, stanowić wzór racjonalnie urządzonej kuchni rodzinnej, dostosowanej do warunków i potrzeb określonego środowiska. Z tego względu nasuwa się wiele zasadniczych wątpliwości, np. czy stoliki i biurka stosowane powszechnie w szkołach gospodarstwa domowego są celowe w szkołach rolniczych? Czy używanie ich w szkole przez uczennice może się przyczynić w jakimś stopniu do wyrobienia u młodzieży poglądu na jedną z zasadniczych spraw przy prowadzeniu gospodarstwa domowego, a mianowicie na racjonalny dobór sprzętu do kuchni w domu rodzinnym?

Przy doborze sprzętu i narzędzi do pracowni o wprowadzaniu mechanizacji pracy.

Absolwentki szkół w perspektywie powinny widzieć reorganizację gospodarstw zarówno rolnych, jak i domowych, powinny zdawać sobie sprawę, że jedyna droga, która umożliwi im gospodarowanie na innych zasadach niż obecnie, to wykorzystanie postępu technicznego w organizowaniu wszystkich prac. Dążymy jednak do tego, aby szkoła, wskazując perspektywy rozwojowe, miała ciągle na uwadze warunki tego środowiska, do którego młodzież powróci i w którym będzie pracowała. Dlatego przyjmuje się jako zasadę, że wszelkie narzędzia pracy, urządzenia oraz sprzęt, które z różnych względów nie są jeszcze stosowane w danym środowisku, należy traktować jako pomoce naukowe, służące do przeprowadzania pokazów, demonstracji i ćwiczeń.

W większości gospodarstw wiejskich kuchnia węglowa jest w powszechnym użyciu; dlatego podczas zajęć nie można jedynie korzystać z paleniska elektrycznego lub gazowego.

Zrealizowanie założeń dydaktyczno-wychowawczych przy zajęciach praktycznych w dużej mierze zależy od ich organizacji. Do

podstawowych zagadnień organizacyjnych — między innymi — należy: jednostka metodyczna zajęć, liczba młodzieży w grupie oraz organizacja zajęć.

W szkołach naszych jest powszechnie stosowana 3-godzinna jednostka metodyczna. Zakłada się, że przy organizowaniu zajęć powinno się brać pod uwagę — tak jak we wszystkich poczynaniach szkoły — przyszłe warunki pracy absolwentki w domu, gdzie w toku różnorodnych zajęć gospodarskich nie będzie ona mogła poświęcić wiele godzin na przygotowywanie posiłków. W szkole więc uczennica powinna się nauczyć rozumnego gospodarowania czasem.

Liczba młodzieży w grupie w dużej mierze zależy od pomieszczenia pracowni i jej wyposażenia. Dążeniem Ministerstwa jest, aby w pracowni można było przeprowadzać zajęcia z grupą dość liczną, w granicach 16 — 20 uczennic. W tym celu przewiduje się kredyty na adaptację pomieszczeń oraz na urządzenia odpowiedniej liczby stanowisk pracy.

Aby zapewnić młodzieży w możliwie wysokim stopniu samodzielne wykonywanie określonych zadań, dzieli się grupę uczennic na tyle podgrup, iloma stanowiskami pracy dysponuje pracownia żywienia rodziny. Dąży się do tego aby podgrupa liczyła 3—4 uczennice.

Zajęcia w grupie są tak kierowane, aby młodzież brała jak najszerszy udział w ich organizowaniu. Dlatego — między innymi — każda uczennica pełni kolejno funkcję starszej dyżurnej względnie gospodyni.

Nie trzeba uzasadnić, że każda podgrupa wykonuje ten sam temat przewidziany na dane zajęcia. Zależnie od tematyki zajęć powierza się każdej uczennicy w podgrupie określone zadanie.

W ten sposób organizowane zajęcia w grupie umożliwiają młodzieży bezpośrednie wykonanie wszystkich prac związanych z przyrządzaniem posiłków.

W celu rozwijania wśród młodzieży społecznych form działania oraz wyrabiania umiejętności współpracy w zespole, co dla przyszłej działalności uczennic w organizacjach politycznych, społecznych i gospodarczych nie będzie bez znaczenia, staramy się wykorzystywać na zajęciach praktycznych inicjatywę społeczną młodzieży, wyrażającą się — między innymi — w organizowaniu zespołów konkursowych pod hasłem „kto lepiej — kto więcej” lub innych form zbiorowego współdziałania.

5. PRACA W ŚRODOWISKU

Szkoły rolniczo-gospodarcze, jako szkoły środowiskowe, nie tylko oddziałują na podnoszenie kultury żywienia swego środowiska

poprzez działalność wychowanek, ale także prowadzą własną działalność na tym odcinku.

Pierwszoplanowa praca w tym zakresie jest to praca z rodzicami. Formy tej współpracy są różne. Zakłada się jednak, że na zjazdy rodziców młodzież przygotowuje określony posiłek odpowiednio dobrany pod względem potraw.

Ponadto są wygłaszane pogadanki, szczególnie dla matek, z zakresu żywienia oraz organizowane pokazy przyrządzania podstawowych potraw.

Personel nauczycielski, współpracując z organizacjami społeczno-gospodarczymi, organizuje w szkołach zjazdy, przyjmuje wycieczki, dla których młodzież przygotowuje określone posiłki oraz zajmuje się bufetami na organizowanych zabawach. Ten sposób pracy w pewnym stopniu wywiera wpływ na kulturę żywieniową otoczenia i w dużym stopniu ułatwia realizację programu nauczania, wpływając też na zmniejszenie wydatków na zakupy surowca.

Dużą rolę w propagowaniu kultury gospodarstwa domowego odgrywają wystawy organizowane w większości szkół na zakończenie roku szkolnego. Wystawy te, oprócz celów propagandowych, mają zadania wychowawcze. Zwracamy uwagę, aby np. z zakresu żywienia rodziny były pokazane potrawy lub też całe posiłki jak najbardziej celowo dobrane dla dzieci, zestawy określonych potraw na przyjęcia rodzinne, z kalkulacją kosztów i wartości odżywczych, albo zestawy potraw prostych, ale racjonalnych pod względem wartości odżywczych.

Oprócz wyżej wymienionych działalności każda szkoła współpracuje bezpośrednio z kołem gospodyń wiejskich, organizując pogadanki lub też krótkotrwałe kursy z zakresu żywienia rodziny.

Elsa Haglund

Instruktorka gospodarstwa
domowego FAO Rzym

Pomoce naukowe w nauczaniu gospodarstwa domowego (tłumaczenie z angielskiego)

Wstęp. Powodzenie i skuteczność nauczania zależy nie tylko od znajomości przedmiotu przez instruktora, ale również od umiejętności przedstawienia tematu w sposób zrozumiały oraz przystępny dla słuchaczy.

Proste metody podawania przedmiotu są zwykle najbardziej skuteczne. Główną zasadą jest stwierdzenie, że uczymy się naj-

lepiej poprzez słuchanie, przypatrywanie się i zajęcia praktyczne. Podczas gdy zajęcia praktyczne mogą być stosowane jedynie w małych grupach oraz w niektórych tylko dziedzinach, nauka przez słuchanie i obserwowanie jest jedyną metodą możliwą przy większej liczbie słuchaczy. Jest ona pożyteczna i owocna, jeśli pomoce naukowe są odpowiednio dobrane.

Pomoce naukowe mają wielkie znaczenie zarówno dla instruktora w czasie wykładu, jak i dla słuchaczy. Dobre pomoce naukowe ułatwiają uczniom zrozumienie omawianych zagadnień zapamiętanie ich, a także zastosowanie w praktyce.

Pomoc naukowa powinna służyć określonej celowi: musi wyjaśniać i przekazywać określoną myśl. Powinna ona być prosta, jasna, łatwa do zrozumienia i przyjemna dla oczu, powinna także być dostatecznie dużych rozmiarów, aby wszyscy mogli ją dobrze zobaczyć.

Dobry wykład powinien pobudzić słuchaczy do odpowiedzi, zainteresować ich i zapewnić możliwość czynnego udziału w lekcji. W zależności od stosowanych metod nauczania wyniki są różne.

Badania tego zagadnienia przynoszą nam dosyć dokładne dane co do reakcji ze strony uczących się na różne metody. 10—15% studiujących uczy się poprzez lekturę materiału, 20—25% — poprzez słuchanie, 30—35% — przez przypatrywanie się, 50% — przez słuchanie i przyglądanie się, a prawie 90% — gdy wszystkie zmysły są zaangażowane i gdy słuchacze biorą czynny udział w lekcji.

Dobre pomoce naukowe pomagają słuchaczom w skupieniu uwagi, dlatego muszą być stosowane w sposób zapewniający widoczność całego audytorium. „Pomoc nie widziana dokładnie jest gorsza od żadnej”

Istnieje wiele różnych typów pomocy wizualnych. Niektóre z nich są pomocne przy wykładzie lub pogadance (np. „tablica produktów ochronnych”), inne zwracają uwagę na kwestie szczególnie ważne przy pokazach (np. karty z hasłami). Niektóre pomoce „mówią same za siebie”, jak plakaty, które przyciągają uwagę pacjentów klinik, ludzi na placach targowych itd.

Rozumiejąc znaczenie pomocy wizualnych w nauczaniu, coraz więcej instytucji państwowych udostępnia je swoim pracownikom. W wielu krajach europejskich istnieją specjalne biura w resortach rolnictwa, oświaty i zdrowia, odpowiedzialne za produkcję pomocy wizualnych. Pomoce takie są rozprowadzane do szkół, placówek służby oświaty rolniczej, ośrodków zdrowia itd.

Przedsiębiorstwa i firmy przemysłowe w wielu krajach produkują pewną ilość pomocy wizualnych w celu propagowania swojej produkcji. Niektóre firmy produkują na przykład pomoce dotyczące ogólnego zagadnienia, bez specjalnej reklamy swojej pro-

dukcji, należy być jednak ostrożnym przy ich stosowaniu. Pomoc takie mogą być pożyteczne w pracy nauczycielskiej, szczególnie gdy nadają się do stosowania na flanelografie.

Pomoc naukowa musi jednakże być dobrze przystosowana do tematu i do danego rejonu lub kraju. Dlatego instruktor i jego współpracownicy muszą niekiedy sami przygotowywać pomoce naukowe. Ma to pewne dobre strony, gdyż konstruowanie pomocy może być też jednym ze sposobów uczenia się. Nauczyciele, którzy robią sami pomoce wizualne zwykle lepiej rozumieją sposób ich stosowania. Są różne rodzaje pomocy wizualnych, użytecznych w nauczaniu gospodarstwa domowego, ale wspomnimy tylko o kilku.

Ekspozyty naturalne. Zalecamy demonstrowanie ekspozytów naturalnych jako najlepszych. Pokaz świeżych artykułów spożywczych oraz porównanie z innymi, w gorszym gatunku, jest lepszą „pomocą” niż obrazek, jeśli tylko słuchacze mogą wyraźnie widzieć dany przedmiot i jego cechy charakterystyczne. Przy dużej liczbie słuchaczy bardziej skuteczny może być obrazek dużych rozmiarów. Lustro umieszczone w taki sposób, aby odbijało demonstrowany przedmiot, może umożliwić zobaczenie pokazu słuchaczom siedzącym na końcu sali.

Pożyteczne jest umożliwienie dotknięcia produktów demonstrowanych w celu bardzo dokładnego zbadania ich cech charakterystycznych.

Przy omawianiu umeblowania i sprzętu same te przedmioty są najlepszą pomocą. Łatwiej można się nauczyć, na co powinno się zwracać uwagę przy kupnie krzesła, jeśli mamy możliwość odwrócenia krzesła i zbadania jego konstrukcji. Pokaz noży kuchennych, które słuchacze mogą oglądać, a nawet wypróbować jaśniej uwypukli wszystkie ich zalety niż tylko sam wykład.

Modele mogą być uproszczonymi reprodukcjami lub miniaturami przedmiotów naturalnych (np. umeblowania, domów wiejskich i zagród). Mogą one świetnie pokazać sposoby oszczędzania powierzchni, szczególnie jeśli przedmioty można przesuwac.

Pisanie i rysowanie na tablicy. To pomoc naukowa, dobrze nam znana ze szkolnych czasów, powinna być częściej stosowana w programie nauczania dorosłych. Nauczyciel lub ktoś ze słuchaczy może wypisać na tablicy zasadnicze punkty dyskusji albo wykonać proste rysunki ilustrujące wykład. Nawet bez specjalnych zdolności można rozwinąć dostateczną umiejętność rysowania, aby zobrazować słuchaczom treść wykładu. Tablice należy wykonywać z takiego surowca, aby można było je zwinąć w celu łatwiejszego przeniesienia z miejsca na miejsce.

Tablice do przypinania. Tablice wykonane z prasowanej tektury lub fibry służą jako spód i tło obrazków, próbek materiałów, ma-

łych przedmiotów sprzętu itd. Mogą one również służyć jako spód do arkuszy papieru, na których pisze się lub rysuje, gdy nie ma tablicy szkolnej.

Flanelografy. Podstawą konstrukcji flanelografu jest przyleganie filcu, flaneli lub papieru ściernego do kawałka szorstkiej flaneli, umocowanego na sztywnym spodzie. Flanelografy są najbardziej celowe przy konstruowaniu obrazu z poszczególnych elementów z jednoczesnym zapytywaniem słuchaczy o zdanie i pokazywaniem im każdego szczegółu. Flanelografy mogą ilustrować ruch. Przez dodawanie, zmianę i usuwanie części obrazu mówca może lepiej przekazać słuchaczom swoje myśli.

Karty i bloki z hasłami są to niedrogie pomoce, użyteczne do ilustrowania specyficznych zagadnień podczas pogadanki lub pokazu. Na kartach umieszczamy hasło, które chcemy utrwalić w pamięci słuchaczy albo podkreślić jego znaczenie (np. „żywienie niemowląt”, „mleko w szkole”), po prostu starannie wypisane na kartonie, aby całe audytorium mogło je widzieć. Bloki z hasłami są wykonane na zasadzie kalendarza (tzn. hasła są wypisane na kilku spiętych razem arkuszach, które możemy kolejno odwracać).

Tablice i wykresy używane są do przedstawiania liczb, zobrazowania i porównania danych liczbowych itp. Istnieją różne rodzaje tablic i wykresów:

- 1) wykres słupkowy (np. trzy rodzaje śniadań),
- 2) wykres kołowy (np. wydatki na utrzymanie rodzin o różnych zarobkach),
- 3) wykres liniowy (np. zmiany w przychodzie i wydatkach w różnych stadiach życia),
- 4) wykres obrazkowy (który ilustruje dane za pomocą symboli lub obrazków, np. ile potrzeba mleka).

Plakaty mogą być kombinacją wykresów i ilustracji, zaopatrzonych w krótkie objaśnienia, lub mogą zawierać jedynie napisy. Chociaż plakaty nie wymagają omówienia, powinny być regularnie zmieniane. Plakat oglądany przez długi czas traci atrakcyjność.

Zdjęcia mogą być pożyteczną pomocą wizualną, gdy przedstawiają czynność (np. pracę w ogrodzie), obrazują samopoczucie (np. dzieci szkolne, pijące chętnie mleko), przedstawiają przedmioty lub ich szczególne cechy (np. osoba pracująca na desce o odpowiedniej wysokości) itp.

Filmy mogą być cenną pomocą naukową w połączeniu z innymi metodami nauczania, szczególnie gdy liczba słuchaczy jest duża. Ludzie, u których instruktor nie znajdzie zrozumienia, mogą przyswoić sobie wiadomości przez film i pamiętać je dłużej. Film powinien być poprzedzony wstępnym komentarzem, a po wyświetle-

niu powinna nastąpić dyskusja. Ponowne wyświetlenie tego samego filmu może dać dobre rezultaty, gdyż po dyskusji można za- uważać wiele nowych, ważnych szczegółów.

Przezrocza mają tę dobrą stronę, że można je przerywać, kiedy trzeba wytłumaczyć bardziej dokładnie jakieś zagadnienie lub uzyskać bardziej czynny udział słuchaczy.

Wystawy wzbudzają zainteresowanie i mogą być bardzo skuteczne, np. podczas rocznych zjazdów urządzanych przez organizacje kobiece w celu pokazania szerokiej publiczności ostatnich osiągnięć ich działalności. Wystawy ruchome, demonstrujące np. zestaw urządzeń dla gospodarstwa domowego lub asortyment różnych tekstyliów oraz mydeł i środków piorących, odpowiednich dla różnego typu materiałów, są bardzo pomocne w pracy instruktorki gospodarstwa domowego.

Przygotowanie pomocy naukowych. Przed przystąpieniem do przygotowania pomocy wizualnej wykonawca powinien zdać sobie sprawę, dla jakich słuchaczy będzie ona przeznaczona i w jakim momencie będzie używana. Obrazki i napisy muszą być czytelne z najbardziej odległych miejsc na sali. Aby zapewnić dobrą widoczność przy odległości 10 m, litery muszą mieć ok. 2 cm wysokości i około 3,5 mm grubości. Przy odległości 20 m wysokość liter musi wynosić 4 cm, a ich grubość — 7 mm.

Flanelograf. Potrzebne materiały: kawałek czarnej lub ciemnozielonej flaneli szerokości 90 cm i długości 100 cm oraz kawałek grubej tektury, dykty lub fibry, mniejszy o ok. 2,5 cm, niż flanela. Należy napiąć flanelę na tekturę, zawinąć brzegi materiału za krawędzie tektury, przymocować flanelę za pomocą pinesek lub małych gwoździków oraz przykleić jej brzegi z tyłu tablicy paskami papieru powleczonymi klejem. W ten sposób flanelograf jest gotowy do użycia. Praktycznie jest przybić tablicę do drewnianej ramy z trójkątną podórką tak, aby można było ustawić flanelograf na stole przed słuchaczami.

Przedmioty demonstrowane na flanelografie powinny być białe lub w jaskrawych kolorach, tak aby były dobrze widoczne. Napisy wykonuje się dużymi, drukowanymi literami.

Demonstrowane przedmioty muszą być podklejone u tyłu nie-drogą flanelą w dowolnych kolorach, kawałkami filcu lub papierem ściernym średniej grubości. Jeśli stosujemy papier ścierny, przedmioty mogą być podklejone całkowicie, ale większe powierzchnie podklejamy przeważnie tylko częściowo, aby nie były zbyt ciężkie. W celu uniknięcia zwijania się brzegi przedmiotów należy podklejać paskami papieru ściernego.

Gdy używamy do podklejania flaneli, smarujemy klejem spody przedmiotów i umieszczamy je jak najbliżej siebie na materiale, aby uniknąć jego marnotrawstwa. Po umieszczeniu na flaneli

przedmioty przyciskamy książkami lub obciążamy w inny sposób, aby się dobrze przykleiły, jest to konieczne i zapobiega marszczeniu się. Jedynie powierzchnie płaskie dobrze przylegają do flanelografu. Po wyschnięciu kleju wycinamy przedmioty nożyczkami. Trzymamy je w teczkach lub pudełkach, starannie posegregowane.

Jak posługiwać się flanelografem? Flanelograf należy umieścić na tablicy lub w ścianie albo postawić na mocnym stole. Jeśli to możliwe, należy wybierać miejsce bezwieczne, aby demonstrowane z wycinanki nie zostały zdmuchnięte.

Flanelograf powinien znajdować się w miejscu jasno oświetlonym. Należy się upewnić, czy jest on umieszczony dość wysoko, aby go wszyscy dobrze widzieli, jednakże w zasięgu ręki wykładowcy. Demonstrowane przedmioty powinny być uprzednio przygotowane w kolejności ich przedstawiania, tak aby pokaz odbywał się bez zbędnych przerw. Trzeba uważać, aby nie zasłaniać sobą flanelografu.

Plakaty, tablice itp. Przy przygotowaniu plakatów trzeba postępować według tych samych zasad. Ważne jest, aby:

1) tablice były dostatecznie duże, o rozmiarach co najmniej 50×70 cm,

2) omawiać na jednym plakacie tylko jedno zagadnienie i przedstawiać go w sposób prosty,

3) starannie rozmieszczać rysunki i napisy,

4) stosować proste liternictwo,

5) używać barwy czarnej na białym tle albo zielonej, czerwonej lub niebieskiej na białym tle,

6) unikać mieszanych barw w liternictwie,

7) unikać zbyt dużej liczby kolorów,

8) upraszczać pracę przez użycie na wykresy kolorowych wstążek lub pasków kolorowego papieru itp.

Przygotowanie niektórych pomocy wizualnych jest czasochłonne i przepracowany nauczyciel musi nieraz ograniczyć się do pomocy, które mogą być łatwo wykonane, oraz do takich, które mogą być stosowane wielokrotnie i do różnych celów, jak np. przedmioty demonstrowane na flanelografie.

Chociaż nie wszyscy mają zdolności artystyczne, zadziwiające jest, jak wiele osób rozwija uzdolnienia w produkowaniu atrakcyjnych pomocy naukowych. Taka pomoc wizualna zwykle nie jest jeszcze doskonała przy pierwszym lub drugim jej wykonaniu, lecz pierwszy krok i wysiłek jest konieczny.

Pomoc naukową należy wypróbować przed demonstrowaniem jej słuchaczom. Czy spełnia swoje zadanie? Czy obrazuje najważniejsze problemy zamierzonego wykładu? Czy jest widoczna z oddległego miejsca w pokoju? Czy napisy są czytelne?

Nauczyciel, który zna dobrze swój przedmiot i wie, jakie zagadnienia powinna dana pomoc ilustrować, może jednak ze zdziwieniem skonstatować, że słuchacze inaczej rozumieją przedstawiane przedmioty, niż się tego spodziewał. Dlatego powinniśmy zbadać, czy nasze pomoce naukowe wywołują spodziewane reakcje, czy ułatwiają naukę i przynoszą zamierzone rezultaty? Nabywane doświadczenia w stosowaniu różnych typów pomocy naukowych i ocena ich skuteczności pomoże nam w doborze nowych środków nauczania.

Mgr Ewa Zakościelna

Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego

Problem szkolenia instruktorek gospodarstwa domowego

Ze sprawą upowszechnienia wiedzy w zakresie racjonalnego żywienia rodziny łączy się ściśle zagadnienie kadry popularyzatorów. Obecnie w Polsce upowszechnieniem tej dziedziny zajmuje się wiele instytucji oraz organizacji społecznych, jak Liga Kobiet, Centralny Związek Kółek Rolniczych, CRS „Samopomoc Chłopska”, ZSS „Społem”, Towarzystwo Wiedzy Powszechnej, Towarzystwo Krzewienia Wiedzy Praktycznej i inne, prowadząc liczne kursy oraz pokazy przy pomocy tzw. instruktorek gospodarstwa domowego. Według danych orientacyjnych w 1959 r. na terenie kraju działało ponad 2000 instruktorek, które przeprowadziły łącznie ponad 12 000 kursów z zakresu gospodarstwa domowego dla 200 000 kobiet (przeważnie na wsi). Do kursów gospodarstwa domowego są zaliczane nie tylko kursy poświęcone żywieniu człowieka, ale również kursy kroju i szycia, kosmetyki itp.

Ponieważ w nomenklaturze zawodów w Polsce nie ma „instruktorki gospodarstwa domowego”, osoby prowadzące wspomniane kursy są angażowane do tej funkcji dorywczo, pracując etatowo w innym zawodzie lub nigdzie nie pracując na stałe. Nazywamy je „instruktorkami — specjalistkami” w odróżnieniu od „instruktorek — organizatorek”, które są zatrudnione w zarządach wojewódzkich lub powiatowych niektórych organizacji społecznych, w celu inicjowania różnych akcji.

Najbardziej interesują nas kursy żywienia, ponieważ problem żywienia w Polsce jest bardzo ważny ze względu na:

- 1) stan zdrowia ludności,
- 2) wskaźniki ekonomiczne,
- 3) pracochłonność zajęć związanych z przygotowaniem posiłków w domu.

Instruktorzy prowadzące kursy żywienia rekrutują się z absolwentek przedwojennych szkół gospodarstwa domowego, powojennych zasadniczych szkół gospodarczych i techników gastronomicznych lub hotelarskich, a nawet z byłych kucharek oraz pomocnic domowych.

Większość z tych osób nie zna w dostatecznym stopniu zasad żywienia w warunkach domowych, nowoczesnego sprzętu ani ogólnej organizacji życia rodzinnego, wskutek czego uczą tylko technologii przyrządzania posiłków (i to nie zawsze prawidłowo), bez uwzględnienia norm żywienia, kalkulacji ani też higieny i bezpieczeństwa pracy. Najczęściej są prowadzone kursy gotowania lub pieczenia, a nie racjonalnego żywienia. Ze względu na brak przygotowania pedagogicznego oraz nieznaną metod nauczania młodzieży i dorosłych wyniki pracy instruktorek w sumie są nikłe, mimo że niektóre z nich mogą się wykazać długoletnim doświadczeniem.

Trzeba jeszcze wspomnieć o najsłabszej grupie instruktorek, tj. o młodych dziewczętach, które po szkole podstawowej zostały przeszkolone przez którąś z organizacji społecznych na kilkutygodniowym kursie gospodarstwa domowego. Instruktorzy te nie znają nawet technologii przyrządzania posiłków.

Ogólnie więc należy stwierdzić, że popularyzacją wiedzy z zakresu żywienia rodziny zajmują się osoby nie przygotowane do tej działalności.

Musi to wzbudzać poważny niepokój, ponieważ sprawa żywienia ludzi w Polsce jest zagadnieniem o szczególnym znaczeniu społecznym i gospodarczym.

Błędne wskazówki w tej dziedzinie, udzielone przez niewykwalifikowane instruktorki setkom tysięcy kobiet na wsi i w mieście, nie tylko nie poprawią istniejącego stanu rzeczy, ale nawet mogą wpłynąć na wytwarzanie nowych, złych nawyków żywieniowych, przekazywanych z kolei z pokolenia na pokolenie. Prócz tego uczestniczki kursów tracą czas i pieniądze, co również nie jest sprawą społecznie obojętną, nie otrzymując w zamian pożądaných wiadomości.

Dlaczego toleruje się taką sytuację? Przyczyn jest kilka:

1. Obserwuje się coraz większe zapotrzebowanie społeczne na upowszechnienie wiedzy z zakresu gospodarstwa domowego.

2. Instytucje i organizacje społeczne, angażując instruktorki do prowadzenia kursów żywienia rodziny i gospodarstwa domowego, nie stawiają żadnych formalnych wymagań odnośnie kwalifikacji zawodowych.

3. Nie ma koordynatora odpowiedzialnego za całość działalności popularyzatorskiej w tej dziedzinie. Organizacją kursów zajmują się nie tylko poszczególne instytucje, ale również osoby prywatne.

4. Nie ma w Polsce specjalnej szkoły zawodowej, przygotowującej młode kadry instruktoerek gospodarstwa domowego, ani też uczelni doszkalającej kadrę starą.

5. Zatrudnienie doraźne i sezonowe na kursach nie daje żadnych uprawnień socjalnych, płynących ze stosunku pracy (dodatki rodzinne, świadczenia lekarskie, renta itp.).

Mimo to wiele kobiet decyduje się na pełnienie funkcji instruktorki nie tylko z powodu pewnych trudności na rynku pracy i niemożności zarobkowania w inny sposób, ale przede wszystkim ze względu na duże zainteresowanie dziedziną prowadzenia domu oraz chęć przekazania swoich wiadomości i doświadczeń innym.

Uporządkowanie wszystkich spraw związanych ze szkoleniem zawodowym, a następnie zatrudnieniem instruktoerek gospodarstwa domowego wymaga bardzo wielu zabiegów ze strony czynników społecznych i decyzji władz państwowych. Dlatego rozwiązanie tego zagadnienia trzeba widzieć w perspektywie czasu, realizując je pewnymi etapami.

Przed wszystkim należy ujednolicić pogląd na stopień kwalifikacji instruktorki i zakres jej pracy.

Podstawowym zadaniem instruktoerek jest szerzenie wiedzy (nauczanie) racjonalnego prowadzenia domu i żywienia rodziny. Wypływa z tego konieczność dobrej znajomości przedmiotu i to z różnych dziedzin, jak urządzenie i wyposażenie domu, zasady organizacji, higieny oraz bezpieczeństwa pracy, żywienie dzieci, dorosłych i chorych, towaroznawstwo produktów spożywczych, sprzętów domowych, odzieży itp.

Instruktorka powinna również mieć wykształcenie pedagogiczne, ponieważ nauczanie innych (dorosłych lub młodzieży) wymaga znajomości dydaktyki, metodyki i psychologii.

Ponieważ tematyka upowszechniania wiedzy dotyczy najbardziej życiowych spraw obywateli oraz jest związana z zaspokajaniem potrzeb podstawowej komórki społecznej i biologicznej, jaką jest rodzina, przeto instruktorka musi również orientować się w ogólnopństwowych problemach politycznych, socjalnych i gospodarczych.

Ze względu na charakter pracy — bezpośrednie oddziaływanie na środowisko — instruktorka powinna także mieć wszystkie cechy działacza społecznego, a przede wszystkim uświadomienie społeczne, ofiarność w pracy, zdolności organizacyjne i łatwość nawiązywania kontaktów z ludźmi (komunikatywność).

Stąd wniosek, że kwalifikacje instruktorki powinny być nie mniejsze niż nauczyciela zawodu, tzn. pełne wykształcenie średnie oraz ukończone odpowiednie studium nauczycielskie albo studia akademickie, uzupełnione ponadto doświadczeniem w pracy społecznej.

Zrównanie kwalifikacji instruktorki prowadzącej kursy z kwalifikacjami nauczyciela zawodu znajduje również całkowite potwierdzenie w obowiązujących przepisach władz oświatowych, dotyczących nauczania przedmiotów zawodowych w szkołach i na kursach.¹⁾

W chwili obecnej, jak wspomniałem, nie ma w Polsce szkoły kształcącej instruktorki gospodarstwa domowego o pełnych kwalifikacjach. Tę lukę w szkolnictwie zawodowym starają się wypełnić różne instytucje organizujące kilkutygodniowe kursy gospodarstwa domowego dla instruktorek. Uczestnikami tych kursów są osoby w różnym wieku oraz o różnym stopniu przygotowania ogólnego i zawodowego.

Nie trzeba chyba udowadniać, że w tak krótkim czasie nie można nauczyć ani zasad prawidłowego żywienia, ani towaroznawstwa spożywczego, ani technologii przygotowywania posiłków, ani organizacji gospodarstwa domowego, ani też form i metod upowszechniania wiedzy. Z tego względu działalności tej nie sposób uznać za rozwiązanie problemu kształcenia kadr instruktorskich, nawet w okresie przejściowym. Trzeba także zaznaczyć, że koszt przeszkolenia jednej osoby na kursie tego typu jest bardzo wysoki, bo wynosi miesięcznie około 1500 zł.

Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego prowadzi drugi z kolei roczny kurs korespondencyjny dla instruktorek i nauczycielek gospodarstwa domowego. Na kursy te w zasadzie są przyjmowane tylko osoby ze średnim wykształceniem. Duży procent stanowią nauczycielki szkół zawodowych i ogólnokształcących. Ogółem przeszkolono ponad 600 osób.

Program kursu korespondencyjnego jest dostosowany do wymagań, jakie stawiamy instruktorkom gospodarstwa domowego. Mimo odpowiedniego doboru przedmiotów i materiałów nauczania należy jednak i tę formę kształcenia kadr uznać za doraźną i przejściową.

Jakie widzimy rozwiązanie problemu szkolenia instruktorek gospodarstwa domowego? Przede wszystkim trzeba odróżnić szkolenie zawodowe młodych kadr od doszkalania osób pracujących.

Niewątpliwie młodzież powinna zdobywać fach w szkołach zawodowych i na wyższych uczelniach, co leży w kompetencji Ministerstwa Oświaty, Ministerstwa Rolnictwa i Ministerstwa Szkolnictwa Wyższego.

Krajowa konferencja w sprawie gospodarstwa domowego i se-

¹⁾ Patrz: ustawa z dnia 27 kwietnia 1956 roku o prawach i obowiązkach nauczycieli; instrukcja CUSZ z dnia 19 lipca 1956 roku w sprawie kwalifikacji zawodowych do nauczania w szkołach i na kursach zawodowych; zarządzenie CUSZ z 1955 roku o wydaniu zezwoleń na prowadzenie kursów przez Kuratoria okręgów szkolnych.

minarium żywieniowe z udziałem przedstawicieli FAO, które odbyły się w październiku 1959 r., zgłosiły wiele wniosków do kierownictwa tych resortów, między innymi:

1. Zorganizować technikum gospodarstwa domowego z programem nastawionym na żywienie rodziny i organizację domu oraz na przedmioty pedagogiczne. Mogą to być również klasy instruktorskie w technikach gospodarczych. Przy szkole powinien być internat dla młodzieży z prowincji. Należałoby również uwzględnić sprawę drożności między zasadniczą szkołą gospodarczą i technikum.

2. Wprowadzić gospodarstwo domowe jako przedmiot obowiązkowy do programów wszystkich zakładów kształcenia nauczycieli.

3. Utworzyć kierunek „gospodarstwo domowe” na kilku studiach nauczycielskich.

4. Uruchomić wyższą szkołę zawodową lub wyższe studia pedagogiczne dla instruktorek i nauczycielek gospodarstwa domowego, z wydziałami zaocznymi.

Kształcenie kadry instruktorek dla potrzeb środowiska wiejskiego widzimy w oparciu o istniejące średnie i wyższe szkoły rolnicze. Przedmioty dotyczące żywienia rodziny i gospodarstwa domowego oraz metodyka nauczania powinny wejść do programu tych szkół jako przedmioty zawodowe, zakończone egzaminem dyplomowym. Instruktorka mająca przygotowanie rolnicze oraz z zakresu gospodarstwa domowego będzie mogła skuteczniej pracować nad podniesieniem gospodarczym i kulturalnym wsi polskiej.

Niektóre wyższe szkoły rolnicze (Olsztyn, Lublin, Kraków, Wrocław) organizowały dla dziewcząt zajęcia z zakresu gospodarstwa domowego w tym czasie, gdy młodzież męska przechodzi studium wojskowe. Program tych zajęć jest jednak pomyślany jako przysposobienie dziewcząt do własnego życia rodzinnego, a nie przygotowanie do upowszechnienia wiedzy w tym zakresie. Ogólnie jesteśmy zdania, aby nie tworzyć nowych typów szkół, ale wykorzystać — w miarę możliwości — już istniejące, poszerzając i uzupełniając zakres kształcenia w zawodach pokrewnych.

O ile szkolenie zawodowe młodzieży powinno należeć do kompetencji wyłącznie władz oświatowych, o tyle dokształcaniem osób pracujących mogą się również zajmować instytucje oraz organizacje społeczne, najbardziej kompetentne i zainteresowane kadrami instruktorek gospodarstwa domowego.

W chwili obecnej istnieje kilka grup osób potrzebujących doszkalania:

- I grupa: absolwentki techników gastronomicznych, hotelarskich itp. — w zakresie pedagogicznym,

II grupa: czynni nauczyciele innych przedmiotów — w zakresie przedmiotu „gospodarstwo domowe”,

III grupa: niewykwalifikowane instruktorki gospodarstwa domowego z długoletnią praktyką zawodową — w zakresie fachowym i pedagogicznym,

IV grupa: wszystkie pracujące instruktorki — nauczycielki gospodarstwa domowego — w zakresie najnowszych zdobyczy nauki i techniki (przede wszystkim zmechanizowanego sprzętu i urządzeń w domu) oraz nowoczesnych metod upowszechniania wiedzy.

Doszkalanie pedagogiczne powinno być zorganizowane na wzór kursów państwowych tego typu dla niewykwalifikowanych nauczycieli, dających pełne uprawnienia do nauczania. Doszkalanie to może prowadzić resort oświaty lub inna instytucja, realizując w porozumieniu z władzami szkolnymi jednolity program dla określonej grupy słuchaczy.

Doszkalanie specjalistyczne nauczycieli w zakresie przedmiotu „gospodarstwo domowe” powinien prowadzić wyłącznie resort oświaty przez uruchomienie odpowiednich kierunków na studiach nauczycielskich i odpowiednich wydziałów w wyższych szkołach pedagogicznych.

Podnoszeniem czynnych instruktorek niewykwalifikowanych powinny się zająć zainteresowane instytucje i organizacje społeczne, tworząc międzyresortowe ośrodki szkolenia oraz zlecając realizację Komitetowi do Spraw Gospodarstwa Domowego. Rezultatem tej akcji powinno być: wyeliminowanie instruktorek nie nadających się do pełnienia roli popularyzatorek, weryfikacja i nadanie uprawnień formalnych instruktorom odpowiadającym stawianym wymaganiom oraz ujednolicenie programów i organizacji kursów masowych gospodarstwa domowego na terenie całego kraju.

Podnoszenie kwalifikacji zawodowych wszystkich pracujących instruktorek i nauczycielek, zarówno w zakresie poszczególnych specjalności gospodarstwa domowego, jak i metod nauczania, powinny się zajmować ośrodki metodyczne przy kuratoriach okręgów szkolnych oraz wojewódzkie ośrodki gospodarstwa domowego przy zarządach Ligi Kobiet. W ramach działalności tych ośrodków powinny być organizowane okresowe seminaria lub konferencje, poświęcone określonemu zagadnieniu.

Biuletyn Komitetu do Spraw Gospodarstwa Domowego pt. „Gospodarstwo domowe” mógłby spełnić dla wszystkich osób nauczających tego przedmiotu w szkołach lub prowadzących kursy rolę czasopisma fachowego i miejsca wymiany doświadczeń.

Podsumowując stwierdzamy, że rozwiązanie zagadnienia szkolenia oraz doszkalania instruktorek i nauczycielek gospodarstwa

domowego jest w Polsce sprawą palącą, a jednocześnie zupełnie realną w obecnych warunkach.

Inż. Zofia Zawistowska
Warszawski Ośrodek Gos-
podarstwa Domowego

Metody pracy oświatowej w zakresie gospodarstwa domowego wśród ludności miejskiej na przykładzie doświadczeń Warszawskiego Ośrodka Gospodarstwa Domowego

Warszawski Ośrodek Gospodarstwa Domowego został zorganizowany 1 maja 1958 r. jako placówka Komitetu do Spraw Gospodarstwa Domowego. Wstępne plany działalności Ośrodka były oparte na perspektywie organizowania prac oświatowych przede wszystkim w lokalu Ośrodka oraz w ramach szerokiej współpracy z instytucjami państwowymi, społecznymi i spółdzielczymi. Ponieważ do grudnia 1960 r. (ponad 2-letnia działalność) Ośrodek nie uzyskał własnego lokalu, zaistniała konieczność oparcia działalności jedynie na współpracy z wyżej wymienionymi instytucjami.

1. POPRAWA WYŻYWIENIA MŁODZIEŻY

Na pierwszym miejscu działalności Ośrodka postawiono zagadnienia związane z propagandą racjonalizacji żywienia wśród jak najszerzych rzesz społeczeństwa warszawskiego.

Wychodząc z założenia, że sprawę żywienia dzieci i młodzieży należy zaliczyć bezwzględnie do zagadnień pierwszoplanowych, osiągnięto porozumienie z władzami oświatowymi, które umożliwiły Ośrodkowi przebadanie stanu żywienia młodzieży w stołówkach szkolnych. Przebadano na terenie m. st. Warszawy 10 stołówek szkolnych i 6 — przedszkolnych. Wyniki badań nie były zadowalające. Stwierdzono między innymi, że personel zatrudniony przy planowaniu i sporządzaniu posiłków nie jest odpowiednio przygotowany do pełnienia tych, tak bardzo odpowiedzialnych, funkcji.

W związku z powyższym Ośrodek w porozumieniu z inspektoratami szkolnymi rozpoczął szkolenie kucharek. Do akcji tej przystąpiono po opracowaniu programu. W czasie szkolenia zostały wykorzystane doświadczenia zebrane podczas przeprowadzania badań w stołówkach szkolnych. Oprócz zagadnień technologicznych, towaroznawczych i organizacyjnych — na kursach w dużym zakresie są uwzględniane zagadnienia sanitarne. Wszystkie słuchaczki są obowiązane do opanowania wiadomości z zakresu „minimum sanitarnego”, którego znajomość obowiązuje wszystkich pracowników żywienia zbiorowego.

Do chwili obecnej Ośrodek przeprowadził trzy kursy dla kucharek szkolnych i przedszkolnych, na których przeszkolono około 100 osób.

Niezależnie od szkolenia kucharek — w roku szkolnym 1958/59 Ośrodek podjął eksperymentalnie nadzór nad dwoma stołówkami szkolnymi, usytuowanymi w dzielnicach robotniczych. Obie stołówki zatrudniały personel nie przeszkolony i w związku z tym praca instruktorki Ośrodka była bardzo trudna. Niemniej jednak obie stołówki zostały zreorganizowane i nastawione na produkcję racjonalnych, pełnowartościowych posiłków.

2. NAUCZANIE GOSPODARSTWA DOMOWEGO WŚRÓD MŁODZIEŻY

Odrębnym zagadnieniem pracy Ośrodka było podjęcie akcji zorganizowania nauczania gospodarstwa domowego w szkołach. Sprawa ta wymagała wiele uzgodnień z władzami oświatowymi, a przede wszystkim pozyskania dla tych zagadnień zrozumienia i poparcia.

W wyniku rozmów przeprowadzonych z Kuratorium Okręgu Szkolnego m.st. Warszawy osiągnięto nie tylko porozumienie, ale także zjednano sobie życzliwy stosunek do podjętej akcji. Ośrodek uzyskał zgodę na zajęcie się organizowaniem nauczania gospodarstwa domowego w szkołach, ogrodach jordanowskich i domach młodzieżowych — na podstawie programów opracowanych przez Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego. W roku szkolnym 1958/59 przystąpiono do zorganizowania nauczania, poczynając od znalezienia odpowiedniej kadry nauczycielskiej i instruktorskiej, którą zarejestrowano w Ośrodku. Przed rozpoczęciem nauczania opracowano zestawy sprzętu niezbędnego do prowadzenia lekcji gospodarstwa domowego. Inicjatywa Ośrodka spotkała się z dużym zrozumieniem i przychylnością zarówno inspektoratów, jak i dyrekcji szkół oraz komitetów rodzicielskich. Nauczanie wprowadzono początkowo dla 48 grup młodzieży, ale już w roku szkolnym 1959/60 liczba ta wzrosła do 96 grup w 31 szkołach.

Prowadzenie lekcji gospodarstwa domowego w szkołach trzeba uznać za pracę pionierską. W większości szkół lekcje te odbywają się w ramach godzin świetlicowych w kuchniach stołówkowych, po wydaniu obiadów, niejednokrotnie przy braku potrzebnego sprzętu, który instruktorki są zmuszone przynosić ze sobą z domu lub wypożyczać z Ośrodka. Zaledwie część szkół ma pomoce naukowe w postaci plansz. Nieliczne szkoły zorganizowały pracownice gospodarstwa domowego. Są one raczej prymitywne. Dotychczas najlepiej wyposażona jest pracownia zorganizowana w Liceum Ogólnokształcącym Eksperymentalnym przy ul. Objazdowej.

W kilku szkołach nauka gospodarstwa domowego została uznana za przedmiot obowiązujący.

W szkołach podstawowych nauczaniem objęto początkowo klasy siódme, jednak prowadzenie lekcji w klasie kończącej było trudne do realizowania, ponieważ młodzież przygotowująca się do egzaminów do liceum nie znajdowała czasu na dodatkowe zajęcia. W związku z tym w szkołach podstawowych przesunięto zajęcia do klasy szóstej, a w liceach ogólnokształcących lekcje gospodarstwa domowego wprowadzono do klasy ósmej względnie dziesiątej.

Omawiane zajęcia były prowadzone w pierwszym roku nauczania w szkołach podstawowych według 60-godzinnego, a w licealnych — według 96-godzinnego programu opracowanego przez Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego. W drugim roku, na wniosek nauczycielek i instruktorek, we wszystkich szkołach oparto nauczanie na programie 96-godzinny, który jednak nie był w pełni realizowany. W znacznym stopniu przyczyniły się do tego warunki. Nie było ani pomocy naukowych, ani lokalu do przeprowadzania np. lekcji prania lub prasowania.

Program był w pełni realizowany w zakresie zagadnień dotyczących żywienia — to zagadnienie wydawało nam się najważniejsze. W przyszłości — poza lekcjami racjonalnego żywienia — można wyodrębnić jedynie godziny na porządki i pranie. Sprawy dotyczące estetyki jedzenia i należytego podawania do stołu są ściśle związane z zajęciami przyrządzania posiłków. Zagadnienia dotyczące higieny kobiety powinny być raczej omawiane na lekcjach higieny. Estetyka pomieszczeń, wnętrz i dekoracji chyba właściwsze miejsce znalazłaby na lekcjach rysunków lub robót ręcznych, prowadzonych przez fachowców.

Zdajemy sobie w pełni sprawę, że dużo jeszcze upłynie czasu, zanim hasło „Każda szkoła ma pracownię gospodarstwa domowego” zostanie zrealizowane. Długo będziemy jeszcze „urzędować” w kuchniach, ale musimy dłożyć starań, aby przynajmniej mieć zestaw sprzętu kuchennego do prowadzenia ćwiczeń praktycznych i dostateczną ilość pomocy naukowych.

Lekcje w szkołach, tak jak odbywały się dotychczas, muszą być oparte na ćwiczeniach przeplatanych pokazami wykonania całych potraw ewentualnie ich fragmentów. Niedopuszczalne jest prowadzenie lekcji jedynie metodą pokazową. Ten ostatni sposób nauczania nadaje się jedynie w pewnych okolicznościach przy szkoleniu dorosłych.

Mimo licznych trudności, które napotykamy przy wprowadzaniu nauczania gospodarstwa domowego, jesteśmy pełni zapału do rozszerzania tych lekcji i prowadzenia ich w jak największej liczbie szkół, gdyż wyniki są pozytywne, a młodzież uczy się zasad racjonalnego żywienia, przekazując najczęściej rodzicom zdobyte wia-

domości. Jesteśmy zdania, że właśnie poprzez uczącą się młodzież propaganda tych zagadnień dotrze najdalej, zainteresuje starszych, którzy nie będą chcieli być gorsi od swych dzieci i w ślad za nimi pójdą na organizowane kursy żywienia rodziny.

3. PRACA Z HARCERSTWEM

Od chwili założenia Ośrodka postanowiliśmy dotrzeć do Związku Harcerstwa Polskiego, w pierwszym jednak roku nie udało się zrealizować tych zamierzeń. W tym roku podjęliśmy się na zlecenie Chorągwi Warszawskiej przeprowadzenia 20 kursów racjonalnego żywienia na obozach letnich. Z powodu braku czasu i odpowiednich funduszy Chorągiew mogła przeznaczyć jedynie 16 godzin na każdy kurs.

Wytypowane instruktorki opracowały specjalny program tymczasowy oraz skrypt.

Chorągiew Warszawska zobowiązała się od jesieni zorganizować długofalowe szkolenie harcerzy, oczywiście przy współpracy Ośrodka, w specjalnie do tego celu urządzonej pracowni. Dotychczasowe lekcje odbywały się w pracowniach szkolnych, których wyposażenie uzupełniano — w miarę potrzeby — sprzętem wypożyczonym z Ośrodka.

4. PRACA WŚRÓD STUDENTÓW

Studenci wyjeżdżający na letnie obozowiska jako kierownicy grup, w liczbie 40 osób zwrócili się do Ośrodka z prośbą o zorganizowanie dla nich kursu żywienia turystów. Trzeba przyznać, że byli wdzięcznymi słuchaczami, biorącymi niebywale czynny udział w lekcjach oraz skrzętnie notującymi zarówno wiadomości teoretyczne, jak i przepisy przyrządzania potraw.

5. PRACA OŚWIATOWA WŚRÓD DOROSŁYCH

Jedną z pierwszych prac Ośrodka w zakresie propagandy racjonalizacji gospodarstwa domowego było zainicjowanie wciągnięcia mężczyzn do prac związanych z prowadzeniem domu, do pomocy zapracowanej żonie. Akcję tę rozpoczęto poprzez zorganizowanie w 1958 r. pierwszej imprezy pod hasłem „Łudwiku do rondla”.

Chodziło o to, aby zainteresować tym zagadnieniem jak najszersze rzesze. W związku z tym zwrócono się do redakcji „Muzyki i Aktualności” Polskiego Radia.

Radio z zapalem przystąpiło do współpracy, podejmując się roz-reklamowania imprezy poprzez swoje rozgłosnie. Zaplanowano wtedy konkurencje w zakresie przyrządzania posiłków. Zgłoszenie kandydatów przyjmowało radio, na którego pierwszy apel zgłosiło się około 100 kandydatów. Trudny był wybór, gdyż do udziału w imprezie można było przyjąć najwyżej 12 osób (oczywiście tylko mężczyzn), których wybrano na podstawie losowania.

W dniu imprezy 12 zawodników w kolorowych fartuszkach i chusteczkach zajęło miejsce przy stoiskach urządzonych przez ośrodek. Każde stoisko było zaopatrzone w sprzęt potrzebny do przyrządzania sześciu ustalonych potraw. Miejscem imprezy była kawiarnia „Europa” w Warszawie.

Tematy zawodów były następujące:

- 1) przyrządzenie sznycła,
- 2) przygotowanie kisielu witaminowego,
- 3) prawidłowe obranie (na czas) 1 kg ziemniaków,
- 4) ukręcenie majonezu,
- 5) wykonanie dwóch kanapek,
- 6) prawidłowe ugotowanie jaj na twardo.

Kolejno następujące po sobie konkurencje obserwowała publiczność oraz jury złożone z fachowców i artystów scen warszawskich.

W ocenie wyników brano przede wszystkim pod uwagę prawidłową organizację pracy, racjonalność przyrządzania potraw, estetykę podania i jakość wykonania.

Pierwsze miejsce w konkursie zajął architekt warszawski, uznany jednomyślnie przez jury za „kandydata doskonałego”. Impreza spotkała się z nader przychylną i pochlebną opinią całej prasy, która zamieściła na swych łamach liczne zdjęcia. Kronika filmowa, obecn na sali, nakręciła film, który był pokazywany w całym kraju. Taki sam film nadała telewizja.

Hasło „Ludwiku do rondla” stało się hasłem popularnym, które można było usłyszeć w tramwajach, w pociągach, na ulicach, campingach i plażach. Wydaje się, że przekonaliśmy społeczeństwo, iż udział panów w pracach domowych nie jest dla nich zajęciem upokarzającym.

Ponieważ impreza zyskała wielką popularność, zorganizowano ją po raz drugi w 1959 r., wprowadzając zupełnie inne konkurencje, jak mycie szklanek, prasowanie koszuli, przyszycie guzika i ubranie dziecka na spacer. Okazało się, że i w tych pracach panowie wykazali wiele zręczności.

Dzięki obu imprezom Ośrodek zyskał dużą popularność w społeczeństwie.

Nadmieniono już na wstępie, że Ośrodek nawiązał kontakt z instytucjami społecznymi, spółdzielczymi i państwowymi w celu wspólnego organizowania akcji szkolenia. Uzyskano przychylne ustosunkowanie się ze strony kół Ligi Kobiet, związków zawodo-

wych i kół Rodziny Wojskowej oraz rozpoczęto pracę od organizowania pokazów propagandowych z zakresu racjonalnego żywienia. Instruktorzy kierowane przez Ośrodek prowadziły w zakładach pracy pokazy różnych typów, których celem było zachęcenie pracowników do zapisywania się na kursy racjonalnego żywienia, przetwórstwa itp.

Niejednokrotnie nie znajdowano wśród pracowników chętnych słuchaczy do pokazów żywieniowych. W takich przypadkach kierowano instruktorkę kosmetyczkę i dopiero pokaz lub nawet kurs z zakresu kosmetyki przyczyniał się do znalezienia słuchaczy na kursy z zakresu żywienia. Chęć podobania się oraz posiadania ładnej cery i sylwetki stawały się zachętą do zapoznania się z zasadami racjonalnego żywienia.

Kursy i pokazy, organizowane w zakładach pracy, były prowadzone w prymitywnych warunkach, w świetlicach, za pomocą sprzętu wypożyczonego z Ośrodka lub stołówek zakładowych, niemniej jednak słuchacze przejawiali duże zainteresowanie oraz uczęszczali systematycznie na szkolenie. Kursy racjonalnego żywienia prowadzono w oparciu o 64-godzinny program „żywienie rodziny”, opracowany przez Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego. Program ten był bardzo przydatny, w niektórych jednak środowiskach przejawiających duże zainteresowanie sprawami żywienia, a zwłaszcza racjonalnego przyrządzania potraw, okazał się zbyt wąski.

Na przykład na kursach rozszerzonych do 100 godzin dla rodzin wojskowych lub dziewcząt wiejskich służył jedynie jako szkielet zawierający wytyczne i wskazujący kierunek szkolenia. Nauczycielki prowadzące omawiane kursy, w porozumieniu z Ośrodkiem, stosując się do zainteresowań słuchaczek, rozszerzały program zarówno w zakresie teoretycznym, jak i praktycznym. Wydaje się celowe opracowanie — niezależnie od istniejącego — nowego, rozszerzonego programu obejmującego w większym zakresie zagadnienia racjonalnego żywienia rodziny i dzieci oraz żywienia w przypadku najczęściej spotykanych schorzeń.

Zainteresowanie sprawami racjonalizacji gospodarstwa domowego i żywienia stale wzrasta wśród ludności miejskiej. W związku z tym istnieje konieczność opracowania; jeżeli nie programów, to chociaż wytycznych do prowadzenia kursów i pokazów z zakresu poszczególnych zagadnień.

Inną formą omawianych zagadnień są pokazy i kursy prowadzone przez Ośrodek dla spółdzielczości. Pokazy na zlecenie spółdzielczości były prowadzone w sklepach spożywczych, dostępne dla szerokich rzesz konsumentów. Przekrój społeczny „widowni” był różny, a zainteresowanie — duże. Tematy pokazów były sezonowe, np. w okresie wczesnowiosennym demonstrowano sposoby wykonywania surówek uzupełnianych dodatkami wzbogacającymi

potrawy w witaminę C, propagując przy tym hodowanie w warunkach domowych rzeżuchy, zielonej natki pietruszki i kopru oraz zachęcając do szerokiego stosowania koncentratu z róży. W maju propagowano poprzez pokazy wykonywanie napojów i potraw mlecznych, jak najszersze stosowanie mleka w żywieniu rodziny oraz uzupełnianie go dodatkami zawierającymi witaminę C. W końcu lata szeroko propagowano spożycie papryki. Z reguły podczas pokazów prowadzonych w sklepach uwzględniono potrawy mało pracochłonne ze względu na prymitywne warunki, w jakich je prowadzono. W czasie trwania pokazu instruktorka często musiała kilkakrotnie demonstrować sposób wykonania tej samej potrawy ze względu na to, że publiczność się zmieniała. Niejednokrotnie instruktorki przygotowywały w domu lub Ośrodku półprodukty do pokazów. Podczas całego pokazu instruktorka objaśniała wykonywane czynności, zawsze nawiązując do zasad racjonalnego żywienia.

W okresie letnim i jesiennym kładziono nacisk na zracjonalizowanie przetwórstwa domowego. Jasne, że w warunkach miejskich demonstrowano sposoby przyrządzania odżywczych, witaminowych przetworów owocowych i warzywnych, pomijając przetwórstwo mięsne, rybne i nabiałowe.

Dużą rolę w zakresie propagandy modernizacji gospodarstwa domowego odegrały wystawy organizowane przez spółdzielczość przy współudziale Ośrodka. Na niektórych, jak np. na wystawie pod hasłem „urządzamy święta” i „przyjmujemy gości” — oprócz wykonania eksponatów wystawowych i zorganizowania stoiska — instruktorki Ośrodka prowadziły pokazy wykonywania potraw

Podczas wystawy pod hasłem „powitanie wiosny” liczba stoisk była większa i obejmowała różne zagadnienia związane z gospodarstwem domowym. Prowadzono więc pokazy nie tylko z zakresu racjonalnego przyrządzania potraw wiosennych, ale również pielęgnowania kwiatów doniczkowych, czyszczenia i przechowywania odzieży oraz wiosennego pielęgnowania cery, a także wykłady i porady z zakresu dekoracji mieszkań.

Innym rodzajem pokazów z zakresu pracy oświatowej Ośrodka są pokazy zastosowania nowoczesnego sprzętu w gospodarstwie domowym, prowadzone przy współpracy ze spółdzielczością i handlem. Pokazy te prowadzimy w branżowych sklepach spółdzielczych i państwowych oraz podczas wystaw sprzętu, organizowanych przez Wojewódzkie Przedsiębiorstwo „Arged”. Podczas demonstracji sprzętu kuchennego zawsze propagujemy zasady racjonalnego żywienia i prawidłowej organizacji pracy.

Podczas demonstracji urządzeń pralniczych zwykle omawiamy znajdujące się na rynku środki pralnicze, prawidłową organizację i bezpieczeństwo pracy oraz zróżnicowanie metod prania w zależności od rodzaju tkaniny. Pomyślnie układająca się współpraca

z Wojewódzkim Przedsiębiorstwem „Arged” umożliwiał Ośrodkowi prowadzenie akcji propagandowej również poza obszarem m. st. Warszawy. Instruktorzy Ośrodka są kierowane na wystawy sprzętu, organizowane w miastach powiatowych.

Powracając do form współpracy ze spółdzielczością, należy nadmienić, że nie ograniczono się jedynie do omawianych wyżej form. Niezależnie od pokazów i wystaw — w ośrodkach poszczególnych WSS-ów prowadzono na zlecenie spółdzielczości kursy racjonalnego żywienia, kroju i szycia, wyrobu drobnej galanterii, trykotarskie oraz kosmetyczne.

Podobne kursy prowadzono również w zakładach pracy, kołach Ligi Kobiet i kołach Rodziny Wojskowej.

Chcąc oddziaływać na jak najszersze kręgi społeczeństwa, nawiązano współpracę z jedną z redakcji telewizji warszawskiej, dla której dwa razy w miesiącu prowadzimy pokaz z zakresu racjonalnego żywienia. Pokazy te są nagrywane w lokalu Komitetu do Spraw Gospodarstwa Domowego. Bierze w nich udział instruktor Ośrodka wspólnie z jednym ze znanych aktorów scen warszawskich, którego przeszkalamy przed każdą audycją. Aby ułatwić widzom zapamiętanie demonstrowanych potraw, umieszczamy (z odpowiednią adnotacją) przepisy ich przyrządzania w czasopiśmie „Kobieta i Życie”.

Prasa warszawska, zapraszana na kursy, pokazy i wystawy problemowe, organizowane przy współpracy z Ośrodkiem, chętnie na nie przychodzi i zamieszcza notatki sprawozdawcze. Od niedawna redakcja magazynu „Ty i Ja” zwróciła się do nas z propozycją zamieszczania na jego łamach cyklu zdjęć pokazujących poszczególne fazy racjonalnego przyrządzania potraw, opatrzonych odpowiednimi komentarzami. Chętnie podjęliśmy i tę formę pracy.

Rozwijający się ruch turystyczny spowodował, że na wiosnę zwrócił się do nas handel z prośbą o przeproszenie akcji propagującej racjonalne przyrządzanie potraw z koncentratów znajdujących się w sprzedaży względnie wchodzących do niej i po opracowaniu wskazówek dotyczących podnoszenia ich wartości odżywczej — podjęliśmy tę akcję, która została zorganizowana nieco inaczej od dotychczasowych. Pokazy w sklepach zostały poprzedzone konferencją prasową, na którą Ośrodek przygotował próbki zup, drugich dań i deserów z koncentratów. Wartość odżywcza wszystkich potraw była uzupełniona dodatkami bogatymi w witaminy. Po konferencji ukazały się notatki w prasie, w których uwzględniono nasze uwagi dotyczące zarówno koncentratów dobrej jakości, jak i tych, które uznano za niegodne polecenia, oraz zwrócono uwagę na konieczność ich wzbogacenia dodatkami witaminowymi.

W ślad za tym poszedł cykl pokazów, podczas których demonstrowano przyrządzanie niektórych potraw. Potrawy te, równo-

częściej przyrządzane w dużych ilościach w Ośrodku, były udostępnione publiczności do degustacji (na wszystkich innych pokazach do degustacji są podawane jedynie potrawy przyrządzone podczas pokazu).

Wielką bolączką Warszawskiego Ośrodka Gospodarstwa Domowego był brak własnego lokalu. Dopiero w grudniu w 1960 r. Ośrodek otrzymał lokal w Warszawie przy ul. Szpitalnej 5 m. 15.

Z życzliwością pomocą przyszedł Ośrodkowi Stołeczny Zarząd Ligi Kobiet, dając do wykorzystania swoją salę. Chociaż sala ta nie ma odpowiednich urządzeń, skorzystano skwapliwie z propozycji, ogłaszając wspólnie z Ligą Kobiet zapisy na 64-godzinny kurs. Po ukazaniu się jednej notatki w prasie zgłosiło się ponad 100 kobiet. Planowano zorganizowanie dwóch kursów, ale wobec dużej liczby zgłoszeń trzeba było zorganizować trzy. Dowodem dużego zainteresowania było bardzo systematyczne uczęszczanie słuchaczek na szkolenie. Niestety, ze względu na brak urzędzonej pracowni zajęcia były prowadzone jedynie na podstawie wykładów bogato ilustrowanych pokazami. Jasne, że ta metoda daleko odbiega od ideału i nie jest prawidłowa z punktu widzenia metodyki nauczania, ale wychodzimy z założenia, że chociaż z niedociągnięciami, chociaż w warunkach trudnych, to jednak „gra jest warta świeczki”.

Na brak pomocy naukowych nie możemy narzekać, mamy bowiem pełne wyposażenie pracowni żywieniowej — sali szkoleniowej — na 11 stoisk oraz opracowane przez Komitet programy i plansze.

Pomimo dość licznej, bo w chwili obecnej około 100-osobowej kadry instruktorskiej zarejestrowanej w Ośrodku (w tym około 60 instruktorek żywienia), kadra ta jest jeszcze zbyt szczupła i niestety zaledwie jej część ma pełne kwalifikacje zawodowe oraz pedagogiczne. Chociaż Ośrodek poprzez organizowane raz w miesiącu konferencje przeprowadza doszkalanie instruktorek i konsultacje indywidualne, a Komitet do Spraw Gospodarstwa Domowego prowadzi 1-roczny kurs zaoczny dla instruktorek gospodarstwa domowego, to widzimy konieczność zorganizowania w Warszawie dwuletniej szkoły specjalnej, której absolwentki byłyby instruktorkami o pełnych kwalifikacjach.

Mgr Michał Szymanowski
Główny Urząd Statystyczny

Wyżywienie nierolniczej ludności robotniczej w świetle wyników badań przedwojennych oraz w latach 1957 i 1958

W badaniach nad wyżywieniem jakiejś grupy ludności nie wystarczy dokonać porównania danych dotyczących spożycia z teore-

tycznymi normami zapotrzebowania na wartości odżywcze i kaloryczne, obliczone dla tej grupy ludności. Konieczne jest również porównanie wyżywienia badanej grupy ludności w różnych okresach czasu, tak aby można było stwierdzić, czy w sposobie odżywiania się ludności nastąpiła poprawa, czy też pogorszenie. Ponadto oceny wyżywienia ludności nie powinno się dokonywać w oparciu o dane przeciętne, obliczone dla całej badanej grupy, jeżeli grupa ta jest złożona z jednostek wykazujących duże różnice w spożyciu poszczególnych artykułów oraz znaczne różnice w sposobie ich spożycia.

Porównanie wyżywienia nierolniczej ludności robotniczej na podstawie wyników badań prowadzonych w różnych okresach czasu napotyka na poważną trudność wynikającą z faktu, że zbiorowości ludzkie badane w różnych okresach, nie były jednakowe. W 1929 roku badania budżetów rodzinnych objęły wieloosobowe gospodarstwa domowe robotników zatrudnionych w Warszawie, Łodzi, Dąbrowie Górniczej i na Śląsku. W 1937 roku objęto badaniami — podobnie jak w badaniach poprzednich — wieloosobowe gospodarstwa domowe w Warszawie, Łodzi i na Śląsku jak również w Krakowie, Poznaniu, Lwowie i Wilnie. Tak więc w latach 1929 i 1937 wybór badanych gospodarstw domowych był celowy, uzależniony przede wszystkim od zgody danego gospodarstwa domowego na prowadzenie notatek całorocznych przychodów i rozchodów.

W roku 1957 wznowiono badania budżetów rodzinnych, które objęły jedno- i wieloosobowe gospodarstwa domowe, wybrane losowo wśród gospodarstw robotników zatrudnionych w górnictwie węgla kamiennego, hutnictwie, przemyśle budowy maszyn i przemyśle włókienniczym. W powyższych czterech gałęziach przemysłu było zatrudnionych około 47% ogółu pracowników przemysłu społecznego. W 1958 roku badaniami objęto gospodarstwa domowe jedno- i wieloosobowe, wybrane losowo spośród wszystkich gospodarstw robotników zatrudnionych w przemyśle społecznym.

Jak z tego wynika, porównanie przeciętnych wyników badań prowadzonych w powyższych okresach nie ma uzasadnienia. Wobec tego jednak, że wyniki te w poszczególnych okresach były opracowane dla tzw. grup zamożności, a liczebność tych grup była przedmiotem szacunków dla tych okresów, należy zbadać, które grupy zamożności z badań przedwojennych odpowiadają poszczególnym grupom zamożności w badaniach z 1957 i 1958 roku. Przez grupę zamożności należy rozumieć grupę gospodarstw domowych o określonym stosunku ogólnym wydatków do liczby osób w gospodarstwie.

W badaniach z 1929 r. do najniższej grupy zamożności zaliczono gospodarstwa domowe, których wydatki na osobę wynosiły po-

nizej 38 zł miesięcznie, do drugiej grupy zamożności — gospodarstwa o wydatkach 38 — 58 zł, do trzeciej — gospodarstwa o wydatkach 58 — 77 zł, a do czwartej — gospodarstwa o wydatkach 77 zł i wyższych. W badaniach z lat 1957 i 1958 do pierwszej grupy zaliczono gospodarstwa o wydatkach poniżej 400 zł miesięcznie, do drugiej — gospodarstwa o wydatkach 401 — 600 zł, do trzeciej — gospodarstwa o wydatkach 601 — 800 zł do czwartej — gospodarstwa o wydatkach 801 — 1000 zł, do piątej — gospodarstwa o wydatkach 1001 — 1500 zł i do szóstej — gospodarstwa o wydatkach 1500 zł i wyższych.

Porównując wartości kaloryczne artykułów żywnościowych, spożytych w gospodarstwach domowych, zaliczonych do poszczególnych czterech grup zamożności w badaniach z 1929 r. z wartościami kalorycznymi tych artykułów spożytych w gospodarstwach należących do czterech niższych grup zamożności w badaniach z lat 1957 i 1958, należy stwierdzić, że we wszystkich grupach wyniki badań z 1929 r. są niższe od wyników z lat 1957 i 1958 r. To samo można powiedzieć o zawartości białka zwierzęcego, tłuszczów i węglowodanów, natomiast zawartość białka ogółem w artykułach spożytych przez gospodarstwa należące do IV grupy zamożności w badaniach z 1929 r. była nieco wyższa od zawartości białka w artykułach spożytych w gospodarstwach należących do IV grupy zamożności w badaniach z lat 1957 i 1958. W tych warunkach, gdyby się miało dane dotyczące udziału nierolniczej ludności robotniczej, wchodzącej w skład gospodarstw domowych, należących do poszczególnych czterech grup zamożności w poszczególnych okresach, można by dać odpowiedź na pytanie, czy w 1958 roku procent ludności lepiej się odżywiającej jest większy niż przed wojną.

Podział nierolniczej ludności robotniczej w Warszawie, Łodzi, na Śląsku, w Krakowie, Poznaniu, Lwowie i Wilnie, wchodzącej w skład wieloosobowych gospodarstw, został szacunkowo dokonany przez Józefa Wojtyniaka w pracy „Podział rodzin robotniczych według zamożności”, ogłoszonej w kwartalniku „Statystyka Pracy”, zeszyt 3, 1938 r, str. 114. Ludność w tych wielkich skupiskach miejskich, obejmująca około jednej trzeciej ogółu nierolniczej ludności robotniczej, miała możliwość uzyskiwania wyższych zarobków, niż pozostałe dwie trzecie. Ponadto ludność w Warszawie, na Śląsku i w Łodzi stanowiła 78% ludności w badanych przez Wojtyniaka skupiskach miejskich, zarobki zaś w Warszawie, Łodzi i na Śląsku były wyższe niż w Krakowie, Poznaniu, Lwowie i Wilnie. Z powyższego wynika, że uogólnienie szacunku Wojtyniaka na całą nierolniczą ludność robotniczą Polski w 1937 spowodowałoby zniekształcenie wyników przez zmniejszenie liczebności niższych grup zamożności, a zwiększenie liczebności wyższych.

Podział nierolniczej ludności robotniczej według grup zamożności był również przedmiotem szacunku Jana Kardosa w artykule ogłoszonym w „Wiadomościach Statystycznych” nr 1 z 1960 r. Szacunek ten był oparty na danych ze spisu z 1931 r. i obejmował zarówno jedno — jak i wieloosobowe gospodarstwa domowe.

Wobec tego, że opracowanie wyników przeprowadzonych w kwietniu 1960 r. reprezentacyjnych badań ankietowych warunków bytu ludności nierolniczej nie zostało jeszcze ukończzone, przy porównaniu danych dotyczących podziału nierolniczej ludności robotniczej według grup zamożności oparto się na szacunku Jana Kardosa, ogłoszonym w „Wiadomościach Statystycznych” Nr 3 z 1959 r.

Porównanie tych szacunków przedstawia się następująco:

A	B	C
Na podstawie danych ze spisu z 1931 r.	W Warszawie, Łodzi, na Śląsku, w Krakowie, Poznaniu, Lwowie i Wilnie w 1937 r.	W 1958 r.
I gr. zamożn. 32% II „ „ 36% III „ „ 19% IV „ „ 13%	I gr. zamoż. 32% II „ „ 12% III „ „ 23% IV „ „ 33%	I gr. zamoż. 8% II „ „ 28% III „ „ 27% IV, V, VI gr. zamoż. 37%
Razem 100%	Razem 100%	Razem 100%

Podniesienie się udziału wyższych grup zamożności w części B w stosunku do części A jest uzasadnione faktem, że rok 1931 był rokiem szczytu kryzysowego, podczas gdy w 1937 r. w związku ze zbrojeniami przedwojennymi nastąpiła poprawa koniunktury. Aby porównać część B z częścią C, należałoby w części C wyłączyć gospodarstwa domowe pracowników umysłowych, co by spowodowało podwyższenie udziału niższych grup zamożności.

Ponadto wobec tego, że dane w części B obejmują jedynie wieloosobowe gospodarstwa domowe, a dane w części C zarówno jedno- jak i wieloosobowe, jednocześnie zaś jednoosobowe gospodarstwa należą do wyższych grup zamożności, wyłączenie jednoosobowych gospodarstw domowych musiałoby spowodować zwiększenie udziału niższych grup zamożności.

Wprowadzając poprawki konieczne do uzyskania zbiorowości porównywalnych można stwierdzić, że w najniższej grupie za-

możności badań z 1937 r., wykazującej wartość odżywczą i kaloryczną spożytych artykułów niższą niż najniższa grupa zamożności badań z 1958 r., znajdowało się co najmniej około 32 % ogółu nierolniczej ludności robotniczej w 1937 r., podczas gdy w 1958 r. w najniższej grupie zamożności znajdowało się tylko około 10 — 12 % tej ludności. Ten znaczny spadek udziału ludności wchodzącej w skład gospodarstw domowych, zaliczonych do najniższej grupy zamożności, należy przypisać przede wszystkim zwiększeniu zatrudnienia. Podczas gdy na około 35 milionów ludności liczba robotników ubezpieczonych w 1937 r. wynosiła 1 851 600, w 1958 r. liczba ta przekroczyła 5 milionów, przy czym ogólna liczba ludności dochodziła wtedy tylko do 29 milionów. Fakt ten tłumaczy całkowicie wzrost przeciętnego spożycia na głowę ludności.

Chociaż można stwierdzić znaczny spadek udziału niższych grup zamożności w strukturze ludności w 1958 r. w stosunku do 1937 r., nie można uważać stanu wyżywienia ludności za zadowalający.

Porównując zawartość białka w artykułach spożytych w gospodarstwach domowych, należących do poszczególnych grup zamożności z badań w 1958 r., z zapotrzebowaniem na białko według normy Państwowego Zakładu Higieny Żywnienia, określonej jako norma „B” (zaledwie dostateczne) i obliczonej dla osób wchodzących w skład gospodarstw domowych, należy stwierdzić, że w gospodarstwach należących do:

I	gr. zam.	zawartość białka stanowi 68% zapotrzebowania		
II	„ „ „	„ „ „	76 %	„
III	„ „ „	„ „ „	85 %	„
IV	„ „ „	„ „ „	92 %	„
V	„ „ „	„ „ „	104 %	„
VI	„ „ „	„ „ „	122 %	„

Jak z powyższego wynika, dopiero w piątej grupie zamożności zapotrzebowanie na białko jest zaspokojone w pełni według normy B.

Bardzo niepokojąco przedstawia się porównanie zawartości tłuszczów w spożytych artykułach z zapotrzebowaniem według normy B.

W gospodarstwach należących do:

I	gr. zam.	zawartość tłuszczów stanowi 81% zapotrzebowania		
II	„ „ „	„ „ „	98 %	„
III	„ „ „	„ „ „	109 %	„
IV	„ „ „	„ „ „	124 %	„
V	„ „ „	„ „ „	135 %	„
VI	„ „ „	„ „ „	173 %	„

Jak z powyższego wynika, już od III grupy zamożności zawartość tłuszczów spożytych artykułów przekracza zapotrzebowanie. Przekroczenia te w V i VI grupie zamożności dochodzą do rozmiarów niepokojących ze względu na zdrowie ludności.

Dokonane porównania są pierwszą próbą umożliwiającą zorientowanie w przybliżeniu w sposobie odżywiania się ludności robotniczej.

W porównaniu do stosunków przedwojennych można stwierdzić poważną poprawę. W porównaniu z zapotrzebowaniem na białko według normy B należy stwierdzić niedobory, które mogłyby być wyrównane przez zwiększenie spożycia mleka i przetworów mlecznych, np. serów. Natomiast należy stwierdzić niepokojące nadmiary zawartości tłuszczów w spożywanych artykułach. Konieczność ograniczenia tego spożycia wynika z niebezpieczeństwa chorób sercowych.

Elsa Haglund

Instruktorka gospodarstwa
domowego FAO, Rzym

Zagadnienia ekonomiczne w żywieniu i kształcenie konsumenta (tłumaczenie z angielskiego)

1. WSTĘP

Przy opracowywaniu programu żywienia należy wziąć pod uwagę pewne aspekty ekonomiczne, związane z żywnością i żywieniem, ponieważ mają one znaczenie w odniesieniu do jednostki ludzkiej, jak również w odniesieniu do gospodarki krajowej.

Aspekt ekonomiczny racjonalnego żywienia może mieć charakter bądź *prewencyjny* (zapobiegawczy), tzn. zmierzać do zredukowania zbędnych wydatków, bądź *produktywny*, tzn. zwiększać zdolność do pracy.

W obydwu przypadkach ważną rolę odgrywa zdrowie. Dobrze odżywiony osobnik ma większą szansę osiągnięcia dobrego stanu zdrowia, niezbędnego do należytej wydajności pracy. Przy zmniejszającej się absencji ma on mniej potrąceń z płacy, mniej wydatków na leczenie itp. Cała rodzina może się lepiej odżywiać, jeżeli zmniejszają się wydatki na leczenie i leki.

Podobnie zdrowe dziecko w wieku szkolnym regularnie uczęszcza do szkoły. Zdolność uczenia się dziecka jest większa, a wyniki w nauce — znacznie lepsze, jeżeli dziecko jest odpowiednio odżywiane i zdrowe. Wydatki na oświatę są duże zarówno ze strony rodziców, jak i państwa, dlatego ważne jest z ekonomicznego

punktu widzenia, aby dziecko mogło jak najwięcej korzystać z nauki w szkole.

W ciągu ostatniego stulecia lepsze odżywianie wpłynęło niewątpliwie na przedłużenie życia ludzkiego. Ludziom starszym są potrzebne mniejsze racje żywnościowe, ale niezbędne jest dostarczenie im odpowiedniej ilości produktów ochronnych. Trzeba o tym pamiętać przy ustalaniu polityki ubezpieczeń społecznych i chorobowych, przy ustalaniu rent starczych oraz inwalidzkich itp. Duże znaczenie ekonomiczne dla poszczególnych jednostek i ich rodzin ma przedłużenie okresu zdolności do pracy jak również zachowanie zdrowia w podeszłym wieku. Społeczno-psychologiczna wartość dobrego stanu zdrowia człowieka w starszym wieku ma ogromne znaczenie.

Znajomość potrzeb żywieniowych i produktów, które mogą te potrzeby zaspokoić przy niewygórowanej cenie, jest niezbędna do utrzymania wydatków na żywność w określonych granicach. Gospodyni, która zna wartość różnych produktów, lepiej rozporządza pieniędzmi.

Ostrożne rozporządzanie zasobami pieniężnymi może uchronić rodzinę przed „czarną” godziną. Przy braku planu zdarza się, że rolnik musi sprzedać całą swą produkcję, bo potrzebne mu są w danej chwili pieniądze; potem wydaje on pieniądze na zakup tych samych produktów, mających mniejszą wartość niż wyprodukowane we własnym gospodarstwie. Zarówno z gospodarczego, jak i żywieniowego punktu widzenia należy dbać, aby w gospodarstwie wiejskim zostawić dość żywności na potrzeby rodziny.

Wraz ze zmianą gospodarki samowystarczalnej na gospodarkę pieniężną coraz więcej produktów, które dawniej wytwarzano w zagrodzie, obecnie się zakupuje. Wiele gospodarstw specjalizuje się w produkcji pewnych zbóż i w hodowli pewnych zwierząt; rodziny rolników muszą wtedy zakupywać żywność. Gospodyni musi znać się na produktach różnej jakości. Czy opłaci się kupować tańszy gatunek mięsa? Jaki jest ser lepszy w danej cenie? Jaka jest różnica między różnymi rodzajami tłuszczu i jaki jest bardziej wydajny? Czym różnią się gatunki pieczywa i czy różnica jest ważna, czy też jest to tylko sprawa ceny?

Konsument musi się też orientować w trwałości różnych produktów, aby uniknąć marnotrawstwa i strat w wartości odżywczej.

Dla osób o małych dochodach należałoby ustanowić minimum kosztów właściwego wyżywienia. Trzeba zatem zachęcać do starannego dobierania produktów, do unikania marnotrawstwa i przeznaczania zbyt dużych sum na żywność. Można przez to zachęcić do zwiększenia produkcji żywności we własnym gospodarstwie. Może to być wskaźnikiem dla polityki płac. Rząd na pod-

stawie tych danych może zabezpieczyć odpowiedni poziom wyżywienia rodzin o małych dochodach.

Nieekonomicznie jest wydawać więcej pieniędzy na żywność, niż potrzeba, ale jest równie nieekonomiczne wydawanie sum zbyt małych, bo zagraża to zdrowiu.

Badania przeprowadzone w Szwecji wykazały, że tam gdzie trzeba oszczędzać na żywności, odbija się to najbardziej na odżywianiu matki, która przede wszystkim dzieciom i mężowi daje produkty droższe, jak mięso, jaja oraz owoce. Wskutek tego dieta wielu kobiet ogranicza się do chleba, ziemniaków oraz innych tanich produktów mącznych przy niedostatecznej ilości produktów ochronnych, jak mleko, mięso, jaja, owoce i warzywa. Może to odbić się ujemnie na zdrowiu oraz dobrym samopoczuciu nie tylko kobiety, ale i całej rodziny, a także wywołać dalsze komplikacje ekonomiczne. Kobieta ciężarna i karmiąca ponosi odpowiedzialność zarówno za własne zdrowie oraz dobre samopoczucie, jak i za zdrowie swego dziecka, a oszczędzając na żywności powoduje potem zwiększenie wydatków na leczenie dziecka. Ojciec i pozostali dorośli członkowie rodziny powinni dbać, aby matka spożywała również produkty ochronne.

W krajach, gdzie zasady racjonalnego żywienia są mało znane, nie docenia się znaczenia właściwej diety dla dzieci i młodzieży. Stwierdzono, że te grupy ludności są w tych krajach jeszcze bardziej niedożywione niż matki.

Trudno jest ocenić wartość pieniężną pracy kobiety w domu i w gospodarstwie rolnym; nie ulega jednak wątpliwości że przyczynia się ona poważnie do podniesienia poziomu społecznego oraz dobrobytu swej rodziny. Można to szczególnie ocenić, gdy zdrowie jej nie dopisuje. Kobieta wtedy zmniejsza swój wkład pracy w gospodarstwie i trzeba ją zastąpić płatną siłą roboczą. Każda wypłata robotnikowi przypomina rolnikowi o wartości pieniężnej pracy jego żony.

Gdy gospodyni nie może sama zaspokoić wielorakich potrzeb rodziny, muszą się znacznie zwiększyć wydatki na żywność i inne niezbędne rzeczy. Prawdopodobnie więcej marnuje się wtedy żywności i innych środków, wzrastają wydatki na reperacje oraz utrzymanie domu, a rzeczy domowników pozostają bez konserwacji. „Wartość ekonomiczna” pracy kobiety staje się wkrótce widoczna. Zasada, że taniej wypada zapobieganie niż leczenie, okazuje się słuszna zarówno w żywieniu mężczyzn, jak i kobiet oraz dzieci.

Aspekty ekonomiczne żywienia mają poważne znaczenie dla każdego państwa i dla jego rządu.

Rząd ponosi odpowiedzialność za ustalenie polityki żywienia, której celem powinno być zapewnienie odpowiedniego poziomu wyżywienia dla wszystkich obywateli. Powinno być dość

żywności i to żywności właściwej jakości, po cenach dostępnych dla każdego obywatela.

2. PRODUKCJA I IMPORT ŻYWNOSCI

Zwiększenie produkcji żywności. Postęp w użytkowaniu ziemi, wprowadzenie sztucznych nawozów i ulepszonych metod uprawy, ulepszanie ras bydła, trzody oraz innych zwierząt domowych, lepsze odmiany zbóż — wszystko to wpływa na zwiększenie ilości i jakości plonów oraz większą wydajność z hektara. Z kolei zwiększa się dochód rolnika, a spożywca otrzymuje żywność tańszą i lepszą. Wprowadzenie zbóż o wyższej wartości odżywczej umożliwia lepsze wykorzystanie ziemi. Przez zagwarantowanie minimalnych cen na pewne produkty masowego spożycia rząd może skłonić rolników do zwiększenia produkcji żywności i zabezpieczyć ich przed stratami. W ten sposób rząd może wpłynąć na zwiększenie produkcji żywności i zredukować chwiejność cen rynkowych. W niektórych krajach rolnicy mogą się ubezpieczyć od strat związanych np. z niesprzyjającą pogodą w okresie zniw.

Dobre warunki sprzedaży. Producent nie powinien ponosić strat przy zbywaniu towarów. Odpowiednie warunki transportu żywności od producenta do spożywcy umożliwiają dostawę produktów lepszej jakości przy mniejszych stratach.

Umożliwienie wystawienia produktów na rynku w sposób przyciągający uwagę przyczynia się do zwiększenia obrotów.

Przy mniejszych stratach ceny produktów można utrzymać na właściwym poziomie. Odpowiednie warunki przechowywania nadwyżek produktów żywnościowych ułatwiają ograniczenie do minimum wahań cen detalicznych.

Lepsze standardy (gatunki) produktów żywnościowych. Wprowadzenie obowiązujących norm i standardów umożliwia spożywcy otrzymanie pełnowartościowych produktów. Wtedy produkcja i sprzedaż produktów lichej jakości przestaje się opłacać.

Zabezpieczenie równowagi w gospodarce żywnościowej. Aby utrzymać pożądaną równowagę między produktami krajowymi i importowanymi, należy dbać, aby ceny uzyskiwane przez rolników mogły konkurować z cenami importowanymi i zabezpieczyć przez to interesy rolników. Można stosować różne metody utrzymania cen produktów krajowych na poziomie niższym niż ceny produktów importowanych. Można to osiągnąć przez pomoc finansową dla rolników, przez utrzymanie pewnych cen produktów na określonym poziomie lub przez nałożenie cła na produkty importowane.

Można też zwiększyć odpowiednio dostawy produktów szczególnie ważnych w żywieniu i ustalić na nie ceny dostępne dla ludności o małych dochodach, ograniczając cła i podatki.

Krajowy przemysł spożywczy może otrzymywać subsydia rządowe. Rząd może też opodatkować tzw. luksusowe produkty żywnościowe, aby zmniejszyć ich spożycie i zaoszczędzić dewizy na inne cele.

3. LEPSZE DOSTAWY ŻYWNOSTCI PO NIEWYGÓROWANYCH CENACH

Zarządzenia dotyczące przemysłu mleczarskiego dały w wielu krajach dobre wyniki: mleko jest czystsze i sprzedawane w lepszych warunkach sanitarnych. Wprowadzenie pasteryzacji mleka chroni zdrowie spożywcy i umożliwia dłuższe przechowywanie mleka. Standartowa zawartość tłuszczu zabezpiecza minimum jego ilości; jednocześnie można zwiększyć dostawy przez dodanie mleka zbieranego (do za tłustego) przy zachowaniu znormalizowanej zawartości tłuszczu.

W okresach braku żywności rządy mogą wprowadzać zarządzenia zmierzające do jak najlepszego wykorzystania żywności, która jest do rozporządzenia, np. ustawowe oznaczenie wysokości przemiału mąki. Od czasu do czasu w niektórych krajach wprowadza się przymus bardziej wydajnego przemiału; przy lepszym wykorzystaniu ziarna konsument równocześnie otrzymuje bardziej pożywny produkt.

Niektóre kraje wprowadziły ustawowo wzbogacanie mąki przez dodawanie pewnych witamin i soli mineralnych. Obecnie koszty wzbogacania są tak niewielkie, że wpływa to nieznacznie na ceny mąki. Tam gdzie tylko niewielkie ilości wzbogaconej mąki są w sprzedaży, handlowcy usiłują podbijać za nią ceny. Konsumentom powinni jednak wiedzieć, jaka jest istotna wartość nabywanych produktów. Przez regulowanie cen i inne zarządzenia rządy mogą pomóc konsumentom, aby otrzymywali bardziej wartościowe produkty za swoje pieniądze.

W wielu krajach wprowadza się zbiorowe żywienie w zakładach przemysłowych i większych instytucjach, subsydiowane tak, aby pracownicy mieli odpowiedni posiłek po niskiej cenie. Wzrost wydajności pracy po takim posiłku wynagradza pracodawcy wydatki pieniężne.

Posiłki uzupełniające, wydawane dla dzieci szkolnych i przedszkolnych oraz dla kobiet ciężarnych i karmiących, przyczyniają się do zachowania ich zdrowia oraz zmniejszają wydatki na produkty o wysokiej wartości odżywczej. Jednakże posiłki uzupełniające powinny być traktowane tylko jako uzupełnienie zwykłego jadłospisu, a nie zastępować żywienia domowego. Takie żywienie uzupełniające ma szczególne znaczenie przy wdrażaniu dzieciom i rodzinom dobrych nawyków żywieniowych.

Ogródki szkolne mają też duże znaczenie wychowawcze. Można obudzić zamiłowanie do uprawiania ogródków przydomowych

i komunalnych; da to większą produkcję żywności i może być źródłem dodatkowych dochodów.

Różnorodność towarów na rynku przy jednocześnie działającej reklamie utrudnia odpowiedni wybór asortymentu podczas zakupu.

Konsument potrzebuje specjalnej informacji i rady w sprawie rozróżniania gatunków artykułów oraz ich cen. Umożliwienie takich informacji jest sprawą niezbędną. Gospodyni domu powinna wiedzieć, jak rozróżnić dobry i zły gatunek produktu, znać jego zastosowanie oraz sposób postępowania z nim, aby osiągnąć największą korzyść i pożytek. Dopóki te sprawy nie będą znane oraz rozpatrywane ze szczególną troską dopóty czas i wysiłki będą szły na marne, a pieniądze będą wydawane na rzeczy niepotrzebne i nieprzydatne.

Kształcenie konsumenta głównie dotyczy gospodyni domu, ponieważ znaczna część zarobków przechodzi przez jej ręce z przeznaczeniem na utrzymanie i wydatki związane z prowadzeniem domu. Jest sprawą szczególnie ważną, aby kształcenie konsumenta obejmowało zarówno obecne, jak i przyszłe gospodynie domu.

Kobieta znająca charakterystyczne cechy różnych artykułów oraz sposoby ich użytkowania będzie mogła dokonać rozsądnego wyboru i otrzymać wartościowy produkt za swoje pieniądze.

Wybór odpowiednich towarów jest oczywiście uzależniony od możliwości zaopatrzenia rynku. Istnieje zatem konieczność kształcenia producentów, aby dostarczali towary dobrze zaplanowane, solidne i po przystępnych cenach. Zrozumienie, jak ważne jest zaopatrzenie rynku w towary dobrej jakości, spowoduje, że zarówno producenci, jak i importerzy będą zaopatrywali rynek w towary korzystne dla indywidualnego nabywcy oraz dla gospodarki krajowej.

Środkiem oddziałującym na produkcję solidnych produktów powinny być standardy ustalone dla materiałów, wykonania, wykończenia itp., którym powinny odpowiadać artykuły fabryczne. Szersze wprowadzanie norm jakościowych odbija się z korzyścią na konsumencie, przemyśle oraz handlu hurtowym i detalicznym. Przy mniejszej liczbie asortymentów towarów może być większa ich produkcja, a równocześnie koszty produkcji mogą być obniżone. Konsument będzie zabezpieczony przed kupnem gorszych towarów, ceny mogą być niższe, a przy wyborze towarów zaoszczędzi się wiele czasu i energii. Hurtownik i sprzedawca detaliczny również skorzystają z większego obrotu, a praca sprzedawcy — przy zmniejszonej różnorodności towarów — będzie znacznie uproszczona. Gdy mniej jest towarów odrzuconych i zwrotów, mniejsze jest ryzyko strat zarówno dla producenta oraz dla sprzedawcy, jak i nabywcy. Wszystko to sprzyja obniżce cen.

Zapotrzebowanie konsumentów na dokładne i praktyczne informacje dotyczące produktów nabywanych przyczyniło się do ustalania wyższych standardów oraz produkcji w lepszej jakości. Ponieważ „konsumentci tworzą rynek” jest bardzo ważne, aby byli oni należycie uświadomieni i umieli wytknąć niedociągnięcia oraz zasugerować poprawki. Konsumentci rzetelnie uświadomieni mogą pomóc przedsiębiorstwom państwowym i prywatnym w produkcji towarów, które dadzą maksimum zadowolenia wszystkim zainteresowanym.

Władze państwowe, odpowiedzialne za politykę importu, eksportu i handlu, oraz organizacje, jak izby handlowe i stowarzyszenia rolnicze, mogą również oddziaływać na gatunek oraz zaopatrzenie rynku w towary konsumpcyjne. Muszą jednak wiedzieć więcej o artykułach, których zaopatrzeniem kierują oraz muszą brać czynny udział w usuwaniu z rynku towarów z nieprzydatnych i niepopularnych w gospodarstwie domowym.

Ponieważ największą część pieniędzy wydawanych na utrzymanie gospodarstwa domowego pochłania żywność, uświadomienie konsumenta powinno obejmować wiedzę o produktach żywnościowych zarówno z ekonomicznego punktu widzenia, jak i od strony ich wartości żywieniowej. Gospodyni domowa potrzebuje wiadomości dotyczących różnych wartości produktów żywnościowych, jak wartość odżywcza, gatunek, zapach, trwałość, ilość odpadków, kształt i odpowiednie zastosowanie różnych rodzajów, czas oraz praca, potrzebne do przygotowania potraw, itd.

Ludność wiejska musi znać produkty, które rzadko są używane w okręgach rolniczych, np. wszelkiego rodzaju przetwory i konserwy. Gospodyni domu w mieście powinna móc porównać wartość i cenę produktu świeżego oraz w różny sposób konserwowanego np. puszkowanego, suszonego itd., aby móc zdecydować który będzie dla niej bardziej korzystny.

Niezbędna jest także znajomość czynników wpływających na ceny towarów.

Jakość produktów. Zasadniczo towary o wyższej jakości kosztują więcej niż towary o jakości niższej. Wyższa cena nie zawsze jednak znamionuje lepszy towar. Dlatego nabywca powinien dobrze poznać gatunek i przydatność towaru przed jego kupnem. Gospodyni zadecyduje, czy lepiej kupić tańszy towar, czy też droższy będzie bardziej ekonomiczny, bo trwalszy z racji swojego lepszego gatunku.

Zaopatrzenie. Zaopatrzenie rynku w dany produkt wpływa na cenę. Kiedy zapotrzebowanie przewyższa zaopatrzenie, ceny mają tendencję zwyżkową. Gdy istnieje nadwyżka towaru, np. podczas sezonu, ceny znacznie spadają. W sezonie owoce i warzywa można nabyć tanio, podczas gdy w innym czasie ceny mogą być dwu-

krotnie lub trzykrotnie wyższe. Mądry nabywca korzysta z takich obniżek cen.

Koszty reklamy. Reklama za pomocą ogłoszeń może znacznie oddziaływać na wybór artykułów żywnościowych. Konsumenci potrzebują pomocy w należytej ocenie reklamy i w wyrobieniu krytycznego sądu.

Musimy pamiętać, że reklama dużo kosztuje i koszt jej musi być zawarty w cenie towaru przez nią zalecanego. Sprytna reklama może na tyle zwiększyć sprzedaż, że narzut kosztów reklamy będzie niewielki. Są jednak przykłady towarów szeroko reklamowanych, mających popularną nazwę i sprzedawanych drożej niż podobne towary mniej reklamowane, a produkowane często przez te same wytwórnie.

Wysokość obrotu. Skala obrotu również oddziałuje na cenę towaru. Gdy istnieje możliwość zakupu dużej ilości towaru i szybkiego obrotu, co zmniejsza procent odpadów, cena towaru może być niższa od cen w sklepach o mniejszych obrotach. Sklepy prowadzone zgodnie z wytycznymi racjonalnej ekonomiki mogą łatwiej sprostać wymaganiom konsumentów, dając towar dobrej jakości i w przystępnej cenie.

Produkty krajowe i importowane. Produkty krajowe są przeważnie tańsze od importowanych tej samej jakości. Popularność produktów importowanych wpływa z braku standaryzacji produktów krajowych oraz ze zrozumiałej chęci na coś odmiennego lub nowego. Czasami importowane towary są sprzedawane w tańszej cenie niż krajowe. Może to być skutkiem większej i bardziej wydajnej produkcji, która wpływa na obniżenie kosztów własnych.

Forma, w jakiej produkt jest sprzedawany. Jest ona szczególnie ważna przy artykułach żywnościowych. Ceny tych samych produktów mogą się znacznie różnić w zależności od formy, w jakiej są sprzedawane.

Kupno luzem wg ciężaru jest zwykle ekonomiczniejsze, niż kupno w postaci paczkowanej, lecz jakość i wygląd pewnych artykułów żywnościowych ulega zmianie przez narażanie na przekładanie, zetknięcie z powietrzem itd.

Ilość zakupów. Towary nie psujące się mogą być kupowane w większych ilościach po tańszej cenie. Niektóre towary są sprzedawane w paczkach lub puszkach. Nie zawsze są one wielkości standartowej. Informacja dotycząca zawartości puszki powinna znajdować się na etykiecie jako objaśnienie dla kupującego.

Chcemy kupować jak najtaniej i jak najlepiej. Aby pomóc rodzinom w racjonalnych zakupach, można sformułować następujące wskazówki:

- 1) płać gotówką,
- 2) kupuj jak największe ilości produktów żywnościowych, które mogą być przechowywane bez obawy zepsucia,

- 3) zbadaj etykiety na artykułach paczkowanych i kupuj ilości które wypadają najtaniej,
- 4) używaj towarów krajowych, jeśli są bardziej ekonomiczne,
- 5) kupuj towary w sezonie,
- 6) kupuj towary w gładkich, a nie ozdobnych opakowaniach, pamiętaj, że to ty płacisz za pudełka i wymyślne paczkowanie,
- 7) jeśli dwie firmy oferują ten sam artykuł, kupuj produkt tańszy,
- 8) prowadź listę produktów, z których byłeś zadowolona, przyda ci się to przy następnych zakupach.

Przewidująca i mądra gospodyni, udając się po zakupy, sporządza dokładny, starannie obmyślany spis produktów. Pomoże to jej w nieprzekroczeniu limitu budżetu i zapewni racjonalny jałdospis.

Przy wyborze miejsca zakupów należy zwracać uwagę na czyistość i zaopatrzenie w produkty. Dobry sklep dba o zaopatrzenie i towar, należycie go przechowuje, często odsyła towary łatwo psujące się. Sklepy takie chętnie udzielają informacji dotyczących oferowanych produktów, tak że można porównać ceny i jakość.

4. PRZYDATNOŚĆ ZAKUPYWANYCH TOWARÓW

Przy zakupie umeblowania i droższego sprzętu dla gospodarstwa domowego konsument chce obejrzeć więcej modeli oraz wybrać najbardziej odpowiedni, dostosowany do jego potrzeb i użytku. Proste wzory są zwykle najpraktyczniejsze i najekonomiczniejsze. Gorszy gatunek często ukrywa się pod wymyślną stroną zewnętrzną i rysunkiem. Gładkie i solidne artykuły, nawet w droższej cenie, zwykle są najlepszym nabytkiem. Bardzo pomocne przy zakupie wyposażenia gospodarstwa domowego są prospekty, jeśli tylko zawierają dokładne informacje, np. dotyczące firmy, numeru, modelu, roku produkcji, rozmiaru itp.

Również pożyteczne są informacje dotyczące przydatności oraz ilości czasu, pracy i pieniędzy, które dany sprzęt zaoszczędza. Weźmy jako przykład odkurzacz. Jaka jest jego siła pochłaniania nitek, jak długa jest jego rura wdechowa, ile czasu zabiera jego złożenie i oczyszczenie woreczka z kurzem? Czy łatwo można nim oczyścić podłogę pod meblami, czy można używać go przy oczyszczaniu schodów itp.? Ważnym szczegółem jest okres gwarancyjny oraz okres próbny. Kupujący po zapoznaniu się z takimi szczegółami będzie mógł zdecydować, czy chce zapłacić za dodatkowe wygody, które oferuje dany przedmiot, czy też są one mniej ważne niż zaoszczędzenie pewnej kwoty.

5. OCHRONA KONSUMENTA

Żywność jest najbardziej nadzorowanym i kontrolowanym artykułem. Społeczeństwo ma prawo żądać ochrony swego zdrowia. Prawa i przepisy są konieczne w celu zapewnienia odpowiedniego stanu artykułów żywnościowych. W coraz większej liczbie krajów zarówno państwowe, jak i inne władze zajmują się kontrolą żywności, nadzorują drogę artykułów żywnościowych od producenta do konsumenta oraz udzielają informacji i w ten sposób ochraniają zdrowie obywateli. Należy kontrolować warunki sanitarne, w których żywność jest wytwarzana i przerabiana, a także wszelkie dodatki do żywności.

W celu ochrony konsumenta przed niewłaściwymi wydatkami jest także rozpowszechniona kontrola zabezpieczająca przed brakami ciężaru i miary.

Należyta wycena i klasyfikacja jakości artykułów żywnościowych może stać się wielkim ułatwieniem dla kupujących. Kontrola jakości stanowi podstawę do wyceny jakości produktów do sprzedaży.

Podział na gatunki może być stosowany przy świeżym mięsie, maśle, jajach, świeżych owocach i przetworach, warzywach, ziemniakach itd.

Gatunki powinny być wyraźnie oznaczone, aby kupujący mógł porównać różnice ceny i zdecydować, kupno którego gatunku będzie dla niego korzystniejsze.

6. BADANIA NAUKOWE W DZIEDZINIE ARTYKUŁÓW BĘDĄCYCH W SPRZEDAŻY

Rzetelne kształcenie konsumentów musi być oparte na wynikach odpowiednich badań naukowych, które mogą być związane np. z problemami ekonomiki pracy lub cechami charakterystycznymi materiałów w różnych warunkach, przydatnością tych materiałów do różnych celów oraz praktycznością ich kształtów i wzorów. Wyniki badań nad towarami będącymi w sprzedaży należy odpowiednio naświetlać konsumentom oraz realizować w produkcji sprzętu i innych artykułów dla gospodarstwa domowego. W Kanadzie, Danii, Francji, Niemczech, Szwecji, Szwajcarii, Wielkiej Brytanii i Stanach Zjednoczonych powstało wiele instytutów, które zajmują się pracami badawczymi oraz są zarazem ośrodkami informacyjnymi.

Wśród pierwszych prac Instytutu w Szwecji znajdowały się badania nad nożami kuchennymi. Poprzednio trudny był wybór noża odpowiedniego dla gospodyni domu, gdyż na rynku znajduje się ich bardzo dużo, różnych rodzajów i jakości. Gospodynie

skarżyły się na noże, które rozlatywały się, gdyż ostrze nie było odpowiednio osadzone na trzonku, albo trzonek pękał, a woda i zanieczyszczenia przedostawały się między ostrze a trzonek, albo też nity się obluźowywały. Przy pomocy pracowników technicznych odnośnego przemysłu Instytut określił cechy materiałów odpowiednich do produkcji noży. Gospodynie domu i specjaliści gospodarstwa domowego poddali próbie noże z trzonkami z masy plastycznej, którą można uformować w kształcie wygodnym do trzymania. Badano również prawidłowy kształt ostrzy. Ten możliwy sposób zdefiniowania, jaki powinien być nóż wysokiej jakości, biorąc pod uwagę wszystkie aspekty, wpłynął na produkcję ograniczonego asortymentu noży, lecz naprawdę wygodnych dla gospodarstwa domowego. Noże takie obecnie wchodzi w użycie w całym kraju.

Badania są także prowadzone nad ułatwieniem życia codziennego, aby móc zaoszczędzić czas, pieniądze i energię. Racjonalne budownictwo oraz rozplanowanie i urządzenie kuchni są szczególnie ważne w celu zaoszczędzenia zbytecznej pracy oraz troskliwie nadzorowane w wielu krajach.

W wyniku badań naukowych różnych czynności domowych oraz materiałów potrzebnych do czyszczenia i konserwacji — wynaleziono wiele artykułów ułatwiających pracę gospodyni, np. farby łatwe do utrzymywania w czystości powleczone nimi przedmiotów i tapety do mycia oraz metody obróbki mebli, zabezpieczającej przed mokrymi plamami, itp.

Inne instytuty zajmują się kalkulacją kosztów oraz badaniami nad produktami świeżymi i przetworami. Stwierdzono na przykład, że ceny niektórych artykułów świeżych i zamrożonych były takie same, w innych zaś okresach produkty zamrożone były dużo droższe.

Badania nad metodami przygotowania różnych produktów mogą dać nowe wyniki w zakresie zachowania wartości odżywczej, smaku i wyglądu, a także zmniejszenia zużycia czasu, energii oraz opału.

Pranie jest czynnością wymagającą pracy, opału, sprzętu i środków piorących. W wielu krajach przeprowadzono już badania nad sposobami prania, nad rodzajami środków piorących zależnie od stopnia twardości wody, nad typami sprzętu itd.

Podobne badania prowadzono nad metodami mycia naczyń. Wyniki tych prac znalazły oddźwięk w planowaniu powierzchni potrzebnej do zmywania, zarówno przy budowie nowych kuchni, jak i przy przebudowie starych, oraz przyczyniły się do produkowania lepszych rodzajów środków zmiękczających, szczotek do zmywania naczyń itd.

Takie badania naukowe powinny być podstawą kształcenia konsumenta.

Najstarszą metodą kształcenia i uświadamiania konsumenta jest przekazywanie wiadomości córkom przez matki oraz kobietom przez inne kobiety. Różnorodność nowych artykułów w sprzedaży oraz stale wzrastająca różnorodność gatunków powodują konieczność rzetelnej informacji opartej na nowych osiągnięciach w nauce i technice.

Szkoła może wpływać na kształcenie konsumenta na lekcjach arytmetyki, geografii i przyrody oraz na kursach z dziedziny rolnictwa, gospodarstwa domowego i robót ręcznych.

Organizacje kobiece, a szczególnie te, których działalność dotyczy interesów gospodyń domowych, mogą wiele zdziałać w dziedzinie szkolenia konsumenta wśród swych członkiń. Organizacje kobiece mogą skutecznie zwalczać tendencję do zakupów na raty, wyjaśniając, o ile ceny artykułów kupowanych w ten sposób są wyższe. Przepisy prawne, regulujące sprawy wypożyczania i spłat ratałnych, są nieodzowne w celu zabezpieczenia interesów obu stron. Organizacje kobiece mogą wglądać w te sprawy, dbać o to, aby ich członkinie były dobrze zaznajamiane z przepisami, oraz wpływać na przepisy prawne w tym zakresie, aby lepiej zabezpieczyć interesy użytkowników.

W niektórych krajach powstały stowarzyszenia konsumentów, które rozwinęły ożywioną działalność w dziedzinie pracodawstwa chroniącego kupującego przed niepożądanymi lub szkodliwymi dodatkami do żywności, fałszywymi lub nieodpowiednimi etykietami itd. Na przykład Kanadyjskie Stowarzyszenie Konsumentów studiuje problemy kupujących, rozpowszechnia informacje, a także pośredniczy w przekazywaniu opinii konsumentów czynnikom rządowym, producentom oraz przedsiębiorstwom handlowym i przemysłowym.

Służba informacyjna jest najlepiej zorganizowana przez władze miejskie w Sztokholmie, gdzie można uzyskać szczegółowe porady w sprawach umeblowania i wyposażenia domu. Stała wystawa stwarza możliwość porównania różnych rodzajów mebli, ich jakości, cen i użyteczności. Ośrodki informacji na targowiskach i w innych ośrodkach handlu udzielają informacji o artykułach sezonowych oraz mogą przyczynić się do zwiększenia sprzedaży niektórych towarów. Służba rozpowszechniania wiedzy z dziedziny gospodarstwa domowego szczególnie jest odpowiedzialna za przekazywanie wiadomości kobietom wiejskim. Udziela ona informacji na pokazach i wystawach oraz przez demonstrowanie różnych artykułów. Możliwość obejrzenia towarów oraz pouczenie, na co należy zwrócić uwagę przy kupnie, jaka jest różnica pomiędzy właściwym i niewłaściwym obchodzeniem się z towa-

rem itd., pomagają w przyswojeniu wiadomości oraz zapamiętaniu ich.

Wiele informacji można udzielić również przez radio i telewizję tam, gdzie jest to możliwe. Ogłoszenia, broszurki oraz biuletyny również mogą być pomocne, jeśli wiadomości w nich zawarte są proste i jasne, łatwe do zapamiętania przez gospodynię domu.

Grupy dyskusyjne i kółka naukowe stwarzają wspaniałą okazję do kształcenia konsumentów, szczególnie gdy ich członkowie mogą poddać próbie niektóre artykuły oraz zastosować je w praktyce.

Etykiety podające klasyfikację towarów ułatwiają konsumentowi zakup.

Przy stosowaniu jakichkolwiek metod i środków jest rzeczą najważniejszą, aby konsument zachował przywilej dokładnej informacji, która wywrze korzystny wpływ nie tylko na jego gospodarstwo, ale również na ekonomikę całego społeczeństwa.

Zarząd Łódzki Nici Kobiet
Ośrodek Gospodarstwa
ŁÓDŹ 140
ul. Andrzeja Struga 1, tel. 207-49