

Chez-nous

Section féminine

Le Foyer, L'Ecole

AUX INSTITUTRICES

C'est vous, chères institutrices, qui sitôt qu'ils quittent les genoux de leur mère, êtes les tutrices et les gardiennes des tout petits. C'est vous qui guidez leurs pas hésitants vers le tableau noir couvert d'étranges hiéroglyphes; c'est vous qui les initiez au mystère de l'abécédaire, qui leur apprenez les belles prières de l'Eglise et les réponses du cathéchisme.

Plus tard, c'est encore vous qui leur inculquez les éléments de la grammaire, de l'histoire, de la géographie.

Ces âmes neuves, ces intelligences à peine dépouillées de leur gangue, vous appartendent toujours un peu, parce que vous leur avez donné les plus belles, les meilleures années de votre vie; même lorsque vous serez des femmes âgées, entourées de leur propre famille, où des vieilles filles auxquelles le sort n'aura donné qu'une part minimum de bonheur.

Pour vous montrer dignes de cette récompense, combien vous devez graver soigneusement, sur ces feuillets vierges, la loi de Dieu, l'admiration pour notre doux parler, l'amour de notre beau pays.

Si vous croyez en Dieu, inspirez votre foi à ceux dont vous avez la charge. L'enfant plus encore que les grandes personnes, est avide de vérité. Ne trompez jamais sa confiance, ne perdez aucune occasion de vous montrer ferventes pour lui faire une âme religieuse.

Faites lui saisir les beautés de la langue française, envers celle-là aussi il doit avoir un culte, vous surtout petites sœurs ontariennes qui venez me raconter votre nostalgie. Sans votre dévouement notre langue maternelle serait aussi menacée chez vous qu'au delà de la ligne 45e.

Avant qu'on dénigre en lui, devant lui, la belle profession du cultivateur, faites-la lui aimer d'avance, montrez-lui en la grandeur et parfois l'héroïsme. Dites-lui bien que celui qui fournit du pain à l'humanité, n'accomplit pas une besogne quelconque ou vulgaire, qu'il est plus indépendant et plus riche que le citadin qui essaie de lui jeter de la poudre aux yeux et qui fait tinter dans ses poches des poignées de monnaie qui ne font qu'y passer. Soyez les vestales du feu sacré du foyer, les meilleures avocates, contre la désertion des campagnes.

Apprenez-leur nos chants populaires, ceux qui nous ont bercés, ceux qui sont, en quelque sorte la voix de notre race, ceux qui évoquent notre passé, et qui furent apportés chez nous par des colons au cœur vaillant qui nous les ont légués avec leur âme courageuse et fière. Apprenez-leur à chanter pour égayer leurs travaux, pour oublier leurs peines et leurs épreuves, pour montrer leur optimisme et leur confiance en l'avenir.

Petites institutrices, comme il est beau, comme il est grand, le ministère qui vous est confié.

Cousine Avette.

Gloire, combattre, chanter

Si vous voulez chanter, il faut croire d'abord:
Croire au Dieu qui créa le monde et l'harmonie,
Qui d'un de ses rayons allume le génie,
Et se révèle à lui dans le plus humble accord;
Si vous voulez chanter, il faut croire d'abord.

Si vous voulez combattre, il faut croire d'abord:
Il faut que le lutteur affirme la justice;
Il faut pour le devoir qu'il s'offre en sacrifice,
Et qu'il soit le plus pur s'il n'est pas le plus fort;
Si vous voulez combattre, il faut croire d'abord.

Si vous voulez aimer, il faut croire d'abord;
Croire à l'âme immortelle, aux amours infinies,
Pour la terre et le ciel également bénis;
Croire au serment sacré qui survit à la mort;
Si vous voulez aimer, il faut croire d'abord.

Eugène Manuel.

250 Morceaux de soie ou cette belle graine. Demandez 30 Billes. Quand vendues retournent \$3.00. Pour \$1.00 nous vous enverrons un gros lot de coupons de coton 1/2 à 2 vgs de long ou 250 beaux morceaux de soie.

ALLEN NOUVEAUTES, St-Zacharie, Qué.

Boîtes aux lettres POUR LES COUSINES

Nous répondrons 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.

Brunette Aimée.—Petite campagnarde sera heureuse de vous avoir comme correspondante et vous serez la bienvenue chaque fois que vous voudrez bien venir au courrier. Evidemment qu'il n'est pas question de publier votre nom dans cette colonne.

Institutrice.—Vous voyez par le titre de l'article qu'il vous est spécialement dédié. Je voudrais que toutes les institutrices, se sentent ici, chez elles, et qu'elles m'écrivent le plus souvent possible, surtout pendant les vacances puisqu'elles auront plus de loisirs. Leur rôle est si beau, si méritoire et quelquefois si fatigant, qu'elles méritent toutes les sympathies. Il y en a beaucoup parmi elles qui sont isolées pendant dix mois de l'année et qui ont besoin de conseils et d'amitié, de renseignements. Elles pourront trouver tout cela ici, si elles ont confiance en Cousine Avette.

Hirondelle frileuse.—Je m'attends de vous voir vous envoler plus tôt que je ne croyais, tant ce repos de quelques jours vous a déjà été bienfaisant. Je voudrais pouvoir vous suivre et partager vos courses en plein ciel, dans la campagne qui longe notre fleuve. Vous y aurez une autre compagnie qui vous sera aussi bonne et qui vous surveillera aussi bien. Si nous ne pouvons pas faire ensemble de grands voyages peut-être sera-t-il possible de faire de petites courses et d'aller respirer le grand air sur une grève moins lointaine. Fait-il chaud dans votre maison de verre, ou si vous n'avez pas encore réchauffé vos plumes légères. Merci pour la bonne lettre qui m'a causé une joyeuse surprise, mais je n'en ai pas eu depuis, mais cela vous fait comprendre que l'on ne fait pas toujours ce que l'on veut, car je sais que vous voulez en écrire d'autres.

Liseron des paairies.—Le meilleur moyen pour avoir une longue réponse, c'est d'écrire une longue lettre et de me donner des détails. Je vous félicite d'avoir encore vos parents et de nombreux frères pour peupler la maison, c'est le bon temps, croyez-moi, et pourtant, je suis certaine que quelquefois vous trouvez le temps un peu long et la besogne fatigante. Tout cela passe, il vient un temps où les bons parents sont partis, où les frères sont dispersés et où, avec moins de fatigues, l'on se plaint davantage. Si vous voulez écrire, que ce soient plutôt des choses courtes, il n'y a pas d'espace pour publier de longs articles. Je ne connais pas l'auteur des livres que vous mentionnez, mais je crois qu'ils sont bons, mais d'une médiocre valeur littéraire. Nos sœurs ontariennes ont un titre spécial à mon attention, car je voudrais être l'un des liens qui les rattachent à la province de Québec. Vous n'avez qu'à adresser: Cousine Avette, Le Bulletin de la Ferme, Québec, Qué.

LILETTE.—Votre bonne et longue lettre a été la très bienvenue et j'y souscris de bon cœur. Il y a sans doute beaucoup de bien à faire et de notions patriotiques à répandre, je vois que vous ne manquez pas l'occasion et je suis certaine que vous en avez beaucoup avec ces visiteurs qui vont chez vous. Ces erreurs sont fréquentes et l'on est porté d'attribuer une origine étrangère à de bons canadiens, lorsqu'on ne sait pas mieux. Oui, vous faites bien de réagir contre les mariages mixtes, dans lesquels il n'y a guère de bonheur humain à attendre pour ne parler que de celui-là. Lorsqu'on est séparé sur des questions aussi vitales, il est bien difficile de rester uni autrement. Ce sont d'ailleurs les enfants qui sont le plus à plaindre, tiraillés entre leur mère et leur père, par l'affection et par la confiance, il est bien à craindre que lorsqu'ils seront assez vieux, ils prendront la religion plus facile à observer. Si les jeunes gens et les jeunes filles y pensaient plus sérieusement. Celles-ci se flattent toujours de l'espoir de convertir leur fiancé, mais comment avoir confiance à des conversions obtenues sous de tels auspices. On

TROP NERVEUX POUR DORMIR.

Les "Fruit-a-tives" lui Procurèrent un Sommeil Réparateur.

Cela paraît presque un miracle que le jus des fruits, sous une forme quelconque puisse surmonter l'insomnie ou le manque de sommeil. Pourtant les "Fruit-a-tives" qui sont tirées du jus des pommes, des oranges, des figues, des pruneaux et de toniques, produisent ce résultat.

"Je souffris de mauvaise digestion et de maux de tête et je devins si nerveux que je ne pouvais plus dormir. Je fis l'essai des "Fruit-a-tives" et maintenant ma digestion est bonne, les maux de tête ont disparu et mon sommeil est parfait," écrit Monsieur Hector Desjardins, 104 rue Shepherd, à Montréal.

Si vous ne dormez pas bien, si vous êtes nerveux et souffrez de mauvaise digestion, prenez des "Fruit-a-tives". 50c la boîte, 6 pour \$2.50, boîte d'essai 25c. Chez les marchands ou de Fruit-a-tives Limitée, Ottawa, Ont. et Ogdensburg, N. Y.

le marié, n'est-ce pas, ferme dans sa propre foi, ou il se laisse guider par des raisons sentimentales qui ne durent pas bien longtemps. La femme se prépare du chagrin si elle est fervente, ou elle s'expose à devenir tiède et indifférente. Au plaisir de vous lire de nouveau.

Pour la ménagère

Les oculistes condamnent l'usage de mettre du noir aux yeux.

Pour la chair de poule, bains fréquents avec 1 kilo de borax, ou lotions locale avec solution de borax à 20 pour 100.

Toutes les broderies de couleurs se lavent avec du savon neutre. Le faire dissoudre et ne pas frotter avec la main.

Pour ne pas avoir les mains rouges, évitez les brusques changements de température et baignez-les dans l'eau de son tiède.

Pour brunir les cheveux lavez-les deux ou trois fois par semaine dans de l'eau dans laquelle vous aurez fait bouillir des feuilles de noyer.

Pour les lèvres gercées, appliquez trois ou quatre fois par jour la pommade suivante. 15 grammes cérat sans eau, 5 grammes onguent strax, 1 gramme salol et 25 gouttes de teinture de tolu.

Pour les poils follets un collodion composé de 2 grammes huile de ricin, 10 grammes d'alcool, 30 grammes de collodion, 0 gramme 75 d'iode, et 20 gouttes d'essence de térébenthine.

Pour nettoyer les cheveux employés largement le mélange suivant. 500 grammes eau de rose, 85 grammes eau de vie camphrée, 30 grammes de borax de soude. Lotionnez bien la tête et sécher avec une serviette chaude.

Pour les verrues, on conseille de les frotter matin et soir avec les écorces de citron qui ont trempé huit jours dans du vinaigre concentré. On conseille aussi de les badigeonner, matin et soir, avec 15 grammes extrait fluide de thuya occidental, 1 gramme 50 d'acide salicylique.