

Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 1 (1970-1971)
Heft: 9: La chronique de madame pratique

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: 13.01.2026

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

La chronique de

Madame Pratique

La pensée du mois

« *La résignation allège tous les maux auxquels il n'est pas permis de remédier.* »

(Horace)

Haro sur la pellicule grasse!

Inutile d'utiliser un décapant lorsque votre baignoire n'est pas ternie. Frottez-la avec un coin de chiffon imbibé d'essence de térébenthine et la pellicule grasse disparaîtra.

Saviez-vous que...

Le prunier paraît avoir été introduit en Europe par les Croisés, vers le XIII^e siècle. Les espèces se multiplièrent rapidement. Celle des prunes qui demeure la meilleure fut dédiée à la fille de Louis XII, la reine Claude, dont elle continue à porter fièrement le nom.

Le coin du bricoleur

Même si l'on n'a pas la chance de posséder un jardin d'agrément, de multiples objets peuvent devenir de ravissantes jardinières, de petits jardins miniatures: un simple bout de tronc creusé rempli de tourbe et de terreau se transformera en plate-bande rustique, de même qu'une vétuste barque repeinte, un chaudron ventru, une vieille brouette. Toutes ces jardinières improvisées doivent comporter des orifices d'évacuation des eaux d'arrosage. Quels sont les végétaux qui s'accommodent à ces bacs improvisés avec les moyens de bord ?: jacinthes, narcisses, tulipes, scilles, muguet, myosotis, pâquerettes, pensées, giroflées, primevères, capucines, bégonias, pétiolées, géraniums, muflier nain, pélargoniums. Songez-y donc pour l'année prochaine!

L'énigme du mois

*Mon premier s'élève dans les airs,
Mon deuxième se perd dans les airs,
Mon tout s'envole dans les airs...*

(Solution, p. 15.)

A consommer un an après

Les sardines imitent les gens: elles se bonifient en vieillissant. Conservez-les donc plus d'un an, en retournant souvent les boîtes afin que les poissons soient parfaitement « gorgés » d'huile.

Le grain de beauté

Que faire lorsque la peau du visage tire ? La teneur en calcaire de l'eau, le chlore et le savon, trop alcalin, en sont souvent les grands responsables. Essayez d'utiliser un savon acide ou surgras et, si vous n'obtenez aucun résultat, remplacez l'eau et le savon par un lait de toilette et une lotion. Massez ensuite votre visage avec une crème de nuit adaptée à votre type de peau.

Attention à l'huile sur le feu!

Quelques grains de sel dans la poêle éviteront que l'huile ne gicle en chauffant fortement.

Un torchon...

Pourquoi ne pas remplir un joli torchon illustré de bonbons et le nouer aux quatre coins ? Pas cher, cet agréable présent est apprécié de tous.

Cherchez le titre !

Si vous n'avez pas lu « Qui a brûlé mes dés ? », œuvre de Pierre Mac Orlan, peut-être en aurez-vous vu la transposition à l'écran ? Ce film, qui sortit en 1938, fut l'un des sommets du cinéma français. Prévert en a écrit le scénario. L'histoire de Mac Orlan, qui avait pour cadre Montmartre en 1910, fut transportée au Havre. A vous de rétablir le titre de ce roman !

(Solution, p. 15.)

Quand la terre est basse

Pendant vos travaux de couture, ne jetez pas sur le sol les bouts de fil, de tissu, épingle, etc. Glissez-les tout simplement dans un sac en papier que vous aurez fixé sur le bord de votre table de travail à l'aide d'un bout de papier collant. C'est si agréable d'éviter de plier l'échine inutilement...

On a souvent besoin d'un avocat...

Avez-vous des traces de cicatrices ? Que faire pour les atténuer ? Ayez recours à l'avocat dont les principes nourrissants et les vitamines ont un réel pouvoir régénérant.

La boîte à outils

Afin d'éviter les méfaits de la rouille sur les outils en métal, enduisez-les de temps en temps d'un peu de vaseline.

Pour remperler un collier

Afin de passer facilement un fil dans une perle de très petite ouverture, enduisez le bout du fil de laque incolore pour les ongles. Laissez bien sécher. Tournez alors fortement l'extrémité du fil. Remettez une nouvelle couche de vernis à ongles. Bien durci, le fil passera aisément.

Les lettres éparses

Sinueux

Convertir en argent liquide

Scaphandrier

Très agitée

Déclaré, dit

Uniforme

Traversin

(Solution, p. 15.)

O	N					
	O	N				
		O	N			
			O	N		
				O	N	
					O	N
						O

Préservez votre vue !

Pour cela, attention à la télévision ! En effet, les radiations bleues émises par la télévision provoquent chez de nombreuses personnes une fatigue anormale des yeux. Dans ce cas, il est indispensable de porter des verres spéciaux, à peine teintés, qui ne gênent nullement la vision lorsque l'œil regarde d'autres points sur l'écran, mais arrêtent une partie des radiations nocives. Les lunettes solaires sont insuffisantes.

Ils vous sont confiés

Si vous les adorez, ils n'en restent pas moins de dangereux petits touche-à-tout. Aussi ne les laissez jamais dans une chambre dont la fenêtre est ouverte. Attention aussi aux boîtes d'allumettes, produits d'entretien, encre, couteaux, boîtes à ouvrages, lames de rasoir, débris de verre. Et même si les sacs en plastique paraissent inoffensifs, sachez qu'on a vu des enfants les mettre sur la tête et périr étouffés !

La santé dans votre assiette

Plus qu'un aliment, le raisin est aussi un merveilleux remède. On y trouve quantité de sels de potasse, du fer — c'est, dit-on, le tonique le plus remarquable du monde. Les acides organiques du raisin sont très antiseptiques et leur effet sur les gencives est l'un des plus spectaculaires.

Le carreau brisé

Si vous devez changer le carreau d'une fenêtre, nettoyez bien la gorge de la moulure, puis passez-y une couche de peinture avant de placer le nouveau verre.

La bourse à pasteur

Cette mauvaise herbe qui croît un peu partout est la providence même. Une poignée de ces plantes fraîches, posée sur la nuque, coupera les saignements de nez. Fraîche et écrasée, la bourse à pasteur guérira les blessures. En outre, elle est d'un secours efficace au moment de l'âge critique.

La planche à découper métamorphosée

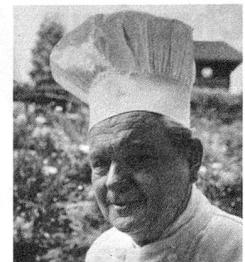
Avez-vous songé que ces planches peu onéreuses peuvent devenir un tableau des clés de maison, un pense-bête, avec bloc et crayon ? Un peu de tissu adhésif, une couche de peinture ou de vernis, quelques crochets, un bloc de papier, un joli ruban, un galon, et déjà vous les aurez artistiquement métamorphosées.

L'anse du panier

Les femmes de ménage ne courrent pas les rues et elles savent se faire payer de nos jours ; c'est, ma foi, leur bon droit ! Aussi, lorsque vos revêtements de sol en plastique sont tachés de traces de caoutchouc, prenez une simple gomme d'écolier et vous les ferez disparaître sans bourse délier.

La recette de Jean Moro

(Hôtel «La Rocaille» — Château-d'Œx)



Poulet à la provençale

Nécessaire pour cette recette : une pouarde de 1400 g. pour 4 personnes ; 3 cuillerées à thé de farine ; 2 verres de bon vin rouge ; 1 dl. de crème. Sel, poivre, brin de romarin, quelques feuilles d'estragon et une feuille de sauge.

Découper la pouarde en morceaux à votre convenance, fariner et faire rôtir à l'huile dans une poêle. Lorsque les morceaux sont dorés, les retirer et les placer dans une cocotte. Enlever l'excédent de résidu graisseux, déglaçer le fond de la poêle avec le vin (deux bons verres) et ajouter les herbes (romarin, estragon, sauge) ; saler et poivrer. Laisser mijoter doucement 30 minutes. Au moment de servir, ajouter la crème en remuant, et servir aussitôt.

Comme garniture : petits pois, carottes et pommes risolées.

Solutions des jeux

1. L'énigme du mois : pin-sou = prison.
2. Cherchez le titre ! : « Le quai des brumes ».
3. Les lettres éparsses : ONDULEUX - MONNAYER - PLONGEUR - DEMONTE - PRONONCE - MONO - TONE - POLOCHEON.

Grâce à la ristourne



vous aide
à vivre mieux

Vos verres sont-ils toujours adaptés à votre vue ?

Votre opticien spécialiste examinera avec vous tous les problèmes de vos lunettes.



Rue Neuve
(Grand-Hôtel)
1020 RENENS

R. Peytrignet
Opticien qualifié

Membre
de l'Association suisse
des Opticiens.

Membre de la
Société d'Optométrie
d'Europe.

