

LE PRIX!



—Donnez-moi un sou, ma bonne Dame, rien qu'un petit sou et je vous dirai que vous êtes jolie.

LA NOBLESSE DU POÈTE

En me retirant l'espérance
Sans doute vous avez voulu
Initier mon cœur élu
Aux voluptés de la souffrance.

Vous saviez, ô Dieu qu'on révère,
Que le sort dont je suis chargé,
Je ne l'aurais pas échangé
Contre un autre sort moins sévère.

Et, Seigneur, vous avez permis
Que mon orgueil fut assez large
Pour me couvrir comme une targe
Contre les chocs des Ennemis.

Que je n'aurais pas accepté
De vendre mon âpre noblesse
Contre une part de la richesse
De la ric et de la santé.

P. GAVAULT.

COURRIER FEMININ

Une de mes lectrices, bien timide, me demande, écrit l'intéressante Liselotte, des détails sur la manière de se laver ; c'est en rougissant, dit-elle, qu'elle me pose une semblable question ; elle a honte de son ignorance et s'en excuse fort humblement.

Quand on procède à sa toilette du matin, il faut tout d'abord se laver les mains ; les mains sont très souvent sales, à cause de leur contact fréquent avec toutes sortes d'objets.

Les mains se lavent avec du savon de bonne qualité et de l'eau chaude ou tiède ; lorsque le savon est bien mousseux, on frotte les ongles tout autour avec une brosse douce et à longs poils ; on frotte de même l'index s'il est noirci, comme le sont les index des ménagères.

Les mains étant propres, et la cuvette très bien rincée, pour détacher le savon et les impuretés de toutes sortes provenant du lavage des mains, on procède au lavage de la figure.

On a soin alors de se bien relever les cheveux, avec des épingles, sur le sommet de la tête, afin de ne point les mouiller dans les ablutions ; les cheveux souvent mouillés deviennent raides, et perdent cette jolie souplesse qui convient surtout aux petits cheveux fous qui encadrent le visage.

Pour se laver le visage, il importe, avant tout, de se servir d'eau bouillie ou filtrée, ou, ce qui revient au même, d'eau de pluie.

On se lave le visage avec de l'eau pure, tiède, sans savon ; on emploie un linge très doux, un bon vieux linge de toile fine, bien usagé ; ou encore un tampon d'ouate hydrophile qu'on jette à chaque fois. Il ne faut pas se laver à grande eau, mais passer doucement le linge mouillé sur le front en partant du milieu et allant à droite, puis repartant du milieu et allant à gauche ; ce double mouvement, tend à détruire les plis verti-

caux qui rident souvent les fronts et, en même temps, il évite de passer sur les sourcils, à *reproousse-poil*, ce qui les ébranle toujours un peu. On lave de même le nez, les joues, le menton, doucement, sans frotter trop fort, et en remontant en sens inverse des rides qui tendent à se former.

Cela fait, on s'essuie sans laisser l'eau séjourner sur le visage.

Ensuite, on procède au lavage du cou, des épaules et des bras. Celui-ci se fait avec un linge doux ou une éponge, de l'eau filtrée ou bouillie, et un peu de savon s'il est nécessaire, mais toujours du savon de bonne qualité.

Ce lavage se fait rapidement aussi, et le tout ensemble, on s'essuie avec une serviette, éponge ou un linge doux.

Ce lavage du matin doit être le seul de la journée ; le contact de l'eau sur la peau n'est pas bon pour l'épiderme, surtout s'il est prolongé et répété.

Il suffit que les pores soient bien ouverts et que la respiration cutanée puisse s'effectuer parfaitement.

À ce lavage, il faut en ajouter un autre qu'on néglige trop fréquemment : c'est celui des pieds.

Il faut tous les jours se passer une éponge avec un peu d'eau savonneuse sur les pieds ; cette opération est très rapide, puisqu'elle est faite chaque jour ; elle est *indispensable* pour toute personne propre et constitue une sage précaution d'hygiène.

La règle ordinaire et commune est de se laver le matin ; la logique serait, peut-être, de se laver quand on est sale.

Or, le soir, quand on a reçu toute la poussière de la rue, quand on a été en contact avec toutes sortes d'objets, on est un peu sale aussi.

La toilette complète que je viens d'indiquer peut donc très bien s'opérer le soir ; elle a l'avantage de procurer un meilleur sommeil. Mais toutes les personnes qui s'occupent de leur ménage, qui soulèvent chaque matin des flots de poussière, auraient besoin de leur refaire leur toilette le matin, ce serait trop, pour la finesse de la peau.

À ces dernières, je conseille alors de se contenter chaque soir de s'essuyer (sans eau) le visage, avec un vieux linge, bien propre et bien fin ; les traces qu'elles recueilleront sur ce linge leur prouveront que la recommandation n'est pas inutile.

Elles pourront donc procéder ainsi : le matin, le ménage étant terminé, lavage des mains, de la figure, du cou, des épaules, des bras. Le soir, lavage des mains, essuyage du visage, lavage des pieds et des jambes.

Ne jamais se laver le visage dans la journée, sauf nécessité absolue, et se laver les mains le moins souvent possible.

L'emploi de l'eau très chaude, de l'eau très froide, du cold-cream, pour se laver, constituent un traitement variable avec les différentes sortes de peaux ; nous y reviendrons quelque jour.

En thèse générale, il faut se servir d'eau bouillie ou filtrée, et à une température ordinaire.

Ces lavages quotidiens n'excluent pas le lavage total du corps à l'eau savonneuse et tiède, plutôt chaude, que l'on doit faire deux fois par semaine, *au moins*.

Nous n'avons parlé ici, bien entendu, que de l'usage de l'eau pour se laver, non pas des ablutions hygiéniques, de l'hydrothérapie, qui constitue un moyen si excellent et si simple de conserver, de recouvrer, même, la santé.

XXX.

PROJET DE TOMMY

Tante Gertrude.—Et que feras-tu quand tu seras un homme Tommy.

Tommy.—Je me ferai pousser une barbe.

Tante Gertrude.—Et pourquoi cela ?

Tommy.—Parce qu'alors je n'en aurai pas si grand de figure à laver.

AU CLUB

Gatien.—Quelle espèce d'homme est-ce que Fabien ?

Damien.—Je ne saurais dire. Je ne l'ai jamais vu autrement qu'en compagnie de sa femme.

L'INÉVITABLE, ALORS

Elle.—Je ne puis vous épouser, monsieur Alfred, mais je serai une sœur pour vous.

Lui.—Merci, j'ai déjà sept sœurs.

Elle.—Je suis fâchée de m'imposer à vous, mais j'ai justement accepté votre frère.

HUM !

Charles.—J'ai une idée.

Berthe.—Vous devez avoir la dans ma pensée.

PAS DE CATASTROPHE

Mathilde.—Avez-vous parlé à papa ?

Alfred.—Oui, je lui ai parlé par le téléphone, et il m'a dit : "Je ne sais qui vous êtes, mais je donne mon consentement."

UN MYSTÈRE



Lapince.—Que diable signifient tous ces zig-zags autour de la serrure de ta porte ? Ça paraît mal, mon vieux.

Lutroque.—Affreusement, mon garçon, et dire que la porte a été repeinte la semaine dernière. Je n'y comprends rien.