

**BOULANGEZ VOTRE PROPRE  
PAIN  
AVEC**

**LES GALETTES  
DE LEVAIN  
ROYAL**

**La Qualité  
plus élevée  
pour au-delà  
de 50 ans**


**LE MIEL**

Les poètes ont chanté ce doux présent des cœurs qui vient des rosées, de l'air. Je renvoie à leurs écrits ceux qui n'estiment du miel que sa céleste origine et qui n'y voient qu'une rosée, des larmes du beau Narcisse. Ici, je ne veux parler que de l'origine et des effets salutaires de ce don céleste.

**ORIGINE DU MIEL**

L'abeille est le premier facteur dans la production du miel. L'apiculteur y intervient aussi, soit pour détruire le travail de l'abeille, soit pour le respecter ou le continuer.

**USAGE DU MIEL**

Puisque le miel a tant de propriétés, il ne faut pas s'étonner qu'il ait des emplois multiples et différents, soit dans les aliments, soit dans les boissons, soit même dans les remèdes.

**LE MIEL DANS L'ANTIQUITE**  
Dans l'antiquité, le miel était d'un usage fréquent. On le servait plusieurs fois dans le même repas. Il entrat dans la composition des mets les plus exquis.

Les anciens faisaient aussi avec le miel des pâtisseries et surtout le fameux far cum melle qui, sous le nom de "pavé nonnettes ou conque", fit plus tard les délices d'Agnès Sorel et de Marguerite de Navarre et fut plus d'une fois le consolateur de la poitrine de Mme de Sévigné.

Parfois le miel était mélangé au vin pour en corriger l'aigreur. On en faisait aussi la liqueur si connue de l'hydromel.

**LE MIEL DANS LES ALIMENTS**  
Le miel devrait faire partie du dessert de tout repas.

Des amateurs prennent du miel au lieu

**Les Teintures "Diamant"  
Colorent en neuf**

Plongez seulement pour rafraîchir, faites bouillir pour teindre.

Chaque paquet de 15 sous contient des directions si simples que n'importe quelle femme peut obtenir les nuances les plus délicates ou les couleurs riches et permanentes en lingerie, soies, rubans, jupes, gilets, costumes, manteaux, bas, chandails, draperies, couvertures, rideaux, — n'importe quoi!

Achetez les Teintures "Diamond" — pas d'autres — et dites à votre pharmacien quelle sorte de matériel vous voulez colorer, laine ou soie, toile ou coton, ou tissus mêmes.



**Chez-nous**  
Section féminine *Le foyer, L'Ecole*

**Les déceptions du mari**

Il y a aussi des hommes qui se plaignent que leurs épouses ne ressemblent point aux fiancées d'antan; qu'elles ont perdu leur fraîcheur et leur esprit prime-sautier, et qu'ils regrettent le soin qu'elles prenaient jadis de leur personne en les voyant servir le déjeuner en papillotes et en peignoir défraîchi, de même qu'ils déplorent qu'elles ne soient plus au courant d'aucun mouvement littéraire ou artistique et que leur conversation roule exclusivement sur les potins du voisinage, sur la maladresse des bonnes ou les querelles des enfants.

Il y a du vrai dans ces plaintes et les femmes devraient, dans leur propre intérêt, faire durer le plus longtemps possible ces charmes que Dieu leur a donnés pour fixer le cœur inconstant de leur compagnon de route, et, à défaut de beauté, conserver au moins une propreté et une tenue à l'abri de toute critique; mais elles contiennent une part d'injustice, car lorsque tout l'argent passe pour la table et les nécessités du ménage, il en reste peu pour rehausser des traits altérés, une chevelure clairsemée, des mains durcies et contrefaites, parce qu'elles sont restées tout le jour penchées sur les berceaux ou le fourneau de la cuisine.

Quel temps ont-elles pour se tenir au courant du livre ou de la pièce nouvelle, quand elles n'ont jamais une minute à consacrer à leur plaisir ou à leur santé, quand elles n'ont pour toute distraction que des devoirs austères, et une variété de travaux qui passent des exercices manuels les plus prosaïques, aux fonctions les plus élevées de l'institutrice, et presque du sacerdoce.

Si les maris voulaient revoir ce sourire qui fit leur conquête, cette gaieté qui leur était si précieuse et le meilleur encouragement dans leur propre tâche, que ne prennent-ils pas les mêmes moyens: une petite attention qui ne coûte que d'y penser, une surprise qui marque un anniversaire, une promenade d'une heure ou un congé de quelques jours accompliraient des merveilles.

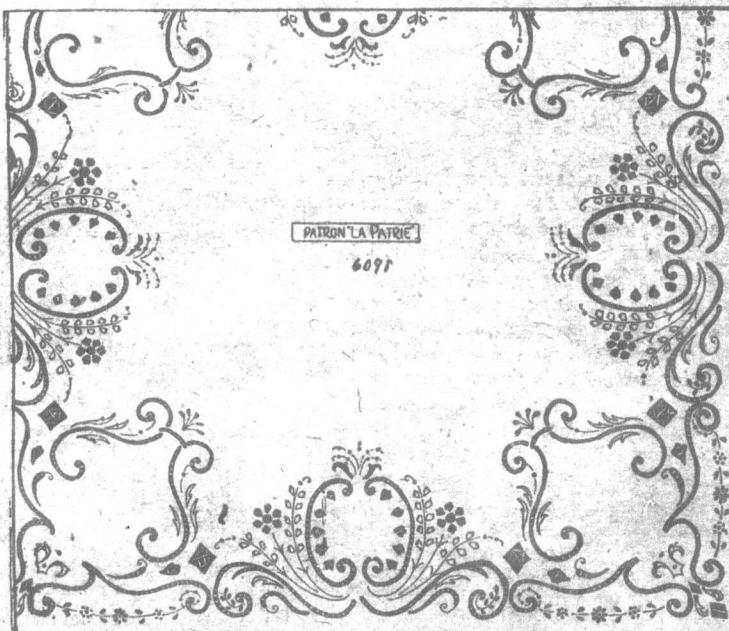
Les femmes les plus prosaïques et les plus effacées regrettent toujours au fond de leur cœur, la brève saison de leur vie sentimentale, et tout retour de la petite fleur bleue a pour effet de les stimuler et de les rajeunir. Elles sacrifient trop volontiers les petits artifices de toilette sous prétexte que leur temps est passé, elles oublient qu'elles doivent rester jeunes le plus longtemps possible pour des maris qui se croient toujours séduisants et irrésistibles.

**Cousine AVETTE.**

du sucre dans le café au lait, le thé, le café noir et en sont très satisfaits. Il est vrai de dire que, dans les boissons chaudes en général, le miel, pour être agréable, doit être de goût fin.

Aux tartines de beurre, on devrait ajou-

ter une légère couche de miel; c'est une friandise délicieuse, d'un usage très fréquent en Suisse. Du moins, après chaque repas, prenez une croute de pain avec laquelle le miel est meilleur qu'avec la mie; mangez-en trois ou quatre bouchées cou-

**La broderie est un agréable passe-temps**

Nappe 8046, ces fleurs pleines, mêlées aux marguerites à jour avec un peu de riche en forme un ensemble très attrayant.

Patron carbone coin 25c, côté et centre 25c. Perforé coin 50c, côté et centre 35c.

Papier carbone bleu 5c ou 15c, blanc 5c ou 15c.

Tout émaillé avec ou sans feston 2x2½ verges sur coton fini toile \$5.50, sur pure toile \$8.50.

Coton M. F. A. nécessaire à la broderie 3 4 4 dos à 45c. Coton à 6 brins 35c le gros écheveau.

Coton à bouler 10c l'écheveau.

L'enfante notre catalogue de broderie en vente dans tout le Canada sur réception de 35c. Catalogue de musique gratis.

Revue mensuelle de broderie et musique contenant des patrons au fer chaud, texte anglais et français à 25c l'abonnement 1 an.



En vous procurant chaleur et confort pendant les froids de l'hiver, les caleçons Penmans, doublés de molleton, vous protégeront contre les indispositions de cette saison — rhumes, rhumatisme, grippe. Ils sont exceptionnellement amples et durables. Toujours confortables, ils vous sauvegarderont contre les courants d'air et les refroidissements, dangereux. Votre fournisseur s'empressera de vous montrer ces caleçons. Prix fort modérés, nombreuses nuances et pointures. Pour femmes et enfants.

PENMANS LIMITED  
PARIS, ONTARIO



vertes de bon miel. Les gourmets sont prévenus que le vin du dessert est moins bon après le miel, il faut donc prendre le miel pour finir. Avant de vous coucher, prenez une cuillerée de miel, ou, si vous préférez un petit verre de liqueur au miel: votre sommeil sera des plus calmes et vos rêves des plus agréables.

Le miel doit remplacer le sucre dans la préparation des mets et pâtisseries (mais on ne doit laisser le miel qu'un quart d'heure sur le feu).

(Suite à la page 825)

**GRATIS**

Magnifique service en porcelaine. 14 morceaux. (Valeur \$4.50.) Donné gratis avec

Le THE et CAFE

**MIKADO**

VERT, NOIR ou JAPON  
EN VENTE PARTOUT — DEMANDEZ-LE A VOTRE FOURNISSEUR

GLOBE TEA CO.

309 Notre-Dame Ouest, Montréal  
Tél. Main 5036.

LE MI

(Suite de la pa

Marrons de miel. — Faire bouillir marrons, les pelier et conserver puis les rouler dans la farine et faire fondre à feu doux. C'est très bon pour râper avec les glaçons, quoique à meilleure

Caramels ou bonbons à la miel. — Faire cuire quatre cuillerées de sucre avec quatre cuillerées de chocolat râpé et faire cuire avec du beurre ou un peu de miel. Mettre dans une bassine au-dessus d'un grand feu, tourner avec une fourchette et éprouver dans un verre huilé et poser sur du marbre huilé.