

Chez-nous
Section féminine Le Foyer, L'Ecole

L'aide aux voyageurs

Ceux et surtout celles qui partent pour un long voyage doivent en connaître les dangers : ni l'âge, ni l'expérience ne dispensent des précautions élémentaires que l'on ne prend pas toujours.

La première condition pour se rendre, c'est de prendre le bon train à la gare indiquée, de savoir exactement à quelle heure l'on arrivera au but et de ne pas lier conversation avec des inconnus quelle que soit leur bonne mine, et surtout de ne pas se laisser diriger par leurs conseils.

Si l'on descend dans la nuit et que l'on ne sait où se diriger, il ne faut pas se fier à un cocher d'occasion ni se rendre à un hôtel quelconque.

Il disparaît tous les ans et même dans nos villes de la province de Québec, une quantité de jeunes filles qui n'ont eu d'autres torts que de se laisser prendre aux belles manières de gens peu recommandables.

Alors à qui s'adresser si l'on est embarrassé : à l'Aide-aux-Voyageurs, une association protestante à laquelle il est impossible de ne pas rendre hommage, pour le bien qu'elle fait et surtout pour le mal qu'elle empêche.

Fondée pour venir au secours des immigrants qui viennent sur les transatlantiques et qui se dirigent sur tous les points du pays, elle a dans chacune des villes canadiennes une succursale et des représentantes qui vont à l'arrivée des trains et qui donnent d'excellentes indications, à tous ceux qui les réclament, et même à qui ne demande rien, si elles remarquent quelques personnes timides ou incertaines. Leur insigne, bien en évidence évite toute méprise.

Il y a peut-être une autre difficulté : je suppose que vous ne parlez que le français, et dans l'ouest, c'est l'anglais qui domine presque partout. Serait-il difficile dans ce cas, de préparer un petit questionnaire des renseignements indispensables dont vous pouvez avoir besoin : Voulez-vous m'indiquer le bureau des bagages, je voudrais un cocher, un hôtel à prix modérés, etc.

Cela dispense même lorsqu'il n'y a pas d'inconvénients graves à se diriger soi-même, des discussions avec les cochers, ou de payer un prix exagéré pour une chambre et des repas. Et puis, cela enlève la petite anxiété dont beaucoup ne peuvent se défendre en se trouvant seule à l'étranger.

La question des bagages est aussi à considérer : l'on devrait toujours pouvoir porter, pour un petit trajet, le sac que l'on garde avec soi et emporter le minimum d'objets de toilette dont on peut avoir besoin. Ce sac peut se déposer à la consigne pour un arrêt de quelques heures pour la modique somme de dix sous, ce qui dispense quelquefois de prendre une voiture ou un taxi, et si l'on profite de cet arrêt pour visiter la ville, l'on peut se faire indiquer un autobus, un tramway, un char observatoire.

Tous ces détails peuvent être fournis par l'Aide-aux-voyageurs, avec lequel nous vous souhaitons de faire connaissance.

Cousine Avette.

Lettres d'instruction pour les futures mères

L'Association pour le Bien-Etre des Enfants, devoue son énergie et ses ressources pour réduire la mortalité maternelle et infantile dans toute la province. C'est une situation déplorable que la proportion de mortalités des jeunes bébés est plus grande à Montréal que dans aucune autre grande ville de ce continent, et que d'autres plus petites villes de la province montrent la plus grande mortalité infantile des pays modernes.

Ceci résulte de plusieurs causes dont la plus importante est l'ignorance de la part de mère touchant sa santé avant la naissance du bébé et les meilleures méthodes de soigner le nouveau-né. Elle a besoin d'instruction dans les lois de santé pour qu'aucune condition anormale ou dangereuse n'y survienne.

Pour donner cette éducation à un aussi grand nombre de mères que possible, l'Association pour le Bien-Etre des Enfants a établi un bureau pour distribuer ces informations aux mères futures. Une série de lettres, une chaque mois, sera envoyée, sans frais, à toutes les mères qui les demanderont. Cependant, il ne faut pas négliger le docteur. Les lettres ne le remplacent point, mais elles enseignent les règles qu'il faut observer.

Chaque mère enceinte peut se procurer ces lettres, gratis, en envoyant son nom et adresse, écrits lisiblement, et en donnant la date attendue de la naissance. Adresse: Mile V. M. Macdonald, directrice, CHILD WELFARE ASSOCIATION, 207 rue Ste-Catherine-Ouest, Montréal.

LE MÉDECIN DIT "UNE OPÉRATION"

"Fruit-a-tives" vint à son aide Le Médicament à Base de Fruits la Remit sur Pied.

De toutes les parties du pays parviennent les mêmes nouvelles—que "Fruit-a-tives" soulage et remet les gens sur pied, même lorsque plusieurs autres médicaments et traitements ont été essayés sans succès. "Pendant trois ans j'eus des douleurs dans le bas du corps, avec des gonflements et des éruptions. Un spécialiste déclara que j'avais besoin d'une opération. J'entendis alors parler des "Fruit-a-tives" et après avoir pris une première boîte je ressentis un grand soulagement. J'en pris six autres et je fus complètement rendue à la santé." Madame F. Gareau, 153 Avenue Papineau, Montréal.

Essayez "Fruit-a-tives" pour la constipation, pour l'excès de bile, les maux de tête, la détresse après avoir mangé, et pour le mauvais teint.

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.

Boîtes aux lettres POUR LES COUSINES

Nous répondons à toutes les lettres simplement signées d'un pseudonyme et nous publierons les manuscrits qu'on nous enverra pourvu que le bon sens et la grammaire y soient suffisamment respectés.

Hirondelle frileuse.—Est-ce pour ne pas paralyser vos ailes que l'hiver s'en vient si lentement vers nous, alors il faudrait vous en remercier, l'on se croirait au début du printemps et les vieux disent qu'ils ne se rappellent pas avoir eu semblable saison. Espérons que nous aurons de la neige pour Noël et le nouvel an.

Inconnue.—Elle doit répondre suivant que la demande est faite. L'on a un peu tort dans des cas semblables de se faire des réponses, toutes faites qui servent rarement. Un homme qui aime une femme ne se met pas en gants blancs pour lui faire cette proposition. Si elle accepte, il comprendra facilement ; si elle refuse elle doit le faire en cherchant à ne pas blesser sa susceptibilité : elle peut dire je ne veux pas me marier maintenant, ou je vous estime bien, mais je ne vous aime pas assez pour cela ; ou encore, si elle a une raison, la donner tout simplement. Les vrais sentiments ne supposent pas de grandes phrases.

Petite campagnarde.—C'est un vilain défaut, mais l'on peut s'en corriger en s'obligeant à accomplir dans un délai déterminé. C'est quelquefois un peu maladi, de négliger ainsi ce que l'on a à faire. J'aurais eu beaucoup de plaisir à vous recevoir si vous aviez fait ce voyage, ce n'est que partie remise. Brunette Aimée a dû recevoir votre lettre depuis longtemps, l'on a retranché la Boîte aux lettres des dernières pages, il y avait si peu d'espace. Nous avons un automne qui ne finit plus et qui ressemble un peu au printemps, puisqu'en certains endroits, il y a des bourgeons aux arbres. Ne coupez pas vos cheveux, vous le regretteriez. Ils sont le plus bel ornement de la femme.

NOUVEAU CATALOGUE DE BRODERIE

Le bon goût Français chez soi. Superbe album adressée franco et assuré dès réception de

35 CENTS
RAOUL VENNAT

642 rue St-Denis, Montréal

\$7500.00 DONNE GRATIS.

Ce montant a été Donné Gratis, ainsi que des centaines de Prix en Marchandise \$200.00 en ARGENT seront encore donnés comme suit :-

- 1er Prix, \$50.00 en argent.
- 2ème Prix, \$40.00 en argent.
- 3ème Prix, \$35.00 en argent.
- 4ème Prix, \$25.00 en argent.
- 5ème au 9ème Prix—chacun \$10.00 en argent.



Resolvez cette devinette et obtenez un PRIX EN ARGENT. Si vous regardez de près vous verrez les figures de six personnes, à part les deux campeurs. POUVEZ-VOUS LES TROUVER ? Si vous les trouvez marquez les d'un X, découpez la vignette et envoyez-nous la avec un papier sur lequel vous écrirez : "J'ai trouvé toutes les figures et les ai marquées." Ecrivez aussi votre nom et votre adresse. Dans le cas d'égalité l'écriture et la propreté seront un point important. Si votre réponse est juste nous vous aviserons par le retour de la malle, d'une condition très simple à remplir. N'envoyez pas d'argent. Vous pourrez être un des gagnants sans dépenser un sou de votre argent. Envoyez votre réponse directement à

GOOD HOPE MANUFACTURING COMPANY
Patissier Mutual Life Rue Craig Ouest, MONTREAL



GRATIS—Cette bague ou 200 autres prix mes. Demandez 50 paquets de graines à 6cts. Quand vendues, retournez \$3.00. Catalogue gratis. Adressé.

ALLEN NOUVEAUTES, ST-ZACHARIE, QUEBEC.



Gratis

Magnifique set en cristal

13 Morceaux

Donnés gratis avec le thé

MIKADO

Vert ou Noir

Demandez-le à votre épicer

GLOBE TEA CO.

309 Notre-Dame Ouest
Tel. Main 5036, Montréal

Professeurs et Amateurs de Musique

La place pour acheter : Musique Classique, Moderne, Populaire et Religieuse, et Toute la Musique Française. C'est chez

RAOUL VENNAT
642 St-Denis, Montréal

Catalogue envoyé sur demande

COUPONS



Nous offrons un assortiment merveilleux de coupons de longueur convenable à la confection de vêtements utiles—tels que costumes pour dames et jeunes filles, corsages, jupes et robes; aussi pour chemises d'hommes, également retailles de toutes grandeurs de toutes les sortes et de dernière nouveauté.

Argent remboursé promptement si pas satisfait. Prix l'assortiment \$1.00 frais de poste payés.

GEO. GRATTEN

Agent de manufacture

J.n.o. New-Glasgow, Que.