Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 3 (1973)

Heft: 2

Rubrik: Madame Pratique a des idées

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: 09.07.2025

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

Extrémités froides...
Le froid des extrémités s'allie, généralement, aux rougeurs disgracieuses de celles-ci. Afin de remédier à cet ennui hivernal, massez vos jambes et vos bras à l'alcool camphré, des poignets aux épaules, des orteils aux mollets. Vous n'aurez, alors, plus cette désagréable sensation de « frisquet ».

Les dents « castagnettes »...
Vos dents sont-elles branlantes? Vite, faites de la tisane d'ansérine et gargarisez-vous plusieurs fois par jour. Ce bain de bouche raffermit les dents vacillantes.

Une pomme pour le teint !
Si vous avez l'épiderme déshydraté, le masque à la pomme, à fabriquer vous-même, vous conviendra à merveille. Ecrasez en purée une pomme crue. Incorporez à cette purée une bonne cuillerée à café de crème fraîche. Etalez ce masque sur le visage et le cou. Attention: tout masque ne doit pas descendre plus bas que les sourcils et doit éviter la peau combien fragile du dessous des yeux! Laissez agir en vous détendant vingt minutes durant. Retirez à l'eau minérale.

Finie la constipation
Si vous vous mettez à boire de la tisane de liseron des champs ou des haies. A quoi bon vous priver de ce purgatif actif?

Si la peau vous en cuit
Victime de votre maladresse, vous venez de vous brûler. Si vous n'avez rien d'autre sous la main, trempez des feuilles de guimauves fraîches dans de l'huile comestible. Bien vite ce remède de médecine populaire vous apportera un grand soulagement.

— Pour plaisanter, j'ai dit au voisin que tu flirtais avec sa femme... Il t'en a parlé? (Dessin de Chen-Cosmopress)

Quelques feuilles de salade
Ayant la fraîcheur du jour, attachées autour du cou auront vite raison d'un saignement de nez. Comme par magie, elles arrêteront l'hémorragie.

Dix conseils pratiques
Ils s'appliquent aux personnes qui, vaillamment, entreprennent leurs grands travaux ménagers.

1. Avant de laver les vitres, protégez parquet ou meubles sous les fenêtres avec un journal. Celui-ci recevra poussière et éclaboussures. Une vieille nappe en plastique est tout aussi pratique.
2. Avant de faire une pièce à fond, protégez fauteuils, meubles et lits avec de vieux draps.
3. Passez une serpillière humide sur le parquet avant de le frotter à la paille de fer.
4. Un peu de thé infusé sur les tapis avant de les brosser leur redonnera un plus bel éclat.
5. Evitez de brosser ou secouer des vêtements, tapis, torchons, etc. dans la cuisine.
6. Toujours avant de vous « atteler » au grand ménage, protégez votre robe de tous les jours en revêtant une blouse de travail. Mettez un foulard sur la tête pour garder vos cheveux à l'abri de la poussière.
7. Passez des gants pour les travaux grossiers.
8. Enduisez votre visage d'une bonne crème grasse que vous enlèverez ensuite avec du démaquillant.
9. Plutôt que de taper fréquemment les tapis, usez de l'aspirateur.
10. Et lorsque vous tirez tout en bas, ne brûlez pas votre énergie à mitonner des petits plats. Ce jour « J », usez sans vous gêner de l'ouvre-boîte...

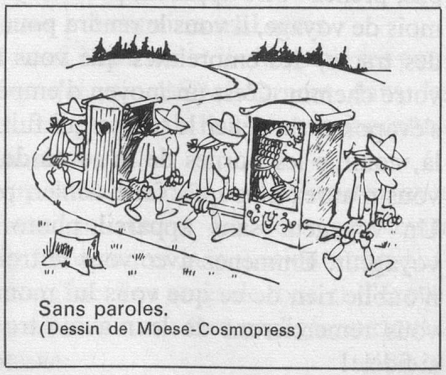
Ne jetez pas les cosses de haricots
Faites-les sécher. Bien cuites, elles constituent, appliquées sous forme d'emplâtres brûlants un remède bienfaisant en cas de panaris ou de doigts ulcérés.

Recette du foie gras maison
Vous le préparerez plusieurs jours à l'avance. Eléments: 400 g de foie de porc, 500 g de lard gras, 2 ½ dl de lait, 1 à 2 œufs, des truffes à volonté, sel et poivre. Passez au hachoir extrêmement fin foie et lard. Incorporez le lait, les œufs, les truffes hachées et faites stériliser trois heures durant dans des bocaux adéquats. Vous débiterez le foie gras en tranches et le servirez accompagné de salades.

De l'anniversaire, une fête dans l'air
Voici une charmante manière de combler une amie, une parente: la corbeille à ouvrage décorée de cœurs. Pour la réaliser, il faut: un petit panier à fraises, du plastique adhésif blanc, du papier adhésif rouge, un bout de ruban rouge, autant de ruban blanc, un pinceau, du vernis blanc.
Exécution : Brossez et lavez soigneusement le panier. Une fois bien sec, vernissez-le extérieurement et intérieurement, l'anse comprise. Tapissez-en le fond de plastique adhésif blanc. Faites un joli nœud avec chaque ruban. Nouez les rubans en les réunissant. Fixez la cocarde sur le côté de l'anse. Dessinez et découpez des cœurs dans le plastique rouge adhésif. Appliquez les cœurs sur le pourtour du panier, à intervalles réguliers. Un panier à ouvrage qui se glisse sous le bras, c'est bien pratique!

Pour retrouver l'entrain
Vos forces herculéennes vous ont quelque peu trahi lors de votre récente maladie, sacrifiez aux bains d'essence de marjolaine. Un bain de marjolaine fortifie et redonne délicieusement goût à la vie.

Les bananes flambées
Pour 4 convives: Eléments: 4 grandes ou 8 petites bananes, 60 g de beurre, 100 g de sucre fin, un bon verre de Grand Marnier, un verre à liqueur de rhum, le jus d'une orange, quelques gouttes de jus de citron, 1 poignée d'amandes mondées et pelées. Faites caraméliser le sucre en le remuant à l'aide d'une fourchette afin qu'il ne s'attache pas. Ajoutez les bananes pelées et le beurre. Après avoir retourné les fruits, déglacez au jus d'orange et citron. Laisser frémir quelques instants. Ajoutez le Grand Marnier. Après un léger mijotement, versez le ruhm et flambez. Dressez les fruits sur les assiettes, nappez-les de sauce et sau poudrez-les d'amandes effilées.



Sans paroles.
(Dessin de Moese-Cosmopress)