

**Chez-nous**  
Section féminine

Le Foyer, L'Ecole

**LE MIRAGE**

Sur la vitre, le soleil couchant a dessiné un paysage. Ce que l'on voit du ciel, est devenu une mer bleue, les nuages sont des îlots, tantôt baignés de lumière, tantôt perdus dans les brumes. Il y en a des petits comme des bouquets d'herbes marines, d'autres sont de grandes plaines au sable argenté et brillant. Sur l'un, il y a des arbres, une chaumièrre avec son panache de fumée, des amoureux qui rêvent au fil de l'eau dans une barque qui s'en va à la dérive, tandis qu'une vieille femme, à la démarche lente, ramasse un fagot de bois mort, trop lourd pour son épaule lasse. Plus loin, les filets d'un pêcheur séchent sur une haie de sapins tandis qu'un mousse lave au flot clair sa vareuse en courbant son torse bronzé par les courses en plein vent. Plus loin c'est un transatlantique qui fuit à toute vapeur vers la haute mer et ses périls. De tribord à babord, des myriades d'hommes couvrent la ville flottante, le drapeau flotte à la brise, les soldats s'en vont vers la bataille et ses hasards, vers les succès et la victoire, vers les revers et vers la mort.

J'ai suivi d'abord d'un œil distrait, puis avec une attention toujours grandissante, les tableaux qui se succédaient dans ce ciel d'azur, au soleil couchant... et j'aurais trouvé bien d'autres scènes à décrire, si l'astre du jour, en s'éteignant n'avait plongé dans l'obscurité cette nouvelle lanterne magique. Et je me disais: N'est-ce pas là l'image de notre vie: Des paysages qui s'estompent dans les nuages, du lever au coucher du soleil. Des scènes gaies ou tristes qui se succèdent pendant les jours qui semblent long dans l'attente d'une joie, et si brefs lorsque l'on a réussi à lier les ailes de l'amour et du bonheur.

Puis, l'artiste, qui distribue les clartés et les ombres, éteint le flambeau; nous ne sommes plus que des ombres errantes, que des fantômes. Il ne reste plus trace de notre beauté, de notre talent, de notre puissance... rien que l'écho des éloges un peu exagérés qui s'égrenent comme un chapelet sur nos cercueils, que la mémoire des bonnes actions que nous avons pu faire et que notre souvenir dans le cœur de ceux que nous avons chéris et qui nous ont aimés.

Cousine AVETTE.

**LA GLYCINE**

O glycine, pâle glycine !  
Que j'aime tes rameaux tordus,  
Tes fleurs où l'abeille butine  
Et tes longs festons suspendus.

Ton feuillage léger décore  
Notre vieille et simple maison :  
Mais j'ai pour la chérir encore,  
Une autre secrète raison.

Dieu fit d'elle le pur emblème  
De la loi du monde moral;  
Car mieux encore que l'homme même  
Elle rend le bien pour le mal.

Qu'une main cruelle ou distraite  
Brise un de ses rameaux en pleurs :  
Jà même où la blessure est faite  
Germeront des grappes de fleurs.

Homme ou poète, la glycine  
Te donne une double leçon,  
Imite sa douceur divine,  
Malgré l'injustice, sois bon !

Mais si ton âme fut brisée  
Par le sort ou par les méchants;  
De ta douleur cicatrisée  
Fais jaillir la fleur de tes chants !

EDOUARD GRENIER.

**250** Morceaux de soie  
ou cette bague grande.  
Demandé 30 B.  
Jouer à 10cts. Quand vendues retourné \$3.00. Pour  
\$1.00 nous vous enverrons un  
gros lot de coupons de coton  
de 1/2 à 2 vgs de long ou 250  
beaux morceaux de soie.

ALLEN NOUVEAUTES, St-Zacharie, Qué.

itre des solen-  
ensemble.  
nt l'objet d'un  
-verbal devra  
les nomina-  
s durant le se-  
épassé les com-  
e 9 du présent

tre à ce com-  
certain et ré-  
omimations ou  
service du Mé-  
de l'Agricul-  
res de contôle  
Ministre sur  
une série inin-  
grâce toutes  
t au titre des  
s mouvements  
s devront être  
u visa du mi-

gés les décrets  
1897, 29 août  
mesures en ce  
aux dispositi-

e de l'Agricul-  
tution du pré-  
ré au Bulletin

et 1913.

ONCARE.  
ublique.  
ture,  
TEL.

ce.

ntinental

comme le nô-  
gers doit être  
orsqu'il s'agit  
ental. La dis-  
couver par le  
est de 2937,5  
plus de quatre  
e train. Dans  
art moderne on  
ntinent Limité"  
plaisir. Rien  
e la vie confor-  
modernes sont  
aines qui vous  
es de repos, les  
abondamment  
laires et de li-  
éfectoires four-  
autre pareil. le  
rt de Montréal  
ours, d'Ottawa  
ur North Bay,  
atoon, Edmon-  
ébec le raccor-  
tréal par "Le  
Gare du Palais  
urs excepté le  
onttréal à 6.05  
Québec à 4.45  
9.30 P. M.) ou  
continental lais-  
15 p.m. lundi  
A. Winnipeg le  
r tous les cen-  
st du Canada  
enseignements,  
illustrés, décri-  
ce train splen-  
ser à S. J. Nes-  
rue Ste Anne  
lequel des  
National.  
7-14-21-28

**Le soin des malades  
à la maison**

La révulsion a pour but de congestionner la peau pour décongestionner les organes profonds. Cette rougeur de la peau peut s'obtenir par des frictions sèches de la main, ou avec une flanelle, soit humide avec de l'alcool, de la térébenthine. Comme pour les massages, on frictionne toujours en remontant vers le cœur.

On peut l'obtenir aussi par des lotions ou bains. Une compresse d'eau chaude sur le cou peut arrêter au début les laryngites, les faux rous. Un bain de pieds chaud décongestionne la tête ou la gorge.

Si on le prend sinapisé, se rappeler que l'eau trop chaude affaiblit la moutarde.

L'eau froide est aussi un révulsif dont l'usage se répand de plus en plus. On l'emploie en compresses, drap mouillé. Pour l'employer sans danger s'assurer si le corps du malade n'est ni froid ni affaibli au point de ne pouvoir réagir. Mouillez un drap dans l'eau froide, l'exprimer rapidement et envelopper tout le corps qu'on recouvre ensuite de chutes couvertures. Renouveler toutes les trois heures.

Pour les enveloppements partiels, comme le thorax dans les bronchites, pneumonies, on peut ajouter à l'eau un quart d'alcool ou de vinaigre. L'enveloppement est renouvelé dès qu'il est réchauffé, tous les quarts-d'heure puis moins souvent, à mesure que se produit l'amélioration.

Pour les sinapismes, délayez de la moutarde dans l'eau froide ou tiède et étendez sur une mousseline repliez et mettez sur la peau, pas plus d'un quart d'heure. Remuez fréquemment pour ne pas causer de brûlures. Surveillez particulièrement lorsque les malades sont inconscients ou en syncopes. On utilise souvent les sinapismes tout préparés ou feuilles de Rigolot dont la moutarde se conserve et agit énergiquement. Il suffit de le mouiller d'eau froide ou tiède de l'appliquer et de la faire tenir, à l'aide d'un bandage. Le changer plusieurs fois de place pour ne pas briser la peau. Le cataplasme sinapisé, moins actif que le sinapisme, mais que l'on peut garder plus longtemps, se fait avec de la farine de lin et de la moutarde. On mélange souvent au sinapisme de la farine ordinaire, si on l'applique surtout aux enfants.

Si vous vous servez de teinture d'iode, badigeonnez avec un pinceau et couvrez d'ouate, cela donne une révulsion légère, mais elle peut brûler comme du feu, lorsqu'elle a vieilli et est devenue acide d'iode ou que la peau est plus délicate.

Les ventouses sont de petites cloches de verre, dont le fond est plus large que l'ouverture. Faire le vide en chauffant l'intérieur de chacune avec une lampe à alcool et appliquer rapidement. Laisser cinq minutes. Pour retirer tenir le verre de la main gauche et insinuer l'index ou une carte à jouer entre le bord et la peau. Ce sont les ventouses sèches.

Pour les scarifier, on commence à poser les ventouses sèches sur une peau bien lavée et aseptisée, puis sur la peau ainsi congestionnée faire avec un bistouri également aseptique deux séries de fines entailles et par dessus, réappliquer les ventouses sèches.

**"FRUIT-A-TIVES"  
EST TIRÉ DES FRUITS**

**Du Jus Intensifié des Oranges,  
Des Pommes, des Figues  
et des Pruneaux.**

Combiné avec des Toniques.

"Fruit-a-tives" ou les "Fruit Liver Tablets", tirent de la méthode de combiner les jus de fruits, leur exceptionnel pouvoir de surmonter la maladie et de remettre sur pied les malades. Cette méthode fut découverte par un médecin d'Ottawa et perfectionnée par lui après des centaines d'essais. Par ce procédé, le jus des pommes, des oranges, des figues et des pruneaux est concentré et combiné avec des toniques d'une manière telle que le jus des fruits est rendu plus actif et d'une valeur plus grande. Faites l'essai des "Fruit-a-tives" pour les maux d'estomac, du foie, du rein et pour les affections de la peau.

50c la boîte, 6 pour \$2.50, boîte d'essai 25c. Chez tous les marchands ou de Fruit-a-tives Limitée, Ottawa, Ont. et Ogdensburg, N.Y.

**La cuisine canadienne**

**SALADES**

**Sardines et œufs**

Faites cuire autant d'œufs que vous en avez besoin. Coupez l'œuf dur en deux, enlevez le jaune et pilez une sardine avec chaque jaune. Emplissez les blancs et enlevez un petit bout pour qu'il se tienne debout. Servez sur un lit de laitue.

**Œufs et cresson**

5 œufs, 1/2 cuillère d'huile d'olive, sel et poivre, 2 cornichons, 3 anchois, 1 c. à thé de vinaigre, cresson.

Faites bouillir 4 œufs durs, séparez le jaune de celui qui reste et battez-le avec une cuillère de bois, ajoutant un peu de sel. Ajoutez graduellement l'huile, le vinaigre et le poivre. Coupez les œufs durs en tranches et rangez-les sur un plat de façon à ce que chaque rondelle dépasse l'autre. Versez la sauce dessus. Hachez les anchois et les cornichons et garnissez-en les œufs avec une bordure de cresson qui a trempé dans l'eau salée avant d'être nettoyée.

**Tomates farcies**

5 tomates, 1 1/4 tasses de raisins sans pépins, 1 tasse de céleri finement coupé, 1/4 de tasse d'olives mures hachées, 1 tasse de mayonnaise, 6 feuilles de laitue.

Faites tremper les raisins pendant au moins une heure dans de l'eau froide en quantité suffisante pour les couvrir. Coulez et laissez sécher. Pour ouvrir les tomates, coupez une tranche sur le côté où se trouve la pédicule et enlevez la pulpe à l'intérieur en ayant soin de ne pas briser la pelure. Coulez la pulpe et coupez-la en morceaux. Ajoutez le céleri, les raisins et les olives et mouillez avec de la mayonnaise en en réservant au moins 1 1/2 tasse pour garnir le dessus. Remplissez les tomates avec cette farce, arrangez-les sur des feuilles de laitue, et finissez le dessus en y mettant un peu de la mayonnaise que vous avez réservée à cette fin.