

Au soleil des Plages

UNE amie, qui villégiature sur les bords de la Méditerranée, m'écrit en réponse à une lettre que je lui avais adressée :

« Tu me demandes ce qui se porte sur les plages de la Côte d'Azur ? Ma réponse sera brève : dans la journée peu de choses, mais le soir on s'habille. De nuit heures du matin à cinq heures de l'après-midi, dames et messieurs exhibent leur anatomie avec une ostentation orgueilleuse, anatomie que volent à peine quelques morceaux d'étoffe. Je dois à la vérité de dire que ces dames et messieurs sont, pour la plupart, jeunes et beaux et qu'ils peuvent à juste titre être fiers de leur plastique. Il est évident que les sports et l'éducation physique commencent à nous modeler de belles filles et de beaux garçons. Si leur esprit est aussi bien cultivé que leur corps, la France n'est pas perdue. »

« Tu me parles, dans ta lettre, d'une vague de pudeur : « On se couvre, on se couvre ! » m'écrias-tu. Où ? Ce n'est, certainement, pas sur les bords de la Seine ou de la Marne ou les mairies de certaines communes, si j'en crois les gazettes, ont dû interdire le port du short, et du maillot dans les rues. Ici, on se découvre le plus possible. Il est vrai qu'il fait chaud et que sous le radieux soleil du Midi, sous son intense lumière, le ton fait naturellement partie du paysage. »

« Mais il ne faut pas que l'exagère. Quand le mistral souffle un peu, ce qui arrive de temps en temps, nos Apollons et nos Dianes deviennent frileux et se voilent. Alors, on voit surgir la robe de plage, à jupe courte et ample, accompagnée d'un bolero court ; le pyjama, qui s'est, si on peut dire, assagi. Il est de ligne masculine avec un veston à trois boutons et un pantalon droit. On le coupe dans de la flanelle grise ou marine ou du shantung. »

« La grande nouveauté, ce sont les manteaux de plage. Coupés dans des tissus fleuris, ils sont assez longs et affectent la forme de redingote. Ils se font avec ou sans col ou avec un col rabattu. Ces manteaux sont excessivement pratiques, ils permettent à celles que le seul maillot ne flatte pas de faire profiter leur corps des bienfaits de la lumière et de l'air. Très faciles à porter, évitant la chaleur, ils ont l'avantage d'être aussi nécessaires sur une robe que sur un short ou une culotte. »

« Je ne crois pas, ma chère amie, à ta fameuse vague de pudeur. Depuis plusieurs années déjà on se déshabille beaucoup sur les plages et tant qu'une loi ou des arrêtés municipaux n'interviendront pas, les femmes qui sont belles aimeront à se montrer. Est-ce un bien ? Qui, au point de vue de l'hygiène. Quant à celui de la morale, je ne saurais te répondre, car je ne suis pas moraliste et ne me sens aucune disposition à le devenir. »

« Mon amie s'exprime ainsi parce qu'elle est jeune, jolie et très bien faite, mais que dira-t-elle dans dix ans, si nos mœurs ne changent pas ? »

UNE PARISIENNE.

CHEVEUX GRIS

Les cheveux gris marquent pour l'homme la fuite de sa jeunesse. Pour la femme la perte de sa beauté. Les premiers cheveux gris vous les arrachez, mais il en vient d'autres et vous réfléchissez : Que faire ? Se tondre est une solution qui déplaît à beaucoup et est restée la presque totalité des hommes. Les cheveux gris sont-ils donc un mal sans remède ?

Non, car le traitement « KOM-PIET » sans être une teinture rend aux cheveux leurs couleurs primitives progressivement après trois à six semaines d'applications régulières. Loin d'être nuisible aux cheveux, il empêche leur chute, supprime les pellicules et les rend souples et brillants. Prix du flacon : 30 fr. 50. Etabl. A. R. 108, rue de Paris, Clamart. Tél. Mic. 06 68. 9567

IRRÉGULARITÉS FEMOSYL SEUL MÉDICAMENT COMPLET à base d'HORMONES et de PLANTES RETARDS

La Cuisine Familiale

BOISSON DIGESTIVE GAZEUSE

Présenté dans un double sachet « CITRI-SEL » à base de sel Vichy. Etant dissous dans un litre d'eau, permet d'obtenir une boisson alcaline gazeuse très agréable. 5 frs la boîte de 12 sachets. Toutes pharmacies. 9106

CHOU-FLEUR MAYONNAISE

Cuisez un chou-fleur, laissez-le refroidir à moitié et garnissez-le avec des œufs durs, les blancs et les jaunes séparés, une couronne de jaunes, une couronne de blancs, une couronne de rondelles de tomates et par-ci par-là un bouquet de persil. Les jours gras, on fait avec de belles tranches de jambon des cornets que l'on remplit de mayonnaise et que l'on dispose autour du chou-fleur.

BOEUF FLAMAND

Faites blanchir des choux, rafraîchissez-les à l'eau froide, égouttez-les, pressez-les et mettez-les en petits paquets. D'autre part, placez dans un récipient avec du beurre, des tranches de jambon et de lard de poitrine, des carottes coupées en rondelles, des oignons puis des choux ; arrosez avec du jus et du bouillon, assaisonnez de sel et poivre, couvrez le tout avec un papier beurré, faites cuire au four et à petit feu. Dressez le boeuf bouilli sur un plat, entourez-le de choux de jambon, de lard et versez dessus la sauce dégraissée.

EPINARDS A LA CREME

Lavez à l'eau salée un kilogramme d'épinards, puis égouttez-les et mettez-les à blanchir dans de l'eau bouillante salée, pendant dix minutes. Egouttez-les, coupez-les et passez à l'eau froide. Réduisez les épinards en purée, après quoi



pour la plage

De gauche à droite : SHORT blanc avec ceinture de couleur. — Un ravissant COSTUME DE PLAGE, présenté dans un piscine parisienne. — Un amusant MAILLOT DE BAINS. ROBE de lin blanc, boutons marine. Photos H. Manuel

A travers la Mode

La jupe culotte obtient un succès toujours croissant ; à plus ou en forme, elle sied parfaitement à la grâce féminine et est très pratique pour le voyage et les sports.

Les voilettes de place et ne voilent plus le visage, elles deviennent des garnitures qui se plient sur la nuque ; ce sont alors des nœuds et des pans qui auréolent le visage comme un nimbe.

Les mouchoirs de couleur sont très à la mode, on les emploie de mille façons ; il est très chic, par exemple, de laisser jaillir de la poche de sa redingote claire un grand mouchoir en mousseline de soie sombre qui orne une bordure appliquée.

Avec une robe droite en tissu bayadère noir et blanc, on porte un grand canotier plat à calotte blanche et bord noir.

On voit, l'après-midi, assez bien de tailleurs de cou couleur sombre, portés avec des blouses claires imprimées de pois.

On voit beaucoup de bas de jupes ourlés d'un galon ou d'une incrustation de tissu différent.

Les accessoires jouent un rôle très important dans nos toilettes. Les bottiers nous offrent des ensembles parfaits comportant le sac, les souliers et les gants travaillés dans la même matière. Avec un tailleur uni on évite toute monotonie en assortissant le chapeau, le sac, les gants, les chaussures et même l'écharpe et le mouchoir.

LE NIFLURYL ET LES AFFECTIONS INTIMES DE LA FEMME

Le NIFLURYL, médication antiseptique, bactéricide et cicatrisante, supprime rapidement et de façon radicale, les pertes blanches. Le traitement est simple, rapide, et dénué de toute toxicité. Les résultats sont pour ainsi dire immédiats, et même dans les cas les plus rebelles le NIFLURYL procure une amélioration sensible des premiers huit jours de traitement. Présenté sous une forme toute nouvelle les ovulicides NIFLURYL, contrairement aux ovules généralement utilisés, ne tachent pas le linge et ne nécessitent aucune protection spéciale. Toutes pharmacies : 14 fr. la boîte. Brochure gratuite à La Leuzerrière et son traitement, sur demande aux Laboratoires EFFICIA - Service N. R. - 36 bis, rue Guersant, Paris (17e). 9419

Pour rester jeune et belle

LE MASSAGE DU VISAGE

Pour éviter les rides, le double menton et la patte d'oie, il faut avoir recours au massage facial, seul remède vraiment efficace. Car pour le visage comme pour le corps, l'essentiel est de rester souple. La peau chaque soir bien nettoyée, rafermée, pourra ensuite subir les mas-

tements jusqu'à vers les oreilles, toujours en remontant. A faire chaque matin durant dix à vingt minutes. Aussitôt après, laver le cou à l'eau chaude et l'asperger ensuite d'eau très froide, puis frictionner à l'eau de Cologne. Secher et poudrer.



Pour rester jeune et belle, la patiente subit de longs massages, se fait recouvrir la peau de toutes sortes d'onguents et va même jusqu'à réclamer l'aide de la chirurgie esthétique. (Photo Nyl)

sages indispensables pour effacer les rides naissantes. Le massage est de toute première importance, mais pour que son efficacité soit absolue, il faut savoir le pratiquer et un massage fait par des mains inexpertes risque de contraindre les muscles et de donner un résultat diamétralement opposé à celui que l'on escomptait. Lorsque la chose est possible, il est bon de se faire donner quelques leçons de massages par un spécialiste avant de se masser soi-même. Comme pour tous les massages, il faut s'entretenir les mains d'un excellent cold-cream, puis procéder, pour le massage du double menton, par exemple, de la façon suivante : Relever un peu la tête ; placer les quatre doigts de chaque main exactement sous le menton, pointes réunies, puis glisser les mains en appuyant légè-

Le massage de la patte d'oie, ces petites rides qui se forment de chaque côté des yeux, est plus difficile, mais on y parvient en faisant ceci : Tandis que les doigts de la main gauche tendent les muscles et la peau, ceux de la main droite refoulent chaque ride en allant de la tempe vers l'angle externe de l'œil. Il faut procéder de même pour l'autre côté et ne jamais omettre de se servir de cold-cream ou d'une crème de beauté d'excellente marque. Il est nécessaire d'opérer ainsi durant dix à vingt minutes pour commencer. Dès qu'est obtenu le résultat désiré, on ne se massera plus que trois fois par semaine. Quand on se masse, il est de la plus grande importance de suivre toujours les sillons ou plus normaux de la peau et la direction normale des muscles.

rapé, une tranche de jambon, une seconde couche de fromage et un croûton pour finir. Passez au four.

CONFITURE D'ORANGES
Prenez vingt-cinq belles oranges, enlevez l'écorce en la coupant verticalement par tranches. Mettez les oranges entières pendant la nuit dans l'eau fraîche. Retirez-les et faites-les blanchir, puis jetez-les dans l'eau froide dix à quinze minutes. Retirez-les pesez-les et prenez moitié poids de sucre. Coupez les oranges horizontalement par tranches et placez dans une bassine une couche d'oranges, une couche de sucre, une couche d'oranges, une couche de sucre, etc. Faites cuire à grand feu, ajoutant la confiture commencée à se prendre, retirez la bassine au coin du feu, ajoutez la moitié d'un jus de citron, tournez-la vivement, et mettez dans des pots.

POMMES SAUTÉES
Épluchez et lavez les pommes de terre ; coupez-les en morceaux, puis mettez-les dans une cocotte avec du beurre. Laissez le récipient à découvert et faites cuire à feu très modéré. Agitez toutes les trois ou quatre minutes et au fur et à mesure de la cuisson, incorporez encore du beurre. Saupoudrez de sel au moment de servir. Il faut environ une heure et demie de cuisson.

CROUTONS AU FROMAGE
Préparez des croûtons de pain ; mettez-les dans un lit de fromage de Gruyère

Ce que doit savoir une bonne ménagère

COMMENT DETRUIRE LES MOUCHES

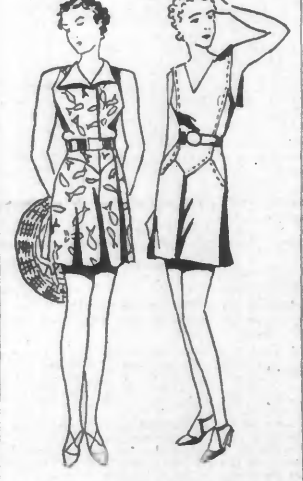
Les mouches ne sont pas des bestioles innocentes. En allant pondre leurs œufs sur des choses immondes, elles se contaminent et nous ramènent les germes de maladies contagieuses. Il faut se défendre. Un seul moyen est à notre portée : la destruction. Malheureusement, les mouches sont prolifiques. On en détruit cent, il en revient mille. In ne faut pas pour cela se décourager, car il y en aurait beaucoup plus encore si on ne faisait rien.

POUR REUSSIR DANS LA VIE

Conservez la jeunesse et vous aurez la confiance en vous qui est l'indispensable facteur de réussite. Gardez vos cheveux blancs serait au contraire un signe de renoncement et vous perdriez tout ressort moral. « Komol », la meilleure des teintures pour cheveux, vous permet, pour longtemps encore, de ne pas abdiquer. « Komol » fixe la jeunesse ! 9010

Nos Patrons Primes

A gauche. — Ensemble pour la plage en cretonne. Le corsage se boutonne devant et est ouvert dans le dos. Short avec empiècement.



N° 6217 Métrage : 1 m. 75 en 1 mètre
N° 6218 Métrage : 1 m. 85 en 1 mètre

A droite. — Short en toile garnie de découpes formant col marin dans le dos et se continuant sur le devant. Ceinture marquant la taille.

Les lectrices qui désirent les patrons-primes des modèles ci-dessus n'auront qu'à nous adresser leur commande accompagnée du montant en timbres-poste. Le prix de chaque patron est de 3 francs. Les envois sont faits franco à domicile. Bien indiquer le numéro du ou des patrons demandés et l'adresse du destinataire. Envoyez votre demande à « Service des Patrons du Réveil du Nord », 186, rue de Paris, LILLE.

Voici les moyens les plus pratiques et les plus simples.

Il y a d'abord le classique papier à mouches, mais il fait peu de victimes. Il faut lui préférer le mélange suivant : Formol du commerce 15 parties Lait sucré 20 Eau 65

On met ce liquide dans une assiette et les mouches qui viennent y goûter meurent sur place ou vont mourir plus loin. Au fond, le seul procédé vraiment efficace est celui qui s'attaque aux larves. Ces larves, vous les connaissez, ce sont les asticots chers aux pêcheurs à la ligne. Vous savez aussi où les trouver, sur toutes les saletés, les immondices, les ordures et les pourritures. Sur les fumiers, surtout. Arrosez ces matières avec du lait de chaux fraîchement préparé, ou bien avec de l'huile verte de schiste mélangée d'eau à parties égales.

JALAPA le bon détacheur

LE PLUS ANCIEN - LE MOINS CHER Dégraisse et nettoie bien TOUS TISSUS, ROBES ET VÊTEMENTS (à l'usage des Dégrossiers, Laveurs, Blanchisseurs et à l'usage de JALAPA, à Bordeaux) Représentant M. G. DELATTRE, 502, Avenue de Dunkerque, LOMME (Nord) 9009

UNE PÂTE POUR NETTOYER LES MÉTAUX

Toutes les pâtes que l'on vend pour le nettoyage des métaux sont à base de savon alcalin. On peut utiliser la formule suivante : Tripoli 250 grammes Savon de Marseille râpé 100 Ammoniaque 50 cmc. Eau 500 grammes Pour enlever ou plutôt masquer l'odeur de l'ammoniaque, on peut ajouter 5 gr. d'essence de mirbane.

LA PLANTE QUI MAIGRI

SANS DROGUES NI RÉGIME avec l'extrait de GANDHOUR vous pourrez maigrir de corps entier ou de la partie droite pour conserver votre allure jeune, votre agilité et mixer votre porter, résultat visible dès le 1^{er} jour. Recommandé par le corps médical. Nulles et SCHARTELOU GRATUIT Laboratoire GANDHOUR, 4, rue Mithridate, PARIS. 9452

SAVON EN POUDRE

Les usagers du savon en poudre risquent de trouver celui-ci falsifié à l'aide de talc ou de féoules ; aussi est-il prudent de le préparer soi-même en détaillant sur un pain de savon blanc de fines lamelles que l'on fait sécher à feu doux jusqu'à ce qu'étant bien friable on le pile facilement. Déposer ensuite en pots bien fermés, déposés en lieu sec.

POUR NETTOYER DES SIÈGES CANNES

Lavez les sièges à fond canné avec une éponge et de l'eau de savon tiède, puis rincez à l'eau fraîche et laissez sécher dans un courant d'air. Cela vous donnera un cannage aussi brillant et ferme que lorsqu'il était neuf.

SOUDEGE DU FER

Pour souder à froid d'une manière indestructible deux morceaux de fer, on recouvre les parties à souder d'un mélange obtenu en diluant 80 grammes de soufre pulvérisé, autant de céruse et 10 grammes de borax dans une quantité suffisante d'acide sulfurique. Les parties étant recouvertes, les maintenir juxtaposées à l'aide d'une ficelle que l'on coupe après six à sept jours.

le bonheur par la beauté **GIVRAH** Santé et charme du visage ROUGES-FARDS-CRÈMES-POUDRES-CRAYONS-DEMAQUILLANTS 9489

AUX BEAUX JOURS D'ÉTÉ

Un seul journal vous offre, avec 40 pages illustrées de LECTURES, de MODES, d'OUVRAGES, UN PATRON GRATUIT d'une valeur de 3 francs, encarté, d'un modèle exclusif et inédit, vous permettant de faire 3 robes différentes. C'est le joli journal bimensuel nouveauté à 1 fr. 25 le numéro. Abonnement D'UN AN : 23ns prime, 22.50 ; avec prime, 25 fr. Nouveauté, 1, rue du Louvre, Paris-1^{er} 9345

NE ACCIPEZ PAS LES CHEVEUX BLANCS EMPLOYEZ **KOMOL** LA TEINTURE POUR CHEVEUX NOMBREUSES NUANCES NATURELLES 9010



Petit breton noir et blanc avec poilette. Photo H. Manuel