

DECEMBRE 1943

Calendama



10 sous

6 année—No **10**

Beauvilliers-Ed. Qui

ET CE RESTE DE BOEUF? SERVEZ-LE COMME CECI...



dans
de tendres
timbales de
pâte à
biscuit

BOEUF EN TIMBALES 'MAGIC'

2 tasses restes de boeuf (coupé en petits morceaux)
2 c. à soupe graisse chaude
Un peu d'oignon haché
3 c. à soupe farine
1½ tasse tomates
1 tasse eau
Sel et poivre

Chauffez la viande et l'oignon dans la graisse chaude, puis ajoutez la farine. Ajoutez eau et tomates et cuisez jusqu'à ce que le liquide soit réduit de moitié. Servez chaud dans des . . .

BISCUITS-TIMBALES 'MAGIC'

Tamisez ensemble 2 tasses farine, 2 c. à

thé Poudre à Pâte 'Magic' et 1 c. à thé sel. Incorporez 6 c. à soupe shortening. Ajoutez ¾ tasse lait (ou mélange de lait et d'eau) pour former une pâte molle. Roulez bien mince, sur planche enfarinée, et coupez en carrés de 4 pouces. Doublez des moules à muffins, piquez le fond avec une fourchette et cuisez à four chaud (475°F.) 10 minutes.

SEULEMENT 2 tasses de restes de boeuf vous procurent la base d'un plat principal délicieux et nourrissant!

Ayez soin, toutefois, de préparer ces timbales économiques avec la Poudre à Pâte 'Magic'. Car leur succès dépend de la texture tendre, fine et légère que la 'Magic' apporte à tout mets cuit au four.

Pure et saine, la 'Magic' est la préférée de 3 ménagères canadiennes sur 4. Vous pouvez toujours vous fier à la 'Magic'. Faites-en la demande aujourd'hui.



FABRICATION
CANADIENNE

PLUS PROFITABLE
AVEC LA 'MAGIC'!

Comment utiliser les graisses tirées des viandes

Si vous utilisez pour la cuisson les graisses récupérées de jour en jour et en tirez tout le profit possible comme aliment, il vous sera possible de diminuer vos achats de graisses commerciales, dont les réserves ne sont pas inépuisables.

Les graisses des rôtis, des viandes grillées, de la volaille peuvent être ajoutées aux soupes et employées dans les sauces, les mets au gratin. Ajoutées aux légumes, elles leur donneront un goût fin. Vous pouvez aussi vous en servir pour arroser les viandes maigres pendant leur cuisson ou comme substitut pour d'autres corps gras dans les gâteaux, pain d'épices, crêpes, biscuits, pâte à tarte, apprêt à volailles et plat au macaroni. Les graisses à goût plus prononcé telles que celles provenant de l'agneau et du mouton peuvent être utilisées pour les abaisses de pâtés à la viande.

Pour clarifier les graisses

Chauffer ensemble d'égales quantités de graisse et d'eau pendant 10 minutes. Couler à travers deux épaisseurs de coton à fromage et laisser refroidir. Après refroidissement, sortez le bloc de gras et enlevez en grattant le sédiment qui reste au fond.

(a) Les graisses de bacon et de saucisses peuvent être coulées seulement. Clarifier n'est pas nécessaire. Le goût spécial de ces graisses est un avantage quand elles sont employées pour les pâtés à la viande et dans les sauces, etc.

La graisse de boeuf fondue est trop dure pour la cuisine, mais 2 tasses de cette graisse fondue avec 1 tasse de graisse de porc ou de saindoux et remuée de temps à autre au cours du refroidissement pour empêcher qu'elle se sépare, donnent une graisse douce, onctueuse.

Les graisses d'agneau et de mouton peuvent être utilisées si on les mélange avec un gras doux dans les proportions suivantes: 1 partie de gras d'agneau ou de mouton et 7 parties de gras doux.

Voici, d'ailleurs, quelques recettes fournies par la Section des Consommateurs, du Ministère fédéral de l'Agriculture et qui illustrent bien l'emploi que l'on peut faire des graisses domestiques dans les différentes pâtisseries.

PETITS GATEAUX EPICES AU CAFE

¼ tasse de sucre
1½ tasse de farine à pâtisserie ou
1½ tasse moins 3 c. à table de farine à pain
¼ c. à thé de sel
3 c. à thé de poudre à pâte
1 c. à thé de cannelle
1 oeuf
½ tasse de lait
¼ tasse de graisse de cuisine

Mêler et tamiser les ingrédients secs. Mélanger l'oeuf battu, le lait et la graisse fondue et ajouter immédiatement tout à la fois aux ingrédients secs. Remuer vigoureusement jusqu'à ce que le mélange soit bien fait mais sans être lisse. Remplir à moitié des moules à muffins. Saupoudrer le dessus de chaque gâteau avec la garniture ci-dessous. Cuire à four modérément chaud (375°F.) pendant 20 à 25 minutes.

Donne 12 gâteaux de gros-seur moyenne.

Garniture

2 c. à table de sucre
¼ tasse de farine
¼ c. à thé de cannelle
1 c. à table de graisse de cuisine

Mêler les ingrédients secs. Incorporer la graisse à l'aide de deux couteaux ou d'un appareil spécial jusqu'à consistance de miettes de pain.

MUFFINS AU SON

1½ tasse de farine à pain OU
1¼ tasse moins 1 c. à thé de farine à pâtisserie
3½ c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de sel
2 c. à table de sucre
1 tasse de son
1 oeuf
1 tasse de lait
2 c. à table de mélasse
2 c. à table de graisse de cuisine fondue

Mêler et tamiser farine, poudre à pâte et sel. Ajouter le sucre le son. Battre l'oeuf, ajouter lait et la mélasse et verser tout la fois dans les ingrédients secs. Remuer jusqu'à ce que soit bien mêlé mais sans être lisse. Remplir jusqu'aux deux tiers les moules à muffins. Cuire dans un four modérément chaud (375°F.) pendant 20 à 25 minutes. Donner des muffins moyens.

BISCUITS AU CACAO ET A FARINE D'AVOINE

1¼ tasse de farine à pain ou
1½ tasse de farine à pâtisserie
1 c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de sel
½ tasse de cacao
¾ tasse de sucre
1 oeuf
½ tasse de lait
1½ c. à thé de vanille
½ tasse de graisse de cuisine fondue
2 tasse d'avoine roulée, fine

Tamiser les ingrédients secs. Battre l'oeuf battu, le lait, la vanille et la graisse fondue. Ajouter les ingrédients secs et bien mêler. Incorporer l'avoine roulée. Déposer par cuillerée à thé sur une plaque à biscuits. Cuire à four modérément chaud (350°F.) pendant 15 à 20 minutes. Faire 4½ douzaines de biscuits.

SAUCE ASSAISONNEE POUR LEGUMES

2 c. à table d'oignon haché fin
2 c. à table de graisse de cuisine
½ tasse de mie de pain
1½ tasse de lait
½ c. à thé de sel
Quelques grains de poivre
Pincée de majoline ou de thym (facultatif)

Faire revenir l'oignon dans la graisse chaude pendant 5 minutes. Ajouter la mie de pain et faire cuire jusqu'à ce qu'elle soit légèrement brune. Ajouter le lait et les assaisonnements. Laisser mijoter pendant 10 minutes, remuant souvent. Servir sur légumes cuits, carottes, fèves vertes, brocoli, navets en cubes, betterave ou céleri. Donne une tasse de sauce.

Le livre du mois



LES ENFANTS DISENT...

par **Marius BARBEAU**

Editions **PAYSANA**

QUE DISENT-ILS LES ENFANTS ?

Ils disent ce qu'on leur enseigne : des chansons, des mots de berceuse, des rondes à danser, des formulettes à sauter... "Ventre de son, estomac de gru... Petit galop, gros galop". Pour les petits de 3 à 6 ans, PAYSANA vient d'éditer une série de ces souvenirs d'une tradition canadienne qu'il faut conserver et enseigner à l'enfance. Un livre de 90 pages, et illustré de 18 dessins, avec de la musique notée.

Un beau livre d'étrennes pour les mamans et les petits qui commencent à lire; une richesse de joie pour la maison. En vente à **PAYSANA** :

50 cts, taxe et port compris.



PAYSANA • DÉCEMBRE 1943

Revue mensuelle d'arts ménagers et d'éducation familiale

Direction: FRANCOISE GAUDET-SMET

Rédaction: GERMAINE GUÈVREMONT

Administration: ANNETTE LAFRANCE

ABONNEMENT: \$1 pour un an; \$2 pour 3 ans

Prière de nous aviser de tout changement d'adresse.

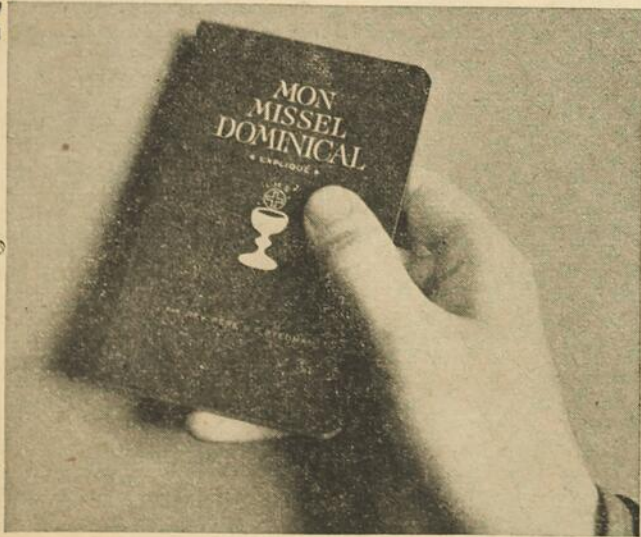
Les nouveaux abonnés recevront la revue le mois suivant.

SOMMAIRE

Je vous souhaite — Françoise Gaudet-Smet... p.	5
L'artisanat en marche —Françoise Gaudet-Smet p.	6
Figures de femmes — Germaine Guèvremont.. p.	8
Conte de Noël — Alfred DesRochers ... p.	9
Pour faire vos crèches — Patricia Ling... p.	10
Parlons de Légumes — Bruno Landry ... p.	12
Modes enfantines ... p.	15
Pour votre personnalité — Flore Chaput... p.	16
Le Courrier de PAYSANA ... p.	17

Nous n'habitons plus au No 3425, de la rue Saint-Denis, depuis le mois de mai. Notre bureau est actuellement au No 3630, de l'Avenue du Parc. Toutefois, nos abonnés sont priés de toujours nous écrire à Case Postale 25, Montréal, où nous allons chercher notre courrier chaque matin. Nous ne sommes pas responsables de l'argent envoyé lorsque vous avez fait remise en pièces de monnaie enveloppées dans de l'ouate ou de toute autre façon aussi imprudente.

LA DIRECTION..



Mon Missel Dominical

- Le missel où l'on trouve sans difficulté la messe de chaque dimanche.
- Tout est clair. Il suffit de savoir lire pour s'y retrouver rapidement.
- Le moins encombrant des missels complets. Et le meilleur marché.

354 pages, 160 images en couleurs.

En vente sous diverses reliures: cartonné \$0.45; reliure cuvette: \$0.55; reliure imitation de cuir souple: \$1.00; reliure cuir de phoque: \$2.55; reliure maroquin: \$3.55.

N. B. — Ces prix comprennent les frais de port.

FIDES

3425, rue S.-Denis
Montréal—Tél. HA. 7228*

Le MEILLEUR GRUAU
que vous ayez jamais GOÛTÉ

"OGILVIE"
C'EST BON!

OGILVIE
MINUTE
Oats

LA FINE FLEUR DE LA RÉCOLTE CANADIENNE

EXCELLENT FORTIFIANT

SAVEUR DE GRAIN ENTIER PLUS RICHE, MEILLEURE

PAS D'ENVELOPPES DE GRAINS

The OGILVIE FLOUR MILLS COMPANY LIMITED
43-24f

Bourgeoise vs Paysanne

—Quand on pense . . .
 —Quoi donc?
 —Je n'en reviens pas!
 —Mais quoi?
 —Dimanche, Louise Dumont va publier.
 —Pas de mal à ça . . .
 —Mais, tu ne sais donc rien?
 —Je sais que Louise doit se marier, et c'est tout.
 —Je te dis, ma chère Pauline, que ça n'a pas l'ombre du bon sens: c'est le mariage le plus mal assorti qui soit sous le soleil.
 —Explique-toi, Jeanne, je ne comprends pas.
 —Ah! j'en tombe des nues!
 —Enfin!
 —Pauline, je n'en reviens pas comme ces demoiselles Dumont rencontrent de bons partis! Léonie a épousé un médecin, et voilà que Suzanne va prendre un notaire. Entends-tu, Pauline, un notaire! . . . Ça m'étouffe jusque-là! . . .
 —Est-ce que, par hasard, ce mariage dérangerait tes plans?
 —Pas le moins du monde! Mais, tu ne sais donc pas que Louise n'est qu'une fille de cultivateur?

C'est au tour de Pauline d'étouffer: elle sent comme une main lui descendre dans la gorge et l'étreindre avec force. S'éloignant de quelques pas, elle fixe dans le lointain son oeil brun plein de feu, et, pour se donner une contenance, elle commence par prendre une longue respiration.

—Ma pauvre Jeanne, excuse-moi, mais tu as des préjugés sur l'habitant. Tu ignores donc que la plupart de nos professionnels sont de souche paysanne, et que nos grands hommes politiques sont presque tous des descendants de terriens fortement enracinés au sol? C'est peut-être ce qui les fait de si bonne ossature physique et morale, des hommes à tête équilibrée, ce qui est fort appréciable en ce siècle de déséquilibre sans nom. Et, haussant le ton d'un dièse: Tu sais, Jeanne, "être cultivateur", ne signifie pas, nécessairement "être d'une rare épaisseur". Il n'a jamais été défendu, je crois, d'avoir de l'éducation, parce qu'on est "habitant".

—Oh! je sais. Mais, je pense combien Louise va être en peine pour recevoir les amis de son notaire. La fille des rangs n'a pas souvent le livre d'étiquette en main. Et, ce qu'il dira, son notaire, si sa chère moitié fait quelque balourdise . . . Il n'en faut pas plus pour brouiller le petit ménage jusqu'à la fin de ses jours. Moi, je pense que chacun doit rester à sa place, avec sa société.

—Récemment, ne me disais-tu pas que la famille Dumont était

d'une rare distinction, et que les jeunes filles avaient fait leur cours d'études dans les pensionnats? Alors, elles ont reçu un bon vernis, en plus de leur éducation de famille.

—Je n'en reviens pas, quand même . . .

—Tu es injuste, Jeanne, car la profession d'agriculteur n'est au-dessous d'aucune autre. Le cultivateur n'est-il pas le roi de la terre, intronisé par Dieu même, et dont la charte se retrouve encore au greffe du XXe siècle?

—Je sais, je sais.

—Donc, l'homme-cultivateur-roi, ni plus ni moins.

—Tu le montes haut, ton habitant!

—A l'étage où le bon Dieu l'a mis, ma chère . . . Ouvre la Genèse, et lis: "Dieu ayant créé l'homme, le plaça dans le jardin pour le cultiver et le garder". (Ch. 12, V. 15). Ce qui signifie, n'est-ce pas que, dès ce moment, l'homme devenait *proprio* de tout le globe — le jardin n'étant qu'une miniature

de son domaine royal. Il y en avait de l'espace vital, dans ce temps-là!

—Est-ce un discours que tu veux me faire, Pauline?

—Non, c'est tout simplement une causerie amicale; et je veux rester assise à tes côtés, en signe d'amitié. Pardon, Jeanne, si je pique un peu fort dans la boursoufflure de ta petite prétention de bourgeoise; mais je voudrais tant, une fois pour toutes, guérir ta vanité. Quant à moi, ci-devant Pauline Therrien, fille, petite-fille, ar-



rière-petite-fille de paysan, je porte avec honneur et allégresse le poids de ma paysannerie.

—C'est entendu, personne ne peut changer son ascendance.

—Et, je ne le voudrais pas. Mais, mon ascendance, la connais-tu, Jeanne? aimerais-tu la connaître?

—Si je voudrais! Au plaisir de t'entendre, Pauline.

Et la petite paysanne dit l'histoire de son ancêtre. A vingt-deux ans, laissé seul, en pleine forêt, avec une hache pour tout instrument de travail, et un léger sac de farine en guise de victuailles, il "dut envisager l'avenir". Son grand-père l'ayant quitté à l'orée du bois, ne lui avait dit que ces mots pour appeler les bénédictions du Ciel sur ses efforts de conquête: "Je te bénis, sois courageux, l'avenir t'appartient."

Ici, Pauline fait une pause, un trémolo passe dans sa voix, elle prend son mouchoir.

—Comme c'est beau! dit Jeanne. L'émotion me gagne! Continue, Pauline.

—Et parce que mon ancêtre avait l'âme chrétienne et qu'il comptait plus sur le secours d'En-haut que sur ses forces à lui, il se mit à genoux sur les branches desséchées qui gisaient à terre et chanta, d'une voix ferme, ce beau cantique à la Vierge:

"Je mets ma confiance
 Vierge, en votre secours . . ."

C'est dans cette atmosphère de



Patron PF3295 — Il est encore possible de trouver quelques modèles de jupes un peu délaissées, avec corsage bien découpé. Vous aimez celle-ci? Le patron est établi pour 10 à 20 ans. A PAYSANA, 25 cts.

VOUS NE SAURIEZ FAIRE UN CHOIX
 PLUS DELICAT

LE LIVRE EST LE CADEAU DES GENS DE GOUT

LIVRES D'ETRENNES

Editions de luxe
 Belles reliures
 Dictionnaires
 Histoire, Biographie
 Géographie, Voyages
 Actualité

Beaux Arts, Musique
 Auteurs classiques et
 modernes
 Romans Nouveaux
 Littérature religieuse
 Auteurs canadiens

CHOIX INCOMPARABLE DE LIVRES
 ET ALBUMS POUR LA JEUNESSE

Librairie GRANGER & FRERES Limitée
 54 ouest, rue Notre-Dame, Montréal
 LA. 2171

(Attention spéciale apportée aux commandes
 postales)

(suite à la page 16)

"faire de sa vie manquée
quelque chose de plus beau
que la vie réussie des autres."

Barbey d'AUREVILLY

Je vous souhaite

**Recommencer, réparer, reconstruire !
En voilà un idéal capable de refaire la surface du monde !
Pouvoir s'arracher à la mélancolie, fruit des échecs,
fermer les yeux à ce qui aurait pu être,
préparer pour demain quelque chose qui réparera.**

**Vie manquée !
Il est tant de désillusions par les chemins !
Tant de projets gelés en des contingences désastreuses !
que de résolutions jamais tenues !
combien de promesses toujours oubliées !**

**Vie manquée !
Le rêve a fui en laissant une réalité décevante.
Le sort a comploté contre tout apparent succès.
La vie a sapé la meilleure sève des espoirs.
Vie manquée ?**

**Le pire est d'en mourir.
C'est quelque chose de si grand pourtant :
le courage des mal menés,
l'enthousiasme persistant des malheureux,
la confiance des vaincus.**

**C'est être si vaillant que de recommencer !
Reconstruire en balayant les cendres.
Bien s'essuyer les yeux pour y sécher les larmes,
et mieux apercevoir la route à entreprendre.
Recommencer, réparer, reconstruire !**

**Et, se sachant fort de l'expérience acquise,
— à côté de ce que la déception mutile,
n'y a-t-il pas toujours ce qu'elle enseigne ? —
faire de sa vie manquée
quelque chose de plus beau que la vie réussie des autres.**

★ ★ ★ ★

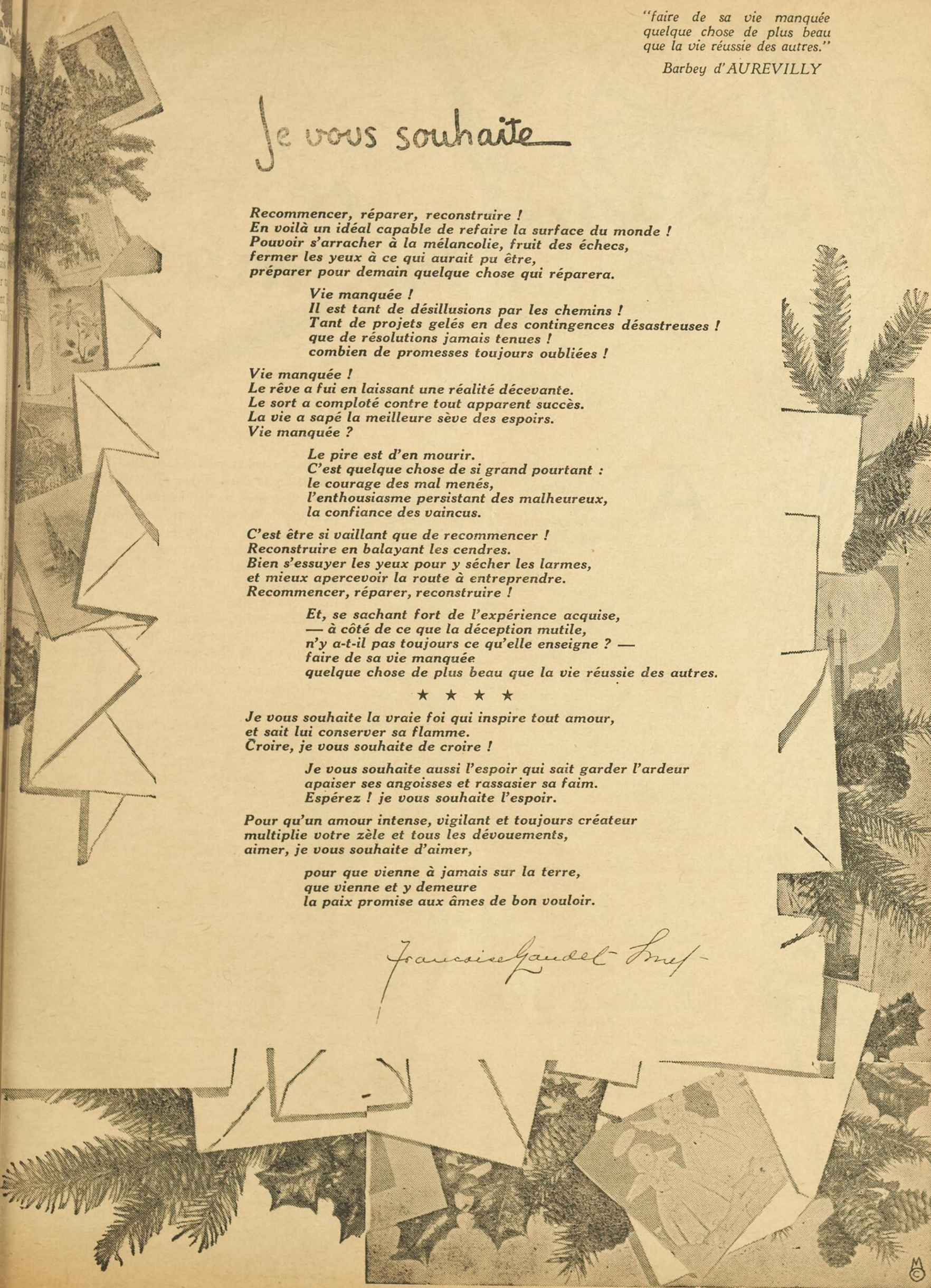
**Je vous souhaite la vraie foi qui inspire tout amour,
et sait lui conserver sa flamme.
Croire, je vous souhaite de croire !**

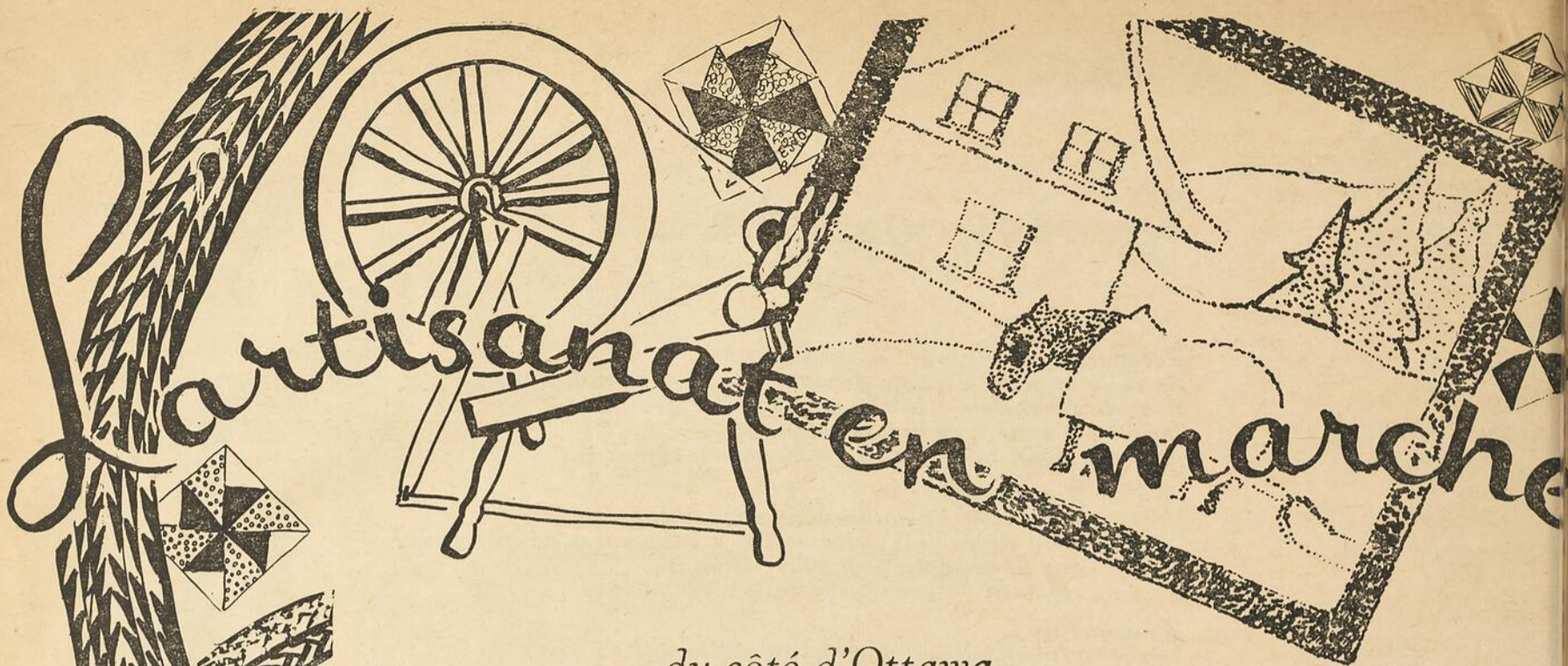
**Je vous souhaite aussi l'espoir qui sait garder l'ardeur
apaiser ses angoisses et rassasier sa faim.
Espérez ! je vous souhaite l'espoir.**

**Pour qu'un amour intense, vigilant et toujours créateur
multiplie votre zèle et tous les dévouements,
aimer, je vous souhaite d'aimer,**

**pour que vienne à jamais sur la terre,
que vienne et y demeure
la paix promise aux âmes de bon vouloir.**

François Gaudet-Louf





....du côté d'Ottawa

AURAIT-ON idée d'organiser une propagande d'aviatrices ou de CWAC rien qu'en faisant une exposition d'uniformes et de costumes bourrés de papier de soie sur des supports de bois? Ce serait un peu "mourant", si vous voulez dire comme moi.

Les artisanes du diocèse d'Ottawa, groupant tous les cercles des femmes rurales de la région québécoise et de la région ontarienne, ont renoncé à tout ce qu'il pouvait y avoir de "mourant" dans l'artisanat. Désireuses de faire quelque chose de grandement vivant et de fièrement rural pour affirmer la victoire de leurs mains actives, elles ont donc pris les bons moyens: ceux de l'action et de la vie. L'artisanat en marche, quoi! Il fallait sortir de la routine des uniformes programmes d'artisanat; il fallait éviter la divisante répercussion des expositions où, pour un pauvre prix de deux ou trois piastres, des femmes faites pour s'aimer et pour s'aider, deviennent à jamais des ennemies. Pour faire quelque chose de vraiment constructif, pour bâtir en profondeur, elles ont cru à la politique du recours à soi, comme aux miracles du génie inventif. Puis de la foi, elles sont passées aux oeuvres.

Pas pour les touristes. Pas pour vendre. Pour elles-mêmes, d'abord.

Dès janvier 1943, après quelques mois d'étude et de délibération à la lumière du bien commun, elles se donnèrent la main; et des mains de femmes qui s'unissent, d'une maison à l'autre, d'une paroisse à l'autre, ça fait un gros régiment de volontaires "pour donner des ailes à la victoire".

La victoire de l'artisanat gagnée par les artisanes sera la seule durable.

Pendant que, sur tous les fronts où la guerre hurle ses appels, les dévouements se multiplient pour que naisse et demeure une aurore de paix, ne convient-il pas que, sur le front domestique, les femmes de maison répondent aussi "Présentes!"

Il fallait être à Ottawa, ce dernier dimanche d'octobre, pour assister à leur parade, à la manifestation fière et enthousiaste de leur foi paysanne.

Dans une vaste salle du couvent des Soeurs Grises de la Croix, la scène se déroule sous les yeux d'un auditoire serré, d'une foule ravie qui manifeste sa joie d'une façon bien évidente.

Sur le théâtre, tout est en action. Et il n'y a pas d'actrices. On ne "joue" pas...on travaille, sans

farine sur les cheveux, sans châte vieillissant, sans fausse bosse dans le dos. Filer, ce n'est plus un ouvrage de jeune, c'est un ouvrage de reine. On carde, on file pour vrai, et au métier, c'est une toute jeune fille, hier étudiante à l'Ecole ménagère, tandis que des fillettes, dans un cercle en rond, commencent "La laine de nos moutons, c'est nous qui la tondons"; elles continuent: "est-ce nous qui la filons...qui la tissons"...jusqu'à ce qu'apparaissent au couplet de "C'est nous qui la portons..." (1) les beaux manteaux de flanelle rayée ou chevronnée, les costumes et les robes, joliment embellis de ceintures fléchées, de broderies aux tons vifs et chauds.

D'un modèle à l'autre — il y en a une cinquantaine! — l'enthousiasme grandit. On avait pu se contenter de cinq ou six, sept ou huit, neuf ou dix, c'est encore faisable, mais dix, vingt, trente, quarante, cinquante, les uns après les autres, on en a plein les yeux. C'est comme rien, ça va finir par prendre pour tout de bon!

Présidente du cercle Jeanne Leber, d'Ottawa (les "Jeanne Leber" sont partout des artisanes), Lucienne Renaud porte un tailleur de laine rouille à effet rugueux de frimas, obtenu par le chirage de laine grise et blanche mêlée à la laine rouille. Dans la même technique, Marie-Louise Myran a choisi pour son teint de blonde brillante, un tailleur vert, du même frimas, avec chandail, création de Fanchette Lambert, tricot main de laine blanche, vert et aubergine: des fameux de beaux "restes de laine" agencés avec grand art, va sans dire.

Après, c'est Marguerite Latrémouille, d'Emblin, graduée en juin dernier des Ecoles Ménagères provinciales de Montréal: tailleur de laine biscuit, avec effets de rayures en relief, tissé, taillé et cousu par elle-même.

En bleu Alice, voici Juliette Beaudry, d'Aylmer, la secrétaire de la Fédération des Femmes Rurales d'Ottawa, qui est la cheville ouvrière de toute cette manifestation et qui a quand même trouvé le tur, parce qu'elle a de la prévoyance, de se tisser un manteau dans le plus bel effet de rayures qui soit. Laine domestique de toutes teintes, mais où le bleu domine pour assortir l'ensemble deux-pièces d'il y a

(1) La musique de cette chanson paraîtra dans PAYSANA de janvier.

compagne. Jusqu'aux souliers de cuir qui sont taillés à la main: authentiques souliers-de-beu!

Madeleine Charbonneau, d'Alfred, Ont., a inventé de porter sur un beau manteau noir un châle en pointes. . . rappel des modes anciennes. Un châle Fanchon porté avec infiniment d'élégance et de grâce, et par elle tissé.

Mme Zéphir Fortier, qui a réussi plus de 200 décorations de bouillottes en cocottes d'épinettes, a eu le temps de se tailler le plus beau gilet de catalogue! Décor de feutre découpé, sac assorti, le tout en laine à d'anciens chapeaux qui croyaient avoir fait leur temps. . .

Et voici **Denise Belisle**. Elle a vingt ans, c'est évident. Elle est présidente des artisanes de Clarence Creek, Ont. et porte fièrement une jupe de lainage dont elle a elle-même composé et réalisé le tissage, un beau manteau de bouclé beige, un bonnet et un sac de sa propre invention; elle s'est fait accompagner par sa jeune nièce de quatorze ans, **Blaise Bélisle**, à qui elle a confectionné un chaud et bien joli ensemble de jeu: laine du pays turquoise, éclairée de bandes de laine blanche, tout ce qu'il y a de plus domestique; et faut-il ajouter que les mitaines sont de laine du pays?

Après, **Dolorès Landry** porte une jaquette de sport, rayée en diagonale de bleu nuancé, tissé par **Gisèle Perron**.

Mme Roméo Lalonde s'est fait un beau costume neuf dans un ancien habit de son mari, et trouve que ça vaut bien la peine de porter des souliers-de-beu. Un élégant talon de merisier, c'est ce qui lui redonne l'allure. . .

Rose-Idèle Pilon de Wendover, Ont. avait eu un air bien mystérieux lorsqu'elle avait promis de collaborer. "Deux numéros, est-ce que ça serait trop?" avait-elle demandé, sans faire semblant de rien. "Voilà une, au moins, sur qui il n'y a pas à pousser trop fort. Deux numéros! Le premier, c'est un très beau manteau, d'une coupe admirablement bien réussie: manteau et chapeau, en laine du pays, garni, enrichie de castor. Et le deuxième? Le deuxième, il a eu les honneurs de la photographie: oyez! oyez! Une jaquette, tout ce qu'il y a de plus "courte-pointe". . . Allez, toutes! faites de même, et nous aurons enfin une mode inspirée de nos traditions qui ne viendra pas de Hollywood, pour une fois. Bravo, Rose-Idèle Pilon, on vous laissera encore inventer des beautés! Passez à la tête!

Thérèse Beauregard, secrétaire des Jeanne LeBer, se prête volontiers à nous faire voir un beau manteau de laine du pays bruyère, avec col de loutre, tissage de **Marie-Louise Renaud**, de Clarence Creek, Ont.

Mme Joseph Brisson, du cercle d'Embrun, Ont. arrive avec le plus beau manteau de sport! carreaux gris et blanc, sur fond noir. Et la laine domestique également belle partout. Ça, c'est du butin!

Mme Alfred Bélanger, un autre manteau aussi beau, aussi chaud et qui durera aussi longtemps que l'autre: tissage de **Mme Rose Valois** de St-André Avellan.

Cécile Bourbonnais, tailleur rouille, tissage de **Cécile Racine**, chapeau de paille de blé tressé par **Mlle Emery**.

Marie Carrière, manteau de laine domestique naturelle, (d'un beau gris comme la portaient ses moutons gris), filé, tissé, taillé et cousu par elle-même. Du bon butin: le capot puis la petite fille!

Laurette Lalonde de Fournier, Ont., n'était pas certaine si ça ferait, ce beau manteau biscuit, en laine du pays qu'elle a tissée. . . il y a trois ans. Il est de belle coupe tuxedo, à revers droits, et je vous assure que ça tombe. Son hésitation? C'est l'âge. . . du manteau! Un bon point de plus pour la laine du pays. Le manteau fut d'abord tissé en laine domestique blanche. Il fut porté pendant deux ans. Et pour faire un petit changement, un bain de teinture en beige doux. On dirait qu'elle étrenne. . . C'est encore plus beau!

Mme Oscar Labelle, de Clarence Creek, Ont., sourit sous son chapeau de paille de blé, parce qu'elle est fière de dire que le costume tailleur qu'elle porte est entièrement fait de ses mains, comme le chapeau qu'elle a tressé. . . "La laine de nos moutons, c'est nous qui la cardons. . ."

Mlle Régina Gagné d'Ottawa est une spécialiste de la dentelle frivole. Les jolies rosaces qui décorent la robe qu'elle a inventée prouvent bien qu'on n'est jamais mieux servie que par soi-même.

Marcelle Latrémouille met en valeur la robe boléro taillée dans une belle flanelle du pays à fond marine traversé en carreaux par une laine maïs. Des lès incrustées en biais dans la jupe composent un très riche effet de lignes de fort belle allure.

Mme F. A. Sénécal, de Plantagenet, Ont., porte un beau costume deux-pièces tricot-main, pour qu'on se souvienne toujours comme la laine habilite bien de quelque façon qu'on la travaille.

Mme John Dubois, d'Embrun, Ont., est toute fière de sa robe. . . en trente-deux morceaux, qui viennent d'un manteau datant de dix ans; le velours de la garniture a quarante ans d'âge. La belle âge!

Juliette Beaudry revient avec un autre costume bâti de ses mains; **Mme Zéphir Fortier** a un très joli costume deux-pièces en toile du pays; jusqu'aux boutons qui sont tricotés en lin bleu. Et pendant qu'on passe la toile faite du plus beau lin, saluons **Christine Labelle**, charmante fillette de dix ans, fort gentille dans un ensemble, robe et bonnet de lin. Elle complète cette toilette en exhibant joyeusement un beau manteau pour la saison d'automne; mélange de brun venant du brou de noix et de vert, teinture végétale d'aulnes, travail de **Mme Armand Diné** de Chénéville.

Simone Gagné porte aussi — et avec quelle grâce! — une robe aux lignes princesses de belle grosse toile — de la fameuse! — davantage mise en valeur par de ravissantes broderies appliquées en bouquets d'épaule et au corsage; sac assorti. Bravo, Simone Gagné!

Madame Séguin a un autre joli manteau tissé et fait par **Juliette Ménard** de Clarence Creek, avec gants de tricot-main assorti et un chapeau, remarquablement beau, fait de trente-six morceaux. . . Vous auriez dû voir ça!

Il n'y eut pas que les femmes à être légitimement fières d'elles: un mari consentit aimablement à présenter le beau paletot d'automne, tissé par sa femme; laine domestique, à effet de chevrons, beige et coco. Nos félicitations, **M. et Mme Leguerrier**, vous êtes de bons coopérateurs!

Et nos petits gâs? **Jacques Latrémouille** a une maman qui peut être contente de ses enfants: le garçonnet de douze ans peut se vanter d'avoir une grande soeur aux doigts de fée. Le paletot d'hiver, bien tissé en beige et brun, est bien feutré et, comme fini, il y a la coupe et la couture qui sont de toute perfection. Avec **François Smet**, tout fier d'étrenner un paletot. . . pour la parade, laine domestique beige, ça faisait le sexe fort bien représenté. . . **Paul Séguin**, lui, se tenait tout droit dans son complet né d'un habit de son père. Nos hommes de demain!

Puis ce n'est pas tout. Non. PAYSANA pousse les autres, mais tient aussi à faire sa part. Tout le personnel du bureau y était au complet, chacune ayant apporté, en fait d'artisanat, plus que moins de sa garde-robe.

La première présentation de tissus domestiques en modèles vivants avait eu lieu à PAYSANA, en 1938, au Cercle Universitaire de Montréal. Dans le temps, on avait dit d'avance que c'était bien audacieux. . . Il ne s'agit pas de commencer, de battre le chemin, d'ouvrir de la terre neuve, il faut continuer. Nous continuons. "La laine de nos moutons, c'est nous qui la portons. . ."

Fanchette Lambert avait, à cette époque, dirigé la réalisation de tous les modèles présentés. Cette année, ouvrière de la première heure, et de toutes les autres, elle est encore à Ottawa, avec un manteau tricot-main, laine noire chinée de laines nuancées, une jaquette sport-fuschia et blanc; une robe de chambre, laine frimas vert et blanc.

Et celle qui détaille tous ces vêtements, raconte leur histoire, c'est encore **Suzanne Paquette** (Mme Paul Goyette) professeur au conservatoire Lasalle, qui a détaillé la première démonstration de la "Marche des laines" en 1938.

Une robe de laine brique, brodée au point de croix, est une combinaison élégante de deux robes nées ensemble il y a quatre ans, mais dont l'une, devenue trop étroite, aida l'autre à être transformée:

(Suite à la page 14)



Une jaquette sport ou un gilet d'intérieur entièrement fait de toutes petites retailles d'un pouce carré. Une mode à répandre inspirée de nos traditions d'économie et d'ingéniosité, créée par Rose-Idèle Pilon de Wendover, Ont.

FIGURES DE FEMMES

par Germaine Guèvremont



Il y a soixante ans

Il est des livres qu'on ne vient jamais à bout de lire, soit par préjugé, par accident ou par la malice des choses. Ainsi, je confesserai que je n'ai rien lu d'Anatole France parce qu'un vieux barbon détestable dont les goûts en littérature me paraissaient douteux avait recommandé à mes parents: "Le crime de Sylvestre Bonnard". Encore aujourd'hui, au seul nom d'Anatole France, mon premier mouvement est de hausser les épaules et si je suis en quête d'un livre, à la Municipale, au tiroir de FR, invariablement je saute le nom de France. L'Académie française, avouons-le, ne se porte pas plus mal pour tout cela.

Qui dira le nombre d'ouvrages qu'on ne lira pas parce qu'ils ne sont pas sous la main au moment où on les parcourrait avec joie. D'autres nous sont arrachés des mains par le hasard-téléphone, le hasard-visite, le hasard-patron, le hasard-lettre et le hasard-hasard. Il y a soixante ans, de Madame Alice Dubé, allait s'avérer de ceux-ci quand je décidai de prendre soin du hasard et de lire le livre, le jour même, ne serait-ce que pour rendre des points au fils de l'auteur, le préfacier François Hertel, qui mit des mois à lire le mien.

Selon une détestable habitude qui me fait entamer mon pain par la mie, j'ouvris le livre "au beau milieu", sans égard pour la préface, — les préfaces m'ayant toujours fait l'impression de ressembler à une excuse, — à la page qui parle du vieil almanach. C'était un almanach de 1860. Pour annoncer "un remède, qui guérissait de tous les maux, on avait eu recours à des vers qui correspondaient à chaque lettre de l'alphabet et qui charmaient les six ans de l'auteur."

A — La petite Amanda passant
[par un verger
A trouvé une pomme verte et
[voulut la manger,

Mais bientôt la colique punit
[sa gourmandise :
C'est le Pain Killer qui répare
[sa sottise.

Les plus-de-quarante-ans se souviendront de l'ancien almanach trônant au clou de la cuisine. Sur la couverture, un vieillard souriait uniquement du regard, à travers des lunettes étroites, car il nous déroba sa bouche sous une grande barbe blanche, patriarcale, tandis qu'il exposait sans gêne à tous les yeux, dans sa poitrine ouverte ses organes digestifs, malades parce qu'il avait négligé de prendre de cet excellent remède.

Il n'en fallait pas davantage pour me faire comprendre que le livre de madame Dubé et mon chevet seraient d'excellents compagnons.

Ce n'est pas un livre à falbalas qui tire l'oeil et dont on se lasse vite. Il est simple comme la robe quotidienne d'antan, mais de durée. C'est une route qu'on parcourt dans un vieux chemin, la main dans la main de quelqu'un qui le connaît bien.

La fleur à cueillir, le petit sentier à prendre, le ruisseau qui jase, seule la lecture vous en révélera le secret, le secret d'une époque où "pour une piastre par mois, une jupe de flanelle, quelques "fusées" de laine et une paire de souliers à l'Iroquoise, on se procurait de l'aide".

Il y a aussi l'histoire de "Petit Son" dont le sobriquet à lui seul est tout un poème, son attachement à son coin de terre, ou plutôt son détachement du reste de la terre et son émerveillement en apprenant l'existence des princesses, croyant qu'elles n'appartenaient qu'"aux contes du bonhomme Augustin Pelletier". Le "poseur" de portraits est un tableau vivant, que je vous recommande.

"On entendit pendant quelques instants un bruit singulier: quelqu'un qui joue dans l'eau; puis no-

Madeleine HUGUENIN

UNE loi humaine, paradoxale et inhumaine, veut qu'une absence nous soit souvent plus précieuse qu'une présence.

Hier encore, Madeleine Huguenin était au milieu de nous, malade, délaissée, comme une morte pour la plupart. Aujourd'hui qu'on l'a portée en terre, nous venons battre notre coulepe sur sa tombe et nous la retrouvons vivante parmi nous.

Combien de fois la directrice de "Paysana" ne m'a-t-elle pas suggéré de vous parler de Madeleine, une pionnière des pages de femmes, — car nous vous parlons plus que nous vous écrivons. Suggestion que j'accueillais invariablement avec l'acquiescement facile qu'on a pour les projets à vague échéance. Et maintenant il est trop tard pour qu'elle entende notre voix.

Par ce deux novembre crépusculaire, je laisse les jours se dérouler à rebours jusqu'à ma soleiluse adolescence, dans la maison familiale: ma mère arrive de Montréal et nous rapporte une grande nouvelle: Elle a connu Madeleine Huguenin. Et nous qui, dans notre famille, avons le respect de l'écriture, nous sommes là, avides de tout savoir sur cette femme, écrivain fêtée, décorée, choyée des dieux. Comment est-elle? Qu'a-t-elle dit? Mon père est parmi nous, qui écoute; car il lui écrivait. Mes oncles, les deux docteurs Grignon aussi, et combien d'hommes sérieux qui recherchaient ses lettres.

Eblouie, une jeune fille a écouté son coeur lui dicter le nom de l'élu. Pareille aux saintes femmes qui, ayant soulevé la pierre, y virent le miracle accompli, elle cherche à qui le dire, n'ayant plus sa mère pour recevoir le précieux secret. Madeleine est la confidente

tre photographe reparut les mains vides, nous disant: "Ça sera prêt à la fin de la semaine".

L'auteur, qui fut longtemps courriériste à "La page du Foyer" du "Nouveliste" des Trois-Rivières, parle avec sympathie et émotion des choses qui furent sa jeunesse et qui trouvent en nous un écho parce qu'elles se révèlent authentiques: ainsi la boîte à boutons, les distances, allons aux fruitages.

L'artisanat se retrouve dans les teintures d'autrefois qui avaient de

des joies et des peines. On lui conte tout.

Une jeune femme, en convalescence dans son village, s'ennuie. Elle est inactive et le temps lui passe. Pour se distraire elle brosse un essai qu'elle coiffe du titre: "Stie du bois". Premier écrit, premiers pas. La tentation de le détruire est forte. Mais, à "La vue Moderne", il y a Madeleine qui l'on dit accueillante et indulgente aux jeunes écrivains. Un main craintive jettera l'essai à poste. La réponse arrive sans tarder, laconique mais encourageante et accompagnée d'un cachet: "Merci. Félicitations. Ecrivez, vous avez du talent. Madeleine."

Maintenant, me voici journaliste. Et toujours pressée. Madeleine m'appelle au téléphone, par hasard, quoi qu'elle ne me connaisse pas. L'appel se renouvelle plusieurs fois. Injuste inversement des choses, elle qui a tant écouté les autres, qui a reçu tant de confidences, cherche à qui verser les siennes. Sa solitude est incommensurable. Son fil délié retient mal les idées. Je voudrais lui rendre ce témoignage: "Vous m'avez déjà bien aidé." Mais d'autres devoirs me sollicitent. A tout instant je regarde ma montre, et lâchement, sous une excuse, je me dérobe. Elle ne m'a jamais appelée au téléphone depuis et au retour d'un voyage, j'apprends sa mort, ses funérailles. Il ne m'a même pas été donné de prier près de son cercueil.

Tardif hommage, que ces quelques lignes!

Hommes et femmes, nous sommes tous les mêmes. Pourquoi fût-il qu'un bon mot, un coup d'épée nous coûtent tant, du vivant de quelqu'un, et qu'aucune gerbe de fleurs ne nous soit trop lourde à lui porter, après sa mort?

la vertu, les chapeaux de paille tressée à la main qu'on est en train de remettre à la mode, le fond de cuillers à qui il manquait toujours un quart d'étain pour faire la dernière cuiller, la poterie de la chandelle, etc.

Ce livre, je le définirais volontiers un acte d'amour et un témoignage: la petite histoire aide à bâtir la grande et par le culte de la patrie on parvient en droite ligne au patriotisme.

Germaine GUEVREMONT

Un bon conseil

Le 24 décembre au soir, de 8 heures à 9 heures, soyez attentives écoutez du poste français de Radio-Canada, pour entendre un merveilleux poème de Cécile Chabot, IMAGE-É. Toute cette émouvante poésie vous sera ensuite accessible en un beau volume, illustré par l'auteur, avec six grandes images en couleurs, et douze petites. En vente à PAYSANA, .75 cts seulement.



Le programme de PAYSANA pour 1944

Projets et activités

PAYSANA bâtit actuellement son année de travail pour 1944. Utilisant les ressources de la pédagogie moderne, elle organise un centre d'intérêt autour duquel elle attaquera toutes ses activités. Ce centre d'intérêt est le calendrier de la SURVIVANCE FRANÇAISE en Amérique. Mais tous les mois, nous alimenterons notre foi aux sources du passé pour améliorer notre vie présente et mieux préparer l'avenir.

Un cercle d'études, tenu régulièrement le premier mercredi de chaque mois, à Saint-Sylvere (Nicolet), au cercle des Fermières dont notre directrice est la présidente, groupera les mères, les filles et les institutrices de chaque école qui font d'office partie du groupement. Et les idées, autour de notre "Survivance Française en Amérique", seront mises en action dans ce cercle; des idées qui restent sur le papier, ça ne vaut jamais bien cher. Mais des idées qui se changent en faits, c'est autrement mieux. Il n'y a même pas de cela qui compte.

À l'assemblée de décembre, chaque membre de notre cercle a d'abord appris à travailler une crèche à la maison. On a apporté le modèle à découper (vendu à PAYSANA 10 cts pièce, ou 60 cts la douzaine); chaque membre a déjà ses instruments de travail pour 1944 : un calendrier de la Survivance française, un Missel dominical pour suivre nos études régulières de liturgie, et un cahier "Récupération", 50 modèles de couvre-pieds par pointes.

Nous continuerons LA SURVIVANCE FRANÇAISE EN AMÉRIQUE dans la formule de notre travail, de nos pensées, de nos actions.



SERVICE SOCIAL RURAL — PAYSANA
case postale 25, Montréal



Cet hiver
réchauffez-vous avec
BOVRIL

43-12F

DU RÉCONFORT EN TASSE

CONTE DE NOËL

par Alfred DesROCHERS

En ce temps-là, Jacques-Cartier — c'est très lointain ! —
Ayant, pour deux saisons, ancré son brigantin
A Sainte-Croix, juste en aval de la bourgade,
Et muré d'un solide enclos en palissade
Le camp où ses marins, pour la première fois,
Affrontaient un hiver canadien de six mois,
Regardait le scorbut, chaque jour, en ce havre,
Lui prendre un matelot pour en faire un cadavre
Et songeait, en voyant mourir tous ses amis,
Que les Blancs n'étaient pas nés pour un tel pays.

On avait érigé des cabanes d'écorce
Où ces gars, au passé de bravoure et de force,
Le soir, sentaient la peur leur mordre esprit et chair.

Le jour, on arrachait du sol et de la mer
De quoi ne pas mourir de faim et d'épouvante :
On traînait des sapins dans la neige mouvante
Pour les brûler entiers.

Et chaque matelot
Venait, devant ce feu, parler de Saint-Malo.

Les hommes, quand du nord soufflait l'âpre tourmente,
Se demandaient, le corps transi, l'âme démente,
S'ils n'iraient pas bientôt goûter des jours meilleurs,
Sous la neige couvrant déjà seize des leurs.
Pourtant, les jours suivaient leur course monotone,
Et chaque nuit, montait, depuis le prime automne,
L'aurore boréale aux voussures du ciel.

Et pour ces gueux, décembre avançait sans Noël.

Sans Noël ! C'était fort pour une âme chrétienne !
Guillaume le Breton, certes, et dom Etienne
Célébreraient le saint sacrifice, en ce jour
Où la terre reçut enfin le Dieu d'amour :
Mais nul Enfant-Jésus, en ce pays revêché,
Ne viendrait rappeler, par sa naïve crèche
Qu'un Dieu même avant eux avait souffert du froid.

Bref, un Noël manqué pour des êtres de foi.

Alors, un vieux marin d'authentique lignage
Qu'un rhumatisme aigu retenait en chômage,
Entreprit de sculpter un Jésus pour Noël,
Estimant qu'il n'était rien qui pût être tel
Pour assurer la paix éternelle à son âme,
Que de mettre en des coeurs humains un peu de flamme.

Donc, par un matin clair et sec, il partit seul
Et fut chercher au bois un billot de tilleul,
Puis, l'ayant ébauché, de faux-frais à la hache,
Se mit résolument à la mystique tâche
De donner une forme humaine à ce bloc-là.

Son seul outil était un poignard, dont l'éclat
S'était terni entre ses dents, aux abordages,
Et sa main, entraînée à tendre les cordages,
N'avait pas, quelque ardeur à son oeuvre mit-il,
L'adresse qu'il fallait à ce travail subtil.

Enfin, après dix jours d'ouvrage opiniâtre
Le vieillard qui sculptait tard, un soir, devant l'âtre
Trouva que son Jésus n'avait vraiment pas d'air.

Et sur ce, ferma l'oeil, en disant son Pater.

C'était la veille de Noël.

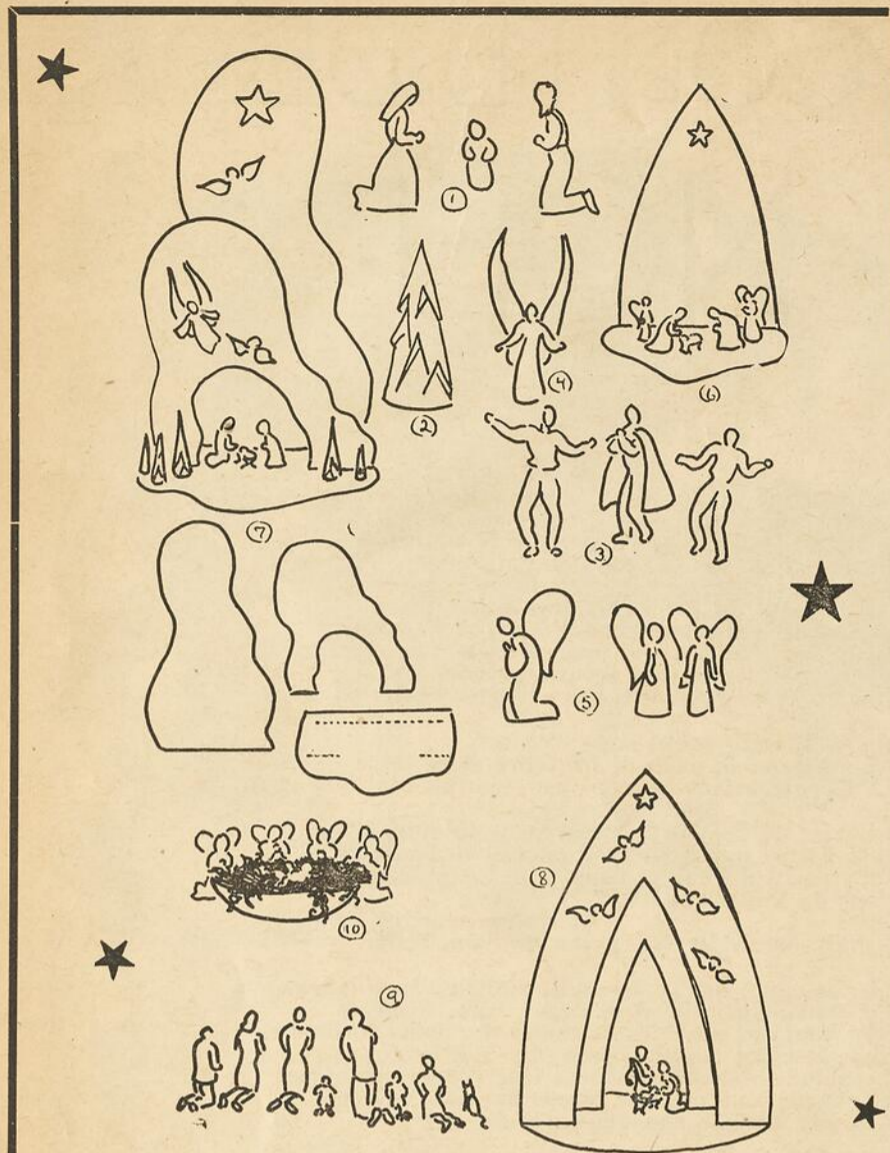
La sainte Vierge,
Radiuse, et tenant entre ses doigts un cierge,
Apparut tout à coup au marin endormi
Et lui dit :

"Vous avez foi grande, mon ami,
Votre coeur, quand il veut plaire à ceux-là qu'il aime
Ne perd pas un instant à douter de lui-même :
Vous recevrez un don égal à votre foi.
Dormez, reposez-vous, et demain, croyez-moi,
L'image de mon Fils aura la forme pure
Que ce soir votre rêve en vain tente d'inclure
En ce bois que vos bras ont quéri sous le vent".

Et le vieillard dormit jusqu'au soleil levant.

Mais lorsque la clarté surgit derrière l'île,
Le naïf artisan à la main malhabile
Vit que la glace avait, dans la nuit, près du feu,
Rendu tout potelé le corps de l'Enfant-Dieu.

Alfred DESROCHERS



QUAND on m'a parlé d'un article sur les crèches, en octobre, je me suis demandé ce que je pourrais dire de neuf. Le sujet me semblait épuisé. Pour moi, les étudiants n'avaient qu'à copier la crèche de leur église paroissiale...

Mais voilà le problème: l'éternel et affreux "papier-rocher", l'étable de rondins ou de carton, ça peut toujours se copier. Mais les personnages...?

Les étudiants sont trop pauvres pour acheter de grosses statues de plâtre et les maisons modernes trop petites pour les contenir. Pourtant, seuls les personnages sont vraiment importants. Un Enfant-Jésus tout seul, avec un peu de paille ou de sapin, c'est presque une crèche. Et la sainte Famille avec un ange, un berger et une étoile, c'est tout le mystère de Noël.

L'important n'est pas de faire beau et HABILE, pour qu'on admire vos talents, mais de faire des BONHOMMES qui REPRESENTENT l'Enfant, sa Mère, saint Joseph et les bergers. Des bonhommes qui prient, groupés autour de l'Enfant-Jésus, penchés sur lui. Des bonhommes, comme vous pouvez en faire, avec des matériaux très simples: du carton, du bois, du savon, du sel, de la couleur.

Vous continuerez ainsi une vieille tradition chrétienne. Au Tyrol, en Suisse, les bergers — père, mère et enfants — passent des veillées à tailler au canif des personnages de bois. En Provence, les bonnes gens font des crèches où les personnages, très nombreux, les "santons", représentent tous les métiers du pays: boulangers, marchands de fleurs, bergers, pêcheurs, musiciens, laboureurs, tous peints en couleurs très vives.

Ces bonhommes vous les ferez:
 en papier découpé et colorié,
 en bois plaqué (triplex) découpé à la scie,
 taillé au couteau,
 en pâte de sel,
 en cire,
 en broche ouatée (nettoie-pipe) habillé de retailles.

pour faire vos

Pâte de sel

Bien mêler une tasse de sel de table à trois quarts de tasse de féculé de maïs (cornstarch) et mettez au bain-marie avec trois quarts de tasse d'eau froide. Brassez continuellement. Au bout de deux minutes, le mélange devient dur et vous êtes certain d'avoir manqué votre coup. Vous n'avez qu'à brasser énergiquement et à enlever du feu. Pétrissez énergiquement la pâte et... faites des bonhommes! les miens ont deux pouces de haut et l'Enfant-Jésus, $\frac{3}{4}$ de pouce. Pas de détails: une tête, un corps, deux bras. J'aurais pu les faire un peu plus gros. J'ai fait une demi-douzaine de sapins (2) avec des cônes de pâte dans laquelle j'ai modelé des branches en y pressant la pointe d'un canif.

Je mettrai mes personnages devant un panneau de carton bleu foncé (6) sur lequel j'ai collé une grande étoile en pâte.

Au lieu d'une ogive bleue, j'aurais pu faire une grotte en carton, comme la figure 7: deux cartons découpés pour le rocher et un autre pour le fond. Vous pouvez éclairer la crèche avec une lampe de poche dissimulée entre les deux cartons et coller sur le rocher deux ou trois anges en sel.

Les personnages sont blancs mais peuvent se colorier facilement avec de la gouache. Attention: ne mettez pas trop d'eau, ils pourraient fondre. Surtout, faites-les sécher au moins vingt-quatre heures avant de les peindre.

Travaillez rapidement: au bout d'une heure, la pâte est durcie et se travaille mal. N'essayez pas de faire les visages. Laissez l'imagination les fournir. Contentez-vous de mettre une barbe aux mages et à saint Joseph. Soignez surtout les attitudes: un bonhomme à genoux ou incliné, c'est un homme qui prie. Une jambe levée et vous avez un berger qui danse (3). L'Enfant-Jésus: une boule allongée pour le corps, une boule pour la tête et deux petits bras. Vous avez tout de suite un bébé enveloppé de langes.



Crèches



NOËL



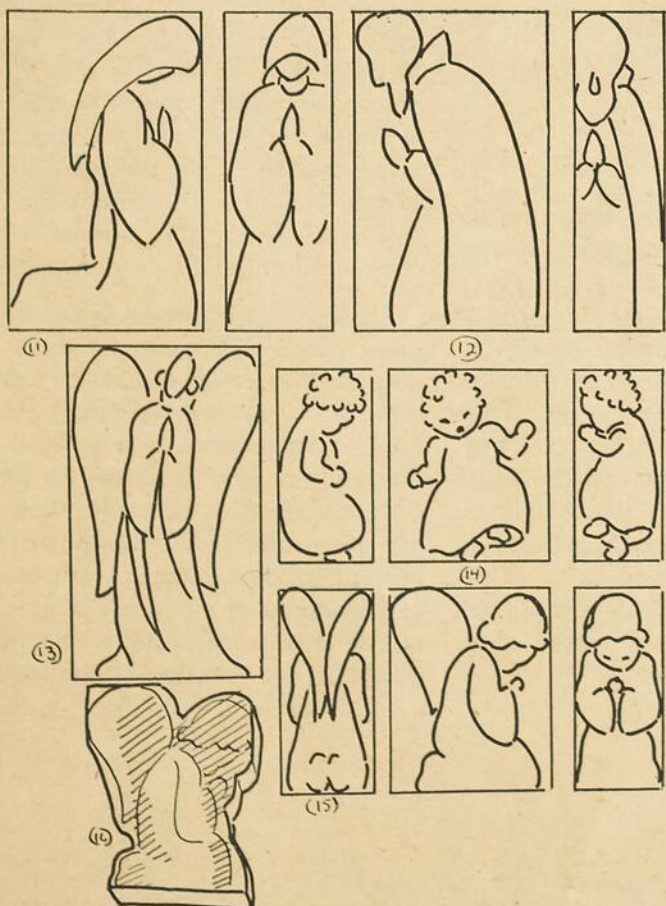
En savon

J'ai sculpté toute une sainte Famille et trois anges en savon.

Vous prenez un gros savon Ivory que vous grattez de façon à enlever tout le lettrage pour avoir une belle surface lisse. Dessinez, à la grandeur exacte de votre savon, le patron du personnage à faire. Les dessins 11 à 16 sont les patrons que j'ai composés pour ma crèche. Vous n'avez qu'à les agrandir. Le plus facile à exécuter est le petit ange (15 et 16). Quand vous aurez fini celui-là, vous saurez comment procéder pour les autres.

Posez le patron en papier sur la moitié d'un gros savon, et retracez tous les traits avec un crayon ou la pointe d'un couteau. Lissez le papier et votre patron est gravé sur la surface. Découpez tout le profil de l'ange, d'un travers à l'autre, à environ un quart de pouce du contour (16). En regardant l'ange de face et de dos, vous constatez que la tête, les mains, les ailes sont beaucoup trop épaisses. Il faut donc amincir le savon aux endroits indiqués par les lignes obliques, et peu arrondir la forme. Allez lentement, patiemment, en cherchant la forme. Dites-vous que l'ange est DANS le savon et que vous cherchez à le rejoindre en enlevant le savon autour, morceau par morceau. "Comme une statue qui serait cachée dans une livre de beurre." Attention aux cassures! N'enlevez pas de trop gros morceaux à la fois, sous prétexte d'aller plus vite. Allez par longues coupures régulières, en ramenant le couteau vers vous.

L'Enfant-Jésus indiqué (14) est un peu compliqué. J'en ai fait un autre comme le numéro 1, qui est plus joli et plus facile. Il faut bien faire des expériences!



Personnages en bois

Agrandissez les dessins des trois personnages de la figure 17 et découpez-les à la scie dans du triplex. Faites un fond en ogive (18 et 21). Collez l'ogive et les personnages dans les fentes coupées dans la planche de base (18). Pour les chandeliers (20), posés à chaque bout, vous vous servez d'un clou passé au travers de la planche de base et de la coquille de noix. La petite chandelle est plantée dans la pointe du clou. Colorier et vernir.

Autres idées

Pour varier mettre l'Enfant-Jésus au milieu d'un bol de bois rempli de verdure, et entouré d'une demi-douzaine d'anges en pâte de sel (16). Voir numéro 10.

"Art moderne": au lieu d'une grotte, utilisez trois cartons en ogive coloriés de couleurs claires. Pour dessiner une ogive (21), construisez un triangle isocèle dont les deux côtés sont tracés en courbe.

Pour faire une crèche (19), prenez trois morceaux de carton: le fond, un rectangle plié en deux, en V, avec des petits morceaux qui dépassent pour entrer dans les fentes du bout, les bouts taillés en forme d'auge ou rond comme le bout d'un berceau. Faites les fentes des bouts aux endroits indiqués par les pointillés.

Si vous préparez votre crèche avec votre frère ou votre soeur — ce qui est une excellente idée — et que vous voulez mettre beaucoup de personnages, faites des bonhommes qui représentent votre père, votre mère, et toute la famille.

Patricia LING

(Texte et clichés reproduits de JEC)



MINISTÈRE DE L'AGRICULTURE DE LA PROVINCE DE QUÉBEC

L'HISTOIRE nous enseigne qu'en temps de guerre les maladies sont beaucoup plus répandues qu'en temps de paix et qu'elles font de nombreuses victimes. Il est assez facile d'expliquer cet état de choses: dans les pays en guerre, la nourriture est souvent moins bonne et en quantité insuffisante pour satisfaire les besoins de l'homme. Conséquence, les organismes s'affaiblissent et deviennent susceptibles de contracter toutes les maladies courantes. C'est pourquoi les cas de tuberculose, grippe, etc. sont alors beaucoup plus nombreux. Il importe donc, actuellement, de fournir à tous et à chacun une alimentation saine, rationnelle, susceptible d'assurer un développement normal et de maintenir une santé solide.

En général, nos familles sont mal alimentées, en ce sens que leur nourriture est mal équilibrée. M. le docteur J.-A. Beaudoin, autorité en la matière, a émis l'opinion suivante: "L'alimentation générale faite de céréales blutées, de pain blanc, de café et de thé etc. est défectueuse: elle nous donne un excès d'albumine avec les graves conséquences que l'on sait; elle ne contient pas suffisamment de sels minéraux et des plus importants, notamment le calcium, le sodium et le chlore; elle est déficiente en vitamines, spécialement en vitamine "A". Et le docteur ajoute: "La considération la plus importante à retenir dans le choix des aliments, c'est de voir à faire compenser les uns par les autres leurs déficiences réciproques. Le lait et les feuilles des plantes, conclut le docteur, acquièrent une valeur spéciale en relevant les propriétés diététiques de presque tous les autres aliments.

Ces quelques remarques du Docteur Beaudoin nous prouvent la nécessité des végétaux dans tout régime sain et rationnel; en d'autres termes, il nous démontre l'utilité et l'importance des légumes dans l'alimentation humaine.

Sources d'éléments minéraux

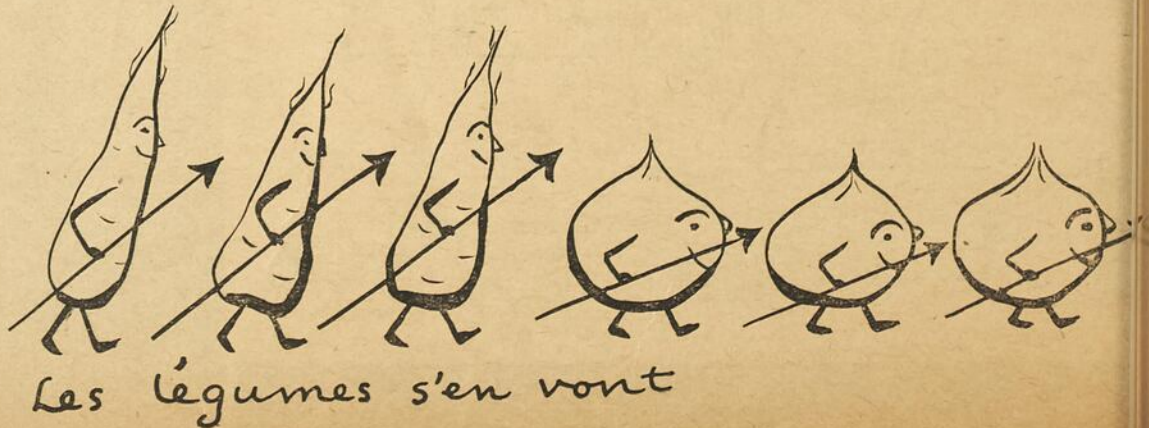
Pourquoi, me direz-vous, les légumes jouent-ils un rôle si grand dans l'alimentation humaine? Je m'empresse de répondre: "d'abord ils sont une source très précieuse d'éléments minéraux. Au moins dix de ces éléments sont nécessaires à la croissance et au développement normal de notre corps. Il a été démontré que le calcium, le phosphore et le fer sont les éléments qui en général sont déficients dans notre alimentation. Les légumes sont de précieuses sources d'éléments miné-

raux, surtout de fer et de calcium. Les légumes verts tels que les épinards, pissenlits, asperges, choux, fèves vertes, etc. sont riches en fer. Il importe donc de consommer suffisamment de ces légumes pour satisfaire nos besoins.

Les végétaux sont aussi précieux à cause de leur rôle neutralisant des substances acides produites au cours de la digestion des viandes, fromages et autres substances semblables.



Celles-ci contiennent ou du phosphore ou du soufre qui forme respectivement de l'acide phosphorique et de l'acide sulfurique; au contraire les légumes contiennent du calcium, du magnésium, du potassium formateurs de bases qui servent à neutraliser ou à détruire les acides formés par les autres aliments. Pour le fonctionnement normal de notre organisme, il est nécessaire que les substances basiques ou alcalines provenant des légumes soient en plus grandes quantités que les acides et cela afin de servir de réserve dans le sang. Efforçons-nous donc de donner à notre sang les substances nécessaires pour assurer sa résistance aux infections extérieures.



Parlons de

Où l'on traite de leur valeur alimentaire — de la place qu'ils doivent occuper dans un bon régime alimentaire — de ce qu'il faut faire et éviter pour leur conserver les éléments reconstituants qu'ils fournissent à l'organisme humain.

Par Bruno LANDRY, agronome,

Chef-adjoint du Service provincial de l'Horticulture.

Les légumes ont aussi une valeur parce qu'ils aident la digestion et empêchent la constipation. Un certain volume de nourriture est nécessaire pour assurer une digestion facile des matières concentrées. A ce point de vue, les légumes sont une excellente source alimentaire, particulièrement les légumes feuillés tels que les laitues, épinards, choux etc. qui contiennent un pourcentage d'eau élevé, beaucoup de cellulose et de fibre. A cause de tout cela, les légumes feuillés et à racine aident la digestion des substances plus concentrées et éloignent la constipation.

Sources de vitamines

Enfin, les légumes sont une source très précieuse de vitamines, tout en contenant de la matière grasse, des protéines, des hydrates de carbone, des sels, etc. On rencontre les vitamines en très petites quantités dans la nourriture ordinaire; elles sont néanmoins essentielles à la croissance et au maintien de la santé. Les vitamines sont actuellement connues: A, B, C, D, E et G. D'après les autorités en la matière, chaque vitamine a son rôle spécifique.

Quoique les légumes ne soient pas généralement considérés comme sources importantes de protéines et d'hydrates de carbone, il faut dire que certains de ces produits, tels que les fèves, les pois, etc. sont riches en protéines. Les pommes de terre, les navets, les carottes, etc. sont d'importantes sources d'hydrates de carbone. Il a été démontré qu'un acre de carottes produisait plus de dix fois la quantité d'hydrate de carbone et presque le double de protéine qu'une acre de légumes d'hiver. Tout cela pour établir que les légumes

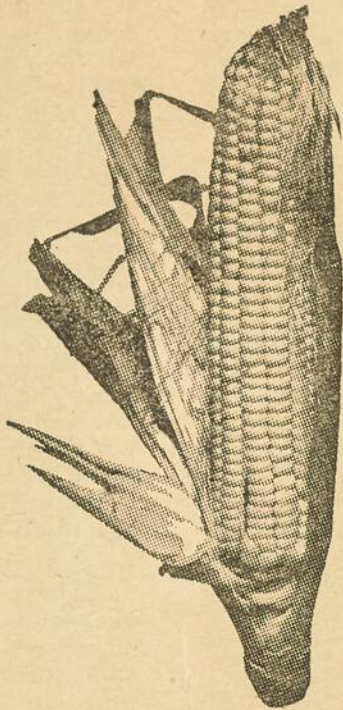
Les légumes

et de la valeur, même comme combustibles, car l'on sait que les sources de chaleur dans notre corps sont les matières grasses, les protéines et les hydrates de carbone. J'ajoute que les légumes verts tels que les asperges, laitues, etc. contiennent un haut pourcentage d'eau, d'éléments minéraux et de vitamines mais peu d'amidon et de protéines. Les fèves, les pois, le blé-d'Inde, les pommes de terre sont riches en amidon; quelques graines même, comme celles du blé-d'Inde sont riches en gras.

Il importe de conserver toutes ces richesses contenues dans les légumes. Il faut choisir les légumes frais et jeunes parce qu'ils sont meilleurs au goût et plus riches en vitamines. Plaçons nos légumes dans un endroit frais à la température ordinaire de nos maisons détruit la vitamine C. Les légumes ne doivent pas non plus être préparés trop longtemps d'avance; s'ils demeurent longtemps en contact avec l'air, ils perdent une bonne partie de leur contenu en vitamine C. De même, les légumes placés dans l'eau pour les conserver frais jusqu'à ce qu'ils soient consommés perdent de leur valeur nutritive parce qu'une partie des éléments minéraux et des vitamines se dissolvent dans l'eau qui en général est ensuite jetée. Il a été démontré récemment que les légumes râpés sont moins riches en vitamine C que ceux coupés avec un couteau tranchant. On peut dire aussi qu'il n'est pas recommandable, comme pratique habituelle, de piler les légumes car c'est une opération qui détruit partiellement la vitamine C.

Préparation des légumes

Pour conserver aux légumes toute leur valeur lors de la préparation pour la table, il importe d'appliquer les quelques principes suivants: plongez les légumes dans de l'eau salée bouillante et cuisez à une haute température pendant peu de temps c'est-à-dire jusqu'à ce que les légumes commencent à s'attendrir. Une cuisson prolongée détruit la vitamine C et partiellement la vitamine B. Vous avez certainement constaté, aussi qu'une cuisson trop longue enlève de la saveur aux légumes.



Faites bouillir les légumes dans le moins d'eau possible et ensuite, employez cette eau pour les soupes, sauces, etc. N'oubliez pas non plus que si les légumes sont laissés entiers ou séparés en gros morceaux pour la cuisson la perte de substances solubles est de beaucoup réduite.

Plusieurs se demandent quels sont les moyens de conserver aux légumes leur couleur verte pendant la cuisson. Il suffit pour cela de les cuire dans des contenants découverts. N'employez jamais de soda pour la cuisson, car c'est un destructeur de vitamines.

Il existe plusieurs recettes pratiques sur la préparation des légumes que tous peuvent obtenir en s'adressant au Service de l'Information, au ministère de l'Agriculture, de Québec, et en demandant le bulletin No. 136, intitulé "Mangeons plus de légumes" Ce bulletin est distribué gratuitement.

Mais, me direz-vous, notre climat ne nous permet pas d'avoir sur la table des fruits et des légumes frais pendant les douze mois de l'année. C'est vrai, mais la mise en conserves peut remédier à cet état de chose.

On est souvent porté à croire que les conserves alimentaires manquent de vitamines par suite des traitements auxquels les produits ont été soumis. C'est là une erreur. Préparées selon les méthodes modernes, elles retiennent hautement les vitamines contenues

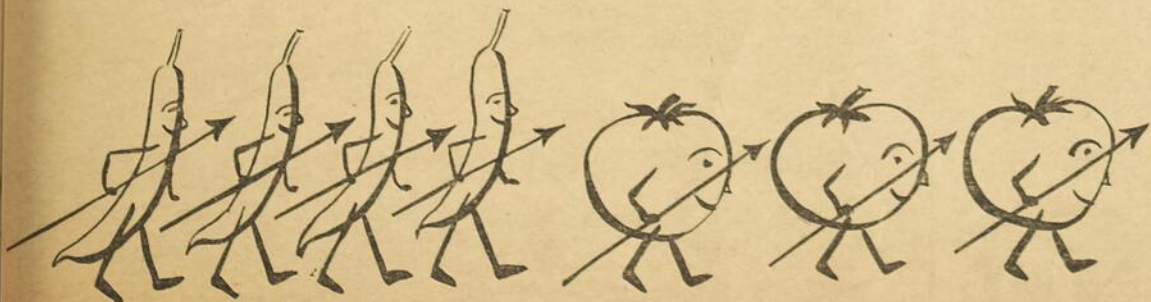
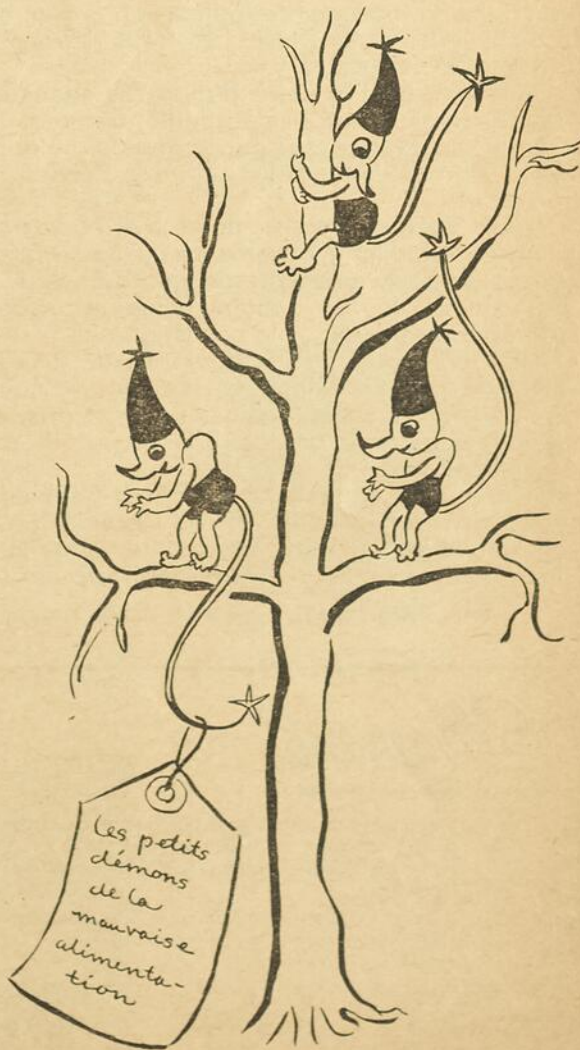
dans les produits frais dont elles sont fabriquées. Aux Etats-Unis, il a été prouvé que les conserves de choux, pois, légumes foliacés étaient plus riches en vitamines C que ces mêmes légumes achetés sur les marchés et cuits de la façon ordinaire. Profitons donc de cet avantage précieux que nous fournit la mise en conserve, de déguster en tout temps de l'année, des fruits et des légumes si nécessaires au maintien d'une excellente santé.

En terminant, je résume les avantages qu'il y a pour nous tous de consommer le plus de légumes possible:

- Ils fournissent** à l'organisme des sels minéraux nécessaires à la formation des os et des dents;
- Ils entretiennent** le bon fonctionnement des intestins par le volume qu'ils donnent à la nourriture sous forme de cellulose et de fibre.
- Ils corrigent** l'acidité de notre sang.
- Ils sont** des sources précieuses de vitamines nécessaires à la croissance et au développement normal des enfants.
- Ils ajoutent** de la variété et de la saveur au menu.

Je conclus en citant une recommandation de la Commission technique du Bureau de la Société des Nations: "Il faut consommer les aliments protecteurs tels: le lait, les légumes, particulièrement les légumes verts frais et les fruits". Les services d'hygiène rendront de grands services en encourageant la production et la consommation de ces aliments protecteurs."

Bruno LANDRY.



en guerre contre

(Suite de la page 7)

coopération. Le chapeau création **Yvette Brillon**, (1) de même nuance, se pare d'une simple plume de poule venue tout droit de Claire-Val-lée.

Un des deux modèles de la parade d'il y a cinq ans était une robe bleu marine, tissée-main de laine bouclée, avec manches raglan de tricot jersey blanc. Madame Suzanne a la maman la plus ingénieuse qui soit. L'an dernier, elle a choisi un très beau coupon de tissé-main rouge et bleu pour refaire d'autres manches; elle a dé-tricoté les autres... blanches, et ça fait une robe neuve, digne de figurer avec avantage au chapitre des "nouveautés" ingénieuses, cinq ans après.

Jeannine Savoie, secrétaire à la rédaction de PAYSANA, étudiante à la faculté de philosophie de l'Université de Montréal, en tenue sobre et distinguée: sur un chandail de lainage beige, jupe brune, elle porte une belle jaquette tailleur en laine domestique, effets de carreaux, beige et brun.

Annette Lafrance, en tête de l'administration de PAYSANA, a une belle garde-robe en hommage à l'artisanat: elle n'a que l'embaras du choix, plus d'un modèle par saison. Voici d'abord une robe deux-pièces en fin lainage bruyère, simple de ligne, mais artistiquement garnie de boutons du plus beau noyer blond. C'est pour l'automne. Beau comme neuf, le deux-pièces du printemps dernier, est un tissé-main de laines chinées gris, noir et rouge. Puis pour l'été, avec un chapeau de paille de blé fait à l'École ménagère de Ste-Martine, mis en beauté par une garniture **Yvette Brillon**, c'est une robe de crêpe de laine, toujours tissé-main, vert bouteille, avec broderies de point de croix, faites par **Gilberte Tremblay**, son assistante. Pour finir la ronde des quatre-saisons, une robe en laines nuancées beige, jaune et brun; le sac de cuir ouvré à la main, est une création de **Georgette Duperré**, de Montréal, la grande artiste des beaux cuirs.

Gilberte Tremblay, de PAYSANA, brode pour elle aussi; les bouquets de fleurs aux corolles allumées de carmin et d'orangé se retrouvent à toutes les lès de la jolie robe princesse qu'elle s'est faite, taillant dans la plus belle toile du pays de la maison. Le chapeau de paille de blé, effet bergère, encadre bien les bouclettes. Puis elle présente un manteau aux couleurs de PAYSANA, laine domestique chaîne rouille, tissu verte, avec parure de renard rouge canadien. Le chapeau-bérêt a pris naissance par ses doigts habiles et le sac qui complète l'ensemble a été cousu de la même aiguille.

Thérèse Hélie, secrétaire à l'administration de PAYSANA, diplômée de l'École Ménagère Ste-Martine, a trouvé le tour, à temps perdu — et Dieu sait s'il en a pas beaucoup — de tailler et de coudre ce beau costume tailleur qu'elle porte avec fierté: laine domestique marine, quadrillée de gris, avec touche de fuschia; le chandail de laine grise est de son invention; le chapeau est d'**Yvette Brillon**. Pour accompagner ce tailleur, un grand manteau de forme tuxedo, laine grise unie croisée, est tout désigné. C'est encore Thérèse qui l'a taillé et cousu.

Ça vaut bien la peine d'aller "se changer", dans les entr'actes, et de faire voir un trésor de famille; une robe faite à deux: tissée par la petite soeur, et cousue par la grande. Lainage tabac, de coupe très simple, garnie d'une belle ceinture fléchée, création **Cécile Barot**, brun et or.

Puis Thérèse présente aussi une robe de chambre qui fait envie, si l'on en croit les mouvements de l'assistance. C'est une création, réalisée à l'École ménagère de Saint-Lambert, en trois jeux de nuances pastel. Sur la même chaîne beige, le corsage est vert pâle, le haut de la jupe rose doux, et le bas beige uni.

En tout cela, moi, la directrice de PAYSANA, j'avais ma profession de foi à faire aussi. C'est ce qui me coûte le moins. Mon manteau de laine du pays, chevrons noir et gris, est toujours beau comme neuf après trois ans d'usage. Je suis fière de l'ouvrir pour faire voir ma belle robe de laine tissée-main, mélange de bruyère, décorée, d'après un dessin de **Laurette Cotnoir-Capponi**, de la plus belle ceinture fléchée sortie des doigts de **Cécile Barot**. Les franges sont longues comme ça... Vert, rose-rouille, jaune et brun. Le chapeau pour aller avec la robe est de même tissu, décoré de cocottes d'épinettes.

(1) Yvette Brillon, 1284, rue Saint-Denis, Montréal.

Mamans!

Vous voulez que votre bébé soit vigoureux et en bonne santé. Donnez régulièrement PEPTONINE à toutes les trois ou quatre heures, cette nourriture facilement digestive.

Si votre pharmacien ou marchand ne vend pas PEPTONINE, sur réception de .60, une boîte (13 onces) vous sera expédiée.

Fabriquée par

LA PEPTONINE

PEPTONINE

1590, Ave Hôtel-de-Ville, MONTREAL

Pour accompagner le manteau, feutre noir dont le plus bel ornement consiste en plumes d'une sarcelle, la première tombée, cet automne, à Claire-Vallée; **Yvette Brillon** l'a mise en valeur sous voilette.

Pour compléter, il fallait rejoindre la grande toilette. **Jeannine Savoie**, dans sa robe blanche de graduation, entièrement façonnée par sa grand'mère, est reçue de la ceinture fléchée en harmonies de vert, autre création **Cécile Barot**. Après le baccalauréat sous la toge, décerné en grande pompe au collège N.-D. de l'Assomption à Nicolet dimanche dernier, c'est aujourd'hui une autre consécration et une profession de foi.

Vous savez bien, tout à l'heure, on a parlé des manches détricotées... La laine du plus beau crêpe ivoire, retricotée de nouveau, est digne d'une tenue de gala; la voilà, avec paillettes d'or fixées de place en place, sous le manteau d'opéra. Et le manteau d'opéra de Madame Suzanne, il est de la plus belle laine du pays toute blanche. Il ne faut douter de rien. Sous le col d'écureuil canadien, c'est une toilette de reine, que Madame Paul Goyette porte d'ailleurs en toute grâce et majesté.

Je suis fière de cette autre robe de crêpe tissé-main tout noir, que j'étréne. Le corsage est fait d'une autre sorte de ceinture fléchée, encore réalisée par **Cécile Barot** d'après des modèles anciens. Les couleurs — rouge, noir, blanc, et vert doux — sont tout ce qu'il y a de plus éclairant. Une belle robe de diner dont ma couturière, Madame MacCutcheon, une artiste de l'aiguille, assure qu'elle n'en a pas sorti de plus originale. Le chapeau qui convient, feutre noir, décoré de roses ourlées de satin, est d'**Yvette Brillon**.

J'ai toujours dit qu'il fallait sortir les ceintures fléchées des musées, et je suis convaincue qu'une ceinture fléchée peut faire ornement ailleurs que sur un piano à queue. Quand on en porte sur soi, on n'a pas besoin de parler longtemps avec les personnes qui demandent: "Puis, vous croyez vraiment à cela, vous, l'artisanat?" Vous leur dites tout simplement, sans leur donner la chance de vous contredire: "Me trouvez-vous chic avec ma ceinture fléchée?"

—Dites-moi pas ça! C'est pas croyable!

—Je ne discute pas: Je prouve.

Qu'est-ce que vous pensez de l'artisanat en marche maintenant? Aimez-vous mieux ça que du butin bourré de papier de soie sur des supports de bois? des chapeaux de paille sur des têtes de plâtre?

Il faudrait parler du décor de la salle où tout cela s'est passé! Faites-vous une idée: comme fond, trente beaux couvre-pieds, courtoises, entièrement piqués à la main; pas un pareil, tous merveilleux; des pièces murales du plus bel effet. Et quand je dis "pièces murales", ce n'est pas uniquement le petit paysage qui plaira aux étrangers... non: je pense à la pièce de broderie comme en faisaient nos aïeules: "Bénissez notre famille", "Bienvenue", ou de ces phrases sentencieuses qui parlent en un clin d'oeil. Et des comptoirs chargés de cent beautés. Des sculptures sur bois, des tapis tressés et crochetés, de la catalogne pour draperies de toutes couleurs; jusqu'à des chapelets en graines de tilleul; des colliers en pépins de pommes; une belle variété de sous-plats en corde à lieuse teintée. Quand on donne de la chance aux inventions, ça vient! Des petits morceaux de feutre, grands comme rien, transformés en parures de cou et de boutonnières, en décors de coussins et d'imageries; des tissus d'ameublement et tout ce qu'on peut imaginer. Même des cartes de fêtes, et une profusion de jouets. Et des créations! Il n'y a pas que nous autres de fin!... Ce chapeau-bérêt, inspiré de la technique du tapis tressé, en tresses de feutre vert et brun, avec sac pour assortir, n'est-ce pas tout bonnement une merveille? Et les belles serviettes de toile, et les pièces de lainage, et tout ce qu'on veut enfin!

M. Georges Bouchard, sous-ministre adjoint de l'Agriculture, et Madame Bouchard — "de l'artisanat en marche", à l'année! — en avaient les yeux dans l'eau. Et tout le monde voulut voir le complet de **M. Marius Barbeau**, lorsqu'on chuchotta qu'il était fait de droguet à l'ancienne mode. Si c'est beau!

M. l'abbé Ernest Préseault, aumônier des artisanes du diocèse d'Ottawa, s'est penché du côté de sa mère qui était à sa droite. Et je pense bien qu'il a dû lui demander: "Trouvez-vous que c'est de la belle ouvrage comme vous en avez toujours fait?" Tout près, il avait **Mme Joseph Closson**, présidente de la Fédération des Femmes Rurales d'Ottawa, qui avait l'air toute ravie de voir qu'il y avait d'autres femmes maintenant à porter, comme elle le fait depuis quelques années, des costumes et des blouses tissées à la main. **Bernadette Tarte** est fière de dire: "Moi aussi, j'en porte maintenant, de la laine du pays!" et c'est l'artisanat qui se promène... et qui fait son chemin. Il est bien temps!

Françoise GAUDET-SMET

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.

CESSEZ GRATTER Soulage Vite la DEVOUS GRATTER Démangeaison

Pour soulager promptement - ou Argent Remis la démangeaison causée par les boutons, eczéma, pied d'athlète, gales, et autres affections cutanées provenant de causes externes, appliquez la Prescription liquide, rafraichissante, antiseptique D.D.D. Non graisseuse, 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. 307

Modes Infantines



3026



2007



3433



2005

Patron PF3026 — Voici une ravissante petite robe, pouvant être réalisée en lainage fin, à manche longues, avec col matelot, pour la jeune étudiante, ou en cotonnade, avec col lingerie pour la plus petite des soeurette qui ne va pas encore à l'école. Pour 2, 4, 6 et 8 ans. Le patron à PAYSANA, 25 cts.

Patron PF2007 — Un vrai beau pyjama d'enfant, manches courtes ou longues, pour tailler dans un même tissu ou utiliser avantageusement des coupons de tissu contrastant. A remarquer l'ampleur du dos qui donne du confort pour les mouvements durant le sommeil. Patron pour 2, 4, 6, 8, 10 ans, à PAYSANA, 25 cts.

Patron PF3433 — Voici une jupe à bretelles d'une belle allure. Dans un tissu quadrillé, l'effet contrastant du biais aux épaulettes est tout ce qu'il y a de plus élégant. Un patron de blousette est inclus en même temps que celui de la jupe. Les deux pour 25 cts à PAYSANA, grandeur : 4, 6, 8, 10, 12 à 14 ans.

Patron PF2005 — Ou aimez-vous mieux celui-ci ? Le patron du pantalon est inclus avec celui de la robe. Un biais contrastant, une garniture de valenciennne ou de ric-rac d'un ton vif, et voilà une charmante toilette. Si vous voulez faire à votre petite la joie d'habiller sa poupée comme elle, le patron 2004, 25 cts aussi, est complet pour une poupée de 13 pouces. Le patron 2005, pour 2, 4, 6, 8 et 10 ans, à PAYSANA, 25 cts.



Crèche du collège N.-D. de l'Assomption, Nicolet. — Voici le modèle réalisé du patron de crèche à découper, primé l'an dernier au concours des jouets de PAYSANA. Le patron est en vente à PAYSANA à 10 cts pièce; 60 cts la douzaine, pour les commandes groupées. Tous les détails de confection sont envoyés avec le modèle.

PILULES MATERNELLES



DES 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. COMTOIS, M. D., St-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, Pharmacie Brunet et Livernois et à la Pharmacie Montréal.

POUR VOTRE PERSONNALITÉ



Chère Raymonde,

Ma pauvre amie, il ne faut pas vous en faire pour si peu. La beauté physique est extrêmement importante, c'est entendu, pour conserver l'admiration de l'être humain qu'est un mari. Mais il y a aussi — et avant tout — la beauté morale: la bonté, le dévouement, la sincérité, la loyauté. Avec ces qualités, que vous possédez j'en suis certaine, il vous est toujours possible d'atteindre une bonne moyenne, même si vous êtes moins favorisée par dame nature.

Il est tellement plus facile d'améliorer un corps ou un visage qu'un coeur ou une âme!

Vous avez un teint terne et vieilli à vingt-sept ans? D'abord, avez-vous bien essayé de le traiter avec persévérance et par tous les moyens possibles? Observez-vous bien. Et lorsque vous aurez reconnu si vous avez une peau sèche ou plutôt grasse, voulez-vous faire un essai consciencieux et me donner votre opinion dans deux ou trois mois?

Voici l'essai que je vous demande de faire: nettoyez-vous — tous les soirs scrupuleusement — soit avec l'Huile des Orientales ou la Mousse au Citron, selon votre cas. Rincez-vous ensuite à l'eau courante. Après cela, massez très délicatement et du bout des doigts, une bonne crème nourrissante et Anti-Rides que vous garderez

la nuit. Choisissez bien une crème dont vous connaissez la formule ou, tout au moins, un produit qui a fait ses preuves; ce sera le tonique de votre épiderme, qui se fane par anémie et diminution de vitalité.

Commencez par vous familiariser avec ces deux premières opérations. Le mois prochain je vous indiquerai le traitement que vous pourrez ensuite pratiquer le jour.

Pour vous encourager, permettez-moi de vous rappeler une vérité reconnue: de nos jours, toute femme qui veut s'en donner la peine peut toujours acquérir un certain charme; un charme qui, souvent, vaut beaucoup mieux qu'une beauté sèche et plastique.

J'attendrai vos nouvelles et vous répondrai sans délai.

Flore CHAPUT.

P. S. — Le mode d'emploi des produits que je vous ai conseillés sera clairement indiqué dans la brochure-té incluse dans l'envoi.

Si vous désirez une réponse personnelle, écrivez à madame Flore CHAPUT, 5600, avenue Decelles, Montréal. Ayez soin d'inclure une enveloppe adressée et affranchie pour le retour sans quoi vous ne recevriez pas de réponse.



VOTRE BEAUTÉ

HUILE NETTOYANTE POUR PEAUX SECHES: L'Huile des Orientales nettoie les pores à fond; fait disparaître boutons, dartres, 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; referme les pores dilatés, efface le double-menton, donne de l'éclat au teint... .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 EGYP-TIEN: Naturel, inoffensif. .89

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

INSTITUT DE BEAUTÉ "France"

5600 Ave Decelles, Montréal

A partir du premier novembre, vous pourrez vous procurer tous nos produits en vous adressant à notre nouveau studio: 750 OUEST, RUE SHERBROOKE (à quelques minutes des magasins EATON), Montréal.

Commandes expédiées franc de port sur réception d'un mandat postal. — Brochure-té incluse sur demande.

(suite de la page 4)

grandeur d'âme et de foi, que mon arrière-grand-père abattit son premier arbre, qu'il construisit son humble cabane; enfin, qu'il accomplit le geste créateur d'où devait sortir l'une de nos plus belles paroisses du comté de Champlain, — ma paroisse, Jeanne, ma paroisse voisine de la tienne — et dans laquelle s'éparpille un peu partout dans ses premiers défrichements le nom de mes ancêtres, ce nom que le laboureur d'aujourd'hui récite pieusement en traçant le sillon qui va produire le pain de sa nichée.

—Mais, c'est magnifique! Encore, Pauline.

—Ce brave paysan veut célébrer son premier Noël dans la forêt. La nuit, à la dérobée, il va se construire une crèche, au fond d'une grotte qu'il a vue dans le lointain. Le premier défricheur de la paroisse de X veut sa messe de minuit; sans prêtre, sans missel comme sans bougie, mais au clair de lune, il va reconstituer une scène de Noël. A défaut

d'un Enfant-Jésus, il couche dans la crèche improvisée le crucifix qui pend à son cou. La chronique ajoute: "Sa piété a fait le reste".

Cette messe fut simple comme sa vie de paysan. Seul, il chanta des cantiques, alternant avec la récitation du chapelet. Et ce Noël dans la forêt marqua la prise de possession de l'une de nos plus belles paroisses canadiennes.

—Je me sens émue jusqu'au fond de l'âme! Quel esprit de foi chez ton ancêtre! Un jeune homme qui se construit une crèche, qui se chante la messe de minuit en pleine forêt!

—Plus que cela, Jeanne, pour ces préparatifs, il dut braver les raille-ries des camarades qui habitaient le chantier avec lui: ça, c'est de l'héroïsme!

Pauline parle ensuite de la terre qu'elle aime pour sa grandeur et la paix de ses paysages, la vie de ses champs, où la blonde chevelure de blés flotte au gré des vents; où le ruisseau murmurant sur les cailloux, entre les sillons gris et bruns qui dorment penchés les uns sur les autres, pour les chants de ses oiseaux dans les bosquets d'érables l'emblématique splendeur.

—Pauline, dans ta bouche, la terre chante toute une poésie, mais dans la pratique, c'est plus prosaïque. est vrai que la vie de l'homme de champs est souvent pleine de charmes, mais il faut l'avouer, elle est généralement monotone.

—C'est vrai, Jeanne, que les travaux de la ferme se succèdent régulièrement comme les quatre saisons de l'année, et qu'il y a dans l'existence de l'homme des champs une partie toute matérielle, toute positive, où la plus riche imagination cherchera vainement un grand de poésie. Mais n'en est-il pas air de toutes les professions? Examinez-tout-même le pour et le contre de professions libérales.

—Pour toi, Pauline, l'habitant c'est tout.

—Non, ma chère, je m'incline bien bas devant le professionnel consciencieux, et je dis que, depuis le péché originel, nous ne saurions nous passer de leurs services. N'est-ce pas au péché d'origine que nous devons de passer nos contrats "par devant notaire", — la parole n'ayant plus force de loi comme avant le péché? Et, sans le péché d'origine, il y a de procès en cour: les hommes avant tous dans la justice et la clarté, partant, pas besoin d'avocats qui s'amuse aux dépens des chiche-niers. Pas vrai?

—Sans doute, sans doute.

—Sans le péché d'origine, il y a d'honoraires à verser au médecin qui n'aurait ni maux réels ni maux imaginaires à guérir. Et toi, ma chère, ajoute Pauline, en tapant sur l'épaule de son amie, tu n'aurais pas tant besoin d'un serum intraveineux de bon sens pour t'aider à comprendre la noblesse de la profession d'agriculteur, — la fonction de tes trois méninges étant équilibrée d'une manière parfaite.

Sans le rouge qui montait sur ses joues et sur ses lèvres, Jeanne pâli; mais le peinturlurage a manqué le coup de théâtre. Comme pour atténuer l'irrévérence prêtée à sa "majesté", elle effleure (Suite à la page 18)



présente

une seconde réédition canadienne de la série

BRIGITTE

Le cadeau idéal pour toute dame ou jeune fille

- 1.—Brigitte jeune fille, jeune femme
- 2.—Brigitte maman
- 3.—Brigitte et le bonheur des autres
- 4.—Brigitte et le devoir joyeux
- 5.—Brigitte femme de France

Chaque volume: \$1.00; par la poste \$1.10
La collection: \$5.00; par la poste \$5.30

ADRESSEZ TOUTE COMMANDE A :

FIDES

3425, rue St-Denis,
Montréal — Tél. HA. 7228*

Les Agents de Paysana

W. F. Noël	Réginald Dowd
Henri Auger	J. P. Drolet
Rolland Bernier	J. Poirier
Fauri Boulay	L. D'Arçon
Francis Charlebois	Yvon Ste-Croix
Louis Ste-Croix	L. Gravel
Marcel Vadnais	Napoléon Charlebois

Ces agents sont autorisés à solliciter des abonnements au nom de PAYSANA. Ils sont tous porteurs d'une lettre d'identification signée par la directrice de PAYSANA, Mme Françoise GAUDET-SMETS.

EXIGEZ CETTE LETTRE DE LA PART DE NOS AGENTS.

LE COURRIER DE PAYSANA



Q. — Il y a vingt ans, je vivais heureux avec ma femme que j'adorais. Un compagnon de travail nous visitait fréquemment. Il avait une auto et nous traînait dans des parties de plaisir à la suite desquelles je contractai l'habitude de m'enivrer. J'avais une confiance inébranlable en ma femme et en mon ami, mais je manquais de clairvoyance, car un soir, je trouvai la maison vide. Ma femme était partie, sans me laisser un mot d'adieu. Il ne m'était pas venu en tête de douter car tous ses objets personnels avaient été enlevés. Le lendemain matin, j'appris aussi le départ de mon soi-disant ami. Longtemps après, je connus le lieu de leur domicile. On me dit aussi que ma femme n'était pas heureuse. Un autre s'en serait peut-être réjoui, dans une douce vengeance. Pas moi. Son malheur m'était indifférent. L'autre est mort l'an dernier, laissant tout ce qu'il possédait à ma femme et je viens d'apprendre la mort de celle-ci. Je suis son légataire universel. Il s'agit de recueillir un héritage en millions de dollars. Je me demande si je devrais prendre cet argent. Ce serait une sière occasion de me venger des coupables, ne trouvez-vous pas ?
Jean-Marie D.

R. — Si je lisais cette lettre dans votre courrier, je croirais à de la puante invention sinon à de l'invention pure. Et je me demande pourquoi vous ne m'adressez à une femme plutôt qu'à un homme. Je veux croire qu'un reste de tendresse pour votre femme en est la raison car autrement, ce serait à se désespérer de tout et je vous dirais: "prenez tout, réclamez même les hauts du mort," il n'y a rien qui ne se trouve pas, au dire des teinturiers. Mon, mon ami, ne vous arrêtez pas à cette idée de vengeance, laissez les morts reposer en paix. Car, si vous voulez enlever l'argent dans un tel but, il ne vous porterait certes pas profit. Mais si vous l'employez à aider quelque pauvre — et il n'en manque pas — ou à payer le cours d'un étudiant, privé de moyens — ou encore à contribuer aux nombreuses oeuvres de charité qui réclament des dons, en offrant votre bonne action pour le repos des disparus, il me semble que vous en retirerez une bienveillante

satisfaction. Qui sait si votre femme, en vous léguant ainsi ses biens, n'a pas voulu obtenir son pardon! Pardonnez-lui si vous voulez que la négligence dont vous vous accusez au début de votre lettre vous soit pardonnée, au jour du jugement éternel.

Q. — Je recevrai prochainement à dîner un couple dont la situation et les moyens de fortune sont beaucoup plus

2926



Patron PF2926 — Une belle robe de nuit! Le patron est taillé pour tailles 38-40-42-44-46-48-50. Et coûte 25 cts à PAYSANA.

élevés que les nôtres. Devrais-je m'excuser de notre humble accueil ainsi que du peu que nous aurons à offrir à nos invités ? — Alice

R. — Ce serait un manque de tact. Puisque ce couple accepte votre invitation, c'est donc qu'il l'apprécie. Faites les choses simplement et selon vos moyens. Si vous n'avez pas d'aide pour le service de table, composez un menu qui n'exigera pas que vous soyez sans cesse debout. Une dessertière près de vous sera d'un grand secours. Soyez gaie, naturelle, aimable, que les mets soient à point, et l'on ne vous en demandera pas davantage.

Q. — Nous sommes un groupe de jeunes filles qui nous réunissons deux fois la semaine pour tricoter au profit des oeuvres de guerre. Nous faisons le bien, mais j'ai souvent l'impression que

nous faisons autant de mal, car, comme dans le conte d'Anne Hébert: LA ROBE CORAIL, dans lequel l'héroïne tricoteait son rêve en même temps que la laine, nous tricoteons souvent la réputation de notre prochain. Je voudrais proposer à ces jeunes filles que l'une de nous fasse la lecture à haute voix, pendant que les autres tricotent. Nous pourrions en même temps nous instruire. Mais j'ai peur que mes amies me trouvent vieux jeu. J'aimerais aussi apporter certains changements dans notre maison. Nous avons un immense grenier habitable, même l'hiver, où se perdent quelques retails, des rares boîtes à chapeaux. Le tout tiendrait fort bien dans un placard. Si ma mère y consentait, nous pourrions le transformer à peu de frais en une salle confortable où je pourrais recevoir mes amies, lire, enfin en un coin bien à moi. Je crains cependant que ma mère me juge trop moderne. Votre opinion, s'il vous plaît ? — Murielle G.

R. — Ma franche opinion est que vous avez des idées merveilleuses mais que vous souffrez de la peur: crainte d'être jugée vieux-jeu et crainte d'être trouvée trop moderne. S'il fallait s'arrêter à tous les dangers qui nous menacent dans la rue, on ne sortirait jamais. Il paraît que le plus grand nombre d'accidents arrivent dans nos maisons. Alors il n'y aurait plus qu'à s'allonger dans un lit et à attendre la mort. Qui nous dit que le sommier ne nous jouerait pas le vilain tour de s'effondrer et de nous précipiter dans l'éternité bien avant notre heure. Il y avait un jour un Parisien en voyage au Thibet et qui sans le vouloir avait offensé un rite de la religion bouddhique. Les lamas se réunirent et le condamnèrent à sauter du haut d'un précipice, à trente jours de là. Et pour le punir davantage ils l'emprisonnèrent dans le voisinage du précipice et chaque jour, un lama le forçait à regarder au fond du précipice en lui répétant: "Mon fils, comprenez-vous toute la portée de votre condamnation?" Et le jeune homme devait répondre: "Oui." Deux jours avant l'exécution de la sentence, le lama lui demanda: "Y a-t-il une faveur que nous puissions vous accorder?" Oui, répondit le jeune Parisien: "Apportez-moi donc dix charges de foin, que je les mette dans le précipice avant de m'y jeter." Le lama se libéra sur-le-champ: "Votre intelligence, lui dit-il, a surpassé votre peur". Soyez donc ainsi. Il ne s'agit pas de défoncer les portes d'un seul coup d'épaule, mais ayez confiance en vous. Voici deux projets sensés: soumettez-les à vos amies et à votre mère. Même si vous ne réussissez pas tout de suite, n'abandonnez pas. La ténacité est pour les bonnes choses, non pas pour les mauvaises. Revenez souvent à la charge jusqu'à succès. Si l'on vous critique, recevez la critique en bonne part, acceptez le meilleur, rejetez le mauvais, sans criaileries, sagement.

Q. — Comment faire partir des taches de jus d'orange sur des sous-vêtements d'enfants ? J'ai vainement essayé toutes sortes de moyens. — Maman

R. — Les taches de jus d'orange récentes disparaissent facilement à l'eau chaude. On lave ensuite le vêtement à l'eau tiède savonneuse, et une fois rincé, on l'expose à la lumière directe du soleil. Les sous-vêtements de (suite à la page 18)

LES COULEURS DIAMOND REHAUSSENT l'apparence de vos travaux



PERMETTEZ aux couleurs Diamond de dégager la pleine beauté de vos travaux manuels. Choisissez parmi seize couleurs attrayantes dont toutes se prêtent à des combinaisons variées d'effets artistiques. Trois générations d'artisans ont expérimenté les qualités brillantes et permanentes des couleurs Diamond dans la teinture des tissus.

Teintures DIAMOND

FABRICATION CANADIENNE



THE NATIONAL THREAD LIMITED

Fabricants de FILS A COUTURE de haute qualité sur bobines, cônes, bobines à tête unique.

CHERCHER LA COURONNE DE FEUILLES D'ÉRABLE Une garantie de qualité Le Fil National Limitée Sherbrooke - Québec



(Suite de la page 16)

ses doigts mignons l'indéfrisable époustoufflant qui semble ajouter quelque poids à son chef trop léger. Dans un petit éclat de rire argentin : "Toi, Pauline, tu as toujours des idées autrement que les autres".

—Et je ne m'en plains pas. Veux-tu que je te dise une chose, Jeanne ? —Parle.

—Je te dis que tu ne seras jamais heureuse.

—En voilà une prédiction ! Mais pourquoi ?

—Du bonheur, il en passera à tes pieds, il en passera à flots, mais tu ne voudras pas te baisser pour le ramasser.

Et, dans un petit sourire sucré-vinaigre qui enrobe le mot, Pauline continue :

—Si le bon Dieu avait été de mon goût, il ne t'aurait jamais créée sur sa belle terre.

—Voyons, voudrais-tu m'anéantir, maintenant ?

—Oh ! non. D'abord, parce que je ne le puis pas, et ensuite, parce que...

—Tu prêches bien, Pauline, mais tu ne te feras pas scrupule de tuer une amie.

—Non, pas l'amie, mais son "idée croche"; cela, c'est permis de tout temps.

—J'aimerais la terre, moi aussi, mais je n'aime pas l'habitant : j'en ai trop connu, qui sont rustauds, et je ne pourrais supporter ce manque d'éducation chez mon mari. Et les enfants à élever... Non, je n'épouserai jamais un habitant.

—Je suis avec toi sur certains points. Je dis bien, que si les jeunes cultivateurs se donnaient la peine d'étudier davantage et de prouver qu'ils sont de vrais Canadiens français, en aimant assez leur langue pour la bien parler, s'ils cultivaient leurs manières pour faire la joie et l'orgueil des jeunes filles qu'ils fréquentent, ils recueilleraient en retour le bonheur d'être considérés, non pas comme des inférieurs ridiculisés, traités d'arriérés et d'"épais" mais comme les maîtres de la des-

tinée, de la patrie — car ils le sont en vérité, — et ils se verraient aimés de charmantes compagnes instruites, éduquées, sachant aussi prêter main-forte en temps et lieu aux travaux de la ferme, étant aujourd'hui mieux qu'autrefois, méthodiques et renseignées, grâce aux écoles ménagères qui peuvent faire de nos filles des femmes de maison "dépareillées".

Et, parce que cultivées, les jeunes épouses, après les dures journées de labeurs, sauraient intéresser et égayer le mari et les enfants de leurs causeries à la fois agréables et instructives. C'est pour cette raison que je souhaite la fusion des deux classes sociales : les professionnels et les cultivateurs. Une jeune fille de cultivateur qui possède de l'instruction ne déparera jamais un foyer de professionnel, et vice-versa.

Il faut pardonner à nos ancêtres d'avoir été des illettrés ; dans leur temps, les écoles étaient éloignées et rares. Mais, de nos jours, le cultivateur peut s'instruire avec tant de facilité qu'on ne lui passe plus d'être un ignorant et d'avoir des manières frustes.

—O miracle ! tu partages mon opinion.

—Sans doute, quand tu as raison. Mais tu as eu le tort de généraliser une déféction de la vie paysanne, et j'ai cru devoir faire cette mise au point. Tu ne m'en voudras pas, j'espère, d'avoir défendu un peu vivement ma cause. Sans rancune, Jeanne, je me permets de te tendre une cordiale poignée de main.

Faisant allusion à une parole de Louis Veuillot :

—"Il y a de la terre dans ma main, mais c'est de la terre à blé qui ne laisse aucune tache..."

Jeanne n'a pas épousé un "habitant". Jeune fille prolongée jusqu'à la soixantaine, elle a beaucoup attendu, et elle attend encore. Mais puisqu'elle aime cela...

C. C. RIEUX,
Collège M. de l'Incarnation
Trois-Rivières

(LE COURRIER)

(Suite de la page 17)

laine doivent être traités autrement. Il faut d'abord éponger à l'eau chaude la partie tachée, ensuite avec une solution faite d'une cuillerée à thé d'ammoniaque dans une tasse de peroxyde d'hydrogène. Quand les taches ont disparu, on lave le vêtement comme à l'ordinaire. Les vêtements de coton peuvent être échaudés, à l'endroit des taches, et ensuite passés à l'eau de Javel.

Q. — Vous assurez qu'il vaut mieux utiliser l'eau de Javel à l'eau froide; est-ce pour le linge de couleur aussi bien que pour le blanc ? — Mme A. A.

R. — Assurément, madame. Et en aucun cas, ne doutez pas de cette assertion. La force qui s'en va en vapeur ne donne aucun effet. Il ne s'agit pas que "ça sente le propre" dans la buanderie, mais il s'agit que, sans brûlure ni sans altération, due à une réaction chimique, le nettoyage et le blanchissage du linge soient efficaces.

Q. — Le bracelet de ma nouvelle montre est en cuir (peau de cochon véritable) et je voudrais, autant que possible, l'empêcher de se ternir. Connaissez-vous un moyen ? — M. L.

R. — Les cuirs les plus beaux prennent au contact de l'air une patine qu'on finit par apprécier; cela fait un ton chaud, dû à l'usage. Une cire incolore serait toutefois protection en même temps qu'une assurance de longue durée. Ça fera comme une crème nettoyante et une crème nourrissante... De la peau, c'est de la peau...

Q. — Je voudrais varier le menu des enfants : ils mangent tous les jours à l'école et je ne sais quoi leur donner à part des sandwiches à la viande froide. — A. T.

R. — Trois fois par semaine, au moins, donnez-leur des légumes crus râpés. Vous devez bien avoir une râpe graduée, à la maison: c'est indispensable. Avec la plus fine, vous râpez des carottes; avec la deuxième, vous tranchez du chou. Un soupçon d'oignon, du sel et du poivre; une cuillerée de crème (il ne faut pas donner de mayonnaise aux petits enfants, à cause du vinaigre qu'elle contient). Un peu de céleri cru tranché et vous mettez le tout dans une petite jarre de verre avec couvercle vissant bien. Avec de simples petites beurrées en plus, vos petits se régaleront. Un jour sur deux, donnez des tranches de fromage canadien. Et pourquoi pas de la soupe? Ce serait si facile, maintenant que les poêles chauffent sans interruption de demander à l'institutrice de tenir une marmite d'eau chaude dans laquelle les écoliers feraient réchauffer leur bocal de soupe. Il y a aussi les oeufs cuits durs, mais c'est bien sec à avaler sans assaisonnement. Les pommes, le raisin séché, sans oublier une bouteille de lait.

Q. — Je voudrais un programme d'étude pour notre cercle d'artisanat. Pas seulement pour l'ouvrage des doigts, mais surtout pour celui de l'esprit — A. T. (Vars)

R. — Il y en aura tout un, le mois prochain. Ça commencera bien l'année... Etes-vous bonne pour attendre?

PAYSANA

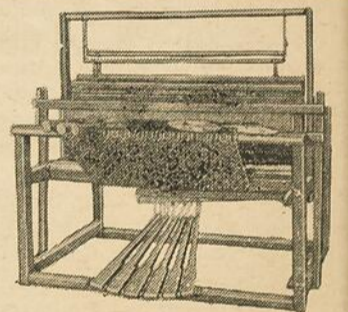


Patron PF2855 - PF3320 — Une belle série de jouets à confectionner pour la joie de Noël et de tous les jours qui suivront. Le petit cheval (2855) est vraiment charmant. Avec le même patron d'oursor rien qu'en variant les garnitures, y aura le papa, la maman et le petit Ourson. Chaque numéro : 25 cts PAYSANA.

"L'Effort mène au Succès"

"Cours Modernes Pratiques ENR" COURS PAR CORRESPONDANCE

Enseignons : Français, Anglais, Arithmétique, Comptabilité, Dactylographie, Sténographie, PROSPECTUS GRATIS SUR DEMANDE. Adresser : "COURS MODERNES PRATIQUES ENR" Casier 5, St-Hyacinthe, P. Qué.



FAITES VOS TISSUS

de coton, de laine et de lin sur un

METIER LECLERC

Épargnez de l'argent, tissez-les à la main; obtenez tous les tissus à bas prix

Construction solide
Fonctionnement simple
Il est facile de tisser de belles pièces sur un

METIER LECLERC

Commandez-le directement de la manufacture

NILUS LECLERC

L'Islet Station - Qué

NILUS LECLERC, L'Islet Station, Qué.

Veillez m'envoyer gratis votre catalogue de métiers et accessoires pour le tissage domestique (P.)

Nom
Adresse

votre garde-robe en temps de guerre

Quelques cents d'AMPOLLINA — et voilà votre garde-robe toute rafraîchie ! Faire durer les tissus qui deviennent de plus en plus précieux — économiser de toutes façons — tout en étant bien mise et en portant des couleurs en vogue, — c'est là le mot d'ordre en vue de la victoire.

Les milliers de femmes qui ont recours aux teintures AMPOLLINA ne se préoccupent guère de la rareté des tissus et des couleurs. Car AMPOLLINA offre plus de 27 couleurs et toute la gamme de leurs superbes teintes. Essayez-les aujourd'hui. 15c le tube chez votre marchand ou pharmacien. Vous serez enchantée de leurs couleurs riches et brillantes.



Distributeurs au Canada : BARIBEAU & FILS, Lévis, Qué.

Après la pluie, le beau temps!

Utilisation plus optimiste de la ration de sucre.
 par Marie-Paule Billette, adjointe à la Section des Consommateurs, Ministère fédéral de l'Agriculture.

N'est-il pas vrai que la situation internationale devient le baromètre de notre situation alimentaire?

Par suite d'un amendement dans la zone du Pacifique, certaines gens ont une mine réjouie depuis l'augmentation du thé et du café dans leur ration hebdomadaire. Ce sont les Jean-qui-rit.

Combien, par contre, présentent la triste figure devant la ration de sucre, toujours la même à cause des difficultés de transport. Ce sont les Jean-qui-pleure. Cette question du sucre reste une question d'actualité et soulève, de la part de la ménagère canadienne, un nombre de protestations et complications. Notre consommation de sucre ayant atteint un niveau alarmant avant la guerre, il est évident que le retour à des proportions normales engendre une série de problèmes immédiats.

On doit reformer ses habitudes alimentaires et la nécessité oblige des calculs judicieux d'économie d'ingéniosité.

Si le général sur le champ de bataille prouve son génie par sa stratégie militaire, de quelle force de révoyance la ménagère doit faire preuve, en tirant les plans de ses menus quotidiens! Son intelligence et son patriotisme iront même jusqu'à surveiller l'emploi de chaque cuillerée à thé de sucre dans la préparation des aliments, sur les céréales, dans le thé et le café.

Par exemple, ce serait une tactique de réserve, que de sucrer les compotes après la cuisson seulement, de servir plus de fruits frais, en conserve ou séchés, ou de sucrer les sauces à pouding avec les restes de sirop de conserves.

La ménagère développera ainsi chez les membres de sa famille un goût pour les aliments moins sucrés et ceux-ci s'en porteront mieux.

Pour leur faciliter ce but, le Service des consommateurs, du ministère de l'Agriculture, à Ottawa, vient de publier un bulletin intitulé: Moyens d'économiser le sucre. Ce bulletin que l'on vous fera parvenir gratuitement, sur demande, comprend des recettes de desserts, où la quantité de sucre a été diminuée de moitié.

Vous reconnaîtrez, dans les recettes ci-dessous, des desserts familiers qu'on avait négligés depuis quelque temps et qui nous reviennent parés de leur tenue militaire. Ces desserts sauront certainement ramener la bonne humeur de nos Canadiennes qui ne se sont jamais avouées vaincues par des difficultés de ce genre.

CAPUCHON A LA GELEE

- 2 tasses de farine à pain, ou
- 2 1/4 tasses de farine à pâtisserie
- 3/4 c. à thé de poudre à pâte
- 1/2 c. à thé de sel
- 1 oeuf
- 1 tasse de lait
- 2 c. à table de gras fondu
- Marmelade ou confiture (jam)
- 2 à. à table de sucre

Tamiser la farine, mélanger avec

la poudre à pâte le sel et le sucre. Battre l'oeuf, y ajouter le lait. Faire une fontaine dans le mélange de farine et y verser le mélange de lait et d'oeuf, puis le gras fondu. Brasser très peu pour opérer le mélange. Verser la moitié de cette pâte, dans des moules à muffins, graissés. Placer une c. à thé de marmelade sur chaque muffin et recouvrir avec le reste de la pâte. Cuire à four modérément chaud (375°F) pendant 25 minutes. Donner 24 petits muffins.

NEIGE AU CITRON

- 1/4 tasse fécule de maïs
- 1/2 tasse de sucre
- 1/2 c. à thé de sel
- 2 tasses d'eau bouillante
- 1 citron
- 2 blancs d'oeufs

Bien mélanger la fécule de maïs, le sucre et le sel ensemble. Ajouter l'eau bouillante graduellement en brassant constamment. Cuire directement sur le feu jusqu'à ce que le mélange soit épaissi et transparent, environ 5 minutes. Y ajouter le jus de citron (3 c. à table) et le zeste râpé et verser la préparation, en petite quantité à la fois, sur les blancs d'oeufs bien battus, brassant constamment pour bien mêler le tout. Suffisamment pour 6.

Servir avec la sauce cossetarde suivante:

- 2 c. à table de sucre
- 1 c. à thé de fécule de maïs
- 1 pincée de sel
- 2 jaunes d'oeufs ou 1 oeuf complet
- 1/2 c. à thé de vanille
- 1 1/2 tasse de lait

Mélanger le sucre, la fécule de maïs, le sel et 1 tasse du lait. Cuire au bain-marie. Battre les jaunes d'oeufs légèrement avec le reste du lait (1/2 tasse). Verser graduellement dans le lait chaud, en brassant constamment. Faire cuire jusqu'à ce que le mélange adhère à la cuiller (environ 10 min.). Retirer du feu, ajouter l'essence de vanille. Suffisamment pour 6.

CREME CUITE A LA CITROUILLE (cossetarde)

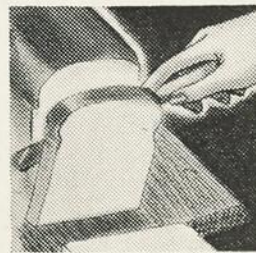
- 1 tasse de citrouille
- 1/4 tasse de cassonade
- 1/4 c. à thé de sel
- 1/2 c. à thé de cannelle
- 1/2 c. à thé de gingembre
- 1/4 c. à thé de muscade
- 1 oeuf
- 1 tasse de lait

Ajouter le sucre, le sel et les épices à la citrouille. Battre l'oeuf, ajouter le lait et verser dans le premier mélange. Verser cette préparation dans des moules à cossetarde et cuire au four, au bain-marie, à chaleur modérée (375°) jusqu'à ce que le tout soit pris, environ 1 heure. Suffisamment pour 6.

Cette préparation peut être utilisée comme garniture pour une tarte moyenne.



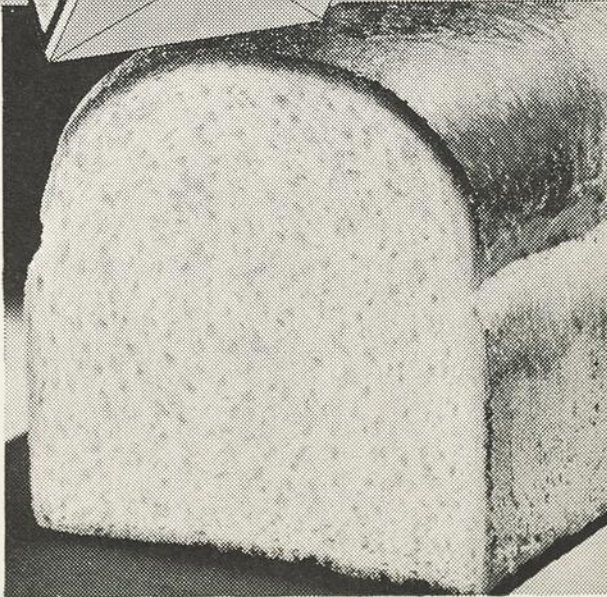
La Royal donne toujours un pain savoureux. PAS D'ODEUR DE SUR



Une texture toujours fine. PAS DE GRANDS YEUX



Une cuisson uniforme. PAS D'ENDROITS PÂTEUX



LA Levure Royal ne manque jamais son coup! Elle assure chaque fois des résultats parfaits.

C'est parce que chaque pain est enveloppé séparément pour empêcher la contamination par l'air. Pas de parties pâteuses, ni grands yeux, ou de goût de levure quand vous boulez avec la Royal. Faites votre pain avec la Royal et vous vous ferez une réputation de cuisinière incomparable.

FABRICATION CANADIENNE



Standard Brands Ltd. P-12F
 Fraser Ave. & Liberty St., Toronto, Ont.

Veillez m'envoyer gratis 2 pains de Levure Royal ainsi que le Livre de Recettes de la Levure Royal.

Nom _____

Rue _____

Ville _____ Prov. _____

BIBLIOTHEQUE
ASSEMBLEE LEGISLATIVE,
QUEBEC,
AN-43-170
DEC 43



Prenez bon usage de votre permis

Les permis de la Commission des Liqueurs de Québec vous mettent en mesure de vous procurer une quantité déterminée de boissons.

Remarquez bien que cette quantité représente le maximum prévu pour les gros consommateurs. Il n'est donc pas nécessaire que chaque détenteur d'un permis achète régulièrement toute la quantité de boisson à laquelle il a droit.

Lorsque la Commission des Liqueurs de Québec s'est vue dans l'obligation d'émettre des permis, afin d'assurer une juste répartition des boissons alcooliques, elle a tenu compte du nombre de ses clients réguliers, des quantités de boisson qu'ils achetaient habituellement et des stocks dont elle disposait.

Cependant, bon nombre de personnes, en utilisant aujourd'hui tous leurs coupons, achètent plus de boissons qu'avant le rationnement. Il est donc évident que plusieurs font des réserves, que d'autres consomment davantage et que certains détenteurs de permis s'en servent au bénéfice de leurs amis.

Les effets de ces pratiques déloyales commencent à se faire sentir. Il en est résulté une rareté, qui ne se serait pas produite si tous s'étaient conformés aux règlements, et dont souffrent un grand nombre de personnes. Les particuliers qui achètent les boissons pour les revendre ont créé un véritable "marché noir".

Ces contraventions ne sont pas très répandues, mais il n'en est pas moins regrettable que l'ensemble des citoyens doive subir les conséquences des abus de quelques-uns.

Que chacun se montre loyal et équitable envers ses concitoyens et il sera possible d'améliorer la situation et de prévenir un rationnement plus rigoureux des boissons alcooliques.

Que l'on veuille donc suivre ces quelques conseils :

- 1 — Éviter, autant que possible, d'acheter toute la boisson à laquelle le permis donne droit.
- 2 — Ne prêter à personne son carnet, qui n'est pas transférable.
- 3 — Ne pas acheter de boissons pour autrui. Chacun a son propre carnet de rationnement, ou il peut s'en procurer un.
- 4 — Consommer moins de boissons alcooliques.

Publiée par

COMMISSION DES LIQUEURS DE QUÉBEC