

CONSEILS DU DOCTEUR

LES SOINS DU VISAGE. — Le premier soin pour se conserver le visage bien lissé, c'est de le laver et de l'essuyer soigneusement le matin avant de l'exposer à l'air et de recommencer l'opération le soir avant de se coucher. L'eau doit avoir la température du corps et les essie-mains doivent être plutôt durs que doux. Le soir, on peut ajouter à l'eau un peu d'eau de rose ou de glycérine, mais cela ne convient pas à toutes les peaux. Dans ce dernier cas on peut y substituer la vaseline.

LA BOUCHE. — Lavez-vous la bouche, le matin et le soir, avec vous conservez la haleine fraîche et empêchez à vos dents de se gâter.

LES DENTS. — Rincez-vous les dents en dedans comme en dehors afin d'éviter les dépôts qui promptement altèrent les dents les meilleures.

FUMEURS. — N'oubliez pas que fumer provoque la soif et amène une dépression vitale; de plus, comme très fréquemment on crache en fumaçant, on épulse sa salive et il s'en suit des formes de dyspepsie douloureuses.

LA SALIVE. — Les sécrétions de la bouche ne devraient jamais être expectorées, à moins qu'elles ne soient un produit morbide.

POUR ÉCLAIRCIR UNE PEAU HÂLÉE. — Aprenez du ravin vert, trempez-le dans l'eau, saupoudrez-le avec de l'album et du sel, enveloppez-le dans un papier et mettez-le dans des cendres chaudes; exprimez-en le jus et lavez-vous en la figure chaque matin. Ce très simple remède enlève le hâle et retablit le teint de la peau.

LES SAIGNEMENTS DE NEZ. — Voici un remède aussi radical qu'efficace. Foncez sur la langue un morceau de papier non collé quelconque, — papier à cigarette, par exemple, — de la dimension d'une pièce de vingt-cinq cents, — la forme importe peu. Mettez votre nez en contact avec, à seule fin de pouvoir vous redresser sans maculer de sang vos vêtements. Retenez votre haleine tant que vous pourrez, puis respirez graduellement. Enlevez le mouchoir etc., lavez-vous le nez, l'opération est terminée. Surtout ne pas se moucher avant cinq ou dix minutes.

LES GERÇURES. — Si vous vous servez de glycérine contre les gerçures, n'oubliez pas de la mélanger avec de l'eau, la glycérine ne doit jamais s'employer pure. Quoique ancienne, l'habitude de se frotter les mains avec du citron, après les avoir lavées, est encore une des meilleures manières de les préserver des gerçures, frotter souvent les mains l'une contre l'autre, de façon à ramener le sang à la peau est un procédé qui réussit souvent à préserver des engelures et des gerçures.

REPAS DE MIDI. — Autant que possible, le principal repas de la journée doit être pris après que le fort du travail est accompli, car nul repas subit n'est le résultat d'un labeur soit manuel, soit intellectuel, sois celui de voir la digestion interrompue; la force nerveuse doit présider aux fonctions digestives, ce qui ne peut être le cas si l'esprit ou le corps est occupé d'une façon absorbante.

REPAS DU SOIR. — Le dernier repas doit être suivi, autant que possible, d'heures de distraction, sans que, lorsqu'on se met au lit, la digestion soit faite d'une manière satisfaisante qui prédispose à une bonne nuit.

POUR CONSERVER LES INSECTES

Un Frère missionnaire et naturaliste nous écrit: "J'ai longtemps pratiqué la chasse aux insectes pendant mon séjour dans l'Afrique centrale, d'où j'en faisais constamment des expéditions, et je me suis toujours bien trouvé des procédés suivants: "On lue les insectes avec de la benzine ou du cyanure de potassium, puis on les met dans de la soie de bois parfaitement des-échée, légèrement humectée de benzine et d'alcool. Pour l'expédition, la boîte doit être entièrement remplie de soie fine pour éviter le balotement. Pour classer les insectes desséchés, on les place sur du papier imbibé d'une solution saturée d'arséniate de soude, on les ramassait assez pour pouvoir être mis à l'épingle. "Que tout naturaliste fasse profit de mon expérience et il n'aura qu'à s'en féliciter."

PROCÉDÉS ET RECETTES

ONGUENT CONTRE LES VERRUES ET LES CORNS. — Collodion, 30 gr., extrait de chanvre indien, 6 gr., acide salicylique, 1 gr.; couvrir tous les jours les excroissances avec cet onguent.

MOYEN D'ATTENDRIE LA VIANDE LA PLUS CORSAIE. — Il s'agit tout simplement d'ajouter à l'eau en ébullition, quand on écume le pot, deux cuillerées d'eau-de-vie pour trois livres et quart de viande.

POUR BIEN FAIRE RÉSONNER UN TIMBRE. — Et en particulier un timbre de grande dimension, il faut le engler avec un morceau de caoutchouc brusquement détendu. Le son obtenu est très pur, et exempt de la vibration métallique qui se produit lorsqu'on emploie un marteau dur.

POUR NETTOYER LES TAPIS. — Si un tapis est terne et taché, prenez un seau à moitié plein d'eau chaude, mettez-y une cuillerée à soupe d'ammoniaque, frottez le tapis avec une brosse.

BULLES DE SAVON PERSISTANTES. — On dit qu'une partie de savon de Marseille dans 40 parties d'une eau de pluie et bien pure. On laisse refroidir, et, après avoir filtré, on ajoute un volume de glycérine pour 3 du liquide obtenu. On filtre de nouveau après un repos d'une journée, et on ajoute la même quantité de glycérine. Les bulles faites avec ce liquide peuvent persister des journées entières.

COMMENT LAYER LA LAINE EN CONSERVANT LES COULEURS. — Il faut que l'eau soit chaude, mais non bouillante et qu'elle contienne du savon ou dissolution. Il ne faut pas frotter le savon contre l'étoffe, parce que cela enlèverait la couleur. Il faut mettre un peu de sel d'Epsom dans l'eau et laver les objets. Rincer ensuite dans l'eau froide additionnée de sel. Étendez et mettez sécher. Repassez avec un fer très chaud et quand c'est tout à fait sec, quantité de sel d'Epsom à employer; trois cuillerées à bouche dans un demi-gallon d'eau. Si l'objet demande à être empesé, il faut mettre aussi du sel d'Epsom dans l'empesé.

POUR ENLEVER L'ENCRE. — Mettez les objets tachés dans un vase, en plaçant au centre les taches d'encre; pendant que vous maintenez l'objet en place, une autre personne doit verser de l'eau bouillante sur les taches. Cela vaut mieux que de mettre l'étoffe dans l'eau bouillante, parce que la teinte de l'encre se répand alors partout. Si les taches sont encore visibles, il faut verser, suivant la grandeur de la tache, un peu plus ou un peu moins d'une cuillerée de crème de tartre sur la dite tache. Faire bouillir une demi-heure dans de l'eau sans savon.

UNE EXCELLENTE RECETTE POUR RENDRE LES MAINS BLANCHES. — Prenez une pleine cuillerée de raisin râpé, répandez-la dans une roquette de lait chaud. Faites usage du mélange, et laissez sécher sur les mains avant de les laver. Ce qui par-tout fait que les mains rougissent et se gercent, c'est qu'on les sèche impropriairement. Il faut donc se sécher les mains avec le soit le plus grand, surtout quand il fait froid ou que les mains peuvent se trouver exposées au vent.

PASSE-TEMPS

CHARADE — No 10

A Londres mon premier est en très grande estime. Paris, de son côté, préfère mon dernier. Pour moi, lorsque le temps a fait de mon entier Ce qui doit de venir pour nous plaisir, l'estime Qu'accompagné de l'un des de us. Avec mon dernier il vaut mieux.

ÉNIGME — No 11

Ma mer n'est jamais d'eau, mes champs sont finitieux. Je n'ai point de maisons, et j'ai de grandes villes. Je réjouis en un point mille ouvrages divers; Je ne suis presqu'rien, et je suis l'univers.

Adresses les réponses à M. Adalbert Cerf, à Lonsain (Aisne) France. — Nous donnerons les réponses des devinettes, parues jusqu'ici, dans notre prochain numéro.