

POUR NOS LECTRICES

LA MODE

La toilette d'une femme réellement élégante comprend non seulement les soins de sa personne, une robe bien faite, un chapeau joliment garni, mais il entre tant de détails dans l'achèvement de celle-ci, qu'il ne me paraît pas inutile de donner quelques explications.

Commençons par la tête. La jeune femme, au moment de sortir, les cheveux bien ondulés en même temps que lisses, le chapeau sur la tête, est prête à mettre sa voilette. Une voilette ! C'est si peu de chose, du moins, cela paraît si peu de chose, et néanmoins, il faut encore savoir choisir et ne pas mettre sans réflexion ce qui se présente sous la main.

Ainsi, depuis plusieurs années, la mode nous a gratifiées de quelques fort jolies voilettes en dentelle blanche dont les plus belles atteignent un prix très élevé. Immédiatement la concurrence s'en est mêlée, pour établir des imitations infiniment belles, mais aussi moins chères. Les femmes riches s'offrent le luxe des premières, les autres se contentent des voilettes modestes en tulle de Bruxelles, plus ou moins richement brodées.

Mais les premières et les secondes, d'un dessin couvert, faites de tulle épais, ne se mettent en aucun cas l'après-midi, ni pour faire des visites.

On sera enchanté de les trouver pour le voyage, les excursions, les promenades en voiture ou en automobile, le bord de la mer, la montagne, etc., etc., et toutes jolies qu'elles soient, toutes pratiques encore, je vous le concède, elles accompagneront un chapeau du matin et un costume simple et non une toilette habillée.

Il y a des genres bien différents de voilettes qu'il importe de savoir choisir et mettre dans certaines circonstances. Ainsi, avec un chapeau très clair, très élégant, la voilette blanche est presque de rigueur. On portera encore un chapeau noir avec une voilette blanche ; mais presque jamais noire. Jugez, mesdames, vous-mêmes, de l'effet d'un chapeau noir contrastant avec une figure noircie à volonté.

Dans le choix du tulle, il faudra d'abord mettre beaucoup de son goût personnel, puis se laisser influencer par ce qui séera le mieux. L'un est très joli, mais peu solide ; il convient cependant aux grands chapeaux à bords larges qu'il entoure comme d'une auréole et pour le garder toujours frais et propre, ce tulle "illusion", il n'y a qu'à le changer aussitôt que la teinte devient grise — ce qui n'est pas long.

Laver ce tulle de soie, illusion, il n'y faut pas songer.

Les tissus à pois chenillés sont généralement les plus seyants, et tout particulièrement les pois chenillés sur fond blanc. Il en est d'autres à pastilles, à grands dessins brodés ; il en est de couleur. Les uns et les autres se portent.

Quoique les tulles de couleur ne soient pas tout à fait aussi "habillés", je garde le mot, que les voilettes blanches, je suis loin d'en déconseiller l'usage. Ils peuvent fort bien aller à certains teints qui ont besoin d'emprunter quelque état factice ; puis cela dépend en grande partie du chapeau. Certaines femmes, ayant la notion de l'harmonie des couleurs, préfèrent assortir le chapeau à la voilette. Je ne les blâme pas si elles savent trouver la couleur qui leur convient.

Les deux mélanges du bleu et du vert se sont encore beaucoup portés cette année ; j'avoue que je trouve leur effet un peu bizarre sur le visage. Il en est de même du rouge, qui peut convenir à une personne extraordinairement pâle, tandis que le vert donne généralement des tons blafards. Dans les bruns divers, il faut encore savoir faire son choix, les uns brunissent à l'excès, les autres brunissent agréablement ; le bleu ne va généralement pas mal, le violet non plus.

Cependant, toutes ces fantaisies ne dureront guère ; elles tiennent trop de caprice, et nous reviendrons plus fidèles que jamais aux belles voi-

lettes blanches pour les chapeaux clairs, noires pour les foncés, aux grisailles pour les chapeaux un peu élégants.



ROBE DE VISITE POUR JEUNE FEMME OU JEUNE FILLE, en tussor vert amande. La jupe est à plis chevauchés fixés par un biais remontant derrière, comme l'indique très bien le croquis du dos de cette toilette. Le tablier est uni et assez large. Un boléro plissé tombe sur une ceinture drapée en satin Liberty en en panne vert mousse, ou noire, ou bleue, ou blanche, selon le goût. Sur ce boléro, grand col de guipure. A l'encolure, biais en crosse et patte semblable à la ceinture. Plastron de mousseline de soie. Manche plissée, dentelée au bord et évasée sur un bouffant de guipure.

LES LOIS DU BONHEUR

Quoi qu'en disent les esprits chagrins et fâcheux, l'on peut trouver du charme à l'existence et du bonheur à la vie. Assurément, la chose semble devoir devenir de plus en plus difficile, mais à qui la faute ? A nous, chères lectrices, soyez-en persuadées, ou plutôt à notre éducation, à notre façon d'envisager les choses, de comprendre et de subir les événements.

Je dois convenir qu'il y a des femmes qui sont essentiellement malheureuses et qui semblent poursuivies par une fatalité si cruelle que rien, ni une éducation parfaite, ni une façon sublime de s'élever au-dessus du destin, ne peut les arracher à leur désolation. Mais avouez que celles-là sont rares.

Nous portons généralement en nous-mêmes nos éléments de félicité ou de chagrin. Plaçons à leur tête la sérénité d'âme et la santé. Ces deux états, bien qu'ils aient l'un sur l'autre une répercussion puissante, peuvent cependant se dissocier, et nous connaissons toutes des personnes ayant de la gaieté, de la joie, de l'entrain et autres qualités optimistes, malgré le mauvais état de leur santé ;

de même dans l'ordre d'idées opposé l'on rencontre des esprits chagrins et mélancoliques, dont l'état d'âme dépressif n'a pas l'excuse de la maladie.

Il serait, j'imagine, assez facile de propager, de répandre, de multiplier les existences heureuses en développant la quiétude de l'esprit, la vigueur de l'âme en même temps que l'harmonie des fonctions du corps, car la maladie n'est pas autre chose qu'une perturbation de cette harmonie.

La plupart du temps, le malheur, la souffrance existent beaucoup plus réellement dans notre pensée que dans la réalité. J'en vois tous les jours la preuve, lorsque les malades se présentent à moi en proie à une vive appréhension à l'idée des souffrances imaginaires qu'elles redoutent d'endurer au moment de l'examen que je dois leur faire subir. Je sais même que bien des affections graves sont dues à la terreur qu'inspire cet examen, si bénin pourtant, et qui fait reculer jusqu'à trop tard le moment de la consultation. Eh bien, ce sont toujours les plus pusillanimes qui, après cette petite cérémonie, se déclarent les plus contentes et les plus satisfaites. "Vous ne m'avez fait aucun mal, me disent-elles, et si j'avais su que cet examen était si peu douloureux, je serais déjà venue il y a longtemps."

N'y a-t-il pas dans de tels exemples une leçon à retenir à propos des lois du bonheur ? C'est, en effet, lorsque l'on accomplit les choses qui nous sont le plus pénibles, que l'on éprouve cette satisfaction plénière qui nous dédommage surabondamment du sacrifice que nous avons fait et du courage que nous avons montré.

Du reste, en s'exerçant à franchir toujours les obstacles et à aller au-devant des actes qui suscitent notre appréhension, l'on acquiert la force morale, sans laquelle l'on ne peut pas être vraiment heureuse.

Doctoresse HELINA GABORIAU.

LA PART DU CORDON BLEU

CONSERVES DE TOMATES. — Arrangez dans un vase en grès des tomates bien mûres, mais intactes. Recouvrez-les d'une partie de vinaigre pour deux de saumure. Mettez au-dessus une couche d'huile d'olives et recouvrez d'un papier épais.

Pour les employer, il suffit de mettre déssaler la veille ; elles sont aussi fraîches que si elles venaient d'être cueillies.

REMEDE CONTRE LES PIQURES D'INSECTES. — Abeilles, guêpes et frelons se plaisent souvent à butiner sur les épidermes parfumées, les prenant sans doute pour des fleurs. Gênés dans leurs opérations, ils se vengent en plantant dans la main qui les chasse des dards acérés. Leur aiguillon verse dans la piqûre une petite quantité de venin, inoffensif, mais causant une douleur très vive, rougeur, tuméfaction, rarement des abcès, lorsque l'aiguillon demeure implanté. La multiplicité des piqûres peut pourtant tuer. Traitement : A la doupe, extraire l'aiguillon avec une aiguille ; lotions avec eau, 100 grammes, alcool, 50 grammes, ammoniacque, 10 grammes. Les applications d'ouate trempée dans : eau, 50 grammes, chlorhydrate de cocaïne, 2 gr. 50, enlèvent toute douleur.

POUDING DES GLACIERS. — Garnissez un moule de gâteau rassi et de quartiers de pêches et ajoutez la crème suivante : Une chopine de lait, deux oeufs battus, deux cuillerées à table de



sucré, dix gouttes d'extrait d'amande ; mettez dans une poêle contenant de l'eau et faites cuire au four, jusqu'à raffermissement ; lorsque le pouding est froid, mettez sur la glace ; enlevez du moule et garnissez de marmelade de framboise.