

tch
"défaut"
Épargne
du Travail
Épargne
du Temps
Épargne
de l'Argent



ent rapide des mauvaises
is pouvez voir comme vous
vite et en pure perte ces
évaporation que sont les
insi, un pied de moutarde
r du sol, par jour, près de
u sept-dixièmes d'une cho-

ue les aliments dont se nour-
lantes sont apportés en disso-
s l'eau, du même coup les
herbes enlèvent aux plantes
ne bonne part de nourriture.
e qui a étudié ce problème,
dit que le charbon de Russ-
nt une verge carrée tire
assez et de chaux du sol que
es de blé occupant le même

moment, je vous laisse ces
s invonvénients à retenir.
errons d'autres aussi impor-
tante autre causerie. Rencou-
re cette année, la décision

us suggérais en parlant du
A savoir, de nettoyer vous-
que année, d'après vos
é étendue de terre infestée
ses herbes.

Adrien Desautels.

es Mamans
rir - /
tive et
otre Sirop
par nombre
étistes..
CO., LIMITED

URG
WN
ND
MAIS

Faites Votre SAVON

et économisez de l'argent!
Tout ce qu'il faut, c'est
de la graisse de rebut et de la

LESSIVE FLOCONNEE GILLET

Directions Complètes
à l'Intérieur de Chaque Canistre
VOTRE EPICIER VEND CE PRODUIT!



Petits cons: ils domestiques

Le choix raisonné des aliments permet-
tra aux ménagères de se servir des ali-
ments qui apportent le plus de force au
meilleur marché. Actuellement, les den-
rees économiques sont: le pain, le riz, les
oignons secs, la poitrine de mouton fri-
grifiée, le beurre de coco, la margarine,
les marrons, le sucre, l'huile d'arachides.

On peut y joindre les suivantes, qui sont
encore avantageuses: les lentilles, le bou-
din, les pommes de terre, les figues sèches,
le saundoux, le macaroni, le bœuf, le topo-
nambour, le pain d'épice, les haricots, les
dattes, les biscuits secs, les pruneaux, le
lait. On trouve des éléments assez variés
pour permettre aux ménagères de faire
de la "bonne cuisine à bon marché".

Quelques économies alimentaires

— Le sucre cristallisé sucre autant que le
sucre en morceaux, mais il faut le laisser
fondre entièrement. Une cuillerée à café de
sucre cristallisé remplace un morceau de
sucre de moyenne grosseur.

— Si vous voulez des choux de Bruxelles
et que le prix dulitre soit égal au prix de la
livre, achetez-en une livre, vous gagnerez
60 grammes de marchandise.

— Vous ne devez pas ignorer qu'un litre
de lentilles ou de haricots pèse 750 à 800

Comment elle s'est débarrassée de son Rhumatisme.

Connaissez, à la suite d'expériences très pénibles
les souffrances que cause le rhumatisme. Mme
J. E. Hurst, domiciliée au No 204 Avenue Davis,
D. 61, Brompton, Il. est tellement heureuse
de s'être déridé qu'elle offre d'une simple expression
de gratitude elle est amoureuse de conseiller aux
autres personnes affectées de cette maladie, comment se débarrasser de cette torture, par un
moyen fort simple, à la maison.

Mme Hurst, n'a rien à vendre. Découper simplement
cette annonce, mallez-lui-la avec votre nom
et votre adresse, elle vous fera parvenir ces pré-
cieux renseignements, absolument gratuits. Écrivez-lui immédiatement ayant de mettre cela en
oubli.

GRATIS Ce pho-
nographe
ou 100 autres belles pri-
mes. Demandez 50 pa-
quets de graines, quand
vendue retournes \$3.00.
Catalogue de 500 bargains
gratis.

ALLEN NOUVEAUTÉS, ST-ZACHARIE, QUE.

COUPONS D'ETOFFE

Nous vous offrons un bel as-
sortiment très varié de coupons de
longueur convenable pour
certains vêtements tels que cos-
tumes, matinées, jupons, et robes
pour dames et jeunes filles; chemises d'hommes; aussi au-
tours de la maison, objets de toutes
des plus récentes teintes et de la dernière mode.
Argent remboursé si vous n'avez pas entière satisfac-
tion. Prix \$1.00 francs. Gros lots bonne valeur
à \$2.00, \$3.00 et \$5.00 francs.

George Grattant, Agent Mig., New Glasgow, Qu.

Chez-nous

Section féminine

Le foyer, L'Ecole

LA SANTÉ

La santé est un capital, mes chères cousines, qui devrait figurer
parmi les items de comptabilité agricole qu'on enseigne au cultivateur
pour bien faire valoir son bien. Une femme en santé vaut 100 pour
100 dans l'exploitation et je n'entends pas par là qu'elle peut remplacer
l'engagé ou la servante, mais qu'en s'intéressant à tous les
détails, en veillant et en surveillant chaque département, et au besoin
en tenant les comptes, elle est une source de prospérité, tandis que lorsqu'elle est souffreteuse et traînante, elle ne fait pas plus que sa
besogne et qu'elle la fait mal.

Et puis, êtes-vous vraiment malade? Ne pouvez-vous pas définir cette oppression, cette lassitude, ces migraines, ces douleurs lancinantes, et les exposer à votre médecin? Vous secouez la tête, vous ne croyez pas qu'il s'intéresse à des malaises aussi puérils. Il n'est pas dans les habitudes, au village, d'aller trouver le médecin. On le fait demander quand un nouvel hôte veut apparaître au foyer, ou lorsque l'on se croit à l'article de la mort, ce qui n'est juste ni pour vous ni pour lui.

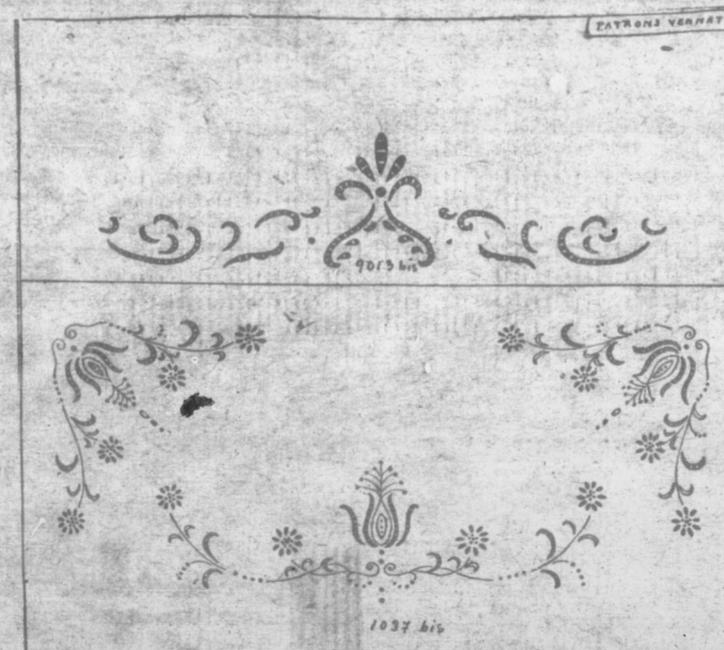
Vous vous souvenez de son arrivée dans votre paroisse, il y a quelque vingt ans, tout frais émoulu de son université dont il avait peut-être remporté les premiers prix. Son père, qui avait fait de grands sacrifices pour le faire instruire, n'avait pu ajouter à ses largesses le supplément nécessaire pour le voyage d'Europe qui lui aurait permis d'ajouter sur la plaque qui porte son nom et son titre, une spécialité et lui aurait permis de s'établir en ville. Il ne s'en plainait pas et arrivait chez vous avec le bagage habituel du jeune professionnel, des ambitions et des illusions. Ce qu'il rêvait d'amélioration dans la santé de ses semblables et s'il ne les a pas toutes réalisées, pouvons-nous dire que c'est sa faute.

Il a gagné sur toutes les routes, où on l'a promené dans toutes sortes de véhicules, avant qu'il fasse l'acquisition d'une Ford ou d'une Chevrolet, pour présider à la naissance de vos héritiers, plus de rhumatismes que d'argent, car il est notoire que c'est le dernier créancier qu'on paie, et s'il pensait à envoyer son compte régulièrement, on le jugerait bien intéressé. S'il perd un malade, on n'est pas lent à l'en tenir responsable et de dire même qu'il l'a négligé; s'il le ramène de l'antichambre de la mort, l'on prétend que ce sont les prières du curé et les neuvièmes qui l'ont sauvé.

Heureusement que le bon docteur a des compensations, dans sa famille d'abord, s'il a une femme qui le comprend et qui le complète et puis dans la politique, dans la littérature et au besoin dans l'élevage des poulets et des abeilles. Il faut bien occuper les loisirs que vous lui faites et qui pourraient être plus intelligemment employés à vous défendre contre la vieillesse et contre la maladie.

Allez le trouver, mes chères cousines, et donnez-lui la satisfaction de vous donner des conseils que vous suivrez consciencieusement et pendant un laps de temps suffisant, et si après cela vous n'êtes pas satisfaite, allez en ville consulter un spécialiste. Cousine Avette.

La broderie est un agréable passe-temps



2 Patron draps pourtant se finir par un ourlet à jour ou par un feston.
Patron au carbone 20c, perforé 50c.
Grande feuille de papier carbone 15c. ou 25c. suivant la grandeur.
Etampage seul 50c, sans feston, 90c. avec feston.
Tout étampe faux drap de 2 verges de large sur 1 verge de haut \$2.25.
Coton M. F. A. nécessaire à la broderie 4c. l'écheveau, 45c. la dos. ou coton à 6 brins 35c. le gros écheveau.
Demandez notre catalogue de broderie en vente dans tout le Canada, à 25c.

LE BULLETIN DE LA FERME, Case 129, QUEBEC.

LE THÉ King Cole

DE QUALITÉ SUPÉRIEURE
Étouffez amenez le goût

grammes. Cela vous guidera dans vos achats.

— N'épluchez pas vos pommes de terre
faites-les bouillir dans leur peau, en robe
des champs (on dit en robe de chambre),
puis pelez ensuite. Vous aurez un gain de 12%.

— N'épluchez pas vos carottes, grattez-
les, vous aurez un gain de 10%.

— Lorsque vous accommodez des sal-
sifis, pourquoi jetez-vous la partie supé-
rieure? C'est une excellente salade: man-
gez-la.

— Les bettes sont des légumes dont on
n'utilise que la partie dorsale, dure et
blanche. Pourquoi? Les feuilles propre-
ment dites, "le vert", ne le céderont en rien
en saveur et en qualités nutritives aux
meilleurs épinards.

— Savez-vous qu'il y a un moyen de re-
médier à un mets brûlé. Placez immédiatement la casserole sur la pierre à
évier et, après avoir mis le couvercle, faites couler dessus un filet d'eau pendant
une dizaine de minutes, ensuite changez de casserole. Vous pouvez servir sans
craindre de goûts de brûlé.

Le Grillon du Foyer.

Entrée.—Prenez un beau morceau de
foie de veau ou de bœuf. Ce dernier est
beaucoup plus économique et "très pré-
sentable"; lardez-le, faites-le cuire au
four, laissez bien refroidir. Coupez en
tranches assez minces, disposez-les avec
goût dans un plat orné de branches de
persil, garnissez avec des rondelles de
cornichons et servez.

MUSICIENS

Vous trouverez vos éten-
nes en musique et instru-
ments chez

RAOUL VENNAT
3770 St-Denis, Montréal.

(Catalogue envoyé sur demande)

**LE
SEL A BEURRE
EXTRA SPECIAL**

WINDSOR

EST LE MEILLEUR
POUR LE BEURRE

ESSAYEZ-LE!

21

21

21