

Lecture pour les Dames

CONSEILS AUX MÉNAGÈRES

Dix bonnes choses à savoir pour les ménagères, annonce l'*Esprit pratique*. Il les emprunte, d'ailleurs, à un journal américain *Go ahead* ! On irait peut-être à la douzaine, et même plus loin, en cherchant bien : mais il ne faut pas abuser des bonnes choses, contentons-nous des dix que l'on nous offre pour le moment, et dont voici la douce nomenclature. Toutes les ménagères qui ne la sauront pas par cœur, dans huit jours d'ici, seront mises à l'amende :

1. Le sel fait tourner le linge ; par conséquent, en préparant des bouillies ou des sauces, il est bon de ne l'ajouter qu'à la fin de la préparation.

2. L'eau bouillante enlève la plupart des taches de fruits ; versez l'eau bouillante sur la tache, comme au travers d'une passoire, afin de ne pas mouiller plus d'étoffe qu'il est nécessaire.

3. Le jus des tomates mûres enlève l'encre et les taches de rouille du linge et des mains.

4. Une cuillerée à soupe d'essence de térébenthine, ajoutée à la lessive, aide puissamment à blanchir le linge.

5. L'amidon bouilli est beaucoup amélioré par l'addition d'un peu de gomme arabique ou de blanc de baleine.

6. La cire jaune et le sel rendront propre et poli comme du verre le plus rouillé des fers à repasser. Enveloppez un morceau de cire dans un chiffon et, quand le fer sera chaud, frottez-le d'abord avec cette espèce de tampon, puis avec un papier saupoudré de sel.

7. Une solution d'onguent mercuriel dans la même quantité de pétrole, constitue le meilleur remède contre les punaises, à appliquer sur les bois du lit ou contre les boiserie d'une chambre.

8. Le pétrole assouplit le cuir des souliers et des chaussures durci par l'humidité, et le rend aussi flexible et mou que lorsqu'il était neuf.

9. Le pétrole fait briller comme de l'argent les ustensiles en étain, il suffit d'un verser sur un chiffon de laine et de frotter le métal avec. Le pétrole enlève aussi les taches sur les meubles vernis.

10. L'eau de pluie froide et un peu de soude enlèvent la graisse de toutes les étoffes qui peuvent se laver.

LA MIGRAINE

Des douleurs vives de la tête ou d'une moitié de la tête avec fatigue, malaises et vomissements, revenant sous forme d'accès plusieurs fois par an, indiquent une migraine. — La migraine est une maladie de l'âge adulte, inconnue dans l'enfance et chez les vieillards. — C'est surtout chez les femmes qu'on observe la migraine. — La migraine va presque toujours de pair avec une émigration chronique de l'estomac ou des intestins, surtout la dyspepsie ou la constipation, et dans certains cas, particulièrement les troubles menstruels. — Chez les personnes atteintes de migraine, les accès éclatent facilement sous l'influence d'une contrariété, d'une émotion vive, d'un travail excessif, d'un écart de régime, et de toutes les circonstances qui changent un peu la vie habituelle.

— La migraine prouve péremptoirement à ceux qui en doutent, qu'un trouble de fonction n'indique pas nécessairement l'existence d'une lésion de l'organe correspondant, car les douleurs, les vertiges, les bleuettes, la perte momentanée de la mémoire et l'inaptitude au travail, les vomissements, etc., qui caractérisent cette maladie, ne dépendent d'aucune altération appréciable du cerveau. La migraine violente avec accès très rapprochés entraîne souvent, à la longue, l'hébété, l'anémie, la surdité, mais ici, c'est le trouble de la fonction qui a déterminé la lésion des organes. — Les accès de migraine reviennent plusieurs fois par an ou plusieurs fois par mois, tantôt naturellement, tantôt sous l'influence de la fatigue, des écarts de régime, de la constipation, des émotions morales, des préoccupations, d'un travail prolongé, etc. — L'insomnie, la courbature, la tristesse et quelques frissonnements annoncent l'invasion de la migraine ; dans ces cas, une distraction, une promenade, du café noir ou du thé, de l'eau de mélisse, peuvent empêcher l'accès de se développer. — Dans un accès de migraine, outre les douleurs excessives de la tête, du front, des tempes ou de l'orbite, il y a des éblouissements, des bleuettes, des illusions visuelles, quelquefois des fourmillements dans les membres, des nausées, des vomissements sans fièvre, et les malades sont obligés de se mettre au lit pour éviter le bruit et la lumière qui leur deviennent intolérables. — Un accès de migraine dure de 12 à 24 heures et se termine par des vomissements, par de la transpiration, par des urines claires et abondantes, sans laisser de traces ou seulement un peu de courbature ou d'inappétence. — La migraine, quelle que soit sa fréquence dans l'âge adulte, disparaît au seuil de la vieillesse, c'est-à-dire à cinquante ans. — La migraine qui dépend de la dyspepsie (embarras d'estomac) et de la constipation, doit avant tout être traitée par le régime rafraîchissant et par les moyens propres à améliorer l'état de l'estomac. Quand la migraine est régulièrement périodique, elle peut guérir par le sulfate de quinine. — Le repos au lit, loin du bruit et de la lumière, avec une forte infusion de thé ou de café, sont nécessaires pendant un accès de migraine.

LA COIFFURE DES ENFANTS

Nous ne parlerons pas de la coiffure des garçonnets. Ils portent les cheveux courts et même ras, la plupart du temps. Cependant, quelques mamans déguisent leurs garçons en fille, en leur laissant les cheveux longs, en les mettant en jupes le plus longtemps possible et en les efféminant autant qu'elles peuvent. Cette façon de les habiller donne aux garçons un air maladif qui ne convient ni au sexe fort, dont la principale qualité est, avant tout, d'être robuste et solide. Les frisures, les cheveux longs et les pompons sont la propriété des petites filles. On les coiffe de différentes manières. D'abord signalons la coiffure à l'Infante, très à la mode en ce moment, qui leur donne l'air d'un portrait descendu des murs d'un musée. Derrière, les cheveux retombent librement sans être ni frisés, ni ondulés. Sur le front ils sont coupés en frange légère dite : aux enfants d'Edouard. De côté, de chaque côté de la figure, on frise les cheveux

en bouclettes très légères on les serrant dans le haut par un petit ruban noué ou par un chou de la couleur de la robe. Ces touffes encadrent très délicatement l'ovale d'une figure fine et distinguée. Cette coiffure va surtout bien aux petites blondes, délicates, un peu mièvres, au visage allongé. Une autre jolie coiffure consiste en une raie au milieu de la tête et dans des frisettes étagées retombant en gradations jusqu'au cou. Derrière, les cheveux retombent en trois grandes boucles. Une coiffure lisse, assez avantageuse pour les fillettes ayant de très beaux cheveux, consiste à les laisser tomber non frisés dans le dos et à les natter seulement devant, de chaque côté, comme les femmes gauloises. Les nattes sont nouées par de très jolis rubans. Nous indiquons bien entendu des coiffures habillées. Pour tous les jours on fait ce qu'on peut, les études des enfants ou les occupations des mamans ne permettant pas de passer beaucoup de temps à édifier des coiffures compliquées.

INDUSTRIE LAITIÈRE

L'extrait que voici du *Marché Français* prouve assez qu'en France l'industrie laitière ne reste pas inactive :

« Le conseil général de la Haute-Loire vient de décider l'établissement d'une école de laiterie et de fromagerie. Les départements du Puy-de-Dôme et du Cantal devraient s'associer à cette œuvre en vue de perfectionner la fabrication du fromage du Cantal qui n'a pas fait de progrès depuis plusieurs siècles. Aussi, tandis que les fromages de Chester, de Hollande et de Gruyère font le tour du monde, l'exportation dédaigne les fromages d'Auvergne, et si on en trouve quelquefois à l'étranger, c'est que des Auvergnais en ont fait venir pour leur usage, car il est entre eux un lien, comme un morceau de la patrie bien aimée, à l'instar du macaroni pour les Italiens ou de la bouillabaisse pour les Marseillais. On peut faire, avec le lait des pâturages de l'Auvergne, des fromages aussi recherchés que le Parmesan ou le Chester, et tripler la valeur au buron de ce produit accessoire qui, bien exploité, comme le Roquefort, est la meilleure utilisation des fourrages et des animaux. »

A une récente réunion de l'Association des Marchands de Beurre et Fromage de Montréal, il a été résolu d'adresser au ministre de l'Agriculture, aux Associations de Commerce en Angleterre et aux agents des compagnies transatlantiques à Montréal la résolution suivante :

« Qu'il est de la plus haute importance que des réfrigérateurs pouvant contenir 10,000 boîtes au moins de beurre et fromage soient installés à bord de tous les navires qui font la traversée entre Montréal et la Grande Bretagne pendant les mois de juin, juillet et août, vu que les pays qui nous font de la concurrence dans ce genre de commerce ont un service de vapeurs pourvus de réfrigérateurs. »

L'association a aussi décidé de mettre à l'étude sous peu la réfrigération mécanique du beurre. Le professeur Robertson est d'opinion que par ce procédé le beurre pourrait être tenu à une température de 30 degrés pendant la traversée de l'océan.