Hoe zullen wij ons voeden?

In deze tijden van duur leven zal het niet ten onpas komen, eens eventjes het onderwerp «Goedkoope Voeding» aan te raken.

Het menschelijk lichaam kan vergelijken worden met een brandende kachel het levensverschijnsel is hoofdsakelijk een verbranding. Evenals een kachel met steenkool of hout gevoed wordt, ontvangt het mensschelijk lichaam voedingsstoffen die eene omsetting of trage verbranding ondergaan. Voeden of verbranden zijn bijna dezelfde begrippen: ik zeg bijna, omdat het meeste voedsel tot de verbranding dient. Een gedeelte daarvan echter, namelijk de proteinen, of stikstofhoudende stoffen, zijn opbouwende en herstellende stoffen.

De ruwe voeding bevat over de proteinen aan onder den vorm van vleeschweefsel, stof, meel- en brooddeeafstof, het erwit van eieren, enz.

In 't algemeen eet men te veel proteinen zonder veel te letten op vet en koolhydraten, en inderdaad, deze twee laatsten zijn eigenlijk brandstof en brandstof vindt men in geneegzame hoeveelheid in alle plantaardige en dierlijke voedsel. Doch de proefnemingen van den Heer Chittenden, van den Amerikaan Chittenden schijnen te bewijzen dat een volwassen persoon slechts 50 tot 60 gr. proteinen per dag noodig heeft. Wat er ook van zij, zeker is het dat het lichaam slechts een paaiad getal proteinen behoeft voor den groei en 't herstel, en dat het overige verbrand wordt met als vet en koolhydraten.

Daar de verbranding (volgens het boek van «Menschenvoeding», door Dr. A. J. Van den Clede), van 100 gr. proteinen, maar 410 latodien (verbrandingsenneheden) ontwikkelt, ongeveer (zust zoovel als koolhydraten), en nog niet half zoveel als vet; daarut magn men besluiten dat het overbodig gebruik van proteinen eene groote verkwisting te weg zoude werpen.

Zelfs wat het proteinengehalte betreft, de daurste spijzen zijn niet altijd de voedzaamste. Een 1 liter kwarkmelk bevat 33 gr. proteinengehalte; een kgr. van de volgende voedsels: witt tarwebrood, mager rundvleesch, boonen, eieren, eieren (ongeveer 120 1 kgr.), geven respectievelijk 80 gr., 211 gr. 240 gr., 127 gr., proteinen.

Dat drie kgr. brood hebben meer voedende waarde dan 1 kgr. mager rundvleesch; boonen zijn voedzamer als brooderen bevatten niet tweemaal zoveel proteinen als brood.

Melk is eichter een voortreffelijk voedsel: een kgr. of liter melk kost toch 10 maal minder dan een kgr. vleesch.

Daarbij in de laatste tijden heeft men bijkomende factoren der voeding ontdekt, nl. de vitamines.

Een weinig melkvet is onontbeerlijk, vooral in de groeiperioden, omdat het de vitamine A bevat. Een ander soort vitamine B en C treft men vooral aan in rauwe groenten, in gras, vruchten, enz. Doch het graan moet in ongepellen toestand zijn, bijvoorbeeld, daarom is het goed dat het meel niet al te veel gebolt worde, opdat het toch nog iets van de schil zou bevatten. Zomelen hebben nog dit voordeel, dat zij de ingewanden prikkelen, om zoo te zeggen kuischen, en de verstopping beletten, welke vooral bestaat bij lieden die overvloedig vleesch eten. De maatregel verbiedende het gebruik van gansch gebuild meel heeft dus nog andere voordeelen dan economisch.

Het overvloedig gebruik van vleesch brengt zekere eistoffen in ons bloed en de organen welke vederlei kwalen veroorzaakt

Visch is bijna zoo voedzaam als vleesch, en kost 2 of 3 maal minder Karton, als wij goedkoop en terzelfdertijd doelmatig en gezond voedsel willen nemen, weze het hoofdbestanddeel: brood aardappelen en groenten, welke eene belangrijke dosis koolhydraten, en ook proteinen bevatten. Melk, visch en kaas, zeven bijkomende voedsels.

Wil men een goede gezondheid bewaren, moet men slechts eten om te leven, en niet leven om te eten, gelijk sommigen doen.

Het spreekwoord zegt: «De tafel maakt meer slachtoffers dan de oorlog».

Nog lange jaren zullen de voedingsmiddelen duur zijn. Immers Rusland, Rumenië, Hongarie geven ons minder graan dan vroeger. President Coolidge zeide onlangs in eene redevoering: «Mogelijk zal Amerika weldra op het buitenland aangewezen zijn voor zijn voedingsstoffen.»

Het ware te wenschen dat in België meer geringe leden in 't breit kwamen van een stukje grond om in hun vrije uren zich op den tuinbouw toe te leggen. De grond kan alsdan overvloedig oplbrengen. Het is ook een goede maatregel, nieuw ijzerenwegen aan te leggen naar de gezondste en vruchtbaarste streken van Congo, om die met het Moederland te verbinden.

Het geloof van Judocus.

Judokus Tybaert was soldaat ten tijde van Jantje Kaas en hij lag in garnizoen te Middelburg. Onder ander tijdverdrijf moest Doken op wacht staan in 't klein straatje, dat naar den protestantschen tempel lijp, en hij had streng bevel gekregen niemand door te laten, tenzij den dominee van den tempel.

Als Doken daar al 'n tijdeken zijn hondert stappen weg en weer gegaan had, kwam er 'n klein, oud, versukkeld notenkrakerke van 'n manneke, met een grooten boek onder zijnen arm, te wege door dat straatje.

— Halt! zei Doken, niemand mag hierdoor tenzij de dominee.

— Hewel, zei dat klein manneke, ik ben de dominee, ik ben dominee Stokvisch.

— Gij, de dominee! zei Doken; als gij de dominee zijt, dan zult ge mij weten te seggen wat dat er komt achter het zeide vers van het derde kapittel van den tweeden boek der Koningen!

De dominee stond met zijnen mond vol tanden, en 't was al verloren wat hij zei en hij hoog en hij leeg bewerde; Doken liet hem niet passeeren, en 't mannetken moest op zijn stappen weerkeeren. Ja maar, de dominee liet dat zoo niet en hij ging bij de hoogere macht zijn beklacht doen.

— Kom mee met mij, zei de kapitein, ik zal dien lompenik nen keer zijne les spelen.

En als ze te garen bij Doken kwamen: kaporaal Tybaert, zei hij, waarom laat ge den dominee niet door?

— Dat, de dominee! zei Doken, dat kan ik niet gelooven, want hij kan zijnen bijbel niet!

— Hoe, zei de kapitein, hij kan zijnen bijbel niet?

Ik vraag hem, zei Doken, wat dat er volgt achter het zeude vers van het derde kapittel van den tweeden boek der Koningen, en hij kan mij niet antwoorden.

— Ik Zou hem zonderie wel gelooven, zei de kapitein! Weet gij het misschien?

— Ja kapitein, het zevende vers, zei Doken.

— Kaporaal Tybaert, zei de kapitein, dat is fink geantwoord. Van welk geloof zijt gij dan?

— Ik, kapitein, zij Doken, ik ben van 't geloof van de katin uit «Den Anker».

— Ja, zei de kapitein, en welk geloof is zij?

— Ge moet weten, kapitein, zei Doken, ik sta in 't kriijt in «Den Anker» met twaalf groote druppels, en gisteren hoorde ik deze zoete voeding over mij: «Ik geloof dat die soldaat mij nooit zal betalen. Ekwel! ik geloof dat ook!...

BUITENLAND.

OOSTENBRIJK.

Dood van barones Marie Vetsera. — Te Baden bij Weenen is overleden de barones Marie Vetsera.

Zij was de moeder van een jong meisje dat gewikkeld in geheimenis in een wreedschokkend drama, dat eens heel Europa in rep en roer zette: het drama van Meyerling.

Men herinnert zich dat het de jonge baronies Vetsera was, wier lijk men vond in het jachtpavijoen van Meyerling, samen met dit van aartshertog Rudolf.

Hebben zij samen zelfmoord gepleegd, heeft men hunnen dood aan andere gedood en zich vervolgens gezelfmoord, werden ze beiden door eene andere gedood, dit blijft het geheim van Meyerling.

ITALIE.

Een Kind te vinden gelegd.

Het rustte op een kussen van bankbriefjes.

Uit Ferrara, van uit Mesola, bij Ferrara, werden langs den weg in een korfje, een pasgeboren kind. Het wichtje was zeer rijk gekleed en droeg op een hoofdkussen, waarin zich 150 pond sterling bevonden en een briefje met de woorden «Benin het kind en draag er zorg voor, iemand zal over zijn toekomst waken.»

De boeren denken dat het kind te vinden werd gelegd door personen, die in eer luxeauto reisden en die van hoogen stand gepeerd waren. De boeren besloten het kind te aanvaarden.

Gemengde berichten

Frankrijk en het Vatikaan.

De Fransche kamer heeft dinsdag een morgen-en namiddagzitting besteed aan de regeling van de crediteten voor de missie bij het Vatikaan bestaande uit 'n volleydig vertegenwoordiger van Elzas-Lotharingen.

De socialisten zetteden hun stadpunt uiteen bij monsieur de volleydigvertegenwoordiger Blum. Zijne rede nam drie uren in beslag. Blum meende dat men de belangen van Frankrijk kon ter zijde laten. De houding van den Paus tegenover Frankrijk zou niet ingegeven worden door het feit of dit land vertegenwoordigd was of niet. De socialistische partij, beweerde hij verder, is een leekenpartij wat daaruit nog niet zeggen wil een anti-godsdienstige partij.

De houding van de socialistische partij in de gegeven omstandigheden werd ingegeven door tactische overwegingen. De tijd was voorbij dat de Kerk zich als arbiter kon opwerpen binnen den atie of tusschen de natie, die noodzakelijke rol zou zou nu door het internationaal socialisme vervuld worden.

Herriot verdedigde daarop de crediteten voor de speciale missie bij het Vatikaan voor Elzas-Lotharingen en verzocht de leden der linkerzijde de kleine «concession de principe» te doen welke hij voorgesteld had.

De Elzasser George Weil verklaarde uit naam der socialisten, dat zij voor de aangevraagde crediteten zouden stemmen. 't Betrof hier slechts een overgangstoestand, in afwachting Elzas-Lotharingen volkomen in de Fransche wetgeving op te nemen.

Op een onderbreking van den Elzasser Walter, dat Millerand aan den Elzas beslaande beloften gedaan zou hebben, antstond, toen Weil dit ontkende hij de rechterzijde een helsch kabaal. Er werden «Marsillaise» en «Internationale» gezongen en Painleve moest de zitting schorsen.

Bij de hervatting der debatten verklaarde Soulier namens de rechterzijde, dat hij tegen de crediteten zou stemmen. Het volk zou het tegen de nationale waardigheid van Frankrijk achten bij het Vatican vertegenwoordigd te zijn door agenten die zich van de dienststraf zouden moeten bedienen.

De Elzasser Oberkirch legde namens de rechtsche Elzassers een overeenkomstige verklaring af.

Onder groote opwinding hadden de stemmingen plaats, waarop Herriot de kwestie van vertrouwen had gesteld.

Eerst werd een communistisch amendement ter schrapping van de crediteten van de speciale missie bij het Vaticaan verworpen. De crediteten werden aangenomen met 317 tegen 246 stemmen.

In deze zitting werd tusschendoor een amedement ter vermindering van de crediten voor het Fransch gezantschap te Moscou verworpen met 304 stemmen tegen 210.

De kortste aaas.

De kortste naam der wereld wordt uitgedragen door een Chineesche student, in Maryland. Die heet namelijk eenvoudig weg: Mijnheer I.

Wederoprepingen voor de schiet- en veldoefeningen in 1925.

Batajlos Pionniers.— Jaarklas 1921: vijftien dagen, van 9 tot 23 Mei.

Jaarklas 1923: een en twintig dagen, van 25 Juni tot 15 Juli.

Korps Torpedisten en Zeesoldaten:

1° Van 29 Juni tot 18 Juli, de militairen der jaarklas 1922, die geschikt zijn voor den gewapenden dienst;

Van 29 Juni tot 1 Oogst, de militairen der jaarklas 1922, die enkel geschikt zijn voor hulpdiensten.

2° Van 14 tot 28 September, de militairen der jaarklas 1921, die geschikt zijn voor den gewapenden dienst.

De militairen der jaarklas 1921, die enkel geschikt zijn voor hulpdiensten worden niet opgeroepen.

Maasslijpe.

Op 8 en 9 Februari zal eene gedeeltelijke manoeuvreuitsering in België zichthaar zijn. Den 8, ten 16 ure 41, opgang van de Maan begin van de halfschaduw, ten 18 ure 49, van de schaduw ten 20 u 09; het hoogtepunt van de eklips, ten 21 ure 42; einde van de verduistering den 9 Februari, te middernacht en 35 minuten.

DE DUITSCHE MEDEDINGING.

Een manouver.

De Belgische Staat had onlangs eene aanbesteding uitgeschreven voor het leveren van wagons voor de Staatsspoorwegen. De Belgische bijlevaarders namen ook deel aan de aanbesteding en het bleek, dat hunne prijzen veel hooger stonden dan deze van de Belgische nijveraars. En dadelijk ging er geroep op: «Ziet ge wel dat de Duitschers tegen de Belgische nijverarsnet kunnen opkomen!»

Is dat te haastig! Want het lijkt heelemaal dat er hier een Duitsch manouver in het spel is. Men weet dat er Belgisch-Duitsche ekonomische onderhandelingen aan den gang zijn. De Duitschers willen, doorgeloven dat onze nijverarsn hen niet te vreezen hebben en dat de Duitsche nijverarsn niet beneden de Belgische prijzen kunnen werken.

Welnu, het tegenovergestelde is waar, en de Duitsche nijverarsn hebben het in hunne bestedingen in de vreemde Staten. Voor de levering van vijf lokomotieven aan Egypte was de Belgische prijs 1800 Egyptische ponden en de Duitsche prijs 2000 ponden. Voor de levering van treinwielen in Finland verwerpen de Belgen 1600 fr. en de Duitschers 1100 fr.

Eenmaal het Duitsch-Belgisch ekonomisch akkoord gesloten, zou men alras zien dat de Duitschers ook in Belgie onze eigene nijverheid den loef zouden afsteken. En dat is niet te verwonderen. De Duitschers werken tieu uren meer dan ons, veel langer en den ten onzent. Zoo kunnen zij hunne prijzen in evenredigheid veel lager stellen dan de onzen.

MAARCHALK EN VEIZORGER.

Gewezen vijanden.

Dat de haat die twee vijandige volkeren tijdens den oorlog tegen elkaar hebben in 't harnas gejaagd, langzamerhand afkoelt, en gewezen vijanden het zijaan, aan hun vrienden geworden, toch elkaar best leeren verdragen, is een feit dat thans kan vastgesteld worden in het volgende geval.

Een soldaat van het Fransche vreemdenlegioen, zekere Grimm, een Duitscher van Berlijn, heeft zich bij gebracht tot vergieter van den Franschen marschalk Franchet d'Esperey! Grimm heeft gedurende den oorlog dienst gedaan op de onderzeers van Kiel, en eenige Fransche schepen getorpiljeerd. In 1919 nam hij dienst in Frankrijk. Hij streed dapper in de Sahara, tegen de Marokkaanen en werdt tot sergeant toegeweist. En dan is hij voor een tijd vergeer gevorden van den Franschen maarschalk. Maar tijdens den tocht Gradis, die kaart per auto heel de Fransche beezittingen in Afrika, van het Noorden tot aan den Niger bezocht, heeft hij doorreisd, toch waataan de marschalk en Grimm bleeken.

Hedendaagsche Dolkelaars.

Het is kapitein Leavitt, die de werken bestuurt, onlangs aan de Chilaansche kust ontwerpen, om de Lusitania, dat zoo geschat op eene waarde van 600,000 dollars, liggend op eene diepte van 318 voet, boven te halen. Hij is het ook die de toebereidselen maakt voor de redding van de 4 tot 6 millioen dollars goud in staven en zuwelen, die nog in het wrak van de «Lusitania» liggen.

Kapitein Leavitt is de uitvinder van een steebel met hoeg drukking, dat aan de dolkaars toelaat eene diepte van meer dan 300 voet te bereiken. De kapitein bevestigde vanhij vroegere proefnemingen eene diepte van 261 voet bereikt te hebben, wat de vroegere records met 176 voet overtreft.

Het toestel dat hij uitgevonden heeft verdraagt gemakkelijk de ontzettende druking die op eene diepte van 350 voet gelijk staat met 155,54 pond, 't zij 11ten maal de gewone luchtdrukking.

De grootste moeilijkheid die hij, tijdens zijne werken aan de Chilaansche kust ontmoette, was het bepalen van licht in deze groote diepten. De duisternis is er zoo groot dat men slechts zeer ondudelijk, op een voet afstand, de vormen van de voorwerpen kan onderscheiden. Men moest dan de werken onderbreken, en gloeilampen maken, van een bijzonder stelsel, die aan de druking van het water konden weerstaan. Thans is alles geregd om, met veel kans op gelukken, den schat van de «Lusitania» te redden.

Het Zomerunr.

De Britsche regeering gaat een wetsvoorstel neerleggen omtrent het tijdstip waarop het zomerunr in Engeland toegepast wordt en om te maken dat het overeenstemt met dit in Frankrijk en in België. Dit ontwerp zal denkelijk vóór 1 April aanstaande gestemd zijn.

De Hollandsche regeering heeft het inzicht voor de Tweede Kamer een wetsvoorstel neer te leggen betrekkelijk het zomeruur. Het inzicht der regeering is het zomeruur in Holland af te schaffen.

Woningnood.

Periodiek treffen we in de socialistische gazetten artikel aan over den woningnood.

We zijn de laatsten om te loochenen dat er nog 't gebied der huisvesting treurigneen, echte wantoestanden bestaan. Maar hoe dikwijls reeds weezen wij op het vergende feit, dat de socialisten, met de overdreven winsten welke hun coöperatieven maken ten koste der verbruikers, bouwen volkshuizen, schouwburgen, cinemas, koopen schepen aan, richten fabrieken op, banken, enz. enz. — maar hoeveel werkmanswoningen hebben zij al gebouwd, ter bestrijding van den woningnood?

Op die reeds zoo dikwijls herhaalde vraag moet nog altijd het eerste antwoord komen.

Lasten der foorlieden.

Onlangs werd er een vertoog van de foorkramers meegedeeld, die er over klaagen dat zij bezwijken onder de hoorschende fiscaliteit. Een lid der Kamer ondervroeg den minister hierover en deze gaf het volgende antwoord:

Volgens de memorie van toelichting der wet van 28 Februari 1920, waarbij de belasting op de openbare vertooningen en vermakelijkheden gevestigd wordt: is deze belasting op alle openbare vertooningen en vermakelijkheden, indien deze een ontvangst opleveren; de belasting wordt dienaalijk geeischt op de geheele ophrengst van den verkoop van spijzen en dranken; van tabak en andere verbruiksartikelen in de lokalen zelf waarin de vermakelijkheden plaats hebben.

Welnu de foorlieden bezetten op de foor een gedeelte van die gemeenschappelijke plaats van vermakelijkheden en de aantrekkelijkheden die er ingerichtt worden verschaffen hun ontvangsten die, krachtens de vermelde wettelijke begrippen, belasthaar zijn.

Wat betreft de bijzondere belastingen, die sommige provincien, en gemeenten begeren op foorlieden, wier lasten zij verwaren, hunne afschaffing is voorzien in de eerste paragraaf van art. 83 van het wetsontwerp dat thans aan de wetgeving onderworpen is.

Stads- & Provincienieuws

GOED NIEUWS! Op zondag, 8° Februari, opvoering door de **Witte Lelie** van het laatste groot lachtaueces van de schouwburgen van Brussel, Gent en Antwerpen:

— **BEURSKOORTS** —

door de schrijver van **De Kribbebijter!**

SCHIEN-NUSSEN-HOVELDEN. — Beide beenderen. — Maandag morgend is met den tram van 5.30 uur, van Schiemoer Bolre en Dal-Meeer, een schrikkelijk ongeluk gebeurd. De 50-jarige meester Willem P..., van Bolré, is voor de tram gevallen en onder zijnen voor wagon terecht. De man is beide beenen afgereden en is ter plaats dood gebleven. Het slachtoffer was gehuwd en huisvader van vijf kinderen.

DIEPENBEEK. — Doodende hik. — Sedert een paar weken heerscht te Diepenbeek en in een aestal dorpen van den omtrek eene zonderlinge kwaal, namelijk de hik. Honderden personen zijn er door aangetast en het hikken duurt soms verscheidene uren onafgebroken. De geneesheeren hebben drie overlijdens aan die zonderlinge kwal toe te schrijven.

VERVIERS. — Festival. — Op Zondag 17 Mei a. s. zal de Zanfare «Eurai Verdeit» een groot festival in waarop al de muziekcoscietelten van het omliggende zullen uitgenoodigd worden.

MALÈ. — Sterfgeval. — Onder algemene deelneming had alhier verleden dinsdag de plechtige lijkdienst en teraardebestelling plaats van Mr Johannes-Josephus Castermans, echtgenoot van Elisabeth-Anna Mouha, geboren te Rixingen den 30 Juli 1861 en na een kortstondige ziekte, godvruchtig overleden, den 30 Januari 1925, voorzien van de laatste HH. Sakramenten.

De afgestorvene was een voorbeeldige echtgenoot en zorgzaam vader, die zijne grootste genoegen vond bij vrouw en kind aan den huiselijken haard. Om zijn minzaam karakter en vriendelijke omgang, was hij van iedereen geacht en bemind door zijne vrienden. Algemeen wordt hij thans beweend.

Eene groote menigte woonde de plechtige lijkdienst bij.

Aan de maatbestaanden bieden wij onze innige deelneming.

HOESSELT. Het Concert uitgeveerd door de Harmonie «St-Cecilia» is met eenen overgroten bijval bekroond geworden. De aleude zaal was ten allen toeskijen bezet, en meer dan ooit deed zich de behoefte gevoelen aan een nieuw lokaal.

Het is eigenlijk de ziekten merktemen vooral de eenheid in den samenhang en de meesterlijke weergeving dezer. Zij vielen dan ook bijzonder in den smaak der toehoorders. De uiterst fijne keus en moeilijkheid der stukken, bewees de stoutheid en durf om zulk programma aan te vatten.

Het aanhoudend applaus van het talrijk publiek was dan ook welverdiend, en bewees ten volle dat de Harmonie, onder de bekwame leiding van den Heer C. Ruters haar weg op de baan der kunst wel zal vinden.

BILSEN. — De gemeenteraad van Bilsen heeft eene toelage van 200 franken gestemd, voor de uitbreiding der Vlaamsche lezingen aan de katholieke Hoogeschool van Leuven.

VLIEHMAEL. — Duivensport. — Alle zondagen zijn er voetringen te bekomen voor duiven in het lokaal Ogpelet! zooveel mogelijk den zondag.

Wie zijnen naam nog niet aangegeven heeft en eenen turbestatiger verlangt, zorge dit te doen.

Vermakelijkheid. — Zondag 1° Maart zal het geselschap **Alberto** van Leuven eene toneelvoorstelling komen geven in het lokaal «De Leeuw van Vlaanderen».

Nadere inlichtingen zullen later volgen.

HEERS. — Trambosing. — Dinsdag rond den middag kwam de aanbesteedsmuur van M. P. van Remicourt uit de straat van Opheers naar Heers, juist als de tram van Oreye naar St-Truiden aangereden kwam. De auto die niet genoeg door was, werd van achter gevat door den tram. Hij werd omgesmeten, en de fleschen hier, waarmede hij geladen was, vielen door de straat. Een der voerliedenwas in tijds van den auto gesprongen, de anders was met den omgeslagen auto ten gronde gevallen. Beiden hadden geen letsel bekomen.

BOND DER TALRIJKE HUISGEZINNEN.

Op Vrijdag, 70 Januari, gaf de afdeeling Aiken een welgelukt avondfeest. Dit voorbeeld diende door meerdere afdelingen nagevolgd; zulks feestje levert immers 4 voordeelen op: 1.) 't is eene beste gelegenheid om de leden op eene vergadering te lokken; 2.) de inning der bijdragen gebeurt er gemakkelijker; 3.) het zet de groote gemmen aan om den Bond bij te treden; 4.) het levert geldmiddelen op, de plaatselijke druk- en propagandakosten.

Vergaderingen, met voordracht door den Voorzitter van het Gewestelijk Comiteit:

1.) Op Zondag, 8 Februari, om 11 uren te **Lanaken**;

2.) Op Zondag, 8 Februari, om 4 uren, na het lof, te **Hoeselt**;

3.) Op Zondag, 15 Februari, na de Hoogmis, te **Borgloon**;

4.) Op Zondag, 15 Februari, om 5 uren, te Velm, in de Jongensschool.

De Heer Fr. de Marneffe, voorzitter van den kantonalen Bond van Sint-Truiden, stelt zich beschikbaar tot ons beschikking om in ieder kanton eene voordracht te geven over de **gezinsvergoeding voor de Landbouwwerklieden.** Men kan zich rechtstreeks tot hem wenden. (Mr Fr. de Marneffe, Meilgerijbestuurder te St-Truiden).

Naar aanleiding van de nadernde kiesgen, herinnert de Bond artikel 3 zijner statuten, dat aldus luidt: «De Bond is bij geene partij aangesloten. Hij bewaart dan ook de eendrachtige samenwerking der Belgische gezinnen. Hij doet een beroep op de medewerking van al zijne leden, zonder onderscheid van wijsgeerige of politieke opvattingen afwel van sociale toestanden, zich met zijne beginselen vereenigen en zich verbinden zijn programma voor 't staan.»

De Bond verzoekt bijgevolg al de politieke vereenigingen de door hem aangevraagde hervormingen in hun programma op te nemen.

Hij het zijne leden aan, bij het aanwijzen van candidaten rekening te houden met de sympathie die zij ten gunste van de zaak der Talrijke Gezinnen zouden gegeven hebben.

Deze verklaring zal door het Gewestelijk Comiteit van Tongeren aan de politieke vereenigingen en aan de candidaten medegedeeld worden.

De Brusselsche dagbladen hebben zich verleden week veel beziggehouden met het geduldig dalen van het geboorteeijfer in België: sedert 1901 is de daling van 23 per honderd. Het gemiddeld geboorteeijfer van Brussel staat lager dan dat van Parijs. Deze droevige waarneemingen bewijzen dat het tijd wordt krachtdadig maatregelen te nemen.

Men verzekert dat Minister Nolf bereid is voldoening te schenken aan de Commissie van Weteraciaspen en Kunsten, die vroeg dat een millioen Frank door den staat zou geleend worden aan het Voorschotfonds voor de studiën van de kinderen der groote gezinnen.

Over den familietoslag aan de Staatsambtenaren wordt nog veel geschreven wij stelsel zal de bovenhand behalen? dat van de Regeering, dat van de Centrale Sectie of dat van E. P. Fallon?

De voorstellen van Procureur Generaal Meyers voor den strijd tegen de zedeloosheid, vinden alle dagen meer bijval en de Minister van Binnelandsche Zaken heeft er openbaar zijne gansche goedkeuring eraan gegeven. De voorstellen liggen in ter orde die en wij twijfelen er niet aan of zij zullen weldra aangenomen worden en in voege gebracht.

De leden die niet regelmatig het Maandblad ontvangen of die de Fransche uitgave verlangen, moeten zich wenden tot het postbureel bunner gemeente.

Let wel op! Het bestendig Secretariaat is gevestigd in de **Kielenstraat, nummer 50** en open alle weekdagen van 9 tot 11 uren. Nieuwe leden kunnen sich daar laten inschrijven.

De Voorzitter ontvangt de leden Maenbrichterstraat, nummer 10, te Tongeren, alle Maandagen van 5 tot 6 uren en alle Donderdagen van 8 tot 12 uren.

GOED NIEUWS! Op zondag, 8° Februari, opvoering door de **Witte Lelie** van het laatste groot lachtaueces van de schouwburgen van Brussel, Gent en Antwerpen:

— **BEURSKOORTS** —

door de grabonnneerden van den **Postrijder.**

1° RAADSEL.

Voor welke oogen worden geene brilleglazen geslepen?

2° RAADSEL.

Waarom regent het nooit twee dagen achteren?

3° RAADSEL.

Vijf letters tionen. U een kleed
Dat alle namen dragen.
1, 3, 5 vindt men steeds gereed
Tot trekken van den wagen.
2, 4, 5 dient in 't huisgezin
Om spijzen op te schikken.
2, 3, 4, 2 net kruit er in,
Daar kan men goed mee snikken

Voorwaarden om aan den prijskamp deel te nemen.

1° De juiste oplossingen der hierboven aangegeven raadsels, moeten ten laste op 22 Februari aanstaande op om buredingszonden zijn. Na dezen datum is dit prijskamp gesloten.

2° Al de grabonnneerden van de Postrijder, die hunne gevorigemelden dim hun abonnement voor 1925 betaa hebben, evenals onze briefwisselaars mo aan den 1ste prijskamp deelnemen.

3° Men mag slechts één na ier huisgezin.

De vierde prijzen zullen uschen de goede oplossers uitgelot worden, a de namen der winners zullen in s and afgekondigd worden.

Dit voorstel (plume ervo).

1.) Een boekje van 6 emme op de Groote Tombola de Bel the Sinteiers.

3. Een paternoster me etui

4. Een lotospel (kin

5. Een pennedoos.

6. Eene doos schij ier nomalagen.

7. Geillustreerd ceke Tongeren onder de **Duitsche jrattis**

8. 100 visietkaart op 'n van den prijswinner.

9. Een paternoster met oldaal «Ecce Homo».

10. Een kleine kar met

11. Een porte uille.

12. Eene pen doos.

13. Een lotospel (kin

14. Een verdoos.

15. Een vijfen (plu servoir).

16. Een kijnbeeld.

17. Eene doos schr ier met omslagen.

18. Een geldbeu te-monnaie).

19. Een gebedenb orte-mine).

20. Een potloodh voor spoorweg

21. Een kaartenb ridekaart.

22. Een scheurf

23. Een notiez (pote-mine).

Aug. VAN ORMELINGEN van Tongeren ten meestbiedende verkopen:

gemeente Tongeren.

Eenen schoonen en vruchtbaren TUIN, gelegen ter plaatse langs de Elisabethwal, uitgevende op de Kogelstraat, gekadastreerd sectie D 1° 262, voor eene grootte van 8 a° 25 cent, reisende den Heer Coart-Barella van twee kanten. Met Jadotte en de Kogelstraat.

Deze tuin is door zijne schoone ligging ook zeer geschikt voor bouwplaats en zal naar keuze der liefhebbers in 2 loten geveild worden

Verder inlichtingen zich te wenden ten kantore van genoemden notaris Aug. VAN ORMELINGEN.

Bij opbouding van bedrijf.

OPENBARE VERKOOP van het materieel der

Siroopstokerij en Houtzagerij

TE MILLEN.

Op Dinsdag 24 Februari 1925 om 10 uren 's morgens te Millen aan de halte van den tram, ter fabriek en zagerij en op verzoek van de Firma HENRORTS en C° (Nijverdatie) zal de notaris ARTHUR VAN ORMELINGEN, ten meestbiedende verkopen:

Al het materiaal zich bevirdende in de siroopfabriek en houtzagerij te Millen en bestaande uit:

I. — Volledig materieel tot het vervaardigen van siroop, stoomketel, machien, drie dubbele pressen, buffet, voor 10 ressen, ketels in koper, vergaarbak in koper, groote vergaarbakken in ijzer afkoelbak in gegoten beest met koper, koperen buizen, kraanen, ijzeren buizen, bascuul voor het wegen van tramwagens, bascuul en gewicht enz.

II. — Volledig materieel der houtzagerij, bestaande uit: — 2 groote zagen, 2 ronde zagen, slijpmachien, kortzagen, boomveeren (triesbals), wagens, assen, kettingen, haken, paardegeuten, auto camion, enz.

Een schoon BOUWLAND van 30 a. 40 ca. (G R. 16 a.) gelegen in het Kleinveldje, sectie B 1° 1230, reisende de Heeren Graaf de Hemricourt de Grunne, Gerard Guys, Henri Lamand en de familie Jamart.

Dadelijk in gebruik te nemen.

OPENBARE VERKOOP van schoone

EIKEN, DENNEN en HOUT

TE VLEMMAEL HOUT

in de bouthoven van Art Jacobs van Jongenbosch

Woensdag, 18 Februari 1925, om 10 uren voormiddag, op verzoek van Mijnheer Baron de Crassier, grondeigenaar van kasteel van Jongenbosch, zal de notaris GHYSENS te Loos stellen:

Een schoon SLEUNHOUT in Mantebosch en Leesbosch

6 EIKEN van 1°50 tot 3 meters omtrek en 10 meters lang in dezelfde bosschen.

25 keepen DENNEBUNSEL

Uitslag der matchen van zondag 1 Feb.

I° AFDEELING.

Eendracht-Patria (uitgestelde).

II° AFDEELING.

C. S. Tongrois — Slavia 5-0 (forfait)
Eendracht — H. V. V. (uitgestelt)
Bilsen V. V. — Excelsior F. C. 5-2
Patria F. C. — St-Truiden V. V. 2-1
Wintersla — Stockheim 1-1

IV° AFDEELING.

Rangschikking na zondag 1 Februari.

III Afdeeling.

	G	V	N	v-t.	Pt.
St-Truiden	16	11	3	2	24-20
C. S. Tongrois	15	11	4	0	52-21
V. V. Stockheim	15	10	3	2	39-15
Patria F. C.	14	8	2	4	37-19
Slavia F. C.	15	8	5	2	34-22
Hasselt V. V.	15	5	8	2	35-48
Bilsen V. V.	16	5	10	1	43-57
Excelsior F. C.	15	5	10	0	31-42
Winterslag F. C.	15	5	10	3	10-50
Eendracht F. C.	12	1	9	2	13-44

IV Afdeeling.

	G	V	N	v-t.	Pt.
C. S. Tongrois (A)	12	9	1	2	41-17
Excelsior F. C.	12	8	2	2	47-15
St-Truiden F. C.	12	5	5	2	29-22
V. V. Sparta	11	5	5	1	33-23
C. S. Tongrois (B)	10	4	3	5	26-20
F. C. Olympia	9	0	7	2	8-34
Hasselt V. V.	10	0	8	2	8-32

BESCHOUWING.

Indien er een kampioenschap steek bestwist wordt, dan is het voorzeker dat van IIIe afdeeling. Iederen zondag wordt den strijd hevizer. Door de overwinning van Stokkem, C. S. Tongrois, blijft St-Truiden nog steeds aan de leiding, doch zijne plaats wordt steeds meer en meer bedreigd. Vlug en Vrij van Stokkem geraakt er alleen voor alle spel te maken tegen Winterslag, terwijl de zwartgroenen zonder moeite twee punten winnen, daar Slavia F. C. «forfait gaf». Hierdoor komt Cerkle op de tweede plaats met één punt achterstal op de leider, en nog eene match minder. Patria komt op de vierde rang met 3 punten achterstand doch met twee matchen minder.

Zal toekomende zondag ons meer zekerheid brengen?

St-Truiden gaat op bezoek naar Bilsen. Mijn «pronostiek» is eene lichte meerderheid van St-Truiden, doch de overwinning van Bilsen op Excelsior, zien wij ook Bilsenaren thuis tot alles in staat zijn. Zwartgroen ontvangt Winterslag. Eene overwinning van Cercle valt niet te betwijfelen.

De voornaamste ontmoeting van vandaag is voorzeker Stokkem-Hasselt. De mannen der Maasvallei zullen voorzeker hunne «revanche» willen nemen voor hunne nederlaag op Patria-terrein. Zullen ze er in gelukken? De uitslag zullen sfwachten.

Matchen voor zondag 8 II Afdeeling.

14.30 u. Patria-Winterslag

III Afdeeling.

14 u. 30 C. S. Tongrois — Wint
14 u. 30 Eendracht F. C. — Ex
14 u. 30 Bilsen V. V. — St-Trui
14 u. 30 Stockheim-Patria.
14 u. 30 F. C. Slavia — Hasselt

IV Afdeeling.

14 u. 30 Hasselt V. V. — Sparta

VAN DIT en VAN DA'

«KAMPIOENENBANKE»

Zooals wij reeds melden, zal heemanbaker dus doorgaan op zater bruari om 7 1/2 u. in de zaal der

Dit banket wordt aan al de vrienden van Cercle aangeboden, tegeneen schitterende uitslage ren, dit jaar is het kampioen Limburg behaald.

Alles zal in het werk gesteld w dat feest zoo aantrekkelijk mogel ken. Ook hopen wij dat nog talr de vorige jaren, zij onzen oproep antwoorden, zoodanig dat de 21 het feest zal zijn van gansch de ki jeugd onzer stadtie hunne voetbal kunnen vieren.

De vastgestelde prijs is 5 fr. voo spelers die dit jaar een officieel m speeld hebben, en 2 fr. voor al de

Men kan zich laten inschrijven bij RENWART, Statielaan, of bij al de vorige gevallen. Bestuurleden dien zich verzocht te betalen bij de inschrijvingslijsten aldaar zullen gesloten op Dinsdag 17 Februari.

«Brood op de plank.»

Vandaag 8 Februari gaat het eerstal voor 't Cercle op bezoek naar Exelsior Hasselt. Eenieder is nieuwsgierig te zien wat onze kampioenen tegen deze motieclub zullen verrichten.

De tweede match van de tournoi C tegen Entente Winterslag-Bilsen zal p hebben te Tongeren op 1° Maart aanst Zooals iedereen weet is Cercle overwin gewezet te Bilsen met 5-2.

De derde en laatste match zal gesp worden te Winterslag op 8 Maart aanstaande.

Op 15 Februari verplaatst zich het eerstelftal van C