megen Blegsot og Mavekatarr, som i den sidste Menneskealder har grebet saa foruroligende om sig, har vist for en stor Del sin Aarsag i, at vi Husmødre ikke ere vor Opgave voksen, ikke besidde de Kundskaber, den Fagdannelse og i det hele den alsidige Udvikling, vi burde sidde inde med for virkelig at gøre Fyldest i en saa betroet Plads, som Moderens og Husmoderens Plads er, om den vurderes ret. Vi maa ofte høre, at vi vel kunne nøjes med den samme Kundskab, som vore Mødre og Bedstemødre havde, og som vi have lært af dem; men det kunne vi ikke; thi vor Gerning er vanskeligere, end deres var.

For en Menneskealder siden beholdt Husmødrene deres Mælk, Smør og Æg, deres Lam og Fjerkræ til Anvendelse i Hjemmets Husholdning; de havde saa gode Næringsmidler at arbejde med, at selv om noget gik til Spilde, kunde Føden dog blive god; men nu sælges saa meget bort fra Hjemmet for at dække Udgifterne, saa det, som bliver igen, maa anvendes med største Skønsomhed, om Familiens Sundhed og Arbejdsevne dermed skal udvikles og bevares. Derfor bliver det mere og mere nødvendigt for os at faa fuld og klar Forstaaelse af det, vi arbejde med.

Vi maa ved Undervisning i Husholdningskemi lære at kende Sammensætningen af de Madvarer, vi have med at gøre; vi kunne ikke vedblivende klare os med, hvad der er gammel Skik og Brug. Vi maa lære Madlavning, som det passer efter de videnskabelige Oplysninger om, hvad et Menneske behøver. Det er ikke nok at vide, hvilke Næringsstoffer et Menneske behøver, og hvor de ere at finde; men vi maa ogsaa have Forstaaelse af og praktisk Øvelse i at tilberede Maden saaledes, at den ikke blot indeholder de nødvendige Næringsstoffer, men at den indeholder dem i en fordøjelig Form, og vi maa lære at sammensætte hver Dags Mad saaledes, at den indeholder det nødvendige af alle Dele, saa at vi ikke en Dag levere en overflødig Mængde Melstof og for lidt Fedtstof, og en anden Dag omvendt.

Det er ikke nok til god Økonomi, at vi vogte paa, at intet gaar til Spilde ved ligefrem at kastes bort; vi maa ogsaa vogte paa, at intet gaar til Spilde eller maaske endog kommer til at gøre Skade ved at blive anvendt paa en ufornuftig Maade. — Der maa baade god Undervisning og et alvorligt Arbejde til for at faa lært dette og blive en i Ordets bedste Betydning økonomisk Husmoder; og en selvstændig Opfattelse maa der til, naar hver enkelt Husmoder skal forstaa at anvende det lærte paa sine særlige Forhold og tilpasse det derefter.

Vi maa lære Sundhedslære, derunder især Fysiologi og