

P. O. BOX 3078
Canada
Glasningen
CANADA WEEKLY PRINTING CO.
PHEMURATIONS-PRIS

Helt År (1 följande)	\$1.00	Prenumerationsmedel insända
Helt År 6 m	60	den samlade i registrerat brev
Tre månader	35	som Post eller Express Money
Helt År till Sverige	2.00	Order eller Postal Note, Dessa
Helt År 6 m	1.00	senare behöva ej registreras.

KONTOR

Fryske och Bokhandel & betag 259 Fountain St., invid c.v. Leth, Kyrkan.
Besökande Landsmän Alltid Välkomna.

C. ALBIN JONES
Förvaltare

JOHN E. LIDHOLM
Redaktör

Att förebygga är bättre än att bota.

Då Mrs. Edwin Gray från York, England, vid den nyigen hållna kvinnokongressen i Canada, som det rådet att taga saker och ting i händer i tid och icke vänta till fattigdom och betrysk, så vanliga i äldre länder, blev reproducerade här, uttryckte hon ett råd och en varning, som man gjorde väl i att lyssna till. I Förenta Staterna större städer med deras slumkvarter finner man Europas elände, laster och fattigdom åter speglade. S. k. "sweet shops", barnarbete, befolkningens hopträngande i små hyfsen etc. hör icke längre till undantagen eller det ovanliga. Även i politiskt hänseende finner man missbruk af förtroendeposter, stöld af nationens naturkedor, etc. ganska vanliga, och man kan säga att ställningen i det demokratiska Amerika i många afseenden presenterar lika svårårliga problem som det monarkiska Europa. Endast republikens stora rikedom i resurser och naturliga hjälpmedel har gjort att ingen mera svår kris har inträffat.

Under de senaste åren har folkmedvetandet vaknat till en insikt om behovet af reformer i mångt och mycket. Allmänna opinionen har börjat fatta värdet af naturliga

Ett århundrade af fred.

I sitt tal vid avslutningshögtidigheterna vid Harvard-universitetet dröjde hon W. L. Mackenzie King vid den fredliga stämning, som märkt förhållandet mellan de båda granlanderna, Canada och Förenta Staterna. Den nya världen har givit Europa många lektioner i framstegsrikedom och i demokratisk utveckling, men ingen mera viktig läxa än denna om två stora nationer, som kunna leva sida vid sida och i fred och god samförstånd under 100 år. Dessa folk ha sida vid sida, endast skild af genom en imaginär gränslinje. Det är att märka, att befolkningen i dessa två länder ej består af individer som äro belätna att fråga sig fram i de gamla holländska, lugna och säkra utav tvärtom äro kända för att vara världens mest energiska och mest framstegsrika folk. Denna energi och den hastiga utvecklingen har ofta å andra ställen skapat förhållanden, som ledt till tvister och fejder. Men dessa två folk haiva i sina mellanhavanden till det sanna förnuftet komma till en rätt och hafva ej vågadt till den råa styrkan och makten.

Därför haiva vi blivt så vanda vid freden och dess välsignelser, att det är omöjligt att tänka oss ens

Hudson Bay-banan.

Det förmåges, att kostnadsförslaget för anläggningen af Hudson Bay-banan äro färdiga att föreläggas regeringen i dagarna. Dessa beräkningar inbegripa kostnadsförslaget för arbete och andra slag af materialer etc. Även inbegripes kartor och planritningar över de föreslagna vägarne för linjens framdragnad. För närvarande äro två lag af ingenjörer och landmätare sysselsatta med utskansningsarbete, ett vid Fort Churchill och ett annat vid Port Nelson. Dessa båda expeditioner, som haiva nyligen rapporterat till högkvarteret, och det förväntas, det

Svenskgraven vid Poltava.

Hvarje nationallhetsmedveten, för att folks historia och minnen intressera svensk, vare sig han är bosatt i Amerika eller i gamla Sverige dröjer i dessa dagar med sin tankar helt säkert vid den allgärna ort i Syd-Ryssland, där i dagarna för närmare 200 år sedan 13,000 karoliner ströde en ärofull men ödmjuk strid mot en fyrdubbelst stark rysk styrka. Men än en son af "Svenskland" — som våra stamförfäder därtill i Gammlands-Svenska kalla det gamla fosterlandet — nedlaga utan tvivel i dessa dagar en minneskrans på de kullar, under hvilka de i slaget stupade karoliner — dessa pliktens ädla riddare — söva sin sista sömn.

Huru ser det ut i de nejder, där på aftonen af den 8 juni 1709 det svenska stormarkiväldet sol gick ned i blod? Vi skola här med några få ord försöka besvara denna fråga.

om staden. För ett par rubel har man en dricka dit ut. Vägen går, en stor stad säger: "Om allt kött öfver en järn slätt, där kosackerna exercera sina små ystra hästar. Kommen till ort och ställe finner man ett grafmonument och därinför ett stort ryskt kyrka, också den byggd till minne af segern. Följ sommar blifva både kyrka och monument restaurerade för att i prydt skick kunna mottaga de tusentals militärer och civila, som i dessa dagar fira 200-årsminnet af den världshistoriska tillrägselsen. Det af finsk granit byggda monumentet är rest på en väldig åttelundsländande kulle. Denna gömmer stöttefot af de i slaget stupade karolinerne utan af 1,345 i det samma fallna ryssar, något hvar om också den på ryska aflämnade inskriptionen af monumentets upplyser. Oaktadt det sålunda är ryska krigare, som ligga här begravnade, här högen och monumentet lät af ryssarna själva — det missvisande namnet "Svenskgraven" eller "Svenskgraven". Den förklaring de ha att häröfver afgiva är, att de här begravnade ryssarne stupade för svenskarne svär.

Men här ligga de af fallna karolinerne begravnade? Det ställe där dessa söva sin sista sömn, är beläget cirka en half svensk mil västerut från "Svenskgraven". Genom en bönig trakt kommer man till platsen, som nu utgör en rysk bondes hemman med hans enkla halmteckade stuga. Därtill på hans arkiv synas tre kullar, en större och två mindre. Den största kullen är den som utgör den sista helvorn. Här är det väl som det mycket omtalade svenska monumentet — om det alls blifvit rest — i dagarna fått sin plats. Svenska tidningar måla och öfver Nikolaus ämnade på samma ställe se ett monument med följande inskription på både svenska och ryska: "Till evig äminnelse af de tappre svenske krigare, som fallit i slaget vid Poltava, den 28 juni 1709."

Så ser det ställe ut, där de tappre karoliner mer än annars stridde och blödde för sin älskade konung. Hvarje vår breder Syd-Russlands vugga flora ett nytt prunkande täcke öfver deras enkla gravar.

Hemlandet.

Kött-diet.

sumt skäl hvarior den ej är den mest hälsofämsa.

För S. C. T. af C. A. T.

Det är verkligen beklagansvärdt, hur litet öfvertänkt folk i allmänhet gifver åt den föda de förtära, oaktadt vi med bestämdhet veta att det är absolut ingenting annat som underhåller vår kropp. För 50 år tillbaka vor vi urskuldade om vi ej fäste oss till tiden lunnas ej så tillförlitliga tabeller utvisande hvad våra födoämnen innehålla. De flesta personer äta helt enkelt hvad som sättes fram för dem, utan någon öfvertänkt tanke om huruvida det är det bästa för dem eller ej. Det var en tid då kött ansågs vara omöjligt för god hälsa, de senaste årens erfarenheter haiva alldeles bevisat motsatsen. Näringsvärdet af kött står långt öfver t. ex. nötter, bönor, lin, havet, hafs, råg, m. m. i sidesslag. Även om kött tages från absolut friska kreatur, innehålla alla cellväfverna i detta djurets aförmingsämnen, såsom urin, urinsyra, kreatinin etc. Dessa skadliga ämnen ökas om kreaturet i fråga varit utsatt för misshandling, eller strax innan det blifvit slaktadt varit utsatt för stark skrämsel. Köttet, som vi äta, är ju sammansatt af växtämnen som kreaturet i fråga äter. Protein-ämnet (den näringsgivande beständigheten) i köttet, som utgör myckelsystemet. Men protein har sin uppkomst från växter. Huru kan det då vara möjligt att köttet kan vara hälsosamt och mera näringsamt än växternas, ur hvilken vi själva kunna erhålla denna protein? Det naturliga svaret är, att vi påstå att från begynnelsen inga djur vor köttätare. — En liknelse, som mycket väl passar in här, är att köna i en sliten kostym i en hemlock, i ett högt pris, och inbilla sig att den skall vara lika bra som en ny, köpt i första hand.

Kött fyller systemet med en hel del ämnen som äro ganska svåra att allgärna. En del personer tror att kokning aflägsnar dessa ämnen. Så är dock ej fallet. Kokningen, om den är riktigt grundig, dödar bacillerna, som förorensa bildandet af en del af dessa ämnen, men själva gifvet är ej aflägsnadt. Många döfver pasta att ätandet af kött i de stora kvantiteter, som här i landet ämnas, är orsak till många sjukdomar, såsom gikt, reumatism, kräfta, tuberkulos, skinn- och blodsjukdomar m. m. Därför ligger nu större vikt på dieten än tidigare, som förr var fallet. Därför att våra förfäder vor köttätare, är det ej nödvändigt att i det allseende följa i deras fotspår, om vi kunna blifva öfverbevisade om en bättre väg. Fruktar och grönsaker äro lättare att bota än kött. Äro förtärliga, men hvad i baciller

UTLANDE

JAPAN. Det påstås att i na hålla på att förstärka sin i Mukden. Proviantmunitionståg anlända dagligen.

SPANIEN. Vid en i förlagsinfrad drabbning i Marocko mellan spanier och morer förlorade de senare 50 döda och 150 sårade. Spanska regeringen tar energiska steg för upprörets kvälvande.

OSTINDIEN. Till Washington har ingåt underrättelse, att britiska ångaren "Merlin" genomskorer Borneos kuster, för att lemna de beita, särskildt amerikanare, som befinna sig i fångenskap hos sjöröfvere, all upptäcklig hjälp. Äfven ett amerikanskt fartyg befinner sig i samma vatten för detta ändamål.

SYDAFRIKA. Ett telegram från Bulawayo meddelar, att general Louis Botha, Transvaals konsejpresident, som för tillfället befinner sig på resa till England, lär vara befullmäktigad att hemföra öfverläten af Rhodesia till "Chartered Company" för en summa af hundra miljoner dollars.

FRANKRIKE. På en den 2 dennes af socialisterna i Paris utlagd protest med anledning af ryske czares tillämnade besök i Paris svarade utrikesministern Pichon i kammaren, att Czar Nikolaus dels som Frankrikes budförvandt och vän, dels som en af internationell fred ifrånde monark borde mottagas med alla möjliga ärbetygelser.

SERBIEN. Ett telegram från Belgrad den 7 dennes meddelar, att konung Peter af Serbien under en ridt på tisdagen svimmade och föll af hästen. Han fördes genast till palatset, där det utbrötes, att han med undantag af några lindriga skrämmor var oskadd. Orsaken till svimningen såges vara konungens omtärtlige rökning.

NORGE. En station för trädöds telegrafnät torde inom en nära framtid komma att anläggas vid Herlo i trakten af Bergen.

Kapten Amundsen expedition har att dragas med stora svårigheter. Ehuru staten beviljat 15,000 kr. och många bidrag utlofvats af enskilda, fattas ännu mycket, och man planerar nu en allmän insamling.

ÖSTERRIKE. Kejsar Franz Joseph öppnade den 5 dennes i närvaro af många medlemmar af det kejserliga huset, ministrar, medlemmar af ländtagen och en stor mängd ministrar, den nya alpbanan mellan Gastein och Spittal. Kostnaden för den endast 31 mil långa järnvägslinjen, som löper genom en tunnäl i Alperna och till hvars byggande åtgädd 5 år, uppgår till \$62,500,000. Trafiken mellan mellersta Europa och länderna vid Adriatiska hafvet har genom denna järnväg betydligt underlättats.

TYSKLAND. Tisdagen f. v. möttes kejsar Wilhelm och konung Gustaf V af Sverige i Sassinzt i Rygen i och för öppnandet af ångfartygsförförbindelsen med passageraretag mellan Sassinzt och Trelleborg. De båda regenterna, åtföljda af ett antal ministrar, inspekterade en af fartygerna, hvaraf kejsar Wilhelm inbjöd konung Gustaf på frukost i kejserliga jätten Hohenoller.

I ett kort tal, hvori han uttryckte kejsarens den förhoppningen att den nya ångfartygsförförbindelsen måtte blifva ett värdefullt medel till ökad handel och trafik mellan de båda länderna.

RYSSLAND. Från Baku meddelas den 5 dennes, att i söndags d. d. två ångare med ryskt infanteri afgått till Englin, en persisk hamn vid Kaspiska hafvet, och att en hjälpkolon sammantrades vid Julla, en förstörd till Isapan.

Förskräckliga hufstformar haiva hemskt flera distrikt i Ryssland. Både människor och djur haiva döts af hufstestern, och flera miljoner dollars värde af egendom har förstörts.

Tvåhundraårsminnet af slaget vid Poltava firades i fredags. Cza ren var närvarande. Aet kejserliga ångfartygsflotta på det historiska fält, där Sveriges stormaktsvalde fick dödsstöten. Af fälten hade flera regementen blifvit uppställda på de platser, som för två hundra år sedan hållits af deras föregångare. Då cza ren ankommit, åkte han till kapellet, som uppförts vid den kulle, där benen af 1,345 i slaget stupade ryssar haiva hvarefter han höll revy.

Efter lunchen invigdes ett monument till minnet af greve Kelen, som var kommandant i Poltava, då staden belägrades af Karl XII.

Senare besöktes den del af slagfältet där de stupade svenskarne hvilat.

Fället där den blodiga striden stod har nästan samma utseende som för 200 år sedan. Den skogsdyngde bakom hvilken ryssarna ordnade sig till anfall, kvarstår, likaväl som en äldrig ek, under hvilken den sårade svenske konungen blif nedslätt för att hvila efter slaget.

Kyrkor och Föreningar

Svenska Lutherska Kyrkan
(SÖNS-FÖRSÄMLINGEN)
Logan Ave. och Fountain St.
Söndagar:
Högmässa kl. 11 f.m. — Söndagskola kl. 3 e.m. — Aftonsång kl. 7 e.m. — Alla välkomna.
I. G. Dahlberg, Pastor.

Skandinaviska Baptistkyrkan
Logan Ave. och Ellen St.
Söndagar: Predikan kl. 11 f.m. och 7 e.m. — Söndagskola kl. 3 e.m. — Ungdomsmöte, med förberedd program, efteråt förfriskningar, kl. 4.45 e.m.
Onsdagar: Bönemöte kl. 8 e.m.

Skandinaviska Frälsningsarmen
394 Logan Avenue.
Söndagar: Möten kl. 4 och 8 e.m. Hvardagar: tisdag, torsdag och lördag, kl. 8 e.m.
E. LUNDSTRÖM,
Bostad: 284 Isabel St.

Slukhjälpföreningen
NORDEN
J. Lundvall J. F. Johnson
Fin-Sekt. Ord. i sjukkom.
351 Newton av. 460 Thames av.

GOOD TEMPLAR LOGEN no. 10 "Framtidens Hopp" möter hvarje torsdag kl. 8.30 e.m. i I. O. G. T. Hall, hörnet af Logan Ave. och Ellen St.
Chas. Holmberg, L. D.
402 Logan Ave.

Professionella Annonser

Dr. S. C. Peterson
Svensk Lakare och Kirurg
Kontor: 522 Main St.; Tel. 7922
Bostad: Leland Hotel, Telefon 34.
Kontors timmar: 11-1 f.m. och 3-6 samt 8-9 e.m.

Svensk Lakare
Dr. C. E. Johnson
Kontor: 678 Main St. (In gång i Dominion Bankens norra filial trappuppgången till vänster.) Näst intill Gordon-Mitchells apotek. Telefon 5318. Timmar 1-4 e.m. och genom engagemang. Residens 160 Cathedral Ave., Telefon 5319.

Björnson & Brandson
LAKARE.
Kontor: 650 WILLIAM AVE. Telefon 89.
Mottagningstid: 1.30-3, 7-8 e.m.
Bostad: 620 McDermott Ave. Telefon 4300.

J. THOMSON & CO.
LIKESÖRJARE
501 MAIN ST.
MIDT EMOT CITY HALL.
TELEFON 1.

Clark Bros. & Hughes
LIKESÖRJARE
388 Portage Ave. Steele Block

Kerr, Bawlf, McNamee
LIKESÖRJARE.
120 Adelaide St., ett block väster om City Hall, Tel. 413.
KONTORST. FÖR 413.
BOSTADS- FÖR 490.
Ambulans tillhörande affären. Edda Hvita Läkare för Barn i staden. Pris \$3.00 per tur.

A. S. BARDAL
BEGRÄFNINGS BYRÅ
Begravnings utöfas skyndsamt och till moderat pris.
HYRKUSVERK.
Första klassens dröskor.
Telefon 306.
Bardal Block, 121 Nena st.

DR. MORDE
Tandläkare
620 1/2 Main St. Hög Logan
Vi begagna det nya Chicago-systemet af smärtfri tandutdragning. Dr. Morden har framgångsfullt utfört öfver ett tusen operationer efter den nya metoden.
Guld-kronor och "bridge work". "Plate"-arbete en af våra specialiteter.

H. J. SMITH
Kgl. Svenska Vicekonsulatet.
Tel. 812. Residens Tel. 2089
55 MERCHANTS BANK
WINNIPEG

Skand. Advokat
Thos. H. Johnson,
Barrister, Solicitor, Etc.
Kontor, Room 33, CANADA LIFE BUILDING, hörnet af Main och Portage Ave.

McMeans, Sproule & Chalmers
Sakkörare och Advokater
Pängar till utlåning
Kontor: 513-515 McIntyre Block
Telefon 1429. Winnipeg

Hubbard, Hannon & Ross
Sakörare
Uppmärksamhet gifves åt inkasseringar.
Phone 378
10 Bank of Hamilton, Winnipeg

J. L. M. Thomson
Advokat, Sakkörare, Etc.
Hufvudkontor: Ryan Block, 44 Princess St.
Phone: Main 2554.

Kontor: 610 MCINTYRE BLK. 415 MAIN ST.
F. J. G. McArthur,
B.A., L.L.B.
BARRISTER, SOLICITOR, NOTARIE &c.
WINNIPEG, CAN.
Tel.: Kontoret 6108. Huset 5252.

Andrews, Andrews, Bird & Bastedo
Advokater och Sakkörare
Jafiskt ombud för Scandinavian-Canadian Loan and Savings Co.
Kontor: Akropolisbyggnaden, 100, af McDermott och Albert Street
Tel. 5230
Winnipeg

T. M. GROVER,
Väterns Manager för
The National Life Assurance Co.
Hufvudkontor: Toronto.
Ett starkt och framgångsrikt Canadensiskt försäkringsbolag. Winnipeg-kontor: 411 McIntyre Blk. Phone 4414

Hus- & Fastighetsägare.
Låt oss kollektora Edra hyror. Vi gifva noggrann tillfly till alla detaljer. Mångfärdig vana.
Oldfield, Kirby & Gardner
391 Main St. Phone 4420

BILDFELL & PAULSON
Fastighetsmaklare
520 Union Bank Telefon 268
Sälja hus och lotter och utlösa allt hvad till denna branch hör. Arrangera panningen.

För blommor
Buketter och Krus åter samt beställningar för Bröllop, Begravnings m. m. hinvänd Eder till
JAMES BIRCH
440 NOTRE DAME AVE.
Phone 2638

Market Hotel
WINNIPEG
Utmärkt servering och bästa gäst-rum. Skandinavisk välkomna.
P. O'CONNELL, Egre.