Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 1 (1970-1971)

Heft: 7

Rubrik: La chronique de Madame Pratique

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 08.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Aînés-Variétés

La chronique de Madame Pratique

Petite note asiatique
Les lis, originaires d'Asie, nécessitent une terre perméable et légère. Afin de ne pas perturber leur belle floraison, il est nécessaire de ne pas transplanter ces liliacées pendant plusieurs années.

Saviez-vous que...
Des frictions avec du jus de citron fortifient le cuir chevelu et préviennent souvent la chute des cheveux. En plus, elles débarrassent des pellicules.

Le grain de beauté
Lorsqu'on porte des lunettes, il importe que la coiffure ait du volume au-dessus du front. Pour écarter toute trace de sévérité, il est indispensable que les cheveux encadrent bien le visage. En n'étant pas trop tiré, le chignon peut convenir. C'est pourquoi, que vous alliez chez le coiffeur ou chez l'esthéticienne, portez vos « doubles-fenêtres ». Ce faisant, vos lunettes seront toujours en harmonie avec votre coiffure ou votre maquillage.

La santé dans votre assiette
Avez-vous la déveine de souffrir des maladies de veines? Alors, nourrissez-vous de blé fraîchement concassé avec banane (ou jus d'orange) une fois tous les deux jours. Prenez une cuillerée à soupe rase de blé fraîchement concassé (froment, seigle, avoine), autant d'eau et autant de miel. Acidulez de quelques gouttes de jus de citron. Ajoutez soit une demi-banane, soit le jus d'une orange. Faites tremper les grains pendant six bonnes heures. Ecrasez-les alors à la fourchette et mélangez bien le tout. La diététique naturelle est un gage de santé!

Le coin du bricoleur
S'y connaître en peinture, faire tout soi-même dans son appartement, c'est bien, à condition que vous ménagiez votre précieuse santé. En effet, il est des produits chimiques contenus dans les peintures qui peuvent vous incommoder. Aussi, ne dormez jamais dans une pièce fraîchement repeinte. Et lorsque, pinceau en main, vous effectuez le travail du spécialiste, désaltérez-vous au lait, ce précieux antidote!

Cherchez le titre!
« Le Cap: tasse africaine » est le titre truqué d'un ouvrage de Théophile Gautier. Le reconnaissez-vous? (Solution, page 22.)

Les lettres éparses
Lieu écarté — Chanson qui endort — Irritant — Intervertir — Ivresse — Nocif, toxique — Frapper fort — (Solution, page 22.)

1	E	R						
2		E	R					
3			E	R				
4				E	R			
5					E	R		
6						E	R	
7							E	R

La Rocaille
Hôtel de grand confort à la table réputée offre des **conditions spéciales** aux retraités pour des séjours en septembre et octobre
Château-d'Œx
Téléphone 029/4 62 15
ainsi que le remboursement du billet de chemin de fer.

PRAXIMED S.A.
Tout pour le confort du malade et de l'infirme
Fauteuils roulants pliables
Appareils pour soulever et transporter les malades
Moyens auxiliaires pour la marche, le bain et la toilette
VENTE ET LOCATION Rue de Bourg 11-13 1003 Lausanne

Vos fenêtres...
Une pièce privée de rideaux peut paraître parfois inhabitée, impersonnelle et pauvre. Si vos fenêtres donnent sur une cour triste, une mer de toits, sur des immeubles voisins d'où vous vous sentez épiés, garnissez-les de rideaux, voire de doubles rideaux, afin d'augmenter confort et intimité. Mais si vous avez la chance qu'elles donnent sur un charmant décor, sur un coin de nature, un bel arbre, ne voilez pas vos fenêtres et ne camouflez pas cette échappée. Prévoyez juste ce qu'il faut pour être abrités des regards indiscrets. En résumé, rideaux et voilages qui habillent une chambre, un intérieur, devraient être choisis selon l'extérieur...

Le conseil pratique
Si vous transpirez des pieds, évitez de choisir et de porter des chaussures à semelles crêpe ou caoutchouc. Souvenez-vous que seul le cuir respire!

« L'art d'être grand-père... »
... ou grand-maman, vous le pratiquez merveilleusement. Mais il arrive parfois que vos petits-enfants tombent malades et trouvent le temps long. Combien de fois n'est-ce pas survenu lorsque leurs parents étaient absents ? Une fois que la fièvre aura quitté l'enfant, installez-le confortablement dans son lit et proposez-lui, outre les belles histoires que vous connaissez, ses poupées, ses animaux en peluche, des jeux de découpage (avec ciseaux à bouts arrondis), de pliage. Vous pourrez aussi prendre une bougie et une assiette creuse remplie d'eau. Penchez votre bougie allumée au-dessus du récipient. Les gouttes de cire tombant dans l'eau froide formeront de charmantes petites fleurs. Le petit malade sera ravi de se confectionner un collier avec elles. Sensible, le gosse appréciera votre présence et votre ingéniosité.

SOLUTIONS DES JEUX
Cherchez le titre : « Le Capitaine Fracasse »
Les lettres éparses : 1. *Ermitage* — 2. *Berceuse* — 3. *Enervant* — 4. *Inverser* — 5. *Griserie* — 6. *Délétère* — 7. *Marteler.*

HOTEL ROSAT
1837 Château-d'Œx
Altitude 1000 m.
Tél. (029) 4 62 12

Cadre tranquille et agréable Grand parc, vue imprenable Idéal pour repos et convalescence – Tout confort – Lift Cuisine très soignée – Sur demande, cuisine à régimes simples – Prix réduits en mai-juin-septembre octobre-novembre

Pour longs séjours, extrêmement avantageux.

Juste à point!
Lorsque vous avez acheté des fromages à pâte molle, voici ce qu'il importe de faire pour les avoir à point au jour « J »: s'ils sont à point, conservez-les à basse température à l'abri des courants d'air. S'ils sont plutôt coulants, sortez-les vite de leur emballage et soumettez-les à un courant d'air rapide. S'ils ne sont pas suffisamment faits, posez-les sur une grille et conservez-les à une température de 12° environ et retournez-les de temps en temps. Seul le fromage dur se conserve longtemps.

La recette de Jean Moro

Crêpes grand-mère
Recette pour deux personnes:
Pour la masse à crêpes: 2 cuillerées de farine, 1 d'huile, 1 d'eau, 1 œuf, 1 dl de bière et une pincée de sel.
Pour la masse à farcir : 2 petits suisses frais, 50 g de bon gruyère râpé, un peu de muscade et un tour de moulin à poivre.
Préparer la masse à crêpes quelques heures d'avance. Mélanger rapidement la farine, la bière, l'eau, le sel, puis l'œuf. Laisser reposer.
La farce se prépare au moment de la cuisson. Malaxer les petits suisses, le gruyère, la muscade, le poivre. Le faire soigneusement afin d'obtenir une masse onctueuse. Préparer des petites crêpes fines que l'on range dans un plat à gratin, en les fourrant, puis parsemer d'un peu de gruyère râpé et glisser au four chaud quelques minutes. Servir avec une bonne salade verte.

Ivresse de Juin

Du printemps, en son allégresse,
Juin faisait sauter le bouchon
Et sur l'été, dans son ivresse,
Il montait à califourchon.
Et tel Pégase en chevauchée
Sabots légers et course ailée
Il réalisait l'hyménée
De feu Printemps et de l'Eté.
Mais printemps n'a plus la parole,
Il se lamente et se désole
Malgré l'été qui le console:
Ne peut être et avoir été.

G.-F. Clavel