

Le Courrier DE MARIE-CLAIRE

* C'est une maman bien tourmentée qui vous écrit. J'ai deux fils de 10 et 4 ans. Le plus jeune est l'enfant le plus doux et le plus attachant que l'on puisse voir. Mais l'aîné qui, pendant longtemps, a été lui aussi un petit garçon très facile, prend, depuis deux ou trois ans, un caractère insupportable. Je suis désempée de le voir changer ainsi. J'ai tout fait pour le corriger de ses défauts et je ne sais plus quelle méthode suivre pour que mon grand fils retrouve son bon naturel d'autrefois.

Il arrive souvent qu'ayant deux enfants séparés par une assez grande différence d'âge, les parents manifestent



A leur insu, une préférence et une indulgence marquée pour le plus jeune. Êtes-vous bien certaine qu'il n'en ait pas été ainsi chez vous, sans que d'ailleurs vous vous en rendiez compte. Peut-être votre fils aîné a-t-il ressenti profondément ce sentiment de jalousie inconsciente mais si dure pour un cœur vulnérable d'enfant, déjà un peu troublé par l'arrivée du tout petit. Peut-être tout le mal vient-il de cette blessure que vous avez ignorée, car les enfants, par timidité ou par fierté, se plaignent rarement en pareil cas. Il me semble qu'il vous faut maintenant, pour retrouver le chemin de son cœur, essayer de lui montrer une grande confiance, lui prouver que vous le considérez non comme un bébé que l'on gâte, mais comme un petit homme sur lequel on peut compter. Efforcez-vous d'éveiller en lui le sentiment de sa responsabilité fraternelle; confiez-lui son frère à toutes occasions, comme si vous aviez vraiment besoin de lui pour protéger et défendre ce petit enfant. Je suis certaine qu'il prendra au sérieux son rôle de protecteur et qu'il le jouera bientôt avec tout son cœur pour justifier la confiance que vous lui témoignerez.



* Je suis une jeune fille de dix-huit ans, naturalisée française. Je possède le brevet élémentaire et le B.E.P.S. Malgré mon origine étrangère, puis-je préparer le diplôme d'Etat d'infirmière ?

Votre origine étrangère ne constitue aucunement un obstacle à la carrière que vous envisagez. Donnez-nous votre adresse pour que nous vous indiquions l'école d'infirmières la plus voisine de votre résidence.

MARIE * CLAIRE

ADRESSE ACTUELLE :
65, COURS DE LA LIBERTÉ - LYON
Tél. : Moncey 25-51

Tous droits de reproduction réservés pour tous pays y compris l'U. R. S. S.
Les manuscrits non insérés ne sont pas rendus

* Voulez-vous me faire parvenir des plans très simples pour que je puisse construire : poulailler, pigeonnier, canardière, clapier, ruche, etc...



Notre service de croquis pour les questions d'élevage n'a pas encore repris, mais vous pouvez vous adresser directement à un de nos collaborateurs M. Vernède, château du Pradon, à Nantua (Ain), qui, contre 10 fr., vous fera parvenir les plans que vous désirez.

* En 1939, j'ai eu une double otite chronique. Pendant la guerre, j'ai dû cesser mon traitement. Maintenant, mes oreilles ne coulent plus, mais j'entends fort mal. Puis-je espérer une complète guérison en me faisant soigner cet été seulement ?



Ce n'est pas cet été, mais maintenant, sans tarder, qu'il faut vous faire soigner par un oto-rhino-laryngologiste. La surdité est une infirmité pénible. Il ne faut pas risquer d'en être affligée. Nous ne doutons pas que, soignée à temps, vous ne puissiez guérir.



* Le linge de mon bébé ne devient pas très blanc; comment pourrai-je le laver pour qu'il soit très propre sans employer de produits qui irritent la peau ?

Je vous conseille de protéger la peau de l'enfant avec de l'huile d'amandes douces qui remplace très bien la lanoline qui est pratiquement introuvable.

Pour blanchir davantage le linge, trempez-le bien lessivé et bien rincé dans de l'eau presque bouillante additionnée d'un peu de javel; immédiatement après, trempez-le dans une eau ammoniacale légère, rincez à l'eau froide et faites sécher.

Souffrez les lainages une fois par mois, ils resteront blancs et souples.



* Je vous serai reconnaissante de m'indiquer la recette exacte du porto-tilip ?

Dans un shaker, vous mettez 1 verre de porto, 1 jaune d'œuf, 1 pincée de sucre en poudre (à volonté), 1 jarnie de cognac (à volonté), de la glace; secouez bien, versez dans un verre et parsemez de noix de muscade. Buvez avec une paille.

* Lectrices qui nous demandez des conseils pour équilibrer votre budget, qui désirez savoir si une future maman a droit à un supplément d'alimentation autre que le pain et le lait, voulez-vous avoir la complaisance de nous confier vos nom et adresse; il serait trop long de vous répondre par la voie du journal.



* J'ai dix-sept ans, je mesure 1 m. 57 et je pèse 84 kgs. Je me trouve bien trop grosse... Depuis le mois de juillet, j'ai grossi de 8 kgs, je voudrais bien les reperdre...

Vous êtes en effet un peu trop forte pour votre taille. Ne prenez surtout aucun remède interne. Mais remplacez les farineux par des légumes verts et salades. Buvez entre les repas seulement. Faites un jour par semaine (et toujours le même jour) une diète hydrique en ne prenant que des tisanes et jus de fruits. Reposez-vous ce jour-là ou restez allongée. Vous perdrez quelques kilogs sans vous fatiguer.



* Les modèles de tabliers qui ont paru dans le N° 181 du 11 janvier m'ont beaucoup plu. Pourriez-vous me faire parvenir les patrons des modèles 7 et 8 ?

Nous regrettons vivement de ne pouvoir vous donner satisfaction. Cependant, les demandes de patrons sur mesure sont si nombreuses que nous étudions cette question très sérieusement. Dès qu'une réponse favorable pourra vous être faite, une annonce dans « Marie-Claire » vous en avertira.



* J'ai très peu de poitrine comment la développer ?

Voici un exercice qui vous fera beaucoup de bien : les bras en croix, vous tenez dans chaque main un petit haltère et, gardant les bras bien tendus, vous rapprochez les poings l'un de l'autre par une suite de mouvements saccadés, puis vous les écartez à nouveau très lentement, par saccades, 20 fois, matin et soir.

Ne prenez aucun remède interne ou externe sans l'avis d'un médecin.



* Je désirerais bien savoir recommander et mettre des pièces comme vous l'indiquez dans « les mille secrets du raccommodage »; connaissez-vous quelqu'un qui me donnerait des leçons ?

Vous trouverez à l'Ecole, 25, rue Pierre-Cornellie, des cours d'apprentissage et de perfectionnement pour la couture et pour différentes branches ménagères. Puisque vous habitez Lyon il vous sera facile d'aller vous rendre compte vous-même sur place.



Madame Suzy. - Pour porter avec un tailleur voici un petit feutre jaune paille retenu par une voilette nouée autour du cou.



Legroux Sœurs. - Petit chapeau en résille de laine orné sur les côtés de deux grosses roses rouges et de longs pans en résille.



Rosa Descot. - Une petite calotte surmontée d'un oiseau, une dentelle de crin, voici un ravissant chapeau d'après-midi.

Printemps 1941

Images de PARIS



12



13



14

12. Veste longue cintrée à la taille par des découpes (1 m. 50 en 130). Jupe plissée soleil (2 m. 25 en 1 m.).

13. Élégant ensemble. Jupe : 0 m. 80 en 130. Gilet et doublure de la veste : 2 m. 80 en 1 m. Veste : 1 m. 80 en 1 m.

14. Cape en lainage écossais. Une bande taillée en biais donne l'ampleur sur les côtés. Mètr. : 2 m. 60 en 130.



Erik. - Petit chapeau de paille brillante bleu marine. Garniture en ruban de gros grain et grand couteau de teinte claire.



Madame Suzy. - Une touffe de cerises posée sur un très gros nœud de taffetas donne à ce canotier de picot une grâce printanière.



15. Tailleur en lainage écossais taillé droit fil. Veste longue. Jupe à pli creux. Mètr. : 3 m. 90 en 1 mètre.

16. Redingote fermée à la taille par trois boutons et ornée de fausses poches. Mètr. : 2 m. 80 en 1 m. 30.

17. Manteau en lainage à grands carreaux resserré à la taille par une ceinture. Métrage : 2 m. 90 en 130.

VOUS METTEZ CÔTÉ À CÔTÉ CES DEUX MOTS : "PARIS" ET "MODE" ET VOUS N'AVEZ PAS BESOIN D'EN DIRE PLUS POUR ÉVOQUER L'ÉLÉGANCE. REGARDEZ CES MODÈLES JEUNES ET NOUVEAUX ; ILS PARLENT DE PRINTEMPS. LES MARRONNIERS SONT EN FLEURS ET, SUR LA TÊTE DES PARISIENNES, FLEURISSENT LES PLUS ADORABLES PETITS CHAPEAUX...



Ross Valois. - Un voile léger est employé pour ce chapeau terminé par une écharpe qui se drape autour du cou.



Albouy. - Des fleurs de toutes les teintes forment un charmant petit chapeau qui ombrage les yeux. Voilette nouée derrière.



Le Monnier. - Pour le soir, voici un chapeau fait de tulle enroulé et d'oiseaux légers. Long voile pouvant former écharpe.

Avec une seule Robe

VOULEZ-VOUS CHANGER D'ASPECT TOUTES LES HEURES ?
CETTE ROBE PEUT AVOIR DOUZE VISAGES ! TOUTES LES
DEMI-HEURES ? ELLE PEUT EN AVOIR VINGT-QUATRE !



A POUR LA PROMENADE



B POUR LE DÉJEUNER



C POUR LE MATIN



D POUR LE THÉ



E POUR DINER

1 - Charmante robe en lainage. Le corsage à encolure très montante se boutonne devant. Il est orné de découpes. Jupe plissée soleil. Large ceinture en cuir. 3 m. 20 en 1 m. 20.
A Pour la promenade vous porterez sur votre robe cette ravissants veste en lainage de teinte claire. Métrage nécessaire : 2 m. 10 en 1 m.
B Pour un déjeuner, avec quelques mètres de ruban vous ferez cette robe. 2 m. 60 en 15 cm.
C Pour le matin, vous ajouterez à votre robe ce petit gilet en albène quadrillé. 0 m. 50 en 1 m.
D Cette bande de crêpe souple est drapée à l'encolure. Elle passe sous la ceinture et se termine par des petites poches froncées. Voilà une toilette pour le thé. 0 m. 60 en 1 mètre.
E Pour diner, n'est-ce pas charmant ce boléro fait en ruban rayé? 2 m. en 10 cm. de large.

JE PEUX TOUJOURS ÊTRE ÉLÉGANTE

C'EST UNE QUESTION D'IMAGINATION ET DE GOUT. NOUS N'EN DONNONS QUE CINQ OU SIX EXEMPLES, MAIS LIBRE A VOUS D'EN TROUVER D'AVANTAGE.



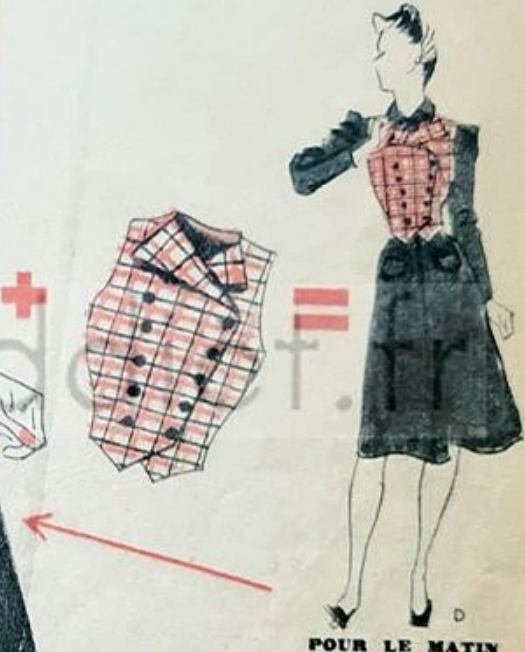
POUR L'APRÈS-MIDI



POUR DINER



POUR LE THÉ



POUR LE MATIN

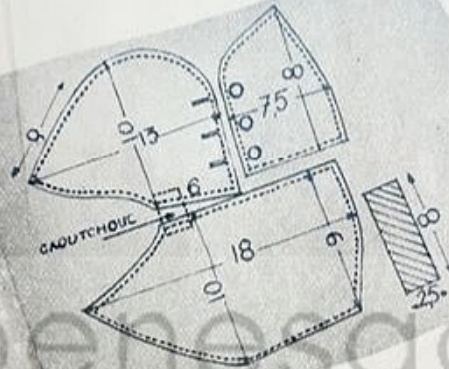


POUR LES COURSES

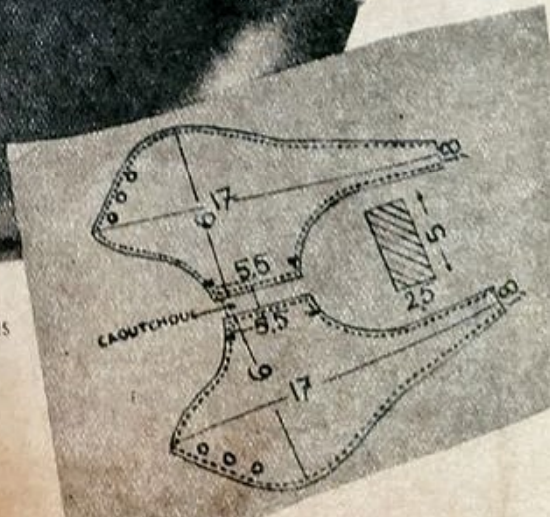
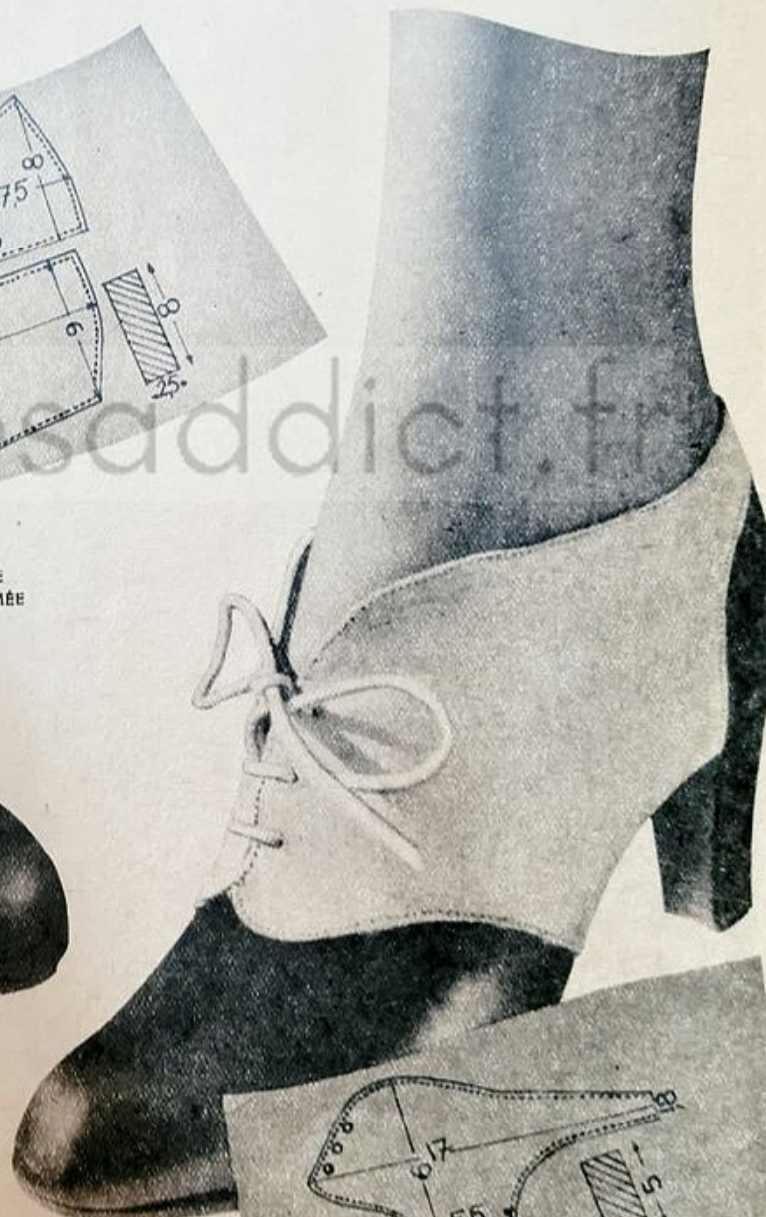
2 - Robe en lainage. Corsage travaillé de découpes. Jupe à panneaux. Les découpes des poches rappellent celles du corsage. 2 m. 80 en 130.
 A Pour l'après-midi vous complétez votre robe avec ce charmant gilet de teinte claire. Il est ouvert jusqu'à la taille. 1 m. 25 en 1 m.
 B Pour diner ajoutez une note gaie à votre robe. Bande en tissu écossais coupée tête bêche avec couture derrière le cou. 0 m. 40 en 1 m.
 C Pour le thé, avec 1 m. 30 de ruban à pois et 1 m. 30 de ruban uni en 12 cm. de large vous ferez cette garniture, charmante et gaie.
 D Pour le matin, vous mettez ce petit gilet en tissu quadrillé. Il est très croisé devant et orné de boutons. Métrage : 0 m. 60 en 1 m.
 E Voici un ensemble pour les courses. Veste en flanelle de teinte vive. Métr. : 2 m. en 1 m.

UNE SEULE PAIRE DE SOULIERS POUR TOUTES MES

Vous avez toutes une paire de chaussures décolletées de teinte unie. Grâce à ces petites guêtres que vous réaliserez vous-même et poserez très facilement vous aurez des chaussures adaptées à toutes les circonstances. Les schémas sont pour la taille 37, il suffit d'ajouter ou retrancher 1 mm. par taille tout autour. Faites un essayage avant de coudre. Les guêtres doivent être très ajustées, et la tension du caoutchouc qui passe sous la semelle joue un grand rôle.



AVEC UNE
ROBE IMPRIMÉE



POUR LES
JOURS ENSOLEILLÉS

Avec une robe imprimée : 30 cm. de tissu à pois en 90. 6 boutons 15 cm. élastique, doublez d'un reste de toile un peu raide. Piquez tout autour. Faites les six boutonnières.

Pour les jours ensoleillés : si vous n'avez pas un reste de toile, achetez un petit napperon à broder que vous passerez à la lessive pour faire partir le dessin. Du piqué de coton ou de rayonne peut convenir également. Taillez, doublez de toile raide, piquez, faites les oeillets, passez les lacets.

Pour la ville : 20 cm. de moire. 15 cm. d'élastique. Doublez d'un reste de toile. Piquez. Fixez sur les côtés une bande ou un ruban que vous nouerez sur le dessus du pied.

Avec une tenue un peu sport : 1 peau de chamols, 4 boutons, 15 cm. élastique de 2 cm. $\frac{1}{2}$. Faites tout autour une double piqûre à la machine ainsi qu'autour des boutonnières.



PETITS "Trucs" POUR FAIRE DURER

VOULEZ-VOUS ÊTRE CONTENTE EN FIN DE JOURNÉE ? VOUS ÉVITER DES SOUCIS ? FAITES BIEN TOUT CE QUE VOUS AVEZ À FAIRE. ADAPTEZ-VOUS À LA VIE ACTUELLE EN SIMPLIFIANT LES PETITS DÉTAILS DES CHOSSES DE CHAQUE JOUR. AVEC UN PEU DE PRÉVOYANCE ET UN PEU DE SOIN, VOUS FEREZ « DURER » ET VOUS ALLÉGÈREZ VOS OCCUPATIONS QUOTIDIENNES.

ORGANISEZ VOTRE MAISON



- Mettez des « stop » aux portes pour éviter qu'en les ouvrant trop brusquement elles éraflent les murs.

- Recueillez les bouts de cigarettes ; ils serviront comme antimites dans peu de semaines.



- Ayez un aquarium pour les jours où vous trouverez facilement du poisson vivant ; ce jour là, prenez-en plus qu'il ne vous en est nécessaire ; vous le trouverez tout frais quelques jours après.



- Gardez les allumettes déjà brûlées ; elles serviront à allumer les cigarettes en vous servant du feu ou du gaz.



- Mettez des plaques de propreté à toutes les portes ; vous aurez moins souvent à nettoyer et ce sera plus net.

- Employez des ampoules électriques moins fortes, sauf pour celle de la table de travail.



- Ayez des fleurs, conservez les oignons des jacinthes, tulipes, etc. Vous les mettrez en pots à l'automne et elles seront fleuries pendant les mois où les fleurs sont plus rares et plus chères.



- Faites une gaine de 7 compartiments pour les lames de rasoir de votre mari ; avec les jours de la semaine indiqués dessus ; en les laissant reposer vous prolongerez leur durée.



- Ne faites bouillir la lessive que tous les quinze jours.

- Veillez, au repassage, à ne pas casser les boutons des chemises avec le fer à repasser.

ORGANISEZ VOTRE GARDE-ROBE...



- Lorsque vous rangez un costume, une robe dans la penderie, donnez-vous la peine de sortir le cintre pour les suspendre comme il faut ; vous éviterez ainsi des faux plis.



- Enveloppez au moins la partie en métal des cintres dans un tissu ; les blouses claires, après repassage, ne risqueront plus de se salir ou même si elles sont encore un peu humides, d'attraper des taches de rouille.



- Les bas de manches, les coudes des robes s'usent plus vite que le reste du vêtement ; lorsque vous le pourrez, ayez des manches tenues avec pressions ou boutonnage au-dessus du coude (invisibles sous motifs) afin de pouvoir, aux premiers beaux jours les enlever et les économiser.



- Lorsque vous restez assise un moment, pensez à déboutonner votre veste, vous éviterez les faux plis à la taille.



- Renforcez les boutonnieres des manteaux, faites un ourlet large ; choisissez un tissu solide de teinte assez claire pour supporter une teinture. Prenez un peu plus de tissu pour pouvoir refaire le col et faire des poignets.



- Faites les robes avec de grands ourlets ; évitez les biais. Si le tissu est en lainage ou tricot, renforcez les coudes à l'envers. Ne faites pas les manches trop serrées, vous en diminuerez l'usure.



...ET CELLE DE VOS ENFANTS



- Pour les pantalons : faites un double fond à tous, afin d'en enlever un lorsqu'il sera usé. Gardez les bouts de tissu.



- Pour les manches : faites-les leur toujours plus longues avec un revers ; lorsque les enfants auront grandi le revers sera rabattu et soigneusement bordé.



- Pour les bavettes des tout petits, adoptez la toile cirée qui sera nettoyée très rapidement à l'aide d'éponge sans passer par le blanchissage.



- Pour protéger les robes des bébés, au moment des repas, adoptez une serviette assez longue, le bas relevé en cuvette qui recueillera le résultat des maladroresses inévitables.



- Pour les vêtements de sortie, faites-les leur ranger dès qu'ils rentrent à la maison, cela les économisera. Ils peuvent agir ainsi à partir de 2 ans 1/2, 3 ans. Vous les brosserez après.



- Pour les culottes elles seront épargnées en tant qu'usure et blanchissage, s'ils ont toujours un petit carré de tapis pour s'asseoir dessus lorsqu'ils jouent et lorsqu'ils travaillent.



- Pour protéger et économiser les souliers pendant l'hiver, faites porter à l'enfant par temps pluvieux des snow-boots de caoutchouc sur ses chaussures. En arrivant à l'école, il aura des chaussures bien sèches et propres. Lorsqu'il aura grandi, il portera les mêmes bottes de caoutchouc avec de grosses chaussettes de laine et de bonnes semelles de feutre ; il finira de les user ainsi.

LES TRÉSORS DE VOTRE JARDIN

CINQ MANIÈRES DE LES CONSERVER

LE PRINTEMPS, L'ÉTÉ, L'AUTOMNE SONT DES SAISONS GÉNÉREUSES QUI NOUS OFFRENT AVEC ABONDANCE LEURS PRODUITS. D'UN SEUL COUP VOTRE JARDIN VOUS DONNERA PLUS QUE VOUS N'EN POURREZ CONSUMER. NE LAISSEZ RIEN PERDRE. RÉCOLTEZ DE QU'IL VOUS TROUVEREZ, FAITES DES RÉSERVES POUR VOUS ET LES AUTRES : ELLES RENDRONT SERVICE PENDANT LA MAUVAISE SAISON.

1. LA STÉRILISATION

Les récipients doivent être facilement nettoyés, bouchés, les parois doivent être assez fortes pour supporter les pressions exercées pendant la stérilisation. Les produits à conserver doivent être parfaitement sains et frais. Le nettoyage complet et l'aseptie des bocaux, des dénoyauteurs, pinces, couteaux, etc... doivent être faits avec soin.

MÉTHODE GÉNÉRALE. Faites prendre quelques instants d'ébullition aux récipients à vide, les retourner sur des torchons propres.

Préparation des denrées à conserver : remplir des bocaux et fermer immédiatement. Placer le faux fond de la lessiveuse ou sac de jute, foin, paille, vieux chiffons. Empiler les récipients « debout » aussi serrés que possible. Entourer ceux qui sont fragiles, de chiffons ou de paillasons. Placer planchettes sur le tout pour maintenir verticalement les récipients. Porter au poids sur le tout pour maintenir le couvercle. Porter à l'ébullition. Remplir d'eau froide ; mettre le couvercle. Porter à l'ébullition. Compter les temps de stérilisation nécessaire à l'ébullition. Refroidir le plus vite possible après stérilisation (attention aux récipients de verre qu'un trop brusque changement de température pourrait casser). Attendre 3 jours avant de ranger les conserves. Le couvercle doit adhérer fermement. S'il cède à une pression légère des doigts essayant de le faire glisser latéralement, consommer de suite ou recommencer l'opération.

Pour s'assurer le maximum de chances de conservation, stériliser en 2 temps : pour 2 h. de stérilisation faire bouillir 1 heure puis refroidir, laisser reposer 24 h. et donner une nouvelle heure d'ébullition.

2. LA DESSICATION

a) **Au soleil de 60°** : en chapelets ou étendus sur des claies, exposition plusieurs jours de suite. Mettre en lieu sec aux heures de fraîcheur et d'humidité. Achever ensuite le séchage dans un grenier sec et très aéré avant de ranger en sacs ou en boîtes.

b) **Au four de boulanger** ou sur un fourneau bien chaud sur lequel on pose des briques creuses surmontées de claies d'osier ou encore à four ouvert et très doux de cuisinière. Exposer chaque jour à chaleur douce les fruits ou légumes à sécher pendant 3 ou 4 heures. Ne pas dépasser 40° le premier jour, 45° le second, 50° le troisième, puis aller jusqu'à 65 ou 70°. Il faut 5 à 6 séances progressives pour obtenir une dessiccation suffisante.

Certaines denrées, les poissons par exemple, se font sécher d'abord avant d'être desséchés à l'air ou au-dessus d'un feu dégageant de la fumée ; ils sont suspendus sans se toucher.

ÉPOQUES	CONFITURES (v. M.-C. n° 190)	STÉRILISATION	DESSICATION	SALAISON	ENROBAGES			SOUFRAGE
					Corps gras sels calciques etc...	Alcool Eau-de-Vie	Vinaigre	
MAI	gelées, marmelade sans sucre, sucre de râsin, miel, cidre, vin doux, suc de fruits	au jus, au naturel et au sirop, au naturel et cuisinés	au soleil au four à l'air à la fumée	sèche saumure				
JUIN	framboises rhubarbe	asperges épinards	morilles mousserons morilles		oselle herbes potagères		framboises	
JUILLET	abricots cassis cerises framboises groselles melons prunes rhubarbe	abricots cassis framboises groselles melons prunes rhubarbe artichauts (fonds) carottes nouv. épinards haricots verts laitues grolles petite pois	prunes artichauts en quartiers grolles	haricots verts		tous les fruits de saison	cerises oignons blancs cornichons pickles maquereaux et filots de poisson à chair ferme	abricots cerises prunes



LA STÉRILISATION



LA DESSICATION



Dans un corps gras



Dans l'alcool



LA SALAISSON



LE SOUFRAGE PHOTOS TABARD

3. LA SALAISSON

a) **Saumure sèche.** Couper les morceaux d'un poids inférieur à 1 kg., piquer de place en place avec une aiguille à brider, les frotter sur toute leur surface de gros sel pilé, mêlé à du salpêtre pulvérisé (15 à 20 gr. par kg.). Placer les morceaux par couches bien serrées dans un petit baquet de bois ou dans une terrine (dite saïoir ou pot à graisse), en alternant les morceaux de viande et les couches de gros sel et en terminant par du sel. Mettre une planchette et un poids. Fermez.

S'il n'y a qu'un morceau, l'entourer de gros sel et mettre un poids. Une grande propreté est nécessaire : mains, ongles, table, ustensiles. La terrine sera lavée, rincée, ébouillantée et retournée sur un torchon propre avant usage. S'il s'agit d'un baquet, le sécher après ébouillantage et frotter les parois d'un mélange de salpêtre, sel, poivre, vinaigre, puis le laisser reposer de 2 à 12 heures avant utilisation. Il faut compter 150 à 250 gr. de gros sel par kg. de viande à saler. On peut l'aromatiser en ajoutant à chaque kilogramme de sel brin de thym, 1 feuille de laurier, 100 gr. d'oignons hachés, 1 gousse d'ail et 5 à 6 grains de genièvre. Au bout de 6 à 8 jours, on doit apercevoir de la saumure sur le dessus. Sinon, ajouter un peu d'eau. On peut consommer au bout de quinze jours. Mais c'est après 1 ou 2 mois que le salé est parfait. Dans un endroit frais et sec, il se conserve un an.

Dessaler à l'eau froide plusieurs heures avant d'utiliser les morceaux de salé en potée, bouilli, ragout, avec choux, choucroute, épinards, purée de légumes secs et de châtaignes. Ne pas toucher à la viande avec les mains. Prendre des pincées en bois ou une fourchette d'argent ou de métal inoxydable.

b) **Saumure liquide** : pour haricots verts, poissons, grosses pièces de viande, etc... Recettes variables suivant la nature du produit à conserver.

c) **Confit de volaille sans graisse.** Tuer, plumer et vider la volaille, la laisser reposer 24 h. La découper et placer les morceaux recouverts de saumure (120 gr. de sel par litre d'eau). Faire bouillir 1 h., la volaille doit être cuite. Mettre en pots.

4. L'ENROBAGE

a) **Dans un corps gras.** Moyen de conserver plusieurs mois rôtis de porc, volaille, petits oiseaux (perdreux, pigeons, etc.), saucisse de Toulouse. Faire rôtir la viande, volaille ou gibier, ou cuire à la poêle la saucisse, la saupoudrer légèrement de sel pendant la nuit précédente pour la faire dégorger et rendre son excès d'humidité. Laisser refroidir en suspendant pour que le jus s'écoule ; placer les morceaux dans une terrine et recouvrir le tout de graisse bouillante ou d'huile fumante. Après refroidissement, fermer hermétiquement avec du papier parchemin mouillé. Tenir au sec et au frais. Noter qu'à défaut de panne de porc, on peut utiliser la graisse de boucherie. La préparer comme suit :

Faire fondre de la panne de bœuf, veau, cheval, porc (ou un mélange), après l'avoir nettoyée et coupée en petits morceaux. Si l'on ne peut se procurer que de la graisse déjà fondue, se contenter de la faire fondre à nouveau. Dans l'un ou l'autre cas, ajouter : épices, sel, poivre, muscade, 4 épices, aromates, thym, persil, laurier, ail, oignons, romarin, etc... légumes de saison coupés en menus morceaux ; laisser cuire 5 à 6 heures à tout petit feu ; décanter ; passer.

b) **A la fois avec sel et graisse** : porc, volaille, canard, oie, poulet, etc... Saler les morceaux 24 heures avec du sel fin. Essuyer et cuire à feu doux en pleine graisse de porc ou d'oie jusqu'à ce que les morceaux puissent être pénétrés avec une paille. (On peut n'opérer qu'une demi-cuisson qu'on achève dans la préparation culinaire.) Placer dans un pot en serrant les morceaux et recouvrir de graisse bouillante passée au tamis. Fermer hermétiquement après refroidissement.

c) **Enrobage de sels calcaires.** Œufs : silicate de soude et de potasse ; eau de chaux additionnée de sel.

DANS L'ALCOOL OU EAU-DE-VIE

Essuyer les fruits, les parer, les piquer en plusieurs endroits avec une aiguille à coudre fine, les disposer dans un bocal ; verser dessus l'eau-de-vie et, à volonté, cannelle, clous de girofle et léger sirop de sucre. Couvrir hermétiquement (papier paraffiné, liège paraffiné ou verre).

DANS LE VINAIGRE

Le vinaigre employé, le vin blanc ou l'alcool blanc, d'excellente qualité (le réduire d'un quart par ébullition avant utilisation). L'épicer et l'aromatiser. En avoir une quantité suffisante pour recouvrir largement.

Employer des flacons de petite taille ; la fermeture doit être hermétique. Faire macérer les produits traités pour leur faire rendre toute leur humidité naturelle afin que celle-ci n'entre pas ensuite l'action antiseptique du vinaigre.

5. LE SOUFRAGE

Préparer, sur des briques, des tas de petits morceaux de mèches soufrées ; les allumer et renverser sur chacun un bocal ou un pot. Quand ils sont remplis de vapeur, les retourner et les remplir rapidement (fruits, légumes ou confiture peu sucrée). Couvrir d'une rondelle de papier sur laquelle on fait couler un peu de soufre fondu. En dernier lieu, couvrir d'un morceau de vessie de porc et l'attacher. Si l'opération est réussie, la vessie doit se creuser en godet et une goutte de liquide doit se former au-dessous du godet. Mettre en lieu sec.

Le tailleur est la tenue de printemps la plus élégante et la plus pratique à la fois. Mais le tailleur est difficile à exécuter. Ne l'entreprenez pas si vous n'avez pas déjà une certaine habitude de la couture. Nous avons demandé à un tailleur de métier de vous expliquer les difficultés que vous rencontrerez.

Je suis adroite
ET JE FAIS



1 - Voici le devant avec les fils passés : le tailleur indiquant le contour du patron, bâti marquant la cassure. Les poches sont indiquées à la crête. Les pinces sont coupées : une à l'épaule, une à la taille et une sous le bras.



2 - La toile qui viendra « entôler » le revers est coupée selon le patron de la parementure. Elle est ensuite posée sur l'envers des deux devants. Deux pinces sont bombées pour qu'il s'adapte bien à la poitrine.



3 - La toile est fixée par des points en biais, qui ne doivent pas traverser sur l'endroit du lainage. Les pinces de la toile ont été fermées. A mesure du travail, repousser la toile du pouce pour que le revers « roule » car la toile est légèrement plus large que le lainage.



4 - Vous savez toutes que le tailleur « travaille au fer » autant qu'à l'aiguille. Il étire ou « rentre » le tissu pour qu'il ne forme pas un bec mais « prenne bien la poitrine ». Ce travail au fer est fixé et maintenu par une ganse inextensible ou un étroit passement.



5 - Voici le devant « travaillé ». La toile tailleur est posée sur l'envers, les revers bagués. Le travail au fer est « passémenté » tout autour du revers et de la parementure, et aussi tout le long de la « cassure » du revers.



6 - Voici le col — la partie la plus délicate de la jaquette —. Il est fait d'une toile tailleur, coupée dans le biais, placée entre du feutre et du lainage. La toile est baguée sur le feutre, et le pied de col piqué à la machine.

9 - La veste de ce tailleur est à basque longue. Elle est ajustée à la taille et fermée par deux boutons. Jupe à panneaux. Métr. : 4 m. en 1 m.

IS ON

TAILLEUR MOI-MÊME



7 - Puis le tailleur détend au fer le col, en lui faisant former un « arrondi », afin qu'il applique bien au cou. Faire subir la même opération au pied de col et marquer la cassure entre col et pied de col, au milieu seulement.



8 - Le col est ensuite recouvert de tissu coupé dans le travers. Le tissu est bâti et le col fixé au revers. De telle sorte que si l'on tient d'une main le milieu du col, de l'autre le bas du revers, au début de la cassure, col et revers doivent former en prolongement l'un de l'autre une ligne droite. Ceci est important.



9 - Le tissu qui recouvre le col est « rembourré » sur l'envers, sous le feutre fixé au tissu à petits points de surjet. (Ici ils ont été exécutés au fil blanc pour être plus visibles.)



11 - Veste écossaise taillée droit fil et ajustée à la taille. Grandes poches à soufflets. 2 m. en 1 m. - jupe à plis creux. Métr. : 1 m. 60 en 1 m.

10 - Éléant tailleur dont la veste est ajustée à la taille par des découpes. Jupe en biais avec une seule couture. Métr. : 2 m. 50 en 1 m. 40.

P. W. 11749 6 51

contre la
GRIPPE
cure
Frileuse

contre la
FATIGUE
cure
Frileuse

contre la
NEURASTHÉNIE
cure
Frileuse

contre
l'ANÉMIE
cure
Frileuse
le plus Fort des
Fortifiants
EN VENTE CHEZ VOTRE PHARMACIEN

* Après la naissance de mon troisième bébé, j'ai beaucoup maigri. J'ai réussi à reprendre du poids, mais le muscle de l'avant-bras est resté relâché comme celui d'une vieille dame... C'est fort laid.

Massez-vous régulièrement l'avant-bras, en allant du poignet au coude, avec une crème ou un lait astringent. Pour affermir les chairs, cliquez matin et soir la peau avec le coin d'une serviette roulée dans l'eau froide. Pour muscler l'avant-bras, faites le plus souvent possible le geste de fermer le poing, puis d'ouvrir brusquement la main en écartant les doigts.

* Je suis réfugiée. Mon fiancé fait son service. En attendant notre mariage, je me vois dans l'obligation de travailler. Jusqu'à présent, j'ai dans mes parents dans leur commerce et je m'occupe de mes frères et sœurs plus jeunes. Je possède un diplôme de Pigier, mais je manque de pratique. Que pourrais-je faire pour subvenir à mes besoins ?

Adressez-vous au Centre d'Orientation et d'Aide Sociale, 26, rue Victor-Hugo, à Lyon, qui pourra, sans doute, vous trouver un travail susceptible de vous convenir.

* Vous me rendriez service si vous pouviez m'indiquer l'adresse d'une filature ou d'un industriel qui m'achèterait le poil de mes lapins angoras.

Pour trouver un acquéreur, vous vous conseillez de vous adresser au secrétariat de la Chambre de commerce de la ville la plus proche de votre domicile en lui demandant de vous mettre en rapport avec un industriel susceptible de vous acheter votre production.

* Nous sommes deux jeunes filles de dix-huit ans. Nous avons le certificat d'études et le brevet industriel. Depuis huit mois, nous cherchons du travail sans en trouver. Nous sommes prêtes à faire n'importe quoi, mais nous ne voulons pas rester inactives. Nous rêvons de partir aux colonies. Serait-ce possible ?

Le chef du service de placement au ministère des Colonies, à Vichy, vous renseignera sur les possibilités de travail. N'espérez pourtant pas une réponse très favorable. Les places disponibles pour les femmes aux colonies sont rares. Etant donné votre jeune âge, mieux vaudrait ne pas trop vous éloigner de vos familles. Avez-vous songé à vous inscrire dans un office de placement, à consulter un office d'orientation professionnelle ? Si vous me donnez votre adresse, je vous enverrai des indications plus détaillées.

VARIÉTÉS

Vous êtes muséolonne ?
Avez-vous aussi des lettres ?

(RÉPONSES DE LA PAGE 13)

1. « Le Roi s'amuse », drame de Victor Hugo. — 2. « Histoire du Chevalier des Grioux et de Manon Lescaut », roman de l'abbé Prévost. — 3. Episode de « Wilhelm Meister », roman de Goethe. — 4. Conte des « Mille et une Nuits ». — 5. Personnage de « Henri IV » et des « Joyeuses Commères de Windsor », drames de Shakespeare. — 6. Légende des « Niebelungen ». — 7. « Scènes de la vie de Bohême », roman de Murger. — 8. Personnage de « La Jérusalem délivrée », du « Tasse ». — 9. « Thais », roman d'A. France. — 10. Légende bretonne du moyen âge. — 11. Episode de « L'Énéide », de Virgile. — 12. Roman de Walter Scott. — 13. Comédie de Beaumarchais. — 14. « Mireio », poème provençal de Mistral. — 15. Nouvelle de Mérimée. — 16. « La Dame aux Camélias », pièce d'Alexandre Dumas fils.

QUI EST-CE ?

(Réponse des pages 14 et 15)

1. Myrna Loy. — 2. Priscilla Lane. — 3. Joan Bennett. — 4. Irène Dunne. — 5. Charles Boyer. — 6. Robert Taylor. — 7. Maurice Chevalier.



Le ronron des machines est un agréable musique pour le bon ouvrier



Mais le bruit est tel qu'il faut crier pour se faire entendre !



Cela fatigue la voix et dessèche la gorge ; il y a parfois de ces courants d'air !



« Heureusement que nous avons les Pastilles Wybert ! » Les Pastilles Wybert apaisent la soif et protègent contre les refroidissements et leurs suites : la toux et l'enrouement.

WYBERT

la délicieuse petite pastille en losange est composée uniquement de substances naturelles, sans toxiques ni stupéfiants. Wybert, la pastille des Voix d'Or.

Dans toutes les Pharmacies



Etablissements GABA
Saint-Fourçain-sur-Sioule (Allier)



RESIGRAP, reconstituant idéal pour les enfants, vous y aidera. Sur les tartines, dans le petit déjeuner où il remplace avantageusement le sucre et, dans les entremets, RESIGRAP est désormais adapté. Produit naturel à base de raisin, il est spécialement recommandé pour Bébé. Au moment où le manque de vitamines se fait cruellement sentir, faites faire à vos enfants et faites vous-mêmes une véritable cure de raisin. 1 kg. de RESIGRAP égale en vitamines 8 kg. de raisin frais. Tarif et mode d'emploi gratuits sur demande. Echantillon contre 5 fr. en timbres-poste. Expédition à partir de 5 kilogram. Pour la France occupée, envoi maximum 5 kilogram. par nom donné.

CAVES DU DOCTEUR NYLS
PERPIGNAN (Pyr.-Or.)

L'INSTITUT
HEBEA
DÉTIENT LES SECRETS DE
Votre Beauté

LA COUPEROSE

Quoi de plus disgracieux pour une jeune femme qu'un nez qui brille, d'un visage marqué par la couperose ?

L'INSTITUT HEBEA connaît la manière de vaincre cette affection accidentelle. Il vous donnera en même temps les règles d'hygiène que vous devez suivre pour obtenir une bonne circulation du sang.

Jours de consultation : mercredi et vendredi matin, de 9 h. à 12 h. (soins de beauté) ; mardi et vendredi après-midi, de 2 h. à 6 h. (dermatologie).

INSTITUT HEBEA
33, COURS EUGÉNIE - LYON
Villeurbanne, 94-99
(Voir M.-C. n° 184 et 192)

Pour les enfants de un à quinze ans...

L'ÉBON VERMIFUGE LUNE

Laxatif idéal de l'enfance

En vente chez votre Pharmacien

TARIFS D'ABONNEMENTS A MARIE-CLAIRE

3 mois 6 mois 1 an

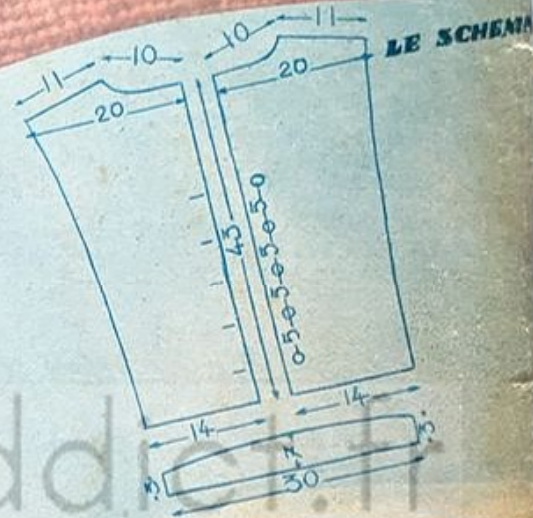
France et Colonies 34 > 67 > 132 >

Étranger 56 > 104 > 200 >

RÈGLEMENTS. — Aucun envoi ne sera fait contre remboursement. Paiement par mandat-carte ou chèque-postal à notre c/c UMOGES 257-73.

Frais de changement d'adresse : 2 fr. Service abonnements : 65, cours de la Liberté, Lyon (Téléphone Mancey 25-61).

FAITES VITE CE PETIT PLASTRON



UN TRICOT DE MARIE CLAIRE

Vous ne pouvez acheter de laine sans bon d'achat. Apprenez donc à utiliser les matières qui vous restent et parmi lesquelles figure la chenille. Vous en ferez des objets ravissants. Nous vous proposons ci-dessus un plastron. Vous ferez également des gants, des cols, des écharpes, des poignets. D'avance, sachez que la chenille a tendance à s'enrouler ; aussi, pour que votre travail soit régulier, arrêtez le fil du peloton avec une épingle et laissez pendre la pelote qui se déroulera d'elle-même. Si vous choisissez de la petite chenille (celle avec laquelle est fait le plastron ci-contre) il est indispensable de prendre de très petites aiguilles.

FOURNITURES : 20 petits écheveaux de 50 mètres de chenille rose, 2 aig. à bas de 1 mm., 25 cm. de crêpe de chine, 45 cm. d'élastique.

POINT EMPLOYÉ : point mousse (tout à l'endroit).

EXECUTION : commencez par le bas de l'un des côtés du devant. Montez 65 m. Tricotez-les en point mousse (vous obtenez une largeur de 14 cm.). A 5 cm. du bas, rab. 6 m. à 3 m. du bord. Rétablissez-les au r. suivant pour former boutonnière. Tric. le côté devant tout droit. Du côté dessous de bras, aug. de 1 m. tous les 3 cm. jusqu'à 14 cm. de haut, puis de 1 m. tous les 2 cm. côté. Devant, faites une boutonnière tous les 5 cm. jusqu'à ce que vous en ayez 5. A 38 cm., rab. l'épaule en 6 fois. Côté devant, à 40 cm. du bas, rab. 20 m., puis les m. restantes en 10 fois. Faites l'autre côté de la même façon mais sans boutonnière. **COL :** se tricote en largeur. Montez 15 m. Aug. d'une m. de chaque côté jusqu'à 15 cm. de hauteur. Continuez 15 cm. en diminuant 1 m. de chaque côté. Rab. les m. Dans le crêpe de chine, taillez un dos. Assemblez aux épaules le dos aux devants. Posez le col et le caoutchouc de la taille. Faites les boutons au crochet. Montez 3 m., rassemblez les, piquez 2 fois dans chaque m. sur 2 r., ensuite 1 r. en piquant 1 fois seulement et 1 r. en piquant 1 fois toutes les 2 m. Avant de fermer, introduisez une petite boule de coton à l'intérieur de la poche formée. Fermez en rassemblant toutes les mailles.



NOUVEAU
ET MEILLEUR...

il est signé
Cadum

SAVON DE TOILETTE

VENDU CONTRE TICKET • SOCIÉTÉ CADUM S. A., COURBEVOIE (SEINE)

Comment serez-vous à 40 ans?



COMME CELLE-CI



OU COMME CELLE-LÀ

RIDES et lignes, pattes-d'oie, muscles faciaux affaiblis, accablent bientôt la femme qui néglige de nourrir sa peau avec les précieux éléments naturels dont elle a besoin. Une étonnante découverte d'un célèbre Spécialiste Dermatologiste vous permet de conserver une jolie peau douce, jeune, exempte de rides, bien au-delà de 40 ans, et toute femme peut se rajeunir ainsi de plusieurs années.

Un nouvel extrait précieux de cellules cutanées, tout à fait

semblable aux éléments naturels de la peau d'une toute jeune fille en pleine santé. Cet extrait appelé "Bioeel" est maintenant contenu dans la Super-Crème Tokalon. Employez-la tous les soirs et chaque matin à votre réveil votre peau est plus claire, plus douce, plus fraîche, PLUS JEUNE.

D'heureux résultats sont garantis, sinon le prix d'achat est remboursé.

LE COURRIER DE MARIE-CLAIRE

★

★ Je dispose d'une vaste maison de campagne où je pourrais facilement aménager une quinzaine de lits pour recevoir des enfants pendant les vacances, sachant trop combien les enfants des villes ont besoin d'air pur. Quelles formalités ai-je à remplir ?

Voire idée d'aménager une maison de campagne pour y recevoir des enfants est étonnante et nombre d'enfants seraient certainement heureux de passer quelques mois au grand air. Puisque vous habitez le département du Rhône, il faut vous adresser sans retard à l'Inspection de la Santé, 54, quai Jules-Courmont, à Lyon. Cet organisme jugera si votre demande peut être retenue pour l'établissement d'une colonie de vacances. D'autre part, toujours avec l'assentiment de ce même organisme, il vous sera possible d'ouvrir une maison d'enfants sous votre propre responsabilité, si toutes les conditions requises sont remplies.

★ Pourriez-vous me dire s'il est possible de faire un manteau de pluie dans une toile de tent, et s'il existe un produit pour imperméabiliser d'avantage cette toile ?

Lavez à fond ; imprégnez la toile d'eau savonneuse tiède et laissez égoutter à l'air.

La toile humide, mais ne dégouttant plus, plongez-la dans une solution froide de 20 gr. de sulfate de cuivre. Ne tordez pas, faites égoutter et sécher à l'ombre.

Recommencez une seconde, puis une troisième fois, le double bain d'eau de savon et de sulfate de cuivre. Après le dernier séchage, la toile est prête.

★ J'aime beaucoup la couture, j'ai suivi pendant deux ans des cours de coupe dans une école pratique, et mes professeurs m'ont toujours encouragée à persévérer. Mon état de santé m'a empêché de me présenter au C.A.P. Cependant, je désire-rais me perfectionner. Depuis longtemps, je fais mes robes, mais j'attends un bébé et voudrais augmenter un peu mon budget en travaillant pour quelques clientes. Connaissez-vous une bonne école de coupe à Toulouse ?

Je vous engage vivement à continuer vos études de couture et de coupe. Il doit certainement y avoir, à Toulouse, des cours du soir organisés par l'Enseignement professionnel. L'inscription est gratuite et les cours sont donnés par d'excellents professeurs. La mairie vous communiquera tous les renseignements utiles. Quant aux cours privés, leurs adresses vous seront données soit par la mairie, soit par la préfecture, bureau de l'Enseignement technique, où ils doivent être inscrits.

★ Je voudrais faire des bottes souples et fourrées pour mon fils qui fera l'hiver prochain 4 kilomètres par jour pour se rendre à l'école. Voulez-vous me donner quelques conseils ?

Il nous est impossible de vous donner des conseils par la voie du journal ; voulez-vous avoir la complaisance de nous donner vos nom et adresse.

★ Mon mari a soixante-dix ans et il est titulaire d'une retraite ouvrière et paysanne à titre facultatif. Il perçoit également une retraite des Assurances sociales. Je désirerais savoir s'il a droit à la retraite des vieux travailleurs et, le cas échéant, où je devrais adresser ma demande.

Le fait d'avoir appartenu aux Retraites ouvrières et paysannes à titre facultatif ne donne pas droit à l'attribution des vieux travailleurs salariés. Votre mari doit donc justifier de cinq ans de travail salarié après l'âge de cinquante ans pour obtenir éventuellement le bénéfice de cette allocation. Il faudrait qu'il établit sa demande sur un formulaire spécial no 55 et adresse son dossier au service régional des Assurances sociales le plus proche de sa résidence qui lui fera connaître sa décision. Vous trouverez des formulaires à votre mairie.



ROUGES À LÈVRES



VIFS • TENACES • ONCTUEUX • POUR PROTÉGER, SOIGNER LES LÈVRES, LEUR DONNER FRAICHEUR ET ÉCLAT

COLORIS ACTUELS :

CANDEUR • ROMANTIQUE
CERISE • ROUGE • BENGALI

ALLEZ CHEVEUX AU VENT
c'est si pratique..

Mais, restez élégante...

LE PAPILLON
SUBTILITÉ
SUR BARRETTE À VERROU CACHÉ
**EN RHODOID
CRISTALOMBRE**
maintiendra votre coiffure

C'EST UNE CRÉATION
Auguste Bonaz
21^{ème} RUE DE CHATEAUDUN - PARIS
ZONE OCCUPÉE
2097 NON OCCUPÉE OYONNAX

Cannes, ravissant plus que jamais, silencieux et ouaté. Seuls bruits, le crissement des bicyclettes glissant sur le macadam, un grelot parfois, ou les sabots d'un cheval quand un fiacre passe.

Coloré et tendre : costumes féminins de tons pastels, de toile, déjà... Vestes blanches bordées de rouge. Immenses sacs de paille portés en bandoulière.

Et, brillantes de tous leurs nickels, les indispensables bicyclettes. Elles sont indispensables surtout comme prétexte à porter les pantalons longs qui sont défendus en toute autre occasion.

Cette loi précise cause des embouteillages à la porte des bars où les femmes en pantalon, n'osant pas entrer, cherchent cependant à retrouver les amis assis autour des tables.

Pas de chapeaux, tout au plus des turbans ou des torsades. Mais des lunettes noires, c'est de rigueur. De toutes les formes, des rondes, des carrés et des longues, qui vous font des yeux bridés.

Les verres sont moins sombres. Tant mieux, on devine enfin le regard au travers.

Les hommes aussi portent des lunettes. Ils sont vêtus de ces tenues sportives qu'on avait oubliées, vestes de flanelle bleu pâle ou rose délavé, foulards multicolores dans le col ouvert, pantalons blancs, souliers de paille ou sandales bizarres. Il semble qu'il y ait peu de jeunes sur la Côte d'Azur ou bien est-ce qu'on remarque davantage les cheveux d'argent à cause des teints bronzés ? Des fleurs partout, des cascades de fleurs dans les jardins, des roses dans les cheveux des jeunes filles et, le dimanche, un œillet dans la boutonnière des garçons du pays.

L'ensemble pour la bicyclette, cette « patte reine » devenue l'impératrice de la Côte. Blouse et capuchon de ton cyclotta imprimée, serrée au genou.



Le blouson de coupe carrée, cintré, sur une jupe froncée. Nouez une ceinture bien serrée, qui n'est pas une ceinture de restriction parce qu'elle est fantaisiste.

La tenue indispensable aller se ravitailler à la ferme : pantalon, blouse, quadrille. Le panier sert à happenner tout... ce qui se mange.

La blouse-tablier, une idée qui a eu du succès. Peut-être pour remplacer l'éternel cabas ?

Tanaka

Une tenue calme, blanche ou très claire. C'est la blouse seule qui se charge de donner du ton et de l'éclat.

Le soir, pour la représentation au Casino, jupe de gros taffetas noir et une blouse légère. Razes à la taille, elles doivent aux plis.

Le veston à manché noir ou blanche naturellement, doit se faire en toile, en lin, tissus rarissimes. Jupe en forme.

En toile ou en rayonne fine, voici le veston qui va avec tout. On arc le rouge teint ou le vert clair.

Lettre de Cannes



CELA DÉPEND DE VOS PARENTS...

Il n'y a pas que les vieilles filles nées. On ne naît pas vieille fille, comme on naît poète ou pianiste. La vieille fille est un produit fabriqué à la maison, comme les tartes ou les confitures.

Une vieille fille n'est pas une jeune fille qui a atteint un certain âge sans se marier. A vingt-cinq ans, à trente, une fille reste jeune, ce n'est pas une affaire d'âge, une décision de l'état civil. La vieille fille est une jeune fille qui tourne au fade, ou à l'aigre.

Voilà le défaut : elle n'a pas été préparée au mariage ni à la vie ; elle a été préparée pour la chasse au mari. Elle est victime de parents qui croient que le futur mari est une espèce d'homme à part, qui juge une femme non à sa grâce, mais à son milieu, non à ses dons, mais à sa dot.

Trainée en laisse derrière ses parents, elle a fait toutes les soirées de la sous-préfecture, assisté à tous les thés des amis de la famille. On lui a appris à se tenir droit, à baisser les yeux, à répondre naïvement, à avoir sur toutes choses les opinions reçues. On a risqué pour elle des vacances coûteuses, cherché sur les plages ou à la montagne le fiancé qui se déroba à la ville.

Au départ, quand elle avait dix-huit ans et la fraîcheur de la jeunesse, les parents visaient plus haut, pas très haut, l'étage au-dessus. A mesure que les années passent, leurs prétentions baissent. Ils l'aiment toujours autant, mais ils n'ont plus confiance. Et l'enfant, pour laquelle on faisait des frais de toilette, des dépenses somptuaires de goûters ou d'hôtel, devient peu à peu la cendrillon qui doit s'occuper du foyer, non pas le sien, le leur.

★

Deviens vieille fille celle qui a accepté d'être l'objet de cette loi de l'offre et de la demande, qui a consenti à étouffer sa personnalité pour rester Mlle Une Telle, déterminée par sa famille, par sa dot, par ses espérances. Et qui, un beau jour, sans avoir compris, n'espère plus.

Alors qu'aujourd'hui la France a tant besoin de jeunes énergies, on lui a interdit de travailler, parce que « cela n'est pas distingué ». La voilà réduite au cercle des relations familiales. Le tour des jeunes gens est vite fait et vite épuisé : celui-ci n'a pas d'avenir, celui-là a des prétentions. Elle apprend les difficultés de la vie avant de connaître la vie. Elle a renoncé sans avoir essayé.

Alors, elle rage, ou elle pleure, ou elle rêve. Elle est devenue une vieille fille qui ne voit plus l'univers comme un monde ouvert devant elle et qu'il faut conquérir, mais comme un paradis perdu qui peut prendre, si elle est tout à fait gâtée, figure de l'enfer.

★

La voici chez elle. Elle ne sait rien faire, ne s'intéresse plus qu'à elle-même. Elle lit. Si elle est romanesque, chaque lecture, où elle se jette pour s'évader, la ramène, le livre fermé, à sa condition, d'autant plus affreuse qu'elle a rêvé davantage. Si elle ne l'est pas — ou ne l'est plus — ce monde entr'ouvert devant elle lui paraît une duperie : elle déteste l'amour, qu'on ne rencontre que dans les livres, et tous les hommes lui font horreur, qu'elle n'a jamais regardés.

★

Sauvons-la, malheur ! elle, et surtout malgré ses parents. Voici une fille que ne croit pas que l'idéal de la vie soit d'épouser un jeune homme choisi par ses parents, selon leurs convenances.

Elle n'est pas émancipée, l'idéal de la vie n'est pas pour elle la liberté sans frein. Elle ne pousse pas quand on parle de l'amour ou du mariage. Mais elle veut choisir.

Elle se met à travailler. Par nécessité, peut-être. Sinon, parce qu'un métier fait connaître la vie, élargit l'horizon, fait de la fille de ses parents quelqu'un qui existe par elle-même, a des devoirs, des charges, des vertus, commet des erreurs, atteint des réussites qui lui donnent le sentiment d'exister, d'être responsable, de plaire ou de déplaire pour des raisons qui répondent à des réalités.

Elle a des amies, qui sont mariées. Elle va dîner chez elles, sort avec elles, fréquente un milieu qui déborde le sien et qui est de son âge, où ce ne sont pas des douairières qui lui présentent des pantins, mais des jeunes gens qui se montrent au naturel ; non des fiancés possibles et prévus, mais dont l'un, peut-être — ou au bureau ou à l'université — deviendra le mari choisi non par convenance, mais par goût, et avec qui, librement, elle courra la grande aventure : une course à travers champs, dont le départ n'aura pas été donné par un starter à cheveux gris sur une piste en terrain plat dont la cendrée est sans surprise.

Le dimanche, elle laisse ses parents aller déjeuner chez la tante à héritage, assister à la matinée du Français ou prendre le frais sur les Champs-Élysées. Elle est inscrite à un club sportif, fait, l'été, du canoë en Dordogne ; l'hiver, du ski en Jura.

Qu'importe, alors, qu'elle ait vingt ans, vingt-cinq ou trente. Elle est entrée dans la vie, l'a choisie, l'a faite, s'y plaît. Heureuse de la poursuivre à deux ; satisfaite de la continuer seule, si elle n'a pas trouvé le compagnon qu'elle attendait sans le chercher.

Elle est elle-même, une fille telle que Dieu l'a faite, naturelle, utile à ses amis, à son milieu, à son pays. Et non pas une vieille fille.



...Est "vieille"

★ Il est compréhensible que les parents souhaitent garder leurs filles le plus longtemps possible auprès d'eux, sous leur aile : ils ont ainsi le sentiment de les protéger contre toutes les vicissitudes de la vie. Mais les protéger de la vie, c'est aussi les empêcher

DE BELLES

POUR CELLES QUI

LE SECOURS NATIONAL

Cette œuvre, maintenant connue de tous, a des rayons d'action innombrables :

Foyers et cantines :

Là, pour une fois, c'est vous qui percevrez les fameux tickets, encaisserez la faible redevance des clients et surveillerez la bonne marche du service.

Vestiaires pour les réfugiés et les nécessiteux :

Vous aiderez à recevoir les vêtements, à les classer, à les distribuer suivant l'état qu'on vous aura fourni.

Les parrainages :

Si vos ressources vous le permettent, vous adopterez une famille de réfugiés pour qui vous serez la conseillère et l'amie et la bonne fée des bambins...

CELA DÉPEND AUSSI DE VOUS...

Nous nous connaissons mal nous-mêmes. Il nous est, par conséquent, difficile de nous juger. Mais si vous vous reconnaissez dans l'un ou l'autre de ces types, dites-vous qu'il est temps qu'intervienne une sage mesure.

LA PRUDE

Il faut bien reconnaître qu'il n'est pas très facile d'être une jeune fille : la frontière est étroite qui sépare la bonne grâce de la légèreté. L'austérité, non seulement pour soi-même mais encore pour les autres, l'air pincé, l'air revêche et réprobateur, sont une bien mauvaise enseigne pour des qualités souvent réelles. La prude affecte le mépris de l'amour, la haine de l'homme. Est-ce par envie ou par charité qu'elle persécute ceux qui s'aiment ? Son attitude la rend antipathique et ne la console pas...

LA DÉGOUTÉE

Elle n'espère plus rien. Elle se croit laide, sans charme, abandonnée de Dieu et des hommes. Rencontre-t-elle un homme qui semble s'intéresser à elle, elle le rebute par son accueil désobligeant. Non seulement elle ne s'efforce pas d'être élégante, mais son but semble être de s'enlaidir par des coiffures sans grâce et des vêtements aussi mal coupés que peu seyants. C'est le renoncement, l'abandon, l'aigreur.

LA PÉDANTE

Celle-ci a choisi de juger l'humanité du haut d'un dictionnaire. La Littérature ou les Arts sont, pour elle, ce qu'étaient les étoiles pour le berger de l'*Arlésienne* : « sa planète »... Elle juge les autres d'après ce qu'ils disent et non d'après ce qu'ils pensent, d'après ce qu'ils savent et non d'après ce qu'ils sont. Sa conversation est émaillée de citations, ses jugements ont la sécheresse d'un coup de trique. Elle rend déplaissantes de bien jolies choses : le goût des beaux livres et celui des beaux-arts. Elle devrait songer que si les connaissances de l'esprit ont reçu le nom d'« humanités », c'est qu'elles doivent rendre plus humains les hommes et les femmes...

L'ÉCERVELÉE

Celle-ci a déclaré une fois pour toutes qu'elle préfère sa liberté à tout au monde. Lorsque papa et maman ont fait entendre une faible plainte et exprimé le désir de voir leur fille mariée, elle leur a répliqué qu'elle entendait ne pas avoir besoin d'un homme pour vivre. Elle a pris un métier, bien plus pour être indépendante que par besoin de gagner sa vie. Dans son travail, avec ses camarades, elle affecte des manières masculines, un langage masculin, et ne se souvient qu'elle est femme que pour se montrer provocante et coquette. Ce n'est pas son indépendance qui est critiquable, mais son manque de tact, de cœur et de tenue. Les émancipées du type agressif font du tort à toutes les jeunes filles. On a tendance à juger les autres sur ces écervelées.

LA ROMANESQUE

Elle ne pense qu'à l'amour, au mariage. Pour elle, un homme n'est pas Pierre, Paul ou Jean, c'est un parti possible. L'invitez-vous à dîner avec un célibataire ? Elle vous harcèlera de questions sur lui et vous persécutera pour savoir ce qu'il a pensé d'elle. Un malheureux lui cède-t-il sa place dans le train ? La voilà partie à construire un roman. Elle s'use de rêve et se rend insupportable par son exaltation.

★
Pour ne pas mériter l'étiquette vieille fille, ne soyez pas une jeune fille prolongée...

A vingt-cinq ans, lorsque vous choisissez une robe, un chapeau, ne persistez pas à vous habiller en ingénue. Vous avez le droit de vous habiller comme une jeune femme élégante. Un tailleur noir ne fait pas vieux, mais chic.

Des boucles d'enfant vous vieilliront plus qu'une coiffure relevée, élégante, à la mode.

Et le maquillage léger, discret, ne vous est pas interdit. De la jeune femme élégante, adoptez la netteté, le goût et le soin du détail... Souvent, celles qui méritent l'étiquette vieille fille ont un aspect négligé.

Brossez vos cheveux, soignez votre peau, visitez régulièrement le dentiste. Ayez des mains soignées et, en voyant entrer l'élégante personne que vous serez, nul ne songera : « C'est une vieille fille... »

« fille » qui veut !

de vivre. La personnalité réelle de la femme ne se révèle dans sa plénitude qu'à travers le mariage. Le gros problème pour une fille qui ne se marie pas avant vingt-cinq ans, c'est d'acquiescer une personnalité harmonieuse et bien équilibrée.

ACTIVITÉS ONT DES LOISIRS

Les colonies de vacances !

Vivent la vie de camp, les sorties champêtres, les jeux de plein air, les représentations théâtrales improvisées et les soirées de chants ou de belles lectures. Voilà votre lot de monitrice...

MAISON DES JEUNES

Pour vous, dynamique, joyeuse : le Commissariat à la jeunesse organise dans les campagnes des Maisons rurales. Les jeunes filles, sous la conduite de monitrices, y pratiqueront des sports variés, des jeux, s'initieront à la puériculture, aux arts ménagers. Une bibliothèque facilitera votre œuvre.

AIDE AUX MÈRES DE FAMILLE

La mère de famille submergée de travail à la suite d'une naissance, de maladie, surmenage ou absence, vous devra la paix recouvrée, grâce au secours que vous lui aurez gentiment apporté en aidant aux soins des enfants et du ménage.

AVEC OU **SANS** SUCRE

Vous ferez des Confitures

Les fruits entiers ou coupés par moitié seront conservés dans des bouteilles à large ouverture ou dans des bocaux ; les fruits seront mis en purée ou coupés en petits morceaux dans de simples bouteilles.

FRAISES

Manipulez le moins possible ; lavez avant d'éplucher ; faites égoutter sur un tamis de crin. Éliminez toutes celles qui sont molles, écrasées, touchées. Épluchez-les délicatement en prenant garde de ne pas arracher le fond du fruit en même temps que la queue et le calice.

Purée de fraises pour tartes, glacés, entremets sans sucre. Passez-les au tamis de crin. Mettez dans des bouteilles. Stérilisez si possible (il faut avoir un thermomètre pour cela) à 75° pendant 25 minutes, ce qui conserve mieux le parfum intégral de la fraise, sinon laissez bouillir. La purée de framboises se fait de la même façon.

CERISES

Cerises crues 3/8 de leur poids de sucre. Enlevez la queue des cerises lavées (cerises aigres) et faites tremper 24 heures dans du vinaigre. A ce moment seulement, dénoyautez-les. Disposez-les par couches alternées avec des couches de sucre, dans un pot de grès. Il faut 375 gr. de sucre pour un kilo de fruits. Tassez bien en secouant le pot au fur et à mesure du remplissage.

Cerises ou merises - 1/5 du poids de sucre. Mouillez un kilo de sucre d'un demi-litre d'eau et donnez un bouillon. Écumez ; laissez refroidir et ajoutez-y 1/8 de litre d'alcool spécial pour fruits et 5 gr. de salicylate. La veille, vous aurez lavé et mis à égoutter sur un tamis de crin où elles doivent sécher toute la nuit, 5 kilos de cerises aigres ou de merises. Le matin, enlevez les queues et les noyaux pendant que le sirop de sucre est remis sur le feu. Quand il est à ébullition, versez les fruits et faites-les cuire jusqu'à ce qu'ils soient ramollis. Versez-les brûlants dans des pots préalablement chauffés et couvrez immédiatement cette compote.

GROSEILLES

Gelée de groseilles d'actualité (ne se conserve pas très longtemps) **1/10 de sucre.** Exprimez le jus d'un kilo de groseilles rouges et blanches mélangées ; ajoutez dans la bassine 100 gr. de sucre et, juste avant l'ébullition, 10 gr. d'agar-agar délayé dans un peu d'eau. Laissez bouillir 10 minutes. Ajoutez hors du feu en mélangeant bien 2 gr. d'acide salicylique et versez en pots chauffés. Couvrez immédiatement d'un papier saupoudré de salicylate puis de la couverture extérieure. Très précieuse pour garnir les tartes.

ABRICOTS

Purée d'abricots sans sucre. Lavez et dénoyautez. Faites cuire pendant quelques minutes avec le dixième en eau du poids des fruits. Passez la pulpe au tamis ; entonnez en flacons et stérilisez au bain-marie pendant 30 m. N'enlevez pas la peau.

PRUNES

Confiture de quetsches, 1/4 de sucre. Pelez les fruits après les avoir blanchis si la peau est très épaisse, comme il arrive parfois. Dénoyautez-les ; mettez les fruits dans la bassine et couvrez-les de 250 gr. de sucre par kilo de fruits. Faites cuire **sans cesser de remuer** jusqu'à ce que les fruits soient réduits en bouillie. Continuez

de remuer encore pendant 15 m. à la fin de la cuisson, pendant que les confitures refroidissent. Versez alors dans des pots ébouillantés ; posez dessus un papier saupoudré de salicylate et couvrez. (Vous pouvez ajouter 1 gr. d'acide salicylique par kilo de confitures, mais c'est une précaution non indispensable si l'année n'est pas très pluvieuse).

Purée de prunes, sans sucre. Vous pouvez employer toutes sortes de prunes, pourvu qu'elles soient mûres. Dénoyautez-les et faites cuire sans sucre, d'abord à feu vif, puis à feu très doux pendant 12 h. de suite sans interruption. L'aspect n'est pas très appétissant, la purée est épaisse, brunâtre à reflets rouges, mais le parfum de la prune subsiste, la confiture n'est pas acide et elle se conserve bien si la mise en pots est faite dans les conditions de propreté nécessaire. Mettez des gants, cette confiture éclabousse fort et il faut remuer constamment (les fruits doivent être écrasés au début avec une fourchette d'argent).

Marmelade de prunes et pommes, 1/5 de sucre - Pour 3 kilos de prunes, 2 kilos de pommes et 1 kilo de sucre. Faites cuire le sucre dans 1/2 litre d'eau ; mettez-y les pommes taillées en minces quartiers ; lorsqu'elles sont molles et transparentes, joignez-y les prunes dénoyautees. Commencez à remuer le tout lorsque les prunes sont ramollies (à ce moment la confiture risque de brûler si vous ne la tournez pas fréquemment) ; faites cuire à petit feu de 2 à 3 heures environ. Elle doit avoir la consistance d'une purée épaisse ; mélangez-y 1 gr. d'acide salicylique par kilo et mettez en pots chauffés ; couvrez immédiatement.

POIRES ET POMMES

Beurre de poires, 1/3 de sucre

Pelez et épépinez les poires et passez-les à la machine à hacher ou au moulin à légumes. Ajoutez à chaque kilo de pulpe de poires le tiers de son poids de sucre. Faites chauffer. A ébullition, ajoutez 50 gr. de jus de citron et continuez de cuire en tournant. (Ayez un thermomètre centigrade à liquides pour évaluer les temps de cuisson). Quand la masse de la confiture a atteint 104 degrés centigrades, ajoutez 1 gr. de clous de girofle en poudre, 1 gr. de cannelle et 1 gr. de gingembre. Mélangez encore tout en brassant vigoureusement et faites recuire jusqu'à ce que, de nouveau, 100 degrés soient atteints. Ajoutez 1 gr. d'acide salicylique par kilo et mettez en pots chauffés la confiture bouillante. Couvrez immédiatement. Cette confiture brûle très facilement mais elle est intéressante à faire lorsqu'on dispose de beaucoup de fruits tombés.

CONFITURE DES 3 FRUITS

Sans sucre. Faites cuire à gros bouillons 2 heures le jus extrait après pilonnage de pommes, prunes et poires ébouillantées. Lorsque le jus de fruits sera réduit, ajoutez des quartiers de fruits coupés assez minces et faites recuire jusqu'à consistance de confiture ordinaire.

PULPES DE FRUITS DIVERS

(Ne pas enlever la peau, la couper) **sans sucre.** Ecrasez et réduisez en purée en les passant au tamis de crin, des fruits très propres. Remuez bien pour y mélanger parfaitement 1 gr. de salicylate par litre de purée et introduisez-la crue dans des petites bouteilles que vous aurez soigneusement lavées avant de vous en servir. Bouchez et attendez un mois ; faites cuire en faisant stériliser les bouteilles au bain-marie pendant 1 heure 1/2 au maximum.

Beaucoup d'entre nous auront mis de côté, pour la saison des fruits, une partie de leur ration de sucre ; elles feront des confitures en diminuant la proportion de sucre et en prolongeant la cuisson. Les autres feront des conserves de fruits qui leur permettront de préparer des confitures en les mélangeant avec moitié de pommes, raisins, figues ou autres produits sucrés qu'une cuisson suffisante concentrera jusqu'à consistance de marmelade. Ces pulpes de fruits conservés feront de délicieuses desserts d'hiver ou des entremets faciles et agréables : tartes, croûtes, puddings, tians, etc.

Le CODE SECRET des Cuisinières

CE N'EST QU'UN TOUT PETIT MOT DANS UNE RECETTE DE CUISINE. MAIS C'EST PARCE QUE VOUS N'EN CONNAISSEZ PAS LE SENS QUE VOUS AVEZ GACHÉ TANT D'EXCELLENTE RECETTES. SI VOUS VOULEZ ARRIVER A CE RAFFINEMENT QUI FAIT LES VRAIS GORDONS BLEUS, APPRENEZ CE QUE SIGNIFIE CE PETIT LANGAGE SECRET DES CUISINIÈRES.

A **ABATS ET ABATIS** - (Ailerons, cou, cœur, foie, gésier, pattes de toutes les volailles.) Avant d'être utilisés d'une façon quelconque, les abatis doivent être soigneusement nettoyés et parés. Flambez la tête, le cou, les ailerons et épluchez-les avec soin. Les abatis des vieilles volailles, des dindes, des oies, des canards, doivent parfois être échaudés pour en faciliter l'épluchage. Pour cela, plongez-les dans l'eau bouillante et épluchez-les immédiatement.

Le foie : au milieu se trouve incrustée une petite poche verte contenant le fiel ; enlevez-la avec précaution pour ne pas la crever, ce qui communiquerait à la volaille un goût très amer.

Le gésier : fendez-le sur la partie bombée, mais pas trop profondément. Ecartez-le et retirez la poche intérieure en ayant soin de ne pas la briser, cette poche étant remplie de matières diverses (grains, graviers, etc...) Essuyez-le ensuite à fond.

AMALGAME - Mélange parfait de plusieurs substances. Pour que la préparation soit homogène, il faut opérer le mélange par petites quantités.

APPAREIL - S'emploie pour désigner tout mélange simple ou composé utilisé pour la préparation des mets. Le mélange des ingrédients sera fait peu à peu ; prenez soin, en dernier lieu, d'incorporer toute matière qui peut être restée sur les bords du récipient.

ASSAISONNEMENT - Ce mot désigne l'action d'assaisonner un mets à l'aide d'une substance spéciale, sel, poivre, et cette substance elle-même. L'assaisonnement d'un mets en sel et en poivre est une opération délicate. Pas assez salée, la préparation est fade, mais cela n'est pas une catastrophe ; trop salée, c'est presque irrémédiable. Il ne reste qu'à mettre dans la sauce un petit morceau de sucre.

B **BAIN-MARIE** - Opération qui consiste à placer un récipient contenant une préparation dans un bain d'eau bouillante pour la réchauffer ou la cuire, sans risquer de la brûler. C'est aussi une façon de maintenir à un degré voisin de l'ébullition certains apprêts délicats. Ne mettez pas trop d'eau dans la marmite contenant le récipient afin que, en maintenant l'ébullition, l'eau n'entre ni dans le plat, ni dans la casserole de cuisson.

BLANCHIR - Plonger dans l'eau bouillante, avant toute autre préparation, légumes, poissons ou viandes pour les attendrir, les nettoyer ou les débarrasser d'un excès de sel. Le blanchiment diminue et l'amertume et l'âcreté des légumes. Il permet d'enlever plus facilement les peaux des viandes et de certains poissons. Blanchir ne veut pas dire cuire : ne prolongez pas l'immersion.

BRIDER - Opération qui consiste à passer avec une aiguille (dite à brider) une ficelle maintenant les cuisses et les ailes d'une volaille ou d'un gibier à plumes. Pour les pièces à rôtir, on laisse les pattes dehors ; pour celles qui doivent être braisées, pochées ou poêlées, on rentre les pattes dans la peau. Avant de les brider, on doit plumer, vider, flamber et éplucher volailles et gibiers. Employez une ficelle très fine ou au besoin un gros fil, sinon la pièce vidée s'abîmerait. Ne serrez pas trop fort, la pièce renfle en cuisant ; trop serrée elle gonfle moins à la cuisson.

BRASER - Mode de cuisson s'appliquant à la plupart des substances alimentaires. Cette cuisson se fait en vase clos et à court mouillement. Le braisage réclame presque toujours une assez longue cuisson, il s'attache facilement ; le récipient dont vous vous servirez pour cette préparation doit avoir un fond épais et fermer hermétiquement. Glissez un papier sous le couvercle pour plus de sécurité. La vapeur que dégage la cuisson se concentre dans le récipient et complète le mouillement, ce qui empêche les mets de brûler.

C **CHEMISER** - Opération qui consiste à garnir un moule, une casserole ou tout autre récipient préalablement graissé soit d'un papier blanc beurré, soit d'une mousseline sèche ou humide. Pour pouvoir l'enlever facilement, il faut que le papier adhère complètement au moule et le dépasse un peu. Faites de même pour la mousseline.

CLARIFIER - Opération qui consiste à rendre claire une substance alimentaire quelconque, principalement les liquides. Laissez reposer l'élément à clarifier avant de commencer l'opération, et surtout ne remuez pas le fond.

D **DÉGLACER** - Opération qui consiste à détacher à l'aide de quelques cuillerées de bouillon ou d'eau bouillante le jus caramélisé se trouvant sur les parois et dans le fond de l'ustensile ayant servi à la cuisson d'une denrée. Déglacer ne signifie pas noyer ; il faut mettre cependant assez de liquide pour pouvoir lui faire jeter deux bouillons. Versez le jus ainsi obtenu dans la sauce pour lui donner plus de ton.

DÉGORGER - Laisser tremper viandes, poissons ou abats dans de l'eau fraîche pour les débarrasser du sang et des impuretés qu'elles contiennent et les rendre plus blancs. Retirez avec précaution les filets et les fibres sanguinolentes, sinon les pièces seraient abîmées. Cervelles et ris de veau sont très fragiles, il faut les manipuler avec douceur.

DORER - Enduire à l'aide d'un pinceau le dessus d'une pâtisserie avec un mélange d'eau et de jaune d'œuf battu. On dore également avec de l'eau et du lait en opérant de la même façon. Ne dorez la pièce que juste au moment de la mettre au four, sinon vous risquez de ramollir la pâte.

E **ÉCHAUDER** - Arroser d'eau bouillante la substance que vous désirez éplucher facilement. Echauder ne signifie pas blanchir ; l'eau une fois versée sur la denrée que vous désirez éplucher, enlevez-la après 2 ou 3 secondes et faites égoutter.

(Suite page 19.)



POUR L'ÉTÉ RIEN N'EST PLUS PRATIQUE QU'UNE
ROBE DE COTONNADE TAILLÉE EN DEUX PIÈCES

Chacune de ces robes



Jupe tablier.
2 m. 60 en 1 m.
Blouse, 1 m. 50 en
1 m. — **A¹** On peut
porter cette blouse
avec un costume à
boléro. — **A²** Un
bain de soleil est
porté avec la jupe-
tablier. — **A³** M^{me}
blouse por-
tée avec un short.



**Blouse à man-
ches longues.** 2 m.
en 1 m. Jupe avec
grande poche, 2 m. 75
en 1 m. — **C¹** Vous
pouvez porter votre
blouse avec un pan-
talon de plage. — **C²**
Un sweater est porté
avec la jupe. — **C³**
Portez votre blouse
avec une jupe unie.



www.benesaddict.fr



**Blouse en co-
tonnaide.** 1 m. 40 en
1 m. Jupe froncée,
1 m. 60 en 1 m. —
B¹ Une collette à
bretelles est portée
sur cette blouse. —
B² Avec la jupe,
une blouse en linges-
rie. — **B³** La blouse
de cotonnaide portée
avec jupe de plage.

Blouse fleurie. 1
m. 25 en 1 m. Jupe
assortie, 2 m. 25 en
1 m. — **D¹** Cette
blouse sera charman-
te avec votre tailleur
de toile. — **D²** Vous
porterez votre jupe à
fleurs sur une robe
foncée. — **D³** La
blouse peut se porter
avec une jupe plissée.



en vaut 4!

ELLE VOUS COMPOSERA AINSI DES TENUES VARIÉES
QU'IL CONVIENTRONT A CHAQUE HEURE DU JOUR



8 Petite blouse à pois, 1 m. 50 en 1 m. Jupe-tablier, 2 m. en 1 m. — **E¹** Portez cette blouse avec un tailleur en toile uni. — **E²** Sur une robe noire, mettez votre jupe-tablier. — **E³** Ici, la blouse est portée sur la jupe. Large ceinture uni.

9 Blouse imprimée, 1 m. 40 en 1 m. Jupe ample assortie, 1 m. 90 en 1 m. — **G¹** Cette jupe avec bain de soleil forme une tenue de plage. — **G²** La même jupe est portée avec un chemisier. — **G³** La blouse accompagnera votre tailleur d'été.

www.bonnesaddict.fr



F Blouse ornée d'un volant plissé, 1 m. 75 en 1 m. Jupe, 2 m. 25 en 1 m. — **F¹** On peut porter cette jupe avec un chemisier uni. — **F²** Toujours avec la même jupe, un bain de soleil. — **F³** Un deux-pièces est porté sur cet ensemble.

H Blouse à empiècement, 1 m. 50 en 1 m. Jupe à corselet, 1 m. 60 en 1 m. — **H¹** Blouse avec pantalon de plage. — **H²** Une tenue pratique: la jupe avec un sweater. — **H³** Votre blouse sera aussi charmante avec cette culotte de plage.

(Dos page 10.)



Madeleine de Rauch



Jeanne Lanvin



Bruyère



Worth

MADELEINE DE RAUCH
 Robe en crêpe imprimé blanc et bleu. Tunique à grandes poches. Une ceinture fuchsia croise derrière et se noue devant.

JEANNE LANVIN
 Ensemble composé d'une jupe en crêpe noir légèrement en forme et d'une tunique à basque en surah rouge vif. Manches bouffantes, boutonnage sur les épaules.

WORTH
 Robe tunique composée d'une jupe de crêpe bleu et d'une tunique en lin blanc. Les manches mi-longues sont soutachées de blanc.

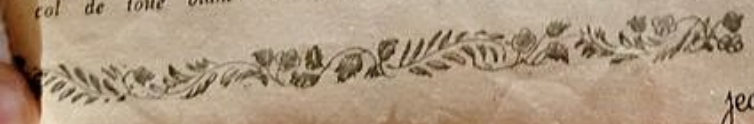
BRUYÈRE
 Robe-tunique en crêpe marocain marine. Le corsage cintré, plus long devant, a une basque plissée. Boutonnage devant et petit col de toile blanc et rouge.

ROBERT PIGUET
 Jupe droite en crêpe noir. La jolie tunique très ajustée à la taille a une basque arrondie devant et drapée en un mouvement remontant derrière. Encolure montante.

HERMÈS
 Robe de fin lainage beige. Tunique ornée de poches soulignées de ruches de même tissu. Encolure montante et manches longues.

BRUYÈRE
 Robe-tunique en lainage bleu dur. Le corsage très ajusté à la taille est boutonné devant. La basque est montée à fronces tout autour. Manches longues. Jupe droite.

GERMAINE LECOMTE
 Robe-tunique en crêpe bleu dur, ornée de bouillonnés sur les hanches. Manches trois-quarts bordées de satin assorti à la ceinture brodée.



A Paris LES TUNIQUES sont à la Mode

L'AMPLEUR DEVANT, DERRIÈRE OU SUR LES CÔTES, LES GRANDS COUPEURS ONT TOUJOURS FAIT DES VARIATIONS SUR CE THÈME ESSENTIEL. MAIS IL Y A UN POINT SUR LEQUEL ILS SE SONT BIEN D'ACCORD: LA TUNIQUE, QUI REVIENT DANS TOUTES LES COLLECTIONS COMME UN LÉGITIME



Robert Piguet



Honnès



Bruyère



Germaine Lecointe

Dans mon petit jardin

RIEN QUE DES LÉGUMES
NOURRISSANTS



Alors que dans les périodes normales la majorité des légumes sont considérés comme accompagnement ou complément du plat de résistance (viandes, poissons, œufs) ils sont, aujourd'hui, éléments de base de la majorité de nos menus journaliers. Leur consommation s'est à ce point amplifiée que leur approvisionnement est souvent précaire. Un are de jardin, auparavant, pouvait fournir assez de légumes par tête pour une famille de quatre à six personnes ; aujourd'hui il faut au moins doubler cette surface.

Ce sont surtout les matières hydrocarbonées (sucres et féculents) qui constituent les propriétés nourrissantes des légumes et que viennent compléter les bienfaites vitamines dont l'action est si importante.

CULTIVEZ D'ABORD LES LÉGUMES LES PLUS NOURRISSANTS

Il est des légumes qui fournissent le volume, la quantité, alors que d'autres assurent la qualité, c'est-à-dire les éléments nourrissants, rapidement assimilables, matières azotées, grasses, hydrocarbonées et autres qui s'additionnent en unités nutritives.

LA LENTILLE, un des légumes les plus riches, donc les plus nourrissants, comporte 83 % d'unités nutritives dont, à titre d'exemple, 21 de matières azotées, 1,50 de matières grasses, 57,50 % d'hydrates de carbone.

TOUS LES LÉGUMES SECS

Aussi nourrissants sont les autres légumes secs de la même famille des légumineuses :

Pois chiches	86 à 87 %
Pois secs	82 %
Pois verts fins	27 %
Pois cassés (décortiqués)	88 %
Fèves	81 %
Haricots secs	79 à 81 %
Haricots frais	52 %
Haricots en filets verts	8 % seulement
Haricots mange-tout	30 à 36 %

sauf pour les variétés hâtives à grains colorés (à parchemin, dont les gousses sont vite fibreuses) en raison de leur production précoce. Vous avez intérêt, dans les circonstances présentes, à donner le pas aux haricots mange-tout qui vous fournissent volume et qualité nourrissante et plus encore à ceux à manger en grains frais et secs.

LA BONNE SAISON POUR SEMER

Cette époque de l'année est la pleine saison culturale des haricots, semez donc très largement : jusque dans les premiers jours de juillet, les variétés à récolter en grains frais — jusqu'à la fin de juin les variétés en grains secs — jusque vers la dernière décade de juillet, le mange-tout — jusqu'au 15 août ceux en filets verts. Ces périodes sont bonnes pour le Centre de la France, avec un prolongement de 15 à 25 jours dans les centres favorisés du sud et du sud-ouest.

ET S'IL VOUS RESTE DE LA PLACE...

Les qualités nourrissantes des autres légumes, même ceux de premier plan, marquent une différence notable.

La pomme de terre, légume de base et de grande consommation, totalise seulement 22 à 24 % d'unités nutritives.

Le topinambour, 18 à 20 %, avec cette infériorité de devoir être arraché au fur et à mesure de la consommation, ses rhizomes tubérisés stockés occasionnant souvent des troubles digestifs.

La scorsonère (salsifis noir) — 22 à 23 % et le salsifis 18 % — lui sont très supérieurs, d'un meilleur rendement à l'unité de surface et moins encombrants.

Le crosne du Japon, 17 à 18 %.

Viennent ensuite la carotte, comportant des sels de fer et d'abondantes vitamines et 4 à 12 % d'unités nutritives.

La betterave potagère, 14 à 15 %.

L'artichaut, riche en fer, 17 à 18 %, tient beaucoup de place et ses jeunes pousses peuvent être consommées à la manière du cardon.

Demandez surtout au chou, comme aux autres légumes verts, de vous fournir le volume, car les diverses sortes ne sont pas exagérément riches en matières nutritives (choux de Bruxelles 13 à 14 % — chou pommé 7 à 8 %). Ils permettent de compenser l'action de ceux qui sont très concentrés.

ENFIN! le soleil
oui mais...gare
aux migraines!

Se griser de soleil, après l'avoir attendu si longtemps, quel plaisir ! Mais attention, le soleil est traître : gare aux migraines, surtout si vous sortez tête nue. Par prudence, ayez toujours sur vous des comprimés d'ASPRO ; si le mal de tête vous prend, vite, avalez 2 comprimés d'ASPRO avec un peu d'eau ; quelques minutes après, la douleur a complètement disparu.

Une saute de temps ? Un coup d'air vous fait frissonner ? Avec ASPRO, vous êtes protégée contre refroidissement et rhume.

2.20 le modèle d'essai
4.10 la boîte de 10 comprimés
8.15 la boîte de 25 comprimés
16.30 la boîte de 60 comprimés

merci
'ASPRO'

LES PROVERBES DE L'EMPIRE

IL N'EST PAS DE TACHE
ARDUE DONT AVEC
DU COURAGE ON NE
PUISSE VENIR A BOUT

(Proverbe Maigache).

...mais le courage, c'est la vertu des forts... de ceux qui sont bien portants. La confiance en soi est affaire de bonne santé. Commencez donc, dès aujourd'hui, votre cure de Frileuse. Vous vous sentirez devenir forts et votre courage vainera les obstacles les plus difficiles. Frileuse, fortifiant en cachets ou en extrait. En vente chez votre pharmacien.

LE BON
VERMIFUGE
LUNE

POUDRE SIROP
SUPPOSITOIRES

POUR LES ENFANTS DE 1 A 15 ANS
En vente chez votre pharmacien

Un peu plus chère, mais
nettement supérieure

Super
teinture
Floss

la teinture de sécurité
pour tous vos tissus



**DERNIER
COUP D'ŒIL**

Dernier coup d'œil... Être sûre que tout va bien... Être sûre aussi que tout ira bien jusqu'au soir • Rester jolie toute la journée, quel plaisir et quelle confiance en soi cela peut donner • Et comment ne pas être fidèle à la Crème MALACÉINE, la seule qui permette de rester parfaitement maquillée à toute heure, celle qui garde toujours jeunesse et beauté.



R. C. Seine 251795 B

**LA FEMME PROLONGE
SA JEUNESSE**

Des femmes ayant dépassé de beaucoup la quarantaine peuvent conserver charme et éclat si elles soignent leurs maux avec les Gouttes Floride. Cette préparation végétale est faite pour la femme. Elle améliore la circulation, combat vertiges, lourdeurs de jambes, bouffées de chaleur, etc. Le flacon de Gouttes Floride pour trois semaines : 14 fr. 30 seulement. Toutes pharmacies.

**GANDOL PLUS FORT
QUE LES DOULEURS**

C'est parce que le Gandol est à la fois un calmant, un diurétique et un dissolvant de l'acide urique qu'il combat si efficacement les douleurs du rhumatisme. Que vous souffriez de maux de reins, de douleurs dans les articulations, de névralgies, de sciatique, les cachets Gandol vous soulageront rapidement et de façon durable. Vos jointures s'assoupliront. Vos mouvements seront plus faciles, plus libres. Le Gandol ne fatigue pas l'estomac. 16 fr. 80 la boîte de 20 cachets. Toutes pharmacies.

**LE CODE SECRET
DES CUISINIÈRES**
(Suite de la page 12)

Flamber - Passer dans une flamme claire une pièce de volaille ou un gibier préalablement plumés pour brûler le duvet restant après la chair de l'animal. Ou encore : verser sur une denrée un alcool quelconque auquel vous mettez le feu. Faites chauffer l'alcool avant de le verser, sinon il s'allume difficilement.

Foncer - Garnir le fond d'une casserole avec du lard ou des couennes ou des légumes, ou le fond d'un moule avec de la pâte. Graissez légèrement le fond du récipient avant d'y disposer les denrées qui, ainsi, risquent moins d'attacher à la cuisson. Faites de même pour le moule avant de poser la pâte.

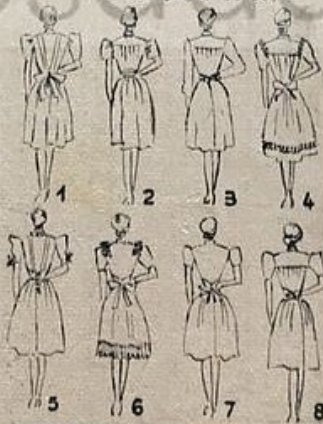
Liaison - Opération qui consiste à ajouter des éléments divers dans certaines préparations afin d'en augmenter l'onctuosité. Incorporez peu à peu la matière liante : farine, féculé, jaune d'œuf, etc., afin d'éviter les grumeaux qui se formeraient si vous la précipitez d'un seul coup dans la sauce, la crème, le potage que vous désirez lier.

Mijoter - Cuire lentement, à tout petit feu et à ébullition régulière, une denrée disposée généralement dans un récipient couvert. Ne mettez jamais à mijoter qu'une fois la préparation amenée à ébullition.

Revenir ou roussir - Opération qui consiste à faire passer dans un corps gras très chaud de la viande ou des légumes, pour raffermir et colorer la surface. Retirez les morceaux en tous sens à l'aide d'une fourchette. Le feu ne doit pas être trop vif ; les morceaux doivent être dorés, les légumes, oignons, etc. de même. Il est préférable de mettre 5 min. de plus pour faire cette opération que de brûler les aliments.

Roux - Opération qui consiste à mélanger du beurre, de la graisse ou tout autre corps gras avec une farine cuite plus ou moins longtemps suivant ce que l'on désire en faire. Le roux est le principal élément de liaison des sauces. Il existe trois sortes de roux : le roux blanc, base de la sauce blanche et de la sauce béchamel ; le roux blond, qui ne doit pas dépasser la couleur beige clair ; le roux brun, qui doit être marron assez foncé.

**CHACUNE DE CES ROBES
EN VAUT 4 !**
(Dès des pages 14-15)



**Série A
ou Série B ?**

Prendre un 1/10^e complet de la Loterie Nationale c'est s'assurer la double chance de toucher les lots de la série A et de la série B.

Achetez toujours un 1/10^e complet !

**LOTTERIE
NATIONALE**

**ETUDES
CHEZ SOI**

Les cours par correspondance de l'ÉCOLE UNIVERSELLE permettent de faire chez soi, dans le moindre temps et aux moindres frais, des études complètes dans toutes les branches. Demandez l'envoi gratuit de la brochure qui vous intéresse :

- Broch. L. 794. Classes prim. Brevets.
- Broch. L. 795. Classes sec., Baccal.
- Broch. L. 796. Licences. Professorats.
- Broch. L. 797. Grandes Ecoles spéc.
- Broch. L. 798. Carrières administrat.
- Broch. L. 799. Industrie, Trav. publ.
- Broch. L. 800. Carrières de l'Agricult.
- Broch. L. 801. Carrières du Comm.
- Broch. L. 802. Orthogr., Rédac., Calc.
- Broch. L. 803. Langues étrangères
- Broch. L. 804. Radio, Air, Marine.
- Broch. L. 805. Arts du Dessin, Prof.
- Broch. L. 806. Musique théor. et inst.
- Broch. L. 807. Couture, Coupe, Modé.
- Broch. L. 808. Secrétariat et Journal.

Milliers de succès chaque année aux baccalauréats, brevets, concours des grandes écoles et examens administratifs.

ÉCOLE UNIVERSELLE

12, Place Jules-Ferry, LYON
89, Boulevard Exelmans, PARIS

Le gérant : M. Bonard

Imprimé en France

**LOTTERIE
NATIONALE**

Tous les billets et dixièmes de billets de la Loterie Nationale sont valables pour le pré-tirage de la Croix-Rouge française.

Le bénéfice des lots du pré-tirage de la Croix-Rouge française n'est pas seulement réservé, comme certains l'ont cru, aux seuls dixièmes de la Croix-Rouge.

Tous les billets, tous les dixièmes, de toutes les associations émettrices peuvent prétendre aux lots du pré-tirage

Il suffit simplement qu'ils soient achetés avant le pré-tirage lui-même

**LE PROCHAIN PRÉ-TIRAGE
AURA LIEU LE 12 JUIN**

**Devenez
Mince**

pour être plus
élégante



MAIGRIR sainement est facile. Prenez simplement, à chaque repas, deux petits comprimés Antigrès. Antigrès est un amaigrissant scientifique, qui fait fondre la graisse en améliorant la santé. Avec Antigrès, vous perdrez 2 à 3 kilos par mois et vous serez débarrassée de vos migraines, vertiges, essoufflements, battements de cœur, congestion et rougeur du visage, lourdeur de jambes, enflure des chevilles. Toutes pharmacies : 29 fr. 30 le tube pour un mois. Formule F pour femmes, formule M pour hommes (à bien préciser).

* **ANTIGRÈS** améliore la Ligne — et la Santé !

Imp. E. Desfossez-Néogravure, St-Fons



Se que toute fille doit savoir

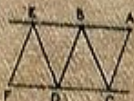
Essayez de répondre à ces questions. Si vous pouvez les résoudre toutes avec exactitude avant de lire les réponses imprimées en travers : soyez fier de vos talents en couture. Si vous trouvez une solution pour la moitié seulement, vous avez encore besoin de vous perfectionner. Si vous ne trouvez pas une seule réponse juste ; il est grand temps de vous initier à des travaux que toutes les femmes doivent être à même d'exécuter.

1^o
Quels trucs employez-vous en couture en prévision de la croissance des enfants ?

Je fais évidemment de grands ourlets et laisse de grandes coutures à tous leurs vêtements. Je laisse également assez d'espace sur les pattes de boutonnage pour permettre le changement de place des boutons. Sous la ceinture, à la taille, je fais de chaque côté deux petits plis réunis par un bouton-pression qui sera supprimé lorsque l'enfant grossira. Lorsque tous ces moyens seront épuisés, j'ajouterai des empiècements de tissus différents, des incrustations de ceintures, etc...

5^o
Comment se fait le point turt ?

J'emploie ce point pour le montage des coutures en lingerie. Je bâtis les deux morceaux à assembler, je fais le point turt sur l'endroit. Je pique deux fois mon aiguille sur A, B, je ressors mon aiguille en C, je pique deux fois sur C, D, je ressors en E, je pique deux fois sur E, B, je ressors en F, etc... Le point de Paris que j'emploie pour le montage des dentelles est une variante de ce point.



9^o
Que faites-vous pour éviter que votre jupe fasse une poche dans le dos ?

Si le tissu me paraît d'une qualité douteuse, j'évite une forme de jupe trop ajustée. Si le dos comporte un pli creux, je laisse le tissu du pli monter sur l'envers jusqu'à la ceinture sans le couper. Enfin, je tends derrière une bande légèrement plus étroite que le dessus, taillée dans un tissu résistant en droit fil et prise de chaque côté dans les coutures d'assemblage de la jupe. Elle soutiendra le tissu en supportant elle-même la tension.

3^o
Comment travaillez-vous la fourrure ?

Avant d'assembler deux morceaux, je vérifie le sens du poil, qui devra être le même sur toute la longueur du grand morceau que je veux obtenir. Je place les deux petits morceaux endroit contre endroit et je les assemble par un surjet fait à cheval sur les deux bords préalablement renforcés d'un extra-fort. Je secoue, je brosse, j'ouvre la couture : les poils la recouvrent en la dissimulant. (Je coupe la fourrure sur l'envers avec une lame de rasoir sans couper les poils.)

7^o
Comment agrandir ou diminuer les différentes parties d'un patron ?

Après vérification des mesures du patron sur mes propres mesures, j'ajoute ou je soustraie dans les morceaux, par découpage et collage, deux bandes, l'une verticale, l'autre horizontale, disposées en croix et représentant la différence que je veux obtenir. Il ne me reste plus qu'à rectifier légèrement (en plus ou en moins) l'arrondi du bas de l'emmanchure. Evidemment, s'il s'agit d'une légère différence de longueur et de largeur, je l'ajoute simplement en coupant plus long ou plus large que le patron autour de ce dernier.

2^o
Quelles précautions prenez-vous au moment de la coupe d'une robe pour la réussir ?

Je lis attentivement les indications du patron, je vérifie sur moi ses mesures. Je place exactement mon tissu en respectant les précautions « listère, pli », etc... J'épinglé les morceaux du patron conformément au plan en vérifiant le sens des flèches qui m'indiquent le droit fil. Je délimite le contour de chaque morceau à la craie sur le tissu en l'augmentant d'un demi-centimètre pour les coutures, j'indique tous les crans et repères. Je peux alors couper en toute sécurité.

6^o
Quelles précautions prenez-vous pour qu'une doublure « tombe bien » ?

Je prends bien soin de laisser au moins deux centimètres d'aisance en hauteur, de cette façon la doublure ne « tire pas ». Pour la même raison, je fais un pli couché de deux centimètres environ au milieu du dos, marqué seulement en haut et en bas. Je laisse également de l'aisance dans la longueur de la manche pour être sûre qu'elle « ne flotte » pas. Je maintiens la doublure sur les coutures du vêtement aux parementures, au bas du col, aux épaules et enfin aux manches.

VOTRE MARI

EST-IL UN 'CHEF'?

TESTS DES APTITUDES



★ Sait-il réussir les plats les plus simples? Sur 28 conseils que nous vous présentons, il y a 2 fautes graves et 3 légères; s'il est doué pour la cuisine, il doit les

découvrir. S'il n'a trouvé que les 2 fautes graves, qu'il fasse des progrès, et s'il n'a rien remarqué, ne lui demandez pas de vous remplacer comme cordon bleu, vous vous en repentirez.

- | | | | | |
|--|---|---|---|--|
| 1. Mettre à four très chaud pour permettre à la volaille de bien dorer. | ← | VOLAILLE ROTIE | → | 2. Recouvrir d'un papier graissé pour économiser les matières grasses et empêcher de brûler. |
| 3. Pour ne pas toucher le poisson et risquer de l'abîmer, s'assurer de la juste cuisson en mettant la main au-dessus de la vapeur; si, le poing refermé, la main colle légèrement, la cuisson est à point. | ← | POISSON AU COURT-BOUILLON | → | 4. Lorsque le court-bouillon est parvenu à l'état d'ébullition, laisser le poisson cuire pendant 20 minutes pour qu'il soit onctueux. |
| 5. Saler après cuisson, retourner la grillade à l'aide de deux fourchettes pour ne pas piquer la viande et faire sortir ainsi le sang. | ← | BIFTECK | → | 6. Allumer d'abord la rampe à gaz, faire bien chauffer le gril et poser ensuite la viande dessus. |
| 7. Les pommes de terre, une fois cuites, les écraser immédiatement, après les avoir pelées, et les passer au travers d'un tamis très fin. | ← | POMMES DE TERRE EN PUREE | → | 8. Batta vigoureusement la pulpe au fur et à mesure qu'elle est délayée avec de l'eau bouillante salée, à défaut de lait. |
| 9. La pâte mise dans un moule propre préalablement graissé et fariné, mettre dans le four, ne pas ouvrir celui-ci pendant la cuisson. | ← | GATEAU A LA LEVURE | → | 10. Placer le moule dans un four modérément chaud; n'augmenter le feu que lorsque le gâteau est doré. |
| 11. Laisser gonfler les pâtes hors du feu un bon quart d'heure; les égoutter légèrement et attendre un moment avant de les servir. | ← | NOUILLES | → | 12. Les verser dans une quantité d'eau bouillante salée environ quatre fois leur volume; compter 10 minutes après reprise de l'ébullition sans couvercle. |
| 13. Prendre soin de frotter la peau pour éliminer les écailles; détacher les filets. | ← | SARDINES SALEES | → | 14. Mettre les sardines à tremper 24 heures en renouvelant fréquemment l'eau et en les isolant du fond du récipient. |
| 15. Les pommes de terre mises dans la casserole, laisser celle-ci découverte au début de la cuisson afin de les faire bien dorer. | ← | POMMES DE TERRE SAUTEES | → | 16. Faire chauffer un peu de matière grasse dans la poêle avant d'y mettre les pommes de terre bien sèches. Saler à demi cuisson. |
| 17. L'essorer soigneusement dans une serviette. | ← | POISSON GRILLE | → | 18. Mettre le poisson sur un gril très chaud et le retourner fréquemment pour le faire bien cuire des deux côtés. |
| 19. Faire la liaison au dernier moment, en agissant rapidement pour ne laisser cuire que quelques instants. | ← | LIAISON D'UN POTAGE | → | 20. Jeter lentement et en pluie dans le liquide bouillant, un quart d'heure avant de servir, tapioca, semoule, féculé, en tournant pendant quelques minutes. |
| 21. Jeter le liquide bien chaud sur le roux, tout à la fois, en tournant avec soin. | ← | SAUCE COURANTE A BASE DE ROUX BRUN | → | 22. Commencer à feu doux en tournant constamment; verser d'un seul coup un décilitre de liquide; celui-ci bien absorbé, verser le reste petit à petit. |
| 23. Remuer en secouant la poêle au début, puis découvrir et tourner sans couvercle pour laisser dorer. | ← | OIGNONS FRITS | → | 24. Couper les oignons en lamelles; mettre à feu doux dans un récipient couvert. |
| 25. Les mettre à cuire à l'eau froide, après les avoir fait préalablement tremper. | ← | LEGUMES SECS | → | 26. Si le besoin s'en fait sentir en cours de cuisson, ajouter de l'eau chaude. |
| 27. Plonger les épinards encore humides dans l'eau tiède, puis accélérer la cuisson. | ← | EPINARDS | → | 28. Les laver à plusieurs eaux en les transvasant d'un récipient dans l'autre pour rejeter l'eau souillée. (Réponses page 18.) |

Pour les sports

Je suis MON NOUVEAU TAILLEUR

★ Voici de charmants tailleurs printaniers créés pour chaque heure de la journée. Les matins vifs et ensoleillés, vous aimerez l'un de ces confortables ensembles de lainage qui conviennent à la bicyclette, aux courses rapides, au sport, qui sont pratiques, nets et très jeunes. A l'heure du déjeuner, vous choisirez l'un de ces modèles dont les lignes plus douces, les tons plus assombris, les détails plus féminins annoncent déjà la fuite des heures et la soirée proche.

Cinq heures : c'est le triomphe du tailleur habillé que vous pourrez porter jusqu'au diner. Tailleurs noirs ou jaquettes claires sur une jupe sombre, ornés de velours, de broderies, de passementeries, achèveront ainsi, sur une note d'élégance parfaite, les premiers beaux jours du printemps...

1 - Ensemble confortable composé d'une veste en lainage de teinte claire, légèrement cintrée à la taille avec poches à rabat (1 mètre 50 en 140) et d'une jupe en lainage sombre à pli creux devant. Métrage : 0 m. 80 en 1 m. 40.

2 - Voici un ensemble très pratique pour la bicyclette : canadienne en lainage écossais (2 m. en 130). Jupe en lainage uni avec pli creux devant. Métr. : 0 m. 80 en 140.

3 - Pour la bicyclette, cet ensemble confortable et élégant est idéal. Jaquette en ratine croisée devant, fermée par un double boutonnage, ornée de poches appliquées (1 m. 80 en 140). Jupe plissée en lainage écossais. 3 m. 20 en 90.

4 - Élégant tailleur en lainage. La jaquette a une basque à plis boutonnée dans le dos. Jupe droite. 3 m. 35 en 130.

5 - Tailleur en lainage noir. Jaquette à poches ornées de passementerie. 2 m. 60 en 130.

6 - Tailleur en rayonne quadrillée. Jaquette boutonnée très haut à l'encolure. Jupe droite. Métrage : 4 m. 75 en 1 m.

7 - Tailleur de diner à jaquette longue ornée de passementerie. 2 m. 75 en 130.

8 - Pour le thé, ce tailleur de lainage noir avec col et revers de velours. 3 mètres en 130.

9 - Jaquette en lainage clair brodé de soutache (1 m. 60 en 130). Jupe de lainage noir. Métrage : 0 m. 80 en 140.

(Voir dos page 18.)





Pour l'après midi



Pour les réunions élégantes

TOUT LE REPAS DANS LA SOUPIÈRE



★ La ration de café est terminée. Que faire pour le petit déjeuner? Une bonne soupe. — Midi. Toute la famille a bon appétit. Quel plat nourrissant pourrions-nous bien servir? Une soupe, plat complet. — 7 heures. Rien que des légumes, mais ce sera suffisant si nous commençons par une soupe nourrissante. Matin, midi et soir, la soupe est une précieuse ressource.

Crème de légumineuses - Une grosse cuil. par pers. de farine de légumineuses, haricots, pois ou lentilles. Elles sont souvent salées, en tenir compte. Délayer la veille à froid avec une louche et demie d'eau, par cuil., et laissez la nuit casserole couverte. Le lendemain, mettez sur le feu sans cesser de remuer et laissez cuire 10 m. après ébullition.

Bouillie de farine au sucre - Mélangez 1 cuil. de farine revenue dans une casserole chauffée jusqu'à ce qu'elle jaunisse avec une louche et demie d'eau et une demi-louche de lait. Ajoutez sel et morceau de sucre. Remuez jusqu'à ébullition et laissez 10 min. Sans lait, mettez un peu plus de sucre et pour servir, incorporez une petite coquille de beurre frais.

Panade de miettes de biscottes ou de pain dur. Mettez 1 tasse de miettes dans 5 tasses d'eau. Laissez bouillir 20 min. Salez. Remuez pour que la soupe soit liée et servez si possible avec un petit morceau de beurre.

Thé de légumes - Préparez la veille 2 cuil. par personne de légumes épluchés : carottes, poireaux, oignons, navets. Le lendemain, faites bouillir de l'eau légèrement salée. Dès que l'eau bout, mettez les légumes hachés (hachoir inoxydable), laissez faire deux bouillons et servez en ajoutant la pulpe de légumes.

Garbure aux choux - Mettez dans une marmite sautoix ou, si vous le pouvez, des rondelles de petites saucisses. Faites chauffer. Lorsque la graisse est chaude, mettez rondelles d'oignons et de carottes et faites-les dorer. Ajoutez un bouquet garni, 1 gousse d'ail et 2 ou 3 p. de terre farineuses.

Soupe périgourdine - Faites revenir dans une marmite un peu de graisse 1 gros oignon haché et 2 navets coupés en fines tranches. Laissez rissoler, puis couvrez d'eau froide et ajoutez 250 gr. de haricots trempés, la veille. A ébullition, mettez 4 carottes, autant de raves en quartiers, 1 branche de céleri, bouquet garni, oignon piqué d'un clou de girofle et hachis d'ail et persil. Laissez cuire doucement, et 20 min. avant de servir, ajoutez 250 gr. de p. de terre farineuses ou 100 gr. de gros macaroni. Veillez à ce qu'il y ait suffisamment de bouillon.

Soupe au gras-double - Mettez dans une casserole 1 cuil. de sautoix, oignon moyen coupé et le blanc d'un poireau émincé; coupez en menus morceaux du gras-double épluché et blanchi. Faites revenir quelques instants sur le feu; saupoudrez d'une cuil. de farine; mouillez d'eau, ajoutez à ébullition le cœur d'un chou moyen, 2 tomates ou 4 cuil. de concentré de tomates, 1 poignée de choux de Bruxelles. Assaisonnez et faites cuire à ébullition jusqu'à ce que le gras-double soit cuit.

Soupe provençale - Mettez dans 1 casserole : matière grasse, oignon coupé en rondelles et poireau en morceaux, 2 tomates ou 2 cuil. de sauce tomate épaisse. Mouillez d'un litre 1/2 d'eau froide. Gardez de préférence l'eau de cuisson des légumes que vous aurez servis à midi pour préparer la soupe du soir. A ébullition, ajoutez du chou vert coupé et p. de terre en gros taillons. Lorsque les légumes sont presque cuits, ajoutez 2 cuil. de vermicelle et pilez au mortier 2 gousses d'ail avec 1 poignée de feuilles de basilic ou de persil. Mélangez peu à peu avec 2 cuil. de soupe et versez dans la marmite.

Soupe flamande aux navets - Mettez dans l'eau bouillante 250 gr. de navets coupés, 250 gr. de p. de terre, 1 tranche de pain, poivre, sel. Faites bouillir jusqu'à ce que tout puisse passer à la passoire. Passez, remettez sur le feu pour faire un bouillon; ajoutez si possible un peu de beurre ou de lait et du persil.

Potage à la parisienne - Une poignée par personne d'herbes lavées : laitues, pissenlit, salades vertes, etc., hachez grossièrement. Mettez dans une casserole av. un petit morceau de matières grasses. Placez la casserole sur le feu et, lorsque les herbes auront fondu et frit 5 min., mouillez avec de l'eau froide. Laissez bouillir, ajoutez 1 poignée de vermicelle. Servez dès que le vermicelle est cuit. Ajoutez du cresson cru.

DEVENEZ en 3 MOIS dessinatrice de MODE!



Le cours de Dessin de Mode de l'École du **DESSIN FACILE** donne aux élèves la formation complète exigée de celles qui veulent collaborer aux revues féminines ou créer des modèles inédits. Il ne suffit pas, en effet, de savoir dessiner correctement que silhouette ou reproduction, véritablement un mannequin; il faut, en outre, connaître le montage des modèles dessinés, comment prendre les mesures qui ont précédé au modèle du tissu et distribuer les motifs qui ont conduit à une coupe déterminée. C'est pourquoi chaque leçon de ce cours est complétée par un exposé des principes de mode, et familiarise les élèves avec les problèmes qu'elles rencontreront le plus souvent dans la pratique.

Fidèle à une méthode qui lui a valu un prodigieux succès dans l'enseignement du dessin par correspondance, l'École du **DESSIN FACILE** donne à son cours de Mode la valeur d'un véritable enseignement pratique.

Chaque élève reçoit des devoirs qui lui sont retournés corrigés et accompagnés de conseils personnels qui le maintiennent dans la voie des progrès les plus rapides.

Si vous n'avez jamais dessiné, suivez notre enseignement général avant de commencer le dessin de mode, et indiquez dans votre demande, si vous préférez un autre genre de dessin (illustration, publicité, lettres, dessin animé) dites-le nous.

BON pour 1 notice GRATUITE. Spécifier si vous savez dessiner, "**LE DESSIN FACILE**" M. C. 4 BANDOL (VAR) Siège : 11, rue Keppler, PARIS XVI^e

si j'étais VOUS



Je ne me laisserais pas abattre par la fatigue. Je choisis un bon fortifiant : **Frileuse** naturellement ! Fortifiant en extrait ou en cachets. — En vente chez votre pharmacien.

JARDINIER, LAQUELLE DES DEUX CHOISISSEZ-VOUS ?

(Réponses de la page 8.)

- Mauvais : 1, 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 14, 17.
Bons : 6, 7, 11, 12, 13, 15, 16, 18, 19, 20.

VARIETES

(Réponses des pages 6-7.)

VOTRE FIANCE EST-IL PLUS CULTIVE QUE VOUS ?

1. « Colomba », P. Méricmé; 2. « Le Cid », Corneille; 3. « Le Rouge et le Noir », Stendhal; 4. « Mme Bovary », Flaubert; 5. « Discours de la Méthode », Descartes; 6. « Poil de Carotte », J. Renard; 7. « Andromaque », Racine; 8. « Le Père Goriot », Balzac; 9. « La Princesse de Clèves », Mme de La Fayette; 10. « Cyrano de Bergerac », Ed. Rostand; 11. « Paul et Virginie », Bernardin de Saint-Pierre; 12. « L'Arlesienne », A. Daudet; 13. « La Mare au Diable », G. Sand; 14. « Pêcheur d'Islande », P. Loti; 15. « Tristan et Yseult ».

ETES-VOUS PLUS PERSPICACE QUE LUI ?

1. Braille; 2. Martinique; 3. Strabus; 4. Stalactite; 5. Canon; 6. Crawl; 7. Gabardine; 8. Hardeau.

...ET VOICI LE TEST LE PLUS DIFFICILE

1. Chambord; 2. « Un Caprice », Joué à Saint-Petersbourg; 3. Ingres; 4. Dans la fosse commune à Vienne; 5. Van Gogh; 6. Ch. Cros; 7. Alexandre Dumas père et fils; 8. Le moulin de Fontvieille; 9. Léonard de Vinci; 10. « Carmen »; 11. G. Courbet; 12. La Sainte-Chapelle; 13. Goethe; 14. Marie Nodier; 15. Paul Gauguin.

QUE VOUS EVOQUENT CES LIEUX CELEBRES ?

1. Chateaubriand jeune; 2. Bonaparte; 3. Joséphine de Beauharnais; 4. Musset et George Sand; 5. Vercinétorix; 6. Victor Hugo; 7. Balzac; 8. Diane de Poitiers; 9. Xavier de Maistre; 10. Jeanne d'Arc; 11. Chateaubriand vieux; 12. J.-J. Rousseau; 13. Wagner; 14. Rodin ou Rubens; 15. Pascal; 16. George Sand; 17. Verlaine; 18. Voltaire; 19. Diderot; 20. Giraudoux; 21. Henri IV; 22. Millet; 23. Mozart; 24. Zola; 25. Courbet; 26. Pasteur.

VOTRE MARI EST-IL UN CHEF ?

(Réponses de la page 13.)

Fautes graves. — Numéro 4 : si le poisson restait dans le court-bouillon en ébullition, il serait imprésentable, transformé en bouillie.

Numéro 11 : les pâtes ne doivent pas rester plus de 8 min. si on les fait gonfler hors du feu et doivent être servies de suite autrement elles seraient collantes et pâteuses.

Fautes légères. — Numéro 19 : la liaison doit être faite d'avance afin de cuire un bon moment, autrement le potage resterait clair.

Numéro 21 : le liquide doit être versé tiède ou froid pour éviter les crumeaux.

Numéro 27 : pour être réussis, les épinards doivent être complètement essorés, puis mis à l'eau bouillante.

JE SORS MON NOUVEAU TAILLEUR

(Dos des pages 16-17)



Le Cornet DE MARIE CLAIRE

SEMAINE
DU 10 AU 20 FEVRIER 1943

*** NE CONFONDEZ PAS...**



Remallier un bas ne consiste pas à le reprendre, ni à le stopper. On n'incorpore aucun fil nouveau, mais on utilise simplement celui de la maille coulée que l'on reforme telle qu'elle était primitivement. Tentez une fois l'expérience en confiant vos bas abîmés à un spécialiste et vous vous convaincrez de l'incroyable source d'économie que vous aurez découverte. Un remallage... Vite... Vitos.

*** CREME RAJEUNISSANTE AU CAROTENE N° 200 (Marque déposée)**

Son utilisation régulière est une assurance contre la vieillesse. Toutes bonnes maisons et HEBEA, 33, cours Eugénie, Lyon.

*** CONSERVES.**

Conservez tous légumes et fruits en leur gardant saveur et vitamines, avec le déshydrateur électrique : E.G.E.S.O. Plus besoin de sucre, bœuf, alcool. E.G.E.S.O., 22, rue Serviez, PAU (Basses-Pyrénées).

*** ODET HAYLTON**

Ses crèmes à l'orange, poudres, fards. Ses spécialités rajeunissantes. Dans les maisons de 1^{er} ordre.

*** ETUDES CHEZ SOI**

Pour faire chez vous, à peu de frais, de sérieuses études primaires, secondaires, supérieures, commerciales, industrielles, artistiques, demandez à l'Ecole Universelle par correspondance de vous adresser gratuitement, par retour du courrier, la brochure N° L. 839 et tous renseignements. 11 et 12, place Jules-Ferry, Lyon.

*** LE LINGE EST COUTEUX**

Ménagez-le en employant « Lessivex » qui vous fera économiser temps, linge, argent. « Lessivex » remplace le savon, n'irrite pas les mains. Un essai vous convaincra.

Agents exclusifs pour la France : Maison FAYOL GILBERT et Cie 42, rue Montgrand, MARSEILLE. Produit homologué 8437 - 18/2/41.

Hormones et Vitamines = Belles Poitrines

Vos seins sont-ils tombants, trop gros ou trop petits ? C'est que votre état glandulaire est déficient et que votre organisme a été privé de certaines vitamines : le Centre des Hormo-Vitamines, 37, rue Gounod, Nice, a édité une très belle brochure, N° 24, où vous trouverez des conseils précieux sur la beauté des seins. Recommandez-vous de « Marie-Claire » et vous la recevrez gratuitement.



émail Barif DENTIFRICE ROUGE Paris

CRÉATION "S.A. COURBET"

LES RHUMATISANTS SOULAGES

Un soulagement rapide durable : voilà ce que les rhumatisants peuvent attendre des cachets Gandol. Grâce à ses trois puissants calmants, le Gandol apaise très vite la douleur. De plus, il active l'élimination de l'acide urique et agit sur la cause même des douleurs. Aucun ennui pour l'estomac. Ttes phies : 16 fr. 80 la boîte de 20 cachets Gandol.

LA FEMME PROLONGE SA JEUNESSE

Des femmes ayant dépassé de beaucoup la quarantaine peuvent conserver charme et éclat si elles soignent leurs maux avec les gouttes Florides. Cette préparation végétale est faite pour la femme. Elle améliore la circulation, combat vertiges, lourdeurs de jambes, bouffées de chaleurs, etc. Le flacon pour 3 semaines : 14 fr. 30. Si vous ne pouvez pas vous procurer les gouttes Florides, faites usage des comprimés Florides : même formule, même efficacité : 12 fr. 25 ttes phies.

L'EAU ET L'ARSENIC

Pour beaucoup l'arsenic n'est qu'un toxique redoutable qui était à la base du fameux poison des Borgia et qui a servi à la célèbre Brinvilliers pour accomplir ses crimes.

On connaît aussi les accidents d'empoisonnement causés par l'arsenic introduit dans des vins ou dans des conserves comme produit anti-fermentescible.

Cependant ce corps est un composant normal de la matière vivante ; il existe dans les poils et les ongles et surtout dans la glande thyroïde.

C'est aussi un reconstituant général grâce à son action stimulante sur l'appétit, les forces et la nutrition.

L'arsenic est précieux dans le traitement de nombreuses maladies, mais il s'agit alors de formes médicamenteuses et de doses qui sont affaires médicales pures.

L'arsenic est fourni par certains végétaux, les choux, les raves, les épinards et les asperges. On en trouve dans les poissons de mer et dans le sel gris de cuisine.

La Source VENTADOUR du PESTRIN, qui jaillit des volcans de l'Ardèche, contient un peu d'arsenic ; à ce titre c'est une eau de boisson complète.

Docteur A. S.

DEVANT
M. LE MAIRE



Comme une gentille enfant sage,
Nicole a dit son « oui » tout bas,
Mais, regardant le fin visage :
Oui, bien sûr ! a dit Nicolas...

Nicole est fraîche et jolie comme une fleur des champs, mais elle sait qu'un maquillage, même léger, est indispensable à celles qui veulent plaire. Nicole a choisi un fard de jeune fille : le « Vénitien » de GEMEY.



Toute femme, avec un peu d'habileté et les fards GEMEY, peut modifier son visage, en faire oublier les imperfections, dégager sa beauté idéale et même la recréer. De qualité inégalable, les fards crèmes et les fards compacts GEMEY se distinguent par la délicatesse de leurs 14 coloris « vivants ». Le rouge à lèvres GEMEY, d'une innocuité absolue, tient vraiment et s'harmonise parfaitement avec les fards. La poudre GEMEY, présentée également en 14 nuances, est la plus fine, la plus légère, la plus « féminine » des poudres de beauté.

Gemey
Le maquillage de jolies femmes

CRÉATION
RICHARD HUDNUT
20, RUE DE LA PAIX - PARIS

La même **QUALITÉ** qu'avant guerre

exactement!..... ✨ Une production plus grande mais qui n'arrive pas à satisfaire toutes les demandes. Nous nous en excusons.

✨ Notre "Service Teinture" qui demeure à votre disposition entière...

Les tissus sont introuvables, ce n'est pas le moment de

faire des expériences.

Teignez vous-même mais.. Faites confiance à la marque qui vous

assure

2° - ses conseils,

1° - sa qualité ✨ inchangée,

3° - la garantie de son passé.

TEINTURE

teint tous tissus **IDÉALE**

FABRIQUÉE A LYON, PAYS DE LA TEINTURE

Montebello. 43

BON pour une consultation gratuite
TEINTURE IDEALE

Ecrivez à TEINTURE IDEALE, 55, place de la République, Lyon. Joignez un petit morceau de tissu à teindre, indiquez la nuance à obtenir. Vous recevrez la marche à suivre par retour.



NOUVEAU
ET MEILLEUR...

il est signé

Cadum

SAVON DE TOILETTE

VENDU CONTRE TICKET • SOCIÉTÉ CADUM S. A., COURBEVOIE (SEINE)

*Partout
où l'on*

se baigne...

VAHINE



Le maillot qui fait jeune

Méfiez-vous des imitations : Exigez la marque à l'intérieur de chaque article. Achetez-le, dès maintenant, ou reprenez-le chez votre fournisseur habituel.

Parlons entre Amies...

Une infirmière qui n'apporte pas aux malades une douceur apaisante ? Une assistante sociale qui ne donne à ceux qu'elle visite que des soulagements administratifs ? Une institutrice qui rebute les enfants par ses airs revêches ? Cela existe-t-il ?

Hélas ! oui.

Il est des métiers qui ne sont pas seulement une manière de gagner sa vie ou d'occuper son temps : ces métiers-là demandent une vocation. C'est pourquoi la jeune fille qui les choisit doit, non seulement réfléchir, mais consulter son cœur. Il ne suffit pas d'apprendre, encore faut-il aimer.

L'un ou l'autre de ces métiers exige l'oubli de soi-même dans un infatigable dévouement : sans blesser personne, on peut reconnaître que cela n'est pas à la portée de toutes. Ils exigent aussi, de celles qui les assument, plus que des capacités : il faut y apporter l'art de comprendre, l'art de consoler, le prestige du calme, celui de la bonté et le rayonnement d'une âme différente des autres, au-dessus des autres, plus pure que les autres.

C'est beaucoup demander ? Mais quiconque a assumé l'une de ces tâches a beaucoup prétendu ; elle se doit d'être à la hauteur de sa mission.

Car c'est une mission que de soigner, consoler, enseigner ou instruire...

MARIE-CLAIRE.

LE COURRIER DE MARIE-CLAIRE

★ Je viens d'obtenir mon brevet supérieur. Ce diplôme me permet-il d'être admise dans une faculté de Droit ?

Non, pour être admise dans une faculté de Droit en vue d'une inscription de licence, le baccalauréat est indispensable. Par contre, il vous est possible de passer la capacité en Droit ou de vous inscrire à l'école de Notariat, aucun diplôme préalable n'étant exigé. Dans les deux cas, la durée des études est de deux ans. J'ajoute qu'actuellement encore, le brevet supérieur donne droit à l'admission dans une faculté des Sciences, à condition d'avoir obtenu une moyenne de 12 en français et en mathématiques. Le P.C.B., avec 70 points, est équivalent.

★ J'aimerais conserver de la viande pendant une longue durée. Quelles sont les différentes façons de procéder ?

Nous avons conservé plus d'un an de la viande enrobée dans de la graisse ; c'est une question de soins dans la préparation et de local, assez sec et pas trop chaud. On peut aussi conserver la viande par salaison sèche ou en saumure, fumage, stérilisation, enrobage, dessiccation. Il ne nous est pas possible de vous donner le détail de ces techniques diverses, que vous trouverez exposées dans tous les bons ouvrages d'arts ménagers.

★ J'ai 16 ans ; mesure 1 m. 70 et pèse 70 kilos. Je me lève au dernier moment et n'ai plus le temps de faire de la culture physique. Me trouvez-vous pas que je suis énorme ?

Enorme ? Non. Mais tout de même bien au-dessus de la moyenne ; compte tenu, surtout, de votre âge. Vous pouvez perdre, avantageusement pour votre santé, 7 ou 8 kilos.

Mais, pour cela, endormez-vous chaque soir avec l'intention ferme de vous lever de bonne heure. Ayez recours au réveille-matin. On dit, et c'est souvent vrai, que le développement de la volonté découle de cette bonne habitude.

Tous les jours, quelle que soit la température, exécutez quelques mouvements profonds et rapides tels que nous les indiquons dans le numéro 238.

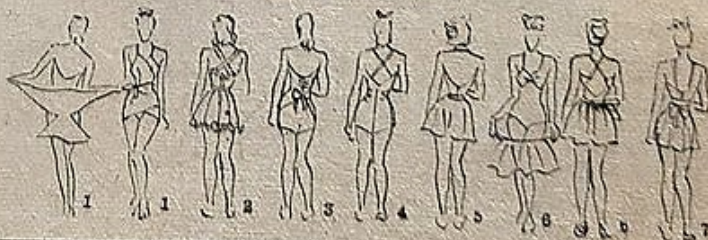
Profitez de toute occasion pour courir, bondir, sauter. Marchez tête droite, épaules écartées, ventre rentré, comme si vous ne vouliez pas peser sur le sol. Vous serez étonnée d'acquiescer rapidement la démarche élégante et la ligne que vous désirez.

Pour malgré de poitrine, tout spécialement, exécutez quotidiennement le mouvement suivant :

Elevez les bras repliés à la hauteur de la poitrine et joignez les mains, paume contre paume, les extrémités des doigts contre la poitrine ; appuyez les mains l'une contre l'autre aussi fortement que possible.

J'AURAI UN COSTUME DE BAIN NEUF

(Des pages 16-17)



TARIFS D'ABONNEMENTS A « MARIE-CLAIRE »

3 mois 6 mois 1 an
ou ou ou
13 n° 28 n° 52 n°

France et Colonies 35 • 74 • 145 •
Etranger 60 • 110 • 215 •
(tarif réduit exclus.)

REGLEMENTS. — Aucun envoi ne

sera fait contre remboursement. Paiement par mandat-carte ou chèque-postal à notre c/o LYON 1053-42.

Frais de changement d'adresse : 2 francs.

Service abonnements : 55, cours de la Liberté, Lyon (Téléphone Money 25-51).

Vous ne faites qu'un

Si j'étais encore une petite fille, on m'aurait donné, à l'école, une feuille de papier sur laquelle on m'aurait fait l'écriture d'une lettre pour le jour des Mères ; une lettre que j'aurais peut-être signée comme mon fils signe celle qu'il m'a apportée ce matin : « ton petit enfant que t'a fait dans ton cœur y a près de sept ans »... C'est-à-dire : « Tu le sais bien, que nous ne faisons qu'un, tu m'as bercée de tes rêves, nous avons les mêmes racines, le même sang... »

Mais je suis une grande personne.

Je t'ai quittée il y a longtemps pour avoir une maison à moi, des enfants à moi, un homme à moi qui dissimule mal, parfois, l'ombrage que lui cause notre tendresse complice : « Avez-vous fini de bavarder dans les coins, la mère et la fille ? » « Ta mère... toujours ta mère... Et ton mari, alors?... Et ton mari?... »

Tu n'es pas tout-à-fait, comme je l'aurais voulu, chez toi, dans ma maison. Lorsque tu viens me voir, toi qui aimerais tant mettre ton ordre à toi dans mes armoires de jeune femme — comme tu le faisais dans mon armoire de jeune fille — tu restes discrètement assise dans un fauteuil, comme une dame en visite. Tu as le cœur serré, je le sais bien. Et ton regard un peu trop brillant me ferait mal si j'avais le temps d'avoir mal. Mais je suis toujours pressée, une de ces femmes actives et joyeuses qui ont décidé, une fois pour tou-

tes, de ne pas se compliquer la vie, de ne pas s'attarder à un soupir, de ne pas s'attendrir sur une larme. Il y a tant à lutter, aujourd'hui. Pour vaincre, il faut s'endurcir.

Lorsque je suis lasse, excédée de soucis, je garde ma force pour sourire au mari, aux enfants, et c'est sur toi, toute tendre, que retombe ce qui doit éclater de ma mauvaise humeur.

Sur toi, car je sais bien que tu es la seule qui m'aimera toujours, quand même et malgré tout.

Pardon !... Je ne puis même plus, comme lorsque j'étais enfant, te promettre de ne plus recommencer. Je te ferai encore de la peine, je le sais bien. Comme mes enfants me feront de la peine, plus tard. C'est le lot des mères d'être reniées. Et il faut qu'il en soit ainsi, pour que chacun suive sa voie. Il y a des moments, vois-tu, où je sens bien que je t'aime plus que tout au monde, et où je voudrais, comme autrefois, me blottir dans tes bras. Mais pour rester forte, je ne puis avouer mes défaillances à personne. Pas même à toi... Mais je t'aime... Je t'aime... Je t'aime... La douce flétrissure de tes tempes, ces deux lignes au coin des lèvres, tes mains que tant de travaux ont usées, m'attendrissent désespérément...

Et, bien que je redoute les larmes, je te glisserai peut-être dans la main cette lettre, même si tu dois sangloter de bonheur, et moi me retrouver, pendant quelques instants, désarmée par ta faiblesse et ta tendresse.

MARIE-CLAIRE.



1 - Charmante robe en surah imprimé. Le corsage long est orné d'une découpe qui simule un deux-pièces. Remarquez les manches partant de cette découpe. 3 m. 50 en 90 cm.
2 - Robe en crêpe de rayonne imprimé. Les fronces du corsage partent d'un empilage pointé. Décolleté en jupe froncée. 4 m. 50 en 90.
3 - Modèle jeune et facile à porter. Le corsage ajusté est décollé en pointe. Jupe froncée tout autour. Petite ceinture nouée devant. Métrage : 3 mètres en 90 centim.

La Robe des

...C'EST LA PETITE



- 4 - Robe très élégante en satin mat à pois, simulant un deux-pièces. Le corsage, très long, moule les hanches. L'ampicteur de la jupe est massée derrière. 3 m. 40 en 90 cm.
- 5 - Voici une charmante robe en crêpe mat imprimé. Le corsage long, moulant bien la taille, est boutonné devant. La jupe est montée sur un large empiècement froncé. 3 m. en 90.
- 6 - Jolie robe exécutée en crêpe de Chine imprimé. Le corsage ajusté s'incruste en pointe dans la jupe dont les fronces sont massées devant. Métrage : 3 mètres en 90 cm.

Crois Saisons

ROBE IMPRIMÉE

RECETTES FACILES POUR TEMPS DIFFICILES

CHAQUE JOUR APPORTE DE NOUVEAUX PROBLÈMES, ET, POUR CHACUN D'EUX, MARIE-CLAIRE S'INGÈNE À TROUVER DE NOUVELLES SOLUTIONS. EN VOICI QUELQUES-UNES QUI VOUS TIENDRONT D'EMBARRAS

POUR REMPLACER LE VIN, une boisson fantaisie : BOISSON DE COSSÉS DE POIS

Pour un tonnelet de 25 à 30 litres, faites bouillir pendant 3 heures, 5 kilos de cosses de pois verts bien lavées dans 15 litres d'eau. Passez et pressez le liquide à travers un torchon. Refaites bouillir ce jus pendant une 1/2 heure avec 75 grammes de sucre de cônes de houblon, et, si l'on préfère une boisson parfumée, quelques branches de sauge. Ajoutez le zeste de deux petits citrons finement râpés si vous ne mettez pas de sauge. Passez et versez le liquide tiède dans le tonnelet. Après refroidissement, ajoutez 50 gr. de levure délayée dans un peu d'eau et quelques cosses de pois verts lavées. Achevez de remplir d'eau en laissant comme ci-dessus un léger vide. Laissez fermenter, mettez en bouteilles rigoureusement propres après la fermentation. Tenez les bouteilles couchées.

LA FARINE DE NOIX DE COCO

Vous trouvez quelquefois des noix de coco ; savez-vous qu'en dehors des gâteaux que vous faites pour les enfants, vous pouvez constituer une petite réserve qui vous permettra de préparer un pudding nourrissant, un jour de besoin ? Voici une recette facile à faire : choisissez les noix bien mûres, ouvrez-les et faites sécher l'amande quelques heures, puis râpez-la finement et étalez-la en couches minces sur des plaques à gâteaux. Passez au four quelques instants pour faire sécher complètement cette poudre. Remuez-la pour l'enfermer tout à fait sèche en boîtes de fer-blanc hermétiquement closes, autrement elle rancirait.

UNE BOISSON POUR LE THÉ

Vous pouvez obtenir avec des feuilles de chez nous un thé de remplacement qui se rapproche beaucoup du thé chinois. Vous l'obtiendrez par un mélange de feuilles jeunes et fraîches de groseilles rouges, de cassis, de framboisiers, de fraisiers des bois. Vous aurez la précaution de légèrement sécher ces feuilles sans les avoir lavées, ce qui nuirait à leur saveur ; roulez-les ensuite sur une table, à la main ou avec un rouleau. Vous obtiendrez la fermentation en enfermant les feuilles humectées dans un linge bien propres pendant deux jours. Après quoi, faites-les sécher à l'air libre, mais à l'ombre, en les étendant sur un linge. Enfermez-les ensuite dans une boîte de métal.

LE PAIN

S'il vous arrive de manquer de pain à la campagne, avec 800 gr. de farine voici une recette de pain de ménage facile à faire.

Pour obtenir 1 kilo de pain, faites fondre 15 gr. de sel dans 300 à 350 gr. d'eau. Délayez 10 à 15 gr. de levure de boulanger à l'eau tiède (pas plus de 40°) et battez-la en mousse. Pétrissez ensemble 800 gr. de farine et la levure salée, en ajoutant peu à peu de l'eau au fur et à mesure que la farine l'absorbe. Travaillez pendant 10 m. au moins cette pâte qui peut être épaisse, et faites-la lever pendant 5 à 6 heures dans un endroit clos et tiède (20 à 25°). Enveloppez d'une serviette pour éviter les poussières, puis donnez à la pâte la forme désirée. Mettez sur plaque farinée dans un four très chaud 280° (un bout de papier doit y être instantanément roussi). 3/4 d'heure environ de cuisson pour que le pain soit cuit à fond et ait une croûte dorée et croustillante.

LA LEVURE

Vous emploierez la levure du boulanger (levure de grains généralement) ou du levain (vieille pâte fermentée, mais, dans ce cas, la pâte est beaucoup plus longue à lever). Si vous ne pouvez vous procurer de levure, vous pouvez vous-même faire votre levain.

1^{re} MANIÈRE : Pendant 1 heure, faites bouillir 100 gr. de farine et 25 gr. de cassonade dans 2 lit. d'eau légèrement salée ; laissez tiédir et mettez en flacons bien bouchés. Cette levure, dont il faut 1 décil. pour 1 kg. de pain ou de gâteau, doit être utilisée 24 heures après au plus tard. 2^e MANIÈRE : Mélangez 100 gr. de cassonade, 100 gr. de farine de froment et 8 décil. d'eau tiède à 36°. Conservez en récipient clos 24 h. dans un lieu tiède. Cette quantité est suffisante pour 2 kilos de farine. Laissez reposer 9 à 10 heures

LE VINAIGRE

Pour améliorer vos salades, profitez des herbes printanières et estivales pour faire un bon vinaigre aromatisé :

Pour une petite bonbonne de vinaigre de 5 litres, ajoutez au vinaigre : 150 gr. d'estragon, 2 gr. de mélisse, 60 gr. de civette, 35 gr. d'échalotes, 35 gr. de pimprenelle, 75 gr. de gros sel, 20 grains de poivre, 35 fleurs de capucines, 1 zeste de citron entier finement râpé, 3 piments et un bouquet de chacune des herbes suivantes : cerfeuil, thym, serpolet, laurier, sauge, fleurs de sureau. A volonté, selon qu'on en aime le goût ou non, quelques gousses d'ail entières. Laissez infuser six semaines en exposant la bonbonne ou les bouteilles le plus possible au soleil. Filtrez et mettez en bouteilles que vous tiendrez bien bouchées.

UN LÉGUME, L'ORTIE

Pour le préparer, usez des mêmes recettes employées pour l'épinard. « L'ortie, a écrit Victor Hugo, est un excellent légume », et Victor Hugo avait un appétit légendaire. L'ortie est plus nutritive que l'épinard. Elle contient, comme celui-ci, de la sécrétine, qui enrichit l'organisme en globules sanguins, de la lécithine, des combinaisons ferreuses. C'est un remède contre l'anémie. Tandis que l'épinard n'est pas indiqué pour les rhumatisants et les arthritiques, l'ortie purifie le sang. Elle est reconstituante et même antidiabétique. L'ortie se prête à toutes sortes d'utilisations. Servez-la en potage rafraîchissant ou comme plat de légume préparé avec une béchamelle et gratiné au four ou garni de croûtons, etc...

NE LES TUEZ PAS ILS PROTÈGENT VOTRE JARDIN

SACHEZ RECONNAÎTRE VOS AMIS. FAITES FI DU PRÉJUGÉ QUI CONDAMNE DES BÊTES UTILES A L'HOMME. JUGEZ-LES SUR LEURS SERVICES.

LA TAUPE

Elle vit sous terre. Elle est presque aveugle. Avec ses pattes antérieures, semblables à des pelles, elle creuse des galeries et y chasse toute l'année courtilières, larves, vers blancs. Elle ne touche pas aux racines, bien qu'on l'en accuse. Elle n'est pas végétarienne, mais insectivore. Et pourtant on n'a guère pitié d'elle. On lui reproche les taupinières, buttes de terre qui déparent gazons, prés, blés et gênent faucheurs et moissonneurs. Mais ce méfait est peu important en comparaison des services rendus. Ne tuez pas la taupe.



L'ORVET

On l'a surnommé le « serpent de verre », parce qu'il est fragile et cassant. Mais ce n'est pas un serpent. C'est une sorte de lézard sans pattes dont le corps cylindrique et brun ne dépasse pas 30 cent. au plus. Il vit de vers, de limaces et d'insectes et il a un gros appétit. Ne lui faites pas peur, il est très timide et, sans l'appivoiser vraiment vous pouvez le rendre familier.



LE CARABE DORÉ

Bel insecte, de silhouette élégante, vêtu d'une carapace de bronze brillant, avec des élytres vert et or, l'abdomen noir. Précieux auxiliaire des cultivateurs, d'où son nom de « jardinière », il s'attaque surtout aux limaces, aux chenilles. Mais il est si carnassier qu'il dévore, sans choisir, tout ce qu'il rencontre, même ses congénères.



LE VER LUISANT

Il s'appelle aussi lampyre et, quand il ne brille pas, vous pourriez le prendre pour quelque chenille, du moins la femelle. Le mâle, lui, est pourvu d'ailes et d'élytres ; il vole et n'est pas phosphorescent. La larve, qu'on trouve en automne, se nourrit de limaçons. Laissez en paix le ver luisant allumer sa petite lanterne les soirs d'été.



LA LIBELLULE

Elle ressemble à un aéroplane des premiers temps de l'aviation et ses ailes sont d'un « modern style » bien passé de mode. On la voit voler au-dessus des ruisseaux, dévorant avec férocité moustiques et mouches. Ses larves étranges, qui ne ressemblent en rien à l'insecte adulte, grandissent dans l'eau et se nourrissent de vers, de moustiques. Aussi, si les piqures de cousin vous déplaisent, ne détruisez pas la « demoiselle ».



LE FAUCHEUR

Presque toutes les araignées sont utiles, parce qu'elles prennent moucherons, moustiques, etc., dans leurs toiles. De leur fil fin, élastique, qui salt, peut-être des chercheurs arriveront-ils, un jour, à faire une matière textile utile à l'homme, comme on le fait avec le fil du ver à soie ! Le faucheur, gauche sur ses hautes pattes, et qu'on trouve souvent dans le foin, est un grand ennemi des mouches. Laissez-le courir en paix.



LA TESTACELLE

Elle ressemble étrangement à une limace, mais ce qui la distingue, c'est une très petite coquille qu'elle porte tout à l'arrière. Elle est gris jaunâtre et habite dans les régions méditerranéennes.

Elle vit, le jour, enfoncée dans une galerie souterraine et chasse de nuit. Elle se nourrit principalement de vers de terre et de petits insectes. Alors qu'il faut faire une chasse sévère aux limaces et colimaçons, laissez en paix la testacelle.



PETITES FILLES

LES PETITES FILLES
TROUVEZ-LEUR DES COIFFURES
NE GÉNÉROU



NADINE laisse toute liberté à ses boucles légères d'un blond de lin et les noue tout simplement d'un étroit ruban de velours noir.



ROSE relève les mèches des tempes par un nœud écossais et met le soir des bigoudis pour les pointes.



La longue natte d'ANNA s'enroule autour de sa tête et deux favoris se mêlent à sa frange courte et bouclée.

BIEN COIFFÉES

ADMENT LES RUBANS...
SEYANTES, MAIS SIMPLES, QUI
PÈS LEURS ÉBATS

FRANÇOISE
porte sur le front
un rouleau de
boucles noué d'un
ruban quadrillé et
des cheveux mi-
longs sur le cou.



Les beaux cheveux
noirs de **CATHERI-
NE** sont coiffés en
frange et roulés en de-
dans. Ruban écossais.



HÉLÈNE réunit sur la
tête ses deux courtes nat-
tes d'ont les extrémités,
maintenues par des rubans,
lui font une frange bouclée.



Pour **COLETTE** qui a des
cheveux à peine ondulés, une
raie au milieu qui dégage
bien le front, grâce à deux
pincées nouées de rubans étroits.

IL N'EST JAMAIS TROP TARD POUR SAUVER...

IL SUFFIT PARFOIS D'UN MOMENT D'INATTENTION POUR
GACHER UN EXCELLENT PLAT. MAIS NUL MAL N'EST
SANS REMÈDE ET GRACE À VOUS BIEN NE SERA PERDU.



LES HARICOTS

sont sur le point d'être cuits. Vous avez oublié de les regarder : l'eau a été complètement absorbée par les haricots et ils ont attaché au fond de la casserole. Le fond est tout noir, les haricots auront bien du mal à être sauvés.

Changez-les immédiatement de récipient sans gratter la partie qui a attaché. Remettez-les sur le feu en les mouillant légèrement avec de l'eau bouillante et, quand ils auront repris leur aspect naturel, ajoutez une noix de matière grasse. Versez-les dans un plat chaud, saupoudrez-les d'un peu de persil haché.



LA VIANDE

que, depuis deux jours, vous conserviez dans le garde-manger pour le dimanche, sans la regarder et sans la sentir, a une odeur forte.

Lavez-la dans une solution claire de permanganate de potassium (un petit paquet pour deux litres d'eau), elle reprendra sa fraîcheur première. Vous pouvez, avec le même résultat, remplacer ce bain par un bain fait d'une infusion de camomille suivi d'un rinçage à l'eau.



LE LARD FUME

que vous aviez suspendu à un clou est légèrement moisi.

Si vous l'aviez enveloppé dans du papier blanc puis rangé dans une caisse de bois remplie de sciure sèche et déposé la caisse dans un endroit sec, cet inconvénient ne se serait pas produit.



LE BOUILLON

sur lequel vous comptiez pour le potage du soir, et que vous gardiez précieusement depuis trois jours, mais sans le faire bouillir chaque matin, est devenu aigre.

Mettez-le sur le feu; à l'ébullition, jetez dedans quelques braises incandescentes. Si vous n'en avez pas, mélangez au bouillon une pincée de poudre de magnésie pour 1/3 de litre de liquide. Faites chauffer et utilisez-le ensuite comme bouillon ordinaire. Faites de même pour le bouillon de choux.



LES LEGUMES SECS

que vous réservez depuis deux mois pour le jour où ils vous seraient indispensables, ont été la proie des charançons par manque de surveillance. Triez les légumes un à un, enlevez ceux qui contiennent l'insecte. Accommodez les autres comme à l'ordinaire et, à l'avenir, mêlez-y quelques gousses d'ail ou frottez d'ail les pots qui les renferment, cela éloignera les charançons : ils ont horreur de l'odeur de l'ail.

éloignera les charançons : ils ont horreur de l'odeur de l'ail.



L'HUILE

que vous avez reçue pourtant en petite quantité a un goût de rance. C'est désolant, et c'est par manque de surveillance que cette catastrophe est arrivée. La bouteille dans laquelle elle a été versée n'était pas rigoureusement propre.

Pulvérisez de la braisette (125 gr. pour un litre d'huile). Versez-la dans le liquide abimé. Agitez le mélange et filtrez. A l'avenir, mettez dans la bouteille un peu d'alcool. Il surnagera et formera une légère couche qui évitera le contact de l'air.



LE BEURRE

qu'une de vos amies vous a envoyé cet été de la campagne est fort ; vous ne vous en étiez pas aperçu. Il communique à vos aliments un saveur désagréable.

Sortez-le de la terrine, lavez-le, faites-le fondre à feu doux. Dès qu'il s'élève une légère fumée, ajoutez 15 gr. de mie de pain par livre de beurre ; laissez cuire toujours à feu doux dix à quinze minutes. Puis enlevez le pain, qui a absorbé le mauvais goût. Lavez soigneusement la terrine, chemisez une passoire fine d'une mousseline humide, posez-la sur la terrine, versez le beurre dedans. Conservez au frais et au sec.



8
Avec une vieille blouse-tablier

7
Avec deux petits coupons

9
Avec deux mouchoirs de coton

10
Avec un reste de crêpe noir

7. Deux coupons d'imprimé sont utilisés pour cet ensemble. Soutien-gorge croisé dans le dos et noué devant (0 m. 30 en 1 m.). Culotte (1 m. 15 en 1 m.). - 8. Ce charmant petit costume de plage est taillé dans une vieille blouse-tablier. Le corsage ajusté et la petite jupe courte sont bordés d'un volant froncé. Culotte de même tissu. (1 m. 75 en 0 m. 80). - 9. Costume fait avec 2 mouchoirs de coton de 75x75 cm. Un mouchoir est utilisé pour la culotte et le second pour le devant, fixé à la culotte. - 10. Avec un reste de crêpe noir (1 m. 20 en 80 cm.) vous ferez ce joli costume. - 11. Des fronces partant d'une couture au milieu du devant moulent étroitement le corps. - 12. Cette petite nappe à carreaux vous sert très peu ! Pourquoi ne feriez-vous pas ce ravissant costume ? Il est taillé en biais. Corsage ajusté, boutonné devant. Culotte de même tissu (2 m. 25 en 1 m.). - 13. Il faut 2 carrés de soie (85x85 cm.) pour cet ensemble. Le premier est utilisé pour la jupe. La seconde et le second pour la culotte et le soutien-gorge. - 14. Ce joli ensemble de plage est taillé dans un rideau de crêtonne. Il est composé d'un maillot formant soutien-gorge et culotte et d'une petite jupe froncée et nouée à la taille (1 m. 75 en 1 m.).

(Voir des page 2).

J'aurai
un costume de bain
neuf...



12
...avec deux grands carrés de toile



11
...avec une petite nappe à carreaux



13
...avec un rideau de chambre

LANCÔME

BEAUTÉ



www.benesaddict.fr

*Un teint de lys et de rose...
un teint de pêche, de brugnion...
ou tout autre*

avec la

CRÈME FLUIDE
pour peaux grasses et normales

et la

POUDRE LANCÔME

LE COURRIER DE MARIE-CLAIRE

* La guerre m'a privée de mes deux fils aînés, tous deux prisonniers en Allemagne. Mon mari, gravement malade, ne peut subvenir aux besoins de notre famille et mon troisième fils doit partir prochainement pour les chantiers de jeunesse. Notre situation m'inquiète beaucoup, car je ne vois pas comment nous parviendrons à équilibrer notre budget. J'ai demandé si l'on pouvait libérer mon fils aîné; il m'a été répondu que cela était impossible, car il est marié et il ne peut plus être considéré comme soutien de famille. Croyez-vous que je puisse au moins obtenir une mise en congé de captivité pour mon second fils?

Les mises en congé de captivité ne sont, en principe, accordées qu'aux pères de quatre enfants mineurs ou au frère aîné de quatre enfants mineurs lorsque le père est mort ou incapable de subvenir aux besoins de sa famille. Vous ne semblez pas entrer dans l'un ou l'autre de ces cas. Pourtant, nous vous conseillons de vous adresser à nouveau à la mairie de votre résidence en vue de la transmission d'un nouveau dossier de demande de mise en congé de captivité. Il est possible qu'une solution favorable intervienne exceptionnellement pour vous. Vous pourriez également écrire au Commissariat général des Chantiers de Jeunesse à Châtel-Guyon, pour solliciter un sursis à l'incorporation de votre troisième fils.

* Je dois me marier prochainement. Quels robes me conseillez-vous : tissu, forme, etc. ?

Vous ferez votre robe de mariée en crêpe mat ou en crêpe marocain. Comme forme, nous vous conseillons un des charnants modèles parus dans notre N° 153. Vous pouvez, si vous le désirez, accompagner cette toilette d'une écharpe en dentelle.

* Je viens d'avoir un bébé, mais je suis restée très forte. Maman s'oppose avec fermeté à ce que je suive un régime. J'ai un ventre proéminent qui me désole. Je multiplie les exercices de culture physique, mais je ne sais pas comment choisir ceux qui me conviennent...

Votre maman a bien raison, ce n'est pas le moment de se mettre à un régime amaigrissant et vous avez besoin de toutes vos forces. Pour retrouver une taille normale, vous devriez faire tous les jours, pendant deux mois, les exercices suivants :

1° Couchée sur le dos : lever les deux jambes sans plier les genoux, redescendre et recommencer sans poser les pieds au sol (5 fois) ;

2° Lever les jambes alternativement, en ciseaux (10 fois) ;

3° En calant les pieds sous une armoire, relever le buste sans l'aide des bras (10 fois).

* Le métier de coiffeuse me plaît beaucoup et je voudrais l'apprendre. Mes parents approuvent mon projet. J'habite dans le Jura, à une trentaine de kilomètres d'une grande ville où je pourrais me rendre régulièrement pour suivre des cours. Où dois-je m'adresser ?

Je ne crois pas qu'il existe dans votre région une école de coiffure. Renseignez-vous pourtant à l'Office d'Orientation professionnelle de Lons-le-Saulnier, à la Chambre des Métiers ; on saura vous diriger dans vos futures études. Vous pourriez également chercher un coiffeur qui accepterait de vous prendre en apprentissage. C'est la meilleure façon de connaître ce métier.

* Je mesure 1 m. 64 et pèse environ 65 kilogs. Que faire pour maigrir ? J'ai une vie sédentaire. Depuis quelques mois, j'ai la peau un peu sèche et déjà quelques rides...

Vous êtes à peine trop forte. Mais ne suivez pas de régime amaigrissant. Ce n'est vraiment pas le moment et c'est alors que vous verriez vos rides naissantes se creuser... Si vous avez la peau sèche, mettez tous les soirs, pendant un heure, de l'huile d'amandes douces et massez-vous légèrement le visage. Dès que possible, mêlez cette huile, dans la paume de la main, à quelques gouttes de jus de fruits frais.

* Je suis bachelière, j'aime voyager, je suis douée pour les langues vivantes. Je voudrais partir aux colonies. Un emploi de bureau me déplaît. J'aimerais un travail où je puisse faire preuve d'initiative et d'intelligence. Que faire ?

Il est bien difficile à l'heure présente de trouver une situation aux colonies. De toutes façons — si vous n'êtes pas obligée de travailler tout de suite — je vous conseille vivement de poursuivre vos études. Les jeunes femmes possédant des diplômes ont seules quelques chances de trouver du travail aux colonies. Le baccalauréat n'est pas suffisant. Poursuivez également l'étude des langues étrangères, cela vous servira toujours.

* Ma jeune sœur a 21 ans. Elle a les jambes en cerceau et en souffre beaucoup moralement. Que pourrait elle faire ?

Nous sommes persuadés que par des séances régulières de culture physique médicale votre sœur arriverait à atténuer le défaut dont elle souffre et à reprendre confiance en elle. Donnez-nous votre adresse.

* Je suis brune et mon visage est tout rond, quelle coiffure adopter ? Je suis très forte des hanches et je désirerais maigrir vite et beaucoup. Que pourriez-vous m'indiquer de très efficace ?

D'abord, relevez les mèches des tempes vers le sommet de la tête et portez un large cran en hauteur sur le front (plus de boucles). Cheveux serrés sur la nuque, maintenus par un fillet ou rouleau bas. Ensuite, il n'existe pas de moyen de maigrir « rapide et efficace » surtout pour les hanches. Vous obtiendrez des résultats durables en prenant des soins quotidiens d'hygiène (massages et frictions énergiques) et en faisant de la culture physique.

* Quelle est la manière la plus simple de conserver les légumes verts que je récolterai dans mon jardin ?

La manière la plus simple de conserver les pois, les haricots verts, les tomates, consiste à les mettre au sel : 80 à 100 gr. de sel par kilog. de haricots verts, 12 à 15 gr. de sel pour les tomates et 125 gr. de vinaigre par litre d'eau bouillie refroidie.

Si vous avez des bœufs, vous pouvez garder les légumes au naturel par stérilisation à la chaleur.

* Connaissez-vous un moyen pour conserver les citrons. A la campagne, nous n'avons pas de citrons et je désirerais en faire une provision pour l'été.

Je vous conseille de conserver ces fruits à l'état frais. Éliminez les citrons tachés ; enveloppez les autres un à un dans du papier de soie et placez-les, le pédoncule en bas, dans une caisse. Recouvrez chaque rangée de fruits de sable fin desséché au four. Terminez par une couche de sable.

Maquillage 1941

5 NOUVEAUX COLORIS viennent enrichir la palette des produits de beauté Gemey :

- * Vénitien
- * Cardinal
- * Rose Nacré
- * Pourpre de Tyr
- * Vermillon de Chine

Les fards crèmes et les fards secs existent dans les mêmes coloris que le rouge à lèvres.

Rouges à lèvres - Fards
Gemey

Créations RICHARD HUDNUT, 20 Rue de la Paix
New York Paris

Demandez échantillonnage des nouveaux coloris à votre fournisseur



Vous connaissez la légende du géant Antée : il assassinait quiconque traversait ses terres. Hercule décida de le combattre. Mais le géant aurait triomphé d'Hercule lui-même si celui-ci n'avait remarqué que chaque fois qu'Antée touchait terre, il se relevait avec une énergie nouvelle. La terre, qui était sa mère, lui infusait ses forces. Hercule dut l'enlever dans ses bras pour l'étouffer.

Comprenez-vous? Nous avons, nous aussi, besoin de toucher terre pour retrouver santé, courage, élan. Nous avons besoin de rentrer en contact avec notre mère, la Nature, pour reprendre la lutte après un an de vie artificielle, de travail, de soucis.

Plus que jamais, vous avez besoin de vacances.

L'année a été très dure et vous aurez à fournir un gros effort à la rentrée; vos enfants ont été dépaysés, secoués, moins bien nourris que d'habitude; votre mari, démobilisé, a eu beaucoup de mal dans ses affaires — donc, vous avez tous besoin de vacances.

N'objectez pas que l'heure n'est pas à la distraction; les vacances ne représentent pas un amusement, elles sont un besoin pour votre santé et celle des vôtres.

N'objectez pas le manque d'argent : les vacances sont d'autant plus saines et plus profitables qu'elles sont plus rustiques. Les jeunes qui s'en vont :

*Une fleur au chapeau,
A la bouche une chanson...*

le savent bien... Vous trouverez dans ce numéro mille et un conseils qui vous aideront à passer économiquement quelques beaux et bons jours.

Quel genre de vacances choisir? Un seul principe essentiel : le *changement*. Changement d'air, de genre de vie, de milieu. Lorsque vous voulez redresser un objet, vous le pliez dans le sens opposé à l'inclinaison précédente; il s'agit, pour vous, sur le seuil d'or de l'été, de redresser votre corps et votre esprit, déformés par une année de travail et de soucis.

Si vous avez vécu à la ville d'une vie tendue, artificielle, privée d'air et de lumière, prenez des vacances calmes. Mettez-vous au vert dans un lieu paisible.

Si vous avez passé l'année à la campagne... cela n'est pas une raison pour que vous renonciez au délassement et à l'enrichissement de l'esprit. Pourquoi ne passeriez-vous pas vos vacances à la ville? Il est en ce pays d'adorables villes d'art, où les beaux monuments s'encadrent de beaux arbres : Nîmes, Montpellier, Avignon, Arles.

Si les circonstances vous ont obligée à vivre avec vos parents ou beaux-parents, prenez des vacances indépendantes. Mais si, par contre, vous avez vécu isolée, retrempez-vous pendant l'été dans l'atmosphère familiale.

Nous n'oublions pas les femmes de nos prisonniers, celles qui pourront dire en pensant à l'absent : « Les beaux étés sans toi, c'est l'amour sans flambeau... » Elles ont aussi besoin de repos : leur santé est d'autant plus précieuse que toutes les responsabilités du foyer reposent sur elles.

Qui que vous soyez, envisagez cette année les vacances comme une cure pour le corps et l'esprit, après quoi, avec une vision plus claire, avec une provision d'idées et de projets renouvelée, et un courage tout neuf, vous prendrez à la rentrée un nouveau départ.

MARIE-CLAIRE.



REPOS

Dans un petit sac

SOUS UN FAIBLE VOLUME, PEU DE POIDS... OUI, DE QUOI ÊTRE JOLIE, CHIC, PARFAITE A TOUTES LES



L'air est pur la route est belle



je ne perds jamais la carte

1. Cet ensemble se compose d'une blouse en piqué d'albène rayé. Devant et dos avec plis creux, 1 m. 50 en 1 m. Petite jupe en toile de rayonne à lés, coupée tête-bêche, métrage 1 m. 10 en 0 m. 80. Bloomer, 0 m. 80 en 80.



Comme on fait son nid on se couche



VOICI CE QUE



1 bloomer



pantoufles et socquettes



1 sweater

- 2 paires de bas
- 1 paire de chaussures sport
- 1 paire de chaussures légères
- 1 imperméable
- 2 culottes slips

J'emporte tout

ceci...

HEURES DU JOUR. ET CELA SANS
EXCÉDENT DE BAGAGES. J'AI VRAI-
MENT MILLE TOURS DANS MON SAC!



Chantons sous la pluie



Le bon bain de soleil



Retour à la civilisation

2. Avec un pantalon en toile d'albène, 2 m. 25 en 1 m., vous porterez ce petit sweater en laine à manches courtes et cette longue veste en laine tricotée multicolore. Elle est ajustée à la taille et ornée de grandes poches.

3. Charmant ensemble composé d'un bain de soleil en piqué d'albène rayé, 0 m. 80 en 80, et d'une jupe de même tissu. Elle est ornée devant et derrière de deux plis creux, 1 m. 60 en 1 m. Ceinture à lisi avec deux longs pans.

EMPORTE

- 1 jupe
- 1 jupe courte
- Veste et pantalon long
- 1 blouse
- 1 grand mouchoir



1 bain de soleil

1 ceinture avec sacoche

1 grand mouchoir

LES PETITS CONSEILS DU Parfait Campeur

Les plus belles promenades peuvent réserver des surprises désagréables. Elles seront sans gravité si vous savez y remédier.

LES INSECTES

Piqûres de guêpes et abeilles.

Enlevez le dard de la plaie, frictionnez tout de suite avec du gros sel mouillé.

Vous pouvez aussi écraser sur ces piqûres de la fleur de géranium, des feuilles de persil, thym, lavande, serpolet, laitue, pissenlit, cerfeuil, oseille, trèfle, menthe. Frictionnez quelques instants.

Cousins ou moustiques.

Mêmes soins que pour les guêpes et abeilles.

Araignées.

Faites immédiatement des compresses soit avec de l'eau salée, soit avec l'eau vinaigrée.

Fourmis.

Faites une friction avec de l'eau de cologne ou avec de l'alcali.



LES ANIMAUX MECHANTS

Chien enragé.

Ligature au-dessus de la morsure; lavage à l'alcool, à défaut, eau chaude. Brûler au fer rouge au feu. Voir le médecin immédiatement.

Vipère.

Ligature au-dessus de la blessure; incision de 1 cm. de profondeur et 2 ou 3 de longueur dans le sens de la longueur du membre mordu; en passant par la blessure. Faire saigner abondamment; laver avec antiseptique (eau de javel ou eau oxygénée), injection immédiate de sérum antivenimeux, sinon voir médecin le plus rapidement possible. Ne pas donner d'alcool; seulement thé ou café.

Vive, poison venimeux.

Lavage à l'eau oxygénée, demander avis du médecin.

LES PLANTES

Orties.

Lotions à l'alcool camphré ou frictions avec feuilles de plantain.

Épines dans le doigt.

L'enlever avec aiguille flambée ou pince à écharde; toucher avec un antiseptique (alcool, iode, éther, etc...). Bain chaud pour ramollir la peau si très difficile à enlever.

Très petite et malaisée à saisir, appliquer un morceau d'albuplast; laisser adhérer un bon moment, enlever par le coin, perpendiculairement à la peau, sans secousses. Le morceau d'albuplast qui entraîne l'épine. Voir le médecin si l'épine est venimeuse.

(Suite page 20.)



LES INTEMPÉRIES

Coups de soleil, irritation de la peau par le vent.

Corps gras (cold-cream, liniment oléo-calcaire). Poudrer à l'amidon par-dessus. Ou lait caillé (quelques gouttes de vinaigre dedans, instantané), ou feuilles de laitue appliquées sur l'inflammation et maintenues par de la gaze ou un mouchoir.

Sur le visage, masque de laitue pendant 2 h.

Insolation.

Desserrer les vêtements; allonger à l'ombre et au frais; soulever la tête; lotions d'eau vinaigrée sur visage, cou, poitrine et frictions énergiques des membres inférieurs.

Café ou thé léger; pas d'alcool. Si la syncope est grave, voir un médecin.

Sinapismes aux jambes; affusions d'eau froide sur le corps et respiration artificielle en attendant son arrivée.



LES MALADRESSES

Épine d'oursin dans le pied ou le doigt.

Enlever comme une écharde ou une épine. Pansement de propreté jusqu'à cicatrisation complète de la petite plaie.

Coupure légère ou plaie bénigne.

Lavage à l'eau froide; application de sel fin, de jus de citron, de joubarde bien lavée (plante des murs).

Coupure ou plaie plus profonde.

Nettoyer à l'eau oxygénée ou à l'eau bouillante très chaude en allant du centre vers les bords; pansement sec stérilisé; si la plaie est grave, voir un médecin; de même si la plaie est souillée, pour piqûre antitétanique.

Bains de sauge (eau bouillie et plantes lavées avant infusion), avant refaire pansements secs.

(Suite page 20.)



PETITS MAUX ET MALAISES

Ampoules.

Ne pas percer; laver doucement, rincer; couvrir de gaze pour éviter l'infection.

Torticolls.

Friction à l'alcool camphré; bandage chaud et humide; prendre de l'aspirine.

Pieds enflés, fatigués.

Bain d'eau salée (1 grosse poignée pour 4 litres d'eau); friction à l'alcool camphré; bain de sureau; application feuilles de lierre la nuit.

Étourdissement à la suite de bain prolongé.

Prendre un cordial. Repos à l'ombre après frictions et enveloppement avec des lainages chauds.

Digestion difficile.

Cataplasme et compresse chaude sur le ventre. Tisane de persil chaude et très sucrée.

(Suite page 20.)

EMPORTEZ DANS VOTRE SAC DE CAMPING:

1 paquet de pansement d'urgence * 2 bandes crêpe Velpeau, épingles, pinces à écharde * 1 petit paquet d'ouate comprimée * 1 petite boîte de compresses stérilisées * aspirine * vaseline * ambrine ou liniment oléo-calcaire ou tulle gras * sérum antivenimeux avec seringue à injection * tube vaccin pour blessures (peut éviter les antiseptiques liquides * talc, laudanum * 50 gr. alcool camphré * 50 gr. alcool à 90° * tissu adhésif pour légères plaies ou coupures (albuplast, etc...) * 50 gr. eau oxygénée (antiseptique) * 50 gr. éther * 50 gr. alcali * comprimés de primidone ou de viviod * le sel sera mis dans les provisions de bouche.

Le tout, bien emballé dans une trousse en tissu léger et imperméable de préférence, ne doit pas peser plus de 500 à 600 gr. au maximum. On peut supprimer, si on manque de place, l'un ou l'autre des antiseptiques indiqués ci-dessus.





Quelle bonne idée cette terrine!

Ne vous laissez pas prendre au dépourvu. Il vous sera plus utile que jamais d'avoir dans vos bagages un ou deux plats de secours

TERRINE DE LAPIN AU VIN. Pour un lapin domestique moyen :

100 grammes de farine.
1 verre de vin rouge.
1 petit oignon.
Sel, poivre.

1 bonne pincée de poudre des 4 épices.
Un peu de porc et un peu de veau (si possible) sinon de la mie de pain.

- 1° Découper le lapin et le désosser entièrement.
- 2° Faire quelques beaux filets dans le râble et les cuisses; les réserver.
- 3° Peser le reste des chairs et les moindres débris.
- 4° Peser la moitié de ce poids de veau et de porc (choisir des morceaux un peu gras, si possible quasi de veau et échine de porc ou, à défaut, mie de pain).
- 5° Hacher ensemble des chairs de lapin, de veau et de porc avec un peu de foie du lapin. Hacher très finement l'oignon.
- 6° Dans un récipient, mettre ces hachis avec sel et poivre, 4 épices. Mélanger et mettre « en couronne » sur une planche.
- 7° Au milieu, mettre la farine et la délayer petit à petit avec le vin. Pétrir le tout; goûter et mettre l'assaisonnement au point.
- 8° Au fond d'une terrine, verser 2 cuill. d'eau, puis placer quelques filets de lapin. Sur les filets et entre les filets, mettre de la farce. Remettre quelques filets, de la farce, etc. en utilisant ainsi tout ce dont on dispose. Sur le dessus, poser une feuille de laurier.
- 9° Fermer la terrine. Disposer tout autour du couvercle un peu de pâte épaisse, faite avec farine et eau, formant « colle ».
- 10° Mettre cuire 2 h. $\frac{1}{2}$ à four chaud. La retirer et laisser $\frac{1}{2}$ heure avant de l'ouvrir; poser une assiette dessus avec un léger poids sur l'assiette. La laisser ainsi 24 h. (Si l'on veut la conserver ou l'envoyer, la couvrir d'une couche de graisse, saindoux de préférence. Cette terrine est parfaite pour envoyer aux prisonniers.)

TERRINE DE POULET

(peut se conserver, couverte d'une couche de graisse)

1 beau poulet avec son foie.
250 grammes de veau. (Si possible, non indispensables).
Un peu de gras de veau ou 100 grammes de lard.

2 œufs.
1 oignon moyen.
 $\frac{1}{2}$ verre de vin blanc doux.
Sel, poivre.

- 1° Découper et désosser complètement le poulet. Faire quelques beaux filets et autres plus petits morceaux.
- 2° Eplucher le foie; le couper en 5 ou 6 petits morceaux.
- 3° Hacher tous les petits morceaux de poulet avec l'oignon et le gras de veau ou le lard; mélanger avec les morceaux de foie et les œufs; saler, poivrer cette farce.
- 4° Couper le veau en petits filets. Les mettre avec les filets et morceaux de poulet à macérer 1 heure avec le vin blanc, sel et poivre.
- 5° Pendant ce temps, faire cuire les carcasses avec oignons, 4 carottes, 2 pointes d'ail, 1 bouquet garni et 1 litre d'eau, sel, poivre, jusqu'à ce qu'il ne reste plus qu'un demi-verre de jus. Passer.
- 6° Humecter la farce avec ce jus.
- 7° Graisser le fond d'une terrine; y placer quelques filets de poulet

et de veau, de la farce, des filets, de la farce, etc... Terminer par de la farce. Couvrir d'une mince barde de lard ou de crépine de porc. Coller le couvercle avec une pâte de farine et d'eau.

- 3° Faire cuire 2 heures à four modéré. Retirer du four et n'entamer que 24 heures après.

LANGUE DE BŒUF À L'ÉCARLATE (salée)

1 langue de bœuf.
2 poignées de gros sel.
5 ou 6 pointes d'ail.
1 cuillerée à bouche de salpêtre.
1 oignon.

1 carotte.
2 pointes d'ail.
2 pincées de poivre en grains.
Persil, thym, laurier.

- 1° Après avoir enlevé le « cornet » et les déchets du dessus de la langue, la mettre à tremper à l'eau froide (dégorger) 2 ou 3 h.
- 2° La plonger ensuite dans une grande marmite d'eau bouillante et la laisser bouillir 7 à 8 minutes; puis l'égoutter et racler toute la peau; éviter d'entamer la chair.
- 3° Sur la planche, hacher les pointes d'ail bien épluchées, ajouter gros sel et salpêtre. Pétrir la langue avec ces ingrédients pendant $\frac{1}{4}$ d'h., jusqu'à ce qu'elle soit bien ramollie.
- 4° La mettre alors dans une terrine ou marmite ronde en terre avec ce qui a pu rester de sel sur la planche. Garnir avec oignon et carottes coupés en rondelles, 2 pointes d'ail, 1 branche de persil, thym et 1 feuille de laurier. Ajouter le poivre en grains.
- 5° Couvrir la terrine, mettre au frais et laisser ainsi 8 à 10 jours en été et 10 à 12 jours en hiver en retournant chaque jour la langue avec une fourchette.
- 6° Sortir la langue de la marinade, la laver et tremper à l'eau fraîche; mettre à cuire dans une très grande marmite à l'eau froide, comme un pot-au-feu, sans sel, pendant 5 h. avec légumes et ingrédients habituels du pot-au-feu, mais en moins grande quantité.
- 7° Au bout de 5 h., retirer, égoutter, mettre sur un plat; laisser refroidir. Il faut au moins 24 h. avant de l'entamer. Peut se servir découpée en tranches, au début ou à la fin du repas. Le petit bout plus sec peut se servir comme hors-d'œuvre. Entamée, elle peut se conserver 3 semaines. Peut s'envoyer aux prisonniers.

GALANTINE DE LÉGUMES (chaude ou froide, pour 4 à 5 repas)

100 grammes de mie de pain.
125 gr. de haricots blancs secs.
750 grammes de tomates fraîches (ou la valeur d'un petit bol de coulis de tomates de conserve.)
80 grammes de macaroni.

4 oignons moyens.
30 gr. de beurre ou de graisse.
2 beaux œufs.
Sel, poivre.
1 ou 2 pincées de muscade en poudre (ou râpée).

- 1° Après avoir fait tremper les haricots pendant quelques heures, les faire cuire en les mettant à l'eau froide légèrement salée.
- 2° Cuire les tomates sans eau, avec sel, poivre, casserole couverte.
- 3° Eplucher les oignons, les couper très finement.
- 4° Les mettre dans une petite casserole, sur le feu, avec la noix de beurre, sel et poivre. Les faire cuire tout doucement en les remuant jusqu'à ce qu'ils soient un peu dorés.

(Suite page 26.)

**A LA PLAGE
UNE NOUVEAUTÉ**

LES FEMMES PORTERONT DES JUPES!

Déjà la plage, les bains. C'est presque l'été, tout au moins sur la Côte d'Azur. Nous verrons cette année des robes d'inspiration nettement paysanne, la taille très serrée au-dessous d'un corselet, beaucoup d'ampleur dans la jupe froncée ou à plis. Ces robes, beaucoup moins courtes que les années précédentes, cacheront une petite culotte assortie à la robe.

1 - Ensemble de plage. Bain de soleil en toile de rayonne lavable, très ajusté à la taille par des pincées (0 m. 50 en 90). Culotte et petite jupe en toile de rayonne. 1 m. en 90.

2 - Charmante robe de plage en toile de Vichy rayée. Jupe ample, très froncée. Un plastron de teinte unie forme corselet et moule bien la taille. 1 m. 50 en 1 m. et 0 m. 50 en 90.

3 - Jupe en toile lavable ouverte devant et avec couture derrière (1 m. 50 en 0 m. 90). Blouse en crêpe rayé. L'empècement froncé forme les petites manches. 1 m. 10 en 90.

4 - Robe de plage en cotonnade imprimée. Un corselet en toile unie est boutonné devant. Petite ceinture nouée. Métrage : 1 m. 85 en 1 m. Tissue uni : 0 m. 35 en 0 m. 90.

5 - Ensemble de plage en piqué d'albène écossais taillé en biais. Le petit corsage est tenu par deux bretelles. Jupe très ample. Métrage nécessaire : 2 m. 25 en 0 m. 90.

6 - Ensemble de plage en cotonnade. Corsage ajusté avec capuchon. La jupe à lès est ornée de poches appliquées (1 m. 60 en 1 m.). Corsage et capuchon : 1 m. 25 en 1 m.

7 - Ensemble de plage en piqué d'albène rayé. Bain de soleil moulant la poitrine et se nouant sur le cou. Une bande arrondie forme la petite jupe, nouée derrière. 0 m. 70 en 90.

8 - Robe de plage en toile de rayonne. Deux bandes de toile de couleur contrastante ornent la jupe et le corsage. Métrage nécessaire : 1 m. 70 en 0 m. 90 et 0 m. 90 en 90.

9 - Robe en cotonnade lavable. Corsage croisé, boutonné devant. Jupe ample et froncée. Métrage : 2 m. 10 en 1 m.

10 - Robe de plage en surah. Elle est ajustée à la taille par une découpe formant corselet. Le corsage devant est orné de deux bandes d'un tissu à pois. La jupe ample est froncée. Métrage : 2 m. 20 en 90 et 0 m. 35 en 0 m. 90.

VOIR DOS PAGE 26



nesadict.fr





www.benesadict.fr



*
Toucan



Vous êtes Responsable de l'Avenir de Votre ENFANT



**L'Enfant Maigre,
Faible et Chétif
est l'Infirmes
de Demain**



Manque de
Vitamines
A et D
Croissance
Insuffisante

LES ENFANTS anémiques, chétifs, amaigris, fatigués et surtout les rachitiques ont besoin des merveilleuses vitamines A et D de l'Huile de Foie de Morue pour devenir rapidement sains et robustes. Ces vitamines sont indispensables pour aider la bonne formation de la dentition et des os. Bourrée de vitamines, l'Huile de Foie de Morue est le plus puissant fortifiant qui existe, mais malheureusement son goût est détestable et peu d'estomacs parviennent à la supporter sans troubles. C'est pourquoi les médecins recommandent aujourd'hui les Pastilles **JESSEL** à base d'Huile de Foie de Morue.



Des os déformés comme celui-ci sont la conséquence du manque de vitamines D. L'abondance de vitamines D n'est pas seulement nécessaire aux mamans pendant la grossesse et pendant l'allaitement, mais aussi aux enfants pendant leur croissance pour aider à la formation de leurs os et de leur dentition.

L'Huile de Foie de Morue granulée en Pastilles enrobées de sucre, agréables comme des Bonbons, lui donneront rapidement Poids, Forces et Musculature solide.

LES ENFANTS prennent avec joie les Pastilles **JESSEL**, parce qu'elles sont enrobées de sucre et aussi agréables au goût que des bonbons. Véritable bâtisseur de santé et de muscles solides, ces Pastilles contiennent toutes les merveilleuses vitamines de l'Huile de Foie de Morue, plus du fer et d'autres

excellents ingrédients toniques. Elles sont particulièrement précieuses après une maladie et lorsque le rachitisme menace. Le poids d'un petit garçon a augmenté de 11 livres en 7 semaines. Sa santé, sa figure épanouie font maintenant plaisir à voir. Des milliers d'enfants ont été rétablis rapidement. Les Pastilles **JESSEL** sont également incomparables pour donner poids, forces et énergie aux adultes faibles, maigres et épuisés.



A Vous êtes destiné à vous enrhummer souvent s'il vous manque la quantité suffisante de vitamines A, car l'insuffisance de cette importante vitamine vous affaiblit et diminue votre résistance à toutes sortes de maux. Les muqueuses du nez et de la gorge en particulier deviennent plus fragiles.

FAITES CET ESSAI GRATUIT

Achetez aujourd'hui même dans une pharmacie une boîte de Pastilles **JESSEL** à base d'huile de Foie de Morue. Vous serez dès les premiers jours, ravi des résultats étonnants : votre enfant augmentera de 5 à 10 livres en quelques semaines, il mangera mieux et deviendra robuste, sinon votre argent vous sera remboursé par le Laboratoire **JESSEL**.



En Vente dans les pharmacies
La Boîte :
Frs 6.10 et 14.80

ENFIN L'HUILE DE FOIE DE MORUE SOUS UNE FORME DIGESTIBLE

LES PETITS CONSEILS DU PARFAIT GÂMEUR

(Suite de la page 16)

LES PLANTES

Empoisonnement par champignons.
Appeler médecin d'urgence; en attendant, évacuation du poison; malaises proches du repas; vomitif (le médecin fera lavage de l'estomac si nécessaire); malaises tardifs; purgatifs. Ingestion de noir animal délayé dans l'eau; cataplasme laudanisé sur l'abdomen; tisane diurétique; frictions sèches du corps; applications chaudes, thé et café fort en cas de syncopes.

Empoisonnement par ciguë.
Vomitif, thé fort, café, chaleur aux pieds, infusion d'écorce de chêne, ingestion de tannin (2 gr. pour 100 gr. d'eau). Appeler le médecin d'urgence.

LES MALADRESSES

Echymose (coup) pinçon.
Lotion d'eau très froide ou compresse d'eau blanche ou d'arnica, ou compresse d'eau très chaude vinaigrée. Feuilles de cassis fraîches.

Brûlure légère et peu étendue.
Vaseline, corps gras. Application de feuilles de lierre (125 gr. par litre d'eau) bouillies jusqu'à ce que les queues tombent d'elles-mêmes.

Brûlure plus grave ou plus étendue.
Après nettoyage antiseptique, ambrino ou liniment oléo-calcaire. Médecin selon degré de gravité.

PETITS MAUX ET MALAISES

Dérangement intestinal.
Eau de riz, élixir parégorique; tisane de rauvoulée (herbe connue).

Saignements de nez (coups).
Position étendue; élever le bras verticalement côté narine saignante; tampon d'ouate imbibé eau froide ou eau oxygénée ou jus de citron.

QUELLE BONNE IDÉE CETTE TERRINE!

(Suite de la page 17)

5° D'autre part, faire dans une petite casserole, sur feu, une panade avec la mie de pain et un peu d'eau chaude (bien l'écraser à la fourchette; cette panade doit être très épaisse et sèche).

6° Passer le tout ensemble au tamis.

7° Faire cuire le macaroni à l'eau salée (cuit juste à point). Puis l'égoutter et le couper en petits dés. L'ajouter dans la purée.

8° Dans ce mélange, incorporer les œufs entiers et bien remuer.

9° Dans une terrine à pâté, verser le mélange et mettre cuire à four moyen pendant 2 h. Couvrir pendant 1/2 h., retirer le couvercle. Servir dans la terrine très froide. On peut la cuire dans un moule à cake rectangulaire; dans ce cas, démolir chaud et servir froid.

Cette galette se conserve plusieurs jours dans la terrine; peut même s'envoyer aux prisonniers.

BISCOITINS

Disposez en fontaine 375 gr. de farine et versez un sirop de sucre parfumé à la fleur d'orange, fait avec un quart de verre d'eau, 250 gr. de sucre et 3 ou 4 cuillerées d'eau d'orange; la pâte obtenue doit être ferme. Roulez-la en petites noix; mouillez-les d'eau après les avoir posés sur une plaque graissée; cuisez à four chaud. Peut être envoyé aux prisonniers.

A LA PLAÛE, UNE NOUVEAUTÉ! LES FEMMES PORTERONT... DES JUPES

(Des des pages 20-21)



LE BEL AGE DE LA FEMME

La femme peut rester belle et séduisante après la quarantaine si elle veille sur sa circulation en prenant des Gouttes Floride. Cette préparation végétale concentrée régularise le cours du sang et s'oppose à toutes ces misères : bouffées de chaleur, migraines, bourdonnements d'oreilles, varices, congestion, accidents du retour d'âge, etc... 12 fr. 25 le flacon. Toutes pharmacies.



SOYEZ BONS POUR VOTRE FOIE

Ressentez-vous une légère douleur au côté droit, Gare à votre foie! Aidez donc son bon fonctionnement en prenant régulièrement après dîner une tasse de la délicieuse tisane Vichyfloré, à base de plantes associées aux sels des eaux du bassin de Vichy. Le foie est stimulé, la digestion facilitée, la constipation évitée. 8 fr. 90. Toutes pharmacies.

LE PLUS PRÉCIEUX DES BIENS

(Suite des pages 18-19)

« Mademoiselle, avait écrit le jeune marchand de biens, j'ai voulu, moi aussi, me moquer de vous, mais je crois bien que je regrette déjà qu'il ne se fut agi que d'un jeu. En tout cas, n'ayez aucun scrupule au sujet de l'offre que j'ai faite d'acheter le Maine-Moreau. Je la maintiens... sans condition. Mon métier m'assomme et je voudrais devenir fermier. Je vous félicite de votre sang-froid qui m'a sans nul doute épargné une humiliation. Je suis trop simple et d'une origine trop modeste pour songer à vous demander d'être fermière avec moi. J'ai failli l'oublier. »

Ayant lu, Jacqueline soupira en enfouissant le papier dans sa poche.

Au même instant, dans le couloir du wagon, Raymond Quillard déchiffrait le billet que Jacqueline lui avait laissé au creux de la main en le quittant.

« Monsieur, pardonnez-moi. Je serais navrée si vous pensiez que j'ai cherché à me mettre dans une situation embarrassante pour me faire épouser. Abandonnez, je vous prie, l'idée d'acheter notre propriété. Il vaut mieux que vous évitiez de revenir, car je serais gênée de me retrouver devant vous. Mais n'allez pas croire que je vous ai trouvé ridicule ou antipathique, loin de là. »

Songeur, Quillard replia le billet. Il revit les yeux clairs de Jacqueline, sa silhouette juvénile, son mouvement souple, la poussée de la jeune gorge dans le chemisier blanc. Et il comprit que, malgré la défense qui lui était faite, il retournerait au Maine-Moreau.

FIN.

* ESSAI GRATUIT.

Demandez échantillonnage des nouveaux coloris à votre fournisseur ou à Richard Hudnut, 19, rue de la Darse, Marseille, en vous recommandant de ce magazine. (Voir publicité p. 2.)

Quelques fleurs ...



www.benesadict.fr

et
un billet de la
LOTÉRIE NATIONALE

darby
41

MARIE-CLAIRE VA VOUS DIRE COMMENT PROCEDER

En attendant le plombier. voulez-vous réparer provisoirement une fuite d'eau ? Achetez chez le marchand de couleurs du mastic que vous ramollirez en le chauffant. Fermez le compteur à eau, séchez bien le tuyau et appliquez le mastic sur l'endroit de la fuite. Vous pouvez remédier vous-même à l'inconvénient des robinets qui coulent sans cesse en changeant le caoutchouc usé. Après avoir fermé l'eau, dévissez l'écrou du robinet à l'aide d'une clé anglaise, enlevez le caoutchouc usé et remplacez-le par un autre de même taille que vous vous procurerez chez un quincaillier; revissez l'écrou; si l'écrou est chromé ou nickelé, pour ne pas le rayer, interposer un petit linge entre les mâchoires de la clé et l'écrou. Ne serrez jamais brutalement un robinet pour le fermer : vous écraseriez la pastille de caoutchouc.

Les éviers en faïence se nettoient avec de l'eau chaude et du savon noir ; on peut aussi se servir de savon minéral ou d'eau de Javel qui nettoie et désinfecte.

Les éviers de pierre seront brossés avec une brosse de chiendent et de l'eau chaude savonneuse. L'eau de Javel les blanchira. On peut, après avoir lavé l'évier et bouché l'orifice, répandre en surface de l'eau de Javel pure et la laisser jusqu'au lendemain.

Les baignoires émaillées se rayent facilement, aussi faut-il les nettoyer avec de grandes précautions. Frottez-les avec une brosse très douce ou une éponge, de l'eau et du savon. L'essence minérale, passée de temps en temps, fera disparaître toutes les taches. Il existe aussi dans le commerce certains produits spéciaux qui sont excellents.

Les tubs, les baignoires en zinc se nettoient avec du savon minéral. On passe ensuite de l'eau chaude et du savon noir avec une brosse et on rince bien à l'eau claire.

Les robinets, les objets nickelés des salles de bains et des cuisines seront très bien entretenus si vous les frottez de temps en temps avec un chiffon légèrement enduit de vaseline. Celle-ci empêche le métal de rouiller. Vous enlèverez les taches de rouille sur le nickel en les frottant avec un peu d'ammoniaque sur le chiffon.

Pour désencrasser les conduits et éviter qu'ils se bouchent, il faut y jeter de temps en temps de l'eau bouillante additionnée d'ammoniaque ou de cristaux de soude. On supprimera ainsi également les mauvaises odeurs. Si, malgré cette précaution, les conduits amènent une odeur désagréable, versez sur la grille de l'évier une solution de permanganate de potassium. Ne mettez pas vos mains dans cette solution qui tâche.

Le siphon est bouché. Dévissez la vis qui se trouve sous le coude, placez au-dessous un récipient et faites couler de l'eau bouillante avec des cristaux de soude. Puis frottez les parois à l'intérieur avec un chiffon enroulé autour d'un bâton et trempé dans cette eau. Lorsque vous aurez passé ce bâton plusieurs fois, vous rincerez et replacerez la vis en serrant avec la clé anglaise. Quand il s'agit du siphon de la baignoire, il est presque toujours impossible d'atteindre la vis en question. Procurez-vous donc une longue tige flexible mais non cassante (jone, brin d'osier) et introduisez-la dans l'ouverture le plus profondément possible. Agitez-la, jetez ensuite de l'eau bouillante additionnée de cristaux de soude. Recommencez l'opération jusqu'à ce que l'eau s'écoule normalement. D'autre part, il existe des produits spéciaux pour déboucher les conduits obstrués ; ces produits sont, en général, à base de soude caustique, il faut donc en user avec précaution et suivre bien exactement le mode d'emploi, qui est d'ailleurs assez simple.



PETITS ENNUIS REMÈDES FACILES

*Horreur ! Le robinet fuit
goutte à goutte ! ...
catastrophe ! L'évier
est bouché ! ... fatalité !
un tuyau fuit dans
la salle de bain !
Que faire ?*





BLOUSE HABILÉE (TAILLE 42)

Voici une ravissante blouse noire que vous pourrez mettre à l'occasion d'un thé ou d'un diner au restaurant; le corps ressemble à un tissu côtelé, tandis que la bande du bas de la blouse et celle de l'encolure sont tricotées en fil d'argent, formant un galon légèrement à jour.

FOURNITURES. — 300 gr. de laine « Mignardise », du Pingouin, à 8 fr. 50 les 50 gr., coloris noir; 150 gr. de fil argent lamé spécial pour tricot; 2 aig. de 2 mm. 1/2 de diamètre; 6 petits boutons plats en noir.

POINTS EMPLOYÉS. — 1° Point mousse; toujours à l'endroit; 2° Point de côtes de 1/1; 1 m. endr., 1 m. env.

Au p. mousse, 24 rgs = 4 cm. en hauteur et 7 m. = 3 cm. en larg.

DOS. — Monter en laine noire, 70 m. avec les aig. de 2 mm. 1/2; travailler en côtes de 1/1 pend. 9 cm., puis prendre le fil lamé, et trav. au p. mousse pend. 6 cm. 1/2, 50 rgs environ; prendre ensuite la laine noire et continuer à trav. en mousse; tout droit pend. 30 rgs, puis augm. d'1 m. de chaq. côté, tous les 7 rgs 7 fois; faire alors 4 rgs tout droit, puis former les emmanchures: rab. de chaq. côté 4 m., puis 2 m., puis 3 fois 1 m.; tout droit ensuite; à 30 cm. de hauteur totale, séparer le travail en 2 (fente de fermeture), laisser le côté gauche en attente et trav. sur le côté droit; à 46 cm. de hauteur totale, former l'encolure et le dessus d'épaule; encolure: rab. 6 m., puis 2 m., puis 1 m. à chaq. rg 4 fois; dessus d'épaule: rab. 21 m. en 3 fois; reprendre le côté laissé en attente; ajouter 4 m. du côté du milieu pour la sous-patte de fermeture, et trav. de la même façon que pour le côté droit, mais en sens inverse.

(Suite et schémas page 46.)

BRASSIERE

FOURNITURES. — Une pelote de laine « Heures joyeuses », 4 fils, du Pingouin, à 4 fr. 25 la pelote de 50 gr., coloris rose; 2 aig. de 3 mm. de diam.

POINTS EMPLOYÉS. — 1° Point jersey; 2° Point de riz; 3° Point de jours; point mousse, à l'aller, faire un jeté entre les mailles, au retour, ne tricoter que les m. et faire tomber les jetés.

12 rgs jersey et riz = 3 cm. en hauteur et 8 m. = 3 cm. environ en largeur. L'explication est donnée pour le premier âge.

MARCHE DU TRAVAIL. — Se commence par le dos et se tricote ds le sens vertical. Monter 40 m., faire 2 rgs mousse, puis tricoter toujours avec la disposition suivante: 2 rgs jersey, 2 rgs point de riz; lorsqu'on aura une hauteur de 10 cm., tricoter les 6 premières m. côté encolure, en remonter 30 pour la manche. Laisser les 34 m. restantes du dos en attente; sur les 36 m. de la manche, tricoter pendant 13 cm., rabattre 30 m.; reprendre les 6 m. qui restent et les 34 laissées en attente, tricoter pendant 15 cm. pour le devant, faire ensuite la 2° manche de la même façon que la 1^{re}, et la 2^e partie du dos. Terminer par 2 rgs mousse.

EMPIECÉMENT. — Remmailler 23 m. sur chaq. moitié du dos, 28 sur chaque manche, 30 sur le devant, soit en tout 132 m.; faire 2 rgs mousse; au 3^e rg, prendre 2 m. ensemble toutes les 4 m., et faire un jeté après chaq. m.; 4 rgs mousse ensuite; au rg suivant, le jeté entre les m., et une dim. toutes les 8 m.; 4 rgs mousse, puis un rg avec jetés, mais sans dim.; puis 6 rgs mousse sur les 76 m. qui doivent rester environ et rabattre en serrant.

Remmailler 30 m. au bas de chaq. manche; faire 4 rgs mousse, un rg avec jeté, 4 rgs mousse et rabattre.

Marie-Claire
TRICOTE...
www.mari-claire-tricote.fr



BRASSIERE VUE DE DOS



*L'empieçage
est avec
Wifischelt!*

*Pour votre agrément
exécutez les avec*

AVEC LE CORDONNET 6 FILS C.B. "A LA CROIX"



- Souple & Résistant
- Agréable à travailler
- et lavable!

Gratuit

"Demandez à votre Mercier ou à CARTIER-BRESSON, 86, Bd Sébastopol, PARIS (3^e), Service Publicité, la notice H, 25 donnant des explications de Jabor, Revers, Gants, Ceinture, Chapeau".

CARTIER-BRESSON

(Suite de la page 40.)

A l'encolure, rab. 10 m. au lieu de 6, en commençant.

DEVANT. — Monter 83 m. en laine noire, faire comme dans le dos : 9 cm. de côtes, puis 6 cm. 1/2 de mousse en fil lamé, puis trav. en mousse de chaq. côté; à la même hauteur que dans le dos, former les emmanchures : rab. de chaq. côté, 6 m., 3 m., 2 fois 2 m. et 4 fois 1 m.; trav. ensuite tout droit pend. 12 rgs, puis augm. d'1 m. tous les 10 rgs environ 3 fois; d'autre part, à 41 cm. 1/2 de hauteur, c'est-à-dire lorsqu'on aura 120 rgs mousse en noir, former l'arrondi de l'encolure : rab. 7 m. au centre, puis laisser un côté en attente et trav. sur l'autre : rab. encore 1 m. tous les 3 rgs, 10 fois, puis trav. tout droit; à 47 cm. de hauteur totale, former le dessus d'épaule : rab. 21 m. en 3 fois; reprendre le côté laissé en attente et trav. de la même façon, mais en sens inverse.

MANCHE. — Monter 42 m. en noir; trav. au pt mousse; tout droit pend. 7 cm., puis augm. de chaq. côté, d'1 m. tous les 2 cm., 18 fois; à 45 cm. de hauteur et 78 m. sur l'ai-

guille, former l'arrondi : rab. de chaq. côté 4 m., puis 1 m. tous les 2 rgs, toujours; lorsqu'il restera 12 m., les rabattre en une seule fois.

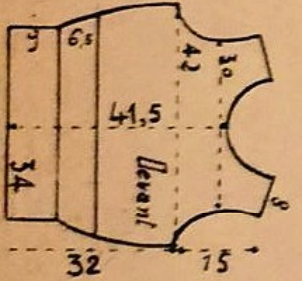
EMPIECEMENT. — Monter 8 m. avec le fil lamé; trav. au pt mousse pend. 47 cm. environ; pour donner l'arrondi, faire un va-et-vient sur 4 m. seulement au lieu de 8, tous les 6 rgs environ, pendant les 20 premiers cm. et les 20 derniers; au centre, pendant 7 cm., faire les va-et-vient tous les 4 rgs.

COL. — Monter 14 m. en noir; trav. au pt mousse pendant 37 cm. et rabattre.

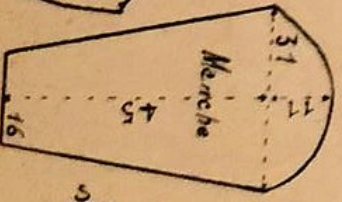
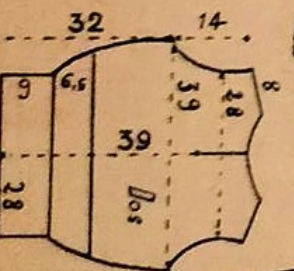
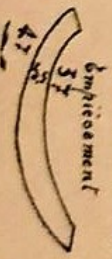
ASSEMBLAGE. — Monter la blouse en surjet; avoir soin de bien faire coïncider les bandes de lamé; poser les manches en surjet, soutenir légèrement sur le dessus de la manche; poser en surjet l'empieçement au corps, la partie la plus étroite au côté de l'encolure; y coudre le col; faire 6 brides en laine noire à la fente de fermeture, côté droit dans le dos; poser les boutons; aplatis au fer à travers une pattemouille, les coutures seulement; ne pas repasser le corps ni les bandes de lamé.

BLOUSE HABILIERE

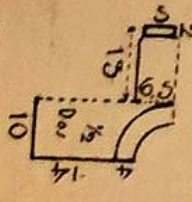
37 Col



SCHEMA DES TRICOTS



BRASSIERE



PETITS CONSEILS

LES BONS PATÉS



PATÉS ! PATÉS EN TERRINE OU EN CROUTE, PATÉS SAVOREUX ! REGAL DES GOURMETS, PROVIDENCE DE LA MENAGERE ! « CASSE-CROUTE » DU CHASSEUR ! DELICES DONT VOICI QUELQUES BONNES RECETTES :

à conserver. Tant qu'elle n'a pas été ouverte, elle peut se conserver plusieurs mois.

Le jour où vous servez ce pâté, accompagnez-le de votre meilleur vin rouge. Si vous le servez avec une salade, cette dernière nuira à votre vin. Que faire ? Assaisonnez la salade avec très peu de vinaigre et, si possible, de l'huile de noix. C'est le meilleur correctif à faire à la salade si on tient à en servir avec un vin rouge.

PATÉ DE FOIE DE PORC EN TERRINE

1° Prendre un poids égal de foie de porc, viande de porc désossée et dégraissée, lard gras, et hacher chaque viande séparément, très fin, saler et poivrer au goût, mettre un peu d'épices;

2° D'autre part, préparer des bardes de lard très fines;

3° Prendre une terrine, la tapisser d'une « coiffe » de porc (la coiffe étant une membrane veinée très fine) et disposer les éléments ci-dessus de la manière suivante, en couches minces :

Une couche de viande de porc hachée;

Une couche de bardes de lard;

Une couche de lard gras haché;

Une couche de bardes;

Une couche de foie de porc haché;

Une couche de bardes, etc.

Entre les rangées de viande et de lard, disposer des morceaux de truffes à volonté, ou, à défaut, de très bonnes olives noires dont on a retiré le noyau.

Arroser le tout d'un demi-verre de rhum (verre ordinaire) et d'un quart de verre de fleurs d'oranger. Recouvrir d'une coiffe.

4° Recouvrir la terrine de son couvercle et faire cuire au four chaud deux bonnes heures. On se rend compte du degré de cuisson en enfonçant dans le pâté une lame de couteau : quand le pâté est cuit, la lame ressort sèche.

Laisser refroidir en mettant un poids sur le couvercle pour bien tasser le pâté. Recouvrir le pâté d'une couche de graisse de porc pour mieux le conserver.

S'il est bien cuit, le pâté de foie de porc doit avoir l'intérieur rose, comme le pâté de foie gras, dont il a d'ailleurs un peu le goût. La terrine, hermétiquement fermée, peut se conserver plusieurs mois.

PATÉ AUX POMMES DE TERRE

Des amis arrivent à l'improviste pour déjeuner. C'est lundi, impossible de vous procurer des provisions nouvelles. Que faire ?

Il vous suffit d'avoir sous la main de la crème fraîche, et vous allez leur faire comme entrée le délicieux pâté aux pommes de terre, en honneur dans le Bourbonnais.

Avec une pâte brisée, garnissez le fond d'un moule à tarte. Attention ! vous ne devez pas couper la pâte comme pour la tarte, mais bien la laisser déborder. Coupez des pommes crues en rondelles de l'épaisseur d'une pièce de cinq francs. Garnissez votre tarte avec plusieurs couches de ces pommes de terre en laissant au milieu un vide rond, de la largeur également d'une pièce de cent sous. Recouvrir cette tarte avec une feuille de pâte en ramenant sur le couvercle le bord de votre tarte. Trouvez la pâte au milieu, à l'endroit où vous avez laissé le vide, et placez à cet endroit une cheminée en papier. Dorez votre pâte avec un jaune d'œuf et mettez au four, à feu lent, afin que les pommes de terre cuisent bien, puis un peu plus vif. Une fois le pâté cuit, retirez la cheminée de papier et, par l'orifice, faites glisser à l'intérieur de la crème fraîche.

C'est un mets délicieux, économique (à manger frais, naturellement) et tellement nourrissant qu'après cela les convives les plus affamés pourront se contenter d'un menu léger...

LES PATÉS DE VIANDE

La confection d'un pâté de viande s'impose dans différentes conditions :

1° Emporter sous un petit volume le maximum de viande se conservant sans altération;

2° Transformer la saveur d'une viande qu'on mange souvent. C'est le cas du lièvre ou du lapin, pendant la période où des amis chasseurs vous en envoient souvent;

3° Utiliser ce qui reste à la suite d'un dîner important;

4° Ajouter de la saveur à une viande qui en a peu.

PATÉ DE BŒUF BOUILLI A LA POELE

Beaucoup de personnes n'aiment pas le bœuf de pot au feu. Voici une façon agréable de le transformer en pâté.

Hachez 500 gr. de viande et 100 gr. de lard gras. Faites cuire à l'eau, dans une petite casserole, deux oignons coupés menu. Dans la poêle, faites fondre 40 grammes de beurre. Posez le hachis. Ajoutez les oignons cuits et le peu d'eau de cuisson qui reste. Mélangez. Salez. Poivrez. Ajoutez des épices. Transvasez dans un plat. Laissez refroidir. Ajoutez un jaune d'œuf cru. Mélangez.

Lavez la poêle. Beurrez-la légèrement. Garnissez le fond avec des bardes de lard. Posez le hachis. Portez sur feu vif pendant trois minutes. Baissez le feu. Faites cuire pendant une demi-heure à petit feu, à découvert. Laissez refroidir presque complètement. Retournez la poêle sur un plat. Attendez au lendemain. Découpez et servez avec de la salade. Ce pâté ne se conserve pas plus longtemps qu'un plat ordinaire.

PATÉ DE LIEVRE

Ce même pâté pourra se faire avec deux lapins de garenne.

Ayez donc : un lièvre ou deux lapins, filet de porc désossé, 500 grammes; lard gras, 250 gr.; jambon cuit maigre, 250 gr.; carottes, navets, poireaux, 500 gr.; sel, poivre, épices, thym, laurier; barde de lard, 200 gr.; fine champagne : un bon petit verre.

Dépouillez le lièvre. Débarrassez-le des peaux nacrées qui couvrent le râble et les cuisses. Enlevez la chair en grattant les os. Hachez la viande de porc, le jambon, le lard gras, le foie et le cœur du lièvre. Salez. Epicez cette farce.

Faites cuire dans très peu d'eau, pendant trois heures, les os de lièvre avec les légumes, le thym et le laurier. Réduisez le liquide jusqu'au volume d'un bon verre.

Dans une grande terrine, placez la moitié des bardes de lard. Faites alterner des couches de farce et des morceaux de viande de lièvre. Mélangez le bouillon et le cognac. Versez dans la terrine. Faites passer sous les viandes. Couvrez avec le reste de bardes.

Collez le couvercle sur la terrine avec une bouillie épaisse de farine et d'eau. Portez au four très chaud. Dès que la vapeur sort en jet du trou du couvercle, baissez la flamme du four et laissez cuire à petit feu pendant trois heures. Sortez la terrine du four. Laissez refroidir jusqu'au lendemain. Mettez cette terrine dans votre placard

DUR LA MAISON

SAVEZ-VOUS PLANTER LES CLOUS ?



POUR FIXER UN OBJET LOURD

Les clous, procédé très simple, ont l'inconvénient de dégrader les murs. Si l'on veut, au bout de quelque temps, enlever au clou, celui-ci, rouillé, entraîne avec lui un morceau de plâtre.

D'ailleurs, les constructions nouvelles ne permettent guère l'emploi de pointes ordinaires qui ne s'enfoncent que dans l'enduit, trop mince pour offrir au clou une résistance suffisante.

Il y a donc intérêt, pour s'assurer une installation solide, à tamponner le mur.

TAMPONNER LE MUR

La grosseur du tampon est proportionnelle à celle du clou à employer, elle-même en rapport direct avec la charge à supporter.

Le tampon doit avoir un diamètre égal à six ou huit fois celui du clou dont il doit avoir la longueur. On en trouve de tout préparés dans le commerce. A défaut, il faut tailler dans un morceau de bois tendre, un tampon en forme de pyramide à base quadrangulaire.

Voici la marche à suivre :

1° Marquer la place exacte du clou.

Si le mur est recouvert de papier peint, inciser en croix le papier et soulever les angles en décollant le papier sans le déchirer.

Si le mur est recouvert de briques vernissées ou de carreaux de faïence, y tracer un cercle de diamètre égal ou à peine supérieur à celui du tamponnoir. Avec un poinçon et un marteau, piquer tout le long de ce cercle pour enlever le vernis sur cette ligne. On peut ensuite tamponner sans risquer de faire éclater le vernis.

2° Creuser le mur avec un tamponnoir de taille assortie à celle du tampon, le diamètre du trou formé devant être égal ou à peine inférieur à celui du tampon. Avec un vilebrequin muni d'une mèche à brique ou à pierre, le travail est rapide et propre. La longueur de la mèche enfoncée doit être sensiblement égale à celle du tampon.

Dans un mur en briques creuses, si l'on ne peut choisir la place d'un joint, il faut percer la seconde paroi et se servir d'un tampon spécial.

3° Enfoncer le tampon à coups de marteau. Couper avec un ciseau de menuisier le bout qui dépasse.

4° S'il y a lieu, rabattre et recoller le papier de tenture sur le tampon.

5° Introduire le clou ou la vis dans le tampon, comme s'il s'agissait d'une cloison en bois ordinaire.

Un procédé un peu plus onéreux, mais beaucoup plus pratique, et surtout plus propre, car il ne laisse sur le mur qu'une trace légère facile à faire disparaître, est l'emploi des chevilles en fibre ou en plomb : on procède de la même façon avec un tamponnoir spécial de taille appropriée.

On peut également placer des tampons métalliques dits « pitons Golo », qui offrent une telle sécurité qu'on les

UN CLOU, MADAME, NE SE PLANTE PAS N'IMPORTE COMMENT IL Y A LA MANIÈRE ! NOUS VOUS L'INDIQUONS, MAIS, ATTENTION ! POUR VOTRE CLOU D'ESSAI, IL VAUT MIEUX NE PAS CHOISIR LE MUR DU SALON !

emploi même au plafond pour fixer les appareils d'éclairage.

SUSPENDRE UN CADRE

C'est l'emploi du crochet à tableau qui donne le plus de satisfaction. Les crochets se fixent au mur par des aiguilles d'acier et peuvent supporter jusqu'à 5, 10 ou 15 kilos, suivant qu'ils sont fixés par une, deux ou trois aiguilles.

Ces aiguilles ne laissent aucune trace quand on les enlève et pénètrent même dans la brique. Le seul inconvénient de ces crochets est d'être d'un prix un peu plus élevé que les crochets ordinaires.

Si l'on place des crochets ordinaires, il faut tamponner le mur comme indiqué ci-dessus, avant de les y fixer, à moins que l'on ait affaire à un tableau très léger, auquel cas un simple crochet enfoncé dans l'enduit suffira.

Il est assez difficile, une fois posé le crochet ordinaire, de trouver le point d'équilibre du tableau. Faute d'y parvenir, on aura un cadre légèrement de travers et qui, une fois redressé, reprendra sournoisement sa mauvaise position. Pour remédier à ce petit désagrément, maintenez le bord du cadre, du côté voulu, par une petite semence sans tête, plantée dans le mur et pratiquement invisible. Mais ceci n'est qu'un pis aller ; avec le crochet spécial dont nous parlons plus haut, le cadre doit être droit.

POSER UNE TABLETTE

La mise en place d'une tablette nécessite l'emploi de supports que seul un menuisier habile pourra confectionner lui-même ; il est presque toujours préférable d'utiliser des ferrures spéciales ayant la forme d'un angle droit, dont les branches sont percées des trous nécessaires à la mise en place des vis.

La mise en place correcte des ferrures est nécessaire pour assurer l'horizontalité de la tablette, on utilise pour cela le niveau de menuisier.

Les ferrures se fixent au mur par des vis placées dans des trous chevillés. La dimension des ferrures, comme leur nombre et leur écartement et l'épaisseur de la tablette, dépendent de l'emploi prévu. Généralement, deux ferrures suffisent pour une tablette de 50 centimètres de longueur et 2 centimètres d'épaisseur.

Pour faire la tablette, on pourra utiliser une planche de vieille caisse que l'on rabotera, poncera (et peindra si besoin est) avant de la poser. On la sciera avec la scie égoïne (voir *Marie-Claire*, n° 27), à la longueur voulue, suivant une ligne perpendiculaire à son arête, en se servant de l'équerre de menuisier. On dressera exactement l'arête appliquée au mur à l'aide du rabot et du ciseau à bois ; les arêtes seront abattues avec le ciseau à bois, puis remplacées par un arrondi à l'aide de la râpe à bois.

Lorsque les supports seront fixés au mur avec des vis chevillées, on posera la tablette dessus et on la maintiendra avec des vis passées dans les trous des ferrures. (Préparer avec une vrille des avant-trous dans la tablette pour le logement des vis.) Ces vis ne travaillent pas et sont uniquement destinées à empêcher la tablette de s'écarter du mur.

S'il s'agit d'une plaquette de radiateur, il y a très gros intérêt à éviter le moindre écartement, la plaquette étant destinée à empêcher le passage des poussières qui sont soulevées par l'air chaud et viennent salir le mur au-dessus du radiateur.

Il faut donc avec soin dresser l'arête de la tablette pour que le contact avec le mur soit aussi parfait que possible. On pourrait interposer avec succès, entre le mur et la tablette, une bande de feutre que l'on comprimerait le plus possible en fixant la tablette sur ses supports. A. B.

Le Carnet

DE MARIE-CLAIRE

■ IXENNOL FAIT MAIGRIR EMPECHE DE GROSSIR

par frictions locales. Une Marque. Pharmaciens, Grands Magasins et contre remboursement. Tubes, frs 20 et 28, à Ets IXENNOL, 74, rue Blanche, Paris.

■ LE POINT NATTE

se travaille toujours à l'endroit sur l'endroit et à l'envers sur l'envers. Monter un nombre de mailles impair : lever toujours le 1^{er} point au début de chaque rang pour la lisière ; 1^{er} rang : endroit, 1 m. lisière (+) passer l'aiguille de droite derrière le 2^e point, tricoter le 3^e point en le prenant par-devant, le garder sur l'aiguille gauche, tricoter le 2^e point (celui derrière lequel on a passé), et lâcher les 2 points ensemble, reprendre à (+) ; 2^e rang : 1 p. lisière (+), passer devant le 2^e point, tricoter le 3^e, le garder sur l'aiguille de gauche, tricoter le 2^e point (celui devant lequel on a passé) et lâcher les 2 points ensemble, reprendre à (+).

Ce point ayant tendance à resserrer, tenir un peu plus grand que le patron désiré.

■ TRICOTEUSES...

Envoyez 3 timbres à 0 fr. 65 aux Filatures des 3 Suisses (serv. 733) à Roubaix (Nord) et vous recevrez par retour une jolie brochure décrivant « 24 Points de tricot » faciles à exécuter.

■ RIDES,

patte d'oie, coin du nez, de la bouche, du front, etc. ; poches des yeux, paupières fripées, points noirs, bajoues, cou flétri, disparus en 1 mois. Méthode nouvelle sensationnelle. Facile chez soi, en secret. Ecrivez pour envoi gratuit. Sœur MAS, 36, r. Glacière, Paris.

■ VOS OREILLES

Les coiffures qui dégagent le visage... et les oreilles sont celles que nous aimons, elles ont le grand avantage de faire très net et de laisser à la physionomie sa personnalité. Celles qui ont de petites oreilles, parfaitement faites, s'en réjouissent... mais il y a les autres, qui ont de grandes oreilles et qui s'inquiètent. Si vous êtes au nombre de ces dernières, ne vous désolerez pas, la mode, encore une fois, vient à votre secours : un clips à votre oreille la fera paraître moins importante, moins nue. Et vous pouvez, sans grosse dépense, avoir tout un assortiment de clips, car on en trouve de ravissants à des prix vraiment bas.

■ PAILLETES

C'est gai, cela accroche joliment la lumière ! On en fait de petits corselets ou bien des broderies assez importantes dont l'éclat est parfois voilé d'une mousseline.

peu d'Emulsion LAMONT. Par l'effet du massage, celle-ci pénètre intégralement dans l'épiderme, le décongestionne et le raffermie. Elle supprime ainsi la cause de vos maux de pieds et leur rend, non seulement le confort, mais aussi souplesse et beauté.

C'est le seul moyen définitif de ne plus souffrir des pieds.

Des milliers de femmes se réjouissent aujourd'hui d'avoir soigné et entretenu leurs pieds avec l'Emulsion LAMONT, qui ne tache ni ne grasse.

Un essai vous convaincra de la haute qualité de ce produit.

En vente : Grands Magasins, Pharmacies, Parfumeries, Coiffeurs, Herboristeries. A défaut s'adresser : Labor. LAMONT, 18, rue Ficatier, COURBEVOIE (S.). Le grand tube Fra 10.50.

Tube échantillon gratuit contre 1 fr. en timbres pour frais d'envoi.



Emulsion LAMONT
CONFORT ET BEAUTE
DES PIEDS

Transpiration, brûlures, durcissement des pieds, autant de misères que doit bien souvent subir une femme !

Les pieds endoloris et enflés, soit par la marche soit par la station debout continuelle ou par la pression des chaussures, exigent une hygiène et des soins rationnels et appropriés. Evitez les bains de pieds prolongés qui ramollissent les chairs. Passez plutôt une serviette mouillée sur vos pieds, séchez-les et enduisez-les d'un

LE COURRIER DE MARIE-CLAIRE

★ Frambiche, J. P. Rouen, Mme Badet, à Breteuil, As N° 1, Mademoiselle Maman, Mimi, Zabou et Mme Jourde, à Paris, sont priées de bien vouloir nous donner leur adresse (en rappelant leur pseudonyme) afin que nous puissions leur répondre directement.

★ Petite amie.

Vous vous désolerez pour bien peu de chose ! Croyez-moi, cela n'est rien. Faites régulièrement votre culture physique et tout s'arrangera.

Comme gaine ? La gaine « Eclair » Bernard serait parfaite ; elle donne tout à fait la ligne à la mode.

Oui, un col de castor serait très joli sur votre gros manteau vert. Pour le reste, il est difficile de vous conseiller sans vous connaître ; voulez-vous nous envoyer une photo et votre adresse ?

★ Une lectrice qui ne donne ni son nom ni son adresse nous demande le prix de « L'Amour humain de l'enfance au mariage », par le R. P. Charmot : 12 francs.

★ Lily nous demande quel modèle de tricot pourrait aller avec une jupe de gros drap bleu marine.

Vous pourriez vous faire la veste qui a paru dans notre numéro 6. C'est un modèle de sport qui irait parfaitement avec le genre de votre jupe. Faites-la grenat foncé avec des piqûres marine. L'assemblage de ces deux teintes est très en vogue actuellement.

Pour votre tailleur, un tissu gris foncé serait très joli ainsi que le vert bouteille, le marron mordoré, le bleu nuit foncé.

★ Flamme messine.

1. Oui, mais il faut que ces débutantes possèdent la formation technique qui permettra de les employer utilement.

2. Connaître la sténographie, manuscrite ou mécanique, la dactylographie, le classement, et, souvent, la mécanographie. Posséder, naturellement, une solide culture générale, et, particulièrement, une orthographe impeccable.

3. Il ne faut pas vous décourager, petite Flamme messine. Il arrive que les meilleures lumières oscillent. Cela ne les empêche pas de parvenir à leur but, si toutefois elles mettent au service de leurs projets de l'énergie, du travail et de la persévérance.

Dans votre cas, il vous faut apprendre et la sténographie et la dactylographie, sans lesquelles il ne vous sera pas possible de trouver l'emploi que vous désirez occuper. Vous pouvez fort bien étudier seule la machine à écrire, en louant une machine et en travaillant avec une très bonne méthode. Je suis à votre disposition pour vous donner sur ce point les indications nécessaires. Quant à la sténographie, Metz possède certainement des cours qu'il vous serait possible de suivre.

★ Joanne Bernard.

Peser 55 kilos lorsqu'on mesure 1 m. 63, ce n'est pas excessif... Ce qui est ennuyeux, c'est que vous grossissiez particulièrement des cuisses et des mollets. Pour mincir, faites surtout de l'exercice. Vous dites que vous mangez fort peu, n'allez pas vous amuser à appauvrir encore votre régime. Je suis persuadée que si vous faites régulièrement de la culture physique, vous arriverez à garder, ce qui est essentiel, une silhouette harmonieuse. Tant que

vous ne peserez pas 59 ou 60 kilos, vous n'avez pas lieu de vous alarmer. Mais il vous est absolument indispensable de faire du sport, pour vous muscler et vous affiner.

★ Ginette nous demande quelle coiffure porter avec une toilette de demoiselle d'honneur vert pâle.

Nous avons donné dans le n° 24 un article intitulé : « Un mariage à la campagne. » Nous proposons cinq coiffures différentes, et vous trouverez certainement celle qui vous convient. Sinon vous pourriez porter une salotte faite de petites fleurs de la même teinte que votre robe, ou encore poser en diadème dans vos cheveux quelques grosses fleurs.

★ Mono aux yeux bruns.

Le petit ennui dont vous me parlez est du ressort d'un médecin. Consultez un bon docteur et croyez bien que ce genre d'inconvénients se soigne parfaitement.

Oui, brossez-vous les dents une fois par semaine avec une pincée de bicarbonate de soude : cela les blanchira.

★ Une poupée de dix-huit ans.

Les chaussures de lin se nettoient parfaitement avec des liquides à détacher spéciaux, à base de benzine, que vendent tous les magasins de chaussures. Eviter les lavages au savon qui donnent au tissu une teinte grisaille que rien n'enlève.

Vous avez dû trouver dans les derniers numéros de Marie-Claire le modèle de manteau que vous cherchiez.

★ J. C., Paris.

Pour percer les coquillages, placez-les sur un bouchon et vrillez-les lentement avec une vrille très fine que vous mouillerez souvent. Vous ne risquez pas, en pratiquant ainsi, de voir la nacre fine se fendiller.

★ Malou la désespérée. — J'ai vingt ans. Je vis entre ma mère qui est la femme la plus difficile du monde, et une grand-mère, la plus indulgente des vieilles personnes. Je sors très rarement...

Il faut prendre courage, Malou. A 20 ans, le cœur est gonflé d'espérance. Demain, votre vie peut changer et le bonheur faire place à la monotonie des jours présents.

Excusez le caractère de votre mère ; son âge et sa maladie réclament de votre part beaucoup d'indulgence. Et puis, n'avez-vous pas l'indéfectible affection de votre grand-mère ? Prenez patience, le temps arrangera toutes choses.

Nous traiterons le sujet que vous suggérez ; il figure au programme de Marie-Claire.

(Suite p. 54.)

Abonnez-vous
à
Marie-Claire



Que je n'osais acheter des chaussures neuves!

Vous êtes malade, souffrez, dans danger, de vous débarrasser pour toujours de vos maux de pieds - si simple qu'un enfant peut l'employer. Plongez tout bonnement vos pieds dans de l'eau chaude dans laquelle vous aurez fait dissoudre une poignée de Saltrates Rodell. Cette solution saltrée-oxygénée chasse la douleur et l'inflammation des pieds endoloris et des chevilles enflées. Les sels puissamment curatifs ramollissent rapidement cors et callosités jusqu'à leur racine même. Bientôt, vous pouvez les « cueillir » avec vos doigts. Quelle délicieuse sensation de bien-être dès que la douleur fuit et que les cors ne lancinent plus. Les démangeaisons, durillons disparaissent en quelques secondes. Ce soir même, prenez ce bain de pieds et, demain, vous éprouverez une sensation de bien-être inconnue jusqu'alors, même dans des chaussures neuves. Les Saltrates Rodell se trouvent dans toutes les pharmacies.

10.000 PAQUETS GRATUITS
 Pour les lecteurs de ce journal Ne souffrez plus. Nous vous enverrons des Saltrates Rodell gratuitement. Soulagement immédiat. Envoyez vos nom et adresse à Pharmacie Normale (Service 211-A), 19, rue Drouot, Paris. Ecrivez dès maintenant.

SEINS

Développés, raffermis, reconstitués. Salières combiées par les



Pilules Orientales

Seul moyen pour la femme d'acquiescer, de conserver ou de recouvrer la

BEAUTE DE LA POITRINE

Toujours bienfaisantes pour la santé

Traitement de 2 mois, facile à suivre en secret.

Flacon avec notice fr contre remboursements, 21 fr. Ecrire à J. RATIE, pharm., Div. 84 BR 45, r. de l'Echiquier, Paris (10^e). Envoi discret par la poste. A BRUXELLES : Pharm. Delacre; GENEVE : Pharm. des Bergues.

Teint frais, ligne parfaite en prenant le matin un petit verre de

HUNYADI JANOS "DITE"

EAU DE JANOS

Régularise la Circulation Libère l'Intestin Efface les Troubles du Retour d'Age

Toutes Pharmacies.

...un petit verre à jeun suffit

LE COURRIER DE MARIE-CLAIRE



★ Une Claire-Marie nous écrit : « Au printemps prochain je passerai trois semaines en Algérie. Quelle garde-robe dois-je emporter, tenant le moins de place possible et comprenant cependant tout ce dont j'aurai besoin ? »

On porte beaucoup de blanc en Algérie, surtout à l'époque où vous y serez. — Emportez donc un tailleur blanc : toile ou shantung, qui se froisse moins. Avec la jupe blanche, vous pourrez porter soit des bains de soleil, soit de petites blouses légères (ayez en au moins 3, afin de pouvoir changer souvent).

Complétez cette garde-robe par quelques robes de cotonnade lavable.

Si vous comptez rester dans une ville, n'emportez pas de short. Bien que les villes soient au bord de la mer, on n'y porte pas de toilettes de plage.

N'oubliez pas que les soirées sont très fraîches, quand le soleil est couché : il vous faudra quelques lainages, et un bon manteau (votre manteau de voyage fera parfaitement l'affaire, à moins que vous possédiez déjà un manteau blanc).

★ Pour son Jacques.

Je vous conseille de faire, une fois par semaine, un masque au jaune d'œuf. Pour cela, nettoyez bien votre épiderme et appliquez le jaune, additionné d'une cuillerée à café d'huile d'olives. Laissez sécher une demi-heure. Lavez à l'eau froide adoucie de quelques gouttes de teinture de benjoin.

Il est dangereux de se servir, pour les yeux, de produits dont on ignore la composition exacte. Mais il y a un moyen très simple d'aviver le regard : c'est d'instiller entre les paupières une ou deux gouttes de jus d'orange ou de citron. Cela pique un peu, mais cette sensation est fugace et le résultat en vaut la peine.

★ Solitaire.

Pour être gale, jeune Solitaire ? Mais il faut d'abord assouplir ce « morceau de bois raide » que vous me dites être ! Levez-vous de bonne heure, faites un quart d'heure de culture physique suivie d'un tub ou d'une douche tiède. Faites du sport, ayez une nourriture saine, et ouvrez vos yeux aux côtés riants de la vie, que votre regard obstinément mélancolique ne pouvait, jusqu'ici, distinguer.

Et lisez Marie-Claire, qui vous chuchotera bien des petits secrets de bonheur...

★ « Anxieuse » M. B.

La pratique du secrétariat consiste dans la prise du courrier ou, d'une façon générale, de la parole dictée (notes, travaux divers, etc.) au moyen de la sténographie manuscrite ou mécanique et dans la transcription des sténogrammes au moyen de la machine à écrire. La secrétaire doit également connaître le classement, l'usage des machines à duplicateurs et la pratique intelligente du téléphone.

★ « Alouette désolée ».

La carrière à laquelle vous pensez ne s'aborde pas sans de sérieuses études préalables. Elle est, de plus, extrêmement aléatoire, et je ne vous conseille pas de chercher à vous y engager si vous devez gagner votre vie.

★ Réponse à une demande non signée.

Les tissus lamés se nettoient à l'alcool; les taches s'enlèvent également avec un produit spécial vendu dans les grands magasins. Un vêtement de gabardine caoutchoutée ne reprend jamais sa souplesse quand il a durci; il faut en faire le sacrifice définitif ou essayer de dissoudre complètement le caoutchouc en plongeant le vêtement dans l'essence. Garder le vêtement tel ou l'imperméabiliser à nouveau soi-même.

Un fond de teint ocre donne l'apparence du hâle; en vente dans toutes les parfumeries.

★ Miette va se marier et nous demande des conseils pour sa toilette.

Vous êtes blonde et mince, nous dites-vous ? Choisissez donc une robe collante avec une jupe entièrement taillée dans le biais. Marquez la taille : soit par une large bande rapportée et montant en pointe sur le corsage, soit simplement en faisant un corsage très ajusté. Manches longues et très simples, plates aux épaules.

Pour votre coiffure, reportez-vous à notre numéro 30, à la page 11. Vous pourrez choisir parmi les coiffures représentées celle qui vous ira le mieux.

Grossir c'est mourir un peu

...et vieillir beaucoup! Sachez donc, mesdames, que le Thé Mexicain du Dr. Jawas, ressuscite les grâces disparues d'une silhouette épaisse. Ce produit entièrement végétal vous fera maigrir sans nuire à la santé. Toutes pharmacies.

LOTERIE NATIONALE

5 dixièmes groupés, à 10 fr. 50 62.50
 10 dix et 2 cent. gain 1.040.000 f. 110 f.
 100 cent. finales chiffres 1 à 109 fr.
 CERTITUDE GAGNER les lots unités, dizaines et 3 chiffres d'acquis sur 6 pour lots de consolation de 500.000, 1 et 3 millions 125
 100 dix, assort. comme ci-dessus 1.100
 Envoi contre remboursement ou mandat 1 fr. frais en plus.
 CREDIT D'ESCOMPTE DU NORD
 123 bis, rue Nationale, LILLE
 Un gros lot de 3 millions a été gagné en centimes.

de Jolis SEINS

ES QUATRE SEMAINES Application externe sans aucun danger. Resultat certain prouvé dans des milliers de cas. Recommandé par les médecins.

LA CURE COMPLETE SOCUBUST, Serv. M 24

La Celle Saint-Cloud, près Paris.
 Broch. et flacon d'essai gratis contre 3 francs en timbres-poste

MAMILUX

Le fameux Bas Soie Naturelle Super Grenadine Translucide Procédé nouveau.

Du Cristal la clarté, Un chic incontesté, Un usage inespéré, Font de ce Bas Le Préféré.

Votre Beauté, vous la voulez exquise ? Faites-en l'essai et vous serez conquise.

En vente dans les Bonnes Maisons seulement. Demandez l'adresse de nos dépositaires au Bureau, 15, rue Bertin-Poirée, PARIS-1^{er} (Gut. 78-32)

TOUTE LA GAMME

TISSUS BOKA

TOULON HYERES MARSEILLE LA CIOTAT SAINT-RAPHAEL CANNES MONTPELLIER

LILLE LE HAYRE STRASBOURG VANNES AURAY-LOCHINE CAEN CHERBOURG

15, RUE DU 4 SEPTEMBRE PARIS

DES PLUS CLASSIQUES AUX PLUS RICHES FANTAISIES

Abonnez-vous à Marie-Claire