

FEVRIER 1947

BIBLIOTHEQUE ASSEMBLEE  
HOTEL DU GOUV. LEGISLATIVE  
QUEBEC, REC 47  
17/46/502  
52/46/161

# Quisama



**10** SOUS



9<sup>e</sup> année—No 12

Québec, P.Q.

# Employez



LES  
**TEINTURES  
AMPOLLINA  
EN TUBES**



**POUR TEINDRE A  
L'EAU FROIDE**

**POUR  
TISSAGE**

Nous vendons guénilles  
pour tisser: jerseys de  
toutes couleurs, cotons  
imprimés, flanellettes, etc.

**Mme Ephrem  
CHICOINE**

STE-ROSALIE,  
CO. BAGOT, QUÉ.

## Le Courrier de PAYSANA

Q.—J'ai acheté de la filasse de lin. Je sais la filer, mais je me demande quelle sorte de peignage il faut lui faire avant de la filer. Est-ce vrai qu'il est bon de filer le lin avec de la graisse d'oie? Merci infiniment pour tous ces renseignements. (Une lectrice montréalaise).

R.—Il faut peigner la filasse avant de la filer. Cette opération a pour but de la nettoyer de ses aigrettes, de la démêler et de la rendre ainsi plus facile à filer. Il faut mouiller le lin pour filer le fil ou la chaîne, mais non pour la tissure. Mouiller en tenant de l'eau dans un petit plat sur vos genoux et en humectant vos doigts à même cette eau, de temps à autre.

Ce qui reste du peignage du lin, et ce qui reste quand vous avez fini de filer le fil de chaîne est l'étope, qui se file à sec pour la tissure; chose que vous savez sans doute, puisque vous connaissez la technique du filage du lin. Je ne sais où vous avez puisé ce renseignement de huiler le lin avec de la graisse d'oie, je ne connais pas ce procédé. Si quelque lectrice a déjà fait des expériences là-dessus, je l'invite à nous les communiquer pour le bénéfice des lectrices de PAYSANA.

Q.—Pourriez-vous me dire où je pourrais me renseigner à-propos des colonies de vacances. Je m'intéresse à deux petites filles qui passent leurs vacances au couvent, toutes seules. Les religieuses m'ont dit qu'elles ne savaient pas comment procéder pour les envoyer en vacances dans les colonies? (A bientôt dans votre courrier).

R.—Les colonies de vacances à Montréal sont des oeuvres subventionnées par la Fédération des oeuvres de charité canadiennes-françaises dont le siège social est à 445, rue St-François-Xavier. Je vous conseillerais de vous informer là des démarches qu'il vous faudra faire pour inscrire vos deux protégées à une des colonies de l'été prochain. Le recrutement des en-

fants se fait d'ordinaire par l'intermédiaire des écoles de la Commission scolaire.

Q.—Merci pour vos renseignements. Je sens réellement en vous une amie sincère de l'artisanat. J'aime beaucoup la peinture à l'aiguille. J'ai fait déjà un portrait et les personnes de mon entourage n'ont jamais voulu croire que j'avais réalisé cela sans patron, juste en me guidant sur une image colorée. Mais si je peux ainsi tout reproduire avec mon aiguille, je suis des plus gauches avec un crayon pour le dessin. Je voudrais me perfectionner dans cet art et j'aimerais un petit encouragement. (Amie de la fantaisie).

R.—Je vous encourage de tout mon coeur à vous perfectionner comme vous le désirez dans l'art de la peinture à l'aiguille. Avez-vous en main notre cahier de Petits points et notre cahier de Modèles de points de croix? Vous pouvez les commander l'un et l'autre à Case postale 25, Montréal, au prix de \$1.10.

Q.—Je me permets de venir solliciter votre avis sur l'ameublement d'un salon-double. Voici: quelle couleur de tapisserie, de tapis, de tentures, quel genre de meubles, etc...? (Mme A. M.)

R.—Comme j'ai un grand amour pour l'artisanat et le style paysan, vous devinez bien un peu ce que je vais vous conseiller. Ou bien un intérieur de catalogue avec draperies et housses de fauteuils de ce genre et un tapis tressé pour appareiller. Ou bien des meubles modernes, des draperies de lin ou de laine avec motif crocheté, ou appliqué, et un tapis crocheté. Les fauteuils dits style paysan ou style colonial sont ce qui s'appareille le mieux avec une décoration telle que celles dont je vous parle. Evidemment, il vous faudra consulter d'abord votre bourse. Je souhaite qu'elle soit assez ronde pour permettre de ne rien sacrifier pour l'unité de votre décora-

Et pour vos travaux  
d'artisanat, tirez parti  
de l'aide que nous  
vous offrons:

- Notre ALBUM de Modèles de Points DE CROIX, 150 modèles, bordures, alphabets, fleurs et motifs variés, 150, en tous genres . . . \$1.10
- Notre Album de "Petit POINT" fleurs et paysages tous présentés en couleurs, 13 modèles différents . . \$1.10
- Notre album DE FIL EN AIGUILLE est actuellement épuisé, mais nous faisons faire une seconde édition, augmentée de modèles nouveaux. Les commandes seront livrées dans un mois de leur ordre d'entrée . . \$0.55
- Mais le plus nouveau et le plus beau, c'est notre album de décoration intérieure, CLAIRE FONTAINE qui présente des suggestions heureuses sur l'art d'embellir sa maison avec des idées simples et peu coûteuses, utilisant les étoiles courte-pointe dans un tapis, une draperie; apportant des principes qui en éveilleront d'autres et vous donneront confiance en vous-même. Tapis, rideaux, draperies, court-pointes. 32 pages, dont 16 en couleurs . . . \$1.00
- Brochure "Travail sur Cuir", par Marguerite Lemieux, détaillant la technique du cuir repoussé, variétés de laçages, de matoirs, modèles, etc. \$0.55

PAYSANA se prépare à entrer  
dans sa DIXIEME année.  
Vous suivez?

PAYSANA

case postale 25  
Montréal

tion. Consultez notre nouveau cahier de décoration intérieure: CLAIRE FONTAINE, vous y trouverez d'utiles suggestions. Vous pouvez le commander à PAYSANA, Case postale 25, Montréal.

Q.—Quelle est la traduction du mot "zipper"? (Mme CC., Ottawa).  
R.—En français l'expression courante est: fermeture-éclair.

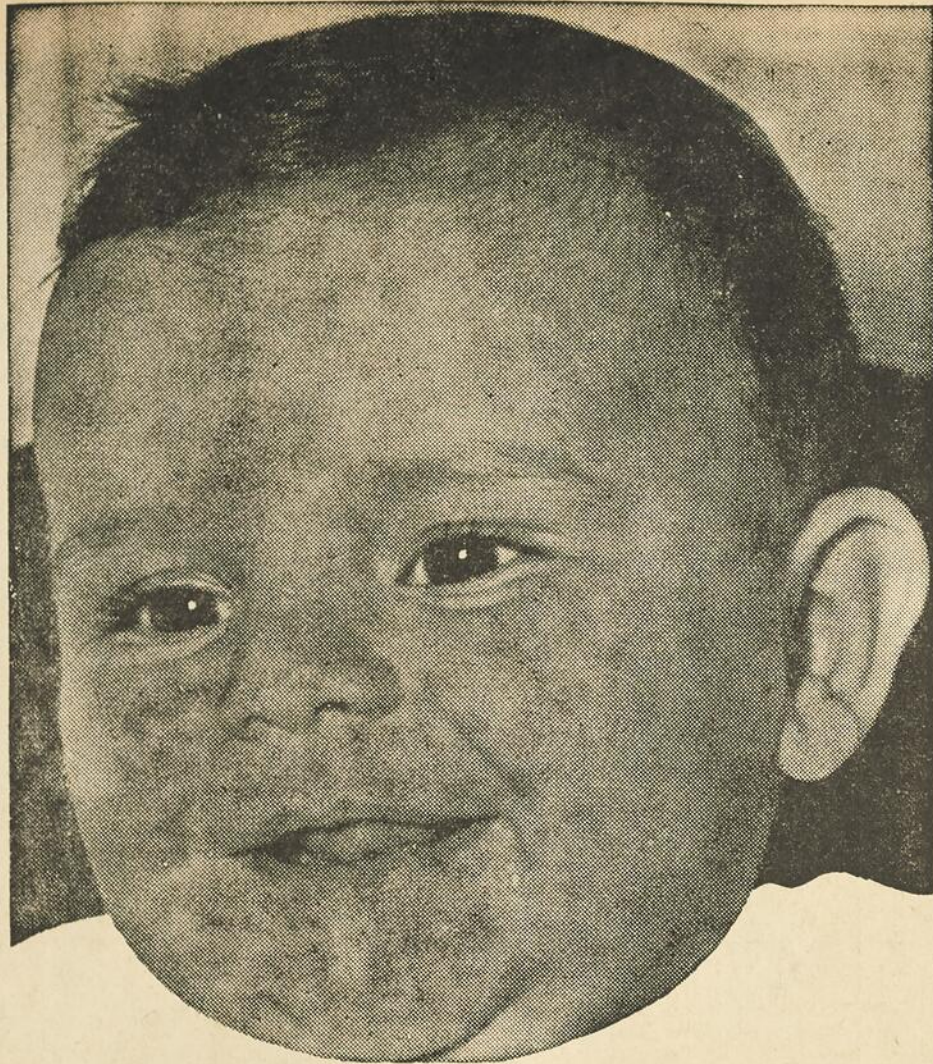


**AGITEZ  
DEUX FOIS!**

Pour faire du bon thé, échaudez la  
théière . . . mettez une quantité  
d'une cuillerée à thé pour  
chaque personne . . . versez de  
l'eau pure et bien bouillante  
. . . agitez . . . laissez infuser  
cinq minutes . . . agitez de  
nouveau et servez.

TIREZ PLEIN PARTI  
DE VOTRE THÉ—

**Vivace**  
est la saveur du THÉ LIPTON



## *Sauvons les enfants*

Les pères ont pu se haïr, se ruer à la conquête des mêmes sols, se voler les uns les autres, se battre pour avoir à eux ce qu'ils refusaient au voisin. Cela n'a plus d'importance. Et, je vous en prie, taisez-vous donc! Chut! Un enfant vient de naître. Est-il blanc, jaune, noir, allemand ou polonais, tchèque, français ou russe, japonais ou hindoue, malgache ou chinois? Est-il de votre sang, du mien ou du nôtre? Teut... teut! taisez-vous: vous allez le réveiller. Et marchez sur la pointe des pieds. Il dort. Il s'éveille. Il rit. Il pleure. Il a faim. Vite: du lait. Et le meilleur! Et la laine la plus fine. Et les bouillies faites des plus riches coeurs de blé. Oui, et l'huile de foie de morue. Et tout. Des gouttes pour le nez. De l'huile aux oreilles. Des flanelles chaudes. Sauvons cet enfant. Pour ses chevilles fines qui doivent soutenir les chers petits pieds des premiers pas, les bonnes chaussures aux empeignes protectrices. Des purées de légumes frais. Des viandes saignantes. Du pain, et du bon! De la chaleur. Toutes les chaleurs: celles de votre sourire. De la bonne humeur sur votre visage, maman. Un petit enfant qui commence à être angoissé de quelque angoisse qui rôde autour de lui est bientôt rachitique. Sauvons les enfants. Plus le droit de pleurer. Votre peine à vous, oubliez-la. Le passé, c'est le passé. Il n'y a plus que l'avenir. L'avenir et les enfants. Les enfants et l'avenir. Souriez. Un enfant doit sourire comme son papa, comme sa maman. Tout ce qui traîne dans une vie d'adulte de chagrin d'enfant, c'est de la vieille douleur cancéreuse et empoisonnante. Des guerres de grandes personnes? Celle-là qui vous fait dire que vous avez dit qu'elle avait dit... et l'autre qui s' imagine que vous vous imaginez qu'elle s' imagine que son voisin s' est imaginé... Ouah! Finissez-en donc avec la pourriture. Il faut laisser les morts ensevelir leurs morts. Ce qui est vivant et neuf et jeune et frais et beau a droit au neuf des commencements bien commencés. Sauvons les enfants. Ils ont des yeux nets. Qu'avons-nous à leur montrer les saletés de nos vieilles vies empoussiérées de grandes fautes et de petits regrets. "Il faut que vous naissiez de nouveau", c'est le grand commandement. Sauvons les enfants et qu'ils nous sauvent en nous forçant à renaître avec eux. Pour eux. Eux seuls portent la joie de toutes les espérances. Sauvons-les de la faim du coeur, du froid de l'esprit, de la vermine de la haine, de la faiblesse de la volonté, de toutes les faiblesses, mais ne gardons pas pour nous le désespoir de haïr, la détresse de tuer, le malheur d'avorter une candeur, une confiance une espérance. Il n'y a plus que cela de bon sur la terre: l'espérance. Sauvons les enfants! Eux seuls incarnent la prévoyance.

*françoise gaudet Lamy*

# PAYSANA

Vol. IX — No. 12 — Février 1947

## Sommaire

|   | pages |
|---|-------|
| Sauvons les enfants,<br>par F. G. Smet                | 3     |
| Goût de la lecture,<br>par Germaine Guèvremont        | 4     |
| La bibliothèque des enfants,<br>par Simonne Gélina    | 5     |
| La colonie Boulet,<br>par Marthe Beaudry              | 6     |
| Un atelier de tissage en Australie,<br>par S. Barrie  | 7     |
| L'anis et le fenouil,<br>par James Kucyniak           | 8     |
| Les temps n'ont pas changé...<br>par Jacques Rousseau | 9-10  |
| Quand la terre est malade,<br>par Georges Maheux      | 12-13 |
| Nouvelle: Le Ressuscité,<br>par Pierre Hamp           | 11    |
| A la mesure de votre main                             | 14-15 |
| PAYSANA culinaire, avec<br>Jehane Patenaude Benoit    | 16-17 |
| Gilet de fillette et de garçonnet                     | 19    |
| Nos patrons   | 20    |
| Le courrier de PAYSANA                                | 21-22 |
| Art, Goût, Beauté                                     | 22    |

La photo de couverture est une photo de la Croix-Rouge canadienne: "Comment la Croix-Rouge canadienne voit à nourrir et habiller les enfants momentanément séparés de leurs parents".

● PAYSANA revue mensuelle d'arts domestiques, de service social rural, est publiée sous la responsabilité de Mme Françoise GAUDET-SMET qui l'a fondée en 1938, et qui, depuis, en assure la direction.

● Bureau à Montréal, 266 ouest, rue St-Jacques, Suite 421. Tél. PL. 3476.

● Adresse de correspondance:  
PAYSANA, case postale 25, Montréal.

● Le prix de l'abonnement à PAYSANA est de \$1. par année, \$2. pour trois ans.

● Le moyen le plus sûr d'envoyer de l'argent est par mandat postal. Tous les chèques doivent être payables au pair à Montréal, sinon, il faut ajouter 15 cents pour les frais d'échange et y apposer le timbre de 3 cents exigé par la loi.

● Nous prions les personnes qui changent d'adresse de bien vouloir en aviser un mois à l'avance, en ayant soin de toujours indiquer votre ancienne adresse. Sinon, la livraison de votre revue ne saurait leur être faite.

● Nous prions toutes les personnes qui nous envoient un abonnement de toujours indiquer s'il s'agit d'un renouvellement ou non.

● Nous n'envoyons aucune marchandise payable sur livraison.

Pour un service prompt et direct, adressez toujours toutes communications à:

PAYSANA

Case postale 25, Montréal.

Autorisé comme envoi postal de la deuxième classe, Ministère des Postes, Ottawa.

# la bibliothèque

## GOUT DE LA LECTURE: RICHESSSE INSURPASSABLE!

Lorsqu'il m'arrive de rencontrer, dans le voisinage de la bibliothèque, surtout l'été, une petite fille qui porte précieusement dans ses bras, presque comme un enfant, les livres qu'elle vient de lire, ou ceux qu'elle lira, je ne puis m'empêcher de lui sourire. Parce que je crois retrouver en elle Francie Nolan, le personnage si sympathique du livre de Betty Smith "A tree grows in Brooklyn" que l'on vient de traduire en français "Le lys de Brooklyn".

A Brooklyn, un arbre presque miraculeux pousse un peu partout — même dans le ciment — où il y a de pauvres gens. Et il pousse si haut qu'on le nomme l'arbre du ciel. Sous son ombrage, vit misérablement le très jeune ménage des Nolan: Katie, mariée à Johnnie Nolan, un chanteur et un enchanteur, mais un buveur insatiable, et pire, irresponsable. Katie est femme de peine. Elle a toujours vu sa mère travailler durement. A dix-huit ans, elle donne naissance à une fille mais elle ne veut pas que sa fille ait le même sort qu'elle. "Je suis jeune, je suis forte, dit-elle à sa mère, et je puis travailler fort. Mais mon enfant ne grandira pas pour travailler fort comme moi. Il doit y avoir un moyen, un secret. Et vous devez le savoir. Dites-le moi."

La mère, une illettrée, lui répond: "J'ai déjà entendu dire par mes maîtres, des vieux pays, que le secret repose dans la lecture. Puisque tu as l'avantage de savoir lire, chaque jour lis à ta fille, une page d'un bon livre, même si tu n'en comprends pas le sens. Ainsi ta fille prendra le goût de la lecture et, plus tard, elle saura qu'il existe d'autres mondes que celui des taudis de Brooklyn."

Chaque jour Katie lit à sa fille une page de Shakespeare et une page de la Bible. C'est ainsi que petit à petit Francie pénètre dans le monde merveilleux des livres, et que petit à petit, la poésie et la féerie pénètrent dans le cœur de Francie.

Dix ans plus tard la vie matérielle n'est pas meilleure chez les Nolan. Katie travaille plus fort et Johnny chante toujours, et il boit pareillement. Mais, entre un père ivrogne et une mère, femme de peine, Francie ne se trouve pas malheureuse. Elle porte des robes en guenilles. Elle doit faire la queue pendant des heures afin d'acheter le pain rassis que les pâtisseries cèdent à bas prix. Elle va, avec son petit frère, vendre pour quelques sous au regrattier, les objets de rebut qu'ils ont amassés durant la semaine. Toute la famille se contentera d'un repas fait d'un bout de langue, à cinq sous et, parfois, d'une brioche comme dessert.

Seulement, Francie sait qu'il y a le monde merveilleux des livres où elle peut s'évader à volonté. Le beau voyage qu'elle fera à la bibliothèque, le samedi après-midi. Elle y entre pieusement, comme dans un temple. En attendant de recevoir le livre qu'elle a choisi, son cœur bat d'éblouissement devant tant de livres qu'elle se décourage de ne pouvoir tous lire, tandis que sa main caresse le bois poli du pupitre et que ses yeux se régalaient à contempler le vase toujours fleuri selon les saisons.

Puis Francie presse contre son cœur le livre qu'elle rapporte, pour aller le lire sous l'arbre de Brooklyn. Francie possède maintenant le secret.

A Brooklyn ou à Montréal, dans chaque paroisse, dans chaque ville, il y a de tristes maisons où vivent de petites filles et de petits garçons avides de merveilleux et avides de belles histoires. Heureux ceux qui ont, à leur portée, une bibliothèque où ils peuvent puiser, à la source, le secret capable d'enchanter et d'améliorer leur pauvre petite vie.

Et bénis, trois fois bénis, les cœurs généreux qui accordent aux enfants le secret, cette richesse impérissable, le goût de la lecture.

Germaine Guèvremont.

Les livres ont joué un rôle bien humble, effacé sur le théâtre de notre jeunesse et les quelques exemplaires que nous avons reçus comme cadeaux ou comme prix, ont mené une existence solitaire, livres lus et relus et dont la raison d'être n'a jamais été consolidée par de nouveaux forts.

Les livres à \$1.00, \$1.25 l'exemplaire, c'est évidemment un luxe dans une maison où presque toujours chaque sou avait son emploi pratiquement même d'être gagné. Les adolescentes savent bien les feuilletons ou les romans de sous, mais pour les petits enfants, de la matière à lire il n'y en avait presque pas.

Les plus osés pour satisfaire leur soif de s'emparaient en cachette des lectures des adultes et si par hasard on les surpris les remontrant des parents; mais cette bravade lancée à l'air fait toujours partie d'une crise qu'une attitude et un désintéressement complet suivait inmanquablement.

Quant aux bibliothèques dans ma jeunesse elles n'étaient généralement fréquentées que les gens d'âge mur qui presque tous sur le tard s'intéressaient à la lecture qu'ils auraient dû abandonner dans le cours de leur adolescence.

Rares en effet étaient les jeunes de cette génération qui consacraient des loisirs à la lecture et si par hasard on le faisait on ne s'en vantait pas. Les petits romans sentimentaux et pastiches étaient une faiblesse de jeune fille et quant à biographies, récits de voyages, ouvrages scientifiques, on ignorait ma foi leur existence.

Jamais aussi vit-on plus pauvre production littéraire. C'est l'exploration des ouvrages passés et présents qui fait naître les auteurs nouveaux et jamais on ne témoigna plus mince intérêt de la part du public au domaine littéraire qu'au cours des 1920 et 1930.

## Où les vaillants ont reformé les rangs.

Les gens bien pensants et inquiets de l'avenir jetèrent le cri d'alarme devant la grande pitié de notre production littéraire et se dirent prêts à lutter pour la voir améliorer. Après avoir étudié la situation, analysé les causes du marasme, ils en vint à cette conclusion qu'un auteur n'a sa raison d'être qu'en autant qu'il y a des lecteurs que ceux-ci ne surgissent pas seuls et comme par enchantement. Ils doivent être formés, entraînés à lire dès qu'ils savent rassembler des syllabes et ils n'atteignent le parfait état de dilettante du livre qu'après un long et patient entraînement comportant des étapes qu'il n'est pas sage de brusquer.

Eduquer les adultes à lire de bons et beaux livres, il valait mieux y renoncer pour concentrer la totalité de ses efforts sur la jeune génération. L'expérience la plus fructueuse, la plus concluante dans cette croisade du livre a été l'oeuvre de la Bibliothèque des Enfants d'Hochelega, fondée en 1937 par un groupe de personnes déterminées animées d'un beau dévouement.

Le 3 juillet 1937, sous l'impulsion de volontés coalisées, le premier local de la Bibliothèque des Enfants ouvrait ses portes. Des étagères avaient été aménagées tout au long des murs d'un étroit magasin vacant. Le mobilier se réduisait à sa plus simple expression: pupitre, table, quelques chaises, mais la pièce était fraîchement peinturée et les reliures multicolores des livres neufs faisaient si gai sur leurs étagères, que place en prit du coup un air pimpant et coquet.

Très impressionnés de la réalisation d'un tel projet et du résultat tangible de quelque six mois de démarches et d'organisation, les membres du comité procédèrent officiellement à l'ouverture d'un établissement qui ne devait plus cesser de grandir et de prendre de l'importance. Parmi les personnes présentes à cette fête d'ouverture, membres fondateurs de l'oeuvre, signalons: Mme Gu Trotty, Mme Henri Vautellet, Mlle Hélène Grenier, Mme Melançon, M. et Mme Honoré Parent, M.

# udes enfants

par

**Simone  
Gélinas**

Photos: HENRI PAUL.



Deux gracieuses bambines feuilletent des livres avant de faire un choix définitif.

Ses tablettes contiennent quelque 6,000 livres, nombre qui s'accroît sans cesse et qui n'est pas exorbitant si on considère qu'une moyenne de 200 volumes sortent chaque jour réclamés par les 1,200 abonnés du quartier Hochelaga.

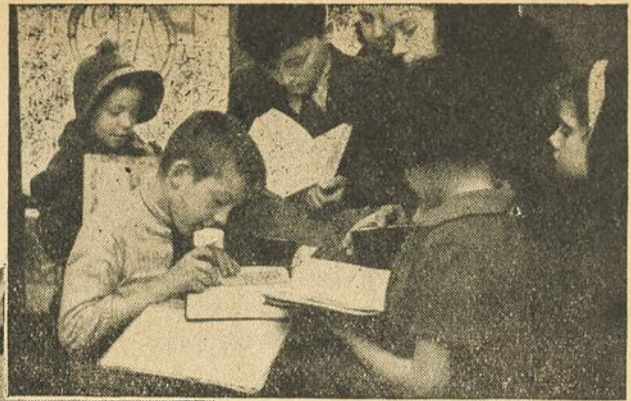
Chaque samedi, il y a cours de dessin et de modelage à la Bibliothèque et tous les abonnés de 5 à 16 ans sont invités à y prendre part. Ces séances, très populaires et assidûment fréquentées, sont données par Mlle Irène Sénécal qui les fait précéder de projections lumineuses et d'un cours sur l'histoire de l'art. Les élèves de Mlle Sénécal viennent de terminer l'étude de la préhistoire et ont abordé celle de la Syrie. En dessin on fait surtout du fusain et de la gouache, des études d'après modèles ou des travaux d'imagination — et il faut voir combien les petits enfants d'Hochelaga savent tirer partie de ce don des dieux!

L'acquisition récente d'une discotèque permet aussi des séances régulières d'initiation à la musique avec explication commentée, une entreprise fort goûtée des jeunes qui ont également chaque mois une causerie donnée par un personnage en vue de la métropole. Presque toujours ces conférences pour enfants sont accompagnées de projections lumineuses quand ce n'est d'une pellicule animée et d'un goûter.

## Les caisses volantes.

Cependant la première raison d'être de la bibliothèque ce sont ses livres, lectures offertes à tous les enfants du quartier mais aussi à ceux de l'extérieur et que distribuent dans tous les coins de la province les célèbres caisses volantes livrées à toute personne qui peut se réclamer de dix jeunes lecteurs ou plus. Depuis l'an dernier, la quantité des envois hors Montréal par caisses volantes a doublé et il est maintenant possible aux petits enfants éloignés des centres et des bibliothèques, d'avoir aussi leurs livres et d'apprendre à aimer la lecture. Les conditions sont simples et extrêmement raisonnables: les frais de transport, un coût initial de .05 par abonné. 40 ou 50 volumes sont envoyés sur demande et peuvent être conservés trois mois, après quoi cette série est échangée pour une autre. Ces envois de livres peuvent être faits dans n'importe quelle partie de la province et constituent une des oeuvres de propagation culturelle dont le comité de la Bibliothèque des Enfants est très fier.

Chaque quartier devrait être doté de sa Bibliothèque des Enfants et ce rêve des organisateurs est en bonne voie de réalisation puisque depuis 1941 Rosemont a aussi la sienne et que des démarches sont faites actuellement pour en fonder de nouvelles dans différentes parties de la ville. J'ai passé environ une heure à la Bibliothèque d'Hochelaga, il y a quelque temps, à ce moment le plus fiévreux de la journée alors que garçons et fillettes à peine sortis de classe viennent échanger leurs livres.



André est un habitué de la bibliothèque et il connaît tous les mystères de son administration. Aussi lorsqu'il y a foule accepte-t-on avec reconnaissance une aide aussi précieuse.

Le local actuel de la Bibliothèque des Enfants, à Hochelaga, où environ 200 abonnés, chaque soir, viennent chercher un livre.



## Les habitués de la Bibliothèque des enfants.

Il y avait de petits bonhommes âgés d'à peine plus de six ans et dont l'ultime objectif était de trouver le livre aux plus nombreuses images, celles les plus vivement coloriées.

"Prends le moins propre, conseille une petite soeur à son frère qui jonglait avec une paire de mitaines et deux albums ouverts, ce sont toujours les plus intéressants". Et c'est une déduction qui n'est pas si bête; les livres les plus lus sont ceux qui restent frais le moins longtemps!

"Tu peux le prendre, je l'ai lu et c'est intéressant" conseille d'un air supérieur le son camarade un garçonnet d'environ dix ans après avoir contrôlé par dessus l'épaule de son ami le titre du livre choisi.

En face de la section "Comtesse de Ségur", un garçonnet et une fillette d'environ huit ou neuf ans, se disputaient le même volume "Un bon petit diable", et un moment je me suis demandé si les enfants ou la reliure du livre céderaient. Probablement conscient d'être regardé, le petit garçon abandonna la partie mais non sans grommeler quelque chose entre ses dents, cependant que la petite fille se hâtait vers le comptoir des échanges. La section Jules Verne groupait les garçons de 11 à 14 ans, la série Brigitte, celle des adolescentes de 14 à 16 ans, mais les tablettes cataloguées "Aventures" et "Romans de la Comtesse de Ségur" semblaient encore avoir attiré le plus de clientèle.

"On aime toujours la comtesse de Ségur", m'assura la bibliothécaire, Mlle Jeanne St-Pierre, "mais une autre romancière moderne lui fait sérieuse concurrence, et je veux parler de Trilby. Les enfants aiment les histoires qui finissent bien, ils aiment celles dans lesquelles il leur est donné de jouer un rôle utile et important. Rien ne leur plaît autant que ces récits où un ou deux enfants sauvent la famille de la ruine, ou dévoilent le malfaiteur que les adultes ne pouvaient découvrir. Quelles que soient les difficultés qui surgissent dans le cours d'un roman, tout doit finir par s'arranger et laisser tout le monde dans le contentement" et probablement qu'en ceci les enfants ne diffèrent pas tellement de la masse du public lecteur, qui lui aussi aime voir ses histoires bien se terminer, tout comme celle du rêve que caressèrent un jour un groupe d'organisateurs bénévoles, qui décidèrent de doter d'une bibliothèque les petits enfants de la métropole.

Simone Gélinas.



Un des cours de dessin de Mlle Irène Sénécal à la Bibliothèque des Enfants.

M. Jean Beaudry, Mlle Lucille Bourbeau, M. Jean Lallemand, Mlle Simone Lanctot, M. René Duguay, c.r., qui avait fourni gracieusement ses services professionnels pour l'incorporation de l'oeuvre de M. le sénateur Dandurand et Sir Lomer Gagnon avaient été nommés parrains de la Bibliothèque et c'est par leur entremise que les gouvernements français et belges ainsi que les principales maisons d'éditions françaises avaient fait don de la première série de volumes, soit 600 ouvrages admirablement reliés et spécialement choisis pour les enfants.

## Lieu de rendez-vous des enfants d'Hochelaga.

Au début la Bibliothèque des Enfants avait un caractère essentiellement privé mais elle fut bientôt aidée par les autorités civiles et provinciales. Ces subsides joints aux dons particuliers furent aujourd'hui la survie de l'oeuvre de la Bibliothèque. Signalons encore un legs laissé par le Rév. Frère Marie Victorin et destiné à alimenter les tablettes consacrées à l'histoire naturelle et commémoratives de la responsabilité du loyer du local assumé depuis dix ans M. Jean Lallemand.

Il ne fallut pas de grands renforts de publicité pour amener à la Bibliothèque tous les petits enfants du quartier qui se firent porteurs de la bonne nouvelle. Mlle Gabrielle Labelle, bibliothécaire des premiers jours enregistra bientôt les nouveaux abonnés au rythme de 25 par jour et lorsque le 3 août, Jeanne St-Pierre, une adolescente qui était venue échanger ses livres lui procura une aide régulière, elle l'accueillit les bras ouverts. Ces deux femmes aidées jusqu'à la fin par une bénévole de la Ligue de la Jeunesse féminine assurèrent la bonne marche de la bibliothèque qui devenait de plus en plus fréquentée, et bien qu'en avril 1940, des locaux plus grands fussent imposés.

Le très grand succès remporté en 1937 par le concours littéraire ouvert aux jeunes abonnés avait révélé la possibilité d'horizons nouveaux. Ces jeunes enfants groupés par leur commun amour du livre on pourrait tenter sur eux une expérience approfondie. Ils seraient le sujet d'une culture générale comprenant tous les moyens d'expression de l'art.

La bibliothèque fut réaménagée dans un local considérablement plus grand et comprenant une salle des échanges à rayons ouverts, une salle de conférences, une salle de lecture qui lorsque besoin est est convertie en studio de dessin et de modelage, et enfin une salle d'emmagasinage pour les volumes temporairement retirés de la circulation pour réparation et pour les caisses volantes. Le local qui est encore le même aujourd'hui n'a rien de luxueux mais il est coquet, frais et clair.



demeure plus complexe que celui du plus pauvre fils d'habitant.

Rien d'étonnant à ce que M. l'abbé Arsenault, ait songé à transplanter de ces jeunes en pays de colonisation, en l'occurrence à St-Mathieu de Villemontel. L'attention croissante portée par le Ministère aux colons pour seconder leurs efforts, l'impossibilité où étaient ces jeunes de rêver aux terres faites, étaient en effet de nature à les intéresser, malgré les difficultés nécessairement entrevues. Ils en avaient connu d'autres. Coloniser en groupe, choisir des lots voisins, coopérer, s'entraider, cela pouvait les emballer.

Neuf s'inscrivirent en 1938, dont les quatre frères Pomerleau. Le plus vieux a 21 ans; l'aîné du groupe, il leur servira de chef. L'abbé Arsenault s'installe avec eux sous la tente d'abord, puis dans une maison commune pour le premier hiver: quatre murs, deux planchers et trois poêles pour la tenir tiède. L'hiver se passe à défricher et à construire les maisons individuelles. Dix autres jeunes viennent rejoindre ce premier groupe, l'année suivante.

Des neuf premiers établis, cinq résident encore sur leurs lots. Deux seulement sont partis définitivement. Deux sont mariés dont Henrius Pomerleau, père de trois enfants à qui nous avons rendu visite. Il habite l'ancienne maison commune de la colonie. Le rez-de-chaussée est maintenant terminé. Il s'est construit des bâtiments temporaires pour hiverner son cheptel: vaches, boeufs, chevaux, cochons et poules. Son lot a maintenant quinze acres de défrichement: deux sont ensemencés cette année en pommes de terre et autres légumes. Tout cela est suffisant pour assurer aux Pomerleau une indépendance relative, sinon des revenus en argent. Les boucheries d'automne approvisionnent la famille en boeuf et en porc. Des oeufs en abondance composent la variété dans le menu. A l'an prochain, la cons-

truction de la grange qui permettra d'augmenter le troupeau et les bœufs venus.

Si M. Pomerleau a l'air heureux et satisfait de son sort, il devient sceptique et un peu triste en parlant des autres qui sont venus comme lui et en même temps que lui coloniser dans le rang III de Villemontel.

Ce qu'ils en ont eu des difficultés à affronter; depuis les lots difficiles à défricher, jusqu'à leurs connaissances trop rudimentaires en charpente et en menuiserie; depuis leur isolement dans un bout de rang, pas susceptible de s'allonger parce qu'encerné de terrain inculte, jusqu'à le conseiller technique, l'abbé Arsenault, au début, qui forcément négligea ses orphelins en devenant curé de St-Mathieu et ne fut jamais remplacé auprès d'eux. Depuis leur jeune âge et leur inexpérience jusqu'à leur éloignement des autres colons plus compétents et plus avertis qu'eux; jusqu'à leur mariage qui est compliqué du fait de cet isolement. On s'imagine mal aussi ce que présentait pour ces adolescents le fait d'être devenus du jour au lendemain les responsables d'un établissement après avoir connu le régime de l'orphelinat pas des mieux faits pour développer l'esprit d'initiative et d'entreprise. On transplanta vers le même temps des Îles de la Madeleine un groupe de colons sur le lac Napawa au lac Abitibi, où on leur offrait un climat et une terre favorable à la culture maraîchère. L'isolement sera funeste et les colons mal stimulés marcheront difficilement vers le succès.

Il y aura encore des jeunes qui songeront à aller coloniser en groupe. Qu'ils réfléchissent bien, et que ceux qui les guideront réfléchissent aussi pour eux. Qu'ils n'aillent pas compromettre le succès de leur entreprise, en la compliquant inutilement. Il y a toutes sortes de lots: des faciles et des moins faciles à défricher, des lots éloignés des marchés, d'autres rapprochés; des lots isolés, d'autres découpés dans un futur gros rang. N'oublions pas que l'établissement de jeunes, de célibataires est celui qui comporte le plus d'aléas. Si les jeunes sont en plus des orphelins, élevés dans des institutions, rattachés à aucun groupe familial, la situation est plus dure encore. Il faut en tenir compte. Si on rattache ces jeunes à des colonies organisées ou composées d'hommes expérimentés, on multiplie en leur faveur leurs chances de succès.

C'est l'impression qui m'est restée à mon retour de la colonie Boulet. Je crois même que quelques familles rattachées aux jeunes qui ont persévéré là-bas, serait une façon d'aider ce qui reste de la colonie, de composer avec des moyens humains

# La colonie Boulet

Rang III — Villemontel.

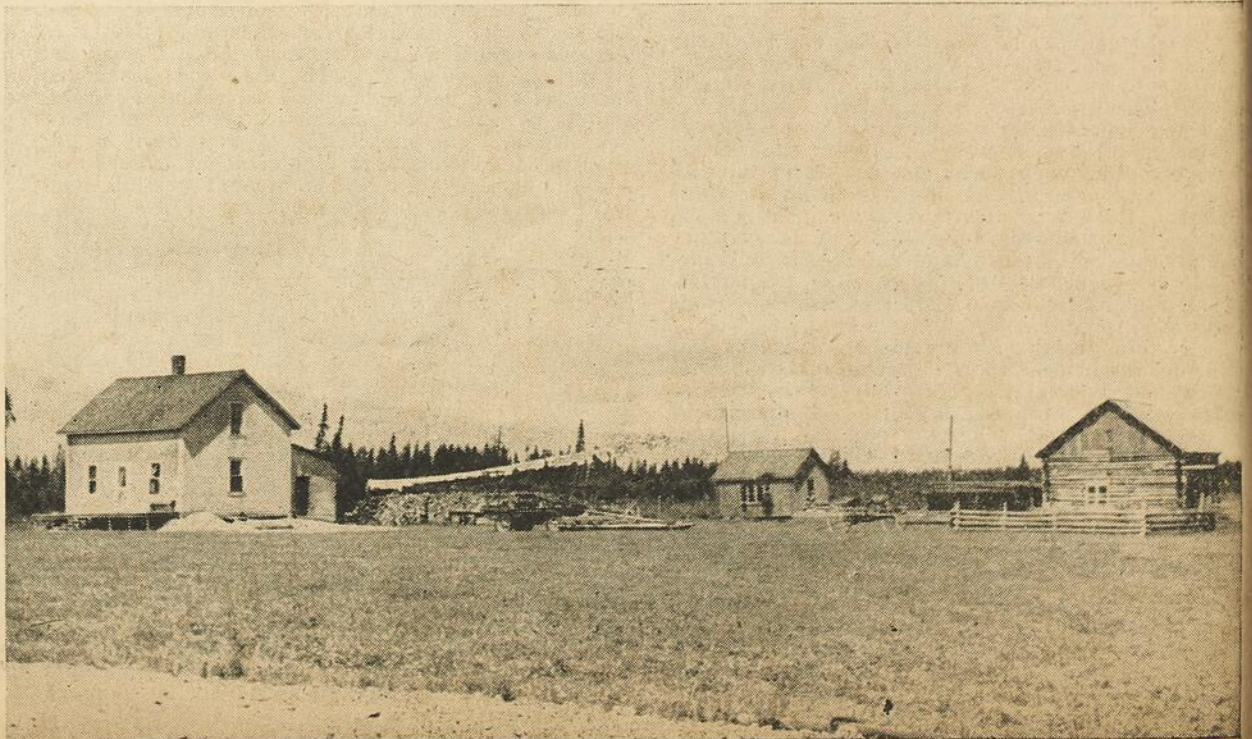
Paroisse St-Mathieu.

par Marthe Beaudry

Photos DesParois

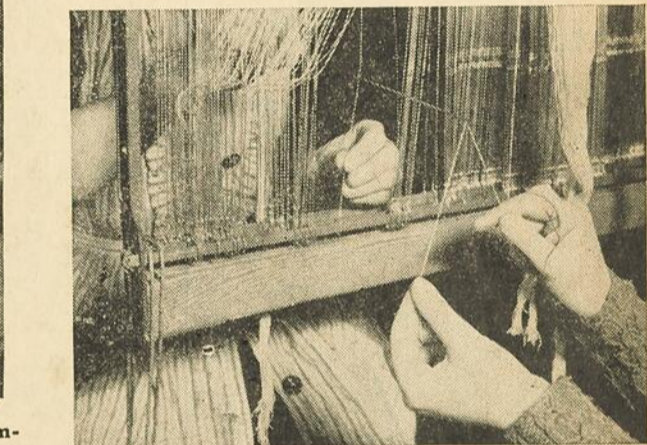
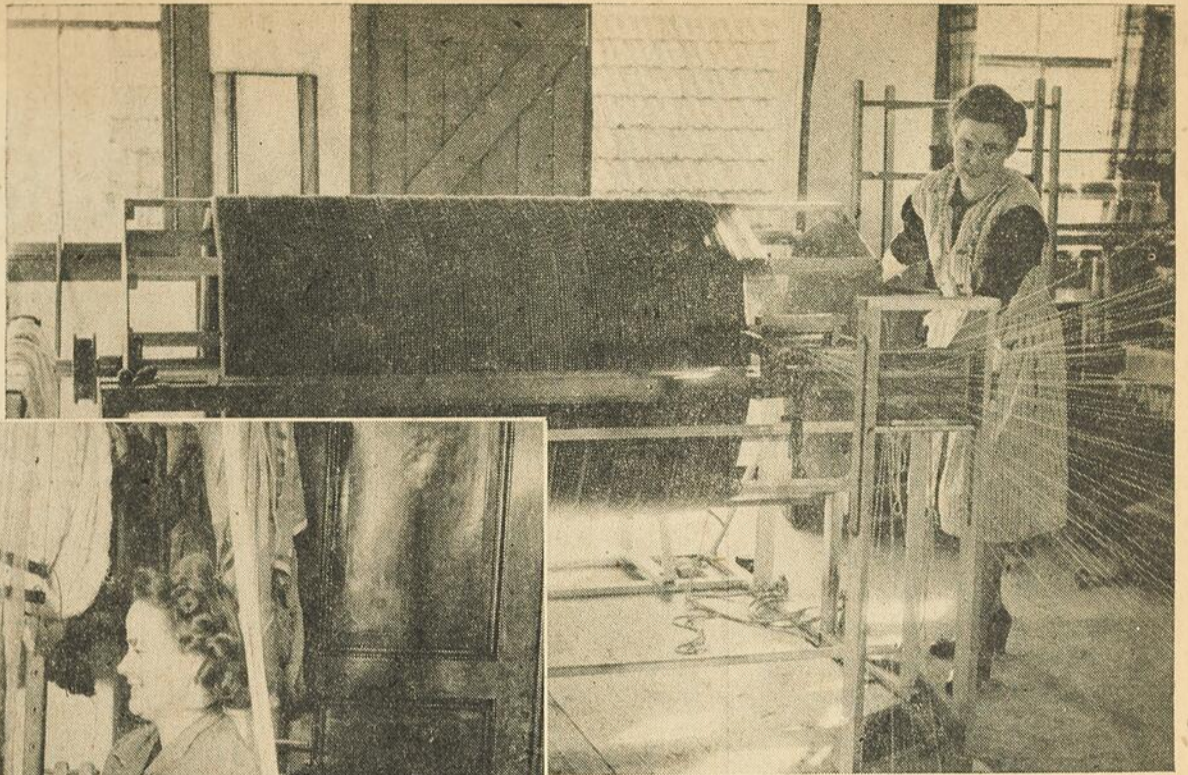
En quittant le village de Saint-Mathieu sis sur la crête d'une colline comme il en est des milliers en Abitibi, si vous allez vers l'ouest, vous côtoyez d'abord de vieux établissements, puis la route bifurque. A droite, elle devient plus étroite, plus rude et s'engage dans une étendue de terrain inculte, ravagé par le feu et repoussant pour la deuxième fois en cyprès ou pin gris. Au bout de quatre milles environ vous découvrirez une plaine, je dis découvrir car vous avez cette impression; une plaine, et dans la plaine, une petite colonie: c'est la colonie Boulet, du rang III de Villemontel, rattachée à la paroisse St-Mathieu.

Cette colonie, la seule du genre, en Abitibi, fut ouverte par l'abbé Arsenault, plus tard devenu curé de St-Mathieu, en faveur d'un groupe de jeunes de l'Orphelinat agricole St-Ferdinand d'Halifax. Elle date de 1938. Pour comprendre le sens de cette entreprise, il faut considérer un moment la situation des orphelins dans les orphelinats. Les orphelinats sont des institutions qui vivent d'octrois, de charité, de dévouement et de l'argent que verse l'Assistance publique, pour la pension et l'instruction des enfants qu'ils protègent. L'Orphelinat de Saint-Ferdinand d'Halifax est un orphelinat agricole, classé dans la catégorie des écoles industrielles. Les orphelins peuvent y demeurer jusqu'à l'âge de 16 ans et ils sont initiés à l'agriculture. Ceci ne résout pas le problème de leur établissement à leur sortie de l'orphelinat, à un âge encore bien tendre, problème qui



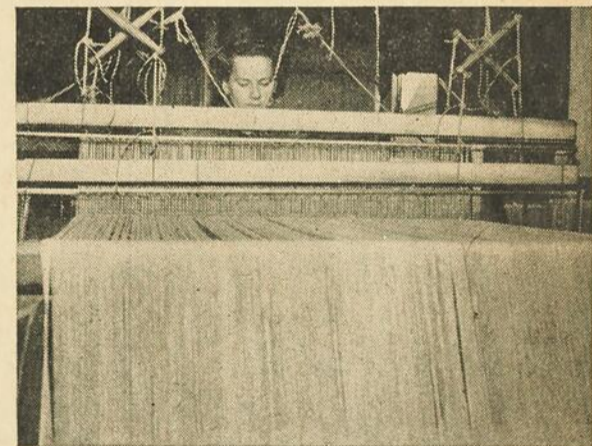
### Comment des Australiens décident de transformer eux-mêmes leur laine en produit fini.

La laine part des bobines pour aller s'enrouler sur l'ourdissoir. Nous devrions généraliser cette technique d'ourdisage beaucoup plus facile que celle que nous pratiquons ordinairement et permettant le montage de pièces beaucoup plus longues.



Toujours l'une présente le fil pendant que l'autre voit à l'enfilement.

Le passage en lames est toujours une opération assez laborieuse. L'atelier de Mme Grainger comporte des métiers à huit et seize lames entraînant des variations correspondantes dans le broché.



Le mérinos dont est fait ce plaid vert, brun, fauve, rouge et gris est la meilleure laine du monde: à fibres longues et consistantes.

# Un atelier de tissage en Australie

par Susan Barrie

S'il est un domaine où l'on puisse dans toute rigueur des termes combiner l'utile avec l'agréable, c'est bien celui de l'artisanat.

C'est ainsi qu'une jeune femme anglaise établie en Australie depuis quelques années en est venue à diriger à Sydney un vaste atelier où l'on transforme les fines laines du pays en magnifiques étoffes tissées à la main.

Mme John Grainger, une blonde à la taille ancée, arriva du Hertfordshire en 1937 en compagnie de son époux, ingénieur. Dans son pays, elle avait fait un stage au Watford Art School, se spécialisant dans la mise en carte des étoffes. Là elle passa au Barrett Street Trade School pour y apprendre le métier de dessinatrice de robes et surtout pour se familiariser avec les diverses sortes d'étoffes.

A leur arrivée en Australie, son mari lui construisit un métier à tisser.

"Le tissage m'avait toujours passionnée, nous confia-t-elle, et dans mon enfance j'avais mon propre petit métier à tisser. Ici, quand se mirent à apparaître les étoffes plutôt fades du temps de guerre, je décidai de me mettre à dessiner et confectionner mon propre tissu."

Cette initiative devait marquer le début d'une entreprise florissante. M. Grainger, qui avait acquis quelque expérience dans les filatures du Hertford, s'intéressa de plus en plus à l'affaire. Avec son épouse, il dirige maintenant à Mosman,

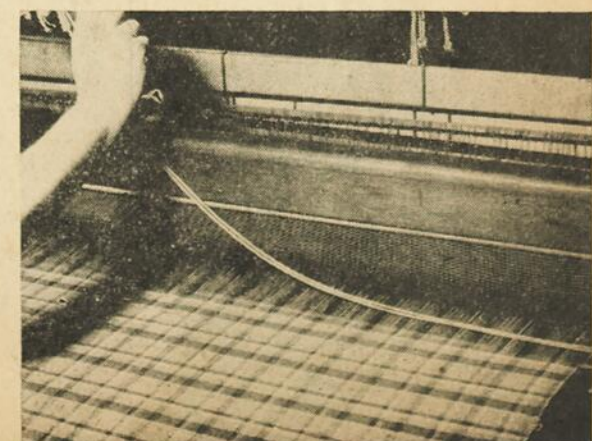
dans la banlieue de Sydney, un atelier où travaillent des tisserandes expertes.

Mme Grainger est douée d'un sens de la couleur remarquable. Elle prend parfois plus d'une semaine à compléter un modèle. Aussi bien les étoffes façonnées dans son atelier ont un cachet d'originalité que ne permet pas la fabrication en série. Fabriquées en quantité restreinte, elles constituent d'autre part un produit impeccable et de très haute qualité.

Les laines de l'Australie sont d'ailleurs, de l'avis même de Mme Grainger, précisément ce qu'il lui faut. Elle les trouve faciles à manipuler et plus douces que les laines écossaises. Légères et consistantes, elles se tissent facilement et résistent à l'usure.

Le travail de Mme Grainger a suscité tant d'intérêt pour sa spécialité qu'elle a joint à son établissement une école de tissage. Elle n'accepte que six élèves à la fois et donne quatre heures de cours par semaine. Les frais sont d'environ \$20 pour une période de dix semaines et la plupart des étudiantes apprennent en deux périodes. Elles se recrutent tant parmi les jeunes filles et les veuves de guerre qui veulent faire de l'artisanat un passe-temps lucratif que chez celles qui veulent devenir des professionnelles.

Déjà quelques élèves de Mme Grainger se sont adonnées à la pratique avec l'espoir de diriger un jour, comme elle, leur propre entreprise.



Un tweed quadrillé résultera de ce travail.

frères du céleri

par James Kucyniak,  
Jardin Botanique de Montréal.

## L'anis et le fenouil



CHEVEUX REBELLES

maintenant  
lustres!

"J'avais des cheveux rebelles, mais j'ai trouvé la solution du problème. Danderine. Quelle différence dès la première application! La pellicule gommeuse qui rend les cheveux ternes disparaît. Les cheveux deviennent plus lustrés et prennent des reflets chatoyants. De plus, Danderine aide à faire disparaître toutes les pellicules lâches. Il se peut que Danderine soit aussi la solution de votre problème."



Pilules Maternelles



CES PILULES augmentent la sécrétion du lait chez la femme et lui permettent de nourrir son enfant aussi longtemps qu'elle le veut sans avoir ses troubles périodiques. Les pilules maternelles sont efficaces dans cas de dysménorrhée, règles douloureuses, trop abondantes ou trop fréquentes chez les femmes et jeunes filles. Etant composées d'extraits de glandes mammaires, etc., ces bonnes pilules favorisent le développement du buste et son perfectionnement chez la femme et la jeune fille. Demandez à votre médecin de vous prescrire les 100 Pilules Maternelles ou envoyez \$2.00 en mandat-poste au Dr JOS. COMPTON, M.D., Saint-Barthélemy, P. Q., qui vous les enverra affranchies. 33 jours de traitement. — En vente à Montréal, Pharmacie Laurent, 2610, rue Saint-Jacques et à Québec, Pharmacies Brunet et Livernois et à la Pharmacie Montréal.

MAUX DE TÊTE  
DE DENTS  
RHUMES  
DOULEURS  
PÉRIODIQUES

Soulagés promptement  
avec

ANTALGINE

12 pour 25¢ 48 pour 75¢

Les deux plantes dont il est question ici appartiennent à une des familles les plus facilement reconnaissables: les Umbellifères. Le nom indique déjà de quoi il s'agit. En effet, les plantes qui appartiennent à cette famille, ont leurs fleurs disposées en une ombelle simple ou composée. Pensez à l'inflorescence du Panais ou de la Carotte et vous verrez très bien l'allure caractéristique des Umbellifères.

Cette famille a donné à la cuisine un grand nombre de plantes importantes: outre la Carotte et le Panais, déjà nommés, mentionnons la Berce, l'Ache, le Cerfeuil tubéreux, le Persil, le Céleri, le Mitsu-ba, etc.

Détachons ici deux d'entre elles, l'Anis et le Fenouil qui avec le Cumin et le Carvi appartenaient à ce groupe classique des "quatre semences chaudes majeures" des anciennes officines. Elles devaient cette désignation pédantesque et curieuse au fait qu'on les utilisait en infusions théiformes, à cause de leurs propriétés carminatives particulières. Commençons par l'Anis.

L'Anis est un terme qui peut s'appliquer à plusieurs plantes souvent bien voisines mais très distinctes les unes des autres. Ce qu'on appelle aujourd'hui Cumin se masquait sous les pseudonymes peu flatteurs d'Anis aigre ou âcre, et même de faux-Anis. Une autre plante de la même famille n'était pas plus heureuse dans le nom vernaculaire qu'on lui légua: Anis bâtard. Il serait peut-être plus légitime qu'on l'appelle Carvi.

Toutes ces plantes sont herbacées. Il existe cependant des Anis arborescents. L'Anis étoilé ou Badiane anisée de la famille des Magnoliacées, par exemple, est un arbre de la Chine. En plus de donner un fruit grisâtre dont l'odeur rappelle celle de l'Anis des jardins, son bois dit "bois d'Anis" servirait, paraît-il, à exécuter des travaux de marqueterie et de tour. Les fruits piquants et anisés qui proviennent de l'"Anis de arbot", tel qu'il est connu dans certaines régions de l'Espagne, proviennent de plantes d'une tout autre famille: le *Schinus molle*, une Anarcadiacée, groupe de mauvaise réputation puisque l'Herbe à la puce lui appartient, réparée par le fait que c'est de cette même famille que nous viennent la Laque, l'Acajou à pommes, etc.

L'Anis qui nous intéresse ici et qui anciennement était appelé Boucage à fruits suaves appartient au genre *Pimpinella*. L'origine du nom générique est douteux. L. H. Bailey dit qu'il provient peut-être d'un mot latin voulant dire bipenné, allusion aux feuilles composées.

Il y a environ soixante-quinze espèces. On plante, en Angleterre, une espèce de fleurs roses pour décorer les bordures ou les rocailles. Mais celle qui joue un rôle écono-

mique prépondérant est le *Pimpinella Anisum*, dont le fruit est l'Anis vert.

Cette plante complète son cycle vital en moins d'un an. C'est-à-dire que si on la sème au printemps, la plante mûrira assez tôt pour donner ses graines à l'automne. A l'état sauvage, ce Boucage se rencontre dans la région méditerranéenne et plus particulièrement dans l'Italie, la Sicile et l'Égypte. En France, on le cultive surtout en Touraine, région renommée pour ses bons vins. Il est semé en place et clair au printemps dans une terre meuble, aussitôt qu'on est assuré qu'elle absorbe et garde suffisamment la chaleur. Il ne faut pas retarder inutilement l'ensemencement. Chez toutes les Umbellifères, la période de viabilité des semences est relativement limitée. Sa culture est plutôt simple, l'Anis vert étant peu exigeant. Il suffit de temps à autre d'enlever les mauvaises herbes qui menaceraient de l'étouffer.

De consistance herbacée, ce Boucage atteint une hauteur de 30 à 40 centimètres. Alors que les feuilles de base sont larges et partagées en trois profondes divisions, celles que l'on remarque un peu plus haut sur la tige, striée et recouverte de poils, sont ailées et extrêmement découpées. Les fleurs, d'ailleurs petites et insignifiantes, nous frappent plutôt par leur disposition que par quelque rare ou inimitable qualité de leurs pièces. La couleur des pétales d'un blanc ou jaune bien ordinaire est négligeable. Cependant, le fait qu'elles soient disposées en ombelles terminales permet à tout initié à la botanique systématique de la placer dans la famille des Umbellifères.

Parfois à la base de l'ombelle quelques folioles linéaires sont disposées en collerette, appelée involucre. Le fruit, de forme ovoïde, héberge deux petites semences, de couleur grise, oblonge et courbée, le dos convexe et canelé. Malgré que l'on se serve des feuilles pour

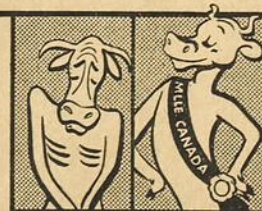
fin de garniture, assaisonnement ou encore comme herbe potagère, c'est surtout pour les graines que le Boucage à fruits suaves est recherché. Comme l'indique son épithète spécifique, des semences s'exhale une odeur douce, indice d'une saveur agréable à laquelle se mêle cependant une très légère aigreur produisant un peu le même effet que les arachides salées consommées en même temps que du chocolat sucré.

Nous sommes loin de l'époque où l'on vantait les propriétés stomachiques, cordiales ou digestives de la semence d'Anis. De nos jours, on se passe bien d'elle lorsqu'on a de la difficulté à respirer par suite d'une toux ou d'une crise spasmodique d'asthme. Et pour "les vents qui naissent d'une humeur crue, gluante et épaisse" pour lesquels Lamarck la prescrivait, des produits chimiques se sont substitués à son emploi. Aujourd'hui on se contente de se servir de l'Anis comme condiment. En recouvrant les graines de sucre, les confiseurs font des dragés qui rendent l'haleine plus agréable et aident vraisemblablement la digestion. La distillation des fruits de l'Anis vert donne un liquide visqueux verdâtre qui se fige rapidement à la moindre baisse de température. C'est l'essence d'anis que son goût agréable fait employer pour aromatiser les liqueurs et qui est aussi utilisée en parfumerie pour son arôme délicat.

L'Anis de France ou de Paris, qui, au temps de Lamarck, s'appelaient communément à Paris l'Aneth doux, est mieux connu aujourd'hui sous le nom de Fenouil. C'est un diminutif latin de *foenum* foin et fait allusion aux feuilles minces et grêles aussi finement divisées que le foin et à peine plus robustes. Comme dans le cas des épithètes citées pour l'Anis, Fenouil suivant le nom spécifique avec lequel on l'accouple peut s'appliquer à des plantes appartenant à des genres botaniques bien distincts. Ainsi, le

(la suite, page 18)

N'achetez pas des nourritures

AVANT & APRÈS  
"MIRACLE"...ACHETEZ  
des RÉSULTATSExigez "NOURRITURES  
les "MIRACLE"  
POUR LES VACHES LAITIÈRES

Vous avez vu l'arsenal compliqué d'une belle du vingtième siècle? Fioles de toutes formes et de toutes dimensions, ampoules multicolores, cold creams, crèmes nettoyantes, masques, vanishing creams, fonds de teint, crèmes faciales, mascara et kohl, auxquels les grandes coquettes depuis Cléopâtre demandent leurs yeux languoureux, rouges pour les ongles, les lèvres et les joues, lotions, poudres et parfums, teintures, ou plutôt — car on ne teint plus les cheveux — lotions pour rendre à la chevelure sa teinte naturelle, lotions donnant en un instant le teint bronzé de la plage, et quantité de pommages ultrasécialisées dont le champ d'action se limite à une infime fraction de l'épiderme.

Et vous aussi, peut-être vous avez clamé: "Où va le monde! Que les temps sont changés!" Mais les temps n'ont pas changé. Bien avant que le barde Homère n'eût chanté l'Iliade, bien avant les Pharaons, ces bâtisseurs de pyramides, avant même la naissance des civilisations qui précéderent Ur en Chaldée, déjà entre le Tigre et l'Euphrate, une humanité nouvelle et grouillante s'essayait à "réparer des ans l'irréparable outrage". Les ruines de Pompéi, les tombeaux égyptiens, les cavernes de l'âge de pierre gardent des traces de ces soucis. Chez les Athéniens, chaque partie du corps avait ses cosmétiques appropriés: l'huile de palme pour les joues et la poitrine, l'huile de menthe pour rafraîchir les bras, l'huile de marjolaine pour les sourcils et les cheveux, le thym pour le cou et les genoux, et j'en passe.

Il n'y a pas de peuple, primitif ou évolué, simple ou compliqué, riche ou pauvre, qui ne recoure aux cosmétiques. Artifice? Pas toujours. Les tatouages compliqués des Océaniens, des Africains et des Amérindiens, depuis le pays des Esquimaux jusqu'à la Terre de feu, sont de simples motifs décoratifs, commandés par des soucis esthétiques, des rites religieux ou des rites guerriers.

Vos grand-mères se souviennent encore d'avoir broyé des pétales de roses pour se rosir et parfumer les joues et emprunté aux fraises écrasées leurs lèvres de carmin. Le latex orangé des rhizomes de sanguinaire et les autres pigments rouges sont responsables de l'appellation de Peaux-Rouges et partant de la fausse notion de race rouge.

Vanité? Peut-être! comme toutes les modes, comme tous les soucis vestimentaires, manifestés dans l'adoption constante de types nouveaux ou cristallisés en des formes antiques et vénérables. Faudrait-il pousser l'illogisme jusqu'à admettre la coquetterie dans les maisons avec les tentures, la peinture, les tableaux et les fleurs, et renoncer entièrement à l'esthétique de sa personne? Sans doute pouvons-nous citer maints cas désespérés; rappelons-nous que les vains espoirs sont aussi bienfaisants que la réalité. Surtout, ne jetons pas la pierre au beau sexe: chez plusieurs peuples, aujourd'hui encore, les cosmétiques sont parfois l'apanage exclusif des hommes.

Un examen bien sommaire nous montre quelle place les produits synthétiques tiennent aujourd'hui parmi les cosmétiques. Quelques années encore et les règnes végétal et animal — clientèle excluse — seront bannis des salons de beauté.

Les cosmétiques groupent les teintures de l'épiderme et de leurs dépendances, les crèmes et les lotions, les poudres et, en étendant quelque peu le terme, les parfums et les savons.

#### LES SAVONS

Faut-il oui ou non se laver la figure au savon avant d'y appliquer ces pommades rajeunissantes indéfectibles? Grave problème que n'ont pu encore régler toutes les belles réunies. Peut-être sont-elles trop nombreuses. Quoi qu'il en soit, il est assez bien admis que les savons peuvent jouer un certain rôle dans la toilette. On prétend même que Don Juan, qui n'était ni un Adonis ni un génie, devait son succès à l'usage généreux du savon à une époque où l'on ne s'en souciait guère. De tous les produits d'embellissement du genre humain, c'est celui qui est resté le plus en contact avec le monde végétal. Les graisses animales — gras de porc et lanoline particulièrement — sont sans doute une source appréciable de savons, mais une grande part résultent encore de la saponification des huiles végétales par la soude et la potasse. Les huiles d'olive, de palme et de palmiste, de chanvre, de coton, de sésame, d'arachide, de colza, de navette et d'autres, les beurres de cacao et de coco apportent tous une contribution importante à la savonnerie. Le beurre de coco notamment donne des savons mous pour le lavage de la tête.

Les Indiens d'Amérique connaissaient des savons naturels. La racine de Yucca, par exemple, donne un savonnage que les Navajos de l'Arizona ont longtemps employé pour leur longue chevelure noire.

#### LES PARFUMS, LES POUDRES

Les parfums, à une couple d'exceptions près, étaient tous d'origine végétale et encore aujourd'hui, malgré le développement de la parfumerie synthétique, les parfums de qualité proviennent des fleurs.

Le riz fut longtemps le grand pourvoyeur des poudres faciales, vu l'extrême finesse de son amidon. Il suffisait de le colorer et de le parfumer. Aujourd'hui, la plupart des poudres de riz sont faites de talc broyé.

Depuis longtemps nos Indiennes avaient eu recours à la poudre de maïs et le bois de coeur rougeâtre du pin leur servait de "compact". Jusqu'aux papoues qui avaient dans leur nâgane leur poudre de toilette, la fine fleur de bois pourri.

Il faut une très longue expérience et surtout un grand respect de la publicité pour se débrouiller dans l'usage des crèmes de toilette. Chacune doit s'employer dans un ordre déterminé et à son heure. Déroger à ses règles poserait des problèmes difficilement solubles.



## Les temps n'ont pas changé

par Jacques Rousseau

#### LES CREMES

Les cold creams, dont il existe plus de variétés que de fabricants, sont le pivot des pommades. Pour le chimiste, les centaines de crèmes se ramènent à des mélanges, en des proportions différentes, de quelques produits élémentaires.

A part les vanishing creams — en train de s'évanouir paraît-il, et qui sont essentiellement des savons d'acide stéarique avec excès d'acide — les crèmes sont toutes à base de cire et de corps gras. Le spernaceti, tiré de la narine droite des cachalots et la lanoline, extraite du suint de mouton lors du lavage de la laine, étaient les deux produits de base des cold creams de luxe. On avait dû leur substituer peu à peu la graisse de porc, la moelle de boeuf et même la graisse d'ours. Aujourd'hui les huiles minérales, la cire d'abeilles et la paraffine sont les matières premières. Exceptionnellement, les crèmes renferment des graisses végétales: beurre de coco et de cacao, huiles d'olive, de ricin, de sésame. On trouve sur le marché, il est vrai, des cold creams aux fruits; mais le cold cream au concombre renferme tout simple-

ment un colorant "verdâtre et une essence, le cold cream au citron, un colorant artificiel et de l'huile de citron; le cold cream aux fraises tire sa couleur rouge de l'érythro-sine et son odeur d'un aldéhyde synthétique (en C16), la crème de pêche tient son arôme d'un autre aldéhyde synthétique (en C14), enfin la crème d'amande doit son parfum au benzaldéhyde. Il paraîtrait cependant que des fabricants originaux emploient pour certaines de leurs crèmes végétales une partie des produits annoncés.

Les pommades parfumées ont une noble origine, car nous apprend l'exode, nul autre que Jéhovah en donna une recette à Moïse: "Prends de la myrrhe, de la canelle, du calamus, du cassin et de l'huile et fais-en un onguent sacré pour oindre Aaron et ses fils..." J'ai omis les quantités, mais la recette était précise.

Les pommades servaient autrefois non seulement pour oindre les corps, mais les cheveux. Les Hurons de la péninsule ontarienne, pour leur part extrayaient l'huile des graines du grand soleil (*Helianthus annuus*), pour rendre leur chevelure brillante.

## TEINTURIÈRES

vous le demandiez

LE VOICI

le nouveau

## ROUILLE Diamond



En ce moment, dans le Québec, la nouvelle couleur de Teinture Diamond — ROUILLE — est très recherchée par les femmes. Comme toutes les autres couleurs Diamond, elle est faite avec la meilleure qualité de matière colorante d'aniline qui soit sur le marché, et garantie donner une couleur riche et bon teint.

Les femmes qui ont essayé cette nouvelle couleur Diamond déclarent qu'elles n'ont jamais rien vu de pareil — de si riche, de si frais, d'aussi joli et d'aussi attrayant.

Vous voudrez aussi essayer le ROUILLE Diamond pour faire revivre les couleurs fanées de vos vêtements et de vos décors d'intérieur. Votre marchand en a; achetez-en aujourd'hui un paquet ou deux. Et ayez soin de vous informer auprès de votre marchand au sujet des deux autres nouvelles couleurs Diamond — BLEU ROI (Bleu Royal) et BEIGE. De véritables couleurs Diamond comme vous pourrez le constater quand vous les emploierez — les plus belles, les plus anciennes teintures en paquets.

## Teintures DIAMOND

Demandez à votre marchand de vous montrer la NOUVELLE Carte des Couleurs Diamond. Vous y verrez les 60 nuances Diamond que vous pouvez obtenir, et y trouverez de nombreuses suggestions pour teindre ou teinter.

Regardez! Vous pouvez obtenir ces autres belles nuances avec le ROUILLE Diamond.

Corail Pêche  
Rouille Corail  
Terre-Cuite

## La langueur n'est plus à la mode . . .

Autrefois, à une époque assez lointaine, il est vrai, il était de bon ton pour les jeunes filles et les dames d'être pâles, languissantes, tristes. . . de respirer, à tout instant, des sels pour raviver leurs couleurs disparues. De nos jours, tout est heureusement changé, les jeunes filles et les femmes doivent être vives, gaies, voire pétulantes pour être belles et réussir dans la vie. L'existence actuelle les oblige à être bien portantes.

Et comment ne pas être bien portantes puisque les jeunes filles et les femmes ont à leur portée un tonique comme les bonnes PILULES ROUGES pour garder leur sang riche et les défendre contre la pâleur, la faiblesse, le manque d'appétit, la fatigue, les douleurs de dos, de reins, les périodes douloureuses ou irrégulières, les troubles internes essentiellement féminins (symptômes ou conséquences de l'ANEMIE).

Bien des femmes ont profité des bons effets d'un traitement aux PILULES ROUGES et toutes se plaisent à les recommander. Pourquoi n'en profiteriez-vous pas vous aussi, madame!

Par la poste: 50c la boîte ou 3, \$1.35.

## PILULES ROUGES

pour les Femmes Pâles et Faibles

Cie Chimique FRANCO Américaine Ltée, 1566, rue St-Denis, Montréal.

ENCOURAGEZ NOS ANNONCEURS  
MENTIONNEZ TOUJOURS PAYSANA

Savons et pommades sont à proprement parler des articles de toilette. C'est avec les colorants sous toutes leurs formes que commence réellement l'embellissement du corps humain. Plus de cent siècles le proclament: "Sauvez la surface et vous sauvez tout!"

Les pigments entrant dans les pommades, les jaunes provenant du rocou et les verts, des feuilles de noyer, ne sont qu'accessoires. Ils servent seulement à "dorer la pilule".

Le bois de palissandre, le bois du Brésil, les fleurs de carthame, les racines d'orcanette ont joué un grand rôle dans la fabrication des fards, le "rouge" des anglais. Le henné et l'indigo ont toujours été des teintures capillaires de choix. L'orcanette (*Alkanna tinctoria*), à la fin du siècle dernier était la base des rouges à lèvres de fabrication domestique.

### LES ROUGES ET LES FARDS

Les rouges à lèvres de qualité, autrefois, étaient tous d'origine animale. La pourpre, plus précieuse que l'or, extraite d'un coquillage gastéropode, ne se développe que par oxydation, après la mort des tissus. La technique de l'extraction, perdue depuis l'antiquité, fut redécouverte par Réaumur, en 1711. On prétend que c'est un chien qui apprit dans l'antiquité aux humains à se servir de la pourpre comme rouge à lèvres. Ayant dévoré à belles dents un Murex sur la grève, il revint avec des lèvres colorées.

L'alkermès remplaça plus tard la pourpre perdue. On s'est demandé au XVII<sup>e</sup> siècle si les graines d'alkermès récoltées par les femmes avec leurs lèvres sur des chênes de Cilicie étaient d'origine animale ou végétale. La Hire, en 1694, reconnut qu'il s'agissait d'un insecte homoptère, classé aujourd'hui dans la famille des Coccidés.

Après la découverte de l'Amérique, c'est un autre insecte, la cochenille, vivant sur des cactus nopal qui détrôna le kermès dans les rouges à lèvres. Le nouveau continent devait fournir d'autres colorants aux officines de beauté. Depuis le moyen âge, on utilisait le bois de coeur du *Caesalpinia sappan*, originaire de l'Inde, connu dès le moyen âge sous le nom de bois de brésil. Les navigateurs qui, depuis 1492, vinrent découvrir l'Amérique en cherchant vers l'ouest la route de l'Asie, s'acheminèrent vers les pays de l'or, des épices et des colorants, dont le bois de brésil. Ayant trouvé sur notre continent un nouveau *Caesalpinia*, à bois coloré, ils lui étendirent le nom de bois de brésil, transposé plus tard à un pays de l'hémisphère sud.

L'Amérique méridionale fournit également le recouyer (*Bixa orellana*), dont les graines sont entourées de réserves d'un pigment rouge orangé, le rocou. Il renferme en réalité deux colorants, l'un rouge, l'autre jaune. Peu employé maintenant dans les cosmétiques, rejeté également comme teinture des soieries et lainages, parce qu'il change trop au soleil, le rocou n'est

plus guère employé que pour teindre les fromages hollandais, anglais et canadiens. Les Antilles qui produisaient naguère 500 tonnes par an de rocou, ont vu leur production descendre à 17 tonnes annuellement.

Le carthame, (*Carthamus tinctorius*), originaire de l'Inde, constitue encore une importante culture en Orient. Les capitules séchés donnent une teinture jaune et une teinture rouge orangé. Pour le rouge à lèvres comme le fard, les rouges d'aniline se substituent rapidement à cette plante.

### LES TEINTURES

Les feuilles de henné (*Lawsonia inermis*), de la feuille des Lythracées, fournissaient aux anciens Egyptiens la teinture rose des ongles des mains et des pieds, usage qui a persisté en Orient et a été redécouvert par nos modernes. En cosmétique particulièrement, "L'on vient trop tard depuis six mille ans qu'il y a des hommes qui pensent" (LaBruyère). En Perse et dans l'Inde depuis l'antiquité, on l'utilise pour teindre les cheveux, les sourcils, la paume des mains et la plante des pieds. Les hommes de ces pays, soucieux de coquetterie, s'en teignent la barbe. La barbe et les cheveux, préalablement lavés au savon, sont enduits de la poudre jaunâtre de henné. Après une demi-heure, nouveau lavage à l'eau. Les poils sont alors d'un rouge orangé. Si, comme en Perse, on désire un noir brillant, on imprègne alors la chevelure ou la barbe d'une pâte d'indigo.

L'indigo (*Indigofera tinctoria*) est originaire de l'Inde comme son nom tiré du latin *indicum*. Le feuillage ne renferme aucune teinture bleue, mais seulement un glucoside incolore, qui par fermentation dans l'eau se transforme en indigo blanc. Ce dernier, bien soluble, se fixe aux substances textiles, puis exposé à l'air donne par oxydation un bleu insoluble. Pour obtenir des comprimés de colorant, on bat simplement le liquide où ont macéré des feuilles. Grâce au contact de l'air, le bleu insoluble précipite au fond du bain. La plus tenace des teintures végétales, l'indigo est maintenant produit synthétiquement sous le nom d'aniline, tiré d'une espèce d'indigotier, l'*Indigofera Anil*.

La culture de l'indigo fut à une époque une grande ressource des Antilles. Si vous parcourez, en Haïti, l'île de la Tortue, déjà célèbre au XVI<sup>e</sup> siècle et au XVII<sup>e</sup> par les pirates, vous y verrez près de la plage des bains à indigo en maçonnerie solide que les figuiers enserrant déjà de leurs bras enveloppés. L'un se nomme le bain de Pauline. C'est près d'ici que le général Leclerc vint avec son épouse chercher un refuge contre les fièvres et les soldats de Tous-saint Louverture. Encore aujourd'hui, dans la nuit tiède, brusque et opaque, qui s'abat sur la Tortue, des Noirs, ralentis par le clairin au retour vers leur caille, voient dans l'eau fraîche du bain d'indigo l'ombre laiteuse de Pauline Bonaparte.

(Spécial à PAYSANA)

# Le Ressuscité

une nouvelle inédite

par PIERRE HAMP

Le métier d'inspecteur général d'une Société d'Assurances obligeait M. Magnolle à beaucoup de déplacements qu'il faisait en voiture automobile, conduisant lui-même fort adroitement, malgré une petite boiterie de la jambe gauche. Ses subordonnés l'accueillaient avec grande sympathie car il ne cherchait pas à les écraser de son autorité et ne se prévalait pas de sa fonction pour s'avantager. Au contraire, il se mettait à leur service et semblait leur devoir d'excellents conseils alors qu'il leur en donnait. De caractère éducateur, il aidait les hommes à devenir supérieurs, au lieu de se guinder sur eux. Son plaisir était de procurer joie aux autres plutôt que d'en prendre pour soi. Il s'appliquait à la propagation de méthodes qui allaient de l'agrément de la personne à la droiture contractuelle:

—Ne donnez pas au client l'impression que vous le soumettez à votre volonté mais que vous exécutez la sienne. Une affaire n'est bien conclue que si elle contient la possibilité de son renouvellement. Que le client parte satisfait de sa police ne suffit pas. Il faut qu'en vous quittant, il pense aux services que vous lui rendrez encore. "Au revoir" n'est pas qu'une formule de politesse mais une inscription au crédit de la Société.

Cette volonté de bienséance n'empêchait pas chez M. Magnolle des moments de crispation. Il s'écartait pour souffrir et ne revenait au face à face que lorsqu'il se sentait ce qu'il voulait être. Ses collègues du siège connaissaient bien ces périodes de discrétion. Il en eut une le vendredi 25 septembre où il s'isola pour examiner longuement par transparence un cliché radiologique. Comme il allait le ranger dans un casier, marchant lentement pour dissimuler sa boiterie, selon son habitude qui était d'avoir toujours la meilleure apparence et d'éviter qu'on le plaignt, on lui demanda bienveillamment s'il avait de l'inquiétude. A quoi il répondit:

—C'est l'examen périodique pour mon taux de réforme. Il me reste dans le corps 163 éclats. Une passoire. Nous avons autre chose à faire que de parler de cela.

Il se remit à la comparaison des chiffres de polices par rubriques et par régions. Il fut content de ses statistiques, ce qu'il montra en se frottant les mains, geste rare chez cet homme qui maîtrisait assidûment ses paroles et ses attitudes. Comme on le vit si expressif, on lui posa des questions et il y répondit de bonne grâce, renonçant à sa réserve, de crainte de désobliger:

—Cette ferraille dans le corps est supportable. Un seul éclat demeure dangereux à cause de son peu de distance de la colonne vertébrale: deux millimètres. Un choc par chute ou accident de voiture pourrait le mettre en contact avec la squellette. Je n'ai qu'à faire attention où je pose les pieds et conduire prudemment.

Pour un gaillard de 17 ans, mon âge en 1914, l'uniforme légendaire des zouaves: la haute chéchia, le pantalon rouge bouffant, la veste turque, suffisait à provoquer l'engagement que je contractais au 3e de

l'Arme. Quand j'arrivai au front en 1915, on nous avait habillés en kaki, ce qui me fut une déception car je me réjouissais de ressembler aux soldats de Sébastopol que j'avais vus sur tant de belles images et dans les gravures des manuels d'Histoire. Pour jouer au zouave traditionnel, il me manquait cependant la barbe qui n'en était encore sur mes joues qu'au duvet alors que les vainqueurs de Malakoff la portaient sur toute la poitrine.

C'est avec des molletières d'alpiniste anglais et non en pantalon oriental que nous sortimes de la tranchée à neuf heures et quart à Saint-Hilaire.

Le réseau de barbelés pas touché par notre bombardement, nous sommes restés planqués sur la terre jusqu'à une heure après midi. Les obus de 150 du barrage allemand tombaient à vingt mètres derrière nous. A notre droite, des coloniaux, à notre gauche de l'infanterie avaient pris les trois lignes de défense dont les fuyards se seraient au centre et se rendaient aux zouaves. Un caporal près de moi ajusta un garçon de mon âge qui trébuchait les bras levés. Il le manqua, recharge et le remet en joue. Le gamin criait: Mama. Je donne une tape sur le fusil du caporal; le coup part dans la terre. Le rescapé se couche à côté de moi et m'embrasse la main. J'ai senti trembler ses lèvres. Je croyais qu'il parlait français d'après ce qu'il avait crié. Mais c'est la même chose dans les deux langues. Ma mère aurait pu comprendre: Mama. Maman. J'ai dû lui expliquer par signes de ne pas aller derrière nous où il y avait des tirailleurs algériens qui attendaient les prisonniers au bout du couteau. Je lui ai montré la gauche vers l'infanterie.

Puis j'ai suivi les camarades qui sautaient dans la tranchée allemande: deux mètres de haut. Le matin j'avais sorti de ma musette les quatre grenades à percussion qui y étaient avec 150 cartouches. Un pressentiment. Le sergent m'obligea à les reprendre. Il tâta les fourniments et sentait ce qui manquait. La cause de l'accident, je ne peux pas la dire. Les percuteurs étaient capuchonnés. Le choc du saut de deux mètres en a-t-il découvert un et provoqué l'éclatement, ou bien ai-je reçu un projectile sur ma musette? Grenades et cartouches me sont parties dans les reins. Nous étions en file. L'homme devant moi et celui derrière n'ont rien eu, alors qu'une grenade en mettait parfois sept par terre. Les zouaves qui me suivaient me passèrent sur le corps qu'ils estimaient être un cadavre. L'aumonier venant dans la

file s'arrêta pour me bénir. Il dit sur moi les paroles de l'absolution puis rattrapa son rang.

La deuxième vague était de tirailleurs algériens. Je leur demandai à boire. L'un d'eux me donna un coup de crosse sur la tête pour m'achever. J'ai bien entendu ses paroles de miséricorde: "Pou ti Roumi". Heureusement j'avais gardé mon casque. La crosse a frappé sur le bord il ne m'en reste que cette cicatrice en haut du nez au lieu d'avoir eu le crâne fendu.

J'entendais et je voyais tout mais je ne pouvais pas plus bouger que si j'avais été une pierre, une pierre de sang. Un capitaine-major des tirailleurs, passant avec des brancardiers a dit en me voyant:

—Quand je me serai occupé des tirailleurs, je m'occuperai des zouaves.

Je me suis aperçu que je pouvais parler parce que je l'ai traité de noms dont ma mère aurait frêmi, puis je lui ai demandé de l'eau mais pas poliment. Le 3e de l'Arme m'avait déjà bien inculqué l'esprit de corps et comment les zouaves devaient traiter les tirailleurs qui nous le rendaient bien.

Après, c'est du brouillard. Je me suis réveillé en pleine nuit. Il pleuvait. On n'entendait plus un coup de fusil. J'ai appelé au secours. Des téléphonistes qui refaisaient les lignes m'ont répondu. Ils me commandaient: "Crie encore pour qu'on puisse te trouver".

J'avais peur de ne plus en garder la force et de retomber dans la mort. Deux sont restés avec moi; un autre a été chercher les brancardiers, des tirailleurs avec le même capitaine que j'avais insulté. Il m'a reconnu:

—Tu es encore là, toi.

Je lui ai demandé à boire. Il ne m'a rien donné. Tout le long du chemin j'ai cependant eu assez de salive pour lui raconter ce qu'un zouave doit dire à un tirailleur. Je n'avais pas un an de service dans l'arme mais le vocabulaire de l'honneur du corps s'apprend avec la théorie. Au poste de secours, il m'a demandé:

—Tu as toujours soif?

Il m'a versé au brov, à m'étouffer. Ca me coulait jusqu'au nombril. Je ne sais pas s'il l'a fait pour venger les tirailleurs, mais ça m'a peut-être sauvé la vie.

Le corps déchiqueté, la chair en ruban sur les os, assommé d'un coup de crosse, resté treize heures sous la pluie, je devais être mort d'hémorragie, de congestion cérébrale et pulmonaire. Il me restait la force de discuter le coup. On me mit dans un train d'évacuation. A Pithiviers, le major du convoi estima

que ce n'était pas la peine de me mener plus loin. Il ne voulait pas trimballer de cadavre dans ses couchettes. On me descendit agonisant sur le quai. Les infirmiers estimèrent que j'avais assez de souffle pour aller mourir à l'hôpital au lieu de la morgue dans la salle d'attente.

Le médecin-chef était un homme qui ne connaissait pas le désespoir. Il lutta tant que restait un brin de vie. Il m'enleva 22 éclats. Il dut s'arrêter de chercher car mon existence tenait à une goutte de sang, à quelques grammes de chair. On ne pouvait plus me toucher et je tombais dans ce que les médecins appellent le coma, cependant j'entendais tout. Pas un mot ne m'échappa quand le médecin-chef dit à ma mère:

—Madame, nous avons fait tout le possible, tout, tout, pour sauver votre fils; je m'y suis appliqué comme pour ma propre vie. Je n'ai pas réussi. Il est mort. J'en ai un grand chagrin.

Quatre soeurs infirmières à genoux autour de mon lit, ne disaient plus les prières pour les agonisants mais pour mon repos éternel. Dans cet office funèbre, ma mère me tenait la tête, doucement, comme si elle avait peur de me faire mal, bien que le médecin lui eut affirmé que j'étais un cadavre. Je me sentais comme la nuit de ma résurrection sur la banquette de tir de la tranchée; dans une vie qui n'était déjà plus celle de la lumière et du souffle.

Quand de nouveau j'ai ouvert les yeux et en même temps retrouvé la force des mots, j'ai dit à ma mère et aux soeurs:

—Vos prières m'ont sauvé.

Les soeurs faisaient des signes de croix et maman m'embrassait. J'ai su plus tard que seule elle n'avait pas accepté la certitude de ma mort. Pendant une heure et demie elle m'appela, alors que les autres me croyaient parvenu là où l'on n'entend plus rien. Quand elle remercia le chirurgien pour le grand dévouement qu'il m'avait témoigné, il lui répondit:

—Madame, il vous doit la vie. Vous la lui avez donné deux fois.

On m'envoya au Val-de-Grâce. Je vécus dans une petite voiture. Un homme sur roues. Il s'agissait de me remettre sur pieds. Le moindre mouvement me causait de rudes souffrances. Cette ferraille que j'avais dans le corps me raclait les muscles dès que je les remuais. Au bout d'un an on me transféra à la Pitié où, d'opération en opération, je restais près de trois ans. Serais-je condamné à l'infirmité? Le médecin-chef dit:

—Ca dépend de vous plus que de moi. Qu'une charge de projectiles suffisante pour abattre une section vous ait éclaté dans le dos sans vous ôter la vie ni blesser personne autour de vous est une invraisemblance de la pyrotechnie. Que vous ayez survécu à tant de blessures s'explique mieux. Vous êtes encore dans la pureté: pas bu, pas fumé, pas couru. Vous avez la foi. Jeunesse physique et énergie spirituelle. A 25 ans vous n'en seriez pas revenu.

Il reste à vous habituer à la souffrance et à l'aimer, sinon vous ne

(suite à la page 18)



# Quand la terre est malade, quand la terre a faim, l'humanité est malade, l'humanité a faim !

par Georges Maheux

de la Société Royale du Canada.

L'humanité vient de se découvrir un **nouvel ennemi**. Sans crier gare, il monte à l'assaut de ses victimes. Il s'est infiltré si sournoisement dans nos rangs, il frappe si silencieusement que nous avons autant de difficulté à y croire qu'aux découvertes de Pasteur sur les microbes, découvertes qui ont tout de même révolutionné la médecine en précisant le rôle des êtres microscopiques dans les maladies.

**Son nom?** Rien encore de défini, si ce n'est que quelques auteurs parlent de la **faim dissimulée**. Il s'agit, en réalité, des mauvais effets sur la santé du manque d'éléments minéraux dans le sol. Cette déficience ne se traduit pas toujours par des signes qui crèvent les yeux: les champs sont encore verts, mais ils n'ont plus la même vitalité et sont incapables de donner à l'homme des aliments aussi nourrissants.

L'ennemi est nouveau, ai-je dit. En effet, les recherches sur la chimie de l'alimentation n'ont commencé qu'à la fin du XIXe siècle. A cette époque, quelques médecins, à la suite d'observations et d'expériences, se rendirent compte que plusieurs maladies provenaient de carence alimentaire et que beaucoup de malades souffraient de la faim sans en rien soupçonner.

L'expression "faim dissimulée" ou "faim cachée" sert à désigner le mal. Le nom n'était pas trop mal trouvé, car les patients pouvaient fort bien absorber trois repas par jour et se sentir quand même malades. Les uns manquaient de chaux et souffraient de rachitisme; d'autres avaient le goître par suite d'une insuffisance d'iode; l'anémie était attribuée au manque de fer et peut-être aussi de cuivre; la carie des dents était rattachée à une carence de calcium, de phosphore et de fluor.

Que les qualités ou défauts des aliments que nous absorbons aient des effets bons ou mauvais sur notre état de santé, voilà qui est tout à fait logique. Nous savons aujourd'hui que les plantes sont une grande usine où se fabriquent les aliments; nous savons aussi que la terre est le garde-manger minéral. Notre nourriture comprend des végétaux ou des animaux nourris de végétaux. Si

donc notre régime est pauvre en éléments nutritifs essentiels à notre santé, c'est probablement parce que les végétaux ne les contiennent pas en quantité suffisante.

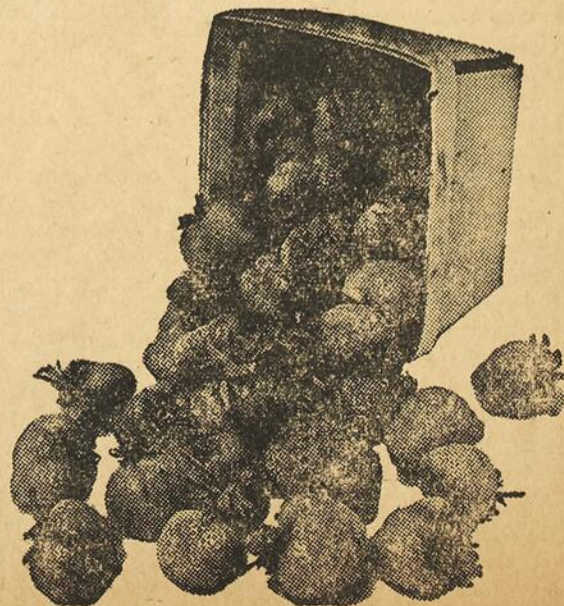
Lancés sur cette piste, les chercheurs ont rattaché la santé humaine à la nature du sol; ils ont compris l'interdépendance des plantes et du sol; ils ont conclu que **la terre cultivée peut être malade** et, à son tour, donner des plantes, des animaux, des hommes et des femmes malades.

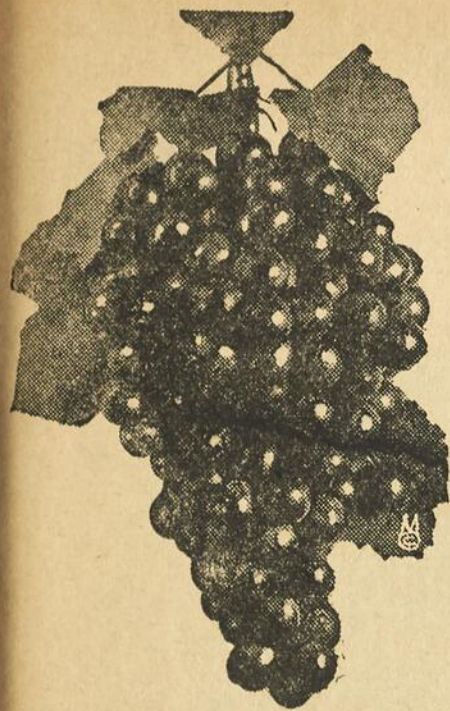
A la vérité, le végétal ne tire qu'une faible partie de sa croissance totale des matériaux que lui fournit le sol; le reste lui vient de l'air, de l'eau et du soleil. La part du sol n'est que de 5%, mais cette mince proportion est absolument essentielle à la santé des végétaux et des humains. La raison? C'est que les **éléments du sol** sont justement les **matériaux de croissance**, puisque les minéraux font les os, les dents et les charpentes solides. **L'air, l'eau, le soleil** fabriquent les **matériaux d'entretien**, c'est-à-dire ceux qui donnent la chaleur et l'énergie et qui tiennent la machine en mouvement.

Il n'y a aucun danger que les éléments fournis par l'air fassent défaut; mais, déjà, il est évident que les éléments du sol sont à la baisse. Et, quand notre corps n'absorbe pas assez de minéraux, c'est notre santé qui en souffre. Nous manquons alors de vitamines qui abondent d'ordinaire dans les plantes croissant sur sol riche en sels minéraux.

En second lieu, nous devons nous rappeler que plantes, animaux, hommes peuvent apparemment se développer même s'ils sont déficitaires en certains éléments minéraux. En réalité, la concentration en calcium d'une feuille de laitue ou d'épinard varie selon la teneur du sol en calcium. Ces variations de richesse minérale se produisent dans les fourrages, les céréales qu'absorbent les animaux, et elles nous affectent quand nous mangeons du boeuf, du porc, de l'agneau et des oeufs.

Nations ou individus, hommes ou animaux, nous sommes ce que nous mangeons, nous sommes ce que le sol nous fait. Dans le Missouri on élève des mules fortes et de grande taille parce que là le sol, riche en chaux, fabrique des os résistants et des corps robustes. Le Kentucky produit de meilleurs chevaux de course que la Floride. Cela dépend du sol. Au Japon, l'incidence des maladies et le taux de mortalité est très élevé parce que la





ferme de 200 acres, où l'on cultive avoine, blé, maïs, luzerne et foin peut perdre annuellement des éléments minéraux représentant une somme de \$1,630, si on les achetait au prix courant.

Si rien ne survenait dans le sol, il suffirait de deux ou trois récoltes pour épuiser une terre. Heureusement, il se produit deux choses. D'abord, les cultivateurs restituent — ou doivent restituer — des minéraux sous forme d'engrais ou de fumier ou par l'enfouissement de plantes vertes. En second lieu, la nature a doté le sol d'un mécanisme capable de rendre assimilables les minéraux en réserve dans la plupart des sols. Même en tenant compte de ce phénomène, il arrive trop souvent que l'on enlève à un sol plus qu'il n'est capable de fabriquer. Voici un exemple:

Il y a au Missouri une parcelle expérimentale qui, depuis 1886, a toujours été semée en blé. On ne lui restitue rien, ni grain, ni paille, ni engrais — chimique ou naturel. — Au début, les récoltes étaient bonnes; cependant, avec les années, les rendements n'ont cessé de diminuer. Aujourd'hui, le sol est si pauvre que le blé n'épie que tous les deux ans.

Telle est la nature de l'ennemi invisible qui attaque nos sols, nos plantes, nos animaux, vous et moi. Nous avons retiré de la banque minérale plus que nous n'avons déposé et la banqueroute nous guette. Les maladies se multiplient. Les affections cardiaques provoquées par la nourriture incomplète se manifestent d'alarmante façon. Il en est de même du diabète, de l'arthrite, de l'anémie, de la carie des dents. Des millions d'individus tentent de corriger les carences de leur alimentation en se bourrant de pilules. Et ceux qui ne se sentent pas assez malades pour aller voir un médecin peuvent n'être qu'à moitié en santé. Les médecins répètent que les remèdes ne suffisent plus. Il faut **prévenir le mal**. Et, pour prévenir, il faut **commencer par le sol**.

Partout où les précipitations sont abondantes, comme dans Québec, les pluies et les récoltes enlèvent au sol quantité de ses éléments minéraux. Il faut alors recourir aux engrais chimiques; et, le plus souvent, on est en retard ou on rend moins qu'on n'a pris.

Des savants prétendent que nous sommes à la veille d'une catastrophe et qu'en poussant plus loin c'est le suicide national. La santé du sol a donc une grande importance! Peut-on empêcher la **tragédie** de se produire? Oui. Tous les moyens ne sont pas connus, mais la direction à suivre est toute indiquée.

Comme nous-mêmes, il faut que les sols reçoivent les aliments qui les remèneront à la santé. Il faut que la terre possède 14 éléments pour construire une plante, et il en faut 16 pour un animal. De ces éléments, la plupart ne sont nécessaires qu'en

très petite quantité. Si peu que ce soit, si cela manque dans le sol, végétaux et animaux seront malades.

On a vu, sur deux terres voisines, des troupeaux issus de même souche mais absolument différents d'aspects. Dans un cas, des bêtes chétives, réfractaires à tout remède; dans l'autre, des bêtes éclatantes de santé. Sol épuisé dans un cas; sol riche en minéraux dans l'autre; peu de restitution d'une part; complète restitution d'autre part. Des travaux remarquables ont déjà été faits pour le traitement des sols malades. Ainsi, une pincée de manganèse dans un champ de tomates triple la teneur en vitamine C. Un peu de borax autour d'un pommier double la teneur en vitamine A des pommes.

Au Kentucky, Albert Carter Savage fait, depuis plusieurs années, des expériences dans des légumes minéralisés; les personnes malades consommant les produits de sa ferme se sont guéries de façon presque miraculeuse.

En Floride, on arrose avec du sulfate et du zinc les plantations de citronniers (éléments qui manquent dans le sol) et les feuilles absorbent ces minéraux. Le fer dans le lait a plus que doublé en traitant à propos les pâturages.

Remarquons toutefois qu'il n'y a pas de **panacée** pour les sols. La **chaux** fait généralement du bien, mais on peut chauler plus qu'il ne faut. Le **borax** favorise les oranges; trop de borax les rend malades. Beaucoup de faits restent à découvrir ou à préciser. Le Dr Jonathan

roman a écrit, dans l'Ohio State Medical Journal: "Il n'y a pas de raison que l'homme de bonne lignée et bien nourri ne vive pas 100 ans et ne jouisse pas d'une bonne santé".

Le citadin s'inquiète à ce sujet, car il compte sur le cultivateur pour obtenir des aliments riches en minéraux. Il doit se montrer sympathique au cultivateur, qui est obligé de modifier ses modes de culture, et ne pas crier si son porte-monnaie est mis à contribution.

Bien rares sont les cultivateurs qui, en pleine connaissance de cause, détruisent la fertilité de leur terre. Le plus souvent, ils sont poussés par la nécessité. L'épicier leur a dit: "Je ne paie pas plus que tant!" Et c'est la même histoire chez le grossiste ou l'intermédiaire; ça revient au fermier. . . et finalement au sol. Et, alors, le cultivateur traite son sol comme une mine d'or à lui seul et non comme une ressource nationale affectant constamment l'intérêt public.

Nous devons traiter le cultivateur de telle sorte qu'il utilise sa terre pour produire des aliments et, en même temps, qu'il soit en mesure de maintenir sa richesse en éléments minéraux.

Telle est la leçon que le professeur William Albrecht, de l'Université du Missouri, donnait dans une revue américaine et que j'ai adaptée à l'intention des lecteurs de PAYSANA. Elle vient à propos, car les sols du Québec, comme ceux des Etats-Unis sont malades.

Georges MAHEUX.

terre y est si pauvre en minéraux que les japonais doivent manger beaucoup de poisson pour obtenir les minéraux et les vitamines dont ils ont besoin.

Un régime bien équilibré en éléments minéraux prédispose l'homme à être en bonne santé. Meilleure est notre santé, mieux nous résistons aux maladies. Diverses expériences prouvent la vérité de cette assertion. Ainsi, dans une serre expérimentale, plusieurs variétés d'épinards poussent sur les sols dont la teneur en minéraux va du riche au pauvre. On a constaté qu'un insecte, le thrips, détruit les plants mal nourris et ne touche pas aux plants bien nourris. De la même façon, les gens bien nourris se défendent mieux de certaines maladies.

Le cultivateur est intéressé à savoir que le sol peut perdre une forte partie de ses minéraux. Sous l'influence des grandes pluies, les minéraux peuvent être lavés et être emportés dans les réserves d'eau de la terre. Par ailleurs, la culture intensive absorbe de fortes quantités de minéraux. On a calculé qu'une



**Marguerite Lemieux**  
 5201, Ave BRILLON, N.D.G.,  
 MONTREAL.

**COURS DE CUIR  
 PAR CORRESPONDANCE**  
 Modèles - Outils - Couleurs

Demander circulaires.

**ATTENTION**  
**CORBEIL-HOOKE LTEE, 431**  
 ouest, rue St-Jacques, Montréal  
 vient de s'associer avec Lewis  
 Craft Supplies Ltd de Toronto et  
 Fellowcrafters de Boston pour la  
 vente de fournitures d'artisanat.  
 NOTRE SPECIALITE: Cuir à repousser,  
 lanières, outils, accessoires, etc.  
 NOTRE AMBITION: Bien servir notre  
 clientèle.

Ecrivez pour renseignements.

**"Cercles de Fermières,  
 et Organisations  
 Paroissiales".**

Nous sommes maintenant à même de vous  
 fournir un assortiment complet de pièces  
 de théâtre: drames, comédies, opérettes.  
 Des choeurs, de la musique religieuse et  
 profane, dans tous les genres et pour tous  
 les goûts.

Nous envoyons volontiers de la musique  
 en approbation aux paroisses et aux cou-  
 vents qui nous en font la demande. Com-  
 mandes par la poste remplies rapidement.  
 Circulaires sur demande.

**Raoul VENNAT Enrg.**  
 3770, rue SAINT-DENIS, Montréal.  
 Téléphone: LAncaster 1129

**Comptoir**

Couvertures, couvre-lits, draperies en lai-  
 ne, tapis crochétés, tressés, robes et  
 chaussettes tricottées, nappes, service à  
 lunch, serviettes en lin et coton, catalo-  
 gues, etc., etc.

Vous trouverez tous ces ouvrages faits  
 au métier ou à la main, confectionnés par  
 les GENS DE CHEZ NOUS.

**ARTISANAT  
 SAGUENAYEN**  
 253, rue RACINE,  
 Chicoutimi, Qué.

**"L'Effort mène aux  
 succès".**

**"Cours Modernes Pratiques Enrg."**

Cours par correspondance

Enseignons: Français, Anglais, Arithmé-  
 tique, Comptabilité, Dactylographie, Sté-  
 nographie. PROSPECTUS GRATIS SUR  
 DEMANDE. Adresser: "COURS MO-  
 DERNES PRATIQUES ENRG.", Casier  
 5, St-Hyacinthe, P. Q.

**W.A. SCOTT**

**POURQUOI  
 COURIR DES RISQUES?**  
 Vêtements, linge de table et autres effets  
 peuvent être identifiés immédiatement s'ils  
 sont marqués à votre chiffre.

**LES NOMS CASH**  
 tissés sur un fin ruban, sont permanents, et  
 faciles à attacher. Chez votre fournisseur ou  
 chez

**CASH** 107 RUE GRIER,  
 BELLEVILLE ONT

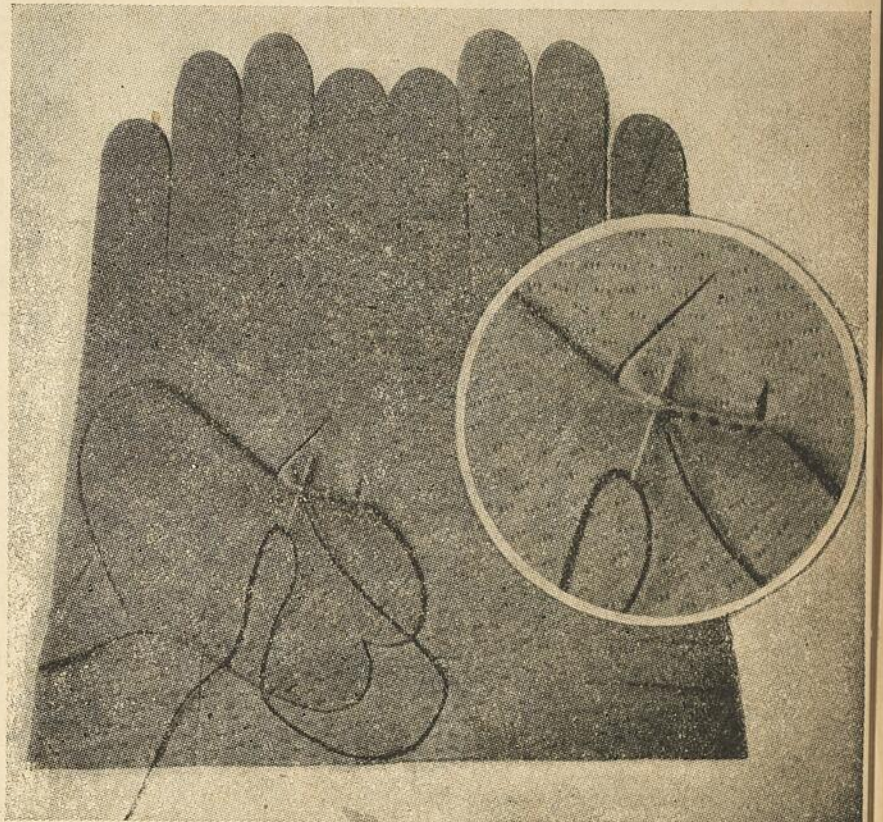
Echantillon: Envoyez 10c  
 pour une dz. de votre prenom.

**PRIX:** 3 dozs. \$1.65 9 dozs. \$2.75  
 6 dozs. \$2.20 12 dozs. \$3.30  
 NO-SO CEMENT... 25c tube

ENCOURAGEZ nos ANNONCEURS  
 ET MENTIONNEZ TOUJOURS  
 "PAYSANA".

# A la mesure de votre main

(Photos, d'après le Manuel d'artisanat au foyer.)

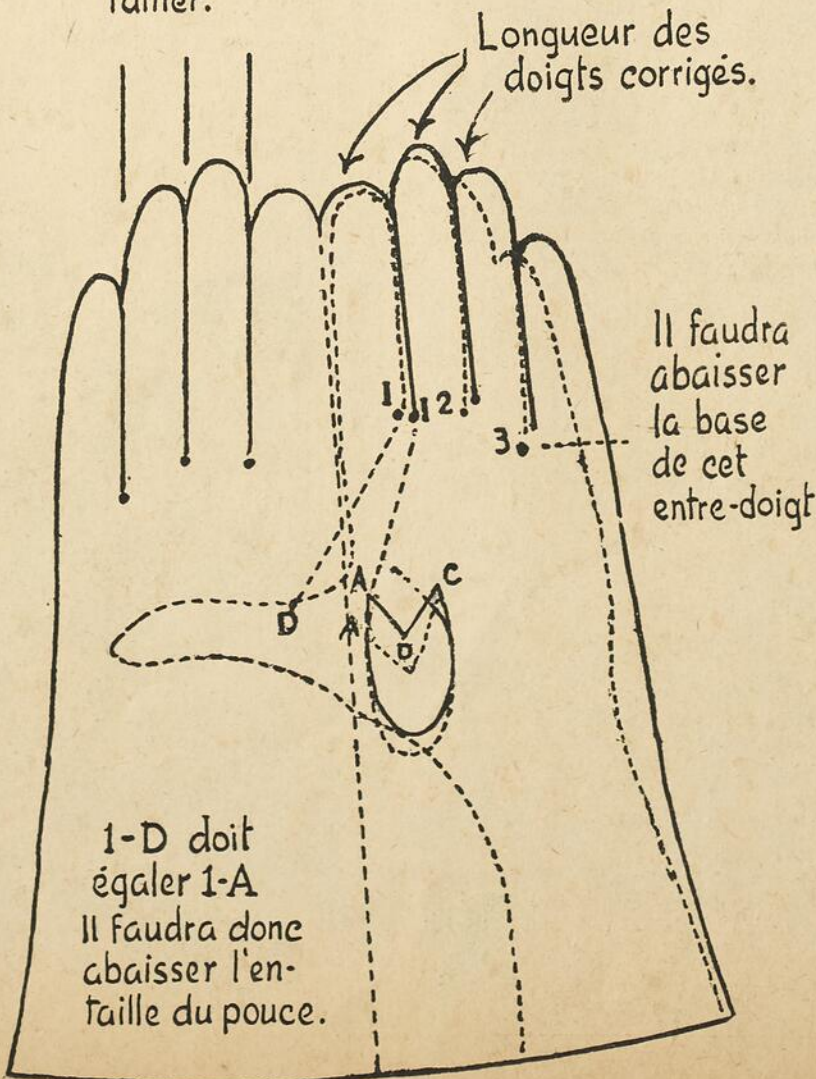


Les femmes ingénieuses, un tant  
 soit peu patientes auront autant de  
 plaisir à coudre des gants à la me-  
 sure de leurs mains qu'à ajuster une  
 robe à leur taille. Les gants les plus  
 chics sont faits sur mesure. En  
 France, il y a des ouvrières spéciali-  
 sées dans la couture des gants sur  
 mesure. Les grandes dames améri-  
 caines et les actrices de cinéma leur  
 envoient des répliques de leurs  
 mains afin de se faire coudre des  
 gants exactement à leur mesure.  
 Coudre un gant est tout un art.  
 Vous aurez beaucoup de plaisir à le  
 pratiquer.

**Un patron.**

Faites vous-même votre patron  
 d'après les pièces d'une vieille paire  
 de gants que vous aurez décou-  
 sus, ou procurez-vous un patron  
 à la mesure de votre main. Et pour  
 trouver la mesure de celle-ci, placez  
 un galon à mesurer autour de votre  
 main, en haut du pouce et fermez  
 la main. Tendez le galon légè-  
 rement. La mesure que vous obtien-  
 drez ainsi sera celle du patron que  
 vous devez acheter.  
 Ce patron comprendra trois par-  
 ties: le gant, les entre-doigts (trois

Ces lignes doivent  
 être tracées bien  
 parallèles avant de  
 tailler.



**Un procédé d'assemblage  
 du pouce.**

Est-il en papier  
 de soie ou en papier quelconque, re-  
 produisez-le sur un carton mince et  
 flexible. Il vous sera ensuite plus  
 facile de procéder au taillage de  
 vos gants.

**Un patron que vous corrigerez.**

Il n'y a pas deux mains pas plus  
 que deux visages exactement sem-  
 blables. Aussi devez-vous d'abord  
 corriger votre patron ou tout au  
 moins le vérifier afin que vos gants  
 soient bien à la mesure de votre  
 main. A l'aide d'un crayon bien ai-  
 guisé que vous tiendrez droit, faites  
 le contour de votre main en plaçant  
 celle-ci à plat sur une feuille de pa-  
 pier, tenant les doigts bien ensem-  
 blés et le pouce aussi écarté que pos-  
 sible du reste de la main.

Pour déterminer les points de ba-  
 se de la division des doigts, écartez  
 d'abord le petit doigt, et marquez  
 un point à la base de l'entre-doigt.  
 Faites ainsi pour les autres doigts  
 en les écartant les uns après les au-  
 tres. Appliquez ensuite votre pa-  
 tron sur ce dessin, reproduction fi-  
 dèle de votre main. Corrigez au be-  
 soin les points suivants: la longueur  
 des doigts (le patron doit être  $\frac{1}{8}$  de  
 pouce plus long que la longueur vé-  
 ritable des doigts), les points de ba-  
 se des entre-doigts, la longueur du  
 pouce, la hauteur du pouce. Véri-  
 fiez ensuite la pointe du pouce qui  
 doit être exactement de la longueur  
 de l'entaille qui lui correspond dan-  
 le patron du gant. (Voir figure 1)

**Le tissu ou la peau employé.**

Les plus beaux gants sont en cha-  
 mois, en chevreau, en suède; les plu-  
 simples sont en chamoisette. Ce-  
 derniers sont plus faciles à confec-  
 tionner pour une novice. Mais un  
 couturière habile et minutieuse a  
 toutes les chances de réussir un gan-  
 de peau du premier coup. Quant

Un patron que vous corrigerez



prendre la peine de coudre ses gants soi-même, il est à conseiller de travailler sur un tissu de première qualité ou une peau également d'excellente valeur. Faits à votre main, vos gants auront ainsi deux chances d'être plus durables. Il faut tenir compte de l'élasticité du tissu employé pour déterminer la grandeur du patron. D'une façon générale, les patrons sont faits pour une élasticité moyenne. Si la peau employée a une élasticité plus grande ou moindre, il faudra choisir le patron en conséquence.

Les gants de peau sont faits ordinairement de chevreau et d'agneau qui s'appellent suivant leur épaisseur et la préparation qu'on leur fait subir: peau de chevreau, de daim, de chien, de chamois. Ces peaux sont mégies ou chamoisées (deux préparations différentes que l'on peut faire subir aux peaux qui doivent servir à des gants ou articles du même genre).

Avant de placer le patron sur la peau, il faut rechercher l'endroit le plus élastique du cuir, de façon à ce que cette partie fasse le tour du

dessus de la main, et réserver la partie la plus résistante pour le dedans de la main et du pouce. Les entre-doigts peuvent être coupés dans des parties plus faibles.

**Le taillage.**

Disposez tout le patron avant de commencer à tailler. Calculez deux pouces, un à l'endroit, un à l'envers, deux gants de la même façon, et six entre-doigts dans un sens et six dans l'autre. Taillez avec des ciseaux pointus et bien aiguisés. Coupez la division des doigts avant de faire la courbe du bout des doigts.

**L'assemblage.**

Employez un fil fort: exemple, du coton perlé ou de la soie et une aiguille forte, tranchante, à section triangulaire (pour coudre un gant de peau). Les noeuds se font à l'envers en faisant trois ou quatre tours sur l'aiguille. Pour arrêter le fil, il faut revenir en arrière en piquant exactement dans les mêmes trous, en évitant de couper le fil des premiers points.



Procédez comme suit:

Faites d'abord les points de broderie sur le dessus de la main; on peut là-dessus se permettre toutes les fantaisies: poignet long, poignet court, lignes verticales, horizontales, obliques sur le poignet, appliqués. Ces fantaisies peuvent se faire au point piqué, au point croisé ou au point de chaînettes, plus facile à réussir.

Coudre ensuite au point piqué, à l'endroit du gant, dans l'ordre suivant: a) le pouce, b) les entre-doigts, c) les doigts, d) le côté de la main, en procédant ainsi que les illustrations l'indiquent.

Avant de compléter les coutures des doigts, essayer les gants, et si nécessaire rogner les entre-doigts, jamais le gant lui-même.

Il reste à terminer le gant en faisant un petit ourlet piqué sellier, ou au point de surjet.

**Pourquoi coudre des gants?**

Premièrement parce que c'est une économie. Les gants que vous aurez cousus vous-mêmes dans le meilleur d'une bonne peau, à la mesure de votre main vous feront une plus longue durée.

Deuxièmement, parce que vous pouvez ainsi à peu de frais relever une toilette en cousant une paire de gants de la nuance de votre chapeau, ou appareillant avec la garniture de votre robe. Les femmes ingénieuses se composent ainsi à peu de frais des toilettes pour toutes circonstances originales, et leur seyant bien.

Savoir coudre un sac à main et une paire de gants sont des moyens d'économie et de coquetterie à la disposition de toutes les femmes un tant soit peu ingénieuses et habiles.

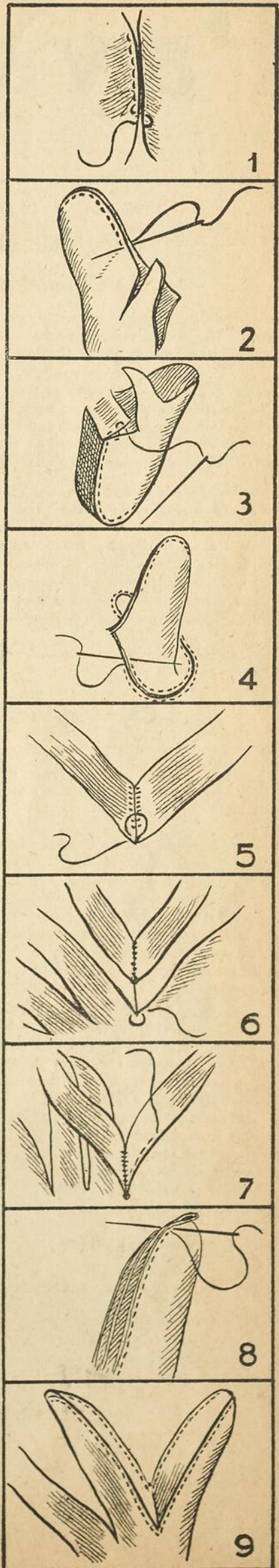
Bonne chance mes amies!

**Quand et pourquoi des gants ?**

Nous n'avons pas inventé le port des gants. C'est un usage qui remonte à la plus haute antiquité, dans les pays froids où ils étaient des mitons sans doigts. Les gants à doigts séparés remontent au XIIe siècle. Ils furent longtemps richement décorés. Le luxe se manifestait par des peaux parfumées, brodées de soie, d'or et d'argent et souvent les doigts étaient ajourés et permettaient de voir les bagues dont on se chargeait les mains. De grandes franges de soie bordaient souvent les longues gardes évaseées des gants d'homme et de femme.

Sous Louis XV et même sous Louis XIV ils devinrent plus simples comme nous les portons aujourd'hui. Tout le luxe des gants consiste maintenant dans la richesse de la peau employée à leur fabrication et leur ajustage. Ils restent, riches ou non, un accessoire indispensable de la toilette tant pour les hommes que pour les femmes. La convention veut que les gants accompagnent le chapeau et qu'on puisse s'en dispenser chaque fois que l'on peut omettre celui-là.

Les dames se posent souvent des problèmes au sujet de leurs gants. Quand les mettre? Quand les enlever? Elles doivent les garder toujours sur la rue, dans le tramway, pour entrer à l'église, dans une salle de réceptions, de banquet, de bal, pour donner la main, si elles sont dans une circonstance qui les veut gantées. Elles les enlèvent à l'Eglise pour recevoir un sacrement, pour assister à la messe, pour manger dans un thé ou un banquet, pour danser dans un bal. Les hommes doivent enlever leurs gants pour donner la main à une dame où qu'ils se trouvent, etc., etc. En toutes circonstances, il faut servir de son jugement, y aller en toute simplicité et naturel, en se souvenant bien que ces deux qualités font tout le charme des relations sociales.



# Paysana culinaire

avec Jehane Patenaude - Benoît

## Fête Culinaire du Mois.

La Chandeleur — 2 février.

La chandeleur comme le mardi gras s'accompagne traditionnellement de crêpes. La chandeleur commémore la Présentation de Jésus au Temple et la Purification de la Vierge. Mais pourquoi ce nom singulier de Chandeleur? Parce que le peuple et le clergé promènent ce jour-là, à travers l'église, en procession, des chandelles de cire allumées, symbole de la lumière que le Christ est venu répandre sur terre. Et pour les crêpes? Une légende charmante veut que l'on s'assure du bonheur et de la prospérité pour toute l'année quand on retourne les crêpes le jour de la Chandeleur en tenant une pièce de monnaie dans sa main.

La crêpe de nos grand'mères est faite uniquement de farine, de lait ou d'eau, d'œufs, parfumée à la vanille ou fleur d'oranger et 1 c. à table de cognac pour les rendre croquantes. Les proportions sont 2 tasses de farine, 1 tasse de liquide, 2 à 3 œufs, parfum au goût. Battre le mélange jusqu'à ce qu'il soit léger. On peut ajouter du liquide au goût en se rappelant que plus la pâte est claire plus les crêpes seront minces. Les jeter dans 1 doigt de graisse bouillante et les dorer des deux côtés. Elles sautent, gondolent et se bordent d'une jolie dentelle.

## Les Herbes du mois :

### Le thym

Le thym est une plante vivace. Les branches sont nombreuses, raides et rondes, généralement de 4 à 8 pouces de haut. Les feuilles sont petites, à peu près  $\frac{1}{8}$  de pouce de long et  $\frac{1}{16}$  de large. Elles sont d'un vert gris. Une petite fleur en serpent in termine la tige. La graine du thym qui donne à peu près 24 onces à la pinte retient sa force germinatrice pour trois ans. La plante a un parfum aromatique agréable et un goût chaud. C'est l'huile essentielle que contient sa feuille qui la rend si parfaite dans son utilisation en cuisine. Elle fleurit d'avril à septembre. L'hiver, il faut protéger la plante contre le froid. Le thym demande une terre riche qu'il faut étendre d'engrais chaque année. On peut se servir de la fleur séchée en sachets odorants comme on fait de la fleur de lavande. Le thym exerce sur les abeilles un attrait reconnu et le fameux miel grec du Mont Hymettus dont même les auteurs anciens parlent, doit sa réputation au thym sauvage dont la montagne est recouverte. Le thym est l'herbe par excellence de la cuisine parce que le plus versatile. Les soupes, les sauces, les farces, les fromages, les viandes, le lièvre, les poissons et les vinaigrettes, tous répondent à sa saveur magique. On peut en mettre d'une pincée à une c. à thé en tenant compte de la quantité et de ses goûts personnels. En bouquet garni avec un peu de marjolaine, une feuille de laurier et une branche de persil que l'on place dans une petite toile et jette dans la soupe et les sauces, lui laissant faire son œuvre, c'est l'arôme qui embaume le tout.

## But de nos recettes du mois.

Quelle joie toujours nouvelle de s'asseoir autour d'une table bien garnie d'un rôti chaque fois parfait, chaque fois succulent. — Voilà le but de notre méthode de base pour la cuisson. — Quel que soit l'appât de vos viandes, le succès est sans interruption.

*"Est-on dix y compris la famille, on se serre!  
Mais pas trop cependant, et sans être à l'étroit  
Il faut qu'on ait de l'air aux coudes, et le droit  
De faire en bavardant, si l'on veut, de grands gestes;  
Grignotés de profil, les mets sont indigestes."*

A table — JEAN RICHPIN.

## LA VIANDE

### CHOSSES A SAVOIR SUR LES VIANDES

Toutes les viandes doivent être parfaitement tendres lorsqu'on veut les faire cuire; il faut pour cela les "attendre", c'est-à-dire ne les faire cuire que plusieurs jours après que l'animal a été tué.

On peut attendrir les viandes de boucherie en les battant avec un rouleau à pâte ou quelque chose de rond afin d'en rompre les fibres et non avec un objet coupant qui ne fait que l'aplatir.

On ne doit pas laver les viandes à l'eau mais bien les essuyer avec un chiffon trempé de vinaigre.

Pour bien conserver la viande, la mettre dans un plat et envelopper le plat d'un papier ciré. Les viandes non couvertes ou enveloppées serrées dans un papier perdent leur sang et leur saveur. Pour cuire une pièce de viande moins tendre, on ajoute deux c. à table de vinaigre ou de jus de tomates ou de crème sure pendant la cuisson.

On peut aromatiser un rôti de viande à l'ail de trois façons:

- 1—Faire de petites incisions dans la viande avec la pointe d'un couteau et y insérer les morceaux d'ail.
- 2—Frotter fortement avec une grosse pointe d'ail coupée en deux avant de cuire la viande.
- 3—Mettre dans la rôtissoire ou le poêlon une tête d'ail entière non pelée dont on aura enlevé une petite tranche sur le dessus. C'est de cette façon que l'ail goûte le moins parce que l'ail cru n'entre pas en contact direct avec les viandes.

La chair crue d'un bon boeuf est fine d'un rouge vif et légèrement marbrée, entrelardée et couverte d'une graisse d'un blanc jaunâtre et très ferme. La viande de vache est d'un grain moins serrée et d'un rouge moins vif; la graisse en est blanche.

La chair de veau de lait est d'un blanc un peu rosé avec une graisse très blanche et très ferme. Le veau d'herbe est rougeâtre avec moins de graisse et celle-ci plus jaune. Aucune viande ne se prête à plus grand nombre de préparations.

La chair de l'agneau et du jeune mouton est rouge très foncé. La graisse, blanche et très ferme. De toutes les viandes de boucherie, c'est celle qui se conserve le mieux.

Un bon porc doit avoir la graisse ferme et parfaitement blanche, la chair du filet et des côtes blanche comme du veau et celle des cuisses rouge. La chair doit être ferme et sans aucune odeur.

### METHODE DE BASE DANS LA CUISSON DES ROTIS DE PORC, DE VEAU, DE BOEUF OU DE MOUTON.

Voici la méthode, point par point:

- 1—Les os en dessous.
- 2—Le gras en dessus.
- 3—Une pâte de moutarde sur la partie crue de la viande.
- 4—Pas d'eau dans la rôtissoire pour boeuf, agneau et porc; une demi-tasse pour le veau.
- 5—Ne jamais couvrir la rôtissoire.
- 6—Cuire dans un four à 350° F.:
 

|                                |
|--------------------------------|
| boeuf, de 20 à 25 min. par lb. |
| porc, 30 à 40 min. par lb.     |
| agneau, 30 à 35 min. par lb.   |
| veau, 25 à 35 min. par lb.     |

Explications:

1 et 2 veut dire qu'on doit toujours placer la viande la partie os touchant le fond de la rôtissoire et la partie graisse en dessus. Si c'est un rôti roulé ou sans os en dessous, on place un os plat dans le fond de la rôtissoire et l'on assoie dessus la pièce de viande.

Dans 3, la pâte de moutarde faite comme suit, 3 à 4 c. à table de gras quelconque mélangé avec une c. à table de moutarde sèche, doit être étendue sur toutes les parties crues de la viande. Ne pas en mettre sur les os et le gras. Cette pâte a pour effet de fermer les pores de la viande, ce qui l'empêche d'assécher par la cuisson et de perdre son jus naturel. Il n'est pas nécessaire d'arroser un rôti préparé de cette façon, mais vous pouvez le faire si vous le préférez.

Pour 6, par la cuisson des rôtis à 350° F. on réduit la perte sur la pesanteur première de la pièce de viande, en plus d'obtenir une viande plus juteuse et plus tendre. La saveur de la viande est aussi plus prononcée. L'unique désavantage de la cuisson des viandes à feu lent est d'augmenter le temps de cuisson et de donner à la viande une apparence moins brune quoiqu'elle soit bien cuite. Pour remédier à ce dernier désavantage, monter le four à 450° F. les dernières vingt minutes de la cuisson.

## Nos recettes du mois :

### Rôti de boeuf braisé.

Mélanger  $\frac{1}{4}$  de tasse de farine, 1 c. à thé de sel,  $\frac{1}{4}$  de c. à thé clou de girofle en poudre, même quantité de poivre,  $\frac{1}{2}$  c. à thé de marjolaine. Recouvrir 4 lbs de boeuf d'un seul morceau, pris soit dans l'épaule, le haut-côté ou la croupe, avec le mélange de la farine. Dorer la viande de tous les côtés dans 4 c. à table de gras fondu. Ajouter  $\frac{1}{3}$  de tasse de vinaigre ou de jus de tomates, 4 oignons entiers, 4 carottes coupées par la moitié, 1 pointe d'ail. Couvrir hermétiquement le chaudron de fer et laisser cuire  $2\frac{1}{2}$  à 3 heures ou jusqu'à parfaite cuisson de la viande. On peut ajouter des pommes de terre autour de la viande une demi-heure avant la fin de la cuisson.

### Rôti de veau braisé.

Fondre 4 c. à table de gras. Dorer dans ce gras 4 à 6 lbs d'épaule roulée ou longe de veau. Saupoudrer avec 1 c. à table de farine. Continuer de dorer jusqu'à ce que la farine soit grillée. Ajouter deux oignons et deux carottes entières,  $\frac{1}{2}$  c. à thé de poivre, 1 c. à table de crème sûre ou de vinaigre. Couvrir hermétiquement le chaudron. Cuire 25 minutes par livre. L'agneau et le porc se braisent de la même façon. On assaisonne le porc avec  $\frac{1}{2}$  c. à thé de marjolaine au lieu du thym et l'agneau avec  $\frac{1}{2}$  c. à thé de basilique. Ces trois rôtis peuvent être aromatisés à l'ail avant de les faire cuire.

### L'épaule d'agneau à la meunière.

Faire dorer  $\frac{1}{2}$  tasse de lard salé coupé en petits morceaux. Retirer les petits lardons du gras lorsqu'ils sont cuits. Dorer dans ce gras une épaule d'agneau roulé. Retirer l'épaule du gras et placer dans une casserole avec 2 tasses d'eau, 1 c. à thé de sel,  $\frac{1}{2}$  c. à thé de poivre, 3 pointes d'ail hachées,  $\frac{1}{2}$  c. à thé de basilique, feuilles céleri et de persil au goût et les petits lardons. Couvrir la casserole et mijoter lentement en comptant à peu près vingt minutes par livre. Faire cuire des pommes de terre entières dans la graisse qui a servi à rôtir la viande; on les met crues dans le gras et l'on fait cuire en comptant 35 à 40 minutes de cuisson.

### Carré de porc Bonne Femme.

Farcir de quelques pointes d'ail un morceau de 4 à 5 livres d'épaule ou longe de porc. Dorer la viande sur feu vif dans deux c. à table de gras fondu. Mettre autour de la viande 6 à 8 pommes de terre moyennes entières, même quantité d'oignons entiers. Saler, poivrer le tout; saupoudrer avec 1 c. à table de marjolaine. Ajouter 3 c. à table de jus de tomates ou d'eau. Placer le chaudron non couvert, dans un four à  $375^{\circ}$  F. jusqu'à ce que le tout soit bien doré, ce qui prend à peu près 30 minutes par livre de viande. Saupoudrer de persil haché, au goût, au moment de servir.

### Navarin d'agneau.

Placer dans une casserole épaisse sans aucun gras, 3 à 4 lbs d'épaule d'agneau coupé en morceaux individuels, couvrir et laisser dorer pendant 20 à 30 minutes sur feu moyen en remuant plusieurs fois. Dans un autre poêlon, fondre 3 c. à table de graisse ou de beurre, ajouter 3 gros oignons tranchés minces, 2 pointes d'ail hachées. Aromatiser avec  $\frac{1}{2}$  c. à thé de thym, 1 feuille de laurier, 1 c. à table de sel,  $\frac{1}{2}$  c. à thé de poivre et 4 c. à table de persil, couvrir et laisser cuire sur feu lent 20 minutes. Saupoudrer la viande avec 3 c. à table de farine, bien mélanger; ajouter les légumes, 4 tasses d'eau et 1 navet moyen coupé en dés. Couvrir et bouillir lentement 2 à 3 heures.

### Miroton de boeuf.

Préparer une sauce brune avec une c. à table de graisse, 1 c. à table de farine, brasser ensemble jusqu'à ce que la farine soit bien brune, ajouter 1 tasse d'eau ou de consommé et cuire jusqu'à bonne consistance. Ajouter à la sauce 6 oignons tranchés minces et rôtis au gras. Saler, poivrer, aromatiser avec  $\frac{1}{2}$  c. à thé de clou. Mettre la moitié de cette sauce dans un plat de pyrex. Recouvrir de minces tranches de restes de boeuf bouilli ou rôti. Verser le reste de la sauce sur la viande. Saupoudrer de chapelure et mettre au four à  $400^{\circ}$  F. pour vingt minutes. On peut omettre la cuisson au four si la sauce est très chaude et la viande à la température de la maison. Un miroton veut dire ragoût de viande cuite assaisonnée aux oignons. Ce plat, autrefois désigné sous le nom de miroton, vient de la chanson Malborough s'en va-t-en guerre et remonte ainsi au 18<sup>e</sup> siècle.

### Ragoût de boeuf.

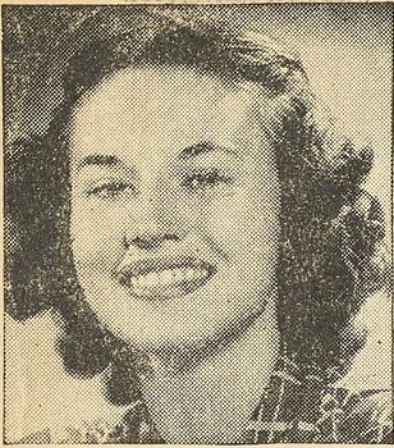
Rouler 3 livres de boeuf à bouillir coupé en gros morceaux dans 4 c. à table de farine. Faire dorer dans 4 c. à table de gras fondu. Ajouter 3 tasses d'eau, 1 tasse de jus de tomates,  $1\frac{1}{2}$  c. à thé de sel,  $\frac{1}{4}$  c. à thé de clou et de canelle, 1 feuille de laurier. Amener à l'ébullition. Couvrir et mijoter 2 heures ou jusqu'à ce que la viande soit tendre. Une demi-heure avant la fin de la cuisson, ajouter 3 tasses de légumes de votre choix coupés en gros morceaux. Si vous trouvez la sauce trop claire, l'épaissir avec le reste de la farine.

### Ragoût au petit lard.

Couper 2 livres de lard salé en gros morceaux. Recouvrir d'eau froide et bouillir 5 minutes. Egoutter et faire rôtir jusqu'à ce que chaque morceau soit doré. Saupoudrer avec 3 c. à table de farine. Bien brasser jusqu'à ce que la farine soit dorée. Ajouter 3 tasses d'eau, couvrir et mijoter 1 heure. Ajouter à la sauce toutes sortes de légumes tels que carottes, navets, pommes de terre, oignons, haricots. Ajouter 1 feuille de laurier,  $\frac{1}{2}$  c. à thé de thym. Couvrir et continuer de cuire jusqu'à ce que les légumes et le lard soient tendres. Ce mets salubre et simple est très substantiel quoiqu'il n'ait pour base qu'un morceau de lard salé. On peut remplacer le lard par un morceau de boeuf ou de mouton.

**Quel fumet !**





## Attrayant Etat De Santé

Rien de plus nuisible aux attraits et à la beauté que la fatigue chronique.

Quand vous ne pouvez ni vous reposer, ni dormir—vous êtes encline à l'indigestion—alors si vous devenez en proie à la fatigue et à l'épuisement, recourez immédiatement à la Nourriture du Dr Chase pour les Nerfs et vous constaterez bientôt pourquoi ce tonique fortifié de la Vitamine B<sub>1</sub> est si populaire.

Demandez la nouvelle bouteille de forme économique de

### Nourriture du Dr Chase pour les Nerfs

60 pilules—60 cts  
180 pilules—\$1.50



## Garçon débarrassé de l'habitude de mouiller son lit



Mme Paul Renaud de Hull, Qué., écrit: "J'achetai une boîte du remède Vanderhoof contre l'incontinence d'urine pour mon garçonnet. Il a fini son traitement depuis une semaine et il ne mouille plus son lit. Votre remède est merveilleux". Maman, ne punissez pas votre enfant parce qu'il mouille son lit — cela ne fait qu'empirer les choses. Essayez plutôt le remède domestique Vanderhoof: ce traitement renforce les organes et aide à corriger l'état de nervosité qui cause cette habitude. \$1.05 la boîte ou .15 cts pour le traitement d'essai.

Vanderhoof & Co. Limited  
Casier 247, Dpt. 88K.2, Windsor, Ont

## POINTS NOIRS

Les points noirs disparaissent rapidement à l'aide d'un procédé très simple qui les dissout. Procurez-vous deux onces de poudre peroxine chez votre pharmacien, appliquez avec soin sur les points noirs à l'aide d'un linge chaud et humide — vous vous demanderez où sont allés vos points noirs.

## Frères du céleri

(Suite de la page 8)

"Fenouil annuel" qui pour le botaniste est l'*Ammi Visnaga*; le "Fenouil d'eau", la Phellandrie aquatique; le "Fenouil de porc", le *Peucedanum alsaticum*; le "Fenouil d'ours" ou "des-Alpes", le *Meum athamanticum*; le "Fenouil sauvage", le *Conium maculatum*.

Mais attention à cette dernière. C'est la Ciguë de Socrate, un poison mortel! La famille des Umbellifères, à son tour, mêle le meilleur et le pire!

Une espèce surtout est cultivée pour fins de condiment et c'est le Fenouil commun, le *Foeniculum vulgare*.

Afin de s'assurer une germination hâtive, il convient de le semer tôt au printemps ou tard l'automne de l'année précédente. Dans un terrain favorable, la plante croîtra favorablement et ne tardera pas à atteindre la maturité.

Le genre comprend environ quatre espèces, toutes plantes herbacées annuelles, bisannuelles ou vivaces. Cultivé dans presque tous les pays du monde, le Fenouil commun est originaire du sud de l'Europe, où il couvre la vaste région qui s'étend des îles Canaries à l'ouest de l'Asie. Il se rencontre spontanément dans les endroits pierreux du midi de la France. Malgré qu'on le cultive dans les jardins potagers de la Californie, c'est une mauvaise herbe des plus agressives, envahissant surtout les pâturages. Il y atteint parfois une hauteur d'une quinzaine de pieds. Aucune surprise alors d'apprendre que cette espèce est reconnue comme la plus grande de son genre. Ordinairement, sa taille dépasse rarement hauteur d'homme.

Muni d'une abondance de feuilles profondément divisées, le Fenouil commun est surtout cultivé pour son jeune feuillage. Mangé cru, il aide à garnir certains plats aussi bien qu'à relever l'ordinaire. Les habitants de l'est de l'Europe et notamment les Slaves l'apprécient hautement. Ils emploient les jeunes feuilles dans la préparation

d'un mets national: une soupe au betterave connue sous le nom de "bortsch". De la plante entière s'exhale une forte odeur aromatique. Aussi, la mêlent-ils à leur recette de potage parmentier et la considèrent-ils aussi comme un des éléments indispensables à la préparation des marinades de concombre. Le Fenouil commun leur communique son arôme caractéristique et fort appréciable.

Ses fleurs, comme c'est plutôt le cas chez la plupart des Umbellifères, moins les Panicauts, enthousiasment peu l'horticulteur. De couleur jaune et presque régulières, elles sont disposées en ombelles composées. Les pétales au nombre de cinq sont courts et roulés à l'intérieur de chaque fleur. Il n'existe pas ici à la base des ombelles cette collerette formée de folioles, appelée involucre, que l'on remarque chez l'Anis vert et qui est un autre moyen de distinguer ces deux plantes condimentaires.

Il existe une variété du Fenouil commun cultivée en Italie en guise de salade. C'est le Fenouil de Florence, le "finocchio" des Italiens. Sa taille est plus petite et la base des feuilles très élargie. On laisse blanchir ces dernières au cours de la période de croissance et on les consomme bouillies. Ces tiges, mets favori des méridionaux de génération en génération, semblent jouir d'une vogue de plus en plus grandissante depuis son introduction aux Etats-Unis.

Le fruit, de forme presque ovale et comprimé, est parcouru de sillons longitudinaux qui permettent de le distinguer facilement du Carvi ou encore du Panais, dont les fruits sont entièrement lisses. A l'intérieur de la graine se trouvent deux semences appliquées l'une contre l'autre qui jouent un rôle dans l'économie domestique. Elles entrent dans la préparation de certaines liqueurs et on en extrait une huile employée en parfumerie. C'est plutôt avec la graine de cette plante que les confiseurs parisiens font

## LE RESSUSCITE

(Suite de la page 11)

marcherez jamais. Les 163 éclats que nous ne pouvons enlever, car il faudrait vous passer au tamis, vont s'enkyster. Une partie de votre chair se durcira sur le métal. Il faut, pendant ce temps, que le reste demeure souple, autrement vous allez devenir un bloc.

J'ai commencé sur deux béquilles. Trois mois après, je les remplaçai par deux cannes et je fis des pas de la longueur de la main, avec des couteaux dans la peau. Vingt mètres à l'heure. C'est un record pour un paralytique. Encore trois mois, j'ai jeté une canne et fait le cent mètres. Les piqûres diminuaient mais je m'étais si bien habitué à elles que je les savais par coeur. Ça me faisait une musique dans le corps. Un jour est venu où je ne m'appuyais que sur moi. Me tenir à un meuble m'aurait semblé un déshonneur.

Pourquoi je vous raconte ça aujourd'hui seulement? Parce que nous avons autre chose à faire que de nous attendre sur nos petites misères. Et puis parce que nous sommes au 25 septembre, anniversaire de la grande attaque française en Champagne en 1915.

Après un moment de silence où l'on entendit le rythme des haleines un collègue dit si doucement qu'il semblait prier:

—C'est un miracle que vous ne soyez pas mort.

M. Magnolle s'inclina, courtois et fervent:

—Je l'ai toujours cru.

Pierre HAMP

les dragées débitées sur les marchés sous le nom d'Anis.

Une autre variété de Fenouil commun, connue des Italiens le plus méridionaux sous le nom de "carosella", est recherchée pour ses jeunes tiges, mangées crues lorsqu'encore renfermées dans leur pétales embrassants.

James Kucynial

(Spécial à PAYSANA)

**Regarde Claire  
VOILÀ le déjeuner  
que je préfère!**

**Elle a  
MEILLEUR  
goût et  
elle est  
MEILLEURE**

**FARINE  
d'AVOINE  
OGILVIE**

Un procédé spécial de préparation donne à la farine d'avoine Ogilvie un cachet particulier, une saveur exceptionnelle, délicieuse. Faites de la FARINE d'AVOINE OGILVIE votre céréale habituelle pour le déjeuner. Elle ne contient pas d'écales.



## MODELES ET CLICHES MONARCH

### Pullover pour garçon de 10 ans.

**MESURES DU PULLOVER FINI ET PRESSE:** Tour à la hauteur du dessous du bras: 28 po. Longueur de l'épaule au bas: 19 po. Longueur de la manche à la couture: 15 po. **TENSION:** 7m.: 1 po.; 13 rangs: 1 po.

**FOURNITURES:** 6 balles de laine bleu marine (4 onces). 2 balles de laine rouge (2 onces). 1 jeu d'aiguille no 9. 1 jeu d'aiguilles no 10. Abréviations: M: bleu marine; R: rouge.

**Dos:** Avec les aig. no 10 et la laine bleue M, monter 96 m. Tric. 3 po. au point de côtes: 2 m. à l'end., 2 m. à l'env. Augmenter d'une m. au dernier rang. Prendre les aig. no 9 et commencer le patron.

**1er rang:** (endroit du chandail) Tric. 1 m. M. Joindre la laine R. \* 1 R, 1 M, Répéter de \* jusqu'à la fin.

**2e rang:** A l'env. 2 M, \* 1 R, 1 M, 1 R, 3 M, reprendre de \* et finir par 1 R, 1 M, 1 R, 2 M.

**3e rang:** A l'end. 3 M, \* 1 R, 5 M. Reprendre de \* et finir par 1 R, 3 M.

**4e rang:** Comme le 2e.

**5e rang:** Comme le 1er.

**6e rang:** A l'envers avec M.

**7e rang:** A l'endroit avec M.

**8e rang:** A l'endroit avec M.

Répéter ces 8 rangs jusqu'à ce que le dos mesure 13 po. du commence-

ment (côtes y comprises), en continuant toujours le patron.

Faire ensuite les emmanchures en rabattant 5 m. au commencement des 2 rangs suivants. Diminuer ensuite d'une maille à la fin des 2 rangs suivants. (5 fois) jusqu'à ce qu'il reste 77 m. sur l'aig. Tric. ensuite j.c.q. l'emmanchure mesure 6 po. depuis la première diminution. Former les épaulettes en rabattant 8 m. au commencement des 6 rangs suivants. Briser la laine R.

Avec les aiguilles no 10, tricoter 8 rangs au point de côtes: 2 m. à l'end. 2 m. à l'env. Rabattre.

**DEVANT:** Tric. comme pour le dos. Quand le devant mesure 13 po. du commencement (côtes y comprises), former les emmanchures en rabattant 5 m. au commencement des 2 rangs suivants. (87 m. sur l'aig.) Diviser le devant en deux parties pour l'encolure.

**Rang suivant:** (côté droit) A l'end. 2 m. ens. 40 m. de patron, 2 m. ens. Placer les 43 m. qui restent sur une aig. auxiliaire et tourner.

**Rang suivant:** Patron.

**Rang suivant:** A l'end. 2 m. ens. Patron jusqu'aux deux dernières mailles: 2 m. ens.

**Rang suivant:** Patron.

Répéter ces deux rangs 3 fois (34 m. sur l'aig.)

(La suite, page 20)

### Gilet pour fillette de 10 ans.

**MESURES DU GILET FINI ET PRESSE:** Tour à la hauteur du sous bras: 31 po. Longueur de l'épaule au bas: 16½ po. Longueur de la manche à la couture: 16 po. **TENSION:** 6 m.: 1 po. 8 rangs: 1 po. **FOURNITURES:** 6 onces de laine turquoise. 1 jeu d'aig. no 8. 1 jeu d'aig. no 10.

**DOS:** Sur les aig. no 10 monter 92 m. Tric. 3 po. au point de côtes: 2 end., 2 env. Continuer avec les aig. no 8. Tric. au point de jersey (1 rang à l'end., 1 rang à l'env.) jusqu'à ce que le chandail mesure 11 po. du commencement (les côtes y comprises).

Former les emmanchures en rabattant 4 m. au commencement des 2 rangs suivants. Continuer comme suit:

**1er rang:** 2 m. ens. env. A l'env. jusqu'aux 2 dernières m. 2 m. ens. env.

**2e rang:** A l'envers.

**3e rang:** A l'end. 2 m. ens. end. A l'end. jusqu'aux 2 dernières m. 2 m. ens.

**4e rang:** A l'env. Répéter ces 3e et 4e rang 1 fois. (76 m. sur l'aig.)

\* **9e rang:** A l'end.

**10e rang:** A l'env.

Répéter ces 2 rangs 1 fois.

**13e rang:** A l'env.

**14e rang:** A l'env. \*

Répéter de \* à \* j.c.q. l'emmanchure mesure 5½ po. à compter de la première diminution. Former les épaulettes en rabattant 8 m. au commencement de chacun des six rangs suivants (28 m. sur l'aig.) Changer pour les aig. no 10. Tric. 8 rangs au point de côtes (2 end., 2 env.) Rabattre.

**DEVANT:** Tric. comme le dos j.c.q. l'emmanchure mesure 3½ po. de la première diminution. Former l'encolure.

**Rang suivant:** (côté droit) Tric. 32 m. (mettez les 44 m. qui restent sur une aig. auxiliaire) Tourner. Continuer sur ces 32 m. en diminuant d'une m. pour l'encolure à tous les 2 rangs 8 fois (24 m. sur l'aig.)

Pour former les épaulettes, rabattre 8 m. du côté droit de l'aig. à tous les 2 rangs, 3 fois.

Tric. les 32 m. de l'autre côté du devant en laissant 12 m. pour le milieu de l'encolure.

**BANDE DU COU:** Sur les aig. no 10, relever 18 m. sur le côté gauche de l'encolure. Tric. les 12 m. du centre et relever 18 m. sur le côté droit de l'encolure (40 m. sur l'aig.)

(La suite, page 20)

**Engraissez-vous?  
le Thé SLENDEX**

vous aidera à garder une ligne élégante, contribuera à ce que vos aliments se transforment en énergie plutôt qu'en graisse.

**GARANTI INOFFENSIF**

composé d'herbages n'exigeant aucun exercice ni diète particulière. Provision 1 mois \$1.00 franco.

**Slendex Tea Distributors  
705, Drummond Bldg. Montréal.**

**FILMS**

**NOUS AVONS EN MAIN DES FILMS DE TOUTES GRANDEURS**

Envoyez-nous votre commande aujourd'hui pour n'importe quelle quantité  
No. 127 — 32c No. 120 — 37c  
No. 620 — 37c No. 116 — 42c

**SPECIALE**

Rouleaux de toutes grandeurs développés.....25c ch.  
Impressions de toutes grandeurs...3c ch.  
Malle et taxe de vente extra

**SERVICE DE PHOTOGRAPHIE COMMERCIALE**

Dépt. "P.N." Station Outremont, P. Q.

**DÉMANGEAISON ARRÊTÉE en un instant**

Pour soulager promptement la démangeaison causée par les boutons, pustules, eczéma, pied d'athlète, et autres affections cutanées provenant de causes externes, appliquez la Prescription liquide, rafraichissante, antiseptique D.D.D. Non grasseuse, non tachante. Calme l'irritation et fait cesser promptement la démangeaison même la plus intense. Une bouteille d'essai de 35c vous convaincra, ou argent remis. Demandez aujourd'hui même à votre pharmacien la **PRESCRIPTION D.D.D.** 387



30% en argent, ou de belles primes telles que draps de finette, tabliers, porte-billets, chapelet, missel, serviettes, etc. **Données Gratuitement** à ceux qui vendront une boîte de 50 paquets de graines à 10 cents chacun. Demandez une boîte de graines et le catalogue de graines et primes gratuits à

**ALLEN NOUVEAUTES**  
St-Zacharie, Qué.

**Laine angora**

100% balles ¼ oz. Rose, blanc, brun, ciel, turquoise, \$0.55 la balle.

Ecrire: **HENRI LABERGE**  
N.-D. des Laurentides, Cté Québec, P. Q.

**LACTAZINE**

**GRANULE EFFERVESCENT**  
Indiqué dans les traitements suivants  
**AFFECTIONS RHUMATISMALES  
DOULEURS ARTHRIQUES  
LUMBAGO  
CYSTITES**

Aussi employé comme  
**DESINFECTANT DES  
VOIES URINAIRES**

Dose: Une cuillerée à dessert dans un demi-verre d'eau, après chaque repas.

Expédié port payé

Taxes comprises.....\$1.75  
Gros modèle économique.....\$3.50

**29, King-Ouest, Sherbrooke**

**Pharmacie Gaudet**  
rue King-Ouest Sherbrooke

Loi des spécialités pharmaceutiques ou médicaments brevetés, No. 20067

**PULLOVER—(Suite)**

Continuer le patron diminuant de 1 m. pour l'encolure à tous les 2 rangs, 10 fois (24 m. sur l'aig.) Continuer le patron j.c.q. l'emmanchure mesure 6 po. du commencement.

Former les épaulettes en rabattant 8 m. à tous les 2 rangs 3 fois. Tricoter l'autre côté du devant.

**MANCHES:** Sur les aig. no 10 monter 48 m. avec M. Tric. 2½ po. au point de côtes (2 m. à l'end., 2 m. à l'env.)

**Rang suivant:** A l'end. augmenter de 6 m. (1 m. à toutes les 8 m.) (54 m. sur l'aig.) Rang suivant: à l'env. avec les aig. no 9.

Tric. au point de jersey (1 rang end 1 rang env.) Augmenter d'une m. à la fin de chaque aig. tous les 8 rangs (10 fois) (74 m. sur l'aig.)

Continuer j.c.q. la manche mesure 15 po. du commencement (poignet y compris) Rabattre 5 m. au commencement des 2 rangs suivants. Diminuer d'une m. à la fin de chaque rang 15 fois. Rabattre.

**BANDE DU COU:** Avec les aig. no 10 et la laine M., en plaçant l'endroit du chandail vers vous, relevez 45 m. de chaque côté de l'encolure (90 m. sur l'aig.)

Tric. au point de côtes (2 end., 2 env.) diminuant de 2 m. au centre à tous les 2 rangs (3 fois). Tric. un autre rang. Rabattre.

Pour finir, coudre et presser avec soin.



975

**GILET—(Suite)**

Tric. 8 rangs au point de côtes (2 end., 2 env.) Rabattre.

**MANCHES:** Sur les aig. no 10, monter 44 m. Tric. 3 po. au point de côtes (2 m. end., 2 m. env.)

Prendre les aig. no 8, continuer au point de jersey (1 rang end., 1 rang. env.) augmentant d'une m. à la fin de chaque aiguille, 10 fois. (64 m. sur l'aiguille).

Tric. j.c.q. la manche mesure 16 po. du commencement (poignet y compris) rabattre 4 m. au commencement des 2 rangs suivants. Tric. ensuite comme suit:

**1er rang:** A l'env. Rabattre 2 m. Tric. jusqu'à la fin du rang.

**2e rang:** A l'env. Rabattre 2 m. Tric. jusqu'à la fin du rang.

**3e rang:** 2 m. ens. A l'end. jusqu'à la fin.

**4e rang:** Rabattre 2 m. A l'end. jusqu'à la fin.

**5e rang:** Rabattre 2 m. A l'end. jusqu'à la fin.

**6e rang:** Rabattre 2 m. A l'env. jusqu'à la fin.

**7e et 8e rangs:** 2 m. ens. A l'env. jusqu'à la fin.

**9e rang:** Comme le 5e.

**10e rang:** Comme le 6e.

**11e rang:** Comme le 3e.

**12e rang:** Comme le 4e. \*

Répéter de \* à \* une fois.

Répéter les 6 premiers rangs. Rabattre.

Pour finir, coudre et presser avec soin.

**NOS PATRONS**

Le détail qui embellit tout, c'est le sourire du visage, c'est aussi la fleur sur la robe. Bouquets d'épaule en permanence, gaité autour de la figure, renouveau sur une robe ancienne. Le patron de la robe et celui des fleurs à broder viennent ensemble dans la même enveloppe. Deux patrons pour le prix d'un. Commandez sans retard cette aide à votre couture d'hiver pour la joie du printemps fleuri. Patron RM-975 pour 11 ans, 13, 15 et 17 ans. 25 cts, à PAYSANA, case postale 25, Montréal.

Et les petits, fleurs de nos vies, ont aussi grandement besoin qu'on leur fasse aimer les belles robes bien faites et bien décorées. Ils en garderont un goût de propreté morale et physique. Ce patron RM-621 n'est-il pas fort gracieux? Il est composé pour 1 an, 2, 4 et 6 ans. Mentionnez bien la grandeur que vous désirez.

**NOS**



2727

1, 2, 3, 4.



621



2799

Le patron de broderie est par-dessus le marché, sans charge supplémentaire. Patron RM-621, 25 cts, à PAYSANA, case postale 25, Montréal.

Patron PF2727—Un patron bien pratique avec lequel vous pourrez tailler et la robe et le manteau pour 1 an, 2, 3, et 4 ans. Mentionner bien l'âge et vous aurez pour votre fillet, un ensemble bien élégant. Le petit motif de broderie sur l'empiècement l'embellira; il est avec le patron. Patron 25 cts à PAYSANA, case postale 25, Montréal.

Patron PF2799—Un bel ouvrage de carême durant les paisibles soirées de février et de mars. Un gilet à lit à faire en flanelle, dans une ancienne robe qu'on ne porte plus ou dans une rayonne gaie au fleurettes nouvelles. Les pantoufles sont d'une seule grandeur minimum; il sera facile après avoir pris la mesure du pied à chausser d'y jouter ou enlever un pouce ou 1 demi-pouce. Le gilet et les pantoufles ensemble dans le même patron une seule grandeur. Demander seulement le PF2799. 25 cts. PAYSANA, case postale 25, Montréal.

# PATRONS



Patron PF2733—Le corsage bien ajusté, et les boucles flottantes au dos, voilà les lignes d'une charmante petite robe. Le même patron, sans manches, peut faire un tablier couvre-tout d'usage courant appréciable. Grandeur 1, 2, 3 et 4 ans. Bien mentionner l'âge. Patron 25 cts à PAYSANA, case postale 25, Montréal.



Patron PF2607—Une fort belle robe de nuit, et un gilet de lit pour compléter la parure. Le gilet de lit avec sa belle épaule emboîtante est très pratique; on peut même de ce même patron se servir pour un couvre-tout. Robe de nuit et gilet de lit viennent ensemble dans le même patron en grandeurs: 14 ans, 16, 18, 20 ans ou 36, 38, 40, 42, 44 et 46 pouces de poitrine.



Patron PF2782—N'est-ce pas une jolie façon de combiner deux tissus, d'égayer un corsage? Un modèle jeune et plein d'allant qui vous plaira: pour 10, 12, 14, 16, 18 et 20 ans. Bien mentionner l'exacte grandeur. 25 cts PAYSANA, case postale 25, Montréal.



Patron PF2714—Les drapés sont toujours gracieux volant sur la jupe fait de ce modèle une robe élégante, surtout si vous la taillez dans un de ces riches jersey de rayonne, unis ou fleuris, qui sont de plus en plus les tissus préférés des femmes pratiques. Ce modèle tailleur vient pour 14, 16, 18, 20 ans. Ou pour 36, 38, 40, 42, 44, 46, 48 et 50 pouces de poitrine. 25 cts. PAYSANA, case postale 25, Montréal.

# LE COURRIER DE PAYSANA

Q.—Je vois que vous vous intéressez aux problèmes de la colonisation, de l'établissement des familles nombreuses et que votre amour de la terre vous enthousiasme sans cesse et toujours. Me voilà riche de votre espoir, et je viens vous soumettre le cas de ma famille pour que vous me disiez ce que je peux tirer de l'Etat pour établir mes enfants. Je crois que nous remplissons les conditions de départ. Nous sommes mariés, mon mari et moi, depuis 19 ans; nous avons réussi à nous maintenir sur une petite terre de roches, en travaillant, en économisant et en vivant selon nos moyens. Mais nous avons 5 garçons: 17, 15, 14, 13 et 10 ans, et nous voudrions en faire plus que des journaliers. Jusqu'ici, ils nous ont aidés dans la culture sarclée, des petites industries. Ils sont adroits en tout; nous avons un petit atelier pour faire nos radouages de bois et je pense que nous nous tirerions d'affaires si nous étions un peu aidés par le gouvernement. Une fois notre dette de prêt agricole payée sur notre terre actuelle, nous n'aurions pas beaucoup d'argent pour partir. Mais j'ai un métier à tisser, cent livres de laine brute pour pourvoir aux premiers lainages; un bon ménage d'objets utiles, des conserves de notre jardinage de l'an dernier, et des boucheries de cet hiver. Nos garçons prendraient tout de suite l'intérêt de s'établir si le gouvernement actuel a des facilités d'établissement pour eux en terres-neuves. Pouvez-vous me dire ce qui se ferait pour nous? Pourrions-nous apporter notre ménage? Je vous promets que nous serons à la hauteur de toutes les confiances que l'on mettra en nous. Nous avons bon courage, bon vouloir, bon pied, bon oeil. Pouvez-vous me donner le détail d'un plan qui nous intéresserait, nous aiderait à nous aider? (Mme Joseph B.).

R.—Votre cas est extrêmement intéressant, il mérite la plus grande sympathie. En somme, c'est le problème de l'établissement familial que vous posez. On l'a dit — et c'est exact — l'établissement de la famille complète est la forme de colonisation la plus recommandable. De cette façon les fils s'établissent près du père en pays neuf, ils ne se sentent pas isolés, ils sont au surplus en mesure de s'entraider de façon pratique, non seulement dans l'exécution de leurs travaux mais encore dans l'acquisition en commun des instruments requis pour l'exploitation de leurs lots. Et combien de services — petits et grands — les femmes ne sont-elles pas à même de se rendre à l'occasion! Bref, cette formule offre les plus grands avantages et les nombreuses familles qui en ont fait l'expérience n'ont pas eu à s'en repentir. Vous avez, dites-vous, cinq garçons dont l'aîné a 17 ans et le cadet

10 ans. Ils ne sont évidemment pas en état de s'établir immédiatement, bien que cette échéance ne doive pas tarder, pour le plus vieux du moins.

Je vous félicite, en passant, de vouloir faire de vos fils autre chose que des journaliers qui, la moindre crise de chômage venue, battront peut-être le pavé de leurs semelles en quête d'un morceau de pain. Je vous félicite également de les initier jeunes aux divers métiers qu'ils devront forcément exercer dans l'exploitation courante de leurs lots.

Le fait que vous ayez réussi à tenir sur une terre de roches, comme vous dites, et l'enthousiasme que vous manifestez pour le travail, m'inclinent à croire que vous serez des colons on ne peut mieux qualifiés. Vous jouissez aussi d'une bonne santé. A la bonne heure! Ce sont des sujets comme vous et les vôtres qu'il faut d'abord pour l'ouverture des terres neuves.

D'après ce que vous me dites, il vous resterait tout de même un petit capital une fois que vous auriez vendu votre terre puis acquitté le Crédit agricole. Pourquoi alors ne pas acquérir en Abitibi, à de bonnes conditions, un lot commencé mais propre à la culture? Vous vous y établiriez avec votre famille. De cette façon vous seriez en mesure d'acheter dans les environs, sans gêne de retard, sinon sur le champ, un lot boisé. Celui-là serait destiné à votre aîné et vous en entreprendriez avec lui le défrichement. Vous pourriez agir de même au fur et à mesure que vos autres garçons seront aptes à fonder un foyer.

Naturellement, je vous conseillerais de transporter avec vous, en plus de votre mobilier, le matériel qui vous a permis de vous adonner avec succès à l'artisanat. Cet à côté vous sera profitable là-bas.

Maintenant, vous demandez de vous indiquer un plan qui vous intéresserait, un plan qui vous aiderait à vous aider, dites-vous. Votre formule est très heureuse. Je ne trouve rien de mieux pour vous secourir que de vous exposer la nouvelle politique de colonisation du gouvernement actuel.

Voyons donc ensemble le concours que le ministère de la Colonisation apporte au nouveau défricheur.

D'abord, le ministère paie, lorsqu'il le juge nécessaire, les frais de transport des personnes et effets mobiliers du nouveau colon qui s'établit en dehors de son lieu d'origine ou de résidence. Dans votre cas, j'imagine, l'on tiendrait compte du capital qui vous resterait de la vente de votre bien quand le Crédit agricole aurait été remboursé.

L'Etat aide ensuite au moyen d'allocations mensuelles. Ces versements sont faits pendant la période où le colon construit sa maison. Elles sont accordées au colon marié ou soutien de famille de même qu'au colon célibataire mais avec une va-

TEINDRE—C'EST UN JEU D'ENFANT  
AVEC *All-fabric*  
**Tintex**  
A fait ses preuves dans des milliers de foyers

Garanti  
POUR NYLON, RAYONNE  
ET ÉTOFFES MÉLANGÉES.

*All-fabric*  
**Tintex**  
TINTS AND  
15¢  
LE PAQUET  
2 pour 25¢

TOUT Tintex est Tous Tissus

## Art - Goût - Beauté

Voici les deux meilleures réponses au concours de personnalité de novembre

**PREMIER PRIX: Madame Jeanne Verner, Montréal.**

**REPONSE.—Injuste!**

Fiancée fraîche, jolie, charmante, vous êtes devenue une épouse sans aucune personnalité, négligeant toute coquetterie, sauf pour les étrangers. — Attention! — "L'AIME" déçu (jaloux?) cherchera peut-être ailleurs "l'Idéal" entrevu chez sa fiancée. — Tant de consolatrices sont au guet! — Quelques soins quotidiens, des produits appropriés. . . du charme, pour conserver votre bonheur!

**DEUXIEME PRIX: Madame G. P. C., Saint-Gabriel de Brandon.**

**REPONSE.—Inexplicable.**

Fiancée, j'étais soignée, dévouée. Mariée? Adieu personnalité. Habitude? Routine? J'ai abandonné tout effort, excepté pour les sorties. Lui aussi. Reproches. . . bouderies. FATALITE! Croisée de Chemins! — J'essaie - réussirai-je - de ramasser les miettes du Bonheur que je croyais éternel!

**PREVENIR, PLUTOT QUE GUERIR!**

Quelques bons produits; soins persévérants. **DU SOLEIL DANS L'ATMOSPHERE!**

Les deux gagnantes recevront les prix offerts par l'Institut de Beauté "France". 10.: une Lotion astringente et Anti-Rides à base de fruits. Un fond de teint "Mousse de Pétales de Roses" et un Rouge en crème "Egyptien". 20.: une bouteille d'Huile des Orientales pour le démaquillage, une crème Anti-Rides et un échantillon de poudre "Orient".

Surveillez PAYSANA du mois prochain pour les résultats d'un autre concours. Andrée Chantal répondra avec plaisir à toutes vos questions concernant votre Beauté. Ecrivez-lui tout simplement à 3523, rue Jeanne-Mance, Montréal. Ayez soin d'inclure une enveloppe, adressée et affranchie pour le retour, sans quoi vous ne recevriez pas de réponse.

On peut aussi se procurer tous les produits de l'Institut de Beauté "France", en envoyant, à la même adresse, un mandat postal pour le montant de la commande, plus la taxe de vente. Les colis sont expédiés à nos frais; mais nous n'acceptons pas de chèques et n'expédions pas de C.O.D.

Plusieurs concurrentes ont vraiment mérité des mentions pour leurs réponses. Leurs noms seront publiés dans un prochain numéro. Toutes les concurrentes recevront un échantillon de poudre "Orient", plus un feuillet, indiquant les moyens par excellence de traiter l'épiderme et mentionnant les noms des différents produits de l'Institut de Beauté "France", leur mode d'emploi et leurs prix.

André Chantal.

● **HUILE NETTOYANTE POUR PEAUX SECHES:** L'Huile des Orientales nettoie les pores à fond; fait disparaître boutons d'acné, points noirs, irritation. 89 et \$1.55  
● **CREME NETTOYANTE POUR PEAUX GRASSES:** La mousse au Citron nettoie profondément les pores et BLANCHIT le teint. 65 et \$1.25  
● **POUR TOUTES LES PEAUX et TOUS LES AGES:** Crème nourrissante et ANTI-RIDES; INSURPASSABLE pour prévenir les rides et même pour ATTENUER celles déjà marquées. \$1.25 et \$2.25

● **LOTION TONIQUE ASTRINGENTE à base de fruits;** réferme les pores dilatés, efface le double-menton, donne de l'éclat au teint. Prix. 89 et \$1.55

● **MOUSSE DE PETALES DE ROSES "Fond de Teint" velouté;** incomparable pour tenir la poudre. \$1.25 et \$2.25

● **ROUGE EN CREME EGYPTIEN:** Naturel, inoffensif. 89

● **POUDRE A L'ORIENT:** qualité garantie. Douce et non irritante. Naturelle, Rachel et Ocre Rose. \$1.00

### Institut de Beauté "France"

3523, rue Jeanne-Mance, Montréal 18

Dépositaires à Montréal

DUPUIS & FRERES SARRAZIN & CHOQUETTE PHARMACIE MONTREAL

Commandes expédiées franc de port sur réception d'un mandat postal. Brochure incluse sur demande. Veuillez inclure la taxe de vente. Nous n'acceptons pas de chèques et n'expédions pas de C.O.D.

FAITES CECI CONTRE LA

# BRONCHITE

LA TOUX · L'IRRITATION · LA CONGESTION

Soulagez les souffrances que cause la bronchite, par ce moyen à double action—par cette médication qui a fait ses preuves, et qui

AGIT IMMEDIATEMENT POUR SOULAGER

#### PÉNÈTRE

profondément dans les bronches, grâce à ses vapeurs médicamenteuses adoucissantes.



#### STIMULE

la surface de la poitrine et du dos, comme un cataplasme réchauffant bienfaisant.

ET AGIT PENDANT DES HEURES—AU SIÈGE MÊME DU MAL!

Pour retirer tous les avantages de cette double action PÉNÉTRANTE-STIMULANTE, frictionnez simplement, au coucher, la gorge, la poitrine et le dos, avec du Vicks VapoRub. Instantanément, le VapoRub se met à l'oeuvre—de 2 façons à la fois, comme indiqué ci-dessus—pour apaiser la toux bronchique, dissiper la congestion, soulager l'irritation des muscles, et hâter la venue d'un sommeil reposant et réparateur. Souvent, au réveil, le pire des souffrances a disparu. Aussi, ne

prenez pas de risques avec des remèdes inconnus—soulagez les souffrances que cause la bronchite, ce soir, avec du VapoRub, le remède à double action, qui a fait ses preuves.

**POUR VOUS SOULAGER PLUS COMPLÈTEMENT—**Faites fondre une cuillerée de VapoRub dans un bol d'eau bouillante. Respirez les vapeurs médicamenteuses qui se dégagent. Sentez-vous elles apaisent l'irritation énervante des bronches!

## LE COURRIER DE PAYSANA

riante. Je n'insiste pas sur ce point car il s'en faut qu'il soit le plus important pour le défricheur.

Ce qui est plus important et davantage nécessaire que ces allocations mensuelles du début, c'est le concours que l'Etat apporte au colon qui construit sa maison ou la reconstruit, suivant le cas.

Pour une maison neuve de 20 pieds par 24, ou l'équivalent en surface de plancher, le Ministère de la colonisation accorde un crédit de \$425 ainsi reparti: \$325 pour le corps de la maison elle-même; \$50 pour soilage en béton de 6 pieds de hauteur par 10 pouces d'épaisseur; \$20 pour cheminée en briques; \$30 pour peinturer ou teindre l'extérieur (l'octroi baisse à \$15 si la maison est blanchie à la chaux).

Dans le cas d'une reconstruction, soit pour remplacer un camp temporaire ou reconstruire une maison non réparable et pour laquelle aucun octroi n'a été versé, à condition que le lot soit détenu depuis au moins 4 ans mais pas depuis plus de 12 ans, la prime gouvernementale peut atteindre \$325, dont \$225 pour la bâtisse elle-même et la somme de \$100 prévue précédemment pour soilage en béton, cheminée en brique et peinture ou teinture extérieure. La même prime est octroyée si la maison à reconstruire a été incendiée, ou détruite par l'ouragan, qu'elle ait ou non déjà fait l'objet d'une prime.

La nouvelle politique de colonisation comporte aussi le concours de l'Etat dans le cas de la réparation de la maison. L'aide gouvernementale varie suivant l'état de la bâtisse et s'établit comme suit: \$50 pour soilage en béton de 6 pieds de hauteur par 10 pouces d'épaisseur; \$20 pour cheminée en briques; \$40 pour couverture en bardeau; \$50 pour lambris extérieur en bardeau; \$50 pour finition intérieure du second plancher, particulièrement dans le cas d'une famille nombreuse; \$35 pour remplacer cadres et fenêtres n'ayant pas les dimensions normales, et \$25 pour doubles fenêtres. Si la réparation comporte tous les items ci-dessus le maximum de l'octroi est limité à \$200. Le colon devra se charger du nécessaire pour rendre sa maison permanente et habitable en tout temps.

L'Etat aide aussi le colon à se construire une grange-étable; l'octroi est de \$150 pour une construction de 32 x 45 pieds conforme aux plans du ministère. Si la construction est de dimensions moindres, pourvu qu'elle ne mesure pas moins de 30 x 30 pieds, l'octroi est de \$125.

Nos dirigeants ont pensé aussi que le colon devait, dès le début, se doter d'un bon jardin, source d'une saine alimentation et partant de santé. Aussi le ministère verse-t-il, après au moins une année d'excellente production, une prime de \$40 pour la préparation d'un jardin familial, dès la première année de l'établissement si possible.

Non moins importants sont les crédits d'organisation agricole accordés par le ministère de la Colonisation. Ces crédits sont à raison de \$30 l'acre pour les 15 premières acres de défrichement et de \$20 l'acre pour les 30 premières acres de labour. Ils peuvent totaliser \$1,050 sur un lot pris neuf et développé jusqu'à concurrence de 30 acres en labour. Le colon peut, sur autorisation du ministère, utiliser ces crédits pour acheter des animaux ainsi que les instruments essentiels au développement rapide de son lot, drainer et épier son terrain, entretenir ses bâtisses, creuser ses puits, ou pour d'autres entreprises jugées nécessaires.

Je vous prie de noter que ces crédits sont en plus des primes statutaires de défrichement et de labour. Pour compiler les crédits d'organisation gagnés, le rapport d'inspection, en vue du paiement des primes statutaires, sert de base. D'ailleurs les mêmes règlements s'appliquent dans les deux cas de sorte que le colon résidant qui ne se qualifie pas pour les primes statutaires ne peut mériter les crédits d'organisation.

Pour ce qui est du célibataire résidant, on lui retient 50% sur ses crédits gagnés, en attendant que son établissement offre toutes les garanties de stabilité.

On doit noter enfin que les crédits d'organisation dépendent de l'adoption annuelle, par l'Assemblée législative, d'un budget à cette fin.

Voyons maintenant les primes statutaires payées sur un lot de 65 acres et plus. Pour les colons résidents mariés ou soutiens de famille les primes statutaires sont comme suit: 40 acres de défrichement à \$15 et 30 acres de labour à \$20. Pour les célibataires résidents: 15 acres de défrichement à \$15 et 10 acres de labour à \$20. Enfin, tout colon non résident, marié ou non, a droit à 10 acres de défrichement à \$10.

Voyons, pour finir, les qualifications requises du nouveau colon pour bénéficier des avantages que je viens d'énumérer, et les obligations qu'il assume.

D'abord les qualifications. Il faut être sujet canadien et résider dans la province de Québec. Il faut ensuite soumettre sa demande à l'adresse ci-dessous: Service de l'Établissement, ministère de la Colonisation, Hôtel du Gouvernement à Québec. L'Etat exige de plus que l'aspirant ait reçu l'approbation de la société de colonisation, de son diocèse; s'il est marié, qu'il fournisse sur demande son certificat de mariage; qu'il ait une connaissance pratique de l'agriculture; qu'il jouisse d'une bonne santé, soit bon travailleur, honnête et économe; enfin, qu'il acquiert par billet de location un lot d'une superficie d'au moins 65 acres cultivables et labourables.

Et maintenant les obligations. Tout colon accepté doit: se transporter sur son lot pour y résider en permanence, à la date que lui fixe le ministère; exécuter le programme de travail qui lui est tracé, observer les règlements du ministère et suivre les instructions du personnel en autorité; pren-

dre soin en bon père de famille de tout ce que lui confie le ministère de la Colonisation; ne se départir de rien, à moins d'autorisation écrite du ministère de ce qui a été mis à sa disposition, et, en cas d'abandon, remettre strictement en bon état au représentant du ministère tout ce qui lui a été confié.

Quant à ce qui est du programme de travail que le colon s'engage à exécuter, il comporte annuellement du défrichement et du labour suffisants pour assurer le développement d'un lot neuf jusqu'à concurrence de 40 acres de défrichements productifs dont 30 acres labourées, durant une période maximum de 15 années. En second lieu, dès le début de l'établissement, l'inspecteur de colonisation, de concert avec le colon, trace le programme de travail à exécuter au cours de la première année; il en est de même par la suite à chaque inspection d'automne. Tout le long de l'année l'inspecteur surveillera et orientera ses colons afin de les aider à bien remplir le programme défini de l'année précédente.

Vous avez là, madame, l'exposé de la nouvelle politique de colonisation instaurée par le gouvernement présent. Je crois pouvoir dire en toute objectivité que voilà un plan propre à "vous aider".

Je vous souhaite bonne chance, à vous et à tous les vôtres, pour le jour prochain où vous aurez décidé d'aller faire de la terre neuve en Abitibi ou ailleurs.

Q.—Voulez-vous me dire si M. André Aubin de Montréal, l'artiste des cuirs a réouvert sa boutique. Si non, connaissez-vous un autre faiseur de "souliers de feu" et quelle est son adresse. (Mme Oscar L., Clarence Creek)

R.—André Aubin n'a pas réouvert sa boutique et je ne connais pas d'artisans qui aient pris sa succession pour le moment. Vous pouvez cependant vous procurer des souliers du même genre, mais faits en série, chez COURCHESNE ET FILS, 1280 est, rue De Montigny, Montréal.

Q.—J'ai toujours des ennuis avec mon fourneau. Bien qu'il ait un bon thermomètre, je ne suis jamais certaine de mon coup. Voulez-vous me donner quelques conseils afin qu'il réussisse plus sûrement la cuisson de mes aliments. (Une abonnée, jeune cuisinière)

R.—Beaucoup de recettes modernes comportent des indications sur la température et la durée de la cuisson. Suivez-les et vous réussirez. Voici un tableau qui vous guidera. Gâteau aux fruits (brun, contenant beaucoup de fruits): Four lent, 275° F.; de 2 1/2 à 3 1/2 heures (suivant la grandeur du moule). Gâteau aux fruits (brun, contenant peu de fruits): Four lent, 300° F.; 2 1/2 heures (moule 7 x 7). Gâteau blanc aux fruits: Four lent, 300° F.; 1 1/2 heures (7 x 7). Shortbread: Four modéré 325° F.; 20 à 25 minutes.

Biscuits ordinaires: Four chaud, 400° F.; 8 à 10 minutes.

Biscuits contenant du chocolat, de la melle, ou du miel: Four modéré, 350° F.; 1 à 12 minutes.

Biscuits à la cuillère, avec fruits: Four modéré, 350° F.; 12 à 15 minutes.

Poulet 4 à 8 livres (poids habillé: oiseau non vidé, y compris tête et pattes): 300° F.; 3 minutes par livre.

Dinde (poids habillé: oiseau non vidé, y compris tête et pattes): 8 à 10 lbs: 300° F.; 25 minutes par livre. 11 à 16 lbs: 300° F.; 20 minutes par livre. 17 à 25 lbs: 300° F.; 18 à 20 minutes par livre.

Q.—La grossesse affecte-t-elle les dents de la mère?

R.—Oui, mais seulement quand il y a négligence. Le vieux dicton "une dent pour chaque enfant" est un anachronisme et daté du moyen âge. Les précautions prénatales nécessaires consistent, avant tout et principalement, en un examen complet des dents de la bouche et en leur mise en parfait état par le dentiste, de telle façon que des soins personnels réguliers et constants permettront à la future maman de conserver sa bouche dans la condition la plus saine. Le conseil le plus sage, que l'on puisse donner afin d'augmenter l'efficacité des soins pris à la maison durant la période de grossesse, est de consulter un dentiste avant de concevoir. Ce n'est pas seulement utile mais nécessaire de rendre visite au médecin qui corrigera cet état à l'aide généralement d'émulsion neutralisante et de légers alcalins. Ce traitement préviendra, la plupart du temps, la carie sournoise causée par l'action décaiffante de ce que l'on appelle l'hyperacidité de la grossesse.

Q.—Seriez-vous au courant d'une famille qui aurait besoin de linge usagé mais propre? J'en aurais au moins une centaine de livres. Je suis pauvre moi-même et je comprends qu'il y ait des envois semblables puissent être fort utiles. (Mme J. R.)

R.—Il y a à Montréal une oeuvre qui s'appelle LA GUIGNOLEE DES COLONS, 25 est, rue Ste-Catherine, qui recueille les vêtements, meubles, jouets usagés pour en faire bénéficier les familles de colons pauvres et sinistrés. Nous avons été à même de constater sur place les services rendus par cette organisation auprès des familles de colons de l'Abitibi. Et ces services seront d'autant plus appréciés à mesure que les dons s'augmentent de meilleure qualité. Il faut se mettre dans la tête que les choses qui sont usées pour nous le sont pour d'autres. Il faut respecter la dignité de ce pauvre qui reçoit le traitement comme on voudrait l'être si un jour la mauvaise fortune nous mettait à la place, quelles que soient les causes de la pauvreté.

# Le Courrier de PAYSANA

Q.—Je désirerais la brochure concernant la façon de cultiver un jardin. Voulez-vous me dire où je dois m'adresser pour me procurer cette brochure gratuitement. (Une cliente de PAYSANA).

R.—Ecrivez au Ministère de l'Agriculture, Directeur du Bureau de publicité et d'extension, Gouvernement fédéral, Ottawa, et demandez la brochure No 684, intitulée: "Le jardin potager dans l'Est du Canada". Procurez-vous en même temps la liste des publications du Ministère de l'Agriculture afin de pouvoir demander celles qui pourraient vous rendre service. Le Ministère provincial de l'agriculture a aussi un service de publications, très intéressantes et très précieuses.

Q.—N'y a-t-il pas un procédé à suivre dans la rédaction d'une lettre d'affaires? (Jeune et qui veut bien faire).

R.—Oui certes. Voici la ligne de conduite que vous devez suivre dans une lettre d'affaire, une commande ou autre chose du genre. Mettez-vous dans la tête d'abord, que vous vous adressez à des personnes pressées. Allez droit au but, et supprimez les détails inutiles. Le premier paragraphe de votre lettre doit exposer le but de votre lettre, d'une façon claire et précise; le second, les explications que vous jugerez utile de donner en rapport avec l'objet de votre lettre. Enfin, dans un troisième paragraphe, les paroles aimables que vous voulez ajouter, et la formule de remerciements. Si vous procédez ainsi, vous serez considérée comme une personne aux idées claires, et précises, qui sait ce qu'elle veut et où elle va.

Q.—Pourriez-vous me donner des suggestions pour utiliser les vieux morceaux de drap provenant de vieux manteaux usés et dont quelques parties sont encore bonnes? (Mme D. B., Les Trois-Rivières).

R.—Au mois d'avril l'année dernière, PAYSANA publiait sous le titre: "Que faire avec du vieux feutre" un modèle de tapis confectionné justement avec des rondelles d'étoffes brodées, et cousues sur un fond de jute. Ces rondelles étaient disposées en étoiles. Leurs couleurs différentes faisaient très joli à l'oeil. Si vous en avez le temps, pourquoi n'essayeriez-vous pas ce truc?

Q.—Est-ce qu'une dent de sagesse en partie incluse qui ne cause aucun mal, est toujours inoffensive?

R.—Pas du tout. Il existe différentes sortes de dents de sagesse plus ou moins incluses qui pendant longtemps parfois semblent apparemment sans danger, ne provoquent aucune douleur appréciable, — mais qui recèlent cependant, entre elles et certaines parties non adhérentes du tissu gingival qui les entoure, des dépôts de débris alimentaires en décomposition d'où coule constamment une matière purulente. Il est impossible de juger sans danger un pareil état de choses. Quand un manque d'espace dans l'acade dentaire condamne une dent de sagesse à une éruption incomplète qui soulève le tissu de la gencive sans jamais la faire adhérer à la dent, la nature crée d'elle-même un moyen d'éliminer les particules de nourriture, soit liquides, soit semi-solides qui s'accumulent sous ce tissu gingival et s'y décomposent en

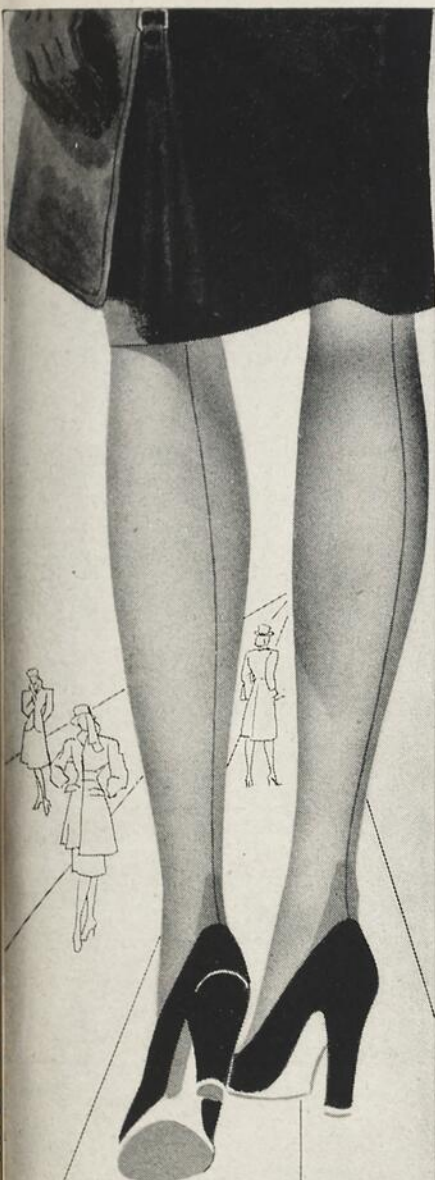
formant du pus. Ce moyen n'est autre que l'absorption de ce pus par le système sanguin qui alimente la gencive elle-même. C'est ce qui se produit, du reste, dans tous les cas d'infections dentaires, — avec cette aggravation toutefois dans celui d'un abcès péri-coronal — nom que porte l'abcès provoqué par une dent de sagesse en partie incluse, — qu'il est fort souvent chronique durant une longue période de temps. Et les produits toxiques si dangereux de ces poches de pus sont la plupart du temps à l'origine des anémies les plus pernicieuses, — les plus graves.

Q.—Il me semble qu'on parle tellement de l'alimentation rationnelle, qu'on est rendu à en déparler, que ce n'est pas si important que cela, qu'il est impossible qu'une mère de famille en vienne à calculer si bien ses menus qu'elle soit assurée de donner à sa famille tous les éléments que requiert dit-on une saine alimentation?

R.—Les personnes qui font de la culture maraîchère et qui sont habituées de calculer la proportion d'engrais, de sels minéraux qu'ils doivent ajouter à la terre de leur jardin pour récolter de bons légumes, savent bien qu'il faut faire pour notre corps, ce qu'elles font pour les légumes de leur jardin. Si la terre manque de chaux, les plantes en manqueront aussi certes. Si nous négligeons de donner des sels minéraux à nos enfants, leur système osseux et nerveux s'en ressentira vite. Le Ministère de la santé et du bien-être social a publié une brochure intitulée: LES REGLES ALIMENTAIRES AU CANADA. Demandez cette brochure à L'Unité sanitaire de votre comté ou écrivez au service des publications du Ministère de la santé à Québec.

Q.—Mes gencives saignent facilement. Quelle peut en être la raison? Je les brosse soigneusement, mais cela ne semble avoir aucun effet; en réalité, elles saignent même davantage quand je les brosse.

R.—Il y a plusieurs causes possibles au saignement des gencives. Toutes réclament l'intervention d'un dentiste et qu'une attention très soignée soit apportée à ses directives, si l'on veut guérir ses gencives et leur rendre leur fermeté première, de même que les libérer de toute inflammation. — L'un des plus communs de ces états est appelé gingivite ou inflammation des gencives. Cela peut être une très simple infection facilement corrigible, cela peut être également l'indication d'une maladie beaucoup plus sérieuse, telle que la pyorrhée, un mal qui s'attaque à la base même des dents et qui peut entraîner éventuellement, à moins d'être arrêté, la destruction de l'os et la perte des dents. C'est une maladie très courante parmi les personnes d'âge moyen et c'est très probablement l'une des causes les plus communes de la perte des dents. Elle n'est pas moins dangereuse pour la santé en général, car elle occasionne la formation de pus dans les gencives, qui peut être répandu par la circulation du sang dans toutes les parties du corps. L'infection de Vincent, ou bouche des tranchées, est un autre état malade dans lequel les gencives saignent facilement. Toutes ces maladies de la bouche, il faut encore le répéter, exigent les soins d'un dentiste.



**Leur bel effet est bien connu!**

Des crêpes séduisants! Et si leur bel effet sur la jambe est bien connu, leur superbe qualité l'est également! Demandez les bas entièrement diminués Monarch... le choix des jolies femmes... partout.



**Élégance et durée!**

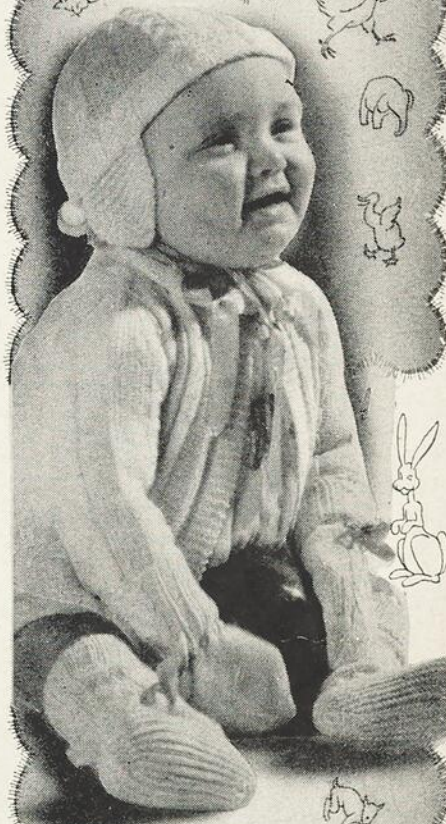
Belles chaussettes confortables et très durables. Un prix pour tout homme... pour l'homme actif surtout... car les incomparables qualités de durée des chaussettes Monarch sont renommées. Recherchez l'étiquette Monarch!

De qualité célèbre - De style prééminent

**Monarch-Knit**

THE MONARCH KNITTING COMPANY LIMITED  
DUNVILLE, ONTARIO

pour les petits..



**les meilleures laines**

Pour obtenir de plus beaux résultats... ajoutez à votre propre dextérité la célèbre beauté des douces laines Monarch. Demandez les nouveaux livres de tricot Monarch à votre marchand. Vous y trouverez des centaines de patrons exquis pour de merveilleux tricotés à la main.



de Qualité célèbre de style prééminent

**Monarch-Knit**

THE MONARCH KNITTING COMPANY LIMITED  
DUNVILLE, ONTARIO

# fil en aiguille! brodons!



S-7143

S-7143—Composition de bleuets pour broderie ou crochetage, draperies, nappes, lingerie. Broderie au noeud français ou crochetage en grosses loupes bien dégagées. Motifs décalquables au fer chaud: 4 verges de bordure, 6 motifs de coin de  $3\frac{1}{2}' \times 4'$ , 8 motifs de  $1\frac{1}{2}''$ , 12 motifs  $1\frac{1}{2} \times \frac{3}{4}''$ . Chaque motif peut être détaché au ciseau, puis épinglé et disposé à votre goût. Patron S-7143, 25 cts.



S-7235

S-7235—Des motifs qui s'expliquent rien qu'en se présentant... 4 x 5,  $4\frac{1}{2} \times 6\frac{1}{2}$ , 6 x 8,  $7\frac{3}{4} \times 8$  — pour broder ici et là dans les rideaux, sur des serviettes à lunch, des tabliers, des costumes d'enfants, des robes. S-7235, 25 cts.



S-7184

S-7184—La série de fruits à appliquer que vous cherchez depuis si longtemps, voici: 10 motifs différents: 6 motifs de  $3\frac{1}{2} \times 4$  à  $5\frac{1}{2} \times 8$ ; 4 motifs de 3 pouces chacun. Pour décorer nappes, tabliers, serviettes, etc. Patron S-7184, 25 cts.



S-7200

S-7200—Les petits bateaux qui vont sur l'eau... sont toujours pleins d'appels et d'attraits. En voici une belle série, de différentes personnalités et que vous pourrez utiliser à votre gré, 5 bateaux en trois grandeurs variées. S-7200, 25 cts.



S-7185

S-7185—Des fleurs à appliquer sur vos couvre lits, sur rideaux, tabliers, nappes et partout où il vous plaira d'en semer! 12 motifs (6 différents motifs en double) de  $5\frac{1}{2}' \times 6'$ . Une série indispensable pour la gaieté de votre maison. S-7185, 25 cts.



S-7194

S-7194—Une variété de motifs à broder qui vous plairont. De grandeurs différentes, commodes à utiliser partout où vous en aurez besoin. Tous décalquables au fer chaud, avec suggestion de couleurs sur l'enveloppe. S-7194, 25 cts.

Tous ces patrons, décalquables au fer chaud, sont présentés EN COULEURS sur l'enveloppe qui vous les apportera. Commandez sans retard, la quantité est limitée. Toutes commandes par mandat postal à  
PAYSANA  
case postale 25  
Montréal.