

# notre page féminine

## LA MODE COIFFURES

Et tout d'abord, mes chères lectrices, permettez-moi de vous offrir mes meilleurs vœux pour l'année qui commence. Le plus précieux des biens étant la santé, je vous souhaite, avant tout, d'être et de rester bien portantes, le reste n'a qu'une importance relative. Néanmoins, il n'est pas désagréable d'avoir une écharpe suffisamment garnie pour pouvoir s'offrir d'élégantes toilettes, de bonnes vacances et toutes ces choses, futiles peut-être, mais indispensables, qui enlèvent l'existence; puisse donc votre grande ou petite écharpe être assez lourde pour vous permettre d'y passer largement.

Et, puisque je dois vous parler de mode, je forme le souhait que ceux qui la font soient mieux inspirés en 1933 qu'ils ne le furent en 1932. En décrivant cela, je pense aux ajourés coiffures et aux grotesques chapeaux que nous ont imposés figurés et modistes. Les cheveux longs tirés vers le sommet de la tête nous vieillissent affreusement; avec ce genre de coiffure, il n'est pas une femme de trente ans, encore moins de quarante, qui puisse dissimuler son âge. Les cheveux courts, ondulés et bouclés nous rajeunissent, cela est incontestable. Je sais bien que la mode est essentiellement changeante, mais quand une mode est laide nous devrions être assez intelligentes pour ne pas l'adopter. Les missynges qui disent que la femme est un être à cheveux longs et aux idées courtes doivent bien réfléchir en ce moment!

Quant aux chapeaux, jamais on ne nous posa sur le crâne de telles horreurs. Et, ce qu'il y a de déplorable, c'est que ceux que l'on nous prépare pour le prochain printemps ne seront guère plus jolis que ceux que nous portons! On peut même dire, si l'on considère les créations des grands modistes, qu'ils seront plus extravagants que jamais et qu'ils ne seront exceptionnellement seyants qu'à des visages très jeunes, et comme avec la mode des cheveux tirés il n'y a plus guère de visages très jeunes, apprécions-nous à être toutes de petites laiderons. Il est fort regrettable que les créateurs ne pensent pas assez aux clientes dont l'âge les soucie ou toute autre cause ont altéré le visage. Ces personnes ne peuvent se permettre de porter des chapeaux excentriques qui ne feraient qu'accentuer leurs traits. La voilette, heureusement pour elles, est revenue à la mode. Elle dissimule les rides, adoucit les ombres et tamise la lumière trop crue sur le visage.

Mais j'ai malgré tout confiance au bon goût parisien. Ces ridicules chapeaux ont été conçus il y a un an et ensuite fabriqués en série. Les marchands essaient de les écarter. Ne nous laissons pas faire. Quand ils se rendront compte que leurs éducatrices se traduisent pour eux par des pertes sèche, ils reviendront à des conceptions plus raisonnables. Je connais un parisien fort riche qui a dit à sa femme, l'une des plus jolies femmes de Paris: « Tant que tu te coiffes aussi mal, tant que tu porteras des bibis aussi ridicules, je ne paierai pas tes frais de coiffeur et tes notes de modistes. »

Si les messieurs s'en mêlent...

UNE PARISIENNE.

## Hygiène et Beauté

### QUAND ON A PRIS FROID

La femme qui veut être belle veille attentivement sur sa santé. Non seulement une grippe provoque des troubles désagréables et interrompt les occupations, mais elle vous bouleverse pour des semaines le visage et le teint. Faites tout pour lui échapper et si vous avez pris froid dans la journée si vous avez un manteau de glace sur vos épaules, mémorisez du radiateur et que de petits frissons vous parcourent désagréablement le dos, prenez une série de mesures énergiques:

- 1) buvez une tisane brûlante, agrémentée de rhum si votre foie vous le permet;
- 2) avalez un comprimé d'aspirine;
- 3) allez au lit, compagnie d'une bouillotte;
- 4) superposez deux ou trois linings. Vous serez guérie le lendemain matin!

**Habillez-vous vous-même**  
Habillez vos enfants... SANS SAVOIR LA COUPE  
AVEC LES PATRONS-MODELES DU PETIT ÉCHO... LA MODE  
Succès infailible!

### VOS CHEVEUX SERONT MOINS SECS

Vos cheveux seront moins secs si la veille du shampooing vous vous frictionnez la tête avec un mélange de deux cuillères à soupe d'huile de ricin désodorisée et d'une cuillère d'eau de Cologne.

### SI VOTRE PEAU EST SECHE

Si votre peau est sèche, c'est qu'elle doit être nourrie. Dès lors, faites chaque semaine un masque avec un jaune d'œuf et une cuillère à café d'huile d'amandes douces. Appliquez en massant légèrement et arrosez à l'eau tiède, vingt minutes après.

**Le Réveil** 20 Pages  
**Illustré** 0.50  
paraît le **MERCREDI**  
EN VENTE PARTOUT

### POUR AVOIR DE BELLES DENTS

De belles dents font un clair sourire. Il est absolument indispensable d'aller régulièrement chez le dentiste une ou deux fois par an. Tous les soirs, soir et matin, il faut se laver les dents avec une brosse assez dure et un bon dentifrice. Les dents de lait, de bas en haut, sans oublier la face intérieure. Masser de même énergiquement les gencives, ce qui les raffermira. Chaque semaine, rincer la bouche avec de l'eau tiède additionnée de quelques gouttes de teinture d'iode.

Toute bonne ménagère doit avoir la **Rubigine TIREL** seul produit évitant les tâches de rouille sans effort et sans danger. Dépôt: Epic, 190, 3 rue de la Chapelle, Paris.

### NETTOYAGE DE LA PEAU

La femme se contente trop souvent d'un démaquillage superficiel. Résultat: ses pores se bouchent, puis se dilatent et les points noirs font leur apparition. Évitez cela en utilisant pour votre nettoyage quotidien d'excellents produits, et en procédant une fois par semaine si vous faites au contraire de la sécheresse, à un brossage de l'épiderme. Savonnez-vous avec un très bon savon, et faites mousser en brossant en cercles, et en remuant, avec une brosse de caoutchouc, souple sans trop noter que votre brosse de bain peut jouer ce rôle.

Ne frottez pas trop fort: à la fin du nettoyage, vous devez avoir la peau chaude un peu rouge, mais non pas cuisante. L'effet du brossage est excellent pour deux raisons: d'abord, il nettoie; ensuite, il amène le sang à fleur de peau et rajeunit ainsi l'épiderme.

### LES POINTS NOIRS

Si vous avez des points noirs, après les avoir fait sortir en appuyant à la base, tamponnez-les avec de l'eau oxygénée.

### RECETTE DE COLD-CREAM

Eau de roses ..... 500 gr  
Huile d'amandes douces ..... 500  
Cire blanche (cire d'abeilles) ..... 20  
Spermacét ..... 20  
Huile de roses ..... 3

Appliquez le soir sur le visage au moyen du bout des doigts; masser légèrement.

L'eau de roses ajoutée en dernier lieu quand le mélange est presque refroidi, afin que son parfum ne s'évapore pas trop vite.



A gauche: Tailleur lainage rayé, étoles incrustées. — A droite: Robe jersey de laine bleu, avec ceinture marine, nervures. (Photos Henri Manuel.)



A gauche: Robe du soir voile de soie noire et dentelle crème. — A droite: Robe taffetas, jupe très ample garnie de bouillonnés. (Photos Henri Manuel.)

## Ce qui se porte

Au revers des vêtements tailleurs, on orne la boutonnière d'une fleur en tissu, en peau, en feutre ou en plume, à moins qu'elle ne soit simplement et joliment naturelle. C'est un bijou qui retient la fleur prisonnière.

Pour le théâtre, on fait de jolis tailleurs de moire ou de lamé. Le tamé vieill argent fait chic sans trop tirer l'œil. Et il s'accompagne à ravir de quelque jolie blouse de satin noir.

On voit des gants originaux faits à la manière d'un puzzle, avec de la peau de Suède, de trois tons: gris, mauve, violet.

### LE CHOCOLAT aliment de régime

Beaucoup de femmes cherchent à maigrir ou à garder leur ligne. Mais toutes désirent conserver force et vigueur. Il leur faut pour cela suivre un régime alimentaire reconstituant.

Les fruits frais, les amandes, les figues, les noix, les légumes verts et les viandes grillées sont particulièrement recommandés. Mais les aliments sucrés sont indispensables et le matin, nous vous recommandons, Madame, de prendre, à votre réveil, une tasse de chocolat ou de cacao français. Si vous voulez maigrir, vous ferez ce cacao à l'eau, et vous le prendrez avec des biscottes non beurrées. Si vous êtes gourmandes et que vous n'avez nul désir d'engraisser, ni de maigrir, vous le prendrez au lait. Si vous voulez arrondir vos formes, ajoutez à votre chocolat un jaune d'œuf battu, dévalez à belles dents de larges tartines et, en quelques jours, vous aurez augmenté votre poids. Dans tous les cas, au bout de trois semaines de ce régime, vous vous sentirez pleine de vitalité et de jeunesse tout en conservant votre allure de jeune fille.

Boire du cacao, manger du chocolat français, c'est régénérer son organisme, c'est accroître la prospérité de nos colonies. 9348

## La Cuisine Familiale

### PORRIDGE AUX LÉGUMES

Ce potage très en vogue en Angleterre et en Amérique se prépare avec les flocons d'avoine qui sont à la fois légers et nourrissants. Faites cuire dans deux litres et demi d'eau salée (qui se réduit à un litre et demi) deux poireaux, deux pommes de terre, deux carottes, le tout finement émincé. Ecrasez les légumes et remettez-les dans leur bouillon. Faites reprendre l'ébullition et versez en pluie dans le liquide quatre grandes cuillerées de flocons d'avoine. Laissez cuire cinq minutes à feu vif en remuant avec une cuillère de bois. Couvrez la casserole et continuez la cuisson à petit feu. Servez sans rien ajouter. Le porridge demande à être très cuit; à cette seule condition, il est moelleux.

## AROME PATELLE

Donne au bouillon goût exquis. n. c. 3000 12511

### HARICOTS VERTS CONSERVES AU SEL

Mettez une couche de sel au fond d'un pot de grès, puis une couche de haricots verts fraîchement cueillis et effilés, du sel, des haricots, et ainsi de suite. Couvrez d'un morceau de toile que vous enfoncez sur la dernière couche de sel, ficellez bien serré et mettez au frais. De temps en temps, ouvrez et ajoutez des haricots et du sel pour bien remplir. Au bout de trois semaines, fermez le pot définitivement. Au moment de consommer les haricots, en hiver, laissez-les déssaler une nuit à l'eau fraîche, cuisez-les à l'eau bouillante et, assaisonnez-les comme des haricots frais.

### PASCALINE D'AGNEAU

Pour huit personnes, déosssez deux épaules d'agneau. Salez et poivrez les chairs intérieures et emplissez le vide d'une farce finement hachée et composée de lard frais, de fines herbes, de débris de jambon, de champignons, pelures de truffes. Couvrez de forme allongée, parez le bout de manche, piquez les épaules roulées de lard gras. Foncez une casserole de couennes de lard, d'os, assaisonnez d'oignons, carottes, bouquet garni, mettez la viande et mouillez avec du bouillon et de l'eau. Une heure de cuisson environ. Envoyez à table sur un plat d'entrée avec une garniture de laitues braisées; la sauce de la cuisson passée liée d'une pincée de féculé et versée sur les épaules d'agneau.

Pour le sport et le voyage on offre des tissus de laine d'aspect velouté, de gros tissus au poil épais, légèrement bouffé qui font de confortables manteaux. Puis des lainages mélangés de poils de renne, de vigogne ou d'angora.

On porte un manteau de lainage noir, garni dans le bas, d'une énorme feuille de marronnier en astrakan, alternant avec la même feuille en velours.

Pour assister à un dîner assez élégant on porte une robe à grosses manches en faille violette unie de lamé, des souliers en crêpe assorti à la robe et dont les talons sont entièrement recouverts d'une draperie nouée sur le coup de pied.

Sur les blouses très habillées, les plumes découpées dans un tissu de soie imprimé et rebrodés sur du voile ou de la mousseline donnent de somptueux effets.

MACHINES A SOUDER  
**EXCELSIOR**  
Celle qu'on veut  
Liste des nos Agents et Catalogue n° 10 franco  
Magasin "Esposition"  
**104, Bd. Sébastopol, PARIS**

## Nos Patrons Primes

A gauche: Parure en crêpe de Chine, garnie de dentelle à la chemise et au bas de la culotte.



N° 715 Métrage: 2 m. 40 en 1 mètre  
N° 7546 Métrage: 2 m. 10 en 1 mètre

A droite: Combinaison en crêpe satin, taillée en biais et cintrée par une découpe de taille. Incrustation de dentelle.

Les lectrices qui désirent les patrons-primes des modes 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 de domicile. Bien indiquer le numéro du ou des patrons demandés et l'adresse du destinataire.

Envoyer votre demande au Service des Patrons, du Réveil du Nord, 188, rue de Paris, à Lille.

### L'IMPERMEABILISATION DES CHAUSSURES

Les moyens sont nombreux de rendre souples et imperméables les chaussures de fatigue avec une dépense insignifiante; mais la difficulté est plus grande pour celles de ville, parce que les préparations à employer ne permettent plus de donner du brillant, et le lustre des bottines n'est pas à dédaigner.

Voici une recette qui donne d'excellents résultats: huile de lin 500 gr; cire jaune, 30 gr; poix de Bourgogne, 30 gr; essence de térébenthine, 30 gr. On remplit à chaud sur le feu les trois premiers produits et on les retire pour y incorporer l'essence de térébenthine. Il faut faire chauffer cette préparation pour l'appliquer. Avec un gros pinceau, on enduit d'une couche épaisse la chaussure neuve, dans les coutures, sur les semelles, dans les soufflets et sur la tige. On suspend les chaussures à un mètre au moins au-dessus du feu du fourneau et on recommence trois jours de suite le badigeonnage. Deux fois par mois, pendant l'hiver, une fois l'été, on soigne ainsi souliers et bottes; on peut marcher dans l'eau sans le moindre souci. L'imperméabilisation est absolument parfaite.

### ENCAUSTIQUE POUR MEUBLES D'ACAJOU

Faire fondre à chaleur douce 125 gr de cire jaune et 22 gr d'encasture en poudre, en ayant soin de remuer constamment ce mélange; on y ajoute 125 gr de térébenthine, puis on passe ce mélange à travers un linge, le tout étant encore chaud. Cette encaustique s'emploie pour l'acajou et tous les bois qui se rapprochent de cette nuance.

Pour les meubles de couleur laque, on remplace l'encasture par de l'ocre en poudre. Pour cirer les marbres, on avert: de la même préparation en remplaçant la cire jaune par de la cire blanche.



Petit feutre garni plume d'Australie et nœud velours.

### LES CLOUS DANS LES MURS

Un des désespoirs d'une installation, c'est de trouver des cloisons où les clous entrent comme dans du beurre; c'est ce qui se produit pour les cloisons en carreaux de plâtre. Dans d'autres cas, comme les cloisons en brique, les clous ne peuvent pénétrer.

Pour enfoncer des clous dans les murs et les cloisons, on devrait toujours employer une mèche anglaise à pierre, de 11 mm 3 de diamètre, et un vibreur.

On fait avec la même mèche qui ne déchire pas le papier de tenture, un trou de 4 centimètres environ de profondeur, que ce soit de la pierre meulière, de la brique ou du carreau de plâtre.

Dans ce trou, on enfonce à coups de marteau une cheville de bois blanc. Les coups doivent être légers et répétés jusqu'à ce qu'elle soit au ras de la cloison.

On enfonce le centre de cette cheville que l'on enfonce le clou irrémédiablement.

### POUR RACORDER EN TRICOTANT UNE PELOTE DE LAINE A LA FIN DE LA PRECEDENTE

Ne faites jamais de noué pour réunir deux brins de laine, servez-vous d'une aiguille à repriser ou à tapisser pour enfiler, sur un tondeur de quelques centimètres la nouvelle laine dans l'ancienne. Ce sera extrêmement solide et l'accord deviendra invisible.

### COMMENT ON UTILISE LE BOIS DE PANAMA

Les lavages au bois de Panama, dont se servaient nos grands-mères, dégraisaient à merveille les tissus sales.

Voici comment on prépare une solution de ce bois: on humecte celui-ci, puis on le concasse en petits morceaux qu'on laisse tremper vingt-quatre heures dans six fois leur volume d'eau. On fait bouillir quelques instants, on qui donne un liquide rougeâtre. C'est dans celui-ci qu'on met tremper le tissu en se gardant d'employer du savon.



Breton garni piqués et nœud. (Photos Henri Manuel.)

Releve galbe blanche garni nœud rayé.