

Zeitschrift:	Le mouvement féministe : organe officiel des publications de l'Alliance nationale des sociétés féminines suisses
Herausgeber:	Alliance nationale de sociétés féminines suisses
Band:	28 (1940)
Heft:	574
 Artikel:	Budget alimentaire d'été
Autor:	Gueybaud, J.
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-263818

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: 15.01.2026

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

bre : d'après une lettre de Mrs. Bompas, un arrangement intervenu avec un groupement féministe anglais faciliterait la parution de ce journal.

Des nouvelles nous sont aussi parvenues de la plupart de nos amies féministes françaises, presque toutes établies pour une période plus ou moins longue dans les régions du Sud ou du Centre, et collaborant efficacement à l'activité locale en faveur des réfugiés. Nombre des anciennes élèves de l'Ecole de Surintendantes d'usines sont à Toulouse comme assistantes sociales. L'Alliance Universelle des Unions chrétiennes de jeunes filles a délégué là-bas sa secrétaire spécialement chargée des questions industrielles, Mrs. Fox, dont l'activité et le concours sont précieux.

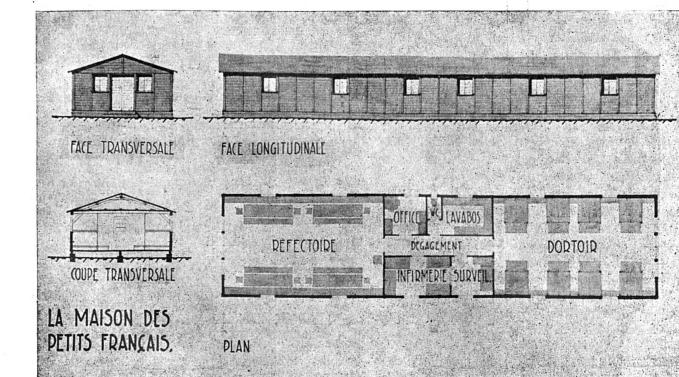
La correspondance est aussi assez régulière avec Rosa Manus, qui est très active, comme nombre de ses compatriotes, dans le « Service Volontaire féminin », créé dès l'automne dernier, et dont un article paru ici même a exposé le fonctionnement ; il semble que c'est surtout à l'organisation de repas bon marché, et à la distribution de vivres que ce « Service » s'est consacré depuis le mois de mai. Dans un tout autre ordre d'idée, plusieurs membres de l'ancien Comité, présidé par Miss Dingman et créé en 1932, lors de cette Conférence pour la limitation des armements, qui avait fait naître, hélas ! tant d'espoirs si cruellement déçus ! sont aux Etats-Unis et y suivent de près les problèmes politiques qui se posent outre-Atlantique : Miss Dingman elle-même, Mme Dreyfus-Barney, Mrs. Puffer Morgan, dont les messages, reflétant l'opinion publique dans leur pays, sont pleins d'intérêt.

Disons encore que dès le début de juin, des appels pressants ont été envoyés par les représentantes à Genève des grandes organisations féminines internationales à celles de leurs Sociétés membres qu'elles avaient pu atteindre pour leur demander de s'intéresser activement et d'intéresser leurs compatriotes à l'œuvre de la Ligue des Croix-Rouges en faveur des réfugiés de guerre en France. En ce qui concerne l'Alliance Internationale notamment, Mme Gourd a reçu des réponses encourageantes de Suède, du Brésil, de la République Argentine (où l'appel de l'Alliance a été reproduit par la presse), etc., etc.

Et nous les femmes ?... (suite de la 1^e page)

Non seulement ces manifestes et ces programmes nous ignorent comme collaboratrices, mais parfois encore ils nous attaquent ou nous régentent sans nous demander notre avis. Voici par exemple le *Message du Parti radical genevois au Parti radical-démocratique suisse*, qui réclame que « soit favorisé l'emploi d'hommes dans de nombreuses activités où sont utilisées actuellement des femmes sans charge de famille ». Sans charge de famille donc des femmes seules, célibataires ou veuves sans enfants : ôtez-vous de là que nous nous y mettons, sans égard à vos capacités, à votre préparation professionnelle, à votre vocation, car il ne faut pas craindre d'employer ce terme dans son sens étymologique en cette période où il est bien porté de glorifier la valeur morale du travail. Le même *Message* réclame aussi que « soit encouragé et protégé le travail domes-

établir, là où cela sera le plus nécessaire, des baraquements en bois, simples, mais hygiéniques et pratiques destinés à des enfants orphelins, égarés, ou abandonnés ; et c'est pour se rendre compte des localités où ces baraquements rendraient les plus grands services qu'a été fait ce premier voyage d'enquête et de reconnaissance. Nous laissons la parole à Mme Piguet-Ramuz :



Cliché Mouvement Féministe

Un modèle réduit de ces baraquements va être exposé au Comptoir suisse à Lausanne, ce qui permettra à de nombreux visiteurs de se rendre compte de l'ingéniosité de son agencement.

Budget alimentaire d'été

Poursuivant ses études scientifiques, Mme Claire Hoffner nous apporte du nouveau dans les journaux coopératifs romands un budget alimentaire calculé pour une famille de 4 personnes (rappelons qu'il s'agit d'un père exerçant une activité physique modérée, d'une mère occupée aux soins du ménage, d'un garçon de douze à quatorze ans, et d'un enfant de cinq à sept ans). Ce budget, elle le base comme on le sait, d'une part sur le nombre d'éléments scientifiquement dénommés calories et protéines, que les travaux les plus poussés d'experts en la matière ont fixés comme minimum indispensable pour l'alimentation d'une personne ; et d'autre part sur le prix au marché de Genève à fin juillet des denrées contenant les quantités voulues de ces éléments. Le père, on s'en souvient sans doute, a besoin de 3.000 calories et de 75 protéines par jour ; la mère de 2.600 calories et de 75 protéines ; le jeune garçon de 3.200 calories et de 69 protéines ; et l'enfant de 1.400 calories et de 64 protéines. Or, ce total de 10.200 calories et ces 238 protéines quotidiennes, Mme Hoffner le leur procure pour une dépense de 5 fr. 29 par jour, soit 37 fr. 06 par semaine, en trouvant moyen encore de leur faire faire des économies de combustible, et de leur assurer les indispensables et fameuses vitamines que doit comprendre tout menu bien étudié.

Ayan indiqué dans nos précédents articles¹ les quantités et les prix détaillés des denrées sur lesquels Mme Hoffner base son budget, nous reproduisons cette fois-ci — une fois n'est pas coutume ! — ses menus. On y remarquera la prédominance des légumes frais et des fruits, de même que l'indication d'un repas entièrement froid et de plusieurs repas partiellement froids : tout ceci en harmonie avec la saison et la nécessité de ménager le combustible. Evidemment d'autres combinaisons seraient possibles et celles de nos lectrices qui ont charge d'alimenter toute une famille pourraient certainement en suggérer d'intéressantes — mais sans perdre du vu toutefois : 1. qu'il est indispensable qu'au bout de la journée chacune des quatre personnes types choisies par Mme Hoffner ait trouvé sa ration minimum de calories et de protéines, et 2. que le prix total de ces menus pour une semaine ne doit pas excéder la somme de 37 fr. et six centimes ! Mesdames, à vous de nous ingénier ! et si vous le voulez, de nous communiquer le résultat de vos études !...

J. GUEYBAUD.

¹ Voir les Nos 563 et 571 du *Mouvement*.

MENUS

Chaque jour:

Petit déjeuner

Adultes: café au lait ou thé.
Enfants: lait (chocolat au lait le dimanche)
Tous: un peu de beurre, mielasse et pain

Gouter

Enfants: un verre de lait

DIMANCHE

Midi

Ragoût de veau
Purée de pommes de terre
Salade de haricots verts
Pêches

Soir

Potage aux herbes
Gâteau de maïs

LUNDI

Midi

Ragoût de veau (reste)
Macaronis au beurre.
Salade verte
Prunes

Soir

Soupe au riz
Courgettes aux tomates

MARDI

Midi

Boules de Bâle
Carottes en sauce
Pommes de terre Château
Pêches

Soir

Café au lait
Omelettes aux macaronis
Salade verte

MERCREDI

Midi

Bœuf bouilli
Riz au fromage
Salade de tomates
Compote de pruneaux

Soir

Bouillon
Gnocchis à la semoule

JEUDI

Midi

Vinaigrette de bœuf bouilli
Chou-fleur sauce béchamel
Pommes de terre vapeur
Petites omelettes au sucre

Soir

Soupe aux légumes
Tomates farcies au maïs

VENDREDI

Midi

Thon et œufs durs sur laitues et tomates
Salade de pommes de terre
Gâteau aux prunes

Soir

Potage aux carottes
Macaronis au fromage
Compote de pruneaux

SAMEDI

Midi

Soufflé au fromage
Haricots verts à la Bretonne
Pommes de terre maître d'hôtel
Pêches

Soir

Thé ou café au lait
Pouding au tapioca
Compote de pruneaux

tant de femmes, a donné une actualité toute spéciale. Voyez tous ces problèmes d'ordre social, tels que la protection de la famille, l'assurance-vieillesse, la lutte contre l'alcoolisme, contre l'immoralité, que toutes les Ligues nouvellement nées, malgré leur bonne volonté, n'arriveront pas à résoudre sans l'aide des femmes. Voyez l'attitude dilatoire, méfiante, parfois franchement hostile, de tant de nos concitoyens à l'égard de la réforme politique de base que serait le suffrage féminin. Et voyez, enfin le grave problème de l'avenir du pays, de son orientation morale, du maintien de ses insti-

tutions, du triomphe de ses caractéristiques fédéralistes et démocratiques, problème à la solution duquel nous sommes prêts à apporter le meilleur de nos forces, de nos pensées, de notre cœur. Mais cela non pas en subordonnées, en parentes pauvres que l'on fait entrer par la petite porte, mais en collaboratrices et en égales. Et cela dans l'intérêt supérieur du pays. Car, ainsi que l'écrivait Vinet, il y a déjà un siècle « pour que l'homme vaille tout son prix, il faut que la femme vaille aussi tout le sien ». E. GD.

Devant ces faits, nous nous sommes demandé s'il y aurait lieu de porter quelques secours à Lyon même, mais en prenant contact avec le directeur du Centre d'accueil du Palais de la Foire de Lyon et avec d'autres personnalités, nous constatons que ce Palais offre des possibilités d'abris et une organisation suffisante pour parer aux nécessités les plus urgentes. En ce qui concerne les enfants, des réfectoires, cours scolaires, infirmières, biberonneries, jardins d'enfants sont organisés au mieux des possibilités (10.000 réfugiés, dont quelques-uns sont là depuis le début de mai, alors que d'autres arrivent et repartent sans cesse). Il existe également plusieurs vestiaires gratuits pour les réfugiés.

Seconde étape : Ambert (Puy-de-Dôme). Cette région, quoique manquant de certaines denrées, est encore privilégiée. Les réfugiés sont reçus par la population. D'Ambert à Vichy, où une visite au commissariat de police confirme notre impression que Vichy est également une plaque tournante fort engorgée. Nous y rencontrons Mme Gustave Roussy, femme du recteur de la Sorbonne, et M. Bernard Fay, professeur au Collège de France, qui représente ici le Secours National et la Croix-Rouge parisienne. A son avis, notre action devrait se porter sur la zone occupée, ce qui aiderait à décongestionner le centre de la France et favoriserait le retour aux villes abandonnées. Nous allons ensuite à St-Germain-des-Fossés, centre très important de réfugiés, puisque c'est là que s'arrêtent les voitures et les trains se dirigeant sur l'Ouest, et où nous pensions installer un de nos baraquements ; mais le maire nous en dissuade jugeant qu'il ne faut pas stabiliser dans cette région l'arrêt des populations qui y affluent consi-

tement, et qui, par petites quantités et par intervalles, sont autorisées à franchir la ligne de démarcation entre les deux zones. Désirant nous rendre compte par nous-mêmes de la condition des réfugiés aussi près que possible de cette ligne, nous nous rendons alors dans les départements du Cher et de l'Indre : en causant avec la population et tout spécialement avec les réfugiés, nous avons senti que si la situation de ceux qui attendent, parfois des journées durant, de pouvoir franchir cette ligne, est atroce, nous ne pourrions y apporter qu'un secours aléatoire. Ce qu'il faut là, ce sont des baraquements sous forme d'asiles temporaires qui abriteront tous les êtres humains qui attendent, et non pas seulement des enfants.

Clermont-Ferrand : 150.000 réfugiés, répartis chez l'habitant et dans 23 centres d'accueil, dont nous avons visité les principaux. Certains offrent le spectacle d'une détresse et d'une promiscuité lamentables. Nous avons également visité le vestiaire, organisé d'une façon parfaite par Mme Ronquier, la femme du médecin en chef de la Maternité de Clermont, qui nous dit que les sources de ravitaillement des vestiaires (charité privée) sont éprouvées, et qu'elle ne sait plus comment faire face à la demande. Puis, pendant une matinée entière, nous assistons à la réception des réfugiés à la Préfecture de Clermont, en compagnie des professeurs Baulig et Gemähling¹, de l'Université de Strasbourg, qui, repliés en septembre, se voient tout entiers à cette tâche. Les réfugiés viennent solliciter des bons d'hébergement et des

¹ Il s'agit ici de notre ami, président de la Branche française de la Fédération abolitionniste, si connu chez nous par ses admirables conférences sur le relèvement des prostituées.