

<b>Zeitschrift:</b>	Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
<b>Herausgeber:</b>	Aînés
<b>Band:</b>	4 (1974)
<b>Heft:</b>	2
<b>Rubrik:</b>	Madame Pratique épluche "J'achète mieux"... et 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:** 13.12.2025

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

# MADAME PRATIQUE ÉPLUCHE «J'ACHÈTE MIEUX»... ET A DES IDÉES

## Vos meubles et vous

Si lors d'une invitation, une personne distraite a endommagé l'un de vos meubles avec la cendre incandescente de sa cigarette, n'en faites pas un drame. Après le départ de vos hôtes, bouchez le petit trou avec de la gomme laque, de la pâte de bois ou de la cire pour meubles. Procédez de même pour les légères entailles causées par des coups ou des chocs.

Au surplus, par l'application d'un bon produit d'entretien sur les raies du mobilier, on peut les rendre quasiment invisibles. Pour y parvenir, il suffit de frotter dans le sens contraire de la raie, de manière à la boucher par le produit.

## Evitez l'eau chaude prise au robinet!

*Le Service fédéral de l'hygiène publique ne considère pas les eaux chaudes comme des eaux de consommation, ce qui revient à dire qu'on ne peut attendre de ces eaux-là la composition chimique et les normes bactériologiques de l'eau potable. En effet, et ceci dans des proportions réglementées par la loi, l'eau des grands immeubles est additionnée de diverses substances: polyphosphates et silicates afin d'éviter l'entartrage et la corrosion des chaudières et boilers. L'incorporation de ces substances en fait une eau impropre à la consommation, mais non dangereuse. Quant aux locataires de petits immeubles qui ont leur propre installation d'eau chaude et qui la consomment au robinet, ils auront remarqué que l'eau portée à forte température et ayant séjourné dans un boiler est d'un goût moins agréable que l'eau froide. En outre, elle se digère moins bien, parce qu'elle a perdu son oxygène. C'est ce qui arrive aussi à l'eau froide cuite par soi-même si l'on omet de la battre pour y réintroduire de l'air. Cette eau peut contenir quelque pourcentage de fer et de cuivre provenant de l'attaque des parois du récipient de chauffe.*

*En résumé, l'eau chaude n'est pas néfaste; mais évitons de la consommer.*

## Les auteurs classiques au mètre

A part les animaux domestiques, les meilleurs amis de l'homme sont les livres. Depuis quelques décennies, le livre jusqu'alors réservé à une petite minorité s'est «prolétarisé». Et c'est

heureux que, grâce aux livres de poche, les chefs-d'œuvre des différentes littératures soient aujourd'hui à la portée de tous. A quoi bon, dès lors, digérer toute l'œuvre d'un auteur et croquer, des mois durant, voire des années, cette seule «nourriture spirituelle»? Pour l'orgueil de posséder des classiques au mètre dans une somptueuse collection? Snobisme que tout ceci! Tout écrivain classique a eu des hauts et des bas et, à moins d'être aussi érudit qu'un Henri Guillemin, le lecteur moyen se penchant sur un unique auteur peut s'en faire une indigestion.

Mieux vaut, dès lors, que les lecteurs assoiffés de culture et de littérature s'abreuvent à de nombreux auteurs plutôt que d'en approfondir un seul. Chaque écrivain a quelque chose à nous apporter. Ce n'est pas pour un arbre séculaire dans la «forêt de la littérature» qu'il faut stupidement ignorer tous les autres! Donc, mieux vaut garder les coudées franches que de signer un contrat et de se voir imposer par un éditeur un choix de lecture répondant souvent mal à ses goûts et amputant dangereusement son budget.

## Une propreté qui fait des bulles!

*Vous n'êtes pas sans ignorer que les produits à lessive posent de sérieux problèmes aux services d'épuration des eaux. Après les détergents, ce sont les phosphates des lessives qui sont à l'ordre du jour, car ils favorisent la croissance des algues de nos lacs et réduisent leur teneur en oxygène. Si, d'une part, les fabricants de produits à lessive, en réduisant la teneur en phosphate de leurs produits, contribuent à atténuer la pollution de nos lacs, nous autres, ménagères, pouvons également aider à la protection des eaux. Il y a trois ans, et grâce au 9,4 kg de poudre à lessive que nous utilisions par tête d'habitant – 56.000 tonnes de lessives utilisées cette année-là – nous étions le peuple le plus propre de l'Europe. Or, il est incontestable que la plupart des ménagères helvétiques font une consommation abusive de poudre à lessive. Comment y remédier? En mesurant la poudre avant de la verser directement du paquet dans l'eau. En s'en tenant aux prescriptions de dosage élaborées pour X kg de linge sec, nous éviterons le gaspillage et une propreté excessive ridicule, parce que faisant des bulles...*

## Ça lui coupe le sifflet...

Quelques gouttes de vinaigre sur un morceau de sucre stoppent souvent le hoquet.

## La toilette des éponges

*Lorsque les éponges de toilette sont sales, elles exhalent une mauvaise odeur. On les nettoiera facilement en les plaçant dans une cuvette et en pressant dessus le jus d'un citron. On coupe ensuite celui-ci en fragments qu'on laisse dans le baquet, à côté de l'éponge. Une quantité d'eau bouillante est versée sur le tout. Laissez tremper l'éponge vingt-quatre heures. Le lendemain, rincez-la et vous constaterez qu'elle aura fait peau neuve!*

## La recette du mois

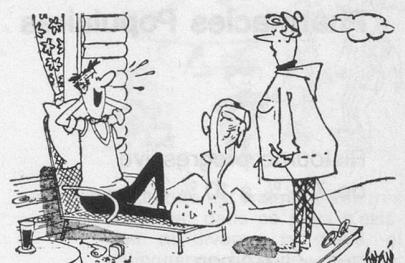
On prépare un délicieux plat aux châtaignes bouillies en les faisant passer au travers d'une grosse passoire qui les transforme en vermicelle puis, en les recouvrant: 1. d'une marmelade de pommes; 2. d'une couche de sucre tamisé que l'on brûle à la pelle rouge. Il va bien sans dire qu'on aura au préalable donné une jolie forme aux châtaignes.

## Un conseil d'amie

*Pour effacer ou, du moins, atténuer les rides du visage, il faut se lotionner l'épiderme plusieurs fois, matin et soir, avec la préparation suivante: 150 g d'eau distillée, 10 g d'éther sulfureux ainsi que 10 g de borate de soude. Soigner les rides de son visage avec courage, c'est ne plus paraître son âge!*

## Si vous passez à l'orange

*Et tombez sur un kilo de fruits plutôt secs, pelez-les à vif, coupez-les en rondelles et baptisez-les généreusement d'un bon jet de jus d'orange. Ce faisant, ils redeviendront merveilleusement juteux.*



Je supporte ce plâtre tellement mieux...  
(Dessin de Hervé - Cosmopress)