

NOTE D'IGIENE

I CIBI

Non aspettatevi, care lettrici, ch'io vi parli, in questa nota, di proteine o di idrati di carbonio, nè che vi faccia una dissertazione sul valore nutritivo degli alimenti. Tutti sanno che un capponcino nutre più di un piatto di cipolle, che le sostanze zuccherine, oltre al potere nutriente, producono calore, quindi il bisogno di queste sostanze è specialmente sentito nei paesi freddi. Eppure...

Quanto zucchero nei liquori e nei dolci e quanta saccarina per il popolo, nel nostro bel paese!

Vi dirò invece, a dispetto di coloro che in ogni occasione strombazzano che il proletariato sta bene e mangia bene, vi dirò che il proletariato italiano sta male e mangia male. Ne volete una prova? I lavoratori che emigrano e che poi ritornano in patria, non sanno più adattarsi al nostro tenore di vita. Perché? Perché in quasi tutti i paesi il proletariato mangia, abita e vive meglio che da noi. E perchè siamo tanto disprezzati all'estero? Perché l'operaio italiano è un buco che s'affatica e si accontenta di poca erba, buttata là in qualche maniera. Sicuro, perchè è anche il modo di mangiare che si conosce il tenore di vita di una nazione!

E poi venite a dirmi, o signori ben panciuti, che il socialismo non deve essere una questione di ventre!

Altro che questione di ventre! E' questione di casa, di acqua, d'aria, di tutto ciò che rende migliore la vita, che dà all'uomo la gioia di vivere, in questa natura creata appositamente per lui.

Che il socialismo sia anche una questione di ventre, ve lo dice, o signori, il vostro cervello nutrito, che appunto perchè tale, vi fa comprendere tutto il pericolo che rappresenta per voi, per il vostro benessere, questo popolo che si desta e vi dice: « Lavoro, ma voglio mangiare, abitare, vivere da uomo e non da bestia! ».

E siccome le questioni non si possono risolvere a pezzi, nè aspettare che il tempo le risolva, e poichè noi pensiamo che se non mettiamo il proletariato, con l'assicurarli l'esistenza, nella condizione di evolversi questo non si evolverà mai, così predichiamo la rivoluzione economica *ab imis fundamentalis*.

Vedete, noi vogliamo nutrire il cervello del proletariato proprio per questa ragione: perchè, si rideva. Se il cervello non è fisiologicamente nutrito, se non riceve dal sangue, e quindi dai cibi, come la macchina, la quantità di nutrimento necessario al suo funzionamento, la sua resa di lavoro non è quale dovrebbe essere, ma sempre inferiore allo sforzo e alla potenzialità latente.

Lo sapete voi madri quanto la questione dei cibi sia importante! Non siete voi che lasciate il boccone migliore al vostro uomo

che lavora. Non siete voi che mangiate il solo pane, per lasciare l'uovo al vostro bimbo?

Dicono: il proletariato italiano sta male e mangia male, anche perchè la donna proletaria non è massata. Come lo può essere? Mi dite voi.

A dodici anni entriamo in fabbrica o andiamo a lavorare i campi, un pezzo di polenta o venti centesimi di salsicciotto a mezzogiorno e un piatto di minestrina alla sera. C'è proprio da fare un gran studio per preparare simili colazioni e simili pranzi?

Se fosse sempre Natale o Capodanno, pazienza! In quei giorni si tranguglia tutto quello che è possibile per rifarsi di tutte le privazioni degli altri giorni, ma... Natale e Capodanno passano, vuotano il borsellino e i giorni delle privazioni s'avanzano uno dopo l'altro. Chi ci pensa? Quando si vedono le vetrine dei salumieri, sì, ma chi può aver il desiderio di saper cucinare un piatto di polpette o un arrosto?

Purtroppo tutto è una concatenazione: la cucina presuppone la stanza da pranzo, la stanza da pranzo la camera da letto e il bagno.

Tutte cose che il proletariato non ha e che dovrebbe avere, per potersi dire al principio della propria ascesa.

L'igienista.

Impressioni di una commissaria alla beneficenza

La compagna Malnati, nell'assegnarmi il compito di commissaria nel Comitato d'assistenza pubblica, volle senza dubbio che conoscessi il marcio della società attuale e che facessi una profonda conoscenza di tutte le miserie umane, dalle vere a quelle mistificate. Quanti tubercolosi fra il popolo! Quante persone vivono in stamberghie inabitabili persino alle bestie! In questi antri vien fatto di ricordare una suggestiva vignetta del nostro Scialini sull'*Avanti!* dell'11 gennaio 1920. Un magnifico cavallo di parata riposa in un locale arredato e riscaldato a termosifone, mentre una povera donna tutta rannicchiata dal freddo, passa la notte sulla strada! Ma forse è preferibile la strada al tugurio umido, soffocante, inzuppato di microbi, dove, se non si apre la finestra, sembra di dover morire asfissati. Eppure i padroni di casa sfrattano, se gli esseri che abitano questi vergognosi ambienti sono in arretrato di affitto!

Con queste impressioni pensavo se un buon progetto di casa a una, a due stanze destinate ad accogliere gli ammalati cui il lurido ambiente è causa di cronicità non sarebbe più efficace dei dieci, venti, anche cinquantamila lire annue di assistenza, che rende vano ogni soccorso possibile poichè nulla risolve. Aria, aria e luce, ecco la miglior assistenza pratica! quanti microbi di meno, quanta igiene di più! Eppure l'assistenza non arriva, o arriva troppo tar-

di, a quei bisognosi di ambienti sani che per mancanza di posti nei sanatori sono condannati a morire! Ma chi ci pensa? L'umanitaria che fece ai lavoratori l'oasi deliziosa di una bella casetta ove il proletario dovrebbe passare le ore più belle, l'umanitaria a cui si devono tante buone iniziative a profitto della classe operaia, farebbe opera effi-

cace mettendo questi poveri esseri in condizione di respirare in ambienti sani. E poichè si pensa di dar alloggio agli onorevoli costretti a passare la notte nelle sale di Montecitorio, si pensi anche al doloroso problema della casa per i diseredati della fortuna.

Giuditta Brambilla.

CORRISPONDENZE

SAN QUIRICO. — Donne operaie diseredate dalla Lega gialla. Sono fortunatamente pochi gli ingenui e le ingenuche che hanno abboccato all'amo della Lega gialla.

Vi è qua e là qualche stabilimento nel quale i gialli dispongono delle operaie.

Così, a mio parere, di breve durata, perchè le stesse operaie, fatte esperte del come funzionano tali Leghe, li manderanno certo al diavolo.

Noi ai signori preti purtroppo dobbiamo riconoscere infiniti meriti, per aver avuto l'alto ingegno di tener per tanti secoli il proletariato.

Costoro poi accortisi che la loro bugiarda religione, intessuta di grossolane menzogne, non era più atta a frenare il proletariato, che si orientava verso il socialismo, d'accordo coi capitalisti, costituirono le Leghe gialle.

Ottima pensata, che gioverebbe assai ai padroni se il proletariato fosse stato così ignorante da cadere in tale trappola.

Così i preti resero un altro servizio al capitalismo a danno del proletariato.

Noi che abbiamo la fortuna o la disgrazia di sperimentare da vicino tali Leghe, abbiamo visto fare di ogni erba un fascio. Immaginate le operaie delle pseudo Leghe attualmente guadagnano una paga talmente irrisoria, che non risponde neppure ai bisogni più elementari della vita.

Le addette alle commissioni interne vengono scelte fra quelle operaie che più piacciono alla ditta. Le riunioni si tengono nella chiesa e si chiacchiera molto, trorchè dell'organizzazione: e si bada bene di non provocare domande di aumento di salario, che spiacerebbero all'industriale.

A Campomarone, un paesello poco distante da noi, venuti chiamati da operaie che lavorano colà negli stabilimenti e organizzati nella Lega gialla. Questi mi fecero conoscere le loro vergognose paghe. Mi dissero che vogliono scappare dalla Lega gialla, perchè questa fa gli interessi dei padroni anzichè quelli dei lavoratori.

Il prete, maligno, nonché nefasto, fece chiamare uno degli operai più avversi alla Lega gialla e lo voleva corrompere col denaro purchè costui non propagandasse la idea della Lega socialista.

Quante altre porcherie che fanno schifo dovrei citare, ma, dio mio!, finiamola qui! Non immagina nessuno quanto piaceva ai padroni la Lega gialla!

Sono gli stessi industriali, che paurosi dell'organizzazione nostra, fanno pressione sulle operaie perchè esse vadano sotto la tutela dei gialli. La nostra organizzazione invece li impaurisce e non la vogliono riconoscere perchè dicono che è l'organizzazione del diavolo.

Come, in nome del buon dio i pescatori dell'industria fecero massacrare dieci milioni di proletari, così oggi si vuole combattere le nostre fiorenti organizzazioni. Ma la guerra ha svegliato pure la donna.

Le nostre compagne debbono far conoscere alle donne quanto di infamia vi è sotto il losco bandierone dei gialli. L'operaio dell'industria ed i contadini gridano

ai loro sfruttatori che ben presto sarà finita la cuccagna e che saranno restituiti gli stabilimenti alla comunità.

Donne proletarie, unitevi a questo grido di giustizia affinché una buona volta cessi il regno dello sfruttamento dell'uomo sull'uomo. Solo colle nostre forze strette nelle nostre organizzazioni potremo far ciò, poichè le organizzazioni mirano soprattutto a conservare lo sfruttamento esercitato dai padroni.

Tale compito di lavoro qui da noi si presenta troppo indispensabile e bisogna farlo non solo allo scopo di preparare il nostro avvenire, il quale ci darà la nuova società comunista, ove non vi saranno più privilegiati e parassiti; bisogna farlo anche allo scopo di togliere dalle Leghe gialle le disgraziate operaie vittime di una accozzaglia di intriganti, i quali per tenere alto il prestigio della borghesia, tengono soggiogate al carro dello sfruttamento donne che hanno bisogno che il pane sia loro aumentato, ora specialmente che lavorando si bestialmente lo guadagnano si scarso.

Ghiara Vittorio.

DERGANO. — Nel salone del Circolo « Rinascimento » di Dergano si è iniziato venerdì 13 il corso di cultura socialista. Parlarono i compagni maestri Giuseppina Moro-Landoni e Porro Napoleone.

Un grande numero di donne sono intervenute. La nostra compagna con la sua bella parola chiara e persuasiva ha lasciato molta soddisfazione e molto desiderio di rivederla ancora fra noi.

OCCHIEPTO INFERIORE. — Il locale Gruppo femminile autonomo dopo un anno di vita, per disciplina al deliberato del Convegno di Bologna, ha deliberato lo scioglimento e la fusione di esso col locale giovanile.

Siamo poche in verità, perchè anche il gruppo femminile, pur essendo in grande maggioranza organizzato nelle nostre leghe economiche, non ancora ha saputo fare il passo decisivo verso di noi perchè schiavo dei vecchi pregiudizi religiosi.

Anna Pavignano.

Piccola Posta

MILANO. — Raul Militia. — La vostra è una novella... giovanile. La mamma malata e le medicine sono luoghi comuni, che si ripetono dai primi componimenti scolastici e che tolgono al vostro lavoro il pregio della sincerità. Siate anche più conciso.

idem. — Una donna. — Mandate ancora Fiori rossi; l'on. Malatesta dice di non averli.

TRIESTE. — Mario Malatesta. — Lo scritto del quale chiedete è quello di questo numero. Collaborate e diffondete *Difesa* nella vostra Camera del Lavoro.

Voci dalle Officine e dai Campi

Domanda

Cara compagna,

da poco tempo mi sono organizzata, leggo quasi ogni giorno l'*Avanti!*, ma ci capisco poco, a mio parere. Ho saputo che vi è un Gruppo Femminile Socialista, e anche a me piacerebbe far parte, ma non so come fare: sono ignorante in certe cose. In casa mia mio fratello alla sera mangia e poi esce e se io gli domando qualche cosa mi dice di far la calza che alle donne basta quello.

Mio babbo e mia mamma sono vecchi e non vogliono sentire a parlare di certe cose, quindi io resto qua con una passione nel cuore e non so come orientarmi.

Ho sentito che il socialismo vuole che tutti siano eguali, che tutti lavorino e che diano assistenza ai vecchi e ai bambini, che la gente diventi migliore, ed anch'io le sento tutte queste cose, ma non so come esprimerle. Dammi tu un consiglio, dimmi cosa posso fare e a chi posso rivolgermi.

Seusa se ti disturbo e ti ringrazio se vorrai rispondere.

Linda.

Risposta

Cara Linda,

Con vero piacere vedo nella tua lettera il desiderio di sapere il buon interessamento per la tua emancipazione morale, che io vorrei tutte le donne coscienti possedessero.

Mi dici di essere da poco organizzata e di capir poco dell'*Avanti!* che leggi quasi ogni giorno. Ed è facile ad indovinarsi il motivo. La prima parola di socialismo che suonò al tuo orecchio non ebbe che basi economiche: tu ti facesti socia della Camera del Lavoro perchè cortamente ove tu lavori, tutte le tue compagne lo fecero esse pure, ed alla Camera del Lavoro cercasti la difesa dei tuoi interessi (miglioramento paga, orario ecc.). Questioni dunque tutte *esclusivamente economiche*.

Nell'*Avanti!* invece tu ti trovi davanti ad un complesso di vastissimi problemi politici alcuni dei quali di alta e difficilissima soluzione.

Eccoti dunque nel campo politico, per vivere nel quale necessita però una cultura sociale.

Ed è questo lo scopo che si persegue il Gruppo Femminile Socialista. Questo

Gruppo sceglie nel suo seno un certo numero di volontarie e di colte che in date riunioni spiegano e volgarizzano alle compagne e alle simpatizzanti il socialismo.

Il Gruppo ha poi un giornale proprio, la *Difesa delle lavoratrici* che porta articoli d'ogni specie (economici, politici, igienici, dilettevoli, storici ecc.). Detto Gruppo ha sede in Milano, in via S. Pellico N. 8. Vieni, cara compagna, abbonati al nostro giornale, e vedrai che col tempo e con la buona volontà ti farai una coscienza socialista qual'è il tuo desiderio.

Quanto poi a tuo fratello che ti dice che noi donne dobbiamo far la calza e accontentarci di questo, non ti crucciare. E' un vecchio modo di dire che col tempo passerà di moda! Studia e approfondisci nel Socialismo, ed allora potrai rispondere: « Eh! caro mio, giacchè noi donne fummo proprio da voi uomini strappate alla calza (perchè se gli uomini, e non è colpa loro, guadagnassero abbastanza, noi donne staremmo volentieri in casa nostra) giacchè ormai facciamo parte anche noi, dell'immensa macchina che chiamasi società lavoratrice, perchè non ci dobbiamo interessare noi pure dei nostri interessi? Non siamo noi pure delle sfruttate come voi? Non facciamo noi pure i lavori che fate voi? Non vi abbiamo disgraziatamente sostituiti quando voi eravate in guerra? »

E se siamo vostre pari nel lavoro e nel dovere, non lo dobbiamo essere anche nel riposo e nel diritto? ».

Fa che nella tua casa non manchi l'ordine, la pulizia, il decoro, e recati pure a quel comizio che vuoi; non trascurare in nessun modo la più piccola faccenda domestica, e dedica pure le ore libere, che purtroppo saranno poche, allo studio del Socialismo.

E se i tuoi vecchi sono ancora attaccati ad ancor più vecchi pregiudizi, non recar loro dolore con un'aperta ribellione, ma dimostra loro con la tua tenerezza, che il Socialismo è dottrina santa di amor fraterno, è legge di lavoro e di pace, è parola d'amore e di fratellanza fra i popoli, è concordia, è giustizia.

Ed essi pure ti capiranno e di seguiranno.

Vieni dunque fra noi che ti attendiamo. Sii forte, sii buona e sarai degna del Socialismo.

Romilda.

INVERNIZZI GIUSEPPE, Gerente resp. Tipografia della Società Editrice *Avanti!* Milano, Via S. Damiano, 16.

Chiedete il CATALOGO della Libreria dell'AVANTI!