

Zeitschrift: Femmes suisses et le Mouvement féministe : organe officiel des informations de l'Alliance de Sociétés Féminines Suisses

Herausgeber: Alliance de Sociétés Féminines Suisses

Band: 62 (1974)

Heft: 11

Artikel: Santé

Autor: Alexandra

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-273882>

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: 23.01.2026

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

Femmes suisses

SANTÉ

La rédaction de FEMMES SUISSES a été frappée du nombre de problèmes rencontrés par les femmes vivant seules, et obligées tout de même de se nourrir sainement, pas d'un yoghourt-sur-le-pouce et d'un rond de saucisson jusqu'au jour où on recevra des amis à dîner; voici une petite liste de plats économiques-sains-équilibrés dont même les mères de familles nombreuses feront bien de profiter.

FEMME SEULE, MON AMIE

S'il est triste de manger seule, il est absolument lamentable de ne pas se donner la peine de préparer un petit repas attrayant au lieu de manger un mélancolique et malsain sandwich aux polyphosphates.

Finalement, on peut tout de même consacrer une petite demi-heure à son dîner, et voici un petit menu qui sera préparé en deux temps trois mouvements, à peu de frais, et qui ne nuira nullement à votre ligne.

1. Potage au tapioca*

Préparer un bouillon avec deux verres d'eau et un cube. Y jeter en pluie une cuiller à dessert de tapioca. Laisser mijoter dix minutes à tout petit feu. Ajouter une cuiller à dessert de lait en poudre écrémé délayé dans une cuiller à dessert d'eau froide. Saler, poivrer.

* Si ce potage sert de repas complet, on peut le laisser tiédir et ajouter avec précaution un jaune d'oeuf battu.



2. Jambon Mistral

Faites blondir dans un peu de corps gras un petit oignon grossièrement émincé. Ajouter une grosse tomate coupée en tranches, du sel, du poivre, un peu d'ail, éventuellement, et quelques herbes de Provence. Le secret de l'ail facile à digérer est d'en ôter le gout vert. Une fois que cette préparation a mijoté cinq minutes, ajouter 150 gr. de jambon coupé en carrelets et laisser chauffer encore cinq minutes. Servir avec une portion de riz Minute. Pas besoin de salade puisqu'il y a plein de vitamines.

3. Délice de Petit-Suisse*

Rien de plus simple, de plus vite fait, de plus délicieux et de plus sain. Mélanger deux petits-suisses avec une cuiller à dessert de sucre fin et une cuiller à thé de kirsch.

* Si ce dessert tient lieu de repas complet, y ajouter un jaune d'oeuf battu, et l'on se boursouflera ainsi de protéines.

ALEXANDRA

Publicité pas ridicule du tout!

Pour une fois : Publicité pas ridicule du tout ! Un alcool, soit, mais qui s'accorde avec toutes les boissons non alcoolisées, et puis le volant en bas à droite...



RUBRIQUE ÉCONOMIQUE

Quand l'épouse dispose-t-elle du compte en banque ?

Supposons qu'une femme mariée ait ouvert un compte auprès de la banque, que peut-il se passer ? Dans la dernière édition de son "bulletin", le Crédit Suisse explique qu'elle a la libre disposition de l'avoir en compte. Elle peut acheter des papiers-valeurs et les mettre en gage. Elle peut en outre donner procuration à une tierce personne. Libellées en termes généraux, ces procurations ne s'éteignent ni par la mort, ni par l'incapacité du mandant d'exercer ses droits civils. On évite ainsi qu'au décès, la fortune du mandant ne reste bloquée jusqu'au règlement de la succession.

Par ailleurs, une femme mariée peut recevoir une procuration sans que son mari ait à donner son consentement. Si elle est au bénéfice d'une procuration pour un compte bancaire, elle

peut disposer de ce dernier sans autres formalités.

Et si le mari dénonce son consentement tacite ? La femme perd son droit de disposition et, selon l'usage actuel, le Crédit Suisse n'accepte plus alors que des ordres collectifs des deux époux.

D'autre part, des époux peuvent aussi ouvrir un compte ou un dépôt joints. Dans ce cas, le Crédit Suisse a également mis au point une formule qui contient, entre autres dispositions, la déclaration de consentement du mari. La caractéristique de ces comptes et dépôts joints consiste en ce que, par la suite, chacun des époux peut disposer seul de l'avoir, c'est-à-dire sans la signature de l'autre.

Il peut se produire aussi que la femme sollicite un crédit. Là de nou-

veau, l'unique condition est le consentement du mari. Il en résulte que le crédit n'est pas garanti seulement par les biens réservés de la femme, mais aussi par ses apports. Par contre, le mari ne répond pas par sa propre fortune d'un crédit octroyé à sa femme.

Comme nous l'avons vu, les époux peuvent ouvrir un compte ou un dépôt joint ou le mari donner une procuration à sa femme pour ses avoirs en banque. Il ne se pose aucun problème. Dans les autres cas, l'épouse n'est pas habilitée à disposer de la fortune de son mari. Elle ne peut demander à la banque aucun renseignement s'y rapportant, même s'il s'agit de ses propres biens.

Service de presse Rudolf Farmer

Votation du huit décembre

Suite de la page 1

Concluons : deux textes constitutionnels qui laissent à la législation le soin de fixer l'essentiel. Mais l'initiative veut l'assurance obligatoire générale pour tout le monde. Le contre-projet ne ferme pas la porte à cette évolution, au gré des possibilités, mais il se contente, pour l'heure, d'améliorer la garantie nécessaire pour couvrir les gros risques pour ceux qui savent mal, ou peuvent mal, s'en pré-munir.

Mesures pour améliorer les finances fédérales

L'autre objet soumis à la votation est, heureusement, beaucoup plus simple à comprendre : la Confédération fait des "déficits". Il lui fallait améliorer ses finances, sans attendre la révision fondamentale de la fiscalité ; c'est bien pour cela que, par ailleurs, le Conseil fédéral et le parlement ont accepté la hausse des taxes sur l'es-

sence et sur l'huile de chauffage. Un référendum facultatif, qui a été lancé, nous sera sans doute voter là-dessus, en mars prochain. Mais le huit décembre, il s'agit de ratifier le volet recettes d'un programme financier qui comporte aussi une loi permettant de comprimer les dépenses.

Ce volet recettes se traduit évidemment par une hausse des impôts dès 1975. Essentiellement, il s'agit d'élever nos deux impôts fédéraux : l'impôt indirect (ICHA), et l'impôt fédéral direct.

L'impôt indirect verra son taux maximum monter à 6% pour les livraisons de détail et à 9% pour les livraisons en gros. L'impôt fédéral direct, lui, verra son maximum s'élever à 12% du revenu des personnes physiques et à 10% du rendement net des personnes morales. Les impôts sur les personnes morales seront désormais perçus annuellement.

Pour les personnes physiques, l'imposition fédérale commencera seule-

ment avec un revenu déclaré de 9700 francs s'il s'agit d'un célibataire et 12.700 francs pour les couples.

C'est surtout le haut de l'échelle qui est visé, avec étiènement des taux maxima : mais, la progression à froid n'est pas corrigée, ce qui touche beaucoup de monde. En revanche, certaines améliorations des déductions sociales sont consenties.

En fait, l'effort est davantage porté sur l'imposition indirecte que sur l'imposition directe. C'est logique puisque la Confédération a perdu des droits de douane à la suite de l'accord avec le Marché Commun, et parce que les hausses d'impôts directs doivent surtout être réservées aux cantons.

Il faut conclure que ces hausses, pour désagréables qu'elles puissent être, sont indispensables pour limiter un peu les déficits de la Confédération et lui permettre de poursuivre les tâches dont nous l'avons chargée, nous les citoyens et citoyennes de ce pays, tous autant que nous sommes.

J.-S. Eggy
Chef du Service Suisse
du Journal de Genève

« Maman, tu es tout de même un chic type » ou « Chère Madame, merci pour ce petit service rendu si gentiment » et « J'ai vu l'autre soir qu'il n'y avait rien sur votre cheminée », il y a une gamme de quoi remplir tout cet honorable journal si on voulait vraiment l'énumérer.

Pour la seconde catégorie, c'est encore plus compliqué. Il y a le gros brouil au cœur tendre qui vous dit dans ce fameux langage des fleurs cher aux cartes postales de la Belle Epoque, par d'autres moyens, qu'il vous aime. Par des actes, ou son empressement, ou son travail, ou plus encore par sa présence. Il y a ceux qui ont été très mal élevés par leurs parents. Parce que sa mère n'osait pas dire assez devant son père (et faites-nous un dessin) qu'elle aimait recevoir des fleurs sans être forcément dans un corbillard ou en clinique. Là, les femmes sont très fautives. Car quoi de plus attirant que les pâquerettes (presque) sans tiges apportée par un petit garçon rentrant d'une galopette après l'école. Pour se faire pardonner. Déjà. Ou parce qu'il sait que sa maman lui dira un immense merci avec un radieux sourire. Et expédiera l'azalée coûteuse loin de la place d'honneur pour y mettre SON bouquet à lui. C'est comme ça qu'on apprend à un futur homme à offrir des fleurs. A ne pas être honteux parce qu'il les porte à la main, dans la rue, entre autres.

Remarquez, « ils » y viendront. Il n'y a pas si longtemps encore, on n'aurait jamais vu un Britannique pousser un landau ou un Suisse entrer dans une épicerie. Maintenant, ces messieurs pensent au cours de la Bourse en promenant Junior et le supermarché du samedi matin est devenu le dernier salon où l'on cause. Et « ils » disent que les femmes sont bavardes. Je vous jure... Prenons donc patience. Le temps viendra sûrement où l'idée seule du monsieur géné par qui porte des fleurs leur paraîtra digne du Moyen Age.

Camille Sauge

