

Η ΓΥΝΑΙΚΑ

ΚΑΙ ΤΟ ΣΠΙΤΙ

A.Δ.Α.

ΑΡ. 92

Γόμοια με αγάδα.

Σ' αυτό το τεύχος:
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ
ΚΕΝΤΗΜΑΤΩΝ
ΚΑΙ ΠΑΤΡΟΝ
ΦΟΡΕΜΑΤΟΣ



ΠΩΣ ΘΑ ΓΙΝΕΤΕ ΓΥΝΑΙΚΑ

Η προετοιμασία για το όμορφοτερο έπαγγελμα της ζωής σας χρειάζεται περισσότερη μελέτη, αφοσίωση και πειθαρχία από ό,τι χρειάζεται για όλοιοιδήποτε άλλο έπαγγελμα στο σημερινό κόσμο.

Καθημερινά παίρνουμε γράμματα από αναγνώστριες, που μας ζητούν απάντηση σε μερικές σπουδαιότερες απορίες: «Είναι σωστό να αφήσω να με φιλήση ο νέος που τον συμπαθώ, πριν χωριστούμε το βράδυ;», «Τί γνώμη έχετε για το κάπνισμα;», «Μια νέα κοπέλλα είναι σωστό να πίνει;», «Είναι σωστό να επιτρέπω να μ' αγκαλιάζει και να με χαιδεύει ο αρραβωνιαστικός μου;». Και όλες εκείνες που ρωτούν, έχουν καταλάβει από τις απαντήσεις που τους δίνει η σύμβουλος της στήλης τους Μυρτώ, πόσο σοβαρές θεωρούμε πραγματικά τις ερωτήσεις τους και πως προσπαθούμε να τις βοηθήσουμε στα διλήμματά τους.

Στην πραγματικότητα, η κάθε μία από σας με την έρωτησή της ζητά να μάθει ένα μικρό μέρος ενός μεγάλου θέματος=του μεγαλύτερου θέματος της ζωής σας. Θέλετε να μαθεύετε πως μπορείτε να γίνετε γυναίκα. Και στο ερώτημα αυτό η απάντησή δεν είναι διόλου εύκολη, σ' αυτή την παράξενη και άνησυχη εποχή που οι απλές αλήθειες χάνονται μέσα σ' ένα πλήθος από κομψοτυπωμένα ψέματα. Θα προσπαθήσουμε λοιπόν να σας δώσουμε την απάντησή όσο μπορούμε πιο απλά και σοβαρά. Γιατί το ζήτημα αυτό είναι πολύ σοβαρό, είναι το θέμα από το όποιο εξαρτάται ολόκληρη η ζωή σας.

Το να είσθε γυναίκα είναι μια σπουδαία και θαυμάσια δουλειά. Είναι το μεγάλο έπαγγελμα της ζωής σας και δεν μπορείτε να το αποφύγετε. Το μόνο που μπορείτε να διαλέξετε, είναι το αν θα πετύχετε ή αν θα αποτύχετε σ' αυτό. Και όσο γρηγορότερα βγάλετε από μέσα σας την ιδέα ότι η θηλυκότητα είναι αδυναμία ή απλώς και μόνο μια φυσική λειτουργία, τόσο γρηγορότερα θα βρήτε το δρόμο σας προς την ευτυχία στη ζωή.

Ο ρόλος σας σαν γυναίκας — όχι απλώς σαν πλάσματος θηλυκού γένους ή σαν κοπέλλας — είναι να είσθε η ΣΥΝΤΡΟΦΟΣ του άνδρός. Δεν είσθε η αντίπαλός του, ο έχθρός του ή το παιχνίδι του. Σε πολλές περιπτώσεις, η συνεργασία θα παραγάγει παιδιά, και θα πρέπει έσείς, μαζί με τον άνδρα να δημιουργήσετε ένα καταφύγιο, ένα σπίτι, ένα σύστημα ζωής για σας και για τα παιδιά σας. Αυτό είναι το κύριο έπαγγελμα σας και όλες οι φαινομενικά «νέες» ιδέες και αντιλήψεις και τρόποι δεν μπορούν να αλλάξουν αυτή τη βάση.

Μη νομίζετε όμως, πως το να γίνουν όλα αυτά είναι κάτι το πολύ απλό, το πολύ εύκολο. Ούτε να θεωρήσετε ότι πρόκειται για κάτι που είναι πια πολύ περασμένης εποχής, πολύ παλαιάς μόδας. Το έπαγγελμα της γυναίκας είναι το πιο απαιτητικό, ενδιαφέρον και αποδοτικό έπαγγελμα στον κόσμο.

Είναι ένα έπαγγελμα απαιτητικό. Τί ζητάει από σας; Απλώς και μόνο να αναγνωρίσετε τη σπουδαιότητα του και να το βάλετε μπροστά από όλες τις άλλες σκέψεις σας, καθώς σκέπτεσθε και κάνετε σχέδια για το μέλλον — ακόμη και σήμερα, ένα, δύο ή και πέντε ίσως χρόνια πριν να μητέρες πραγματικά και με όλες σας τις δυνάμεις σ' αυτό. Αναγνωρίζοντας τη σπουδαιότητά του, ζητήστε από σήμερα με τρόπο ώστε να μην το διακινδυνεύσετε. Από την πλευρά της

υγιεινής, διατηρήσετε το σώμα σας όσο μπορείτε πιο γερό. Στις αρχές ενός κώδικος που έχει γραφή, πολλές χιλιάδες χρόνια πριν, από τις γυναίκες και που αφορά τις γυναίκες και τα παιδιά. Δεν πρόκειται να σας μιλήσουμε εδώ για τις σεξουαλικές σχέσεις πριν από το γάμο. Γνωρίζετε την όρθη απάντησή και καταλαβαίνετε πως είναι η μόνη σωστή, οσαδήποτε και οσαδήποτε δελεαστικά και αν είναι τα αντίθετα επιχειρήματα που σας παρατάσουν. Έκείνο που μπορούμε να σας πούμε απλά και καθαρά είναι ότι το να παραβήτε τον ήθικό κώδικα κάνει κακό σε σας, ενώ ο κώδικας μένει φυσικά ανέπαφος. Και πρέπει να σας πούμε ότι δίνοντας τον εαυτό σας πρώτα στον άνδρα που αγαπάτε — η νομίζετε ότι αγαπάτε — θα πληρώσετε την πράξη σας αυτή ακριβώς με το ίδιο τίμημα που την πληρώνουν οι γυναίκες έμμεσα και έναν αιώνα: θα την πληρώσετε με φόβο — με φόβο που θα τον νοιώσετε μέσα σας και σήμερα και στο μέλλον. Θα την πληρώσετε με το χάσιμο του σεβασμού του νέου για σας, με την ελάττωσή της αγάπης του. Θα την πληρώσετε μ' ένα βαθύ αίσθημα ενοχής που θα γεννηθεί μέσα σας. Για όλα αυτά, όσο δύσκολο και δυσάρεστο και αν πρόκειται να σας φανεί αυτό τη στιγμή εκείνη, το καθήκον σας σαν γυναίκας που είναι ακόμη ανύπανδρη, σας επιβάλλει να απαντήσετε ΟΧΙ.

Είπαμε ότι το έπαγγελμα της γυναίκας είναι ένα ενδιαφέρον έπαγγελμα. Δεν υπάρχει άλλο έπαγγελμα που να χρειάζεται τόσο σκέψη, τόση τρυφερότητα, τόση οξυδέρκεια. Ποια άλλη δουλειά, ποιο άλλο έπαγγελμα μπορεί να σας προσφέρει την καθημερινή χαρά που να ετοιμάζετε ένα ωραίο γεύμα, να δημιουργήσετε με λίγες πτυχές ύφασμα, δυο-τρία βάζα με λουλούδια και αρκετή φαντασία ένα «καινούργιο δωμάτιο» στο σπίτι, να βλέπετε έναν κουρασμένο από τη δουλειά της ημέρας άνδρα να μεταβάλλεται σε ευτυχισμένο αφεντή του άρχοντικού του ευτυχισμένου αφεντή του άρχοντικού του χωρίς στις περιποιήσεις και την τρυφερότητα σας; Πριν από λίγα χρόνια, ήταν πολύ της μόδας να μειώνεται η αξία όλων αυτών των πραγμάτων. Το γεγονός όμως είναι πως δεν υπάρχει στον κόσμο κανένα γραφείο, καμμία επιχείρηση, που να προσφέρει τόσες δημιουργικές λεωφόρους, τόσες ευκαιρίες για πραγματοποίησή, όσες σας προσφέρει αυτό το μέρος όπου περνάτε την καθημερινή σας ζωή, το σπίτι σας.

*

Τέλος, το έπαγγελμα της γυναίκας είναι αποδοτικό. Αποδοτικό σε ευχαρίστηση και σε χαρά. Το απλούστερο παράδειγμα της ευχαρίστησής που προσφέρει είναι οι ευτυχισμένες από το γάμο τους γυναίκες. Η ανθρωπότητα δεν έχει περνή ως σήμερα τίποτα που να δίνει περισσότερο χαρά στις γυναίκες — τις πιο πολλές τουλάχιστον — απ' ό,τι τους δίνει το να αγαπούν έναν άνδρα που τις αγαπά κι' εκείνος, να ζουν μαζί του, να δημιουργούν ένα καινούργιο σπίτι και να φέρνουν στον κόσμο νέους ανθρώπους, να κερδίζουν της αγάπης και της ευτυχίας τους.

Ακόμη όμως και αν δεν σας δώσει έναν άνδρα και παιδιά, το γυναικείο σας έπαγγελμα μπορεί και πάλι να σας προσφέρει ευχαρίστηση και χαρά. Ο ρόλος της γυναίκας σαν συντρόφου και μητέρας δεν είναι κάτι που εξαρτάται αυστηρά από την τεχνική ορολογία. Πολύς αριθμός από τις γυναίκες που ούτε παντρεύτηκαν ποτέ, ούτε απέκτησαν παιδιά, έζησαν όλη τη ζωή τους εργαζόμενες για το καλό της ανθρωπότητας.

Αξίζει, λοιπόν, τον κόπο να προσπαθήσετε να γίνετε κι' έσείς μια ΓΥΝΑΙΚΑ, να μητέρετε σ' αυτό το έπαγγελμα που

είναι θαυμάσιο και που συνήθως φέρνει την ευτυχία. Για να κατευθύνετε καλά τις προσπάθειές σας χρειάζεστε αυτοκυριαρχία, γνώση του εαυτού σας και συμμόρφωση με μερικούς κανόνες που δεν είναι περισσότεροι ή πιο δύσκολοι από τους κανόνες που απαιτεί οποιοδήποτε άλλο έπαγγελμα. Θα σας δώσουμε πιο κάτω τους κανόνες αυτούς. Σκεφθείτε τους καλά. Διαβάστε τους με το κεφάλι σας και με την καρδιά σας. Και ζυγίστε τί είναι προτιμότερο: να ζήσετε όπως σας κάνει κέφι, αδιαφορώντας γι' αυτούς, ή να τους ακολουθήσετε και να βρείτε την αληθινή ευτυχία...

1. Δεν υπάρχει στην κοινωνία γυναίκα που να μπορεί να διαχωρίσει τις φυσιολογικές εκδηλώσεις σεξουαλικού από την αληθινή τους έννοια — ότι δηλαδή είναι μια εκδήλωση πνευματικής και ψυχικής ένωσης δύο ανθρώπων. Πολύς αριθμός από τις γυναίκες που υποφέρουν από σεξουαλική ανεπάρκεια ή από σεξουαλικές σχέσεις είναι κάποιες που δεν πρέπει να σχετίζονται με τα «καίθηματά», ότι είναι κάτι χωριστό από την αγάπη. Και όμως, ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ.

2. Το να συμμετάσχετε σ' αυτό που θεωρείται σαν μια εκδήλωση αγάπης και ένωσης, με τρόπο λασραίο και σε μέρη απόκρυφα και παράνομα, αποδεικνύει μια τραγική άγνοια του τι πραγματικά είναι η αγάπη και άγνοια των ευθυνών που μόνον σ' ένα μικρό παιδί ταιριάζουν. Αντί να είναι ένα «διαφωτιστικό πείραμα», όπως ίσως θα το νομίζατε, ή πράξη σας αυτή θα σας δημιουργήσει μια ψευτική εικόνα που είναι πιθανό να σας προκαλέσει σύγχυση σε όλη σας τη ζωή, γιατί μεταβάλλει τις σχέσεις του άνδρα και της γυναίκας σε κάτι φευγαλέο και επικίνδυνο.

3. Η χαρά και το προνόμιο του να είσθε οι μητέρες της γενιάς που έρχεται είναι κάτι που είναι αληθινά σημαντικό και που δεν πρέπει να το αγνοούμε. Αν αμελήσετε να αναγνωρίσετε τις γυναικείες ευθύνες σας, αυτό μπορεί να έχει σαν αποτέλεσμα να έλθουν στον κόσμο παιδιά που να μην απολαμβάνουν τα δικαιώματα που έχει κανονικά κάθε παιδί που γεννιέται: το δικαίωμα να έχει ούς γονείς, στοργή, σπiti. Ο ήθικός μας κώδικς έχει συνταχθεί με τρόπο ώστε να σας προστατεύει σαν γυναίκα, να εξασφαλίζει το μέλλον σας και το μέλλον των παιδιών σας.

4. Ο μόνος τρόπος που μπορεί να σας εξασφαλίσει το ότι θα σας αγαπούν είναι να αξίζετε τον κόπο να αγαπηθείτε — κάτι δηλαδή που είναι πολύ διπλό από το να είσθε απλώς συμπαθής ή δημοφιλής. Και έχετε πάντα ύπ' όψη σας ότι ο άνδρας δεν μπορεί σχεδόν ποτέ να αγαπήσει μια γυναίκα που τον ακολουθεί χωρίς κανένα ήθικό λόγο, καμμία αισθηματική βάση.

5. Ανεξάρτητα από το τί σας λέει και ποια είναι τα επιχειρήματά του, μη νομίζετε πως κάνετε καμμία... ευγένεια στον άνδρα δίνοντας του τον εαυτό σας χωρίς να έχετε γίνι άνδρας σας.

Θα ήταν βέβαια πολύ καλύτερα, αν όλα αυτά τα πράγματα δεν χρειάζονταν να ειπωθούν. Αλλά χρειάζονται. Όχι για να σας κάνουν να νοιώσετε ενοχή ή φοβισμένη ή ντροπισμένη, αλλά για να σας βοηθήσουν να μάθετε τί σημαίνει το να είσθε γυναίκα.

Επί πολλές εκατονταετηρίδες συμπεριφερόμαστε με φόβο και με άγνοια. Την τελευταία δεκαετία, πάρα πολλές από μας συμπεριφέρονται με άλλον είδος φόβο και άγνοια: το φόβο του να αποκληθούν καχυστερημένες και συνεσταλμένες, την άγνοια της πραγματικής αλήθειας και την ήμιαμθεια.

Δεν είναι πια καιρός να φθάσουμε στην ευτυχισμένη μέση κατάσταση... να αισθανθούμε υπερηφάνεια και ευχαρίστηση από το μεγάλο μας έπαγγελμα;

MARIA A.

Από την πλευρά της γυναίκας

ΑΣΤΕΙΑ ΚΑΙ ΣΟΒΑΡΑ

ΤΑ ΚΑΛΙΣΤΕΙΑ τελείωσαν για φέτος τουλάχιστον. Τα ρολά κατέβηκαν, η φωτοφία έσβυσε. Οι αποτυχημένες καλλονές κλάψανε (όσο τουλάχιστον το επιτρέπουν οι κανόνες της ομορφιάς!). Και το χειρότερο απ' όλα: δεν έδοξασθημεν στο έξω-τερικό!

Δεν βρήκαν το σέξ απλή της κόρης όπως έπρεπε να είναι και μας κάψανε οι αθέοφοβοι! Για σκεφθείτε όμως και την καυμένη την καλλονή. Πόσες ελπίδες, πόσες προσδοκίες, και τί απογοήτευση!

Τί τραβάνε, τέλος πάντων, κι' αυτά τα κορίτσια με τα καλλιστεία! Και όσες τουλάχιστον εκλέγονται για τον τελικό γύρο έχουν κάποια παρηγοριά, κάποια ήθική ικανοποίηση, ακόμα κι' αν δεν νικήσουν. Τι γίνονται όμως εν τώ μεταξύ οι άλλες; Αυτές που αποκλείονται τελικά από το διαγωνισμό κι' έχουν γίνει εν τώ μεταξύ θέαμα στις εφημερίδες;

Τί γίνονται τα κορίτσια αυτά; Απλοστάσια, τρέφουν κυριολεκτικά με τις σάρκες τους την περιέργεια του αναγνώστη που κοινού των εφημερίδων. Υφίστανται την αδυσώπητη κριτική, τα πικάντικα σχόλια και τις επιθέσεις διαφόρων επιτηδεών.

Αλλά, ως μη δούμε μόνο από τη διασκεδαστική του πλευρά το ωραίο θέαμα των καλλιστείων που απέτελεσε τη χαρά των ευθυμογράφων. Ας μας επιτρέψουν οι αναγνώστριές μας να διατυπώσουμε και μερικές σοβαρές απορίες, παρ' όλο που αρχίσαμε με αστεία. Γιατί ίσως να μη περιμένουν από μας μόνο να τις διασκεδάσουμε, αλλά να πούμε κάτι πιο συγκεκριμένο, σαν καθαρά γυναικείο περιοδικό που είμαστε.

Θέλαμε λοιπόν να ρωτήσουμε το εξής: Προκειμένου να εξακολουθούν να γίνονται καλλιστεία, πρέπει να παρακολουθή το κοινό όλη τη διεξαγωγή του διαγωνισμού από την αρχή ως το τέλος; Είναι ανάγκη να σχολιάζει όλη η γειτονιά κάθε λεπτομέρεια ενός κοριτσιού; Γιατί τόσο δημοσιότητα; Γιατί να δημοσιεύονται οι φωτογραφίες πρόκειται καν να μπουν στους τελικούς; Δεν θα ικανοποιούσε το κοινό τη θεμιτή περιέργειά του, αν δημοσιεύονταν τουλάχιστον μόνον οι φωτογραφίες του τελικού γύρου;

Στον τελικό γύρο τουλάχιστον μόνον οι επικρατέστερες, πράγμα που εμπνέει ένα σχετικό σεβασμό. Γιατί μια ομάδα διαλεχτών ωραίων κοριτσιών προκαλεί κατ' αρχήν το θαυμασμό και ευπρεπίζει τα σχόλια.

Η τόσο δημοσιότητα βλάπτει τα κορίτσια χωρίς να ωφελήσει κατά κανένα τρόπο το διαγωνισμό.

Αν η δημοσιότητα κρατιόταν ασύμπτωτα μυστική ως την τελική φάση, θα αποφεύγονταν πρώτα απ' όλα ο ψυχικός κλονισμός και η μείωση των κοριτσιών που απέτυχαν, και δεν θα δημιουργούσαν τόσα οικος-

γενειακά δράματα. Η δημοσιότητα διευκολύνει επίσης τόσο τις καλές όσο και τις κακές γνωριμίες, που μαζί με το πληγμένο φιλότιμο, οδηγούν συχνά τα κορίτσια εκεί που δεν θα έφταναν, αν κανείς δεν γνώριζε την περιπέτειά τους.

Ο διαγωνισμός, έξ' άλλου, χάνει σε σοβαρότητα με την άθροια δημοσίευσή φωτογραφιών, γιατί προσελκύονται κορίτσια που ξέρουν ότι δεν έχουν ελπίδες, αλλά επιδιώκουν κυρίως τη δημοσίευσή της φωτογραφίας τους για άλλους σκοπούς.

Και η δημοσίευσή φωτογραφιών μέτρων κοριτσιών, δίνει με τη σειρά της ελπίδες σε κάθε μετριοτήτα να παρουσιασθεί. Πέφτει η ποιότητα και το επίπεδο του διαγωνισμού, και ελάχιστες καλές αποφασίζουν να λάβουν μέρος.

Κι' έτσι εξευτελίζεται ένας διαγωνισμός που θα μπορούσε να είναι καθ' όλα σεμνός. Γιατί άσμενο δεν είναι το γυμνό, αλλά ο τρόπος με τον οποία προσφέρεται στη θέα.

Πολλοί λένε ότι τα καλλιστεία όχι μόνο δεν είναι κακά, αλλά αποτελούν εκδήλωση πολιτισμού και προάγουν την ιδέα του ωραίου. Αυτό κατά τη γνώμη μας είναι πολύ αμφισβητήσιμο.

Γιατί η ιδέα του ωραίου προάγει πραγματικά σ' ένα τόπο, μόνο όταν είναι αναπόσπαστα δεμένη με οργανωμένες προσπάθειες κι' επιδόσεις. Όταν διδάσκεται η φυσική αγωγή, ή τέχνη των κινήσεων, το καλό γούστο κ.ά. Ένώ τα καλλιστεία είναι ένας απλός διαγωνισμός που βραβεύει την ομορφιά όπως τη βρίσκει, τυχαία και συμπτωματικά.

Ακόμα όμως και αν δεν εξυπηρετούν πράγματι τόσο ψηλούς σκοπούς τα καλλιστεία, έχουν μιά άλλη πρακτική αξία. Αποτελούν μιά μεγάλη ευκαιρία γι' ανάδειξη κοριτσιών ιδίως που δεν διαθέτουν υλικά ή κοινωνικά μέσα. Κοπέλλες ωραίες αποκτούν τη δυνατότητα να διακριθούν στον κινηματογράφο. Κι' αν δεν κάνουν για το θόρυβο, αποκτούν πάντως μιά σχετική υποστήριξη για ένα καλύτερο μέλλον.

Θα ήταν κρίμα, λοιπόν, να δυσφημιστή σιγά σιγά και να κλείσει η πόρτα αυτή. Κι' αν επί τέλους είναι λογικό να ενδιαφέρεται η κάθε εφημερίδα να κάνει κυρίως τη ρεκλάμα της, όταν αναλαμβάνει κάτι τέτοιους λεπτούς διαγωνισμούς, ας μη γίνονται καλλιστεία μέσω των εφημερίδων. Ας αξιωθεί να τεθούν υπό την αιγίδα κανενός οργανισμού που δεν έχει ανάγκη να προσφέρει τις κοπέλλες δωρά στο κοινό. Ας αναλάβει π.χ. η Σχολή Καλών Τεχνών, καμμία κινηματογραφική ένωση ή οποιοδήποτε ίδρυμα τέλος πάντων έχει χέσι άμεση με την τέχνη. Αντί παπάδες και εκπαιδευτικοί να ζητούν την κατάργηση των καλλιστείων, που γίνονται τώρα σ' όλο τον κόσμο, ας εξασφαλιστεί η άμεση διεξαγωγή τους.

EYA



ΤΩΡΑ ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ

ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ είναι η χαρά των παιδιών, είναι η ευλογία μέρη εποχή που ελεύθερο το παιδί, αφήνεται να λουσθή από φως και ήλιο, στοιχεία απαραίτητα για την ανάπτυξή του. Μη τα σφίγγετε μέσα σε βαρειά φορέματα που εμποδίζουν το δέρμα ν' αναπνέει. Ας παίξουν τα παιδιά σας ελεύθερα και όσο γίνεται πιο γυμνά, τώρα το καλοκαίρι. Μη τα περιορίζετε μέσα σε μονοκόμματα φορέματα την ώρα του παιχνιδιού. Προτιμάτε τα γυμνά σορτάκια που δεν εμποδίζουν το παιδί. Πρέπει όμως να συνοδεύονται και από ένα μικρό συμπλήρωμα που προστατεύει από τον πολύ ήλιο ή τις καιρικές μεταβολές.



1 Κλασικό παντελονάκι σόφρ με τράντες. Έχει για συμπλήρωμα το ελεύθερο αυτό πουκάμισο που δεν εμποδίζει καθόλου τις κινήσεις του παιδιού. Στρογγυλός ναιίτης εμπρός και πίσω.

2 Μικρός σουρωτός μπουστός που αφήνει τελείως γυμνή τη μέση. Φουτίτσα λαζή. Ο μπουστός φοριέται στην πλάτη με ασορτί παντελονάκι. Η ρηχτή ζακέτα αποτελεί πρακτικό συμπλήρωμα.

Η ΓΥΝΑΙΚΑ

ΚΑΙ ΤΟ ΣΠΙΤΙ

ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΜΕΝΗ
ΔΕΚΑΠΕΝΘΗΜΕΡΗ
ΕΠΙΘΕΩΡΗΣΙΣ

ΜΟΡΦΟΤΙΚΟΥ, ΕΘΝΙΚΟΥ, ΕΠΙ-
ΣΤΗΜΟΝΙΚΟΥ, ΘΡΗΣΚΕΥΤΙ-
ΚΟΥ, ΕΓΚΥΚΛΟΠΑΙΔΙΚΟΥ,
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟΥ, ΦΙΛΟΛΟΓΙ-
ΚΟΥ, ΗΘΟΠΛΑΣΤΙΚΟΥ ΚΑΙ
ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ

ΕΤΟΣ 4ον ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ 92
ΑΘΗΝΑΙ, 29 ΙΟΥΛΙΟΥ 1953

Τιμή τεύχους δραχ. 5.000

Διευθυντής: Ε. Χ. ΤΕΡΖΟΠΟΥΛΟΣ
'Αρχισυντάκτης: ΑΛ. ΜΑΚΡΟΠΟΥΛΟΣ
Οικονομική Δ/νσις: ΑΝ. ΝΟΜΙΚΟΣ

ΓΡΑΦΕΙΑ: ΟΔΟΣ ΣΑΝΤΑΡΟΖΑ 1
Τηλέφωνο: 36.762
ΤΥΠΟΓΡΑΦΕΙΑ: ΒΟΡΕΟΥ 7
Τηλέφωνο: 36.555

ΣΥΝΔΡΟΜΑΙ

'Εσωτερικός:
ΕΤΗΣΙΑ (26 τεύχη) Δραχ. 125.000
ΕΞΑΜΗΝΟΣ (13 τεύχη) » 65.000
ΤΡΙΜΗΝΟΣ » 35.000

'Εξωτερικός (έτησια):
Λίραι 'Αγγλίας (χάρτινα) 3.10.0
Δολάρια 10.00

Τα εμβάσματα δέον ν' αποστέλλων-
ται προς Ε. Τερζόπουλον εκ μέρους
'Εσωτερικού δια ταχυδρομικής επιτα-
γής, εκ δε τού 'Εξωτερικού δια τρι-
μηνικής επιταγής.

Η ΗΜΕΡΑ ΤΗΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ

«Η ΓΥΝΑΙΚΑ» κυκλοφορεί ανά δεκα-
πενθήμερον, ημέραν ΤΕΤΑΡΤΗΝ, άνε-
ξαρτήτως ημερομηνίας.
Το προσχές (93ον) τεύχος θα κυκλο-
φορήσῃ τὴν

ΤΕΤΑΡΤΗ, 12 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 1953

ΤΑ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ ΤΕΥΧΗ

ἀπὸ τοῦ 1ου μέχρι τοῦ τελευταίου,
πλην τῶν 2, 3 καὶ 4, πωλοῦνται εἰς
τὰ Γραφεῖα μας.

ΟΙ ΤΟΜΟΙ ΤΗΣ 'ΓΥΝΑΙΚΑΣ'

ΚΑΛΙΤΕΧΝΙΚΩΤΑΤΟΙ ΧΡΥΣΟΔΕΤΟΙ

- Α' (τεύχη ἀριθ. 1—13)
- Β' (τεύχη ἀριθ. 14—26)
- Γ' (τεύχη ἀριθ. 27—39)
- Δ' (τεύχη ἀριθ. 40—52)
- Ε' (τεύχη ἀριθ. 53—65)
- ΣΤ' (τεύχη ἀριθ. 66—78)

Προσκομίζοντες τὰ ἀνωτέρω τεύχη εἰς
τὰ γραφεῖα μας παραλαμβάνετε τοὺς
τόμους δεμένους εἰς θραυράτων χρο-
νικὸν δίστημα.

Βιβλιοδεσία ἐκάστου τόμου δρ. 25.000

Διευθύνσεις συμφώνως τῷ ἀρθρῷ 6
§ 7 τοῦ Α. Ν. 1092/1938:
Διευθυντής: Εὐάγγελος Τερζόπουλος.
Κατοικία: Ὁδὸς Κολυμβίας 12. Ὑπεύ-
θυνος Τυπογραφείου: Νικόλαος Παρα-
σκευόπουλος. Κατοικία: Κολωνοῦ 57.

ΜΑΤΙΕΣ ΑΠ' ΤΟ ΠΑΡΑΘΥΡΟ

Χάρτινα ύφασματα!

Μπορούσατε νὰ τὸ φαντασθῆτε αὐτὸ ;
"Υφασμα, δηλαδὴ, ἀπὸ χαρτί! Μιά ἀμε-
ρικανικὴ βιομηχανία, λέει, θὰ ρίξῃ στὴν ἀ-
γορὰ ἐντὸς τῶν προσεχῶν ἐβδομάδων, δι-
άφορα εἶδη κατασκευασμένα ἀπ' αὐτὸ τὸ
χάρτινο ὕφασμα, ἥπως: μαγιό, φορέματα,
πουκάμισα, πετσέτες, τραπέζομάντηλα,
σάκκους, τσάντες κ.λ.π. Τὸ χάρτινο ὕφα-
σμα εἶναι ποτισμένο μὲ μιά συνθετικὴ ρη-
τίνη κι' ἔτσι γίνεται ἀνθεκτικώτατο. Θὰ εἶ-
ναι δὲ τὰ εἶδη αὐτὰ πάμφθηνα. Ἀρκεῖ νὰ
σημειωθῇ ὅτι θὰ μπόρῃτε κάθε μέρα νὰ
ἀλλάξετε μαγιὸ μὲ τὰ ἴδια χρήματα πού
θὰ δίνετε γιὰ ἓνα μαγιὸ ἀπὸ λαστέζ.
'Αλλὰ τὸ πρᾶγμα θὰ γίνεται πολὺ ἐνδια-
φέρον στὴν κοσμικὴ στήλη: «Διεκρίναμε
τὴν κ. Τάδε μὲ θαυμάσια ροζ τουαλέτα ἀ-
πὸ... χαρτί γραφῆς, τὴν δ. Δεῖνα μὲ χα-
ριτωμένο φόρεμα κοκτέιλ ἀπὸ... χαρτί ἐ-
φημερίδος κ.λ.π.». Ἡ ἡ συντάκτις μας τῆς
Μόδας θὰ σὰς πληροφορή: «Φέτος θὰ φα-
ρεθοῦν πολὺ οἱ φουστὲς ἀπὸ... χασαπόχαρ-
το, καὶ οἱ μπλουζὲς ἀπὸ... τσιγαρόχαρτο
περιτυλίγματος!».

Τὸ πριγκιπικὸ εἰδύλλιο

Ἐπὶ τέλους, τὸ εἰδύλλιο τῆς ρομαντι-
κῆς πριγκίπισσας Μαργαρίτας μὲ τὸ γο-
ητευτικὸ ἥρωα Τάουσετ πᾶει πρὸς τὸ εὐ-
τυχὲς τέλος τοῦ ὕστερα ἀπὸ τὴ συγκάτα-
θεσι τῆς βασιλικῆς ἀδελφῆς καὶ τῆς δηλώ-
σεως τοῦ 'Αγγιλου ὑπουργοῦ: «Τὰ προσω-
πικά αἰσθήματα παντὸς ἐνδιαφερομένου
πρέπει νὰ εἶναι σεβαστὰ ἀπὸ ὅλους...». Παράδοσις δηλαδὴ ἀνεῦ ὁρων στὸ μικρὸ
φερωτὸ θεο πού μὲ τὸ ἀρχέγονο ἀλλὰ ἀ-
καταμάχητο βέλος τοῦ ἐξεφώθησε καὶ
καλῶς φρουρούμενα ἀνάκτορα καὶ τὸ σκυ-
θρωπὸ ἀγγλικὸ κοινοβούλιο.

«Ἐρῶς ἀνίκατε μάχαν,
ὃς ἐν μαλακίαις παραισιᾷς
νεάνιδος ἐμφωλεύει...»

ὅπως ἔγραψε, πολὺ σωστά, ὁ ἀρχαῖος ἡ-
μὸν πρόγονος, ὁ ποιητὴς Σοφοκλῆς.

«Δὲν ἐγγνώριζον νὰ κολυμβοῦν»

Πέντε νεαρὲς ἐργάτριες στὸν 'Αχελῷο,
δύο νέοι στὸν ποταμὸ Εὐρῆν καὶ ἓνα κο-
ριτσάκι στὴ Γλυφάδα «ἐπνίγησαν διότι δὲν
ἐγγνώριζον νὰ κολυμβοῦν», γράφουν οἱ ἐφη-
μερίδες. Νὰ ἓνας φοβερὸς ἀπολογισμὸς
μέσα σὲ μιά ἐβδομάδα μόνο καὶ σὲ μιά
χώρα σὰν τὴν 'Ελλάδα πού οἱ ἀκτές τῆς
πιάσουν μῆκος χιλιάδων χιλιόμετρων. Τὰ
πραγικά αὐτὰ θύματα δὲν εἶναι οὐτε τὰ τελευ-
ταῖα. Ἐὼς ὅπου φυσικά οἱ σοφοὶ ἐκπαί-
δευτικοὶ μας καταλάβουν ὅτι ἡ ἐκπαίδευ-
σι δὲν συνίσταται μόνο στὸ μᾶθημα τῆς
γραμματικῆς καὶ στὴ σωματικὴ ἀσκήσι, ἔ-
να μέρος τῆς ὁποίας καὶ τὸ σπουδαιότερο,
εἶναι τὸ κολύμπι. Στὸ τέλος ἂν περικο-
ποῦν δύο τρεῖς ὥρες τὴν ἐβδομάδα ἀπὸ
τὰ λατινικά καὶ τὰ ἄλλα ἐπαισιώδη μα-
θήματα καὶ ἀφιερωθοῦν στὸ μᾶθημα τοῦ
κολυμβίου, τὰ παιδιὰ δὲν θὰ χάσουν
σπουδαῖα πράγματα ἀλλὰ θὰ κερδίσουν τὴ
ζωὴ τους σὲ μιά κρίσιμη στιγμή.

Κολυμβητήρια

Βέβαια, γιὰ νὰ γίνουν ὅλα αὐτὰ χρει-
άζεται νὰ βοηθήσῃ — ποὺς ἄλλος ἀπὸ τὸ
κράτος; — ἰδρύοντας κολυμβητήρια ὅχι
μόνο στὶς παράλιες πόλεις ἀλλὰ καὶ στὶς
μεσόγειες, ὅπου τυχὸν περνᾷ ἓνας πο-
ταμὸς ἢ ῥεεῖ μιά πηγή. Βέβαια, αὐτὰ εἶ-
ναι ἀνεύρεσι... βερινὸς νυκτός, ἀλλὰ ἐν τῷ
μεταξὺ ἡ ἰδιωτικὴ πρωτοβουλία, δηλαδὴ οἱ
ἀθλητικοὶ σύλλογοι, κάνει θαύματα. Καὶ
εἶναι πραγματικά θαυμασιὰ νὰ βλέπῃς τὰ
κορίτσια καὶ τ' ἀγόρια μὲ τὰ χάλκινα σώ-
ματα, στὰ λίγα κολυμβητήρια πού υπάρ-
χουν στὸν τόπο μας, νὰ σκίζουν σὰν δελ-
φίνα τὸ νερὸ καὶ νὰ πραγματοποιοῦν ἀ-
εξιολογώτατες ἐπιδόσεις στοὺς ἀγῶνες τῶν
τελευταίων ἡμερῶν. Ἀλλὰ αὐτὸ εἶναι ἐλά-

χιστο μπροστὰ σ' ὅ,τι πρέπει νὰ γίνῃ, νὰ
μάθουν δηλαδὴ ὅλα τὰ παιδιὰ τῆς χώρας
μας νὰ κολυμποῦν. Καὶ νὰ σκεφθῇτε ὅτι
οἱ Οὐγγροὶ, πού οὔτε ξέρουν τί πρᾶμα εἶ-
ναι ἡ θάλασσα, εἶναι πρωταθλητὲς τοῦ κό-
σμου στὰ... θαλάσσια ἀγώνισματα!

«Πρωτότυπος μὴν τοῦ μέλιτος»

Τί σὰς λείει αὐτὸς ὁ «πρωτότυπος μὴν
τοῦ μέλιτος» πού κάνουν τὰ δύο νεαρὰ ζευ-
γάρια ἀπὸ τὴν Ἀγγλία. «Ὁ Αὐστράλος
Ρόντεον Τζόνσον καὶ ὁ Ἀμερικανὸς Τὸμ
Κέιν, λέει ἡ εἰδησις, ἀνεχώρησαν χθὲς μὲ
τὰς συζύγους τῶν ἐπ' αὐτοκινήτου διὰ νὰ
διέλθουν τὸν μῆνα τοῦ μέλιτος διανύοντες
16.000 χιλιόμετρα ἀνὰ τὸν κόσμον». Τὰ
εὐτυχὴ ζεύγη, καταλήγει ἡ πληροφορία,
θὰ κατευθυνθοῦν στὴν Αὐστραλία, ἀφοῦ
προηγουμένως διασχίσουν αὐτοκινήτῳ τὰς
τὴν Εὐρώπῃ καὶ τὴ Νότια Ἀσία. Γιὰ φαν-
τασθῆτε Καὶ μὲις νομίζαμε ὅτι ἡ πρωτοτυ-
πία θὰ ἦταν νὰ ἀνεδοῦν στὴ κορυφὴ τοῦ
'Εβερεστ! Ἐκτὸς ἂν φυσικώτερο στὶς ση-
μερινὲς περιστάσεις, τὸ νὰ διαθέτῃς αὐτο-
κίνητο, καιρὸ καὶ τὸ σπουδαιότερο λεφτὰ!

«Φῶτο - ὄφσετ»

Ἦρισμένες σελίδες τοῦ τεύχους μας αὐ-
τοῦ εἶναι τυπωμένες μὲ τὸ νέο σύστημα
«φῶτο - ὄφσετ». Δοκιμάζουμε τὴν καινοτο-
μία αὐτὴ μὲ τὴν βεβαιότητα ὅτι συντελοῦ-
με στὴν ἐξέλιξί τοῦ ἑλληνικοῦ περιοδικοῦ
μὲ μέσα ἀποκλειστικῶς ἑλληνικά, χωρὶς
νὰ καταφεύγουμε στὸ ἐξωτερικὸ μὲ τὰ
γνωστὰ ἀμφίβολα ἀπτελέσματα. Πιστεύου-
με ὅτι, ἡ ἐνίσχυσις τῆς προσπάθειάς μας
αὐτῆς θὰ ἔχῃ γενικώτερα ὠφέλη καὶ γιὰ
τὶς ἀναγνώστριές μας καὶ γιὰ τὸν κόσμον
ἐκείνων πού μοχθοῦν στὴν προσπάθεια
αὐτῇ.

«Ἡ ψυχρότης στὴ γυναῖκα»

Ἀπὸ τὸ 90ὸ φύλλο ἐγκαινιάζουμε μιά
στήλῃ μὲ τὸν γενικὸ τίτλο «Ἡ ψυχρότης
στὴ γυναῖκα» ὅπου μποροῦν νὰ ἀπευθύνω-
νται ἀπ' εὐθείας οἱ ἀναγνώστριές μας κι'
ὅπου καταβάλλεται κάθε προσπάθεια
νὰ βροῦν ἀπάντησι καὶ λύσι τὰ πολυποί-
κιλα ψυχικά, αἰσθησιακά, αἰσθηματικά
καὶ γενικώτερα ἠθικοκοινωνικά προβλήμα-
τα πού ἀπασχολοῦν τὴ σύγχρονη γυναῖκα.
Οἱ ἀναγνώστριές μας, ἐλπίζουμε, ὅτι θὰ
ἐκτιμῇσουν ὅσο χρειάζεται τὴν καινοτομία
αὐτῇ τῆς «ΓΥΝΑΙΚΑΣ».

Πολύτεκνοι

Εἶχαν αὐτὲς τὶς μέρες οἱ πολύτεκοι τὸ
ἐτήσιό τους συνέδριον. Κι' ἔλαβαν χαιρε-
τιστήρια τηλεγραφήματα ἀπὸ πολλὰς χαι-
ρετικές συλλογὰς, ὅσο γίνονται πρὸ
γυνώσεως. Πραγματικά, τόσο περισσότε-
ρο τὸς θαυμάζουμε. Οἱ ἀνύπαντροι ἀπο-
ροῦν πῶς τὰ βγάζουμε πέρα μὲ τόσα παι-
διά (νὰ τοὺς ζήσουν, ὁ καθένας ἔχει πέν-
τε τὸ λιγώτερο!) κι' οἱ παντρεμένοι μ' ἔ-
να ἢ δύο κουτσούβελα συλλογίζονται τὴ
θέσι τῶν πολυτέκνων καὶ παθαίνουν... οἰ-
κονομικὸ ἴλιγγον. Ἐκεῖνοι δὲ, ἂν τοὺς
ρωτήσετε, παρ' ὅλες τὶς δυσκολίες πού
περνοῦν, δὲν εἶναι μετανιωμένοι γιὰ τὴν
πολυτεκνία τους. Ἀντίθετα αἰσθάνονται.
μιά περηφάνεια κι' ἂν τώρα ζητοῦν τὴν
ἐνίσχυσι τῆς πολιτείας εἶναι γιὰ νὰ μπο-
ρέσουν νὰ κάνουν τὰ παιδιὰ τους χρήσι-
μα στὴν ἴδια τὴν πολιτεία. Καὶ θὰ πρέ-
πει ὅλοι νὰ τοὺς παρασταθοῦν...

Η ΠΕΡΙΕΡΓΗ

Τὸ ἐξώφυλλό μας

• Τὸ ὠραῖο αὐτὸ φόρεμα ἀπὸ μαλακὸ τα-
φταδάκι, φοριέται εὐχάριστα τὴν ἐποχὴ
αὐτῇ. Ἡ φούστα εἶναι λοξή. Τὸ μανίκι εἶ-
ναι κιμονὸ καὶ σφίγγει μὲ μανσετόλα
κάτω ἀπ' τὸν ἀγκῶνα. Ἡ ζώνη γίνεται στε-
νὴ ἀπὸ τὸ ὕφασμα φοδραρισμένη μὲ πετσί.

ΤΟ ΔΕΚΑΠΕΝΘΗΜΕΡΟ

Γινευματικές καὶ καλλιτεχνικές ἐκδηλώσεις

ΤΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΟΝΟΜΑ
διεκρίθη καὶ πάλι στὸ ἐξωτε-
ρικό. Αὐτὴ τὴν φορὰ ἡ τιμὴ
πού εἶναι ἦταν ἐξαιρετικὴ.
Πρόκειται γιὰ τὴ συμμετοχὴ
τῆς ἐκλεκτῆς καλλιτέχνιδος
τοῦ τραγουδιοῦ Ἄννας Τασ-
σοπούλου στὸ μεγάλο διεθνὲς
φεστιβάλ τοῦ Μπαϊρόυτ. Τὴ
συμμετοχὴ τῆς Τασσοπούλου
ἐζητήσεν ὁ διάσημος σκηνοθέ-
της Βίλλαν Βάγκνερ — ἔγγον-
ος τοῦ μεγάλου μουσουργοῦ
— ὁ ὁποῖος τῆς ἔδωσε τὸν
πρῶτο ρόλο στὴν ὅπερα «Πάρ-
σιφαιλ» μὲ τὴν ὁποία γίνεται
ἡ ἐναρξὶς τῶν ἑορτῶν στὸ
Μπαϊρόυτ.

— Ἡ Ἄννα Τασσοπούλου
σοπράνο μὲ διεθνή ἀναγνώρι-
σι καὶ πρωταγωνίστρια τῆς
ὁπερας τοῦ Ντύσελντορφ εἶ-
ναι μοναδικὴ ἐρμηνεύτρια ἔρ-
γων Βάγκνερ. Δὲν εἶναι δὲ ἡ
πρῶτη φορὰ πού τῆς δίνεται
αὐτὸς ὁ ρόλος καὶ τῆς γίνε-
ται ἡ ἐγκωριστη αὐτὴ διακρι-
σις. Ἡ καλλιτέχνης, μετέχει
συχνὰ σὲ πρῶτου μεγέθους
συναυλίες καὶ πασαρτάσεις
καὶ θεωρεῖται ὡς μιά ἀπὸ τὶς
καλύτερες σοπράνο τοῦ κό-
σμου.

ΚΑΙ ΜΙΑ ΑΛΛΗ ἀκόμα καλ-
λιτέχνης τοῦ τραγουδιοῦ με-
σοῦρηνσε αὐτὲς τὶς ἡμέρες
στὸ μεγάλο θέατρο «Κόδεν
Γκάρντεν», ἡ Μαρία Καλογε-
ροπούλου γυνὴ τῆς διεθνῶς
ὡς Μαρία Κάλλας). Ὑποδύ-
θηκε τὴ Νόρμα στὸ ὁμόνοιο
ἔργο τῆς ὁπερας τοῦ Μπελ-
λίνι καὶ ἡ κριτικὴ γιὰ πρώτη
φορὰ μίλησε μὲ τόσο ἀνεπι-
φύλακτο ἐνθουσιασμὸ γιὰ καλ-
λιτέχνισα. Ἀφίξει νὰ εἰπωθῇ
ἔδῳ πῶς ἡ διακεκριμένη αὐ-
τὴ συμπατριώτισσά μας τὴν
τελευταίον καιρὸ, βλέπει ἐξ-
ες καὶ τιμὲς μοναδικὰς ἀπὸ
τοὺς διασημότερους ξένου-
κριτικούς πού γράφουν τὰ
καλύτερα λόγια γιὰ τὸ με-
γάλο τῆς ταλέντο.

ΠΟΛΥΣ ΛΟΓΟΣ εἶναι τε-
λευταῖα γιὰ μιά νεαρὰ πεζο-
γράφου τῆς Αἰγυπτου, τὴν
Ντόλλυ Ντάλκα, πού εἶναι
ψευδώνυμο μιάς ἐκλεκτῆς
συγγραφῆς τῆς ἐκεί παροι-



Ἡ λογοτέχνης
ΝΤΟΛΛΥ ΝΤΑΛΚΑ

κίας μας. Ταλαντούχος πολυ-
γράφος καὶ φαντατικὴ ἐργά-
τρια τῶν Γραμμάτων ἡ δνὶς
Ντάλκα, ἀφωσιωμένη ἀπὸ μι-
κρὸν στὸ γράψιμο ἐπέτυχε
μέσα σὲ σχετικῶς μικρὸ διά-
στημα, τὸν τελευταῖον καιρὸ
δύο βραβεῖα πού ἀντιπροσω-
πεύουν καὶ δύο μαζὺ γυναι-
κείες νίκες.

— Τὸ ἓνα βραβεῖο τὸ ἔλα-
βε ἀπὸ τὸν διαγωνισμὸ πού
ὠργάνωσε τὸ Κυπριακὸ περι-
οδικὸ τῆς Λευκωσίας «Κυπρι-
ακὰ Γράμματα» καὶ ἀφορροῦσε
τὴν πεζογραφία τῶν νεωτέ-
ρων. Ἡ δνὶς Ντάλκα ἔρθε
πρῶτη. Στὸν ἄλλον διαγωνι-
σμὸ, τοῦ Κρητικῶ «Σωμα-
τεῖου τῶν Ἀθηνῶν «Κνωσ-
σός», πεζογραφικὸ κι' αὐτόν,
ἡ νεαρὰ ἀλεξανδρινὴ λοχότε-
χνις, ἔλαβε καὶ ἐδῶ τὸ βρα-
βεῖον.

— Ἡ Ντόλλυ Ντάλκα ἔχει
δημοσιεύσει ποιήματα, πεζο-
τάγματα καὶ διηγήματα στὴν
Αἴγυπτο, Κύπρον, Ἀθήνα
(Βραβυῆ) Θεσ/νικῇ (Μακεδ.
'Ημερολόγιον) καὶ ἄλλου.

ΣΠΑΝΙΑ ἑλληνικὸ περιοδικὸ
τῆς λογοτεχνίας ἔχει συγκεν-
τρώσει στὶς στήλες του τό-
σα ὀνόματα γυναικῶν, ὅπως
ὁ «Κρίκος» τὸ λαμπρὸ καὶ
ὠραῖο αὐτὸ περιοδικὸ τοῦ
Λονδίνου. Ἀνοίχτες οἱ σελί-
δες του γιὰ τὰ νέα ταλέντα,
περισσότερο κι' ἀπὸ τοὺς
καθιερωμένους. Ἐτσι σήμε-
ρα οἱ συνεργάτες του εἶναι οἱ
περισσότεροι γυναῖκες. Ἰδοὺ
μερικὰ ὀνόματα: Λιλὴ Πατρι-
κίου, Εἰρήνη Γαλανοῦ, Λούλα



Ἡ ποιήτρια
ΓΕΩΡΓΙΑ ΜΥΤΙΛΗΝΑΙΟΥ

Ἰερωνυμίδου, Μπέλλα Ραφτο-
πούλου, Μαρλέττα Παῦλη,
'Ερση Σεφεριάδου. Εὐτέρπῃ
Σκόδρου, Ἰσιδώρα Καμαρι-
νέα, Ἀλέξ. Γκιση, Μαρία
Σωτηροπούλου, Μίτσα Πατέ-
ρα, Ἀφρῶ Αὐγερινού, κ. ἄ.

Ἡ ΠΡΩΤΕΥΟΥΣΑ φιλοξενεῖ
τὴ νεαρὰ Σπαρτιάτισσα ποι-
ήτρια δ. Γεωργία Μυτιλη-
ναίου, πού ἡ πρώτη ποιητικὴ
τῆς συλλογὴ «Αὐγὴς καὶ Δει-
λίνα» ἔδειξε ἓνα πλούσιο καὶ
ἐλπιδοφόρο ταλέντο πού θὰ
ἐξελεγχθῇ πολὺ γρήγορα.

— Ἡ νεαρὰ Μυτιληναῖου
καὶ μὲ τὰ μεταγενέστερα τρα-
γουδιὰ τῆς ἐκέρδισε τὴν ἐπι-
τιμὴν τοῦ ἀναγνώστου καὶ
ἀπέκτησε καλὴ θέσι στὰ
Γράμματα καὶ τὴ γυναικεῖα
Λογοτεχνία.

Ἡ ΓΝΩΣΤΗ ΠΟΙΗΤΡΙΑ Ὀλ-
γα Παπαστάμου, ἐκκολοφονή-
σε τὸ ἑνατο διδύλιό της, τὴν
ποιητικὴν συλλογὴν «Ἀσπρέ-
νια φύλλα». Τὰ ποιήματα δια-
κρίνονται γιὰ τὴ βαθεῖα φι-
λοσοφικὴ τους διάθεσι καὶ
τὴν ἀριότητα τῆς μορφῆς
τους. Ἐν τῷ μεταξύ ἡ τῶσον

παραγωγικὴ ποιήτρια, εἴτοι-
μάς νὰ θέσῃ σὲ κυκλοφορία
ἓνα μεγάλο κοινωνικὸ μυθι-
στόρημα μὲ τὸν τίτλο: «Κά-
ποια φλογὰ στὴν καρδιά».



Ἡ καλλιτέχνης τοῦ θεάτρου
ΙΟΥΛΙΑ ΣΩΤΗΡΑΚΗ

ΤΑ ΓΕΡΑΚΙΑ ΤΗΣ ΠΙΝΔΟΥ.
— Εἶναι τὸ νέο διδύλιό τοῦ λο-
γοτέχνη Ζ. Σκάρου. Πρόκει-
ται περὶ μίας νουβέλας ἀπὸ
90 σελίδες, τῆς ὁποίας ἡ ὑ-
πόθεσι εἶναι παρμένη ἀπ' τὴ
ζωὴ τῆς δυτικῆς ὀρεινῆς Θεο-
σαλίας τὴν ἐποχὴ πού τὸ αἰ-
σθημα τῆς παλκαρίας καὶ
τῆς ἀνεξαρτησίας μόλις ἀρ-
χίζει νὰ παίρνῃ συγκεκριμένη
μορφή στὶς ἀγωνίες καὶ τὶς
ἐπιδιώξεις τῶν ἀγροτῶν μας,
γιὰ ἓνα καλύτερο μέλλον.

Μὲ ρωμαλεὸ ὕφος καὶ εὐρύ-
τητα σκέψης ὁ συγγραφέας
κατορθώνει νὰ ἐξεφύγῃ ἀπ' τὰ
στενά πλαίσια τῆς ἡθογρα-
φίας καὶ δικάια μποροῦμε νὰ
ποῦμε ὅτι τὸ διδύλιό του αὐτὸ
ἀποτελεῖ ἓνα ἀξιόλογο ἀγκῶ-
ναρὶ στὸ ὅλο οἰκοδόμημα τῆς
νεοελληνικῆς λογοτεχνίας.

ΣΤΟ ΘΕΑΤΡΟ «Ραντάρ» ἐμ-
φανίζεται μιά νέα καλλιτέ-
χνης τοῦ θεάτρου, ἡ Ἰουλί-
α Σωτηράκη. Ἀπόφοιτος
τῆς Σχολῆς τοῦ Μιχ. Κουνε-
λάκη, ἡ νέα καλλιτέχνης ὑπό-
σχεται ἓνα μέλλον λαμπρὸν.
Ἡ δνὶς Σωτηράκη ἔχει πρῶ-
ταγωνισθῇ ἤδη σὲ δύο ται-
νίαις πού θὰ προβληθοῦν τὸ
χειμῶνα.



Ἡ δνὶς Ἰταλίας ὁμογενῆς
δνὶς ΡΕΝΑ ΕΜ. ΓΡΕΓΟΥ,
γιὰ τὴν κοινωνικὴ δράσι
τῆς ὁποίας γράψαμε σὲ
προηγούμενον τεύχος.

Η ΓΥΝΑΙΚΑ

σ' ὅλο τὸν κόσμον

ΠΟΙΟΣ ΕΙΧΕ ΔΙΚΗΝ

'Ενδιαφέρον ἰδιαίτερον προξένησε τὸ
σκεπτικὸν τῆς ἀποφάσεως ἐνὸς δικα-
στηρίου τοῦ Ντέρμπυ τῆς Ἀγγλίας
μὲ τὴν ὁποίαν ἐπεδλήθη ποινὴ τριμῆ-
νου φυλακίσσεως στὸν 23ετὴ Πέρσυ Πο-
θέκαρου πού ἐκτύπησε μιά ὠραία ποδη-
λάτρια ἐπειδὴ, καθὼς ποδηλατοῦσε,
φάνηκαν ὠρισμένα ἐσώρουκά της!...

Πραγματικά, ὁ πρόεδρος τοῦ δικα-
στηρίου ἀπαγγέλλοντας τὴν ἀπόφασιν
εἶπε:

«Ἄν ὁ καθένας πού βλέπει τέτοια
θεάματα ἀκολουθοῦσε τὴν ἴδια τακτι-
κή, τότε οἱ περισσότερες ἀπὸ τὶς νέ-
ες τῆς χώρας μας θὰ ἐξυλοκοποῦντο
συνεχῶς...»

Ὁ νεαρὸς Ποθέκαρου, τύπος πουριτα-
νοῦ Ἑγγλέζου, εἶχε σοκαρισθῇ τόσο
πολὺ ὥστε νὰ χειροδικήσῃ, ἐπειδὴ ἓνας
δυνατὸς ἀέρας ἀνεσήκωσε τὴ φούστα
τῆς μὴς Μπλάιρ ἐπάνω ἀπ' τὰ γόνατα,
καθὼς

ΣΤΟΥΣ ΑΓΙΟΥΣ ΤΟΠΟΥΣ

Ο ΚΩΣΤΑΣ ΟΥΡΑΝΗΣ, που πέθανε στις αρχές Ιουλίου, γεννήθηκε το 1890 στην Πόλη, Σπούδασε στη Ροβέρτειο σχολή κι' άπασας μετά το πέρας των σπουδών του, νωστός, ταξίδεψε στο εξωτερικό. Το Παρίσι τον τράβηξε κι' έβρινε εκεί πολλά χρόνια ως ανταποκριτής αθηναϊκών εφημερίδων. Όταν επέστρεψε στην Αθήνα, εργάστηκε ως δημοσιογράφος. Βιβλία του εκυκλοφόρησαν πολλά κυρίως ποιητικές συλλογές. Ο Ουράνης καλλιέργησε με εξαιρετική επιτυχία το είδος των ταξιδιωτικών έντυπων και μας χάρισε αριστουργηματικές σελίδες με μορφοποιημένη περιγραφική δύναμη.

ΤΟΥ ΚΩΣΤΑ ΟΥΡΑΝΗ

Τισα με κλάματα εύτυχιας να προσευχηθώ, όπως έκαναν οι τραχείοι πολέμικοι Σταυροφόροι. Ούτε όταν βρέθηκαν μπροστά στα δυο μεγάλα 'Ιερά της Χριστιανισμού, — το σπήλαιο της Βηθλεέμ και τον Πανάγιο Τάφο, — σύρθηκαν πάνω στ' αχνάρια που έχουν αφήσει τα γόνата εκατομμυρίων προσκυνητών, για ν' άσπαστώ, όπως εκείνοι, με κατόνυξη στην ψυχή και δάκρυα στα μάτια, το λίκνο και την επιτάφια πλάκα του Θεανθρώπου.

Ήμουν κι' εγώ ένας από τους σπεπτιστές που δεν δέχονται ότι στο σπήλαιο της Βηθλεέμ (όπου χρειάζεται να κατεβή κανείς πολλά και απότομα σκαλοπάτια) είναι δυνατό να κατέβηκαν τα δόδια και τα γαϊδουριά που παρευρέθηκαν, μαζί με τους δασκούς, στη γέννηση του Θείου Βρέφους, ούτε ότι στην εκκλησία του Παναγίου Τάφου είναι δυνατόν να στεγάζονται, τόσο πλάι - πλάι που ν' αγγίζονται, ο Γολγοθας, όπου ο Χριστός σταυρώθηκε, και το μέρος όπου ο 'Ιωσήφ «ό από 'Αριμαθαίας», έφερε τον νεκρό του για να τον θάψει. Αντικρύζει κανείς έξ' αλλου, στην Παλαιστίνη πολλά πράγματα που δεν τα περιμένει, που δεν σκέφτηκε πως μπορούσε να τα ιδεί εκεί, και που — για όποιον δεν έχει την θαβεία πίστι, είναι σά μεγάλες λερωματίες στην εικόνα της — την εικόνα, που έχει πλάσει η φαντασία μας από την ανάγνωση των Ευαγγελίων: στο όρος των 'Ελαιών δεν υπάρχουν πιά έληές, γιατί οι Τούρκοι τις έκοψαν στον πόλεμο για να τροφοδοτήσουν με ζύλα τις άμαξοστοιχίες τους: ο κήπος της Γεθοσημανή έχει εξασφαιριστή κάτω από μια τεράστια — και τεραστώδη — εκκλησία που έχουν χτίσει οι Ράσοι: την 'Ερμη, όπου ο Χριστός ηνέπεσε για προσευχήθηκε, τη διασχίζει ένας πλατύς ασφαλτοστρωμένος δρόμος όπου πηγαioέρχονται τουριστικά αυτοκίνητα. 'Αγύροι πολισμένοι κανονίζουν την κυκλοφορία στους δρόμους της 'Ιερουσαλήμ, και στη Βηθλεέμ οι τοίχοι των σπιτιών είναι γεμάτοι πολύχρωμες ρεκάμες που έξιμνούν σπασιαλντε ή τις ραπτομηχανές Σίγ-γερ...

Και όμως δεν είχα πάει στους Αγίους Τόπους με τη θαβεία κι' απόλυτη εκείνη πίστι των προσκυνητών, που η 'Ιερουσαλήμ είναι γι' αυτούς ο μαγνητικός πόλος της ψυχής τους και που όνειρεύονται το ταξίδι στους Αγίους Τόπους σαν κάτι ιερό, το μοναδικό και το μέγα, που ύστερα απ' αυτό δεν έχει πιά να επιθυμηση κανείς τίποτε άλλο στη ζωή του.

Την πίστι αυτή, που έκανε τους μεσαιωνικούς προσκυνητές των Αγίων Τόπων να άδιαφορούν για τις κακουχίες ενός μακρινού και δύσκολου, τότε, ταξιδιού, και να ριφωκινδυνεύουν τις επιθέσεις των πειρατών, η που έσπρωχνε, πριν από τον πόλεμο, τους άπλοικούς Ράσους μουζίκους ν' άφίνουν κάθε χρόνο τις στεπές τους και να πεζοπορούν δδομάδες και δδομάδες ως που να φτάσουν, — άξανθιμένοι κι' άραιαμένοι από διάμεσους θανάτους, σαν τα κοπάδια των άποδημητικών πουλιών — στο τέρας της λαχτάρας τους και της πορείας τους, την 'Ιερουσαλήμ, την πίστι αυτή δεν την είχα.

Όταν πρωταντίκρυσά από μακριά, στο ύψος ενός λόφου που χρησιμεύει για δάδρο της, την 'Ιερή Πόλη των Λαγισμών και της λατρείας άναρίθμητων ανθρώπων, δε γονά-

πία της κι' οι σκηνές του άπαιθρου της είναι σά μια είκονογράφοι των σελίδων του.

Στη Ναζαρέτ, τη γλυκειά ώρα που ο ήλιος βασιλεύοντας, ροδίζει άπαλά τους ερηνικούς της έλαιόλκους, μπο- ρείτε ακόμα και σήμερα να ταυτίσετε την Παναγία με μια άπό τις γυναίκες με το φαρ- δυ μαύρο χιτώνα και το μακρύ μαύρο πέπλο που γυρνούν άπό τη βρύση με το θήμα άργό, με τα μάτια χαμηλωμένα στο χώ- μα, και με μια κόκκινη πηλι- νη στάμνα όρθια στο κεφάλι τους: στη γαλήνια λίμνη της Τιβεριάδος υπάρχουν πάντα φτωχοί ψαράδες σαν εκείνους που συντρέφει ο 'Ιησούς στο νυχτερινό τους ψάρεμα: ο ά- γριος και κουρελιάρης δεδου- λίνος με το σκελετωμένο κορμί, το μελαφό πρόσωπο, τα κα- τάμαυρα γένια και την έκφρα- ση της κατάρας στα μάτια του τα λαμπέρα σαν το καρ- δουνο, που τόν είδα κατάμονο κι' άκίνητο μέσα στην έρμη- όταν την περνούσα πηγαίνον- τας στον 'Ιορδάνη ποταμό, ή- ταν 'ίδιος ο 'Ιωάννης ο Βαπτί- στας των βυζαντινών άγιογρα- φιών: το πηγάδι απ' όπου έ- δγαζε νερό η Σαμαρείτις για τον διψασμένο 'Ιησού, με ξε- δίψασε και μένα, — ύστερα άπό χίλια έννιακόσια χρόνια — τους Φαρισσαίους τους είδα στην 'Ιερουσαλήμ: μόνο που δεν είχαν πιά την αρχαία τους οίστη αλλά θρηνοούσαν μπρο- στά στα έρείπια του ναού του Σολομώντος τη χαμένη δόξα του 'Ισραήλ: είδα πάνω στις καμήλες τους τους Μάγους: είχαν το 'ίδιο ντύσιμο και την 'ίδια μεγαλοπρέπεια, άδιάφο- ρο αν αντί για σμύρνα και λί- θο μεταφέραν ντενεκές δενζίνας: είδα τον άγαθό 'Ι- ωσήφ να γυρνά άπό το άμ- ωήν με τα γυρνά άπό το άμ- ωήν του στη Ναζαρέτ: τα πό- δια του κρέμονταν κάτω άπό τα γόνата του τεφρού γαϊδου- ρίου του (του 'ίδιου εκείνου της Φυγής Του για την Αίγυ- πτο): είδα ακόμα τους ευάγγε- λικούς δασκούς της Βηθλεέμ... Κι' αν δεν είδα την άναερη σι- λουέτα του 'Ιησού του 'Ιησού, με το μακρύ άσπρο χιτώνα, τους ξανθούς δαστρύους, το

άραϊό ξανθό γένη, και τα γα- λανά Του μάτια της καλωσύ- νης, του ρεμδασμού και της ά- γαπης, όλα ώστόσο μου μιλού- σαν γι' Αυτόν, όλα χάρι σ' Αυτόν έ- παρνον άξία και μετουσιώνον- ταν...

Ναι. "Αν τα μακρινά όρη του Μαδβ φαίνονται τόσο ώ- ραία μέσα στην μαδιάν άχνα του δειλινού, ήταν γιατί τόσες φορές είχε αναπάσει πάνω σ' αυτά το βλέμμα Του: αν οι λό- φαι της Ναζαρέτ ήταν τόσο γλυκοί ήταν γιατί είχε παιδεί σ' αυτούς όταν δεν ήταν ακό- μη παρά ένα άφρόντιστο ξαν- θό παιδάκι: αν ο 'Ιορδάνης δε μου φάνηκε ένα κοινό δουρκα- μένο ποτάμι ήταν γιατί είχε λουστή στα νερά του: αν τα στάχια των χωραφιών της Κα- περναούμ μου έδωσαν τύψη συγκίνησι, ήταν γιατί το χέ- ρι Του τάχε χαϊδέψει κάποτε, καθώς περνούσε ανάμεσα τους στους μοναδικούς ρεμδαμούς Του. Κι' αν στην Παλαιστίνη, όσο πουθενά άλλοι στον κό- σμο, η άτμόσφαιρα ήταν τό- σο καθάρια, κι' η ερηνή τόσο φωτεινή και άόλυτη, αν μια άπερίγραπτη γλυκύτητα χαί- δευε τα πάντα και την ψυχή μου, αν κάθε τι το ανθρώπινο και το πρόσκαιρο χανόταν μέ- σα σ' ένα συναίσθημα αιώνη- ότητας, που ύψωνε την ψυχή και τη γέμιζε σοδοή χαρά, ήταν χάρι στη μαγεία των λό- γων της ερηνής και της άγά- πης, που τα χείλια Του είχαν προφέρει εκεί πριν άπό χίλια έννιακόσια χρόνια, — πρώτα της Παλαιστίνης ήταν σά μια επίσκεψη στο άπλό, ερηνικό και φωτεινό σπίτι του 'Ιησού. Μου έδωσε την έντύπωσι ότι, ο γλυκός Ραβί με δέχτηκε με καλωσύνη στην αλή Του, ότι κάθισε πλάι μου σ' ένα πε- ζούλι με λουλούδια, κάτω άπό μια σκιερή περιπλοκάδα κι' ότι Αυτός που είχε κηρύξει για όλους τους ανθρώπους και για όλας τις γυναίκες, μίλησε λί- γο ώρα, άργα και σιγάνα, μό- νο σε μένα, μόνο για μένα... ('Απ' τους «Γλαυκούς δρόμους»)

ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΤΑ ΠΑΓΩΜΕΝΑ

Για να μη διακινδυνεύετε άτυχήματα, ακολουθήστε ά- τές τις άπλές συμβουλές:

- Πίνετε με μικρές γουλιές και κρατάτε μερικά δευτερό- λεπτα το ύγρο στο στόμα πριν το καταπιείτε, ώστε να χασί κάπως τη θερμοκρα- σία του.
- Μη πίνετε παγωμένα ύγρ ά- όταν το στομάχι σας είναι ά- ρεο. Φάτε πρώτα κάτι στε- ρέο, έστω και σε ελάχιστη πο- σότητα (ένα μπισκότο ή λίγη σοκολάτα).
- Προτιμάτε τα παγωμένα πο- τάντα που περιέχουν λίγο οι- νόπνευμα και είναι έρεθιστικά, άπό τα παγωτά με φρούτο.
- Σε περίπτωση που θα άισθανθήτε άδιαθεσία άπό την κα- τάποσι παγωμένων ποτών, πιέστε άμέσως ζεστό νερό ή — άκόμη καλύτερα — ζεστό κρασί, πόντς ή τσάι.
- Κάνετε χρήση κρύων ποτών, αλλά όχι κατάχρησι! Τό στο- μάχι, αν το υποβάλλουμε πολύ συχνά στην ένέργεια του ψύ- χους, καταλήγει να μη άντιδρά πιά και οι μύικες ίνες του χαλαρώνουν, ενώ η γαστρική δλενωγόνοσ άτονεί.



● Η ώρα της βρύσης σε άθηναϊκή συνοικία στα παλιά χρόνια

Η ΦΟΒΕΡΗ ΕΛΛΕΙ- ΨΙΣ ΝΕΡΟΥ ♦ ΟΙ ΠΕΡΙΦΗΜΕΣ ΒΡΥ- ΣΕΣ, ΟΠΟΥ ΓΙΝΟ- ΤΑΝ ΜΑΧΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΞΑΣΦΑΛΙΣΙ ΕΝΟΣ ΤΕΝΕΚΗ ΝΕΡΟΥ ♦ ΤΟ ΝΕΟ ΦΑΛΗΡΟ ΣΤΙΣ ΜΕΓΑΛΕΣ ΔΟΞΕΣ ΤΟΥ. ♦ ΤΑ ΘΑΛΑΣΣΙΑ ΛΟΥΤΡΑ ΚΑΙ Η ΟΔΥΣ- ΣΕΙΑ ΤΩΝ ΜΕΤΑΦΟΡΙΚΩΝ ΜΕΣΩΝ ΤΟΥ ΚΑΙΡΟΥ ΕΚΕΙΝΟΥ

Το καλοκαίρι στην παλιά Αθήνα

ΣΤΑ παλιά χρόνια οι 'Α- θηναίοι και πιδό πολύ οι 'Αθηναίες, περνούσαν βα- σανισμένη ζωή το καλο- καίρι. Η έλλειψη του νερού δη- μιουργούσε ένα σωρό ζητήμα- τα στο κάθε σπίτι. Στις φτω- χογειτονίες άπό μια ώρα νύχτα έδγαιναν οι νοικοκυρές με ντε- νεκές και στάμνες και πή- γαιναν στις κεντρικές βρύσες για να πάρουν νερό. Το κου- τσομπόλι έπαιρνε: 'Έδινε και δεν έλειπαν και οι καυγάδες και τα ξεμαλλιάσματα. Άπό την άλλη, μέρα πάλι, που να κλεισσουν μετά το άπομεσήμε- ρο και το δράδυ! Τα κουνού- πια και οι κορόοι τους έκαναν μαρτυρικό τον ύπνο. Και σά να μη έφταναν αυτά τα δάσανα, δεν υπήρχαν και τα συγκοινα- γικά μέσα για να κατέβουν οι 'Αθηναίοι και οι 'Αττίδες στα παραθαλάσσια να πλυθούν και να βρσισθούν άπό το μπάτη ή το μελτεμιά του Σαρανικού. Χρειάζονταν ολόκληρη έκτρα- τεία για να φτάσουν στο Φά- ληρο.

ποιά μάγισσα σάς κέντησε στο φώς το άχνό του φεγγα- (ριού), στην άχνη ενός όνειρου;

Τό Παλιό Φάληρο ήταν ά- γνωστο. Οι γραμμένες άκρογια- λίες του, οι όμορφίες του, η ήμερη άμμουδιά του που τη χαϊδεύει η θάλασσα, ήταν ά- πλυσίαστα. Όταν οι 'Αθη- ναίοι το ανακάλυψαν, οι κορο- τσέρηδες δόθηκαν την τύχη τους τα καλοκαίρια. Πολλοί που είχαν... έπιχειρηματικό πνεύμα έβαλαν πάνω στο κάρο δυο σανίδες και άπό πάνω μια τέντα και το Π. Φάληρο «άπέ- κτισε συγκοινωνία» 20 λέφα ήταν το εισιτήριο, μακαρισμέ- νη εποχή ότνήεις, γι' αυτό κι' οι φτωχογειτονίες άναστατώνον- ταν τις Κυριακές. Κατέβαιναν να πάρουν άέρα, να ίδουν τη θάλασσα και να δροσισθούν. 'Ετσι τα νέα αυτά «λεωφο- ρεία» έκαναν χρυσές δουλειές καθημερινές και γιορτές. Ο «καλός» κόσμος όμως προτι- μούσε τις καθημερινές για να έχη άπλα στην άμμουδιά και να μη «συγχρωτίζεται» με τη φτωχολογιά που κουβαλούσε μαζί της όλο το τσουρμπο της και με τις πολύχρωμες μπατα- νίες και κουδέρες που έστρω- νε στην άμμουδιά έπιανε όλο το μέρος.

Δε θέλει ρώτημα πως φτω- χοί και πλούσιοι έπαιρναν το μπάνιο τους. Ήταν ευκαιρία να πλυθούν και να ξεμυρίσουν άπό τον ιδρώτα μια πού τα σπιτία της παλιάς 'Αθήνας δεν είχαν λουτήρες άφού δεν ύ- πηρχε νερό.

Όλα κι' όλα όμως, όταν το πρωί ή το δράδυ έπαιρναν το μπάνιο τους χωρίζονταν άν- δρες και γυναίκες — και τα άν- τρώγια ακόμα — σε ομάδες χωριστές, όπως τα πρόβατα άπό τα έρβια. Και κάτι άλ- λο. Οι γυναίκες όταν γύνουν- ταν παράμερα (άφού έπαιρναν τα μέτρα τους ώστε εκεί κοντά

ΟΙ ΣΦΗΚΕΣ ΚΑΙ Η ΖΩΗ ΤΟΥΣ



ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΕΙ άσφαλώς καμμία άπό σάς που να μην ένοιωσε ένα συναι- σθημα φόβου καθώς, ξεπλωμέ- νη κατάχαμα στην έξοχη, ά- κουσε σε άπόσταση μερικών έ- κατοστών άπό το πρόσωπό της, τον ήχο του πετάγματος μιας σφήκας. Και όμως, το έντομο αυτό με την τόσο χα- ριτωμένη σιλουέτα, δεν έχει σκοπό να σάς έπιτεθή. Κάνει άπλάως τόν περιπάτο του.

Τρομερές και έπιφοβες βέ- δαια είναι όχι για τους άν- θρώπους, αλλά για κάθε εί- δους κάμπιες, άκρίδες, άρά- χνες και άλλα έντομα. 'Ανάμεσα στα παντοειδή έν- τομα που υπάρχουν στη φύσι, οι κάμπιες είναι εκείνες που άποτελούν την πιδό περιζήτητη τροφή. Δυσκίνητες και ζουμε- ρες όπως είναι, δεν είναι σε θέσι να άντιτάξουν καμμία ά- πολύτως άμυνα — έκτός άπό το καμουφλάζ των χρωμάτων με το όποιο τις έχει προικίσει η φύσι — στον φτερωτό διώ- κτη τους και κάθε προσπάθεια για παθητική άντίσταση είναι άπό πρην καταδικασμένη σε άποτυχία. Δεν είναι λοιπόν περίεργο το ότι τα δύστυχα αυτά έντομα άποτελούν τη μο- ναδική ίσως τροφή των πε- ρισσοτέρων φυλών των σφηκών άπό τις όποιες η άμμόφιλα είναι ίσως η πιδό διαδεδομένη στην 'Ελλάδα, όπως και στις άλλες μεσογειακές χώρες με το 'ίδιο γλυκό κλίμα. Με το μαύρο φόρεμα της, η άμμό- φιλα είναι ένα άναμφισβήτη- τα κομψότατο έντομο, που το κορμί του στολίζεται με μια φαρδύα πορτοκαλιά ζώνη, στο ύψος της κοιλιάς.

Άφού έγκαταλείψει το κου- κούλι της, η άμμόφιλα ζή για κάμποσον καιρό μια χαρομέ- νη και ξέγνοιαστη ζωή. Πετα- άπό λουλούδι σε λουλούδι, πι- νει το νέκταρ τους και χαίρε- ται τις άκτινες του ήλιου. Σι- γα σιγά όμως, καθώς έρχονται να σχηματίζονται μέσα της τα αυγά, το προαίσθημα της μητρότητας την μεταμορφώνει. Έγκαταλείποντας τα λουλου- δια και τους χυμούς των, η άμμόφιλα ξεκινά για κυνήγι. Μα πριν απ' αυτό, έτοιμάζει πρώτα τη φωλιά της. Σκάδει μια ύπόγεια συράγγα και έ- να δωμάτιο μέσα στη γή, σε κάποια άπόκρημη όχθη ρυα- κιού ή σε κάποια γωνιά με μαλακό χώμα. Βγάζει με το στόμα της τα χώματα άπό την τρύπα και τα άδειάζει στην είσοδο της συράγγας, σχημα- τίζοντας εκεί δυο μικρούς λο- φίσκους.

Όλη την ώρα που εργάζε- ται, η άμμόφιλα παράγει ένα συνεχές βούισμα. Φαίνεται έ- τι, με τον άπειλητικό αυτό θόρυβο, έπιδιώκει να άπομα- κρύνει πιθανούς παρειακούς, όπως είναι οι διάφορες παρά- σιτες μυίγες, που παραφυλάν πάντα μπήπως βρουν ευκαιρία να χωθούν σε κάποια φωλιά σφήκας, για να άποθέσουν έ- κει τα αυγά της. 'Εκείνο που είναι το πιδό χαρακτηριστικό στην άμμόφι-

λα, είναι ο έξαιρετικά έπιδέ- ξιος και λεπτός τρόπος με το όποιο νερκώνει τα θύματα της τις κάμπιες. Πρόκειται για έ- να κυνήγι έντελως ιδιαίτερο δεδομένου ότι οι κάμπιες δεν πρέπει να σκοτωθούν — για- τί τότε θα δρωμήσουν και θα είναι άκατάλληλες για τροφή των μικρών νυμφών της σφή- κας — αλλά πρέπει άπλάως να νερκωθούν. Για να το έπιτύχ- όμως αυτό η σφήκα, δεν άρκε- να χσώη το κεντρί της σε ο- ποιοδήποτε σημείο του σώμα- τος της κάμπιας, γιατί το σώμα της κάμπιας είναι χω- ρισμένο σε πολλά τμήματα — δεκατρία ή και περισσότερα — καθένα άπό τα όποια έχει δι- κό του, άνεξάρτητο, νευρικό κέντρον. Για να άνασθητήσιν λοιπόν την κάμπια, η άμμό- φιλα πρέπει να χσώη δεκα- τρεις φορές το κεντρί της στο σώμα της κάμπιας, διαλέγον- τας με προσοχή τα σημεία έ- κείνα, σαν ένας καλός χειρούρ- γος, ώστε να πετύχη πραγμα- τικά το κάθε νευρικό κέντρο.

Τώρα πιά το άτυχο θύμα έ- ναι έντελως παράλυτο άπό το δυνατό νερκατικό που βγάζει άπό το κεντρί της η σφήκα. Πιάνοντας την κάμπια με τις δαγκάνες της, η σφήκα την μεταφέρει τώρα σιγά σιγά ως την φωλιά της. 'Εκεί άπομα- κρύνει τα χώματα, τραβά μέ- σα στο μικρό δωμάτιο που έ- χει κατασκευάσει και, άμέ- σως, γεννά επί τόπου ένα — μόνον ένα — αυγό, που το ένα- ποθετεί έπάνω στην κάμπια. 'Υστερα ξαναβγαίνει έξω και φέρνει μερικές άκόμη κάμπιες που χρησιμεύουν για τροφή του παιδιού της. Τέλος, η άμ- μόφιλα ξανακλείνει με προσο- χή τη φωλιά, κρύβει την εί- σοδο της και... δεν ξαναγυρί- ζει ποτε πιά. Δεν πρόκειται ποτε να ιδή το παιδί της, για- τί το όποιον εργάστηκε τόσο σκληρά. Λίγο πιδό κάτω, θα φτιαχί άργότερα μια δευτε- ρη φωλιά και θα έπαναλάβη την ίδια διαδικασία.

Μέσα στην κλειστή φωλιά, άπό το μικροσκοπικό αυγό που βρίσκειτα τοποθετημένο έπάνω στη μια άπό τις κάμ- πιες, δγαινει την τρίτη μέρα ένα μικρό άσπρο σκουλήκι, που αρχίζει άμέσως να κατα- θροχίζει την έτοιμη λεία. Ό- τον καταθροχίστη όλες τις κάμπιες που του είχε συγκε- τρώσει η μητέρα του, το μικρό σκουλήκι έχει γίνει πιά μια μεγάλη νύμφη που κλεινεται τώρα στο κουκούλι της, απ' ό- που θα βγί σε λίγο μια νέα άμμόφιλα.

Μιά μπλούζα: πολλές εμφανίσεις



1 'Η ώραία αυτή κι-
μονό μπλούζα, κατάλ-
ληλη κυρίως γιά μετα-
ξωτό, έχει δύο σουρω-
τά λοξά φύλλα εμπρός
που μοιάζουν με μα-
κρές εσάρτες. Σταυ-
ρώνουν, γυρίζουν πίσω,
ξανάρχονται μπρός και
δενουν στο πλάι. 'Η
μπλούζα φοριέται κλει-
στη με μονόχρωμη
στενή φούστα. Φοριέ-
ται με ανοιχτό ντεκολ-
τέ και φανταχτερή
φαρδιά φούστα, και
τέλος με φούστα από
το ίδιο ύφασμα, όπο-
τε αποτελεί το μπου-
στο ολόκληρου φορέ-
ματος πάρα πολύ σίκι.



2 'Η μπλούζα αυτή
γίνεται σε μπαμπα-
κερό αλλά και σε
μεταξωτό. 'Έχει ξε-
λιωτό γιαντάκι, που
δημιουργεί μεγάλο
ντεκολτέ όταν ανοί-
ξη κανείς το πρώτο
κουμπί. Φοριέται κι'
αυτή με στενή ή φαρ-
δεία φούστα καθώς
και με πλισέ. Με
φούστα από το ίδιο
άποτελεί πλήρες φο-
ρεμα. 'Έχει δύο πεν-
σούλες μπρός και
δύο πίσω. 'Αν δεν έ-
χετε πολύ στηθος, να
την φοράτε και ανά-
ποδα, με την πλά-
τη ως μπροστινά.



Η ΗΜΕΡΑ ΤΗΣ ΠΑΡΙΖΙΑΝΑΣ

Ο ΣΟ θα ξαφνιαζόταν μιά
'Ελληνίδα αν έβλεπε έ-
ναν άνδρα να σκουπίζει
το σπίτι, άλλο τόσο θα
ξαφνιαζόταν μιά Παριζιάνα αν
έβλεπε έναν άνδρα να ψωνίζει.
Το καθημερινό ψώνιο θεωρείται
από τ' αναπόσπαστα καθήκον-
τα της νοικοκυράς και κάθε Πα-
ριζιάνα, πλούσια ή φτωχή, θ'
αρχίζει ή θα τελειώσει την ήμε-
ρα της — γιατί οι εργαζόμε-
νες ψωνίζουν κατά προτίμηση
το βράδυ — με το απαραίτητο
ψώνιο.

Στα καταστήματα τροφίμων
δεν θα ήθελε αγοράστρες. Μονάχα
αγοράστρες. Και ή ιδέα πως
κάθε τι σχετιζόμενο με τη δια-
τροφή είναι γυναικεία δουλειά,
τους έχει τόσο ριζώσει, ώστε τα
δύο τρίτα από τα καταστήματα
τροφίμων διευθύνονται από γυ-
ναίκες. Οι μονάβισσες, οι μπα-
ναλίσσες, οι γαλατοδίδες, έχουν
την απόλυτη πλειοψηφία. Και
μόνον στα κρεοπωλεία το άσχη-
μο φύλο ξαναπαίρνει την πρώτη
θέση. Κι' αφού μιλούμε γιά ελθι-
κά τροφίμα, θαπρεπε να προσθε-

*‘Η γυναίκα κυριαρχεί σε όλες τις εκδηλώσεις
της ζωής * Τα περισσότερα καταστήματα
διευθύνονται από γυναίκες * Οι άνδρες δεν
έχουν καμιά σχέση με τα ψώνια του σπιτιού*

σωμε πως τα σχετικά μαγαζιά
δεν έχουν τίποτε το κοινό με τ'
άθηναϊκά και θα χρειαζόταν μέ-
ρες και μέρες μιά 'Αθηναία ως
δουλειά συνήθειαν ή πρέπει να ζη-
τήση στο καθένα και πού θα
βρή εκείνο που θέλει.

Το γεγονός ότι το πλείστον
από τις γυναίκες του διεθνούς
ημικόσμου είναι Γαλλίδες, έχει
δώσει σε πολλούς τη σφαλερή
επίπτωση πως ή γυναίκα του
Παρισιού δεν είναι ικανή και
αξία γιά τίποτε άλλο. Μα στην
πραγματικότητα ή Παριζιάνα
είναι καλή νοικοκυρά και άφάν-
ταστα εργατική — κι' αυτό
κατ' ανάγκην γιάτί στα περισ-
σότερα αστικά σπίτια ή υπη-
ρεσία είναι κάτι το άγνωστο.

Οι υπηρέτριες από καιρό έχουν
γίνει είδος πολυτελείας που μό-
νον στα πολύ έπιτορα σπίτια συ-
ναντώνται. 'Ετσι, τα τέσσερα
πέμπτα των γυναικών του Πα-
ρισιού φροντίζουν μόνες τους
γιά τα παιδιά και το νοικοκυ-
ριό τους. Κι' αν μάλιστα λάβω-
με υπ' όψη μας ότι ή μόδα του
ένός και των δύο παιδιών έχει
από καιρό περάσει στη Γαλλία,
κι' ότι οι περισσότερες νέες οι-
κογένειες έχουν τρία ως τέσσε-
ρα, βλέπει κανείς πως ή Πα-
ριζιάνα έχει αρκετή μά την αλή-
θεια, δουλειά. Το εύτυχμα εί-
ναι ότι βρίσκει πολλά πράγμα-
τα έτοιμα κι' έτσι γλυτώνει ά-
πό αρκετή εργασία. Τα χορτα-
ρικά πουλιούνται καθαρισμένα.

Το κρέας επίσης — δεν χρειά-
ζεται παρά να μη στην κατασ-
ρόλα. Κι' αν θέλη να φτιάσει
πουρέ, θα βρή έτοιμες ξυμμέ-
νες πατάτες, όπως θα βρή έ-
τοιμα ξυσμένα καρότα γιά τη
σαλάτα της και τριμμένο τυρί
γιά τις σάλτσες.

'Η αφάνταστη επίσης ποικί-
λός των έτοιμων ρούχων παν-
τός είδους, την απαλλάσσει —
κατά μέγα μέρος — από τον
κόπο του ραψίματος.

'Αντίθετα επίσης προς το πι-
στεύόμενο, ή Παριζιάνα δεν
βγαίνει ποτέ απ' το σπίτι της
χωρίς ώριμο σκοπό.

Βγαίνει γιά τα μαγαζιά, γιά
κάποια δουλειά ή γιά καμιά
έπισκεψή — γιάτί οι έπισκέ-
ψεις δεν έχουν εκεί 'αταργητή.
Μα και τότε βγαίνει τίς πρώ-
τες άπογευματινές ώρες μετά
το μεσημεριανό γεύμα που δεν
άργει ποτέ πέραν των δωδεκά-
μισή.

Ο μεσημεριανός ύπνος είναι
κάτι όχι απλώς άγνωστο μά
και άκατανόητο γιά τους Πα-
ρισινούς που θεωρούν ως ώρες
μεγάλης κινήσεως κι' εργασίας
τις 2—5, που έμεις θεωρούμε
νεκρές. Αυτό όφείλεται βασικά
σε λόγους κλίματος μά επίσης
και στη συνήθεια να δειπνούν
νωρίς, μεταξύ έπτά και όκτώ.
'Ετσι, πηγαίνοντας στο θέατρο
στις όκτώμιση ή έννεα έχουν ή-
δη δειπνήσει. Αυτή δέ ή συνή-
θεια να δειπνούν πριν άκόμη
σκοτεινιάσει, τους κάνει να στα-
ματούν την εργασία νωρίς. Κα-
ταστήματα και γραφεία κλεί-
νουν στις έξη ή έξημισή και τό-
τε οι εργαζόμενοι ξεχύνονται
μελισσοοδοί στους δρόμους. Εί-
ναι ή ώρα του τρυφερού ραν-
τεβού, των υπαίθριων φιλιών,
του ξεκουράσματος απ' τη δου-
λειά.

Κι' αλήθινά, όκτώ ώρες συ-
νεχούς εργασίας δεν είναι ά-
στείο. Θα ρωτήση δέβαια κα-
νείς σε τί ποσοστό ή Παριζιά-
να εργάζεται. 'Επισήμα στοι-
χεία στατιστικής δεν υπάρχουν
μά είναι άναμφισβήτητες πως
το ποσοστό των εργαζομένων
γυναικών είναι πολύ μεγαλύτε-
ρο παρά στη 'Ελλάδα. Συναν-
τούμε άλλωστε γυναίκες σ' έ-
παγγελματά που ή 'Ελληνίδα
δεν δοκίμασε ποτέ: ταχυδρο-
μους φορτωμένες με το βαρύ
σάκκο της διανομής, εισπρακτο-
ρισσες στο μετρό, τυπογρά-
φους, βιβλιοδέτες. Στα κατα-
στήματα άντρας πωλητής είναι
κάτι το σπάνιο και στα γρα-
φεία οι γυναίκες έχουν σαφώς
την πλειοψηφία όχι μόνον ως
δακτυλογράφοι μά κι' ως γραμ-
ματείς. Στη Γαλλία τα δύο έ-
παγγέλματα δεν συγχέονται
και μιά γραμματέας θα προσ-
βαλλόταν κατάκαρδα αν τη χα-
ρακτηρίζατε ως δακτυλογράφο.

Είναι αφάνταστο επίσης ο ά-
ριθμός των γυναικών καταστη-
ματάρχων. Όλα σχεδόν τα κα-
ταστήματα είδων διατροφής,
γυναικείων είδων (άρωμάτων,
ψωλίκων, τσαντών κ.λ.π.) ανή-
κουν ως επί το πλείστον σε γυ-
ναίκες.

Σ' όλες αυτές που εργάζον-
ται 'έπισήμα» θα έπρεπε να
προσθέσουμε όλες τις 'ακυρίες'
που έχουν ως άπασχόληση να
πιλοτάρουν τις ένζες στο Παρί-
σι ανιδιαιτελώς δθθεν και άπλώς
από υποχρεωτικότητα, που στην
πραγματικότητα έχουν παχύτα-
τα ποσοστά από τα καταστή-
ματα όπου οδηγούν πελάτες.
Κ. Α. ΣΦΑΕΛΛΟΥ

Ο ΓΙΑΝΝΗΣ ΨΥΧΑΡΗΣ γεννή-
θηκε στην 'Οδησσό, από κα-
ταγωγή χιώτικη, το 1854 και
πέθανε στο Παρίσι το 1929.
Σπούδασε στο Παρίσι όπου και
πέρασε τη ζωή του μονίμως ως
καθηγητής της νεοελληνικής στην
έκει Σχολή 'Ανωτέρων Σπουδών.
'Ο Ψυχάρης είναι ο κύριος πρω-
ταγωνιστής του δημοτικισμού
στην 'Ελλάδα και άγωνίστηκε με
τόλμη και άπαράμιλλο θάρρος,
40 ολόκληρα χρόνια γιά να έπι-
βάλη τίς αντιλήψεις του. Το
συνθήμα του άγώνα γιά την έπι-
βολή της δημοτικής το έδωσε
το 1888 με το περίφημο «Ταξι-
δι» του, που ή έκδοσίς του προ-
κάλεσε φοβερή άναταραχή γιάτί
ήταν το πρώτο βιβλίο γραμμένο
σε γλώσσα καθαρώς δημοτι-
κή στο τυπικό, στη φθογγολο-
γία και στη σύνταξη. 'Ο Ψυχά-
ρης έγραψε πολλά έργα: Μυθι-
στορήματα, διηγήματα, πεζογρά-
φουδα, γλωσσολογικές μελέτες,
έντυπώσεις κ. ά. 'Η πεζογραφία
του έχει λυρισμό, δύναμη, χάρι,
χυμό και παλμό. 'Αλλά ή μεγα-
λη του προσφορά είναι οι αγα-
νές του γιά τη γλώσσα που τον
έπέβαλαν. Και δικαίως θεωρεί-
ται ως ο γλωσσικός και πνευμα-
τικός άναμορφωτής που συνειδη-
τοποίησε το γλωσσικό μας πρό-
βλημα και το έλυσε επαναστατι-
κά σαν λογοτέχνης και γλωσσολό-
γος.

Α ΠΟ τον καιρό άκόμη που
είταν μικρό μικρούτσικο
παιδάκι, αγαπούσα τη
Φρόσω με κάποια ιδιαι-
τερη χαδεμένη τρυφερό 'αγάπη.
'Αλλη κόρη δεν είχε ο πατέρας
της, ο κ. Περές, ένας από τους
καλύτερους, από τους πιο πα-
λιούς μου φίλους. Είμωνα δύο
χρόνια μεγαλύτερος του, μά
σπουδάζαμε στο λύκειο μαζί,
παντρεφθήκαμε κ' οι δύο την ί-
δια χρονιά. 'Εγώ παιδί δεν ά-
πόλαφα, έμεινα κιάλας χηρής
πολύ νωρίς. 'Εκείνος ζούσε φυ-
χισμένος με τη γυναίκα του και
με τη Φρόσω τους τη ζηλεμένη.
Βδομάδα δεν περνούσε που να
μην είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε. Είχαμε βγάλει μάλιστα
συμπροκίτα ένα βιβλιαράκι, που
δεν είδωθούμε. 'Αποκαταστημέ-
νοι ο ένας κι' ο άλλος στο Πα-
ρίσι, μοιάζανε ή τουλάχιστο ά-
δελφικάτα βαδίζανε τ' άπαγγέλ-
ματά μας, ζουγάρφος του λό-
γου του, μυθιστοριογράφος έ-
γώ, καθώς ίσως και να το ξέ-
γα, καθώς βγαίνει μάλιστα
ρετε



à ἀνοίγματα
 σχέδιο είναι
 τοίνο ἢ δρε

λόγο με τὰ
δ,τι χρειάζ
)
για τὰ ράτσ
ξιλάρια συμ
αίσθητικῆς.

ΚΑΚΙΑ

ησι. Ἐνα
α τὴν ἐν-
α σὰς δι-
ς σας νά
ου καὶ ἂν
ου ρούχα.

ἔτα καὶ τὰ
ὑτερα στὸ
ἄτω μέρος
ρῶνουμε δ-

πάνω στο
στινά μέρη
δερώνονται
από ένα
μέρη όπου
πυλόν, προ-
νουν για-
νόμεν τα
άποδη με-
γόμεν τις
α σιδερά-
τους, προ-
ατηρήσου-
ς. Όταν
αστή, τα
ου και
άερα, για
απομακρύ-
τις με νε-
ουμε προ-
Κατόπιν
υγρό πα-
ε ελαφρά.

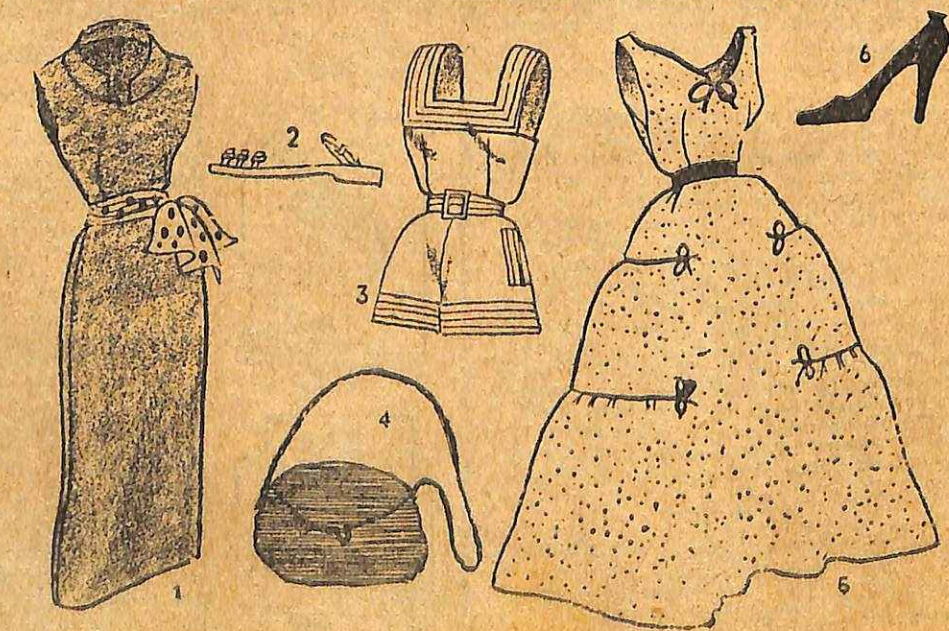
31

Τι δα πάρω μαζύ μου;

ΜΙΑ άναγνώστρια μ'α ρωτάει: «Πρόκειται να πάρω 15 μέρες άδεια και θέλω να τις περάσω σε νησί. Τι πρέπει να πάρω μαζύ μου;» Άλλη παλι μ'α ράφει: «Θα πάω με τα παιδιά μου για δυο μήνες σε παραθαλάσσια έξοχη. Θέλω να είμαι κομψά ντυμένη, τα μέσα μου όμως είναι περιορισμένα. Τι με συμβουλευετε να πάρω μαζύ μου; Σας συμβουλευουμε αγαπητές άναγνώστριες να μην πάρετε τίποτα το περιττό. Δεν είναι ανάγκη να σέρνετε ένα σωρό πράγματα μαζύ σας, για να είσαστε καλοντυμένη. Με μερικά καλοδιαλεγμένα και μελετημένα ρούχα θα είσθε ασφαλώς πολύ κομψότερα ντυμένες από άλλες που προσπαθούν να καταπλήξουν με πολλές και δήθεν θεαματικές εμφανίσεις. Η λίστα που δημοσιεύουμε εδώ σας δείχνει ποιά ακριβώς ρούχα πρέπει να πάρετε μαζύ σας: 1) για ένα Σάββατοκύριακο, 2) για 15 μέρες και 3) για δυο μήνες, στη θάλασσα. Περισσότερα από αυτά δεν θα χρειασθήτε. Άν βεβαίως τα μέσα σας το επιτρέπουν, μπορείτε φυσικά να προσθέσετε και ένα δεύτερο παντελονάκι σόρτ στη λίστα των 15 ημερών ή των 2 μηνών, καθώς και μία μονόχρωμη φούστα κουμπωτή και 2-3 χρωματιστά μαντήλια. Μπορείτε να πάρετε και ό,τι νομίζετε ακόμη, αρκεί να εξασφαλίσετε αυτά που σας άναφέρουμε, γιατί αυτά και μόνο είναι τα απόλυτως άναγκαία. Μην πάρετε μαζύ σας κοσμήματα αληθινά αν έχετε, γιατί μπορεί και να τα χάσετε με τις μεταφορές κλπ. Τα φτηνά πολύχρωμα κοσμήματα έξ άλλου ταιριάζουν πάρα πολύ καλύτερα με το χαρούμενο και πρόχειρο καλοκαιρινό ντύσιμο.

ΓΙΑ ΔΥΟ ΜΗΝΕΣ

1 Ένα μονόχρωμο φόρεμα ντέ - πιές φούστα - μπλουζα χωριστά. 2 Πέδιλα για όλη την ώρα. 3 Ένα σόρτ ντέ - πιές. Το μπλουζάκι που είναι χωριστό, φοριέται και με τη φούστα του φορέματος. 4 Μιά χρωματιστή τσάντα που μπορεί να συνοδεύσει οποιαδήποτε εμφάνιση. 5 Ένα μπαμπακερό έμπριμέ ή φανταχτερό έβερκλαιής κατάλληλο για θραυνά ξαφνικά γλεντάκια. Φοριέται και άλλες ώρες. 6 Παπούτσια με ψηλό τακούνι. Μπορεί ένδεχομένως να χρειαστούν. 7 Ένα καπέλο για τον ήλιο. 8 Ένα ζακέτα από σαντούγκ λινό, ή πικέ, μαύρη, άσπρη, γκριζα ή σε φανταχτερό χρώμα. 9-10 Ένα φανταχτερό παντελόνι άνοιχτόχρωμο (αν δεν σας πάει άς είναι μακρύ). Ζέρσεύ ριγέ πουλόβερ. 11 Μαγιό λαστέξ. (Άν μπορείτε, άς έχετε κι ένα άνταλλακτικό ύφασμάτινο πρόχειρο.) 12 Μιά χαρούμενη έμπριμέ μπλουζα. 13 Ένα πρακτικό παλτό, άπο ζα. 14 Παπούτσια με σκονί ή ψάθα. 15 Μιά μπλουζα με μακρύ μανίκι. 16 Παπούτσια χαμηλά κλειστά για δρόμο. 17-18 Ένα αλατζαδένιο μοντέρνο έλεύθερο πουκάμισο. Ένα σκούρο παντελόνι.



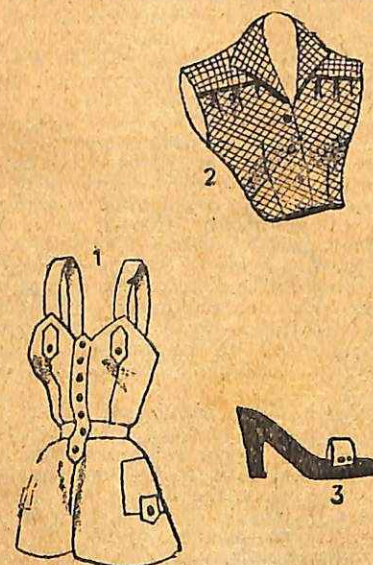
ΓΙΑ ΤΟ ΣΑΒΒΑΤΟΚΥΡΙΑΚΟ

1 Ένα φτηνό εύκολο ύφασμάτινο μαγιό στεγνώνει γρήγορα, δεν χαλάει ακόμα κι αν δεν το ξεπλύνετε μετά το μπάνιο και σας εξυπηρετεί μία χαρά το Σάββατοκύριακο. 2 Πρέπει να συνοδεύεται από ένα πέδιλο της πλάς, που να μπορεί να φορεθί ακόμα και με θρεμένο πόδι. 3 Ένα καλαθάκι - τσάντα ή κάτι τέτοιο τέλος πάντων. Σ' αυτό πρέπει να χωράνε πολλά πράγματα. 4-5 Ένα παντελονάκι σόρτ και ένα ζακετάκι ζέρσεύ. Από μέσα πουκαμισάκι άσπρο. 6 Παπούτσια με χαμηλό τακούνι. Άν δεν έχετε συνηθίσει τα τελείως χαμηλά, διαλέξτε πάντως το πιο χαμηλό που μπορείτε. 7 Ένα μαντήλι για το κεφάλι. 8 Φόρεμα έξωμο, με τιράντες ή πάντως πολύ ντεκολτέ. Αυτό το φόρεμα θα φορατε στη διαδρομή που θα κάνετε.



ΓΙΑ 15 ΗΜΕΡΕΣ

1 Ένα μονοκόμματο σόρτ. 2 Ένα πουκαμισάκι χωρίς μανίκια. 3 Ξυλίνα τσόκαρα της πλάς. 4 Ένα χαρούμενο φανταχτερό κολιέ από χρωματιστές χάντρες, άχιθάδες ή φύλλα. 5 Ένα χαμηλό κλειστό ζευγάρι παπούτσια για μικρή έκδρομη ή περίπατο. 6 Ένα καλαθάκι - τσάντα που χρησιμεύει συγχρόνως και για τσάντα του μπάνιου. 7 Μιά ίσια ζακέτα από τουάλ ή ποπλίνα ντουμπλαρισμένη με άλλο χρώμα. 8 Ένα μακρύ παντελόνι. 9 Ένα μαγιό λαστέξ. 10 Πέδιλα για όλη την ώρα. 11 Ένα μπλουζάκι σε «γυναικεία» γραμμή που να άποτελή αντίθεσι με το άνδρικό πουκάμισο. 12 Ζακετάκι ζέρσεύ ή πλεχτό, άπαραίτητο. 13 Μιά ζώνη μαύρη. 14 Ένα εύκολο κουμπωτό μπαμπακερό φόρεμα.



Ένα άγνωστό δες πρόβλημα στο φως της ψυχαναλύσεως:

Η ΨΥΧΡΟΤΗΣ ΣΤΗ ΓΥΝΑΙΚΑ

ΑΛΗΘΙΝΗ ΑΓΑΠΗ

ΑΝΟΝΟΝ ο έρωτας, ο αληθινός έρωτας δίνει φτερά στην ψυχή και στο ένστικτο, διαλύει μέσα στις καταλυτικές φλόγες του όλες τις ουρίες του παρελθόντος, μάς δίνει τη χαμηλότερη της ψυχής, τη θεία φρίκη της φρίκας, ενώ ο υποχρεωτικός γάμος πληνεται σχεδόν πάντα με κάθε λογής ψυχικές διαταραχές και ψυχρότητες, γράφει ο Ένα προηγούμενο σημείωμα μας, ανώνυμος σε μια νεαρή αναγνώστριά.

«Ποιός είναι όμως αυτός ο έρωτας; που μπορούμε να τον ξεχωρίσουμε μέσα στην κυκλώνα των τυφλών ένστικτων των μορμών μας και των ψυχικών και ψυμωτικών μας εξάρσεων;» μάς ρωτάει η άλλη αναγνώστριά μας. «Ερώτημα δύσκολο αλήθεια που απαιτεί ωστόσο μίαν απάντησι. «Ας ρίξουμε όμως πρώτα μιατιά στην εξέλιξι του έρωτος, του πιο ισχυρού αυτού λουλουδιού που ανθίζει πάλι πάνω στη βασανισμένη σάφρα μας, ο έρωτας το λόγο στους πιο διαλεκτούς στήμονες που καταπιάστηκαν συστηματικά με το πολύπλοκο αυτό πρόβλημα, και που οι γνώμες τους βρίσκονται ανά ταξινομημένες σ' ένα πραγματικό λόγο δίβλο, τη «Σεξολογική Έγκυκλοπαίδεια». Αυτό θα μάς βοηθήσει να ορίσουμε κάπως το σύγχρονο αυτό μας, βαθύτερη ουσία του και θα μάς επιτρέψει να δρούμε το μίτο της Αριάδνης μέσα στην απέραντο λαβύρινθο της νεότερης ψυχολογίας.

Τα δυο πρωταρχικά ένστικτα του ανθρώπου, το ένστικτο της αυτοσυντηρήσεως και το σεξουαλικό, έχουν ύψωση μέσα στις χιτρίδες θαθείαν εξέλιξι. «Ωστόσο η διαφορά ανάμεσα στην πανδασία του αγριού που πέφτει πάνω στη φρεσκοσκοτωμένη λεία του και στις φυσικές και πνευματικές απολαύσεις ενός λεπτού γεύματος, δεν είναι τόσο θαθεία όσο η μεταβολή που έπεται από το ένστικτο του σεξουαλικού, από τα ζωϊκά όργανα ως τον ανθρώπινο έρωτα.

Η εξέλιξι αυτή έχει απομακρύνει το ένστικτο αυτό, τόσο απ' την πηγή του ώστε τη χάνεται μέσα στην καταχνιά κι έχει σχεδόν στη λησμονιά. «Η πρώτη αλήθεια πως κάθε αγάπη ανάμεσα στα δυο φύλα, όσο θεία κι αν είναι η έκφρασίς της, έχει τη ρίζα της στο σεξουαλικό ένστικτο, το ίδιο, όπως ένα άδικο και μυρμιγκό λουλούδι χρωσταίει το μεγαλύτερο στο χυμό που ρουφάει απ' την καρδιά της γης — η θεμελιώδης αυτή αλήθεια φαίνεται να χάνει χαθή τους τελευταίους αιώνες κι μόνο η επιστημονική και αντικειμενική αντίληψη των νεότερων χρόνων την ακάλυψε σ' ένα λέμε απ' την αρχή. Κι' όσον αφορά το σεξουαλικό ένστικτο, οι νεότεροι σκαπάνει των νεότερων ιδεών, είναι πλήρη επίγνωσι αυτής της αλήθειας, και λείπει ο Βολταίρος στο φιλοσοφικό λεξικό του πως ο άνθρωπος που έχει το χάσμα να τελειοποιή, τι του έχει προσφέρει η φύσι, εξιδανικεύσει επίσης και τον έρωτα. Και ο πρόδρομος της νεώτερης σεξολογίας, ο Αύγουστος Φορέλ, γράφει σχετικά: «Ο έρωτας, στην πρωταρχική έννοια, λέγεται, είναι το σεξουαλικό ένστικτο που οδηγεί στο μυστικό, το άδικο του ψυχής».

Η εξέλιξι αυτή από τη ρίζα στο λουλούδι, από το ζωϊκό ένστικτο στον έρωτα, ο υψηλότερο ανθρώπινο αίσθημα, βάσταξε χιλιάδες χρόνια και γνώρισε πολλά ξεπερασμένα στο δρόμο της. Οι πρόγονοί μας ήταν άγελια ζώα. Τα ζώα όμως που ζουν κοπαδιαστά δεν γνωρίζουν μό-

• ΠΟΛΛΕΣ ΑΝΑΓΝΩΣΤΡΙΕΣ ΜΑΣ, ΣΤΙΣ ΕΠΙΣΤΟΛΕΣ ΠΟΥ ΑΠΕΥΘΥΝΟΥΝ ΣΤΟ ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΟ ΜΑΣ, ΘΙΓΟΥΝ ΖΗΤΗΜΑΤΑ ΓΕΝΙΚΩΤΕΡΟΥ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΟΣ. ΕΤΣΙ, ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΙ ΤΗΣ ΜΕΓΑΛΗΣ ΑΥΤΗΣ ΑΝΑΓΚΗΣ, ΕΓΚΑΙΝΙΑΖΟΥΜΕ ΜΙΑΝ ΙΔΙΑΙΤΕΡΗ ΣΤΗΛΗ ΟΠΟΥ ΘΑ ΚΑΤΑΒΛΗΘΗ ΚΑΘΕ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ ΝΑ ΒΡΟΥΝ ΑΠΑΝΤΗΣΙ ΚΑΙ ΛΥΣΙ ΤΑ ΠΟΛΥΠΟΙΚΙΛΑ ΨΥΧΙΚΑ, ΑΙΣΘΗΣΙΑΚΑ, ΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΑ ΚΑΙ ΓΕΝΙΚΩΤΕΡΑ. ΗΘΙΚΟΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΑΠΑΣΧΟΛΟΥΝ ΤΗ ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΓΥΝΑΙΚΑ

νιμες σχέσεις ανάμεσα σε δυο πλάσματα. Τα ζώα, ακόμα και τ' ανώτερα, δε ζητάνε άλλο, το ίδιο όπως και τα φυτά, απ' τη γονιμοποίηση και τη διαίτα του είδους, και όταν πιέζονται απ' το ένστικτο πλησιάζουν το αντίθετο φύλο σαν τέτοιο, χωρίς καμιάν ατομική διάκρισι. Η ατομική έκλογη όπου, εκτός από το ένστικτο τίθεται σε κίνησι το λογικό και το αίσθημα, είναι το πρώτο βήμα από τη ζωώδη μορφή της σεξουαλικότητας προς τον ανθρώπινο έρωτα.

Αυτό όμως δεν γινόταν ανέκαθεν. Οι πρώτοι άνθρωποι που κατοίκησαν στον πλανήτη μας, ζούσαν σε κοπάδια και έπιδιδον στον ομαδικό γάμο, δηλαδή μέσα στους κόλπους της ίδιας φυλής — όταν η αγέλη εξελίχθηκε σε φυλή — όλες οι γυναίκες ανήκαν από κοινού σ' όλους τους άντρες.

Αλλά με την έκλογη του έρωτικού συντρόφου, η ανθρωπότης έκανε μόνο ένα βήμα προς το μπρός. Ακόμα κι όταν τα αίσθημα και το λογικό άρχισαν να παίζουν κάποιο ρόλο, ο ρόλος αυτός ήταν ασήμαντος σε σύγκρισι με το ρόλο που έπαιζε το ένστικτώδες και τυφλό στοιχείο. «Μόνον όταν ο πόθος απλώθη και ακτινοβολήση μέσα σ' ολόκληρο τον οργανισμό, μπορεί να μεταβληθί, σαν το λουλούδι, σε έρωτα, παρατηρεί ο Άγγλος σεξολόγος Χάδελος. «Ελλίς. Και ο μεγάλος αυτός επιστήμονας ορίζει τον έρωτα έτσι:

«Ο έρωτας είναι μία σύνθεσι του πόθου και της φιλίας. Έχουμε άδικο να τον ταυτίζουμε με τον στοιχειώδη σεξουαλικό πόθο. Έχουμε άλλο τόσο άδικο να τον ταυτίζουμε με τις διάφορες παραλλαγές της φιλίας. Δεν μπορεί να υπάρξει σεξουαλική αγάπη δίχως πόθο. «Όμως, από το άλλο μέρος, δεν υπάρχει έρωτας αν το ρεύμα του πόθου δεν ακτινοβολήση μέσα στον οργανισμό και δεν αγγίξει τα άλλα ψυχικά μέρη. «Ο πόθος, δηλαδή η γενετήσια όρμη, είναι βασικά το ουσιαστικό και πρωταρχικό στοιχείο αυτής της συνθέσεως.

«Άλλοι συγγραφείς δίνουν διαφορετικούς ορισμούς για τον έρωτα. «Ο Άγγλος φιλόσοφος Σπένσερ λ.χ. διακρίνει ενένε διαφορετικά στοιχεία, απαραίτητα στον έρωτα. «Ωστόσο όλοι συμφωνούν στο βασικό αυτό σημείο, ότι ο έρωτας είναι μία σύνθεσι του ένστικτώδους φυσικού πόθου και της πνευματικής έλξεως. Εκεί που λείπει ένα από τα δυο αυτά στοιχεία, δεν μπορεί να μιλήση κανείς για έρωτα.

Είπαμε παρά πάνω ότι η έκλογη του έρωτικού συντρόφου ήταν το πρώτο βήμα

μόνο προς την ανώτερη μορφή του έρωτος, γιατί το ένστικτώδες στοιχείο δεσπόζει ακόμη πάνω στο πνευματικό στοιχείο. Πραγματικά, η λέξι έρωτας είναι άγνωστη από τους πρωτόγονους λαούς, ενώ οι παλαιοί μισοπολιτισμένοι λαοί τον γνωρίζουν τέλεια και κατέχουν μάλιστα ολόκληρη ποιήσι έμπνευσμένη από τον έρωτα.

Η εξέλιξι αυτή της σεξουαλικότητας, μονόπλευρη είναι αλήθεια, όμως ήδη αρκετά προχωρημένη, φτάνει στο απόγειό της στην κλασική αρχαιότητα, στην Ελλάδα και τη Ρώμη. Ακόμα κι όταν λείπει από εκεί το πνευματικό στοιχείο, αφού οι Έλληνες και οι Ρωμαίοι δεν αναγνώριζαν στη γυναίκα ιδιαίτερη πνευματική ζωή, ο έρωτας αυτός δεν στερείται πνευματικότητας και οι παλαιοί γλύπτες της εποχής εκείνης τον απεικονίζουν σε όλη τη μεγαλοπρεπεία του. Τού κάκου οι πρόγονοί μας αρνούνται στη γυναίκα το δικαίωμα στην ψυχή. Οι πλαστικές αναπαραστάσεις του γυναικείου σώματος έχουν ψυχή.

Συνοψίζοντας θα μπορούσαμε να πούμε ότι, γενικά, η αρχαιότης γνώριζε μίαν έκκληση ήδυσταθεία, όμως άγνοούσε τον έρωτα, όπου το φυσικό στοιχείο ενσωματώνεται με το πνευματικό. Μία στροφή γίνεται αυτή σημειώνεται με την ανάπτυξι του Χριστιανισμού, ο οποίος έβαζε την ψυχή και τις πνευματικές αξίες στο κέντρο της ζωής και της πίστεως.

Ετσι οι έρωτικές σχέσεις έπεσαν στο αντίθετο άκρο. Ξαφνικά, η πνευματική αγάπη υψώθηκε στα σύννεφα και ο σαρκικός έρωτας εκθρονίστηκε. «Ο ασκητικός έρωτας μοναχών θεωρούσε κάθε φυσική προσέγγισι σαν άμαρτία, και την έρωτική επαφή ως αναγκαίο κακό απαραίτητο για τη διαίτα του είδους. «Από τη λαϊκή πλευρά εξιδανικεύουν επίσης την πνευματική αγάπη και αποφεύγουν να μιλήσουν για σαρκικό έρωτα. «Δεν είμαι έραστής, λέει ο τροβαδούρος. Και η γυναίκα που θεωρούνταν άλλοτε όργανο αναπαγωγής και ήδονης, θεοποιείται και στήνεται σε βάθρο.

Μόνο στο γλυκοχάραμα των νεότερων χρόνων, στην Άνα εννοσι, τα δυο μέσα του ακρωτηριασμένου έρωτος συγκολλούνται. Την ώρα που η Άναγνώσι θυάει από τη λήθη τα έργα της αρχαιότητος και τα σμίγει με το παρόν, ο εξιδανικευμένος έρωτας σμίγει με το σώμα της γυναίκας που κατεβαίνει από τον ουρανό στη γη, όχι για να ξαναγίνη σκλάβος, μά για να επιδιδώται σαν ολοκληρωμένο ανθρώπινο πλάσμα, από φυσικής και ήθικης απόψεως, που ζητάει να πάρη τη θέση που της αρμόζει στη ζωή.

Η νεώτερη έννοια του έρωτος περιλαμβάνει τόσο τη σαρκική όσο και την πνευματική έλξι των εραστών που σμίγουν σε ένα αρμονικό και αδιάσπαστο σύνολο. Στον έρωτα, τον άξιο γι' αυτό το όνομα, η σάρκα και το σώμα, η καρδιά, το μυαλό και οι αισθήσεις συνεργάζονται απαραίτητα, κι' όταν ένα απ' αυτά λείπει, η λέξι έρωτας δεν έχει νόημα.

«Όχι, δεν πρέπει ν' ανεβάσουμε τον έρωτα στα σύννεφα, ούτε να τον ταξιδεύουμε. «Ο έρωτας δεν είναι μυστικιστική λατρεία της ψυχής ούτε κτηνώδης ξεπεσμός του σώματος. Έρωτας είναι η έλξι ανάμεσα σε δυο ανθρώπινες υπάρξεις, κεντρίσμενη από το παρχαίο ένστικτο και οδηγημένη από τα πιο ευγενικά αίσθημα της ψυχής. Είναι κάτι παραπάνω από μία λειτουργία των αδένων έσω έκκρίσεως. Βασικό του δεν είναι ούτε ο ουρανός ούτε η κόλασι, μά οι απέραντοι γήινοι χώροι όπου ζούμε κι' όπου θέλουμε να μείνουμε.

Η υγεία είναι το πολυτιμότερο αγαθό

ΠΑΡΑΘΕΡΙΣΜΟΣ

ΕΙΝΑΙ πραγματικά παράξενο, άχαρο κτήριςτο και, μέχρις ενός σημείου, ανεξήγητο το πως αλλάζουν πορεία και νόημα βασικές υποθέσεις της ζωής, κάτω απ' την πίεσι και την έμπνευσι της διωκτικής ρουτίνας, των «ανάγκων», όπως εύφημιστικά αποκαλούμε τις δικές μας αδυναμίες! Μας λείπει η ικανότητα της προσαρμογής προς τις εκάστοτε συνθήκες της ζωής μας, του συντονισμού εκείνου που πρέπει να γίνη με τις δυνατότητες και τις ευκαιρίες που μας παρέχουν οι αναγκαστικές απασχολήσεις μας. Έτσι εκτρέπεται η ζωή από το πραγματικό της νόημα, και ο παλμός της εμψιάλνεται, σαν συνταγογραφημένο ελιξίριο, για τη θεραπεία μιας νοσήσεως, που δημιουργήθηκε, ανεμπόδιστα από τις φυσιολογικές αντιδράσεις της ψυχής και του σώματος.

Ετσι κι' ο παραθερισμός κατάτησε να επιδιώκεται και να σκηνοθετείται σαν ξεκούρασι, ή σαν καταναγκαστικό υγειονομικό μέτρο! Κι' όμως οι περιπτώσεις των ατόμων που έχουν ανάγκη μόνο από ξεκούρασι ή αεροθεραπεία ή από ιαματικά λουτρά, το καλοκαίρι είναι αριθμητικά περιορισμένες, είναι ελάχιστες σε σύγκρισι με την απεραντοσύνη των σκιρτημάτων της ζωής, των παλμών, των αναζητήσεων, μέσα στο γενικότερο ρυθμό των απείρων εκδηλώσεων της ζωής τον ένστικτο! Μιάς ζωής, που το καλοκαίρι μοιάζει με πλημύρα χαράς και κινήσεων!...

Η οικόγενεια έτοιμάζεται για να παραθερίσι! Γενική αναστάτωσι στο σπίτι! Αυτό χρειάζεται. Θα το πάρουμε και δυο σαΐς - λόγκ! Και η οικόγενεια κάποτε έγκαθίσταται στην έδωξι! Κοντά στη θάλασσα ή πάνω στο βουνό! Χαρά θεο! Το πρωί ξυπνάμε με τη δροσούλα! Βολεύει την παχυσάρκια σου η την ισχνότητά σου πάνω στη σαΐς - λόγκ και παίρνεις το πρωινό σου, που σου έχει σερβίρει, άπλυτη ακόμα, η οικοδόσποινα! — Η οικοδόσποινα είναι συνεπώς το τραγικό θύμα του παραθερισμού! — Και η σαΐς - λόγκ μάς φιλοξενεί, σκεπτικούς ή άφηρημένους, ή ξεχασμένους στον κακόηχο όργανισμό της προετοιμασίας της ζωής της ημέρας, μέχρις ότου ο καλός γείτονας φθάσι, για να παίξουμε κανένα τάβλι ή κανένα σκάκι. Στερεότυπα αυτό επαναλαμβάνεται, ως τη λήξι του παραθερισμού!

Αλλά ως αλλάζουμε τώρα τη σκηνοθεσία. Σ' ένα τουριστικό ξενοδοχείο ή σε μια έδωξι έμπια φθάνει και έγκαθίσταται μία εύπορη οικόγενεια. Δεν προλαβαίνει να φθάση και πρώτο μέλημα όλων των μελών της είναι η αλλαγή της αμφιέσεως! Όλοι έδρουν και σπεύδουν να φορέσουν ό,τι επιβάλλει η έθιμοτυπία της περιστάσεως! Στην περίπτωση αυτή βέβαια δεν λείπει το ντύσι, δεν λείπει ούτε το ξεχείλισμα προς

Άρθρο του συνεργάτου μας ιατρού κ. ΑΝ. ΣΦΑΚΙΑΝΑΚΗ

το υπαίθρο, του κοχλασμού και της ζωής. Η άφροντισιά διευκολύνει την άνεσι των κινήσεων. Παρεμβαίνει όμως η έθιμοτυπία! Η προκατάληψι για ένα τρόπο ζωής, που υπόσχεται τη δέσμευσι ή και την εξουδετέρωσι του κινδύνου της χαράς του υπαίθρου! Με μια τέτοια νοοτροπία, ο παραθερισμός κατατάξει κοσμική ρουτίνα, επιδείξει και άσελγης ιδεολογία ενός άργόσχολου νοή!

Η ζωή δεν είναι αδράνεια και χούνοσι! Ούτε μαγανοπήγαδο! Ούτε τυποποιημένη συμπεριφορά! Ούτε υποτελής των δεσμεύσεων μιάς στενής νοοτροπίας, άνικανής να περιλάβη την απεραντοσύνη του νοήματος της!

Συμπήστε πρωί! Έστω και πίσω από ένα παραβάν από άντισκηνο, λουσοθήλο ολόκληρη με κρύο καθαρό νερό! Άνοίξτε τους πνεύμονές σας, να τους πλημμυρίσι η πρωινή ευφροσύνη! Κάνετε θαθείς αναπνευστικές κινήσεις! Πάρτε ύστερα το πρωινό σας, με άφθονα φρούτα, λίγο βούτυρο ή καλό τυρί, λίγο ψωμί κι' ένα ρόφημα! Έτοιμάστε το μεσημεριανό σας φαγητό, τέτοιο που να μη βέλη πολλή άσχαλια και φροντίδα! Τελειώνετε γρήγορα! Και ξεχυθήτε κατόπι στα λειβάδια και στους δρόμους και στις ακρογιάσεις, για την κατάκτηση του υπαίθρου! Ίδωκοίτηστε από κλαρί σε κλαρί, από δένδρο σε δένδρο, από βράχο σε βράχο, από γιδόστρατο σε γιδόστρατο, από κορυφή σε κορυφή! Γελάστε!

Τρέξτε, σκαφαλώστε, πηδήξτε! Και αναζητήστε ύστερα την ξεκούρασι στη φιλόδοξη σκιά των δένδρων! Και τη δροσιά στα νάματα των πηγών! Αν βρίσκαθε κοντά στη θάλασσα, ριχτήτε, άπλυτες και κατακτητικές, στην ύγρα άγκαλιά της! Κολυμπήστε ενάντια στα ρεύματα και στα κύματα, ανεβήτε σε βάρκες, κωπηλατήστε! Παίξτε μετά πάνω στην καυτή άμμο κάτω απ' τη ζωγόνο διάχυσι του ήλιου! Μη βράδυ, όταν καταλαγιάζουν οι θόρυβοι της ζωής, ξεχαστήτε, ρεμβαστικές, στα θορύβια, στους φλοίσβους και στα διακριτικά ξεφαντώματα των εορταστών της βραδυάς των πυγολαμπιών και των τριζονιών και των γκιώνων! Άρπστε κάτω στην πόλη τον σεβητάλη τραγουδιστή να καταριέται τη σκληροκαρδιά ένα γίνη αθισκία, μά όχι να πεθάνη! και κάποιον άλλον, θύμα των συγκρίσεων, να θρηνώδη, γιατί έφερε «πως άλλων αγαπά, έφερε πως θέλει άλλον, πιο πλούσιον, πιο ευμόρφον και άρχυντα μεγάλον! Ξεχάστε «τον άτιμο που ήθελε μαχαίρωμα» και τον άλλον που «ατηγόρει την κοινωνία»!

Κι' αφού η ψυχή σας εισπνεύση τα άρώματα των πιο φινών διαχύσεων της βραδυάς, αποσυρθήτε! Άφθετε, μειδιώντας, στα χείδια του Μορφέα και των όνειρών!



ΓΙΑΤΙ ΔΕΝ ΚΑΝΕΤΕ ΣΠΟΡ

Τι λένε

• Σπόρ: Μά αυτή είναι η έμμενος ιδέα των γυναικών που δεν θέλουν να παχύνουν. Για μένα όμως δεν υπάρχει τέτοιος φόβος.

• Δεν κάνω σπόρ γιατί δεν έχω παρέα. Δε ξέρω κανένα που να μωρή να με συντροφέη.

• Δεν έχω καιρό! Το καθήκον κάθε καλής νοικοκυράς δεν είναι ν' αφιερώνη όλες τις δυνατόει μόνο στο σπιτικό της;

• Είμαι «γυναίκα» και δεν μ' άρέσουν αυτές οι νέες με το άθλητικό παρόστηνα και την άνδρική περπατησιά.

• Τα σπόρ χρειάζονται πολλά λεφτά κι' εγώ δεν είμαι σε θέση να δώσω χρήματα για τέτοιες απολαύσεις.

• Σπόρ: Τι άπαιλεια χρόνου! Έγκυμνασι του σώματος γίνεται σε βάρος του πνεύματος.

• Στην ηλικία μου να κάνω σπόρ: Μά τι λέτε! Δεν είμαι δά τόσο ξιπασμένη.

• Θέλω από καιρό να κάνω σπόρ. Μ' άρέσει πολύ. Σκοπεύω ν' αρχίσω την άνοιξι γιατί ο χειμώνας δεν είναι η κατάλληλη έποχη για σπόρ.

• Η γιαγιά μου στέκει πολύ καλά και όμως δεν έκανε ποτέ της σπόρ. Γιατί λοιπόν να κουραστώ για να διατηρήσω τη νεότητά μου;

Τι σκέπτονται

• Είμαι πολύ λεπτή και το σπόρ θα με αδυνατίσει ακόμη περισσότερο, θα γίνω φρικτιά!

• Έχω μακριά χέρια και πόδια και αρκετά άγαρμπο ύψος, ώστε μου περπιτούν τα σπόρ.

• Όλοι λένε πως είμαι γεννημένη για νοικοκυρά. Δε βλέπουν στο πρόσωπό μου παρά μία καλή μητέρα και καλή και πολύ άφωτισμένη σύζυγο!

• Ο άρραδωνιστικός μου άγαπάει επειδή είμαι ο εξιδανικευμένος τύπος της γυναίκας. Αν κάνω όμως, σπόρ θα εξακολουθήση να μ' αγαπάει.

• Προτιμώ να δώσω τα χρέματά μου να ξώδευα για σπόρ σε τουαλέτες, γιατί νομίζω ότι δεν είμαι τόσο όμορφη.

• Είμαι λίγο άσχημη. Τι θα κανα λοιπόν αν δεν έχω κατό πνεύμα; Αυτή είναι, λοιπόν, η μόνη γοητεία που έχω.

• Είμαι πολύ νέα, είναι αλήθεια, μά αν έκανα σπόρ, θα κουρασμένα μέλη μου σύντομα θα απεκάλυπταν την ηλικία μου.

• Για την ώρα δεν έχω και μιά διάθεσι να κάνω σπόρ. Μά πρέπει μιά μέρα ν' άρχισω γιατί τα σπόρ είναι τόσο παρά πολύ της μόδας.

• Είμαι λίγο τεμπέλα και δεν είδα να είναι λιγότερο μορφες οι γυναίκες που κάνουν σπόρ και γυμναστική.

Τι τους άπαντάμε

• Τα σπόρ άφαιρούν τα περιττά πάχη. Έπομένως δεν κινδυνεύει να χάσετε τίποτε. Θα κάνετε σφιχτό, γερό κορμί.

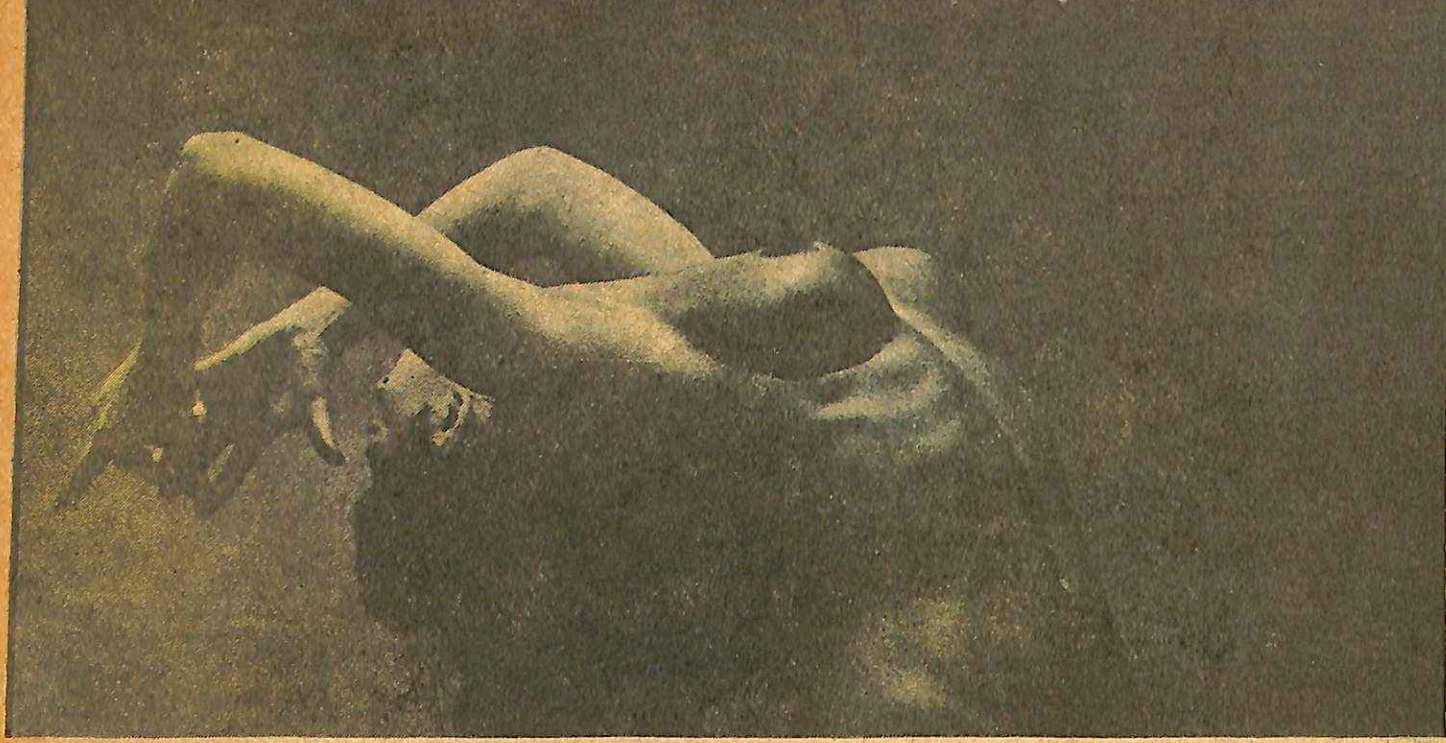
• Όσο άγαρμπο και αν είναι τα μέλη σας, πρέπει να κάνετε σπόρ — αδιαφορώντας για τα ερωτικά χαμόγελα — γιατί μόνον έτσι είναι δυνατόν ν' αποκτήσετε χάρη.

• Ο άντρας κουράζεται άπ' τον δόλητη τη γυναίκα του να περιφέρεται διαρκώς μέσα στο σπίτι και να φροντίζει συνεχώς μόνο το νοικοκυριό της.

• Τα σπόρ δεν πρόκειται να σας αλλάξουν. Θα σας δώσουν μόνον έναν τόνο μεγαλύτερης ζωηρότητας, που είναι απαραίτητος στην έποχή μας.

• Τα σπόρ δεν στοιχίζουν τίποτα γιατί δεν είναι καμμία σάς ένοχλη ή άγωνία μιάς επιθυμημένης εμφάνισσεως! Άγρίμια θέλει το υπαίθρο!

Αργότερα, γυρίζοντας στο αναπαυτήριο σας, δροσιστήτε ά' ένα ντύσι, φάτε με καλή έρεσι και με εύθυμη διάθεσι, άκούοντας λίγο ραδιόφωνο, που σήμερα είναι πιά τόσο κοινό-χρηστο είδος, διαβάστε ύστερα κάτι και ξεπλυθήτε να κοιμηθήτε σε δροσερό μέρος! Συμπώνοντας το άπόγευμα προετοιμάστε ήρεμη τη διάθεσι σας! Ένας ξεκούραστος περίπατος το σούρουπο, με μια καλή συντροφιά, με μιά ένδια φέρουσα συζήτησι! Και τότε



Η ΕΠΙΔΡΑΣΙΣ ΤΗΣ ΜΗΤΡΟΤΗΤΟΣ ΕΠΑΝΩ ΣΤΗΝ ΟΜΟΡΦΙΑ ΤΟΥ ΣΤΗΘΟΥΣ

ΟΛΕΣ σχεδόν οι μέλλουσες μητέρες κυττάζουν το στήθος τους με χαρά ανάμικτη με μελαγχολία: Χαρά επειδή θα ξεσηλώσει απ' αυτό το γάλα της ζωής. Μελαγχολία επειδή —έτσι νομίζουν— η ομορφιά του θα χαλάσει.

Πολύ λίγες γνωρίζουν ότι μπορούν ν' αποφυγούν τον κίνδυνο να χαλάσει το στήθος τους και ότι η εγκυμοσύνη δεν είναι συνδεδεμένη οπωσδήποτε με την πτώση του στήθους. Ο θηλασμός είναι φυσιολογικός προσορισμός για τη γυναίκα και θα παραγνωρίζαμε το μεγάλο νόμο της σκοπιμότητας αν κάναμε τη σκέψη ότι η φύση που προέβλεψε αυτή τη φυσιολογική λειτουργία δεν προέβλεψε και ότι μπορεί να γίνει χωρίς δυσάρεστες συνέπειες.

Για να πεισθήτε πθάνει να κυττάξετε τις τσώδες γυναίκες που γναιίνουν άθικτες από την περιπέτεια της μητρότητας ή μάλλον που γναιίνουν καλύτερες. Στη μητρότητα η γυναικα πραγματικά πολλές γυναίκες την πληρη άνθισή τους και την πληρη τους θηλυκότητά. Ας προσθέσουμε ακόμη ότι εκτός από τον άνθρωπο, σ' όλα τα άλλα θηλαστικά, τα άτυχηματα στον τοκετό είναι σπάνια.

ΟΛΟΣ ο κόσμος γνωρίζει πως η άκρη της εγκυμοσύνης συνοδεύεται χαρακτηριστικά με το μεγαλωμα του στήθους. Το γεγονός αυτό μαρτυρεί την προετοιμασία του θηλαστικού αδένος για την έκπληρωση του φυσιολογικού του προσορισμού: το θηλασμό.

Στη αρχή σ' γαλακτοφόροι άγωγοί συμπληρώνουν την εξάπλωσή τους και στην άκρη τους πολλαπλασιάζονται οι θηλάκες των γαλακτοφόρων αδένων. Παρουσιάζεται κατόπιν η «κολαστρογόνο φάση» που χαρακτηρίζεται από την έκκριση ενός υγρού: της κολάστρας. Η κολάστρα δεν είναι άκρη, γάλα. Το τελευταίο έρχεται μόνο με-

Οι αντιαισθητικές συνέπειες της μητρότητας αποτελούν ανωμαλίες, που θα εξαφανισθούν όταν θα γίνουν καλύτερα γνωστές οι αιτίες τους.

Ευτυχώς, το πρόβλημα αυτό είναι απιχτοδεμένο με το ακόμη πλατύτερο πρόβλημα της γονιμοποίησης, που το μελετούμε στον κόσμο διάσημοι σοφοί. Τα μυστηριώδη γεγονότα που μετατρέπουν το σώμα σε ζωντανή ύπαρξη, —γεγονότα που είναι σε μεγάλο μέρος γνωστά— καθώς και όλα τα φαινόμενα που απορρέουν από τη γονιμοποίηση έχουν την πηγή τους στην τόσο νέα και τόσο πλούσια επιστήμη, στην ενδοκρινολογία. Και αφού οι διακυμάνσεις του στήθους είναι φαινόμενα που συνδέονται στενά με το πρόβλημα της γονιμότητας, πρέπει να συμπληρώσουμε ότι αναγονται κι αυτές επίσης στην ενδοκρινολογία.

Οι τόσο χτυπητές ανακαλύψεις που όφειλουν οι άνθρωποι στην επιστήμη αυτή —ή κορτίζον είναι μια τέτοια ανακάλυψη— μας επιτρέπουν να σχεφθούμε πως, όταν γίνην έντελως γνωστός ο ενδοκρινικός μηχανισμός της μητρότητας, θα μπορούσαν οι επιστήμονες, χρησιμοποιώντας τους πολυ-

τά τον τοκετό. Η γονιμότης λοιπόν δίνει στο στήθος την υπερτροφική του όψη, που θα την διατηρήσει έως τον απογαλακτισμό, έπειτα ο θηλαστικός αδένας θα ξαναπαύση την προηγούμενη του όψη.

Στις εύτυχες περιπτώσεις μητρότητας, το στήθος ξαναδρίσκει αυθόρμητα τη σφιχτή φόρμα και την ομορφιά που είχε προηγουμένως. Μερικές φορές όμως, είτε από υπερανάπτυξη είτε από περιωρισμένη ανάπτυξη, το στήθος παρουσιάζει μια παραμόρφωση που θέτει —όπο τη άποψη της σε ιστική— ένα παράξενο πρόβλημα: άλλοτε, και σ' γελοίο κανόνα, οι μαστοί έβγαιναν από την περίοδο της μητρότητας υπερτροφικοί. Σήμερα —κι' αυτό, εδώ

μους χυμούς, τις ορμόνες, ν' αφαιρέσουν από τη μητρότητα την εντύπωση ότι μοιάζει με ένα λαχείο.

Ποιοι είναι οι ορμονικοί εκκίνηση παράγοντες που συντελούν να μεγαλώσουν τα στήθη όταν αρχίζει η εγκυμοσύνη και να ξαναπαύουν την άρχική τους κατάσταση τη στιγμή του απογαλακτισμού;

Οι επιστημονικές έρευνες δεν έχουν ολοκληρωθεί ακόμη στο κεφάλαιο αυτό. Επέτρεψαν όμως στους επιστήμονες να δώσουν θεραπευτική λύση σε ώριμες παραμορφώσεις των μαστών που παρουσιάζονται μετά την εγκυμοσύνη. Και αυτό κατορθώθηκε χάρη στη μελέτη ενός αδένος, που παίζει το σπουδαιότερο ρόλο στην αισθητική του στήθους. Ο αδένας αυτός είναι η υπόφυση.

Το δεύτερο ευεργετικό σημείο των έρευνών είναι ότι απέδειξαν το σημαντικό, τον κεφαλαίο ρόλο που παίζει το δέρμα στη γένεση αυτών των παραμορφώσεων.

Θα εξηγήσουμε λοιπόν σε συντομία τις δυο όψεις που παρουσιάζει το πρόβλημα της πτώσεως του στήθους: την ενδοκρινική και τη δερματολογική.

καί είκοσ. πέντε χρόνια—συμβαίνει το αντίθετο. Οι 30 στις 100 παραμορφώσεις που παρατηρούνται μετά την εγκυμοσύνη, προέρχονται από μια σμίκρυνση του θηλαστικού αδένος.

Το δερματικό περίβλημα στη διάρκεια της εγκυμοσύνης

Για να καταλάβετε δηλαδή τη σημασία που έχει το δέρμα μέσα στην αισθητική του στήθους, πρέπει να φέρετε στο νου σας ότι ο μαστός δεν είναι τίποτα περισσότερο παρά ένας μεγάλος ιδρωτοποιός αδένας, που μοναδικό του στήριγμα έχει το δερματικό περίβλημα. Το δέρμα λοιπόν πρέπει να κολλάει πολύ καλά επάνω στον αδένά για να του εξασφαλίσει στήριγμα

και να τον βοηθήσει να μείνει σφικτός. Διαφορετικά, ο μαστός χάνει την ομορφιά του. Αν ο στήθος αυτός σύνδεσμε χαλαροί ή από πτώση του αδένος, με την αδυναμία και την ατροφία του, ή από πτώση του δερματος, με τη διαστολή του (ραγάδες, σκασίματα), τότε και στη μία και στην άλλη περίπτωση ο μαστός πέφτει.

Ας δούμε όμως σε τι ευθύνη ναι το δέρμα για την πτώση του στήθους.

Ραβδώσεις

Το δερματικό περίβλημα με την ελαστικότητα του μπορεί να συμμορφωθεί με τις ελαφρές διακυμάνσεις του θηλαστικού αδένος. Η εγκυμοσύνη όμως του θέτει ένα πρόβλημα διαφορετικό

της σημασίας. Και τότε το στήθος διπλάσιάζεται σε όγκο. Ο διπλάσιος μαστός μπορεί και πραγματοποιείται με την ιδιότητα που έχει το δέρμα να επιμηκύνεται ή να συστέλλεται κατά μήκος. Αυτό αποδεικνύεται και από τις ανωμαλίες ή παθολογικές περιπτώσεις, όπου η αρχή της διαστολής παίζει ελάχιστο ή και κανένα ρόλο. Το δέρμα δίνει τότε την εντύπωση ότι είναι πάρα πολύ «κοντό» και προκαλεί στο μέλλουσα μητέρα πόνους, που κατανοούν μερικές φορές ανυπόφοροι. Έτσι, σε μία περίπτωση παρέστη ανάγκη να διακοπεί λατρικώς η εγκυμοσύνη από αυτή την αιτία των πόνων στο στήθος.

Κάτω από την όγκουμένη πίεση του αδένος το δέρμα τελικά σκάει, όπως σκάει το κακής ποιότητας ύφασμα. Σχηματίζονται τότε πάνω στο δέρμα σκασίματα που καταστρέφουν αθεράπευτα την αισθητική του στήθους. Πραγματικά, όταν γίνη ο απογαλακτισμός, το δέρμα μπορεί να χαλαρώσει, επειδή ο σκάκος είναι τότε μεγαλύτερος από το περιεχόμενο, τον αδένά δηλαδή και οι μαστοί παθαίνουν αδιόρθωτη πτώση.

Μονάχα η αισθητική χειρουργική μπορεί να αφαιρέσει το δέρμα που περισσεύει.

Ας σημειώσουμε πως τα σκασίματα δεν παρουσιάζονται πάντα με τόσο θεαματική μορφή. Διακριτικά αλλά πολυάριθμα, είναι όρατα μονάχα στο ηχημένο μάτι του ειδικού.

Προληπτική θεραπεία των ραγάδων

Δεν είναι γνωστή η προέλευσις της επιμηκύνσεως του δερματος, που οφείλεται κατά τα φαινόμενα στην υπόφυση. Είναι γνωστό μονάχα πως η ανεπαρκεία του συνδέεται με την ανάλωση του μητρικού οργανισμού υπέρ του έμβριου, χωρίς ωστόσο να μπορεί να εξακριβωθεί αν η «φτώχεια» σε μέταλλα και βιταμίνες του μητρικού οργανισμού έχει άμεση ή έμμεση επίδραση πάνω στην τονικότητα του δερματος (με τη μεσολάβηση της υποφύσεως).

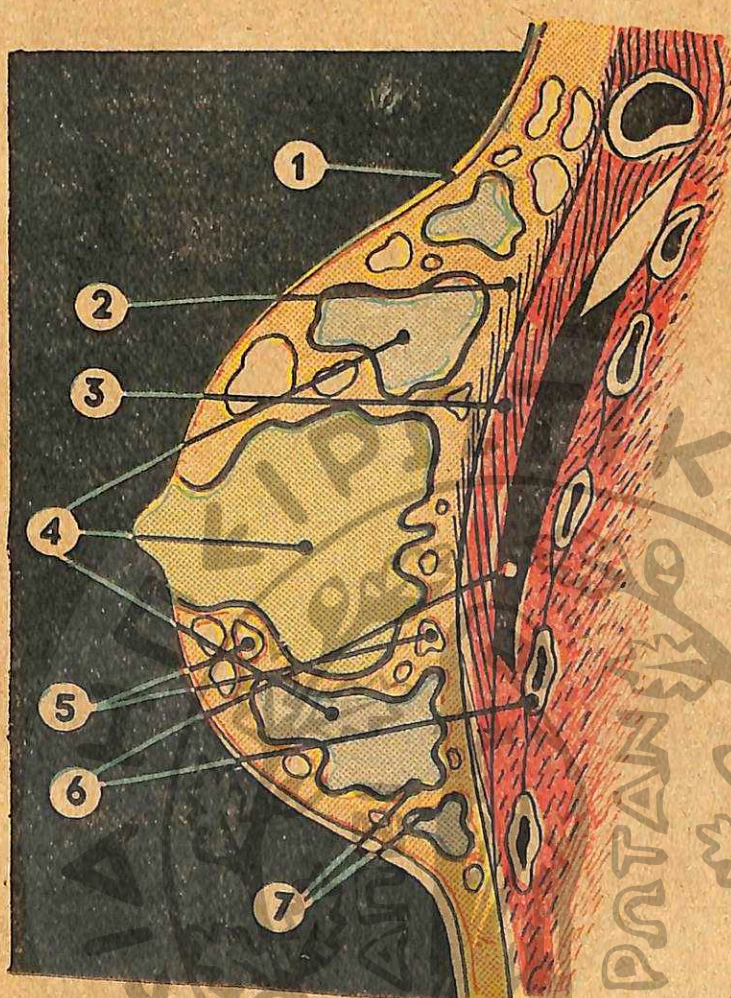
Όπως κι' αν έχη το πράγμα, το δέρμα μπορεί να τονωθεί κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης με τις κλασσικές μεθόδους θεραπείας που στηρίζονται γενικά στον εκ νέου εφοδιασμό του οργανισμού με ασθένσιο. Η χαλάρωση του δερματος στους μαστούς μπορεί ν' αποφευχθεί ακόμη περισσότερο με την «τοπική» απορρόφηση θρεπτικών στοιχείων, με τη μορφή αλοιφών, που είναι ιδιαίτερα πλούσιες σε βιταμίνες Α (καροτίνη). Το ελαφρό μασάζ που γίνεται για ν' απορροφηθούν τα θρεπτικά στοιχεία της κρέμας έχει επί πλέον την ιδιότητα να κάνει το δέρμα εύκαμπτο.

Θα προσθέσουμε ωστόσο μια μοναδική παρατήρηση: τα μασάζ αυτά, ακόμη και όταν γίνονται μ' αυτές τις ειδικές κρέμες, πρέπει να γίνονται από την αρχή της εγκυμοσύνης.

στην επιμήκυνση του δερματος. Προκειται για την κάθετη αποκόλληση του σάκκου του μαστού. Όταν στη διάρκεια της εγκυμοσύνης το δέρμα δεν ξεχειλώνει αρκετά, ο αδένας, που πιέζεται από τη δύναμη και την ανάγκη να μεγαλώσει, αναγκάζεται να ξεχειλίσει κάτω από το μπράτσο αποκολλώντας το δερματικό περίβλημα. Έπακλουθεί τότε ένα «ψωμάκι» στη μασχάλη που είναι οριστικό και μόνον η εγχείρηση μπορεί να το γιάτρει.

Μετά την εγκυμοσύνη, το στήθος, παραμορφωμένο από την πάλι αυτή δεν θα παρουσιάσει πια το κανονικό του σχήμα. Αντίθετα, θα πέσει επειδή το αντιαισθητικό αυτό «ψωμάκι» θα έχη μεγαλώσει τη δερματική θήκη του μαστού.

Η ίδια παραμόρφωση είναι συχνή, ακόμη εκτός από την εγκυμοσύνη. Η μεγαλύτερη αιτία γι' αυτό ήταν τα παλιά σουτιέν — γκόρζ. Αντί να «σταματούν» καθέτως το στήθος με ένα ελαφρό στήριγμα με μαλακές μπρετέλες, σχημάτιζαν άλλοτε ένα λούκι, όπου οι μαστοί πιέζονταν προς τη μασχάλη και χαλούσαν. Ευτυχώς



1 Δέρμα. 2 Συνδετικός ιστός. 3 Μεγάλος μύς του στήθους. 4 Λοβός του θηλαστικού αδένος («μαζικός»). 5 Κύτταρα του λιπαρού ιστού. 6 Πλευρά. 7 Συνδετικά διαφράγματα του στήθους.

Η τομή του μαστού αποδεικνύει την ευπάθειά του. Έτσι, όπως ακουμπάει πάνω στο μεγάλο του στήθος δεν έχει κανένα άλλο εξωτερικό στήριγμα παρά μονάχα το δέρμα εξωτερικά και το συνδετικό ιστό εσωτερικά. Ο «μαζικός» (θηλαστικός) αδένας είναι μοιρασμένος σε διάφορα μέρη που ονομάζονται λοβοί. Το λίπος, με τη μορφή λιπαρών κυττάρων καλύπτει τα κενά. Όλα αυτά μένουν σχεδόν ελεύθερα μέσα στο θήλακα της επιδερμίδος, που μπορεί να υποχωρήσει και σ' όποια επίδραση,

σήμερα οι κατασκευαστές κοσμέων, παρουσιάζουν μοντέλα που δεν υποπίπτουν σ' αυτές τις παρατηρήσεις.

Η θεραπεία γι' αυτή την περίπτωση φαίνεται να είναι προληπτική, ή ίδια που υποδεικνύεται και για τις ραγάδες, το μασάζ δηλ. με μία διταμίνουχο κρέμα.

Από όσα περιγράψαμε βγαίνει το συμπέρασμα ότι οι δυσάρεστες συνέπειες της εγκυμοσύνης μπορούν ν' αποφευχθούν. Οι γυναίκες μπορούν να έχουν εμπιστοσύνη στο μέλλον. Γιατί η αισθητική του στήθους, που στηρίζεται ως τώρα σ' ένα χιλιόχρονο εμπειρισμό, πέρασε πια στα χέρια της ενδοκρινολογίας.

Η επιστήμη αυτή, με τις αλματικές προόδους, δέ ν' αρχίσει να ανακαλύπτει ποιές ορμονικές καταστάσεις συνδεύουν τις ευτυχισμένες γέννες και κάνοντας τις οριστικές για όλες τις γυναίκες με την επένδυσή της, θα εξουδετερώσει όλους τους αδένους που αμαυώνουν ακόμη τη χαρά της μητρότητας.

ΠΟΛΛΑ ΚΑΙ ΔΙΑΦΟΡΑ.

Είναι γνωστό πως οι Τάρταροι ή Τάρταροι από το κυριότερο μέρος του στρατευμάτων του Τσέγκ Χαν, του μεγάλου αυτού κτακτητού που, στις αρχές του 13ου αιώνα, ίδρυσε την πρώτη Μογγολική αυτοκρατορία.

Οι Τάρταροι είχαν περιέργες παροιμίες. Και μερικές:

«Εκεί που ο διάβολος οφτάνει να τρυφήσει, στέλνουν τις γυναίκες».

«Δύο γυναίκες κάνουν μια συντροφιά, τρεις μια κόλαση. Το κεφάλι της γυναίκας είναι αδειό όπως και το πουλί του Ταρτάρου».

«Στη γυναίκα και στο μωστό, τα δάκρυα δεν κσιτίζουν ακριβώς».

Φαίνεται, λοιπόν, πως οι Τάρταροι, έσυγκινούντο, πολύ λίγο, από τα βελγητρα των γυναικών, και η φρόνησις αβήνους σε συμβούλες κτηνώδεις.

«Τίναξε τη γυναίκα σου όπως και το καρποφόρο δένδρο».

Το ρητό αυτό δεν λέει, καί είναι αδικία, ποιά θα είναι συγκομιδή. Αλλά να ένα άλλο πιο σαφές.

«Όσο περισσότερο θα κτύπας τη γυναίκα σου τόσο καλύτερο θα είναι το νοικοκυρ σου».

Μια άλλη παροιμία έπιμνει:

«Αν κτυπήσεις τη γυναίκα σου το πρωί, μη ξεχάσεις να ξαναρχίσεις και το βράδυ».

Και νά, τέλος, με λίγα λόγια, ένας αφορισμός αρκετά σαφής.

«Μπορείς να δείρεις τη γυναίκα σου μ' ένα σκουπόξυλο, δεν είναι δα και από γυαλί».

Θέλω να πιστεύω πως οι απόγονοι των αρχαίων Τατάρων, που ζουν σήμερα στην Ουράλ, τον Καύκασο και τη Κριμαία, δεν ακολουθούν πια τέτοιου είδους κανόνες...

Για τις ψηλές και αδύνατες γυναίκες

Και πρώτα απ' όλα πρέπει να ξέρετε, πως πολλές γυναίκες σ'ας ζηλεύουν. Υπάρχει ένα σωρό πράγματα που μόνο εσείς μπορείτε να φορέσετε. Τα φορδευτά πουκάμισα, εφάρμοστες ζακέτες που δεν έχουν τη λεπτή μέση σας. Ο μπουφάν μπλουζες επίσης, που πέφτουν κάτω από τη μέση και κόβουν το ύψος, είναι για σ' εσάς απαραίτητα. Χρησιμοποιήστε υφάσματα με μεγάλα σχέδια, αλλά προτιμάτε τους ήρεμους χρωματισμούς, που θα τονώσουν με χτυπητά άρσενια.

Είναι γνωστό πως πρέπει ν' αποφεύγετε τις οριζόντιες γραμμές, που αδυνατίζουν πολύ.

Μπορείτε να φορέτε δα φούστες σ'ας άρσενια, φορδευτά ή στενές, κίλες, πλίες, ότι θέλετε, ποτέ όμως φούστες κοτές.

Αποφεύγετε να ντεκολνέ. Κι' αν έχετε ένα φορέμα με μεγάλο καρέ, συμπληρώστε ένα μπλερό, που ταίριαζε άλλωστε και στη σιλουέτα σας.

Ίδου τώρα και μια βασική συμβουλή: προτιμάτε την κλασσική γραμμή. Είναι ιδανική.

Απὸ τὸ θρόνο στὸ ἱκρίωμα. — Ἡ δραματικὴ
ἱστορία τῆς τραγικῆς βασιλίσσας τῆς Σκωτίας.

ἡ νὰ ἐρῇ σ' ἐπαφὴ μὲ τὸ
 τόπος, ποὺ πιστεύει πῶς εἶ-
 ναι μὲ τὸ μέρος τῆς καὶ ἀ-
 νοετὴ τὴν ἀρχαιολογία τῆς: Ἡ
 ἀρία Στίουαρτ ἐχε ἀποδείξει
 ὅπου τοῦ πρᾶγματος. Τὸ προ-
 γυμνομενὸν ὁρατοὶ οἱ ἀστοὶ τοῦ
 ὀδισμοῦ, ὅταν ἐπληροφω-
 ῖνται τὰ γεγονότα τοῦ Χόλυ-
 υκτὰν, δύνανται νύχτα ἀπὸ τὰ
 πῖπτα τοὺς καὶ κρατώντας ἀ-
 γιμνομένους πυρσοὺς, μαζεύτηκαν
 ἀπὸ τὰ παρὰ τοῦ

Ἡ Μαρία Στιούαρτ καταλαβαίνει για μία φορά ακόμα ότι δεν έχει να περμένει πολλά πράγματα από τὸν ἀδελφὸ της. Γιατὶ τότε τὴν μὴ στραφὸν στὸν ἀντρά της, τὸν δημοφ. Ντάρνλεϋ, ποὺ πιθανὸν νὰ μὴ πῆρε μέρος στὴ συνωμοσία, νὰ μὴ ἀποφάσισε ὁ ἴδιος τὴ θεολογία τοῦ Ρίτσο, νὰ μὴ θέλησε νὰ τὴν ὑποβάλῃ σ' αὐτὸ τὸν ἐξευτελισμὸ καὶ τὴν ταπεινώσι;

Σὲ λίγες μέρες — εἶναι μέ-
σα Μαρτίου — ἡ Μαρία Στι-
ούαρτ ἔχει ἐν τῇ διάθεσιν τῆς γιὰ
να χτυπήσῃ τοὺς συνωμότες, ὁ-
χτὼ χιλιάδες στρατό. Ταυτό-
χρονα προσπαθεῖ νὰ διατρέσῃ
τοὺς ἀντιπάλους τῆς. Ἀμνη-
στεύει τὸν Μούραιη, τὸν ντ'

Λίγες μέρες αργότερα, μπρο-
στά στα μέλη του Συμβουλίου,
που έχουν συγκεντρωθῇ γύρω
απὸ τὸ κεράτι τῆς, ἡ Μαρίο
Στιούαρτ παρουσιάζει τὸ παι-
δι στὸν πατέρα του.
— Ὁρκίζομαι, ἐκλαμπρότα-

Κι' ὅλα αὐτὰ ἡ Μαρία Στι-
ούαρτ θέλει νὰ τὰ ἀποφύγῃ. Τὸν
καλεῖ σ' ἓνα κυνήγι στὸ Μέγκ-
ταλ. Τοὺς βλέπουν πάλι μαζί.
Μὰ ὅταν ἡ Μαρία Στιούαρτ ἐ-

Μά πού ήταν ὁ Ντάρνλεϊ α', ὅλο τὸ διάστημα τῆς ἀρρώστιας τῆς; Οὐτε πάποτε τὸ πῶδι του στὸν πυρῶ, ἀλλὰ οὐτε καὶ ἔδωσε κανένα σημεῖο ζωῆς. Καὶ μόνο τώρα πού ἡ Μαρία Στίχσορν εἶναι ἔκτος κινδύνου, κάνει τὴν ἐμφανισί του, μένει λίγη ὥρα κοντὰ στὴ γυναίκα του καὶ κατόπιν ξαναφεύγει πάλι.

ΣΤΟ ΕΠΟΜΕΝΟ: Ἡ συνέχεια.



ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ
στην παλιά Αθήνα

Ἀντίθετα οἱ ἄντρες δὲν φο-
ροῦσαν τίποτα. Ἕπαιναν στὴ
θάλασσα τοῖς τοῖσοι.
Ἄν καμμιά φορά κανένας
ἀδιακρίτος κρύβονταν σὲ καμ-
μιὰ μεριά γιὰ νὰ κυττάξῃ τίς
γυναῖκες καὶ τὸν ἔπαιον
χαμπάρι. Ἄρχιζαν ἀσυγκράτη-
τες τὰ ξεφωνητά: ΕΝΑΣ ΑΝ-

Αὐτὲς τὶς σκέψεις μᾶς προκά-
λεσε μιὰ ἐπίσκεψί μᾶς στὴ
νέα νευρολογικὴ κλινικὴ «Ἐ
Εὐαγγελισμός» τοῦ νευρολόγου
ψυχιάτρου Γιάννη Νικολητό-
πουλου, ἐκλεκτοῦ συνεργάτου
τοῦ περιοδικοῦ μᾶς, ποῦ ἀνοι-
ξε κι' ἄρχισε νὰ λειτουργεῖ τε-
λευταία στὰ Βρυλλίσσια.

Ἄν τυχὸν μποροῦσαν νὰ νε-
κρῶσθαι οἱ παλhoὶ Ἀθη-
ναῖοι κ' ἔβλεπαν τὰ σημερινά
μπαῖν - μίεθ θὰ σταυροκοπιῶ-
ντο καὶ θὰ ἀναφαινοῦσαν ;
Ἕ᾽ ἄλλοι καιροὶ καὶ ἄλλα ἦσαν
καὶ θὰ μᾶς ζήλευαν.

Η ΚΥΤΤΑΡΙΤΙΣ

υπ' αριθμόν 1 έχθρος της γυναίκας

10^ο ΤΗΣ ΣΥΝΕΡΓΑΤΙΔΟΣ ΜΑΣ ΔΟΜΝ. ΣΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ

ΕΙΔΑΜΕ στο προηγούμενο πόσο σημαντικός είναι ο ρόλος του συνδεδεμένου ή ορού στην ανάπτυξη της κυτταρίτιδας. Ότι ο ιστός αυτός με τις συσπάσεις του σφίγγει το υγρό της λέμφου μέσα στις κοιλότητες του, που σχηματίζονται από τα ίδια του κυτταρικά στοιχεία ή στους αγωγούς των λεμφικών αγγείων. Φρενάρει έτσι τη ροή και προκαλεί τη στάση της λέμφου της φροτωμένης με τοξίνες σκληραίνοντας τις προσβλημένες ζώνες με πλακίτσες, κόμβους κ.λ.π. Ότι για να σπάσει ο μηχανισμός της κυτταρίτιδας πρέπει να χαλαρώσουμε τη σύσπαση και να αφήσουμε ελεύθερη τη λέμφο να ρέει. Ότι αυτός είναι ο ρόλος των αντανάκλαστικών της χαλαρώσεως που προκαλούνται από το πρηντικό μασάζ της κυτταρίτιδας. Ότι το μασάζ αυτό πρέπει να προσανατολιστεί προς την κατεύθυνση της ροής της λέμφου, και συνεπώς να ακολουθήσει με προσοχή την ατομική κατανομή των αγωγών της λέμφου.

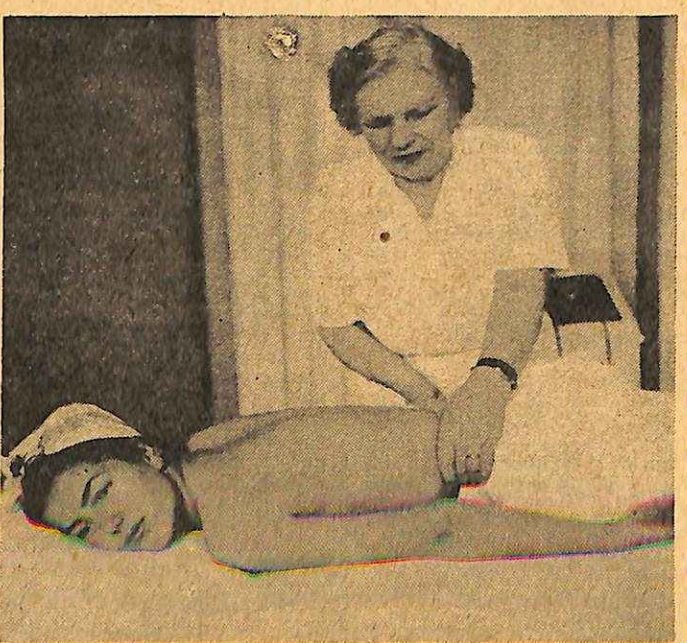
Μάθαμε τους δυο σκοπούς που κατά το Γάλλο γιατρό 'Αλίκη πρέπει να έχει πάντα υπ' όψιν του και να προσπαθή να αποφεύγει ο καλός μασέρ: 1ον 'Ότι η κυτταρίτιδα διήθιστη πρέπει να αποχετεύεται μόνον από τους δρόμους της διοχετεύσεως της λέμφου και 2ον 'Ότι πρέπει να αποφεύγουμε τον έρεθισμό των αγγειοκινητικών νευρών. Και τονίσαμε ότι το ειδικό μασάζ της κυτταρίτιδας, επιδρά με ενέργεια αντανάκλαστική.

Σήμερα θα παρακολουθήσουμε με την εξέγηση του φαινομένου αυτού από το Μ. Ρουέ, που τόσο καλά ξέρει να απλοποιεί και να εκλαϊκεύει την επιστήμη.

Ξέρουμε ότι οι νευρικές απολήξεις στα άτομα που υποφέρουν από κυτταρίτιδα, είναι σαν φυλακισμένες μέσα στον σκληρυμένο συνδεδεμένο ιστό. 'Αν τρίψουμε με δύναμη αυτούς τους σκληρυμένους ιστούς, είναι φανερό ότι ενεργοποιούμε με βία πάνω στις νευρικές απολήξεις και συνεπώς στη βαλβίδα που θα ξαπολύσει, αντανάκλαστικά άλλην κρίση συσπάσεως των ιστών κάτω από την πίεση των ερεθισμών που δέχεται. Η σύσπαση αυτή μπορεί να είναι άβυσσος με την απήχηση που δίνει ο ένας τις οργανικές λειτουργίες. Γι' αυτό ο γιατρός 'Αλίκη, λέγει: «Ένα μασάζ τραχύ ή άπλοο πολύ δυνατό ξεπερνά τον αντικειμενικό σκοπό του, προκαλώντας κρίσεις ΑΓΓΕΙΟΣΥΜΠΛΗΞΗΣ, ΥΠΕΡΑΝΤΑΚΛΑΣΗΣ, ΣΤΙΤΙΚΟΤΗΤΟΣ που έχει σαν αποτέλεσμα χειροτέρευση της κυτταρίτιδας και έκθεση σε διάφορες οργανικές διαταραχές.

Είναι η ίδια παρατήρηση αυτού του αντανάκλαστικού φαινομένου, που επιτρέπει να καταλάβουμε την ενεργητική επίδραση του μασάζ, που έχει εκτελεσθεί εξυπνά: Κινήσεις απασχ.

λές, που να μη προκαλούν παρά ένα ελαφρότατο πόνο επιδρούν στο κεντρικό νευρικό σύστημα ως διεγερτικό θεραπευτικός. Το συμπληρωτικό αντίδοτο τότε χωρίς υπερβολές από το νευρικό φυγόκεντρο δρόμο και καλύτερα την κατάσταση του συνδεδεμένου ιστού και της λέμφου. Βλέπουμε τότε την κυτταρίτιδα να απορροφάται, να λιγοστεύει και να εξαφανίζεται ακόμη κι' από τις περιοχές που δεν είχαν υποστεί τη θεραπεία με το μασάζ.



● Το μασάζ της κυτταρίτιδας θέλει, ιδίως στο πρώτο στάδιο της θεραπείας, απλές και απαλές κινήσεις.

σάζ. Κι' αυτό εξηγείται μ' αυτή την ενέργεια την αντανάκλαση, που καλυτερεύει τη γενική κατάσταση. Συχνά ο γιατρός μπορεί να διαπιστώσει μια έναρμόνιση ολόκληρου του ενδοκρινικού συστήματος κάτω από το αποτέλεσμα μιας θεραπείας της κυτταρίτιδας με μασάζ χεριού.

Πριν επιχειρήσετε τη θεραπεία με το μασάζ που θα σας εκθέσουμε, πρέπει να ανιχνεύσετε την κυτταρίτιδα σας με τους τρόπους που σας υποδείξαμε σε προηγούμενα άρθρα. Αναζητήστε την στις περιοχές που προτιμά να αναπτύσσεται ανασκηκόνοντας το δέρμα ανάμεσα στα δάκτυλα, σπρώχνοντας το να κυλήσει (αν λεί φεζάν κουλέ).

Μπορείτε επίσης να τσιμπήσετε το δέρμα με τα δάκτυλά σας, στις προσβλημένες περιοχές, για να προσδιορίσετε το βαθμό του πόνου που δοκιμάζετε. Τσιμπήστε κάθε κυτταρίτιδική περιοχή με την ίδια ένταση, ως που να ανακαλύψετε

την περιοχή την πιο επώδυνη. Αυτή η περιοχή θα είναι η περισσότερο προσβεβλημένη από κυτταρίτιδα. 'Απ' αυτή πρέπει να αρχίσουμε το μασάζ.

Όι μασέρ που έχει πείρα μπορεί να σκεφτεί ότι είναι προτιμότερο να κάνει μασάζ σ' όλη την επιφάνεια του σώματος, όπου βρίσκει κυτταρίτιδα. Αυτό είναι εφικτό, λέει ο Ρουέ, γιατί η μηχανική ενέργεια (που προωθεί τα υγρά προς τους φυσιολογικούς αγωγούς των). είναι ανεπαρκής για κάθε περιοχή, εκτός αν κάνουμε μασάζ ολόκληρες ώρες.

Στην περίπτωση που μια γυναίκα επιθυμεί να θεραπεύσει μόνη της την κυτταρίτιδα της, σύμφωνα με τις οδηγίες μας, είναι φανερό ότι δεν μπορεί να κάνει μασάζ κάθε μέρα σ' όλες τις προσβλημένες περιοχές, αφού θα έχη ξεθέψει τόσον καιρό για τις αναπνευστικές κινήσεις.

Όταν κάνετε μασάζ στην πιο επώδυνη περιοχή της κυτταρίτιδας σας, σε καμμία περίπτωση δεν πρέπει να δοκιμάζετε δυνατό πόνο. 'Αν δεν αισθάνεστε καθόλου το μασάζ, κι' αυτό πάλι σημαίνει ότι οι κινήσεις είναι ανεπαρκείς. Το μασάζ για την κυτταρίτιδα πρέπει λοιπόν να είναι όχι δύσκολο, ο δρος είναι ανακριβής, αλλά αισθητό.

Για να εξακριβώσετε με πόση ένταση πρέπει να γίνεται το μασάζ, κάνετε τις κινήσεις του ντεκολιμέν, του ρουλεμάν (θα εξηγήσουμε σε άλλο άρθρο) σ' ένα μέρος του σώματός σας, όπου δεν υπάρχει κανένα ίχνος κυτταρίτιδας. Δεν θα αισθανθήτε απολύτως τίποτε. 'Επαναλάβετε τις ίδιες κινήσεις στην πιο επώδυνη από τις προσβλημένες περιοχές για να διαπιστώσετε τη διαφορά. 'Εδώ οι κινήσεις πρέπει να είναι καθαρά αντιληπτές. Στην αρχή της θεραπείας είναι προτιμότερο να κάνετε πιέσεις ανεπαρκείς παρά υπερβολικές. Σιγά - σιγά γίνεται προσαρμογή. Οι ιστοί συνηθίζουν στις κινήσεις, το νευρικό σύστημα επίσης. Μετά από μερικά μασάζ, θα είστε υποχρεωμένη να αυξήσετε την ένταση των κινήσεων. 'Εξ άλλου η κυτταρίτις καθώς λιγοστεύει γίνεται λιγότερο επώδυνη.

Όσοι απ' όσα είπαμε, δεν θα πιστεύετε πιά ότι όσο δυνατότερες είναι οι κινήσεις, τόσο μεγαλύτερο αποτέλεσμα φέρνουν.

Όταν εφαρμόσετε αυτή την πολύ διαδεδομένη αρχή, δηλ. το δυνατό μασάζ, θα χειροτερέψετε την κυτταρίτιδα, και τις οργανικές διαταραχές σας.

ΔΟΜΝΑ ΣΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ
Διευθύντρια του 'Επιστημονικού
'Ινστιτούτου Αισθητικής
'Ερμού 21. Τηλ. 20.887

ΜΙΚΡΑ - ΜΙΚΡΑ

● ΠΑΙΔΙΚΕΣ ΚΟΥΒΕΡΤΕΣ ή άλλα γαρνιρίσματα για μωρά, μη πλέκονται με μαλλί άγκορά. Το τρίχωμά του ενοχλεί το εύαισθητο δέρμα του παιδιού.

● ΤΙΣ ΦΡΕΣΚΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ βάζετε 10 λεπτά σε άλατισμένο νερό με ξύδι. Τα λεπτά βγαίνουν μετά πολύ εύκολα.

● ΟΤΑΝ ΓΕΜΙΖΕΤΕ ΤΑ ΣΤΥΛΟ ΣΑΣ, μη χύνετε το παλιό μελάνι μέσα στο μπουκαλάκι με το κανονίγιο, γιατί η ανάμειξη αυτή βλάπτει το μελάνι.

● ΟΤΑΝ ΨΗΝΕΤΕ ΨΑΡΙΑ άνακαλύψτε στο λάδι λίγο αλάτι. Τό ψάρι τότε γυρίζει εύκολα και δε σπάει.

λειτουργίες οι οποίες ξαναβρίσκοντας τη λειτουργική τους ακεραιότητα σκουπίζουν όλες τις τοξίνες του οργανισμού. Δεν είναι σπάνιο να βλέπουμε τη γυναίκα να χάνει μ' αυτή τη μέθοδο ξαφνικά 5—6 εκατοστά από την περιφέρεια των γλουτών, 3—4 εκατ. από τους μηρούς κι' άλλο τόσο από τη μέση. Τη βλέπουμε άμέσως να πλέει μέσα στα ρούχα της. Συγχρόνως αυξάνει η ζωική αντίσταση και η συνηθισμένη κούραση εξαφανίζεται. 'Ετσι, ό,τι δεν μπορεί να πετύχει μια εξαντλητική φυσική άγωγή, και πολύ δυνατά μασάζ, το πετυχαίνουν εύκολα απλές, απαλές κινήσεις.

Όταν κάνετε μασάζ στην πιο επώδυνη περιοχή της κυτταρίτιδας σας, σε καμμία περίπτωση δεν πρέπει να δοκιμάζετε δυνατό πόνο. 'Αν δεν αισθάνεστε καθόλου το μασάζ, κι' αυτό πάλι σημαίνει ότι οι κινήσεις είναι ανεπαρκείς. Το μασάζ για την κυτταρίτιδα πρέπει λοιπόν να είναι όχι δύσκολο, ο δρος είναι ανακριβής, αλλά αισθητό.

Για να εξακριβώσετε με πόση ένταση πρέπει να γίνεται το μασάζ, κάνετε τις κινήσεις του ντεκολιμέν, του ρουλεμάν (θα εξηγήσουμε σε άλλο άρθρο) σ' ένα μέρος του σώματός σας, όπου δεν υπάρχει κανένα ίχνος κυτταρίτιδας. Δεν θα αισθανθήτε απολύτως τίποτε. 'Επαναλάβετε τις ίδιες κινήσεις στην πιο επώδυνη από τις προσβλημένες περιοχές για να διαπιστώσετε τη διαφορά. 'Εδώ οι κινήσεις πρέπει να είναι καθαρά αντιληπτές. Στην αρχή της θεραπείας είναι προτιμότερο να κάνετε πιέσεις ανεπαρκείς παρά υπερβολικές. Σιγά - σιγά γίνεται προσαρμογή. Οι ιστοί συνηθίζουν στις κινήσεις, το νευρικό σύστημα επίσης. Μετά από μερικά μασάζ, θα είστε υποχρεωμένη να αυξήσετε την ένταση των κινήσεων. 'Εξ άλλου η κυτταρίτις καθώς λιγοστεύει γίνεται λιγότερο επώδυνη.

Όσοι απ' όσα είπαμε, δεν θα πιστεύετε πιά ότι όσο δυνατότερες είναι οι κινήσεις, τόσο μεγαλύτερο αποτέλεσμα φέρνουν.

Όταν εφαρμόσετε αυτή την πολύ διαδεδομένη αρχή, δηλ. το δυνατό μασάζ, θα χειροτερέψετε την κυτταρίτιδα, και τις οργανικές διαταραχές σας.

ΔΟΜΝΑ ΣΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ
Διευθύντρια του 'Επιστημονικού
'Ινστιτούτου Αισθητικής
'Ερμού 21. Τηλ. 20.887

ΜΙΚΡΑ - ΜΙΚΡΑ

● ΠΑΙΔΙΚΕΣ ΚΟΥΒΕΡΤΕΣ ή άλλα γαρνιρίσματα για μωρά, μη πλέκονται με μαλλί άγκορά. Το τρίχωμά του ενοχλεί το εύαισθητο δέρμα του παιδιού.

● ΤΙΣ ΦΡΕΣΚΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ βάζετε 10 λεπτά σε άλατισμένο νερό με ξύδι. Τα λεπτά βγαίνουν μετά πολύ εύκολα.

● ΟΤΑΝ ΓΕΜΙΖΕΤΕ ΤΑ ΣΤΥΛΟ ΣΑΣ, μη χύνετε το παλιό μελάνι μέσα στο μπουκαλάκι με το κανονίγιο, γιατί η ανάμειξη αυτή βλάπτει το μελάνι.

● ΟΤΑΝ ΨΗΝΕΤΕ ΨΑΡΙΑ άνακαλύψτε στο λάδι λίγο αλάτι. Τό ψάρι τότε γυρίζει εύκολα και δε σπάει.

Ο ΑΝΔΡΑΣ, Η ΓΥΝΑΙΚΑ ΚΑΙ ΟΙ ΝΟΜΟΙ

Ο ΘΕΣΜΟΣ ΤΗΣ ΠΡΟΙΚΑΣ από τη νομική του πλευρά

Ε' Σε ποιόν ανήκει κατ' αποκλειστική κυριότητα η προίκα στον άνδρα ή στη γυναίκα

ΜΕΧΡΙ το 1946 η προίκα διακρινόταν σε «διατετιμνημένη» και «αδιάτιμνη». Στη «διατετιμνημένη» ο άνδρας γινόταν κύριος των πραγμάτων που την αποτελούσαν αλλά είχε υποχρέωση όταν έλυτο ο γάμος να επιστρέψει την αξία αυτών που ήταν γραμμένα στο προικοσύμφωνο. Στην ουσία ο άνδρας τις περισσότερες φορές δεν επέστρεφε ούτε την αξία αυτή, άλλοτε διότι είχε πουλήσει ή προίκα και είχε καταναλώσει το προϊόν της πώλησής του κατά τον χρόνο που έπρεπε να επιστραφεί στη γυναίκα, άλλοτε διότι τα χρήματα που έπρεπε να λάβει η γυναίκα με την πάροδο πολλών ετών είχαν χαθεί την αξία τους εξ αιτίας υποτιμήσεως του νομίσματος ή πληθωρισμού.

Στην «αδιάτιμνη» προίκα αντίθετος ο άνδρας δεν αποκτούσε την κυριότητα του προικίου. Ήρθε, μετά τη λύση του γάμου να επιστρέψει στη γυναίκα τα πράγματα που έλαβε ως προίκα. Ο Άστικός μας κώδικς καθώρισε συστηματικότερα τα θέματα αυτά και έτσι σήμερα γνωρίζουμε καθαρά τι δικαιώματα έχει ο άνδρας στην προίκα της γυναίκας του.

Και τώρα ας υποθέτουμε ότι ο Α έλαβε ως προίκα ένα σπίτι (ακίνητο) και διάφορα κινητά π.χ. επίπλα, βιβλία, πιάτα έξοχως κ.λ.π. αν ο άνδρας αυτός έχη κυριότητα επί των πραγμάτων αυτών;

Πρώτη μας δουλειά είναι να διαβάσουμε το προικοσύμφωνο. 'Εάν το έγγραφο αυτό αναφέρει ότι μεταβιβάζεται στον άνδρα η κυριότητα των προικίων, τότε ο Α είναι κύριος του ακινήτου και των κινητών, δηλ. μπορεί να διαθέσει τα πράγματα αυτά όποτε θέλει και όπως θέλει χωρίς να ρωτήσει κανένα (ούτε τη σύζυγό του ούτε το δικαστήριο). Στην περίπτωση αυτή η προίκα θεωρείται ότι αποτελείται όχι από τα πράγματα που παίρνει ο άνδρας, αλλά από την αξία αυτών που αναγράφονται στο προικοσύμφωνο, δηλ. εάν η αξία των πραγμάτων είναι π.χ. 100.000.000 δρχ., λέμε ότι ο Α έλαβε προίκα 100.000.000 (επομένως το ποσόν αυτό οφείλει να επιστρέψει όταν λυθεί ο γάμος και όχι τα πράγματα που πήρε). 'Εάν είν τον άνδρα μετεβιβάσθη η κυριότητα των είν προίκα επιδοθέντων, αντικείμενων της προίκας είναι ή έν τή προικοσυμφώνω συμφωνηθείσα αξία αυτών. 'Εάν ή αξία δεν προσδιορίσθη ή προσδιορίσθη ανακριβώς, λαμβάνεται ή κατά τον χρόνον τού προικοσυμφώνου αληθής αξία.

Εάν όμως το προικοσύμφωνον δεν αναφέρει ότι μεταβιβάζεται εις τον Α ή κυριότης των πραγμάτων τὰ όποιά τού δίδονται ως προίκα, τότε ποιός θα

είναι κύριος των πραγμάτων; ο Α ή η σύζυγός του; 'Εδώ θα διακρίνουμε εάν πρόκειται για ακίνητα ή για κινητά πράγματα. Όταν τα πράγματα είναι κινητά, κύριος αυτών γίνεται εκ του νόμου ο άνδρας, ανεξαρτήτως του ποιάς δίνει την προίκα. Όταν όμως είναι ακίνητα, ο άνδρας δεν αποκτά κυριότητα, αποκτά και πάλι εκ του νόμου, μόνο την επικαρπία και τη διοίκηση αυτών, δηλ. έχει δικαίωμα να εκμεταλλεύεται το προικώ ακίνητο, δεν μπορεί όμως να το πουλήσει. Την κυριότητα την αποκτά η γυναίκα, όχι όμως κυριότητα πλήρη. Στην περίπτωση αυτή η γυναίκα έχει μια κυριότητα περιορισμένη ή όποια ονομάζεται «ψιλή κυριότητα» δηλ. κυριότης από την όποια έχει αποσπασθεί ή επικαρπία. 'Ο άνήρ, αν δεν ωριμήσθη άλλως έν τή προικοσυμ-

φώνω, αποκτά την κυριότητα των είν προίκα επιδοθέντων κινητών, παρ' οιοδήποτε και αν συνέστη ή προίκα. 'Εάν είν τον άνδρα δεν μετεβιβάσθη ή κυριότης των είν προίκα επιδοθέντων, ούτος μέν έχει συνεστώτος τού γάμου την διοίκηση και επικαρπία αυτών, είν δε τή γυναίκα ανήκει ή ψιλή κυριότης επί πάσης παρ' οιοδήποτε συσταθείσης προίκας.

Ό άνδρας διαχειρίζεται, επιδίδεται και φροντίζει γενικά γιά τή διατήρησι της προίκας. Ό νόμος κατά τή διάρκειά τού γάμου χορηγεί τή δικαίωμα στον άνδρα, και όταν ακόμη δεν έχη ό ίδιος κυριότητα επί των προικίων, να εγείρη αυτός μόνος και τίς άγωγές τού χρειάζονται στίς διάφορες περιπτώσεις γιά τήν προστασία της προίκας. 'Ενεστώτος τού γάμου, ό άνήρ ως διαχειριστής των προικίων άσκει τās προσήκουσας άγωγάς και παρίσταται επί δικαστηρίου δι' αυτάς. Ό άνδρας π.χ. θά εγείρη μιά άγωγή εξώσεως γιά να εξώσθ τή μισθωτή τού προικίου ακινήτου, ό άνδρας θά εγείρη τή σχετική άγωγή έναντιον ενός προσώπου τού όποιον επικαλεί-

ται ότι έχει κυριότητα επί τού προικίου και γενικά ό άνδρας θά καταφύγη στο δικαστήριο κάθε φορά που επιβάλλεται τούτο γιά να διαφυλαχθή ή προίκα.

Γ. ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΣ

Ο δικηγόρος άπαντά:

ΑΠΟΓΟΝΤΕΥΜΕΝΗΝ, Λάρισα.— Τό δίκαιον είναι με τή μέρα σας και οι φόβοι σας είναι άδικολογικοί. Οι ενεργείες τού δικηγόρου σας είναι οι ενεργείες και τή άποτέλεσμα τας, που δεν θ' άργήσουν να φανούν, θά είναι εύνοϊκά γιά τήν προστασία τού Νόμου.

Μ. ΚΥΡ.— Ένταύθα.— Με τή θέμα αυτό θά ασχοληθώ έκτενώς σε ένα από τή προσεχή τεύχη. Έχετε άπολύτα δίκαιον να τή χαρακτηρισίσετε ως «ένα μέγιστον κοινωνικόν πρόβλημα».

Κ. ΠΑΠ., Θεσ/νίκη.— Σας έγγραφω ιδιαιτέρως. Θά περιμένω νέα σας σχετικά με τήν πορείαν τής ενεργείας των τότε οι άρχες τού 1954 θά σας εύρουν τελείως αποδεδειμμένην.

ΜΑΡΚΕΛΛΑΝ.— 'Εφ' όσον δεν υπάρχουν αντίρρησης και από τή δύο μέρη, θά έκδοθ σύνοψμα. 'Εάν οι δικηγόροι σας συντονίσουν τίς ενεργείες των τότε οι άρχες τού 1954 θά σας εύρουν τελείως αποδεδειμμένην.

Προτού φύγετε για την έξοχή

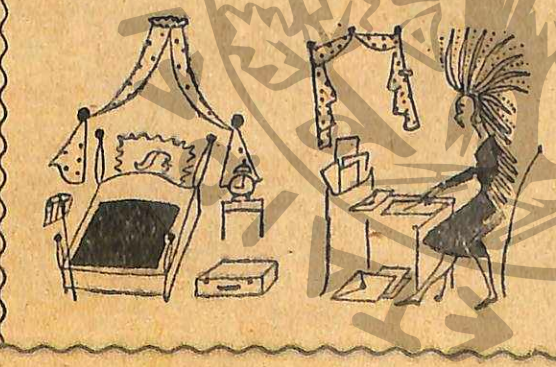
ΛΙΓΕΣ μέρες προτού φύγετε για την έξοχή, ετοιμάσατε ένα κατάλογο «πλήρη» των πραγμάτων που θα πάρετε μαζί σας: πουκάμισα, σλιπ, φανελλίτσες κ.λ.π. Τίποτε δεν πρέπει να λείπει απ' αυτόν, εκτός ίσως από κάτι μικροπράγματα της τελευταίας στιγμής που θα τα βρείτε στο σακκό της τελευταίας ώρας! Σας παραθέτουμε λοιπόν ένα μικρό συνοπτικό κατάλογο που θα σας βοηθήσει την τελευταία στιγμή:

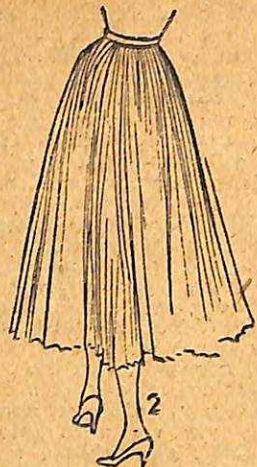
- ΓΙΑ ΝΑ ΜΗ ΚΟΥΡΑΖΕΤΑΙ Η ΟΡΑΣΙΣ ΣΑΣ: γυαλιά τού ήλιου. Καλύτερα είναι να τ' αγοράσετε πριν φύγετε. 'Αν μιά μέρα σας σπάσει ένα γυαλί, θα είστε βέβαιοι ότι θα μπορέσετε να τ' αντικαταστήσετε άπευθυνόμενοι στο κατάστημα που τ' πήρατε.
- ΓΙΑ ΝΑ ΕΙΣΘΕ ΠΑΝΤΑ ΚΑΘΑΡΟΙ: μιά μπουτίλια με σαπούνι. Τίποτε δεν είναι θλιβερότερο από τή να γυρίζετε επί ένα μήνα μ' ένα σακκάκι ή φορέμα γεμάτο λεκέδες.
- ΓΙΑ ΝΑ ΜΗ ΖΗΤΕ ΣΑΝ ΑΓΡΙΟΙ: μερικά χαρτοφάκελλα και τή καρτέλα με τίς διευθύνσεις. Για να μη πητέ στους φίλους σας: «Θά σας είχα στείλει μιά κάρτα, αλλά είχα ξεχάσει τή διεύθυνσή σας».
- ΓΙΑ ΝΑ ΞΑΝΑΦΕΡΕΤΕ ΜΑΖΙ ΣΑΣ ΩΡΑΙΕΣ ΑΝΑΜΗΝΗΣΕΙΣ: δυο ή τρία φίλμ.
- ΓΙΑ ΝΑ ΜΠΟΡΗΤΕ ΝΟ ΣΥΝΕΝΝΟΗΣΘΕ: τή λεξικό αν πηγαίνετε στο εξωτερικό.
- ΓΙΑ ΝΑ ΜΗ ΤΡΥΠΟΥΝ ΟΙ ΤΣΕΠΕΣ ΣΑΣ ΕΝΑ ΠΟΡΤΜΟΝΕ: αν πηγαίνετε σε μέρος που χρησιμοποιούνται μεταλλίνα νομίσματα και δεν θέλετε να παίρνετε στις τσέπες σας τριακόσια δράμια νομίσματα!
- ΓΙΑ ΝΑ ΤΑ ΒΛΕΠΕΤΕ ΟΛΑ: Ένα ζευγάς διόπτρες. Είτε πηγαίνετε στο βουνό, στη θάλασσα ή στο κάμφο, είναι πάντοτε



χρήσιμο να έχετε μαζί σας ένα ζευγάρι διόπτρες για να παρακολουθήσετε ένα πουλί, να ανακαλύψετε μιά θουνοκορφή ή να «επιβλέψετε» τα παιδιά που κολυμπούν!

- ΓΙΑ ΝΑ ΜΗ ΧΑΝΕΤΕ ΤΗΝ ΑΝΑΤΟΛΗ ΤΟΥ ΗΛΙΟΥ, ΤΗΝ ΕΚΔΡΟΜΗ 'Η ΤΟ ΤΡΑΙΝΟ: τή ζυγνήτρη τού ταξιδιού.
- ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΕΙΝΑΙ ΓΙΑ ΝΑ ΣΥΝΗΨΕΤΕ, ΝΑ ΥΠΟΛΟΓΙΖΕΤΕ ΣΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΣΑΣ ΠΑΡΑ ΣΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ.
- ΓΙΑ ΝΑ ΜΗ ΨΑΧΝΕΤΕ ΝΑ ΒΡΗΤΕ ΤΗΝ ΚΛΕΙΔΑΡΙΑ: τή κλεφτοφάνερα. 'Ωρισμένα μέρη είναι πολύ κακοφωτισμένα, οι κλειδαριάς δεν βρίσκονται πάντοτε εύκολα, οι περιπάτοι τού βράδυ, είναι ευχάριστοι, υπό τόν όρο να μη περπατάτε μέσα στις τσουκνίδες και να μπορήτε να ξαναβρήτε τήν οδό σας.
- ΓΙΑ ΤΑ ΠΙΘΑΝΑ ΜΙΚΡΟΑΤΥΧΗΜΑΤΑ: τή πρόχειρο φαρμακείο με μπαμπάκι, ούζεν, ιώδιο, γάλα, επίδεσμο και ασπιρίνες.
- ΓΙΑ ΝΑ ΕΙΣΘΕ ΠΑΝΤΑ ΚΟΚΕΤΑ: ΤΑ ΑΝΑΓΚΑΙΑ ΤΟΥ ΡΑΦΙΜΑΤΟΣ. Βελόνες (Μεγάλες και μικρές) ένα φολίδι, κλωστή μαύρη και άσπρη, ντεμισέ όλων των χρωμάτων, μιά δακτυλίδι.
- ΓΙΑ ΝΑ ΞΑΝΑΚΤΙΝΕΥΣΕΤΕ ΜΕΤΑ ΤΟ ΜΠΑΝΙΟ: ΕΝΑ ΚΑΘΕΦΤΑΚΙ ΑΘΡΑΥΣΤΟ από μέταλλο που θά σας κάμψι ν' αποφύγετε να σέρνετε τήν πουδριέρα σας στην άμμο. Για τή λόγο αυτό, βάζετε τήν πουδρά σας μέσα σ' ένα μικρό σιδερένιο κουτί.
- ΓΙΑ ΝΑ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΣΕΘΕ ΑΠΟ ΤΟΝ ΗΛΙΟ: ΤΟ ΛΑΔΙ ΓΙΑ ΤΟΝ ΗΛΙΟ. Όσο γιά τή καπέλο, σας συμβουλεύουμε να τή αγοράσετε από τή μέρος όπου θά πάτε και αν δεν τή βρήτε εκεί, θά τή πάρετε μαζί σας.

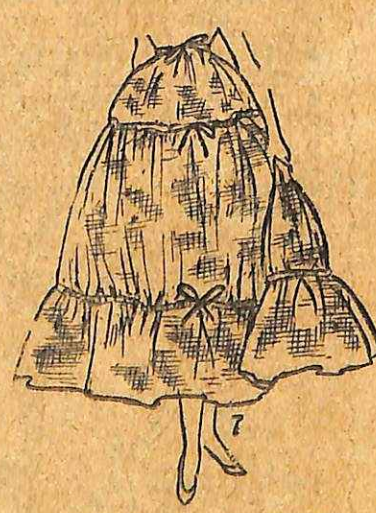




● Στη φωτογραφία βλέπετε τη φούστα με το βολάν, που φοριέται καλλίστα τόσο τις πρωινές ώρες όσο και το βράδυ.

ΔΙΑΛΕΞΑΜΕ γιά σας...

...αυτές τις φούστες, που εύνοει ιδιαίτερα η μόδα του φρετινού καλοκαιριού. Είναι φούστες ωραίες και βολικές, φούστες που φοριούνται πρωί και απόγευμα, ανάλογα με την ποιότητα του υφάσματος, ή με τις μπλούζες και τ' αξεσουάρ που θα τις συνοδεύσετε.



5 Η ΦΟΥΣΤΑ ΠΟΔΙΑ: Είναι η φούστα που διπλώνει, ή φούστα κρουαζέ που είναι πολύ της μόδας. Σε έβεργκλαϊνς, σε διάφορα έμπριμέ και συρά.

6 Η ΦΟΥΣΤΑ ΜΕ ΒΟΛΑΝ: Σε καρεδάκια, έμπριμέ, δουλάτα. Σε μεταξωτά και μπαμπακερά. Αποτελείται από ένα πρώτο σουρωτό άμπριμέ και ένα φαρδύ βολάν.

7 Η ΤΣΙΓΚΑΝΙΚΗ ΦΟΥΣΤΑ: Σε μουσελίνα, μπαμπακερά έμπριμέ, έβεργκλαϊνς. Η σουρά μαζεύεται κατά διαστήματα με περαστό κορδελάκι.

8 Η ΦΟΥΣΤΑ ΜΕ ΤΙΣ ΤΣΕΠΕΣ: Η φούστα με τις τεράστιες τσέπες, που αποτελούν δόκλινρα φύλλα, συνηθίζεται φέτος, πολύ, γαρνίρεται με διπλά γαζιά. Έμπριμέ ή σκέτη.

Τὰ πλεκτά μας



ΜΠΛΟΥΖΑ

ΥΛΙΚΑ: 550 γραμ. μαλλι ΠΕΓΚΟΥΕΝ χρώμα κόκκινο λάκας. Βελόνες Νο 2 και Νο 2½. 1 έκλαιρ 20 έκατ. μάκρος. **ΤΡΟΠΟΣ ΠΛΕΞΙΜΑΤΟΣ:** Λάστιχο 2+2π=2π καλή, 2π άνάποδη. Ζέρσευ=1 βελόνα καλή, 1 βελόνα άνάποδη. **ΔΕΙΓΜΑ:** Για ένα τετράγωνο 5 έκατ. θα βάλετε 15π και θα πλέξετε 21 βελόνες.

Μπροστινό

Βάλετε 140π στις βελόνες Νο 2 και αρχίσετε με λάστιχο 2+2π. Κάθε 1½ έκατ. περίπου θα κλείνετε 1π σε κάθε μεριά (8 φορές). Μετά το τελευταίο κλείσιμο πλέξετε 4 έκατ. ίσια και άμέσως αρχίσετε να βάζετε 1π σε κάθε μεριά κάθε 1 έκατ. (6 φορές). Σε 21 έκατ. μάκρος από την άρχή βάλετε τις βελόνες Νο 2½ και συνεχίστε το πλέξιμο με ζέρσευ. Θα βάλετε 1π σε κάθε μεριά, κάθε 1 έκατ. (12 φορές). Σε 15 έκατ. του ζέρσευ κλείστε 5π σε κάθε μεριά για τις μασχάλες. Θα συνεχίσετε να κλείνετε και στις δυο μεριές κάθε δεύτερη βελόνα από: 2π (3 φορές), 1π (2 φορές). Συνεχίστε ίσια έως ότου έχετε 8 έκατ. ύψος της μασχάλης. Σ' αυτό το σημείο βάλετε 1π σε κάθε μεριά (4 φορές). Σε 17 έκατ. ύψος της μασχάλης θα κλείνετε και στις δυο μεριές, κάθε δεύτερη βελόνα: 5π (5 φορές), 3π (3 φορές) και από 2π (7 φορές). Συνεχίστε ίσια έως ότου έχετε 38 έκατ. μάκρος του ζέρσευ. Σ' αυτό το σημείο θα πλέξετε κατά τον εξής τρόπο: Χωρίσετε τους πόντους του πλεκτού σας στη μέση. Περάστε τους μισούς σε μία παραμάνα και αφήστε τους να περιμένουν. Συνεχίστε το πλέξιμο με τους άλλους μισούς. Κάθε δεύτερη βελόνα θα άφινετε 10π άπλεκτους στην έσωτερική μεριά, έως ότου μείνουν κατ' αυτόν τον τρόπο όλοι οι πόντοι της βελόνας άπλεκτοι. Αφήστε αυτή τη μεριά να περιμένει και πλέξετε και τους πόντους της παραμάνας κατά τον ίδιο τρόπο. Κατόπιν περάστε όλους τους πόντους στην ίδια βελόνα και πλέξετέ τους συνέχεια. Πλέξετε 1½ έκατ. και κλείστε τους πόντους σε μία φορά. Κατ' αυτόν τον τρόπο που πλέξατε, σχηματίσατε το πάρσιμο του λαιμού.

Πλάτη

Βάλετε 132π στις βελόνες Νο 2 και αρχίσετε με λάστιχο 2+2π. Θα πλέξετε το λάστιχο όπως και το λάστιχο του μπροστινού έως τα 21 έκατ. Περάστε τις βελόνες Νο 2½ και **ΣΥΝΕΧΕΙΑ:** Στη σελίδα 50

ΛΙΖΕΖ

ΥΛΙΚΑ: 250 γραμ. μαλλι ΠΕΓΚΟΥΕΝ - ΚΟΥΡΛΙΣ χρώμ. νιλ ή ρόζ, πολύ άνοιχτό. Λίγο φλός για τις φούντες το ίδιο χρώμα. Βελόνες Νο 3 και Νο 1½. 1 σιδερένιο βελονάκι λεπτό. **ΤΡΟΠΟΣ ΠΛΕΞΙΜΑΤΟΣ:** Λάστιχο 1+1π=1π καλή, 1π άνάποδη. Μους=Πλέκετε πάντοτε καλή. Φανταζί - πλέξι=Θα υπολογίζετε γι' αυτήν την πλέξι, αριθμό πόντων που να διαιρούνται με το 4 και θα προσθέτετε 2π επιπλέον για να σχηματίζετε τις ούγιες στα δυο πλάγια του πλεκτού σας. Η ούγια σχηματίζεται κατά τον εξής τρόπο: Σε κάθε άρχή της βελόνας θα παίρνετε τόν πρώτο πόντο άπλεκτο καλή. 1η ΒΕΛΟΝΑ=1π ούγια. Στόν άμέσως επόμενο πόντο πλέξετε μέσα στόν ίδιο πόντο 3 φορές, δηλ. 1π καλή, 1π άνάποδη, 1π καλή. Πάρετε τους 3 επόμενους πόντους μαζί και πλέξετέ τους σε μία φορά άνάποδη. Συνεχίστε όπως άρχίσατε. Θα τελειώσετε με τόν 1π της ούγιας. 2η ΒΕΛΟΝΑ και όλες οι ζυγές βελόνες πλέκονται πάντοτε άνάποδη. 3η ΒΕΛΟΝΑ=3π μαζί άνάποδη. Πλέξετε μέσα στόν ίδιο πόντο 3 φορές, όπως στην πρώτη βελόνα και συνεχίστε όπως άρχίσατε. Θα τελειώσετε με τόν 1π της ούγιας. Θα συνεχίσετε την πλέξι σας επαναλαμβάνοντας συνεχώς την 1η και 3η ΒΕΛΟΝΑ. **ΔΕΙΓΜΑ:** 20π=5 έκατ. 17 βελόνες=5 έκατ.

Δεξί μπροστινό

Βάλετε 78π στις βελόνες Νο 3 και αρχίσετε με τη φανταζί - πλέξι. Στη δεξιά μεριά θα πλέκετε ίσια και στην άριστερή μεριά θα βάζετε 1π κάθε 1 έκατ. (38 φορές). Κατόπιν θα συνεχίσετε να βάζετε στην ίδια μεριά, κάθε δεύτερη βελόνα: 1π (20 φορές), 2π (7 φορές), 3π (5 φορές) και 5π (2 φορές). Σ' αυτό το σημείο αρχίστε να κλείνετε στην άριστερή μεριά, κάθε δεύτερη βελόνα: 2π (20 φορές) και θα βάζετε, κάθε δεύτερη βελόνα: 1π (6 φορές), 2π (6 φορές), 3π (8 φορές), 5π (5 φορές), 6π (6 φορές). Κλείστε την άριστερή μεριά 1π κάθε δεύτερη βελόνα (12 φορές). Ταυτόχρονα θα κλείνετε στη δεξιά μεριά 18π κάθε δεύτερη βελόνα (11 φορές) και 20π σε μία φορά. Πλέξετε και τ' άριστερό μπροστινό κατά τον ίδιο τρόπο άντικρουστό.

Πλάτη

Βάλετε 108π στις βελ. Νο 1½ και πλέξετε 3 εκ. λάστιχο 1+1π. Κατόπιν συνεχίστε το πλέξιμο με τις βελόνες Νο 3 **ΣΥΝΕΧΕΙΑ:** Στη σελίδα 50

Μάθετε να βουτάτε άφοβα

Το να ξέρετε στην έντελεια ένα σπόρ, σας δίνει μεγάλη έμπιστο-
σύνη στον εαυτό σας. Ποτέ δεν νοιώθει κανείς ντροπή ή αδεξιό-
τητα όταν ξέρει καλά κάτι. Το να ξέρετε να βουτάτε καλά, θα
σας τονώσει πολύ την έμπιστοσύνη σας. Σε λίγες μέρες, ίσως μά-
στε και σε μια μέρα μόνο, μπορείτε να μάθετε να βουτάτε. Ο
καλλωπότερος χώρος γι' αυτό είναι η πισίνα, ή κάποιο σημείο
όσα στη θάλασσα, που να έχει μια χαμηλή εξέδρα, ένα μάλο. Πη-
αίνετε μαζί με μια φίλη σας. Ήπλισμένες με τις συμβουλές
αυτές, θα βοηθήσετε και θα διορθώσετε εύκολα τα ή μια την άλλη.



**ΠΡΙΝ ΑΡΧΙΣΕΤΕ ΝΑ
ΒΟΥΤΑΤΕ**, μάθετε να περπα-
τε με τα πόδια μέσα στο ρη-
χό νερό από χαμηλά, λυγι-
ζοντας τα πόδια για να μα-
λακώσετε λίγο το πέσιμό σας

ΦΟΒΟΣ ΤΗΣ ΒΟΥΤΙΑΣ προ-
έρχεται συγκεκριμένα από την
νυσυχία που νοιώθει κανείς μή-
ως και δεν ξανασηθ στην επι-
άνεια. Κάνετε λοιπόν μερικές ά-
κσεις που θα σας δώσουν έμπι-
στοσύνη. Κρατήστε από τα χέρια
ή φίλη σας, και μαζέψτε το
ώμα σας μέσα στο νερό, αφήνον-
τας το να κατέβει όσο το δυνατόν
σημλότερα. Πρίν, μη ξεχάσετε
α εισηνέυσετε καλά με το στόμα
α κατόπιν, κάτω από το νερό,
σηνέυσετε σιγά-σιγά κάνοντας
εγάλες μπουρμπουλήθρες. Έπα-
αλάβετε το ίδιο είκοσι φορές.



**ΑΠΛΩΣΤΕ ΠΑΝΩ ΣΕ ΜΙΑ
ΑΝΙΔΑ** άκουμπισμένη στο χεί-
ος της εξέδρας, με τα χέρια τε-
ωμένα πάνω από το κεφάλι, και
α πόδια ένωμένα. Άνυψώστε έ-
αφρά τον κορμό σας. Η φίλη
ας θα σας βοηθήσει να γλυστρή-
ετε προς τα μπρός, κατά μήκος
ης σανίδας, άνασηκώνοντας τη
ά άκρη της σανίδας — και μαζί
ε τη σανίδα τα πόδια σας.



ΓΟΜΑΤΙΣΜΕΝΗ ΣΤΟ ΧΕΙΛΟΣ της έ-
ξέδρας με τα χέρια ένωμένα πάνω από το
κεφάλι, καθήστε το βάρος του σώματός σας
πάνω στα πόδια σας. Γύρετε προς τα
έμπρός, ενώ η σύντροφός σας σας σπρώ-
χει, άνασηκώνοντας τα πόδια σας. Έπα-
αλάβετε αυτή την άσκηση δέκα φορές.

ΡΑ ΘΑ ΒΟΥΤΗΣΕΤΕ
ΘΙΑ, με τα πόδια ένωμέ-
και τετωμένα. Πιάστε το
λος της εξέδρας με τα
γάλα δάχτυλα των πο-
ων σας. Τεντώστε τα χέρια
α, πάνω από το κεφάλι,
το πηγούνι κολλημένο
στήθος σας, γύρετε προς
έμπρός. Η φίλη σας μπο-
να διευκολύνει το πέσιμό
σπρώχνοντας τα πόδια
στον άερα, τη στιγμή
θα έχετε χάσει την ισορ-
α και θα άνιζετε



ΟΤΑΝ μια γυναίκα βρίσκεται στην πλάζ, όποιος
ήλικίας και αν είναι, είτε είναι παχειά, είτε
αδύνατη, είτε όμορφη, είτε άσχημη, είτε
μελαχροινή, είτε ξανθεία, είτε κοκκινομάλλα, είτε
είναι μητέρα, είτε κόρη, έχει το δικαίωμα να έπωφελη-
ται από το θαυμάσιο και υγιεινό περιβάλλον, τις ζω-
γόνες άκτίνες του ήλιου, την εύεργετική δροσιά των
κυμάτων.

Άλλά, όπως και στο σπίτι, στο γραφείο, στο δρόμο,
έτσι και στην πλάζ υπάρχουν ώρισμένα όρια που πρέ-
πει να τηρή κανείς, ένα «μέτρον» στα πλαίσια του ό-
ποιου πρέπει να κινηται. Άλλως μπορεί να ένοχλη το
γείτονά της, χωρίς ίσως να το πάρει είδησι. Και η κα-
λή συμπεριφορά είναι ακριβώς το να μ η ένοχλής
όποιονδήποτε. Ιδιαίτερα στην πλάζ, δεν πρέπει να
παρεμποδίζης την άνάπαυσι, ούτε να «ένοχλῆς το μά-
τι» των άλλων με τυχόν προκλητικές κινήσεις και στάσι.

ΙΔΟΥ Ο ΜΙΚΡΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΚΑΛΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΛΑΖ

Άπαγορεύεται στην κολυμβήτρια του 1953

- Να κάνει την άτομική γυμναστική της άνάμεσα σε
όλον τον κόσμο. Η γυμναστική γίνεται άπόμερα, όταν
δεν υπάρχει κόσμος, νωρίς το πρωί, ή άργά το βράδυ.
- Να κάνει την τουαλέτα της στο μέσον των άλλων κολυ-
μβητών.
- Να... βγάξη δημοσία τα μπιμπίκια της, ή τα μπι-
μπίκια των φίλων της.
- Να έμφανίζεται ύπερβολικά πασαλειμμένη με λάδια.
- Να έξεταζή συνεχώς το πρόσωπό της στον καθρέφτη.
- Να κάνει μπάνιο (ιδίως στην πισίνα) όταν έχει τυχόν
κάποιον «καλόγερο» ή άλλο μολυσμένο σπυρί. Όχι μό-
νο στη μόλυνσι δεν κάνει καλό (ή θάλασσα δεν βοηθεί
στην έπούλωσι), αλλά και προκαλεί άσφαλώς την άη-
δία των γειτόνων της.
- Να άφινῃ τα παιδιά να κάνουν τρέλλες, είτε μέσα
στο νερό, είτε στην παραλία, γιατί αυτό συνήθως ένο-
χεί τους άλλους κολυμβητάς.
- Να περνάη κάτω από την εξέδρα των καταδύσεων,
τη στιγμή που βλέπει κάποιον να έτοιμάζεται να βου-
τήξει.
- Να φορή πολύ ψηλά τακούνια με «σόρτ», γιατί έτσι
το σόρτ χάνει όλη του τη χάρη.
- Να φορτώνεται με βραχιόλια και κοσμήματα.

Άπαγορεύεται στη σοβαρή κυρία :

- Να μπαίνει στο νερό βγάζοντας κομικές φωνές.
- Το σόρτ και το μαγιό μπικίνι με ζωηρά χρώματα.
- Τα παντελόνια (μακρυά ή «ψαράδικα»).
- Το λευκό μαγιό.
- Τα χτυπητά κοσμήματα και το ζωηρό μακιγιάζ.
- Οι φωνές, ή έπιθυμία να προκληθή ή προσοχή των
άλλων.
- Τα άπεριποίητα νύχια, οι τρίχες στα πόδια κλπ.

Άπαγορεύεται στην κολυμβήτρια των 20 έτών

- Να κάνει «θεαματικές» έμφανίσεις, με πολύ ντεκολτέ
μπικίνι κλπ., με σκοπό να προκαλέση τα βλέμματα.
- Τα κοσμήματα.
- Τα λιγδιασμένα, λαδωμένα, και άχτένιστα μαλλιά.
- Το άπεριποίητο και κακοξεπλυμένο μαγιό.
- Η κακή συμπεριφορά με τους νέους της ηλικίας της.
Πολλές τρυφερότητες που μπορούν να ένοχλήσουν. Πολ-
λοι καυγάδες, συζητήσεις μεγαλόφωνες, που έκνευρι-
ζουν και ένοχλούν τον υπόλοιπο κόσμο.
- Τα ψηλά τακούνια, με σόρτς ή με μαγιό.
- Το δυσανάλογο για την ηλικία τους μακιγιάζ. Άρ-
κεί λίγο ρούζ στα χείλια και λίγο λάδι, αν το δέρμα
είναι ξερό.
- Το να πηγαίνει να χορέψη το βράδυ με σόρτ στην πί-
στα των κοσμικών κέντρων της πλάζ όπου παραθερίζει.

Έπιτρέπεται στην κολυμβήτρια των 20 έτών

- Ένα μονοκόμματο μαγιό για το μπάνιο.
- Ένα «ντε πιές» μπικίνι για την ήλιοθεραπεία.
- Μια μικρή ζακέτα (κατά το δυνατόν από το ίδιο ύ-
φασμα) για να τη φορή όταν περιφέρεται στην πλάζ,
ή όταν δεν θέλη να την κάψη ο ήλιος.
- Άψογα άξεσουάρ. Βρίσκει τώρα κανείς παντού —
και πάμφθηνα — μικρές σακκουλίτσες από «νάυλον».
Έχετε μια τέτοια για τα καλλυντικά σας (ρούζ, λάδι,
κλπ.). Και μια άλλη για το μαγιό και την πετσέτα
σας. Βάζετε τα πάντα μέσα σε μια μεγάλη σακούλα
από χονδρό ύφασμα, που θα τη φτιάξετε μόνη σας, ή
σ' ένα ψάθινο καλάθι που θα το αγοράσετε έτοιμο.
- Πέδιλα με σόλα από σχοινί, που θα τα έχετε πάντο-
τε καθαρά.
- Εύπαρουσίαστα και συμμαζεμένα μαλλιά.
- Περιποιημένα νύχια.
- Καλό κέφι και εύθυμία, χωρίς ύπερβολές.
- Δυό ή τρία σόρτς ή παντελονάκια από βαμβακερό
ύφασμα ή τουάλ, πάντοτε καλοπλυμένα, σιδερωμένα,
φρέσκα.
- Χρώματα άνοιχτά, που κάνουν να άναδεικνύεται ή
μαυρίλα της έπίδερμίδος: μπλε σιέλ, κίτρινο άνοιχτό,
άσπρο.
- Μερικά φρέσκα μπλουζάκια, και μια-δυό φαρδιές
φούστες, για το άπόγευμα και το βράδυ...

ΙΔΟΥ ΤΕΛΟΣ ΚΑΙ Ο ΚΩΔΙΣ ΤΟΥ ΗΛΙΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΘΑΛΑΣΣΑΣ :

Η ΘΑΛΑΣΣΑ. — Είναι θαυμάσια, ιδίως όταν δεν κά-
νετε κατάχρησι. Άν δεν είσθε έξασκημένη κολυμβήτρια,
μη μένετε περισσότερο από 20 λεπτά στο νερό. Και
μη κάνετε περισσότερα από δυό μπάνια τη μέρα (αν
φυσικά μένετε κοντά στη θάλασσα). Άν διαπιστώσετε
ότι παρουσιάζεται — σε σας ή τα παιδιά σας — κά-
ποια αντίδρασις, άμεση (ρίγη, χλωμάδα, χτύπημα των
δοντιών), ή άπνεία, κούρασι, πόνοι, μη έπιμένετε να
συνεχίσετε τα μπάνια, τα δικά σας ή των παιδιών σας.

Ο ΗΛΙΟΣ. — Όφέλιμος για τους μέν, βλαβερός για
τους δέ. Τα ήλιόλουτρα πρέπει να γίνονται προοδευ-
τικά, όπως τόσο συχνά έχουμε γράψει. Τότε μόνον έχουμε
εύεργετική έπίδρασι στην υγεία. Άρχιστε την ήλιοθε-
ραπεία σας συστηματικά, πρώτα από τα πόδια, και
σιγά-σιγά κάνετε ολόσωμα μπάνια. Μη μένετε περισ-
σότερο από 30 λεπτά συνεχώς στον ήλιο, και ξανα-
βουτάτε κάθε τόσο στη θάλασσα για να δροσισθήτε,
και να άποφεύγετε την ήλιασι.

Με την εύκαιρία, άς έπαναλάβουμε και μερικές συμβου-
λές για την αντιμετώπισι μιας προσβολής άπό ή λ ί-
α σ ι : Ξαπλώστε τον παθόντα σε ένα μέρος ήσυχο,
σκοτεινό και δροσερό. Βάλετέ του πάγο στο κεφάλι
(σε παγοκύστι ή με κομπρέσες) και στο δεξι μέρος
του σώματος, κάτω από τα πλευρά.

Άν τα συμπτώματα από ήλιασι είναι έλαφρά, με τα ψυ-
χρά έπιθέματα και κομπρέσες με νερό και ξύδι στο μέ-
τωπο, το κακό θα περάση γρήγορα. Άλλως, πρέπει να
καλέσετε το γιατρό που θα σας παράσχη κάθε βοήθεια.

Η ΜΟΔΑ

Σύνολο της πλάζ
για ριγέ μπανπα-
κερό. Η φούστα
είναι χωριστή. Ά-
πό μέσα φοριέται
ένα παντελονάκι —
σόρτ μονόχρωμο.





● 'Η άπείριτη αυτή νυχτική είναι από ζωρζέτα πλίσέ. Οι μπάντες είναι διπλές από σκέτη ζωρζέτα. 'Η πλάτη έχει τη γραμμή του μπροστινού, χωρίς ντεκολτέ. Οι ώμοι γυμνοί.

Μαρτίν Καρόλ

ΠΟΙΟΣ και ποιά δεν τη θαύμασε στην ταινία «Αξιολάτρευτες γυναίκες» που παιζόταν με τόσο επιτυχία αρκετόν καιρό; Όμορφη, καριτισιάζα, κομψή και χαριτωμένη, εξυπνη κι' ευχάριστη η Μαρτίν Καρόλ, γρήγορα κατέκτησε το γαλλικό και παγκόσμιο κοινό και θεωρείται σήμερα ως μία από τις καλύτερες Γαλλίδες στάρ.

Το 1952 ήταν η χρονιά που την καθιέρωσε σαν μεγάλη δεντέτα. Έπρεπε να γυρίσει 20 ταινίες για να παραδεχθούν έχθροί και αντίπαλοι πως η νέα αυτή στάρ διαθέτει κι' αξιόλογο ταλέντο και δεν είναι μόνο ένα όμορφο καινούργιο «πί-άπ». Δύσκολα βλέπετε παραδίδονται μερικοί πως η όμορφη είναι δυνατό να συμβαδίζει με το ταλέντο. 'Η Μαρτίν Καρόλ όμως κατόρθωσε να τους πείσει.

'Η Μαρτίν Καρόλ γεννήθηκε στο Παρίσι, κάτω απ' τον άστερισμό του Ταύρου. Γι' αυτό έχει δυναμικό και σταθερό χαρακτήρα. Είναι φιλόδοξη κι' ανυπόμονη να φθάσει στο σκοπό της. Προσέχει πολύ την κριτική και υποφέρει από τις αδικίες επιθέσεις που της κάνουν. Τίποτε όμως δεν την έκανε να δ-πισθοχωρήσει, να τ' αφήσει.

Έμεινε επτά χρόνια κλεισμένη στο μοναστήρι των Δομινικανών αλλά το εγκατέλειψε πριν τελειώσει τις σπουδές της γιατί η υπερβολικά αυστηρή ζωή των οικοτροφών είχε καταπίψει την ψυχή της. Απεφάσισε να γίνει ζωγράφος και μπήκε στη Σχολή Καλών Τεχνών.

Εκεί γνωρίστηκε με την Μισελίν Πρέλ και τη Ροζίν Λυγκέ. Ο πατέρας αυτής της τελευταίας ο Αντρέ Λυγκέ, την παρώτρυνε να γίνει ηθοποιός.

«Αλλωστε δέ φαίνεται να-ναι και τόσο άσκημα», σκέφθηκε η Μαρτίν, έχοντας για παράδειγμα τη Μισελίν Πρέλ και τα χρήματα που κέρδιζε ως ηθοποιός.

Σε τέσσερις μήνες άρχισε να παίρνει ρόλους μεγάλους στο θέατρο. Μά ο πόλεμος διέκοψε τις προσπάθειές της. Μετά τον πόλεμο έπαιξε σε πολλά θεατρικά έργα και ταινίες αλλά πέρασε λίγος καιρός για να βρεθεί ο σκηνοθέτης που θα τη βοηθούσε να αξιοποιήσει τα προσόντα της.

«Έμαθα σιγά-σιγά αυτό που δεν έπρεπε να κάνω» λέει η ίδια, «κι' αν πολλές φορές φθάνω στα άκρα, είναι γιατί θέλω να γνωρίσω κάθε πτυχή του επαγγέλματός μας».

Από το 1944 που άρχισε να παίξει στον κινηματογράφο, δεν τον εγκατέλειψε παρά μόνο μία φορά, για να πρωταγωνιστήσει με μεγάλη επιτυχία στο έργο του Στάιμπκε «Ο δρόμος με τις φάμπρικες». Από τις ταινίες της είδαμε εδώ τις: «Άλλος για το Παρίσι», «Οι έρασται της Καρολίνας», «Πάθοι της νύχτας», «Οι έρασται της Βερόνας», «Αξιολάτρευτες γυναίκες».

Επίσης πρωταγωνίστησε στη Λουκρητία Βοργία, ένα ρόλο στον οποίο αποθεώθηκε η όμορφη της.

ΤΟ ΚΟΙΝΟΝ: Ο ΦΟΒΟΣ ΤΩΝ ΑΣΤΕΡΩΝ

ΤΩΡΑ τελευταία μερικά μέλη ενός Συλλόγου κατόρθωσαν να πάρουν άδεια και να παρακολουθήσουν το γύρισμα μίας σκηνής στα στούντιο της Μέτρο - Γκόλντουιν Μάγερ. Στην ταινία αυτή πρωταγωνιστούσε ο Κλάρκ Γκέμπλ. Κρατώντας την αναπνοή τους κάθισαν στη θέση που τους υπέδειξαν και παρακολουθούσαν με συγκίνηση το παίξιμο ενός από τους πιο περίφημους καλλιτέχνες της δόνης.

Μόλις τελείωσε η σκηνή, ο Κλάρκ Γκέμπλ ζήτησε συγνώμη και πήγε στο καμαρίνι του να ξεκουραστεί. Οι θεαταί, που μάλλον γι' αυτόν είχαν έρθει, έτρεξαν να τον σταματήσουν ζητώντας του να τους μιλήσει λίγο. Αντιμετώπισαν μία ψυχρή άρνηση ή οποία ειπώθηκε μ' ένα πολύ παγερό τόνο. Οι θαυμαστές του έμειναν άναυδοι. Δεν ήξευραν πως να χαρακτηρίσουν τη στάση αυτή του είδωλου τους.

Μά ο Κλάρκ Γκέμπλ δέ φέρθηκε έτσι με τη θέλησή του. 'Ισως αυτός να λυπήθηκε πιο πολύ από αυτούς. 'Αλλά έπαθε εκείνη τη στιγμή ό,τι κι' όλοι περίπου οι άστερες σε παρόμοιες περιπτώσεις: Φοβήθηκε να αντικρύσει στην πραγματικότητα το κοινό του, εκείνο που τον λάτρευε τόσο πο-

λύ. Οι καλλιτέχνες της δόνης δεν είναι σαν του θεάτρου. Στη σκηνή ο ηθοποιός μαθαίνει να νικά το φόβο του κοινού από τα πρώτα βήματά του. Οι στάρ της δόνης δεν υπάρχει ανάγκη να το αντιμετωπίσουν ποτέ. 'Επιπλέον οι παραγωγοί κατορθώνουν συχνά να δημιουργήσουν τέτοια αίγλη γύρω από το όνομά τους, που είναι πολύ μακριά από την πραγματικότητα. Αυτό το ξέχρουν κι' γι' αυτό ακριβώς φοβούνται να χαλάσουν κάτι πάνω στο οποίο πιστεύουν πως βασίζεται η επιτυχία τους.

Ο Κλάρκ Γκέμπλ αποφεύγει τις δημόσιες εμφανίσεις. Κι' όχι μόνο αυτός, μα κι' όλοι οι συνάδελφοί του τρομακρούνταν όταν πρόκειται να εμφανισθούν μπροστά στο κοινό.

'Η Γκρέτα Γκάρμπο είχε δημιουργήσει ένα θόλο με την επιτυχία της. 'Ηταν η θεά της έβδομης τέχνης. Πως να μη αποφεύγει τον κόσμο; 'Η μισανθρωπία της έμεινε παροιμιώδης. 'Ηξευρε πως δεν ήταν τόσο τέλεια, ούτε τόσο θεία όπως την ήθελε το κοινό. Κι' απέφευγε τον κόσμο για να μη χαλάσει την εντύπωση αυτή.

Λίγα είναι τα άστέρια εκείνα που είναι το ίδιο περίφημα στην ιδιωτική τους ζωή όσο και στην δόνη. Μπορείτε ν' αδικήσετε τον γκριζομάλλη Κλάρκ Γκέμπλ ή το φαλακτό Σάρλ Μπουαγιέ και το Χάμφρεϊ Μπόγκαρτ, που ήταν άλλοτε οι μεγαλύτεροι γόητες γιατί δε θέλουν να δείξουν την τωρινή κατάντια τους.

Δεν είναι όμως μόνο ο φόβος της απογοητεύσεως του κοινού για την πραγματική τους εμφάνιση που τους κάνει να αποφεύγουν. Ο Πήτερ Λόουφορντ έχει στιγμές που είναι πολύ καλύτερος απ' την δόνη στην ιδιωτική του ζωή. Κι' όμως πήγε το φτεινό καλοκαίρι στη Χαβάη κι' έδινε απ' το ξενοδοχείο του μεταμφιεσμένος για να μη αναγνωρισθεί. Γιατί το να γίνεται κανείς αντικείμενο παρατηρήσεων είναι πολύ ενοχλητικό, άκομη και για τους κοινούς θνητούς.

'Από τότε που πήγε στο Χόλυγουντ η Τζένιφερ Τζόνς ως σήμερα ακόμη φημίζεται για τη ντροπαλότητά της. 'Όταν την κύτταζαν, εκείνη έβλεπε τον ουρανό κι' όταν ήταν υποχρεωμένη να μιλήσει, κυττούσε το πάτωμα. Το ίδιο σχεδόν συμβαίνει ακόμη και σήμερα.

Οι περισσότερες στάρ είναι ντροπαλές κι' οι πιο πολλές γίνονται μετά την επιτυχία τους. Αυτό φαίνεται λίγο περίεργο, αλλά είναι αποτέλεσμα μίας ολοκληρης διαδικασίας που υφίστανται όσες έχουν την τύχη να επι-

τύχουν. 'Όταν μία στάρ αποδειχθεί δημοφιλής κι' οι ταινίες της έχουν επιτυχία, γίνεται πολύτιμος παράγων για το στούντιό της. 'Ο παραγωγός τότε προσπαθεί να τη δειλώσει και να την καλλιεργήσει όσο το δυνατόν πιο πολύ, για να αυξήσει τη δημοτικότητά της και να σταθεροποιήσει την επιτυχία της. Οι διάφοροι ειδικοί την αναλαμβάνουν και την εξετάζουν εξονυχιστικά γιατί παρά το γεγονός ότι επέτυχε, είναι πιθανό να έχει άρισμένες ατέλειες. Αυτές πρέπει να ανακαλυφθούν και να εξαφανισθούν. Δεν είναι παράξενο λοιπόν γιατί τραυματίζεται ο εγωισμός τους. 'Ο περισσότερος κόσμος προτιμά να μη ξεσκαπάζεται άλλοτε, και να μη μαθαίνει πόσο μακριά βρίσκεται απ' το τέλειο.

Έτσι, οι περισσότερες στάρ γνωρίζουν μὲν τη δόξα, μα ταυτόχρονα περνούν και μία μεγάλη ψυχική απογοήτευση. 'Ο παραγωγός Ντέιβιντ Ο' Σέλβινκ, ο άνθρωπος που παντρεύθηκε τη Τζένιφερ Τζόνς, βρήκε πως ήταν ανάγκη να προσλάβει μια ειδική με την αποστολή να επιβλέπει το ντύσιμο της Τζένιφερ Τζόνς. 'Η Τζένιφερ δεν πήγε πουθενά χωρίς τη συνοδεία της 'Αννέτας Κόλμπο, η οποία της υπεδείκνυε πως να ντυθεί κάθε φορά. Στις περισσότερες γυναίκες μία τέτοια προσωπική εποπτεία είναι ανυπόφορη.

Είναι κι' άλλοι παράγοντες που ενοχλούν τους καλλιτέχνες, όταν αναδειχθούν απότομα. Οι περισσότεροι δεν έχουν την απαιτούμενη πνευματική και κοινωνική μόρφωση. Ξαφικά μπαίνουν σ' έναν ανώτερο κύκλο όπου δεν μπορούν να ανταποκριθούν. Μία απ' αυτές τις στάρ είναι η Ρίτα Χαίη-γούρθ, η οποία κατόρθωσε να μορφωθεί σιγά - σιγά μόνη της τόσο, που να γίνει σύζυγος του μεγαλοφυούς Όρσον Ουέλλες και να σταθεί κι' ως τέλεια πριγκίπισσα 'Αλφ Χάν-



MARTIN ΚΑΡΟΛ

ΛΟΥΛΟΥΔΙΑ ΤΟΥ ΚΑΜΠΟΥ

ΚΕΝΤΗΜΕΝΟ τραπέζομαντηλάκι με μεγάλα μπουκέτα του κάμπου. Κεντήσετε τα όσο πιο φυσικά μπορείτε. Για να έχετε απόλυτη επιτυχία μη προσπαθήσετε να τα κεντήσετε συμμετρικά. Αυτό το όμορφο τραπέζομαντηλό μεγέθους 1,20 εκατ. τετράγωνο θα είναι χάρις για το εξοχικό σας σπίτι, στο τραπέζι του κήπου σας ή στη βεράντα του ρετιρέ σας. Οι κόκκινες παπαρούνες, τα μπλουέ, οι αγριοροδιές, είναι όλα μαζεμένα για να τραγουδήσουν τη χαρά της ωραίας εποχής. Να προτιμήσετε να το κεντήσετε σε πολύ χονδρό λινό ύφασμα ή σε ύφαντο χονδρό. Μεταχειρισθήτε κλωστές που να μην ξεβάφουν στο πλύσιμο και στο φως. Για το κέντημα θα βάξετε 3 κλώνους κλωστής. Τα λουλούδια είναι κεντημένα στα φυσικά τους χρώματα το κάθε ένα με τις εξής βελονιές: πεταχτή βελονιά, οίξα πλακέ, ριζοβελονιά, περαστή βελονιά και σποράκι. Γύρω-γύρω έχει ως τελείωμα βελονιά φεστονιού πολύ αραιή. Το σχέδιο του κεντήματος αυτού βρίσκεται στο 19ον «Παράρτημα Κεντημάτων» του παρόντος τεύχους, αρ. 139.



ΣΤΟ ΨΥΓΕΙΟ

Κατ' αρχήν μπορείτε να τοποθετήσετε ό,τι πράγματα θέλετε μέσα στο ψυγείο σας, παίρνοντας όμως μερικές απλές προφυλάξεις:

- Μπορείτε να τοποθετήσετε μέσα τα αυγά όποιοδήποτε.

- Το κρέας και τα ψάρια πρέπει να τοποθετούνται μέσα σε ένα πιάτο. Δεν χρειάζεται να τα σκεπάσετε.

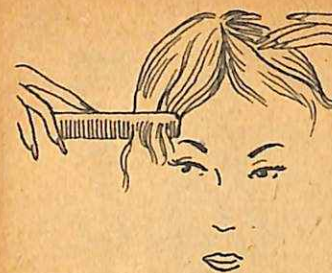
- Μπορείτε να βάξετε μέσα το κρασί σας, εκτός αν είναι κόκκινο. Οπότε σερβίρεται κατ' αρχήν στη θερμοκρασία του δωματίου.

- Το γάλα πρέπει να είναι σκεπασμένο, αν το έχετε σε κατσαρόλα ή σε μπουκάλι.

- Το φρέσκο βούτυρο και το τυρί πρέπει να τοποθετούνται πάντα μέσα στο ψυγείο.

- Αν το ψυγείο σας έχει χώρο, θα κάνετε θαυμάσια να φυλάτε εκεί και τα χορταρικά που έχετε στο σπίτι.

- Αποφεύγετε να βάξετε μέσα στο ψυγείο μπανάνες, των οποίων το λεπτό έρωμα κινδυνεύει να αλλάξει, καθώς και πεπόνι, που δίνει μυρωδιά στα άλλα τρόφιμα.



**Μαλλιά
ήμι-μακρά**
(Μήκος περίπου 15 εκ.)

**Μαλλιά
ΚΟΝΤΑ**
(Μήκος περίπου 8 εκ.)



Η ΟΜΟΡΦΙΑ ΣΑΣ ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ

ΔΥΟ ΧΤΕΝΙΣΜΑΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΞΟΧΗ

• Τα δυο αυτά απλά και πρακτικά χτενίσματα δημιουργήθηκαν από μια γυναίκα — κομμώτρια, που έχει την επιθυμία, καθώς και όλες οι άλλες γυναίκες, να είναι χτενισμένη χωρίς γι' αυτό να στερηθεί τη χαρά του καθημερινού μπάνιου και του περιπάτου κάτω απ' τον άνεμο. Μπορείτε να κάνετε μόνη σας τη «μίζ-άν-πλί» σας, παρακολουθώντας τις οδηγίες της μιάς ή της άλλης στήλης, ανάλογα με το αν τα μαλλιά σας είναι λίγο ή πολύ κοντά.

1 Κάνετε, σαν χωρίστρα στη μέση των βρεγμένων μαλλιών, γι' να ξεχωρίσετε καλά τις μπούκλες



2 Από κάθε πλευρά της χωρίστρας, κάνετε μπούκλες προς μία κατεύθυνση. Κάνετε έπειτα μία χωρίστρα πίσω από το άριστερό αυτί, και γυρίστε τις μπούκλες προς το εμπρός. Μπουκλάρετε όλο το υπόλοιπο κεφάλι —εκτός από την κορυφή, φυσικά.



3 Όταν τα μαλλιά στεγνώσουν καλά, διατάξετε τατσιμπιδάκια και, γι' να χτενισθήτε, χρησιμοποιήστε μόνο τη δούρτσα. Σε κάθε βούρτσισμα, πρέπει να συγκρατήτε με το άριστερό χέρι τα μαλλιά σας.



4 Προφίλ, το χτένισμα αυτό είναι ανάλαφρο και φλού και πολύ αέρινο.



5 Η χτενισιά τελειωμένη σε θέσι «άν φάς».

ΟΙ ΤΕΛΕΥΤΑΙΕΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΕΣ



ΤΑ χτενίσματα γίνονται όλοένα και πιο φυσικά, το κόψιμο των μαλλιών όλο και πιο ελεύθερο. Σε όλες τις τελευταίες δημιουργίες που βλέπετε κυριαρχεί η ανάλαφρη, ελάχιστη κατσαρωμένη μπούκλα και τα ακατάστατα «τσουλούφια» που κερδίζουν καθημερινά έδαφος και δίνουν κάτι ανυπότακτο και νεανικό στα γυναικεία κεφάλια.

1 Στα βρεγμένα μαλλιά σας κάνετε μία μικρή οριζόντια χωρίστρα, 2 εκ. ψηλότερα από το μέτωπο.



2 Στο επάνω μέρος του κεφαλιού, κάνετε τρεις σειρές μπούκλες (ανάλογα με την πυκνότητα των μαλλιών σας), ή κάθε μία σειρά των οποίων θα είναι γυρισμένη προς άλλη κατεύθυνση. Οι πλευρικές μπούκλες συναντώνται πάνω στο στέφανο, με κατεύθυνση πάντοτε προς τα επάνω.



3 Όταν τα μαλλιά στεγνώσουν, βουρτσώστε τα πρώτα καλά, και κατόπιν χρησιμοποιήστε το χτένι, πάντοτε όμως με μία κίνηση, μαλακή προς τα πάνω.



4 Όταν τελειώσετε το χτένισμα, φέρετε μερικά τσουλούφια —πολύ ανάλαφρα— προς το μέτωπο.



5 Η χτενισιά τελειωμένη σε θέσι «άν φάς».



Σας δηλώνουν τά

ΚΑΙ ΒΕΒΑΙΑ σας πηγαίνουν τα ριγέ! Άρκεί να ξέρετε πώς να τα μεταχειριστήτε. "Αν είστε πολύ λεπτή μη φοβηθείτε τα ώραια σουρωτά σχέδια. "Αν είστε ψηλή μπορείτε άφοβα να μεταχειρισθείτε τις οριζόντιες ρίγες. "Αν είσαστε κοντή ή παχουλή προτιμάτε τις κάθετες. Τα ριγέ επιδέχονται γενικά πάμπολλους έξυπνους συνδυασμούς. Στα μοντέλα που σας προσφέρουμε θα δρῆτε άσφαλώς κάτι που να συνταιριάζει στον τύπο σας.

1 Ή φούστα του ωραίου αυτού μοντέλου για ριγέ έχει ένα ιδιαίτερο ελεύθερο φύλλο εμπρός. Το φύλλο αυτό έχει κρυφή τσέπη και γαρνίρεται με λοξή λουρίδα που συνεχίζεται και στο μπούστο. Φοριέται με ζώνη ή και χωρίς ζώνη με 2 κουμπιά στο πλάι.

2 Κομψή ριγέ ζακέτα. Στο κάτω μέρος των δυο μπροστινών που αποτελείται από οριζόντιες ρίγες υπάρχουν τσέπες οι οποίες είναι έσωτερικές.

3 Ρίγες οριζόντιες. Μανίκια κιμονό. Το φόρεμα δεν είναι κομμένο στη μέση. Τα φάρδη μαζεύονται με τη ζώνη.

4 Νωμίτης εμπρός και πίσω με ρίγες οριζόντιες. Το υπόλοιπο φόρεμα αποτελείται από τέσσερα μονοκόμματα φύλλα, που σουρώνουν κάτω από το νωμίτη. Τα φάρδη της μέσης σφίγγονται με τη ζώνη.

5 Μπούστος κιμονό χωρίς μανίκια. Ένα ελαφρό ντραπάρια υπογραμμίζει το στήθος. Στο μπροστινό μέρος της φούστας ατσάκιστα πιετάκια.

6 Φούστα μπλούζα χωρίς στήες. Ή φούστα είναι με κάθετες ρίγες, εκτός από το μπροστινό οριζόντιο φύλλο όπου υπάρχουν κρυφές τσέπες.

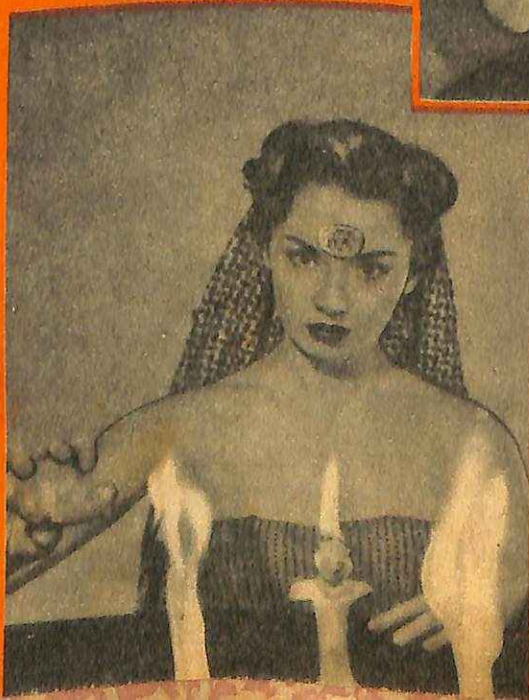
7 Ζακέτα στον τύπο του ελεύθερου πουκάμισου. Νωμίτης εμπρός και πίσω. Ή μαυνοκόλλησι είναι κανονική.



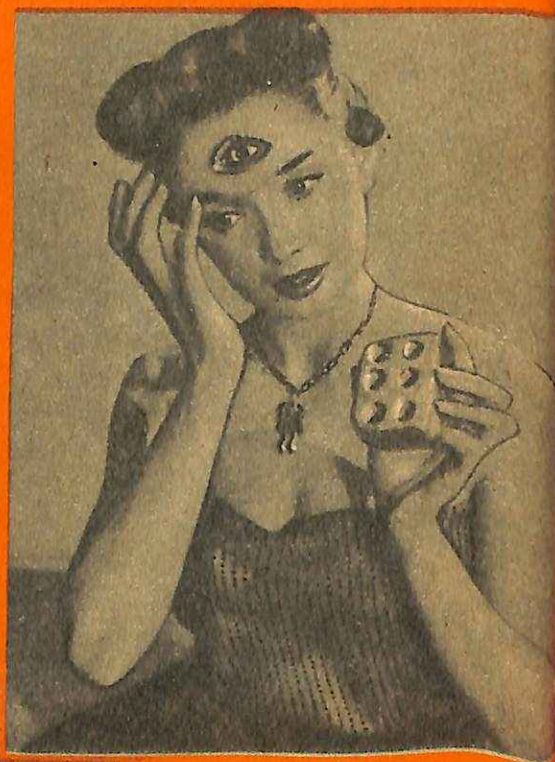
Ω καιρῶ ἐκείνῳ...

ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΑ ΒΑΘΗ ΤΟΥΤ ΧΡΟΝΟΥ ΕΡΧΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΦΩΣ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΑ ΠΟΥ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΣΑΝ ΟΙ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΜΙΑΣ ΜΑΚΡΤΝΗΣ ΕΠΟΧΗΣ ΓΙΑ ΝΑ ΤΟΝΩΣΟΥΝ ΤΗΝ ΟΜΟΡΦΙΑ ΤΟΥΣ. ΑΝ ΟΜΩΣ ΤΑ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΑ ΑΥΤΑ ΕΧΟΥΝ ΚΑΠΩΣ ΑΛΛΑΞΕΙ ΣΤΗ ΜΟΡΦΗ ΤΟΥΣ ΤΩΡΑ, ΕΝΑ ΠΡΑΓΜΑ ΑΠΟΔΕΙΚΝΥΤΑΙ: ΟΤΙ Η ΓΥΝΑΙΚΑ ΠΑΡΑΜΕΝΕΙ ΠΑΝΤΑ Η ΙΔΙΑ, ΦΙΛΑΡΕΣΚΗ, ΚΑΙ ΓΟΗΤΕΥΤΙΚΗ ΟΠΩΣ ΤΗΝ ΞΕΡΟΤΜΕ.

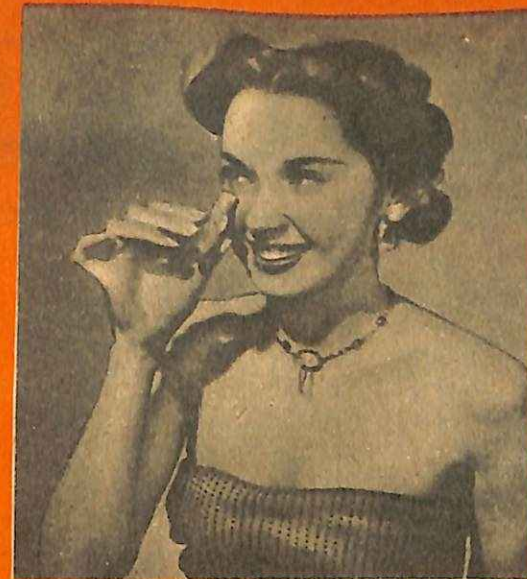
• Η ἐπιλήθους ὠρισμένων θρησκευτικῶν τύπων συνῶδου τις κινήσεις τῶν κομῶν γυναικῶν τῆς διδλκῆς ἐποχῆς. Ἰδοὺ τὰ λυχνάρια μὲ λάδι πού ἀνάδαν ἐμπρός στὴ Θεά Ἀσάριτ — τὴν Ἑλληνίδα Ἀφροδίτη — ἐπρόντας τῆς νὰ διατηροῦσιν πάντα τὴν ὁμορφίαν, τὴ χάρι καὶ νεανικότητά τους.



ΕΔΩ καὶ εἴκοσι χρόνια, ὅταν ὁ Πῶλ Ἴλτον, νεαρὸς τότε ἀρχαιολόγος, ἐπεσκέφθη γιὰ πρώτη φορὰ τὴν ἀρχαία κοιτίδα τοῦ πολιτισμοῦ, τὴ Μέση Ἀνατολή, ἐνοιῶσε νὰ τὸν κυριεύῃ ἡ γοητεία τῆς παράξενης αὐτῆς περιοχῆς, μὲ τὰ μυστηριώδη καὶ περίεργα ἔθιμά της. Ἀπὸ τότε ὁ Ἴλτον ἐπραγματοποίησε ἀνακαλύψεις πού ἐδημιούργησαν ἐποχὴ στὰ ἀρχαιολογικὰ χρονικά. Ὁ πῶς πολῦτιμος βοήθος στὶς ἐρευνές του, ὑπῆρξε ἡ ΑΓΙΑ ΓΡΑΦΗ, ἡ μελέτη τῶν κειμένων τῆς ὁποίας τοῦ ἔδωσε πολῦτιμες πληροφορίες καὶ ἐνδείξεις γιὰ νὰ κατευθύνῃ τίς ἐρευνές του. Τὸ πῶς ἐντυπωσιακὸ τοῦ εὑρημα, τὸ μοναδικὸ πορτραῖτο τῆς Σαλώμης, τῆς περίφημης θυγατέρας τῆς Ἡρωδιάδος, βρίσκεται στὶς Ἡνωμ. Πολιτείες.



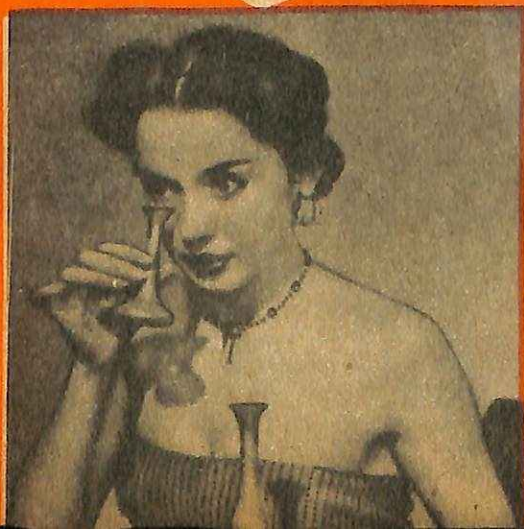
• Τὸ χρυσὸ μάτι πού φοριόταν στὸ μέτωπο, ἦταν τὸ σύμβολο τῆς ἐσωτερικῆς γνώσεως. Ἡ νέα γυναίκα πού τὸ φορεῖ γοητοποιεῖ ἕνα παράξενο κοντὶ γιὰ μακιγιάζ, τῆς περασμένης ἐκείνης ἐποχῆς. ἴσως θὰ πρέπει νὰ σημειωθῇ ὅτι τὸ μακιγιάζ τότε ἦταν μὴ ἀπὸ τίς σοβαρώτερες ἀπασχολήσεις κάθε γυναίκας πού ἀνῆκε στὴν ἀριστοκρατικὴ τάξη. Δὲν ἔλειπαν οὐτε τὸ ρούζ γιὰ τὰ μάγουλα, οὐτε τὸ κραγιὸν καὶ τὸ ῥιμέλ γιὰ τὰ ὠραία μάτια.



• Τὰ χρυσὰ ἑλληνικὰ σκουλαρίκια πού φορεῖ ἡ γοητευτικὴ αὐτὴ νέα, εἶναι ἡλικίας εἴκοσι δύο αἰῶνων. Ἀπὸ ἕνα μικρὸ πῆλινο ἀμφορέα, γεμίζει μὲ γάλα τὸ πῶς παλιὸ μπιπερὸ τοῦ κόσμου, πού τὸ κρατεῖ στὸ χέρι της.

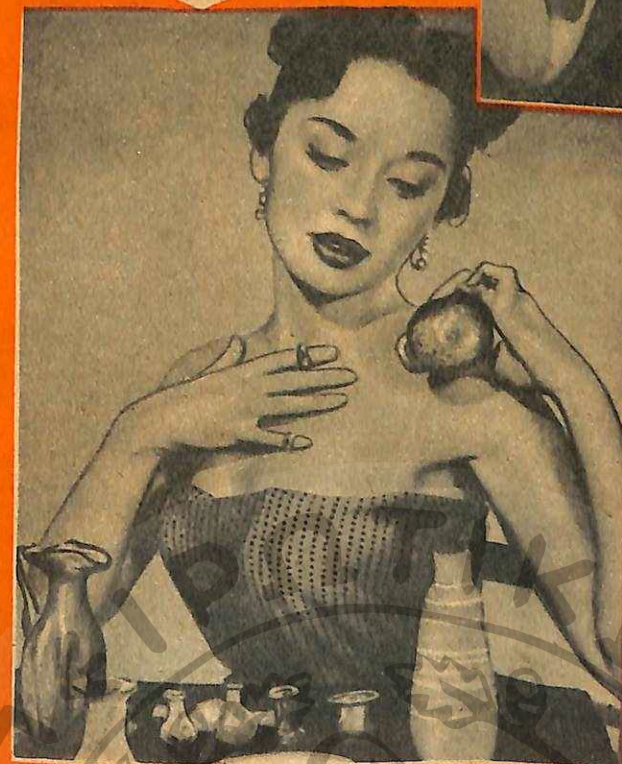


• Συχνά, τὰ μπουκαλάκια πού εἶχαν τὰ δάκρυα τῆς χαρᾶς, ἐκλείνονταν στὸν τάφο ἐκείνης πού τὰ εἶχε χάσει — μαζὶ μὲ τὸ νεκρὸ πᾶ σώμα της. Ὁ Ἴλτον ἀνακάλυψε τὰ δύο αὐτὰ μπουκαλάκια τῶν δακρύων, μέσα σὲ τάφους ἡλικίας 2.500 χρόνων.

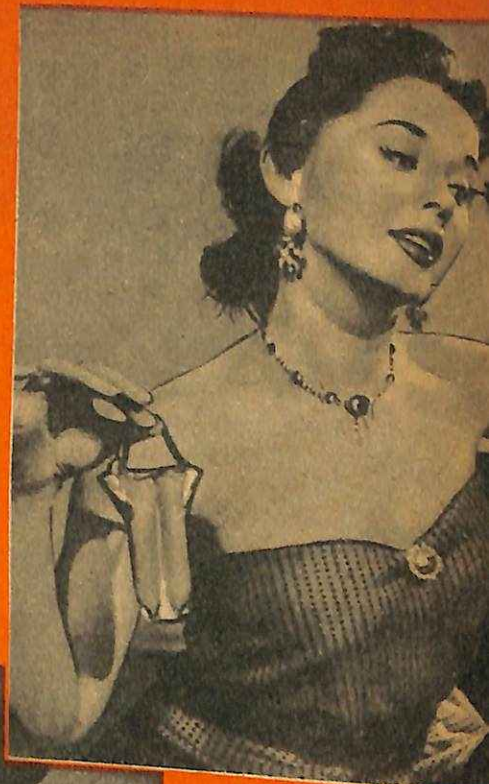


• Ἐδῶ καὶ 1900 χρόνια, οἱ γυναῖκες εἶχαν τὴ συνήθεια νὰ μαζεύουν τὰ δάκρυα τῆς χαρᾶς τους σὲ μικρὰ γυάλινα μπουκαλάκια. Ὅταν στὴ σύζυγὴ τους ζωὴ ἐμφανίζονταν σύννεφα καὶ στενοχώριες, κύτταζαν τὸ μπουκαλάκι μὲ τὰ δάκρυα καὶ ξανάδρασαν ἐκεῖ, τὴν ἀνάμνησι τῶν εὐτυχισμένων ἡμερῶν πού περᾶσαν.

• Ἡ αἰῶνια χειρονομία τῆς κομψῆς γυναίκας μπρος στὸν καθρέφτη της: Ἀσώμα, χρέμες, χρώματα — ὁλόκληρο τὸ... ὀπλοστάσιο αὐτῆς τῆς ὁμορφιάς, τοῦ ὁποίου οἱ μακρινές μας πρόγονοι ἤξεραν ἤδη τὰ μυστικά καὶ τὴ χρῆσι του.



• Αὐτὸς ὑπῆρξε ἀναμφισβήτητα, ἕνας ἀπὸ τοὺς ἀραιότερους συνδυασμοὺς κοσμημάτων πού φορέθηκαν ποτέ: Θανμάσια χρυσὰ σκουλαρίκια, τῆς ἐποχῆς τοῦ Ἰησοῦ, ἀνεκαλύφθησαν στὸν τάφο μᾶς ἀρχόντισσας, στὸν κῆπο τῆς Γεθσημανῆ, στὰ Ἱεροσόλυμα. Μαζὶ τους, δρέθηκαν ἕνα χρυσὸ κολιέ μὲ πολῦτιμα πετράδια, καὶ μὴ μικρὸς ἀσσορτί μὲ ὠραία σκουλαρίκια. Ὅ,τι χαρακτηρίζει τὰ ὠραία αὐτὰ κοσμήματα εἶναι ἡ λεπτὴ ἐργασία τους καὶ τὸ λαμπρὸ σῆμα πού δημιουργοῦν στὴν ἐμφάνισι τῆς γυναίκας.



Η ΣΤΑΦΥΛΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Η ΣΤΑΦΥΛΟΘΕΡΑΠΕΙΑ συνίσταται στὴ χρησιμοποίησι μίας καθημερινῆς αὐξανόμενης ποσότητος σταφυλῶν καὶ εἶναι ἰδιαίτερα ἐνδεδειγμένη ἐναντίον τῆς παχυσαρκίας, τῆς ἀρθρίτιδος, τῆς λιθιάσεως, τῆς δυσπεψίας — ὑπὸ τὴν προϋπόθεσι φυσικὰ ὅτι θὰ ἐτελεσθῇ μὲ τὸ σωστὸ τρόπο. Πρὶν σὰς ὑποδείξουμε τὴν ποσολογία πού ἀπαιτεῖται γιὰ τὴν καθ' ἑκτέλεσι τῆς θεραπείας, θὰ σὰς δώσουμε μερικὰ στοιχεῖα γιὰ τὴ σύστασι καὶ τὰ στοιχεῖα τῶν σταφυλῶν.

Ἡ ρόγα τοῦ σταφυλίου ἀποτελεῖται ἀπὸ τὸ φλοιό, τὰ κουκούτσια (ἐκτὸς ἀπὸ τὴ σουλτανίνα) καὶ τὸν πολτό, τὴν πραγματικὴ τροφή.

Ἡ ρόγα τοῦ σταφυλίου ἀποτελεῖται ἀπὸ τὸ φλοιό, τὰ κουκούτσια (ἐκτὸς ἀπὸ τὴ σουλτανίνα) καὶ τὸν πολτό, τὴν πραγματικὴ τροφή.

ΟΙ ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΠΟΥ ΑΠΕΙΛΟΥΝ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ



Μη αφήνετε τα παιδιά σας να παίζουν στη μέση του δρόμου. Δεν είναι το περιβάλλον του σπιτιού σας ο δρόμος!



Μη ξεχνάτε τα κουτιά με τα σπέρτα εδώ κι εκεί: είναι παιχνίδια καινούργια, πολύ προκλητικά και πολύ επικίνδυνα.



Μη βάζετε δοχεία με γλυστάρι, πέφτει, και δεν μπορεί να σηκωθεί: έχει σπάσει το πόδι του...



Μάθετε τα παιδιά σας να ξετάζουν πρώτα, το κλαδί που πρόκειται να πατήσουν — κυριολεκτικά και μεταφορικά...



Γυρίζετε προς τον τοίχο τα χέρια από τις κατασρόλες: αλλιώς τα παιδιά μπορούν πολύ εύκολα να τις ρίξουν.



Διδάξετέ τα τους κινδύνους που διατρέχουν πιάνοντας — με ύγρα ή και με στεγνά χέρια — τις ηλεκτρικές πρίζες.

ΜΗ κουνιέσαι πάνω στην καρέκλα σου, Άρη, σε παρακαλώ! Χωρίς να δώση σημασία, το παιδί εξακολουθεί, κυττάζοντας το ταβάνι.

— Άκουσε τί σου είπα; Θα πέσης και θα χτυπήσης! Την ίδια στιγμή, η καρέκλα χάνει την ισορροπία της, γλιστρά και γκρεμίζεται πίσω, μαζί με το άπειθαρχο φροτίο της που μένει στο πάτωμα κλαίοντας. Η μητέρα, που έχει τρομάξει, τρέχει και το αναστηκώνει.

Ο μικρός διαβολάκος, που θα μπορούσε να έχη ανοίξει το κεφάλι του, γλύτωσε εύτυχως με την τρομάρα... Βέβαια, το ατύχημα αυτό είναι μικρό, αλλά γύρω μας συμβαίνουν καθημερινά και άλλα σοβαρότερα, και, πολλές φορές, μοιραία.

Πού οφείλονται λοιπόν τα ατυχήματα αυτά; Ποιά είναι τα μέρη όπου μπορούν να συμβούν; Η απάντηση είναι απλή: Παντού όπου υπάρχει ένα παιδί, παντού όπου μπορεί να βρεθί ένα παιδί.

ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Εκεί, οι κλασσικοί κίνδυνοι — ή σκάλα που κατεβαίνουν τρέχοντας τα παιδιά, τα γλυστερά παρκέτα, τα σπα-

σμένα τζάμια — δύσκολα μπορούν να λείψουν. Το παιδί γλιστρά; πέφτει, και δεν μπορεί να σηκωθεί: έχει σπάσει το πόδι του...

Και η φωτιά έχει τους κινδύνους της. Η μικρή ανάβει ένα σπέρτο για να «μαγειρέψη» της κούκλας της, και πιάνει φωτιά η κουρτίνα που δρισκεται δίπλα...

Τα διαμερίσματα όπου κατοικούμε είναι συχνά, πολύ μικρά, και δε μπορεί κανείς να εμποδίση το παιδί να τρέξη δεξιά κι' αριστερά, να γλιστρήση, να σκοντάψη, ν' ανοίξη το γκαζί, να χώσει τα δάχτυλά του στις πρίζες, να γκρεμίση μιὰ κατασρόλα με ζεματιστό νερό...

Αποτέλεσμα: μιὰ στατιστική μας αποκαλύπτει, δτ' στην Αγγλία, το 1951, συνέδρασαν 5.012 θανατηφόρα ατυχήματα στους δρόμους, και 5.081 μέσα στα σπίτια, από τα όποια τα 934 σε παιδιά κάτω των 5 ετών.

Γι' αυτό, μητέρες, όταν βγαίνετε από το σπίτι, προσέχετε να μη υπάρχουν:

- * Λάμες ξυρίσματος, μαχαίρια ή ψαλίδια στα συρτάρια.
- * Άνοιχτη ή στρόφιγγα του γκαζιού.
- * Κατασρόλα γεμάτη με βραστό νερό.
- * Ούτε μαχαίρι, ούτε σπέρτα, ούτε αναπτήρας στο τραπέζι.

ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

Στο διάλειμμα του σχολείου μπορούν συχνά να συμβούν σοβαρά ατυχήματα: είναι η ώρα που ξεσπά με δλη της την έντασι η ζωτικότητα του παιδιού. Τρέχει, πηδά, σκαρφά- λώνει, τσακώνεται. Και σε κάθε του κίνησι, μπορεί να υπο- στη ένα ατύχημα, χωρίς να προλάβη να αντιληφθί τί του συνέβη.

ΣΤΟ ΔΡΟΜΟ

Όταν τόσοι είναι οι κίνδυνοι που διατρέχει το παιδί μέσα στο σπίτι ή το σχολείο του, παρά την αδιάκοπη επί- βλεψι γονέων και δασκάλου, τί να πη κανείς για το δρόμο όπου τα παιδιά είναι εγκαταλελειμμένα στον έαυτο τους στην αδιαφορία του διαστικού διαβάτη, ή στην απροσεξία μερικών ασυνείδητων σωφέρ;

Ο δρόμος δεν είναι τόπος παιχνιδιού. Και όμως, να πού ένα τόπι κυλά. Ένα παιδί πετιέται να το αρπάξη, ένα αὐ- τοκίνητο περνά... Η, μιὰ άλλη στιγμή, δυο πιτσιρικοί αρχί- ζουν να κυνηγιούνται και ξεπετάγονται από το ένα πε- ζοδρόμιο στο άλλο, χωρίς να δώσουν σημασία στο τί συμβαίνει γύρω τους. Και, φυσικά, κάποιο αυτοκίνητο θα βρεθί πάλι να περνά εκείνη τη στιγμή...

Γονείς, μη κουρασθήτε να συμβουλευέτε τα παιδιά σας για τους κινδύνους του δρόμου. Όταν βγαίνετε μα- ζι τους έξω, μιλάτε τους γι' αυτό. Εξηγήστε τους ότι αὐ- τὰ πρέπει να προσέχουν πριν κατεβούν από το πε- ζοδρόμιο, και να κυττάζουν καλά δεξιά και αριστερά, για να βεβαιωθούν ότι δεν έρχεται κάποιο όχημα.

Τα «καρφιά» των κεντρικών δρόμων δεν είναι μόνο για τους μεγάλους, αλλά και για τα παιδιά. Δινέτε τους το καλό παράδειγμα, και θα σας μιμηθούν. Δι- δάξτε τα να μη χάνουν την ψυχραιμία τους...

Και τώρα, πριν τελειώσουμε, κάτι που θα σας πα- ρηγορήσει: Αν βρίσκετε πολύ φοβερό τον πίνακα των κινδύνων που διατρέχουν τα παιδιά σας, μη ξεχνάτε ότι στη μικρή ηλικία τα χτυπήματα από πέσιμο κ.λ.π., εί- ναι πολύ λιγώτερο σοβαρά από ό,τι είναι των μεγάλων. Και ότι η έλλειψις συναισθήσεως του κινδύνου και η ά- είναι προικισμένα τα παιδιά — τα κάνουν να αποφεύ- γουν ένα άπειθαρχο μεγάλο ατύχημα...

Ο γράφων γνώρισε κάποτε δυο μικρά κορίτσια, κυριολεκτικά ανυπόφορα. Σκαρφάλωναν στα δένδρα και δούσαν από κλαδί σε κλαδί, μιμούμενα του σπιτιού τους. Πη- καί... τον Ταρζάν, και συχνά δρισκοταν στο έδαφος, γιατί δεν ήξεραν να υπολογίσουν την άντοχη των κλα- διών. Και έκαναν και κάθε άλλου είδους επικίνδυνες πράξεις, χωρίς ποτέ να πάθουν τίποτε χειρότερο από τές, δεν τους έχουν απομείνει παρά δυο θανατώσις γυ- μνασμένα και μωδή σώματα...

Μη απελπίζεστε λοιπόν. Προσπαθήστε μόνο να δι- δάξετε στα παιδιά σας ότι μιὰ απερισκεψία μπορεί να προσπαθήτε να τους κόψετε δλη την παιδική ζωτάνια και να τους καταστρέψετε το χαρακτήρα, κρατώντας τα συνεχώς με το «μη!», με τη μοναδική ελπίδα ότι θα αποφύγουν έ τ ο τίς συνέπειες αυτές...



ΝΥΦΙΚΑ

● Πολλές αναγνώστρες μας ζητούν ιδέες για νυφικό. Δημοσιεύουμε λοι- πόν εδώ τέσσερις από τις καλύτερες και κομψότερες φετινές δημιουργίες.

1. ΜΠΟΥΣΤΟΣ εφαρμοστός σε τύπο κορσέ. Φούστα λρξή με μισοφόρι φουντωτό από μέσα που την κάνει να στέκη. Κέντημα με άσπρο μετάξι και άσπρη. Το νυφικό απλουστεύεται αν παραλη- φθί το κέντημα και πλαισιωθί το ντεκολτέ με λοξό γιακαδόκι.

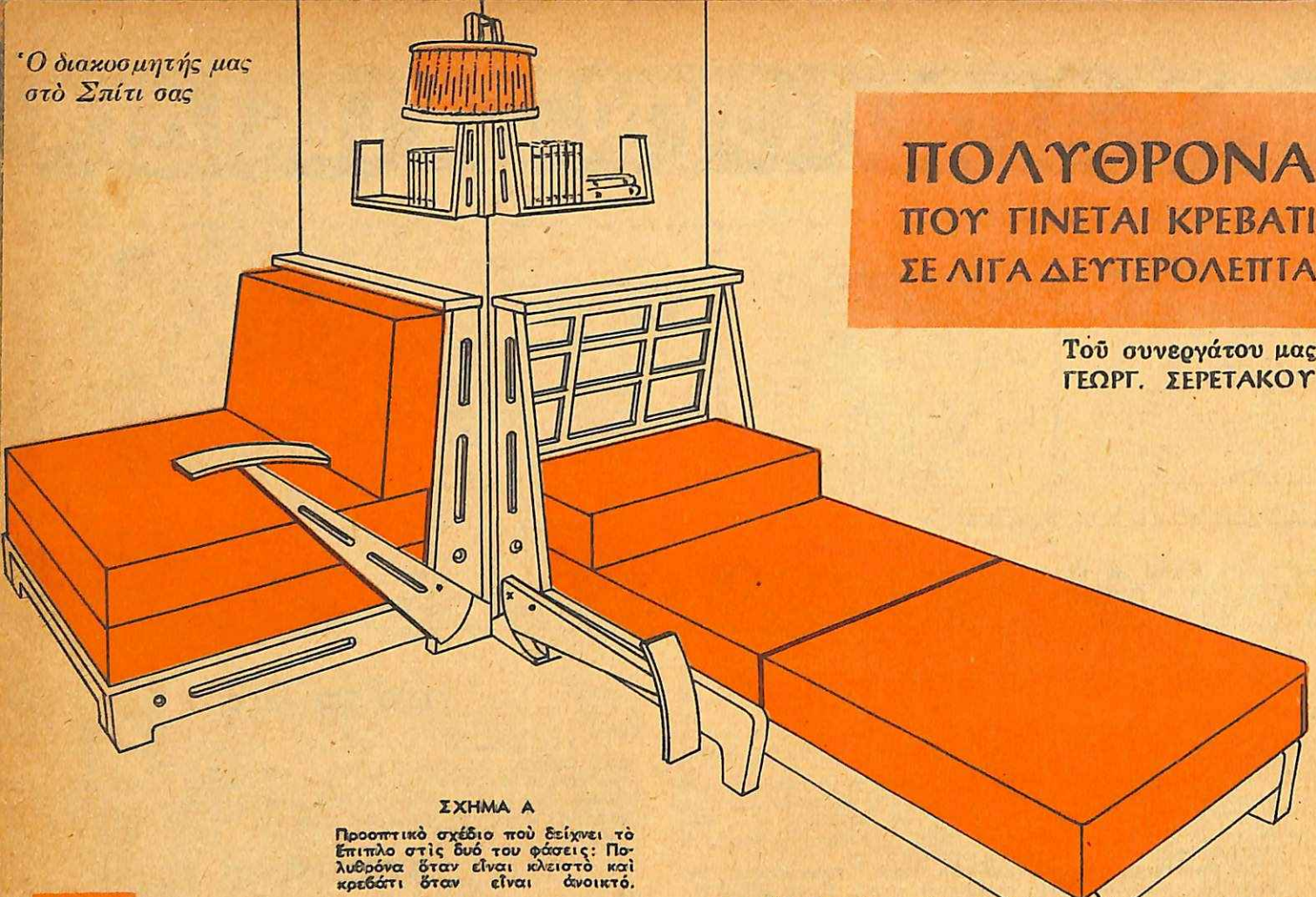
2. ΜΠΟΥΣΤΟΣ από νταντέλα του πήχους, με μακρύ ή κοντό μα- νίκι. Φούστα μεταξωτή. Τα νταντελένια φύλλα της φούστας μπο- ρούν να παραληφθούν, όποτε το νυφικό γίνεται οικονομικώτερο.

3. ΣΕΜΝΟ ΝΥΦΙΚΟ από πικέ μεταξωτό. Γίνεται και με κοντό μανίκι. Η φούστα με φύλλα. Παραλείψετε το μπροστινό φύλλο.

4. ΝΥΦΙΚΟ ΑΠΟ ΤΟΥΛΙ ή όργάντζα για όσες αγαπούν τα αϊ- κέρια φορέματα. Η φούστα έχει τρεις στενές σουρωτές λουρί- κες. Η τέταρτη και φαρδιά λουρίδα αποτελεί το υπόλοιπο της φούστας. Ο μπουστός γίνεται με κάθετες σουρες που σχημα- τίζουν ένα είδος κορσάκι μπουγιονέ. Η νταντέλα που γαρνίρει το νυφικό δίνει την έντυπσι του ντεκολτέ. Το ντεκολτέ όμως μπουστό με ρελιαστό λαιμό και δεν εμφανίζεται πολύ γυμνό λαιμό.



Ο διακοσμητής μας
στο Σπίτι σας

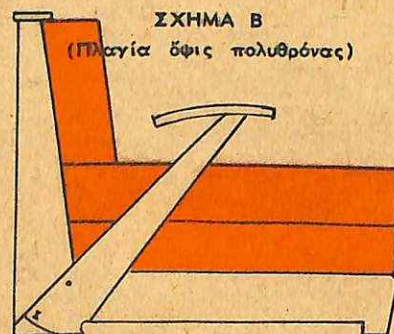


ΣΧΗΜΑ Α

Προοπτικό σχέδιο που δείχνει το έπιπλο στις δύο του φάσεις: Πολυθρόνα όταν είναι κλειστό και κρεβάτι όταν είναι ανοικτό.

ΣΧΗΜΑ Β

(Πλαγία όψις πολυθρόνας)



ΠΟΛΥΘΡΟΝΑ ΠΟΥ ΓΙΝΕΤΑΙ ΚΡΕΒΑΤΙ ΣΕ ΛΙΓΑ ΔΕΥΤΕΡΟΛΕΠΤΑ

Τού συνεργάτου μας
ΓΕΩΡΓ. ΣΕΡΕΤΑΚΟΥ

είναι ξύλινες σχάρες. Μπορεί όμως, αν θέλουμε, να γίνουν από λαμακία με ελατήρια, όπως γίνονται τα σημερινά σωμαίε. Τα μαξιλάρια μπορούν να γίνουν απλά από μπαμπάκι ή τζίβα ή στρωματέξ (με σούστες), οπότε οι σχάρες πρέπει να γίνουν ξύλινες με υποχρεωτικά φατνία όχι μεγαλύτερα των πέντε εκατοστών τετράγωνα.

Εάν κατασκευάσουμε δυο όμοιες πολυθρόνες για να εξυπηρετήσουμε δυο άτομα όπως ή περίπτωσης της επιστολογράφου μου και τις τοποθετήσουμε όπως στο σχέδιο (εδώ εξυπηρετούμε ειδική περίπτωση, όπου ο τοίχος παρουσιάζει μια γωνιά μέσα στο δωμάτιο) που σχηματίζουν γωνία, τότε θα τοποθετήσουμε μεταξύ των δυο έπιπλων ένα τετράγωνο τραπέζι που μαζί με τις πολυθρόνες θα παρουσιάσουν μια γωνιά λίδινγκ - ρούμ. Μπορούμε μάλιστα να χρησιμοποιήσουμε το τραπέζι που δημοσιεύω στο προηγούμενο τεύχος 91 το οποίο, όπως είδατε, μπορεί να ψηλώσει και να μεγαλώσει, οπότε μετασχηματίζεται άμεσα ως η γωνιά μας με βάση τις δυο πολυθρόνες, σε τραπέζια, όπου μπορούν να καθήσουν δυο άτομα στις πολυθρόνες και δυο ή και περισσότεροι (όταν το τραπέζι είναι ανοικτό), σε επίκουρικές καρέκλες.

Στην παραπάνω περίπτωση πρέπει το μπράτσο και στις δυο πολυθρόνες να ανέβει ή να κατέβει για να μη μας εμποδίσει. Μπροστά στις πολυθρόνες θα τοποθετήσουμε ένα τετράγωνο χαλάκι. Στη γωνιά του τοίχου πάνω από τις πολυθρόνες έχω τοποθετήσει μια εταζέρα (γωνιά) που φέρει άμπαζο κρεμαστό από ύφασμα εξάρτημα της εταζέρας.

Η κατασκευή του έπιπλου που παρουσιάζω σήμερα είναι πολύ απλή. Στο σχήμα Β έχουμε την πλαγία όψη της πολυθρόνας που μας δίνει τις «γραμμές» και τις διαστάσεις του. Έχει μήκος 95 πόντους και ύψος 80. Στο σχήμα Γ βλέπουμε την πλαγία όψη του κρεβατιού που έχει μήκος 1.90 μ. Το σχήμα Δ μας δίνει την πρόσοψη της πολυθρόνας που έχει πλάτος 80 πόντους. Στο σχήμα Ε έχουμε την κάτω όψη της πολυθρόνας.

Στο επόμενο τεύχος θα δημοσιεύσω πλήρη σχέδια κατασκευής του σημερινού έπιπλου με πατρόν, υπό κλίμακα, ώστε να μπορεί να κατασκευαστεί και από πρόσωπο που έχει ελά-

ΣΧΗΜΑ Γ (πλαγία όψις κρεβατιού)



Μια πρωτότυπη ποδιά

ΝΑ μια ποδιά που κάθε νοικοκυρά μπορεί να φτιάξει μόνη της. Θα την εξυπηρετήσει τις ώρες που θα μπη στην κουζίνα, για να μαγειρέψει ή να ετοιμάσει το γλυκό για τα παιδιά της και τον άνδρα της. Αυτή η ποδιά είναι πολύ ωραία με την τόση απλή γραμμή της και τη γαρνιτούρα της και πολύ πρακτική με το πανό το οποίο έχει στο πλάι, που όπως βλέπετε χρησιμεύει για τσουκαλόπιασμα. Αυτό εύκολυνει την κάθε νοικοκυρά τις ώρες που βρίσκεται στη κουζίνα γιατί συνήθως όταν χρειάζεται το τσουκαλόπιασμα δεν βρίσκεται ποτέ κοντά της.

Με 1½ πήχ. τσιτάκι μονόχρωμο ή ό,τιδήποτε άλλο ύφασμα και λίγο έμπρι- με τσιτάκι που βρίσκεται πάντα στο σπίτι από περισσεύματα, και λίγους πήχεις ζίγκ-ζάγκ θαμνοκακέρο θα φτιάξετε αυτή την τόσο πρωτότυπη ποδιά.



ΣΟΦΑ ΛΟΓΙΑ ΜΕ ΕΞΙΣΩΣΕΙΣ!

ΠΩΣ ΛΕΓΕΤΑΙ ΚΙΝΕΖΙΚΑ:

女 + 子 = 好

ΓΥΝΑΙΚΑ ΠΑΙΔΙ ΚΑΛΟ

女 + 宀 = 安

ΓΥΝΑΙΚΑ ΣΤΕΓΗ ΕΙΡΗΝΗ

女 + 女 = 姪

ΓΥΝΑΙΚΑ ΓΥΝΑΙΚΑ ΚΑΥΓΑΣ

女 + 女 + 女 = 姪

ΓΥΝΑΙΚΑ ΓΥΝΑΙΚΑ ΓΥΝΑΙΚΑ ΚΟΥΤΣΟΜΠ.

Λέξεις «γυναίκα», ενώ η λέξη «κουτσόμ-πολιό» αποτελείται από την... τριπλή ε-πανάληψι της ίδιας λέξης «γυναίκα»!

ΧΙΛΙΑΔΕΣ χρόνια πριν ο υπόλοιπος κόσμος αποφασίσει να καθιερώσει την «Ημέρα της Μητέρας», οι Κινέζοι είχαν διατυπώσει για τη μητρότητα δυο εξαιρετικά χαριτωμένα κοπλιμέντα, που βρίσκονται ενσωματωμένα στα γραπτά κείμενά των.

Όπως είναι γνωστόν, οι Κινέζοι χρησιμοποιούν «ιδεογράμματα» για να σχηματίσουν τις λέξεις. Το γραφικό λοιπόν σύμβολο που αντιπροσωπεύει τη λέξη «καλό» ή «αξιαγάπητο», αποτελείται από πλάς από το συνδυασμό των ιδεογραμμάτων που εκφράζουν τις λέξεις «μητέρα» και «παιδί».

Εξ ίσου χαριτωμένη είναι η σύνθεσις των ιδεογραμμάτων που σημαίνουν «μητέρα» και «στέγη» — το «μητέρα» βρίσκεται κάτω από το «στέγη» — για να σχηματισθεί η λέξη «ειρήνη».

Αλλά οι Κινέζοι φιλόσοφοι της παλαιάς εποχής φαίνεται ότι την ήξεραν πραγματικά ΚΑΛΑ τη γυναίκα. Αυτό τουλάχιστον αποδεικνύει η συνέχεια των έρμηνειών: «Όπως θα παρατηρήσετε στα διπλανά σχέδια, η λέξη «καυγας» σχηματίζεται από τη διπλή επανάληψη της

ΜΑΘΕΤΕ ΟΤΙ:

Οι καινούργιες κατσαρόλες από αλουμίνιο δεν μαυρίζουν αν από την πρώτη φορά που θα τις μεταχειρισθήτε, δράσετε γάλα.

Τα κιτρινωμένα κερία ξαναβρίσκουν το λευκό τους χρώμα αν τα καθαρίσετε με οινόπνευμα που να έχει οξύτητα 90ο.

Τα δερμάτινα παπούτσια ασπράφουν αν τα δερνικόσετε με ένα κομμάτι από λεπτό ύφασμα πολύ στεγνό, και αν, αφού στεγνώσει το δερμάτιν, τα γυαλίσετε με ένα ύφρο πανί, κατόπιν με μια βούρτσά και τέλος με ένα παλιό δέρμα, από καστόρι.

Ένα ταπέτο από καουτσούκ διατηρείται αν το πλένετε με χλιαρή σαπουνάδα.

Τα κιτρινωμένα από το σίδερο ασπρό-ρουχα ξαναβρίσκουν το λευκό τους χρώμα μέσα σε νερό που περιέχει βορικό. (Το ξέβγαλμα, κατόπιν, είναι απαραίτητο).

Οι κηλίδες που προξενούνται από τον ιδρώτα εξαφανίζονται αν τις καθαρίσετε με ένα μίγμα από τρία μέρη οινόπνευματος 90ο, 3 μέρη αιθέρος και 1 μέρος άμμου-νίας. Κατόπιν το ξεπλένετε με καθαρό νερό.

Ένα χρωματιστό τραπέζομάνηλο, λεκασμένο από κρασί ή φρούτα, καθαρίζει, αν αφού το πλύνουμε, όπως συνήθως, το δουτήξουμε, επί ένα τέταρτο της ώρας σε ένα μίγμα από 20 μέρη νερό, 2 μέρη μπι-σουλφίτ ντε σόντ και 1 μέρος αλάτι χλω-ρυτρικ (Το ξέβγαλμα είναι απαραίτητο).

ΜΟΝΤΕΡΝΑ ΠΑΠΟΥΤΣΙΑ

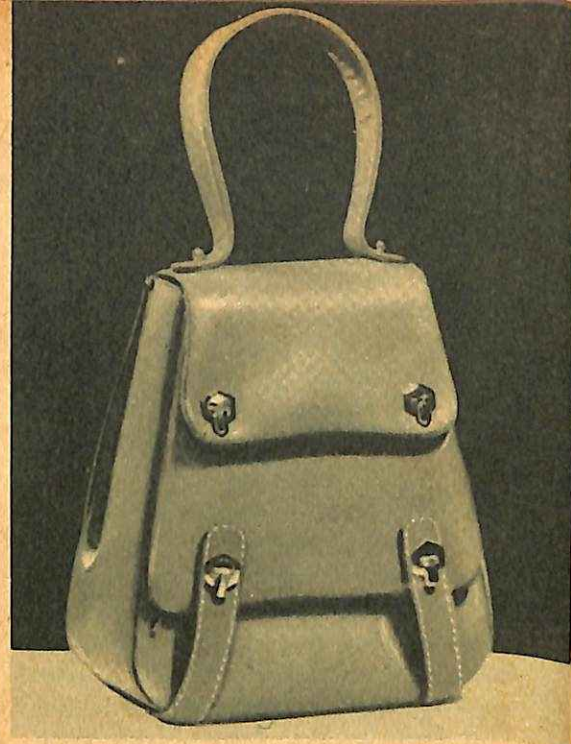
ΑΠΟΦΕΥΓΕΤΕ τα κλειστά παπούτσια τώρα το καλοκαίρι. Η σύγχρονη γυναίκα, που εργάζεται, κινείται, κουράζεται, πρέπει να φοράει παπούτσια άνετα, που να μη σφίγγουν το πόδι. Σας παρουσιάζουμε έδω μερικά από τα καλύτερα φετινά μοντέλα. Είναι πρακτικά, κομψά και δεν παραμορφώνουν τα δάχτυλα.



Πρακτικές τσάντες

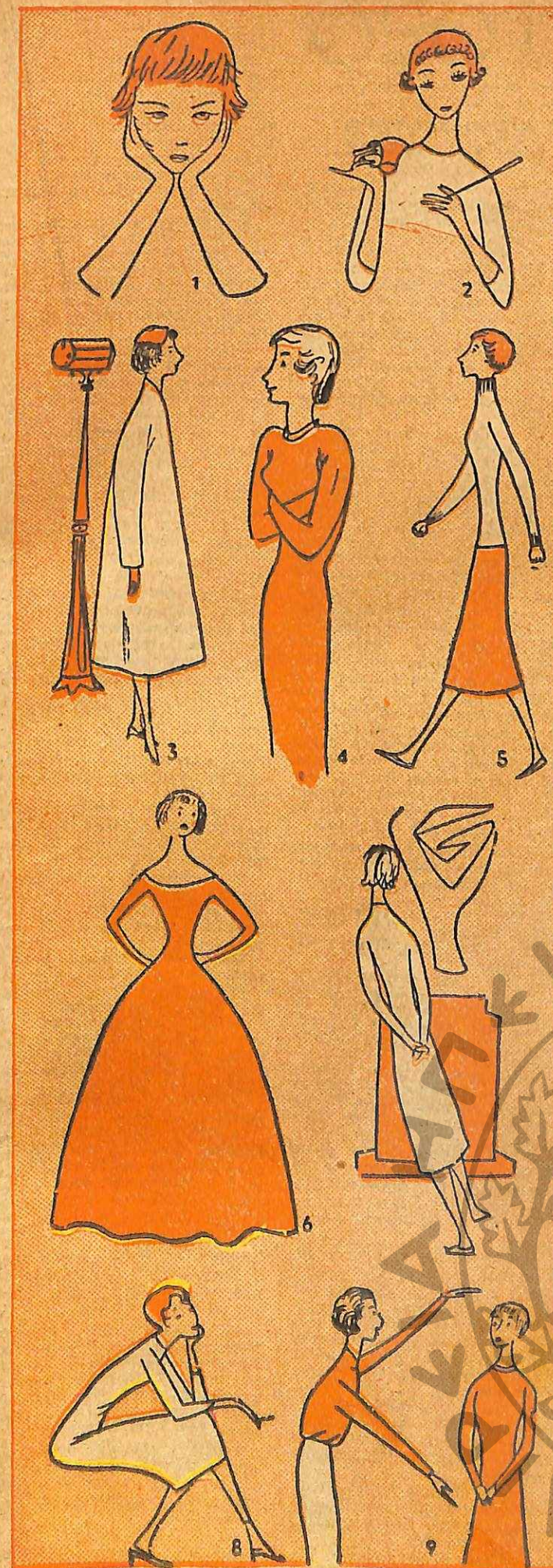


● Πολύ της μόδας είναι οι μεγάλες τσάντες. Μεγάλες όμως όχι σε μέγεθος, αλλά σε χωρητικότητα. Η μοντέρνα τσάντα πρέπει να χωράει τα πάντα χωρίς να γάνη σε κομψότητα όμως.



Η ΣΤΑΣΙΣ ΤΩΝ ΧΕΡΙΩΝ

Μια κίνηση είναι συχνά πολύ πιο εκφραστική, από ό,τι είναι ολόκληρες φράσεις. Φροντίστε η κίνησή αυτή να είναι όχι μόνον εκφραστική, αλλά και αρμονική.



1 Μη κλείνετε το πρόσωπό σας ανάμεσα στα χέρια σας. Αποκτάτε έτσι ύψος κατσούφικο και οι ρυτίδες θα εμφανισθούν πολύ πιο γρήγορα απ' ό,τι πρέπει.

2 Θα ξέρετε βέβαια ότι είναι επιτηδευμένο — και άστοχο συγχρόνως — να κρατάτε το δαχτυλάκι σας τεντωμένο στον αέρα, όταν κρατάτε το φλυτζάνι ή τη φηρούνη.

3 Μη αφήνετε τα χέρια σας να κρέμονται ή μη αιωρείτε τους ώμους σας, όταν βαδίζετε ή περιμένετε το λεωφορείο. Έτσι, δεν θα έχετε ποτέ λευκό δέρμα στα χέρια, και λεπτά δάχτυλα.

4 Όταν θέλετε να σταυρώσετε τα χέρια σας, μη τα κρύβετε κάτω από τις μασχάλες σας. Αντίθετα, φροντίστε τα χέρια να ακουμπούν στους βραχίονες, με τα δάχτυλα τεντωμένα...

5 Έχετε προσέξει ποτέ αν σφίγγετε τις γροθιές σας καθώς βαδίζετε ή καθώς διαβάζετε; Έπικρατεί η γνώμη ότι εκείνοι που έχουν συνήθως κλειστά τα χέρια τους είναι πολύ φιλάργυροι.

6 Θέλετε να μοιάζετε σαν... στάμνα; Δεν έχετε παρά να παίρνετε τη στάση αυτή, βάζοντας τα χέρια στη μέση! Θα έχετε έτσι ίσως περισσότερο αυστηρή όψη, αν κάνετε κάποια παρατήρησι, αλλά... οι καλοανατεθραμμένες γυναίκες δεν το κάνουν.

7 Όταν σταματάτε κάπου, για να χαζέψετε σε μία διτρίνα, ή να θαυμάσετε ένα έργο τέχνης, μη βάζετε ποτέ τα χέρια σας πίσω από την πλάτη. Η στάσις αυτή είναι μία στάσις βασικά ανδρική, που δεν ταιριάζει καθόλου στη γυναικεία χάρη.

8 Όταν κάθεσθε, μη ακουμπάτε ποτέ τον αγκώνα σας στα γόνατά σας, για να... στηρίξετε έτσι το κεφάλι σας! Κάθεσθε ίσια, αναπνευστικά, ακουμπώντας με νωχέλεια το ένα χέρι πάνω στα γόνατα και το άλλο σε κάποιο σημείο του καθίσματος.

9 Μη μιλάτε με τα χέρια σας! Δεν υπάρχει πιο άσχημο πράγμα, και οι άλλοι φαντάζονται ότι φοβάστε πως δεν μπορείτε να εκφραστήτε καλά με το στόμα και δεν θα καταλάβουν τί τους λέτε! Έχετε λοιπόν τη γνώμη ότι οι συνομιληταί σας είναι πολύ κουτοί;

ΑΠΙΣΤΕΥΤΑ και όμως αληθινά

Ο ΔΗΜΑΡΧΟΣ του Κόδεντρου της Αγγλίας, κ. Ουέστν, εργοστασιάρχης, έπιστοποίησε πως η απόδοσις των εργατών του είναι κατά πολύ βελτιωμένη από τότε που κάθε πρωί επί 30 δευτερόλεπτα και με τη χηρσι ενός μεγαφώνου, έγκωμιάζει τ' αγαθά της συζυγικής αρμονίας. Συμβουλεύει να αξιοποιηθ ή όμόνοια στην οικογένεια, χάρις σε ειδικές συσκευές μαγνητοφώνου που να είναι τοποθετημένες στις αίθουσες θεαμάτων και τους σταθμούς.

Ολόκληρη ή πόλις του Μεξικού, κατά τη διάρκεια των 12 τελευταίων μηνών, δυθίστηκε στο έδαφος κατά 50 εκατοστά του μέτρου. Αυτό είναι το ανώτατο όριο ταχύτητας του επιφύθου αυτού ένταφιασμού. Κατά το 1901, δεν ήταν παρά 2 εκατοστά του μέτρου τον χρόνο.

Ο ιδιοκτήτης ενός κινηματογράφου της Κοπεγχάγης ευρέθηκε στην ανάγκη να κάνει, για όλους σχεδόν τους άντρες της πελατείας του, ένα πιστοποιητικό βεβαιώνοντας πως το κύριο φίλμ του κινηματογράφου του αρχίζει στις 23 για να τελειώσει στις 0.30. Ολων δε οι γυναίκες που έμειναν μόνες στο σπίτι αρνήθηκαν να το πιστέψουν.

Στην πόλι Μέμφιδα Η.Π. ή Λέλα — Ιωσηφίνα Φρανκλιν απέμεινε χήρα 14 ετών, χωρίς μέσα συντηρήσεως και με δύο υιούς, τον ένα 11 ετών και τον άλλον 8, που ο πεθαμένος σύζυγος είχε αποκτήσει από τον προηγούμενο γάμο του. Η αξιολύπητη αυτή κατάσταση της πιο νέας χήρας των Ηνωμένων Πολιτειών προέκλεσε συγκίνησι.

Η Α.Ε. ο διάδοχος Φάντλ Άμπντούλ Κασίμ, σουλτάνος του Λαχέζ, πλησίον του Άντεν, επαντρεύτηκε τον τελευταίο χρόνο 42 γυναίκες, ήδη όμως έχωρησε από τις 30. Όλες οι νέες κοπέλλες έγκατέλειψαν τη χώρα. Οι στρατιώτες της φρουράς επανεστάτησαν, φοβούμενοι για τις γυναίκες τους. Σύμφωνα με τελευταίες ειδήσεις, ή Α.Ε. ο Σουλτάνος ευρέθη στην ανάγκη να εγκαταλείψη και ο ίδιος το Λαχέζ.

ΤΟ ΟΥΡΑΝΙΟ ΤΟΞΟ

10^{ον}

Ο κ. Γκρόουερ τα-
ράχτηκε, τη σήκωσε
αμέσως στα χέρια
του και τη μετέφερε
στο ύπαστρο όπου σ' ένα πά-
γκο την ξάπλωσε. Φώναξε αμέ-
σως το γιατρό των σταύλων κι'
έτσι μπόρεσαν να τη συνεφέ-
ρουν. Σε λίγο την ώθηγους ο
ίδιος ο Γκρόουερ με τ' αυτο-
κίνητο του σπίτι της. Η κ.
Γκόλροζ βλέποντας την έτσι
χλωμή, τρόμαξε.

—Δεν είναι για σένα, τέτοια
δουλειά, της είπε, όταν έμειναν
μόνες. Δεν μπορείς να εξακο-
λουθήσεις έτσι.

—Μα δεν είναι από τη δου-
λειά, θεία, της είπε η Μπέρρυ,
καθώς ήταν ξαπλωμένη στο
κρεβάτι του δωματίου της με
τά μάγουλα κατακόκκινα από
νευρικό πυρετό. Ήταν... Ήταν,
συνέχισε, από κάτι που άκουσα
να λένε κάποιοι ξένοι. Είπαν...

Η κ. Γκόλροζ άφησε στο κο-
μοδίνο το μπουκάλι της καλώ-
νιας που κρατούσε ακόμη στα
χέρια της ύστερα από την έν-
τριβή που είχε κάνει της Μπέ-
ρρυ. Από το ύψος της κατάλαβε
πώς κάτι τρομερό συνέβαινε.

—Τί είπαν, αγαπημένο μου
παιδί; τη ρώτησε προσπαθών-
τας να κρύψει την ταραχή της.
—Νά, είπαν πώς εδώ είναι
ό τόπος που ζούσε ο Τσάρλυ
Μάγγουελ, που σκότωσε τον ά-
δελφό του. Και τα έλεγαν έτσι,
με τέτοιο τρόπο... γελοῦσαν
θεία...

Της Μπέρρυ τὰ μάτια δούρ-
κωσαν. Η κ. Γκόλροζ συγκινή-
θηκε.

—Καί...τους πίστεψες, παι-
δί μου; τη ρώτησε απλά.

—Όχι θεία, μα στα μάτια
της φαινόταν καθαρά ο τρόμος.
Η κ. Γκόλροζ έμεινε σιω-
πηλή.

—Ποτέ δεν το πιστεύω, είπε
ξανά η Μπέρρυ με χείλη πανια-
σμένα.

—Κι' έτσι τὰ ξέρεις όλα, συ-
νέχισε η κ. Γκόλροζ χωρίς να
δώσει απάντηση στα τελευταία
λόγια της Μπέρρυ. Η φωνή της
ήταν σὰ νὰ έρχόταν από μα-
κριά. Ναι, συνέχισε, ο Τσάρ-
λυ κατηγορήθηκε ότι σκότωσε
τον αδελφό του τὸν Ντρίβιντ.

Τὰ μάτια της στράφηκαν
πρὸς τὴ φωτογραφία τὸν δυὸ
παιδιὸν πὺ γελοῦσαν τὸ ἕνα
στ' ἄλλο.

—Βρέθηκε σκοτωμένος με τὸ
περίστροφο τοῦ Τσάρλυ στὰ
χέρια του. Αὐτὸ συνέβη στὴ
Σκωτία πρὶν ἀπὸ τρία χρόνια,
πρόσθεσε ἡ κ. Γκόλροζ.

—Καί τί δουλειά είχε ὁ
Τσάρλυ με τὰ περιστρώφα;

—Ήταν μιὰ παλιά του, συ-
νήθεια. Πάντοτε εἶχε ὁ Τσάρλυ
πρόσθεσε ἡ κ. Γκόλροζ. Κατό-
πιν εἶπαν πὺς ἦταν αὐτοκτο-
νία, ἀλλὰ κατὰ τὴν ιατροδικα-
σικὴν ἐξέταση ἀπεδείχθη ἀπὸ
στικτὴν ἐξέταση ἀπεδείχθη ἀπὸ
τὴ θέα τὸν δαχτύλων στὸ πε-
ρίστροφο πὺς ἦταν ἀδύνατο νὰ
ἐπρόκειτο γιὰ αὐτοκτονία. Ή-
ταν καθαρή δολοφονία.

—Κι' ἔτσι κατηγορήσαν τὸν
Τσάρλυ ἐπειδὴ ἀπλὸς καὶ μόνο
βρέθηκε ἐκεῖ τὸ περιστρώφο
του; ρώτησε ἡ Μπέρρυ με ἀγώ-
νια.

ΕΝΑ ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΩΔΕΣ ΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟ ΜΥΘΙΣΤΟΡΗΜΑ ΤΗΣ ΜΑΡΓΚ. ΛΙΟΥΙΣ

—Όχι ὑπῆρχαν καὶ ἄλλες ἐν-
δείξεις. Εἶχε γίνεи γνωστὸ πὺς ὁ
Τσάρλυ ἐπρόκειτο νὰ μοιραστὴ
τὴν περιουσία πὺς εἶχε ἀφῆσει
ὁ παπὸς τους. Ἀν αὐτὸ τὸ
ἐγκλημα εἶχε γίνεи στὴν Ἀγ-
γλία, τὰ πράγματα θὰ ἦσαν
διαφορετικά, ἀλλὰ στὴ Σκωτία
οἱ ἄνθρωποι καταδικάζονται, ἀ-
πὸ τὴν κοινὴ γνώμη με τέτοιου
εἴδους ἐνδείξεις. Φυσικά, ὅπως
δὲν ὑπῆρχαν ἀποδείξεις, ὁ
Τσάρλυ ἀδωώθηκε ἀλλὰ κατα-
λαβαίνεις πὺς ὁ καθένας στὴ
συνείδησί του τὸν ἔχει γιὰ ἔ-
νοχο.

—Τὸ πιστεύετε καὶ σεις
αὐτὸ θεία; ρώτησε ἡ Μπέρρυ
ἀπότομα τὴν κ. Γκόλροζ.

—Ποτέ. Οὔτε γιὰ μιὰ στι-
γμὴ, Μπέρρυ.

—Μὰ πὺς εἰσθε τόσο δε-
δαία;

Η κ. Γκόλροζ δὲν ἀπάντησε
αμέσως. Μὲ σιγανὰ ῥήματα,
σχεδὸν σέρνοντας τὰ κατεν-
θύνθηκε πρὸς τὴν πόρτα. Ἐ-
κείνη τὴ στιγμή φαινόταν γρήγ-
α. Ἀπλὸς καὶ μόνο γιὰτί εἴ-
ναι ὁ Τσάρλυ, εἶπε καὶ ἀνοί-
γοντας τὴν πόρτα βγήκε ἀπὸ
τὸ δωμάτιο.

Η Μπέρρυ στάθηκε γιὰ μιὰ
στιγμὴ συλλογιμένη, παγωμέ-
νη, με τὰ μάτια της σπληνωμένα
στὸ ταβάνι. Αἰσθάνθηκε μῖσος
γιὰ τὸν ἴδιο τὸν ἑαυτὴ της πὺς
ἄφησε πρῶτα ν' ἀκούσει ὅλες
αὐτὲς τὶς φλυαρίες τὸν ξένων
καὶ ὕστερα νὰ πιστέψῃ πὺς ὁ
Τσάρλυ ἦταν ποτὲ δυνατόν νὰ
ἦταν ἔνοχος καὶ πὺς πολλὴ γιὰ-
τί εἶχε μάθει ὅσα αὐτὸς δὲν θὰ
ἦθελε νὰ μάθῃ ποτὴ ἡ Μπέρρυ.

Ἀλλὰ κατόπιν σκέφθηκε πὺς
ὁ Τσάρλυ, ὅταν τὴν ἔστειλε ἐ-
δῶ, ἤξερε πὺς ἀργὰ ἢ γρήγο-
ρα θὰ μάθαινε. Καὶ ἂν τὴν ἀ-
γαποῦσε, ἔστω καὶ λίγο, θὰ ρι-
ψοκινδύνευε ἕνα τέτοιο πράγμα
ἂν ἦταν ἔνοχος; Ἀρα;
Η Μπέρρυ ἀνακάθησε στὸ
κρεβάτι της καὶ χαμογέλασε.
«Τίποτα ἀπὸ ὅλα αὐτά, σκέ-
φθηκε. Ὁ Τσάρλυ δὲν μπορεῖ
νὰ εἶναι ἔνοχος γιὰτί...γιὰτί
εἶναι ἀπλὸς καὶ μόνον ὁ Τσάρ-
λυ, ὅπως εἶπε καὶ ἡ κ. Γκόλ-
ροζ».

Στὴ σκέψι αὐτὴ ἕνα σχέδιο
πέρασε ἀπὸ τὸ κεφάλι της
Μπέρρυ. Ἐπρεπε ὡςοδύηποτε
νὰ βρεθῇ ὁ πραγματικὸς ἔνο-
χος ἄλλως ὁ Τσάρλυ θὰ εἶναι
υποχρεωμένος νὰ ζῇ διαρκῶς
στὴν ἀφάνεια. Δὲν φανταζόταν
δέβαινα ἡ Μπέρρυ πὺς μποροῦ-
σε μόνη της νὰ ἐπιτύχῃ ἐκεῖ
πὺς ἡ ἀστυνομία ἀπέτυχε, ἀλλὰ
πρῶτα - πρῶτα θὰ ἔπρεπε νὰ
μάθῃ ὅλες τὶς λεπτομέρειες τῆς
υποθέσεως καὶ ὕστερα θὰ ἔ-
βλεπε τί ἔπρεπε νὰ κάνῃ. Ξα-
φνικά, στὸ μυαλό της ἦρθε ὁ
εἰκόνα τοῦ νεαροῦ δικηγόρου
Ράιτ, πὺς εἶχε γνωρίσει στὸ
πλοῖο καὶ πὺς τόσο τὸν εἶχε
ἐκτιμήσει. Τὸν βρήκε σὰ τὸ μὴ-
νο κατὰλληλο πρόσωπο πὺς
μποροῦσε νὰ ἔχῃ ἐμπιστοσύνη
καὶ νὰ συμβουλευτῇ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι'

Τὴν ἄλλη μέρα ἡ Μπέρρυ,
παρὰ τὶς ἀντιρρήσεις τῆς θείας

της, πήγε πάλι γιὰ δουλειά
στοὺς σταύλους τοῦ Γκρόουερ.
Ἦθελε νὰ ἔχῃ μερικὰ χρήμα-
τα δικὰ της ὥστε νὰ μπορέσῃ
νὰ κινήσῃ γιὰ τὴν ὑπόθεσι τοῦ
Τσάρλυ. Ἐπρεπε ὅμως πρῶτα
νὰ ρωτήσῃ ἀπὸ πὺς μποροῦσε
νὰ βρῇ ἐφημερίδες τῆς δίκης.
Φυσικά δὲν ἤθελε νὰ ρωτήσῃ
οὔτε τὴν κ. Γκόλροζ, οὔτε τὸν
Ἀντριάν. Ἀπεφάσισε στὸ τέ-
λος νὰ συμβουλευθῇ τὸν κ.
Γκρόουερ καὶ στὴν πρώτη εὔ-
καιρία πὺς τῆς δόθηκε, τὸν ρώ-
τησε.

Ο κ. Γκρόουερ τὴν κύττα-
ξε με τὰ παράξενα μάτια του
ἐξεταστικά, ὅταν τοῦ ἀπηύθυνε
τὴν ἐρώτησι ἂν καίτοι μποροῦ-
σε νὰ βρῇ σὰ ἀρχεὶα ἐφημερί-
δων καὶ τί πὺς θὰ ἤθελε νὰ μάθῃ
γιὰ πράξεις πὺς ἔνιναν πρὸ
χρόνων. Κατάλαβε πὺς καὶ
σοβαρὸ τὴν ἀπασχολοῦσε ἀλλὰ
δὲν ἔκανε ἀδίκριτες ἐρωτή-
σεις. Περιώριστηκε νὰ τῆς ἀ-
παντήσῃ πὺς στὸ Λονδίνον,
στὴ Φλὴτ Στρήτ, μποροῦσε κα-
νεῖς νὰ βρῇ ὅ,τι ἤθελε. Ἡ
Μπέρρυ τὸν εὐχαρίστησε. Πὺς
θὰ ἤθελε νὰ τρέξῃ ἀμέσως στὸ
Λονδίνον! Ρώτησε τὸν κ. Γκρό-
ουερ ἂν μποροῦσε νὰ λείψῃ ἀ-
πὸ τὴ δουλειά της γιὰ μερικὲς
μέρες, μα αὐτὸς τῆς τὸ ἀπέ-
κλεισε λέγοντάς της πὺς μπο-
ροῦσε νὰ περιμένῃ ἕως τὸν ἴ-
σουλιο, ὅπότεν ἡ ἐποχὴ εἶναι νε-
κρὴ γιὰ τοὺς σταύλους γιὰτί ὁ
κόσμος τρέχει στὴ θάλασσα.

—Ἀν μπορεῖτε νὰ περιμέ-
νετε ἕως τότε; τῆς εἶπε θέλον-
τας νὰ μετριάσῃ τὴν ἐντύπωσι
τὸν λόγον του.

—Θὰ περιμένω, εἶπε στα-
θερὰ ἡ Μπέρρυ.

Ο κ. Γκρόουερ τὴ χτύπησε
στὸν ὦμο.

—Οκέι, τῆς εἶπε, πρόσχα-
ρα. Ἀ! καὶ τώρα πὺς τὸ θυμή-
θηκε, πρόσθεσε σὲ λίγο, τὸ
Σεπτέμβριο θὰ ἔχουμε ἀγῶνες.
Θὰ θελήσετε νὰ τρέξετε γιὰ τὴν
ομάδα μας;

—Με μεγάλη μου εὐχαρί-
στησι, κ. Γκρόουερ, εἶπε ἡ
Μπέρρυ γελαστά. Ἐλπίζω νὰ
λάβω μέρος καὶ ἄλλα κορί-
τσια.

—Ναί, δέβαινα. Ὅσα ὅμως
ἀξίζουν τὸν κόπο, φυσικά οἱ
Γκάρσφελδ θ' ἀποκλεισθοῦν.
Καὶ τώρα, μὲς Στάρ, συνέχισε
γελαστός, τί θὰ λέγατε γιὰ ἕ-
να ταίρι;

—Εὐχαριστῶ, κ. Γκρόουερ,
ἀλλὰ στὸ σπίτι με περιμένουν.
Ἀλλὰ φορὰ. Καὶ λέγοντας αὐ-
τὰ, ἔφυγε διασπικτά. Στὸ τρα-
πέζι ἔβρισκε τὴν κ. Γκόλροζ καὶ
τὸν Ἀντριάν ἀπὸ τὴν περιμένουν.
Νὰ με συγχωρήτε. Θὰ ἔπρεπε
νὰ εἶχατε φαί.

Καθὼς ἔλεγε αὐτά, τὰ μά-
γουλά της ἦταν ξαναμμένα ἀ-
πὸ τὸν καυτερό ἥλιο τοῦ Ἰου-
νίου καὶ τὰ μάτια της ἔλαμπαν
παράξενα.

«Πόσο ὁμορφὴ εἶναι!» σκέ-
φθηκε ὁ Ἀντριάν κυττάζοντας
τὴν λαίμαργα. Καὶ στὸ τέλος
πρόσθεσε δυνατὰ:

—Ὡραία ἡμέρα σήμερα. Ἀρ-
κατὲς ψυχρὲς μὰς εἶχε κάνει ὁ

Ἰούλιος ὥστε καιρὸς πιά ἦταν
νὰ σβύσουμε τὶς σόμπες τὰ
δράβια. Στὴ φωνή του ὑπῆρχε
κάποιος τόνος νοσταλγίας σὰν
ὅλη αὐτὴ ἡ ὁμορφιά νὰ τοῦ θύ-
μιζε ἡμέρες περασμένες καὶ
χαμένες γιὰ πάντα. Ἡ Μπέρρυ
τοῦ χαμογέλασε. Δὲν φοβόταν
πιά. Πίστευε πὺς ἦταν ἔτσι πα-
ράξενα τὰ φερσίματά του ἐξ
αἰτίας τῆς ἀρρώστιας του.

—Φαίνεται πολὺ καλύτερα,
τοῦ εἶπε.

—Ἀλήθεια; κι' ἐγὼ τὸ αἰ-
σθάνομαι. Ἰσως σ' αὐτὸ νὰ
συνέτινε καὶ ἡ συνεχὴς παρου-
σία σου μὲν στὸ σπίτι καὶ ἡ
συντροφικὰ σου. Σταμάτησε σκε-
πτικός καὶ σὲ λίγο ρώτησε. Ἀ-
λήθεια, Μπέρρυ αὐριο θὰ εἰ-
σαι ἐλεύθερη;

—Θὰ πάω στοὺς σταύλους
τὸ πρῶτὸ καὶ σκόπευα μετὰ νὰ
πῆγαίνα στους Ρομαίον, ἀλλὰ
δὲν πειράζει, γιὰ σένα θ' ἀλ-
λάξω πρόγραμμα. Μιὰ φορὰ
τὰ γλυκὰ τῆς οἰκονομίας τοῦ
παστορος δὲν πιστεύω νὰ πᾶνε
χαμένα. Οἱ Γκάρσφελδ φαντά-
ζομαι νὰ τὰ τιμήσουν δεόντως.

Γέλασαν ὅλοι με τὸ ἀστεῖο
τῆς Μπέρρυ.

—Ξέρεις... εἶπε, κομπιαστὰ
ὁ Ἀντριάν, ρώτησε γιὰ ν' ἀνε-
βαίναμε αὐριο στὸ δρόχο. Ἀν
φυσικά καὶ σὺ θὰ ἦθελες.

—Καὶ τὸ ῥῆμα εἶπε ἀμέ-
σως με ἐνθουσιασμό ἡ Μπέρρυ.
Δὲν ἔχω καμμιὰ ἀντίρρηση. Ἀν
ἦθελες μάλιστα, πηγαίνα καὶ
τώρα ἀμέσως νὰ πῶ στὸν κ.
Κάσι νὰ μὰς ὁδηγήσῃ με τὸ
αὐτοκίνητο.

—Όχι, ἄφησε αὐτὴ τὴ δου-
λειά νὰ τὴν ἀναλάβω ἐγὼ. Ἀλ-
λῶστε, φυσικά, δὲν θὰ χρεια-
στοῦν καὶ παρακάλια. Νομίζω
πὺς γι' αὐτὴν τὴ δουλειά τὸν
ἔχουμε ἐδῶ.

Ἡ κ. Γκόλροζ ἀνοίξε τὸ στό-
μα της νὰ πῇ καί, ἀλλὰ ὁ Ἀν-
τριάν τῆς ἔριξε ἕνα βλέμμα
πὺς σήμαινε νὰ σιωπήσῃ.

Ἡ Μπέρρυ ὅταν τελείωσε τὸ
φαγητὸ σηκώθηκε ἀπὸ τὸ τρα-
πέζι καὶ παίρνοντας μαζί της
τὸν Τόμ, πήγε νὰ παίξῃ στὸ
παρτέρι.

Ὅταν ἔμειναν μόνοι, ὁ Ἀν-
τριάν ρώτησε τὴ μητέρα του:

—Δὲν τῆς εἶπατε ἀσφαλῶς
πὺς ἡ Βαρβάρα ἔρχεται αὐριο;

—Όχι, δὲν πρόσθεσε νὰ
τῆς τὸ πᾶ, μὲν τὸς ἀκόμη
πῆρα τὸ γράμμα. Ἀλλὰ γιὰτί
ρωτάς; ρώτησε σοβαρὰ ἡ κ.
Γκόλροζ τὸν Ἀντριάν.

—Ἀπλῶστα γιὰτί δὲν θὰ
ἦθελε νὰ τὸ ξέρῃ.

—Κατάλαβα, ἔκανε ἡ κ.
Γκόλροζ χωρίς νὰ κυττάξῃ τὸ
γυῖο της στὸ πρόσωπο. Ἐχέις
τὴ βεβαιότητα πὺς ἀπὸ λεπτό-
τητα θὰ ἤθελε νὰ βρισκεται ἐ-
δῶ ὅταν ἡ Βαρβάρα γυρίσῃ. Μὰ
γιὰτί δὲν τὸ ἀναβάλλεις γιὰ με-
θαύριο; Ἐξ ἄλλου, συνέχισε ἡ
κ. Γκόλροζ, καὶ ἡ Βαρβάρα θὰ
περιμένῃ νὰ σὲ βρῇ ἐδῶ αὐριο
γιὰ νὰ τὴν ὑποδεχθῇς.

—Λυτῶμαι πολὺ, μητέρα,
ἀλλὰ νομίζω πὺς ἕνας ἄντρας
δὲν μπορεῖ νὰ κανονίξῃ τὴ ζωὴ
του σύμφωνα με τὸς ψευδοσυ-
ναισθηματισμοὺς τῆς δακτυλο-
γράφου του. Ἀπεφάσισε γιὰ
αὐριο καὶ θὰ πάω αὐριο.

—Εἶσαι τρομερὰ πεισματά-
ρης, Ἀντριάν, εἶπε κοινώντας
με λυτὴ τὸ κεφάλι της ἡ κ.
Γκόλροζ καὶ ἡσυχὰ βγήκε ἀπὸ
τὸ δωμάτιο.

Ὁ Ἀντριάν γέλασε. Πλη-
σίως στὸ ἀνοιχτὸ παράθυρο
καὶ ἀπὸ κεί παρακολουθοῦσε

τὴ Μπέρρυ πὺς ἔπαιζε με τὸ
σκόλο στὸ παρτέρι.

«Τὶ ὁμορφὴ πὺς εἶναι, σκέ-
φθηκε. Νὰ μποροῦσα νὰ τὴν
κάνω δική μου; Ἀλλὰ αὐτὴ ἄ-
γαπᾷ ἄλλον. Τὸν Τσάρλυ».

Στὴ σκέψι αὐτὴ ἔσφιξε τὶς
γροθιές του. «Πάντα αὐτὸς
μπροστὰ μου ἐμπόδιο, σκέφθη-
κε. Ἀν τὸν εἶχαν ξεκαθαρίσει
τότε, θὰ ἦμουν πιά ἡσυχος».

*

Τὴν ἄλλη μέρα τὸ ἀπόγευ-
μα, ἡ Μπέρρυ καὶ ὁ Ἀντριάν
με σῶφρ τὸν Μάρτιν Κάσι,
ἐκίνησαν γιὰ τὸ δρόχο τοῦ
ἀετοῦ. Ἐτάσαν με τὸ αὐτο-
κίνητο ἕως τὸ σημείο ἐκεῖνο
πὺς δὲν μποροῦσαν πιά νὰ προ-
χωρήσουν ἄλλο. Ἀπὸ ἐκεῖ οἱ
δυὸ τους πιά πῆσαν τὸ δρόμο
γιὰ τὸ Ἰγγλ Τόρ. Ὁ Ἀντριάν
εἶχε φέρει μαζί του καὶ τὰ δυὸ
μπαστούνια, ἀλλὰ ἡ Μπέρρυ
τοῦ εἶπε ν' ἀφήσῃ τὸ ἕνα καὶ
νὰ στριψίχθῃ στὸ μπράτσο της.

—Θὰ προσπαθῶ νὰ μὴ σὲ
βαραίνω πολὺ, τῆς εἶπε. Μολο-
ντί φοβάμαι πὺς αὐτὸ θὰ εἴ-
ναι ἀγχαρεία γιὰ σένα. Δὲν θὰ
πρεπε νὰ φανῶ τόσο ἐγωίστης
καὶ νὰ ἐπιμένω νὰ ἔλθω ἐξ ἐ-
δῶ. Ἐσὺ θὰ δισκόσουν τώρα
στὴν κορυφὴ ἂν ἀνέβαινες μὴ-
ν σου.

—Κουταχάρεις, Ἀντριάν. Εἴ-
μαι πολὺ ἐξαριστημένη πὺς
ἦρθε καὶ κύττα ἀκούμπα ὅσο
βαρεῖα θέλεις, ἐγὼ ἀντέχω.

Λέγοντας αὐτά, στὴ σκέψι
τῆς ἦρθε ἡ σκηνὴ τότε πὺς ὠ-
δηγοῦσε γιὰ πρώτη φορὰ στὸ
Μπουραμτὸν τὸν Τσάρλυ καὶ
τὴν Ντιάνα.

Σταμάτησαν πολλὲς φορὲς
γιὰ νὰ ξεκουραστοῦν καὶ νὰ ἀ-
ναπνεύσουν ἕως ὅτου φτάσουν
στὴν κορυφὴ. Στὸ τέλος ἔφτα-
σαν. Κάθησαν κάτω καὶ κύτ-
ταξαν τὸ ὑπέρροχο θέαμα πὺς
ἐστελλόγιναν μπροστὰ στὰ μά-
τια τους. Ποτὲ τὸ ἔλος δὲν τοὺς
εἶχε φανῇ ὠραιότερο, οὔτε ὁ οὐ-
ρανὸς πὺς γαλάζιος. Ὁ ἥλιος
ἔγερνε στὴ δύσι του κι' ἔδινε
χίλιες δυὸ ἀποχρώσεις στὴ γύ-
ρω φύσι.

—Ὅταν ἦμουν νέος, εἶπε
στὸ τέλος ὁ Ἀντριάν, ὕστερα
ἀπὸ λιγδιστὴν σιγὴ, συνήθι-
ζα νὰ ἔρχομαι ἐδῶ ἐπάνω νὰ
σκέπτομαι. Πὺς πῆγαν ἀραγε
ὅλες αὐτὲς οἱ μακρινές, οἱ πολ-
λὲς μακρινές σκέψεις; Τί ἀπό-
μεινε ἀπὸ αὐτὸ τὸ ἀγόρι τὸ
γεμάτο δεινρα!

—Αὐτὸ εἶναι ἐσὺ καὶ ἐσὺ
εἶσαι ἐκεῖνο, εἶπε φιλοσοφικά ἡ
Μπέρρυ. Δὲν μπορᾷ νὰ πιστέ-
ψω πὺς κάθε τί χάθηκε. Ἀλλὰ
γιὰ πὺς μου, Ἀντριάν, ρώτη-
σε σὲ λίγο ἡ Μπέρρυ, εἶσαι τό-
σο δυστυχισμένος ὅσο φαίνε-
σαι; Μήπως φταίει ἡ ἀρρώ-
στεια σου γι' αὐτὸ ἡ σοῦ συμ-
βαίνει τίποτα ἄλλο;

Ὁ Ἀντριάν κούνησε λυπημέ-
να τὸ κεφάλι του. Δὲν εἶπε ὅ-
μως τίποτα.

—Ἀν μποροῦσα νὰ κάνω
κάτι γιὰ σένα, ἐξηκολούθησε ἡ
Μπέρρυ, εὐχαρίστως θὰ τὸ ἔ-
κανα.

Ὁ Ἀντριάν τώρα χαμογέ-
λασε.

—Εἶσαι πολὺ καλὴ, Μπέρρυ,
τῆς εἶπε, ἀλλὰ μὴπως κατὰ
συμπτῶσιν ἔχεις διαβάσει «Μὰκ
δεθ»; Θὰ ἐβλεπες τότε πὺς
«κανεῖς δὲν μπορεῖ νὰ κάνῃ πιά
τίποτα γιὰ μένα». Αὐτά, ἐνω-
εῖς τὰ λέει ὁ Σαίξπηρ καὶ ὅχι
ἐγὼ.

Λέγοντας αὐτά γέλασε. Μὰ

τὸ γέλιο του ἦταν περισσότε-
ρο γκριμάτσα παρὰ γέλιο.
Φαίνεται πὺς ἡ ὁμορφιά τῆς ἡ-
μέρας τὸν εἶχε ἱλασθῇ ἀσχη-
μα. Ξαναζωντάνεψε ἀναμνήσεις
πὺς ἦταν θαμμένες, θαθεῖα θα-
θεῖα... καί... γιὰ πρώτη φορὰ
ὁ Ἀντριάν ἦρθε πρόσωπο με
πρόσωπο με τὸν ἑαυτὸ του.
Ὅταν τὸν ἀντίκρουσε γυμνὸ, ρί-
γησε. Τί τεράστια μεταβολὴ
εἶχε γίνεи στὸ χαρακτήρα ἐκεῖ-
νου τοῦ ἀγοριοῦ καὶ τοῦ σημει-
ριοῦ ἀνδρα; Πόση κακία φώ-
λισσε στὴν ψυχὴ του καὶ πόσο
μῖσος!

—Ὡρα νὰ πηγαίνουμε,
Μπέρρυ, τῆς εἶπε ξαφνικά καὶ
σηκώθηκε.

—Ἀπὸ τώρα Ἀντριάν; τὸν
ρώτησε ἐκπληκτὴ ἡ Μπέρρυ,
γιατί καλὰ - καλὰ δὲν εἶχαν
προφτάσει νὰ ξεκουραστοῦν.
Μὰ βλέποντας τὸ πρόσωπό του
χλωμὸ καὶ κουρασμένο, φοβή-
θηκε καὶ διάσπηκε νὰ προσθε-
σῃ:

—Ὅπως θέλεις. Πᾶμε.
Σὲ ὅλη τὴ διαδρομὴ δὲν ἐ-
δγαλαν λέει. Ὁ Ἀντριάν στη-
ρίζονταν πολὺ βαρεῖα ἐπάνω της
καὶ ἡ Μπέρρυ αἰσθάνθηκε ἀνα-
κουφιστὴ ὅταν ὁ Μάρτιν Κάσι
ἦρθε νὰ τὴν ἀπαλλάξῃ ἀπὸ
τὸ βάρος τοῦ Ἀντριάν. Σχεδὸν
τὸν μετέφερε σηκωτὸ στὸ αὐ-
τοκίνητο.

Ὅταν γύρισαν σπίτι, ἡ
Βαρβάρα εἶχε φθάσει. Ἡ Μπέ-
ρυ ἐξαφίσταθηκε πὺς τὴν εἶδε.

—Ἀν τὸ ἤξερα, τῆς εἶπε, θὰ
δισκόμουν ἐδῶ νὰ σὲ ὑποδε-
χθᾷ καὶ θὰ σοῦ εἶχα βάλει λου-
λούδια στὸ δωμάτιό σου.

Ἡ Βαρβάρα, εἰνώντας της
ψυχρὰ τὸ χέρι, τῆς εἶπε εἰρω-
νικά:

—Ἀν τὸ ἤξερες! Μὰ τὸ
γράμμα νομίζω πὺς ἔφτασε ἀ-
πὸ τὰ χτες ἐδῶ.

Ἡ κ. Γκόλροζ ἔριξε ἐντρο-
πιασμένη τὰ μάτια της ἄλλου.
Ἀντ' αὐτῆς μίλησε ὁ Ἀντριάν.

—Ναί, Μπέρρυ, ε

46



Τί σκέπτονται ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ

ΛΙΓΕΣ γυναίκες γνωρίζουν ακριβώς τί σκέπτονται γι' αυτές οι άνδρες. Λίγοι άνδρες είναι απόλυτα ειλικρινείς στο σημείο αυτό, και τους λένε πραγματικά την αλήθεια. Το γεγονός είναι ότι, το τί σκέπτονται οι άνδρες πάνω στο θέμα αυτό, έχει κινηθεί πάντοτε το ενδιαφέρον των προσοχή των

Βοάξετε το ρύζι, το στραγγίστε και το κρύνετε. Κατόπιν προσθέτετε τις μισές τομάτες, όλοι αφαιρέσετε το φλοιό και τους σπόρους και το νερό των και τις κόψετε. Προσθέτετε επίσης τις πιπεριές ψιλοκομμένες.

Αναμιγνύετε το λαδόφυδο με τη μουστάρδα, το ρίχνετε στη σαλάτα και τη γαρνίρετε με τις υπόλοιπες τουάτες, με λίγη κάπαρη, ρόκα και ελιές.

ΒΡΑΣΤΟ ΚΡΕΑΣ ΣΑΛΑΤΑ

Υλικά:

75 δράμια κρέας βραστό
75 δράμια πατάτες βρασμένες
Ρόκα. Αυγά βρασμένα.
1 κουταλιά μαϊντανός ψιλοκομμένος
Λαδόφυδο. Έλιες

Εκτέλεσις:

Φερύσσετε και κρύνετε... αποκαλύψετε.
"Ας ρίξουμε μια ματιά σε μερικές απ' αυτές:
Είναι αλήθεια ότι οι περισσότεροι άνδρες προτιμούν τις ξανθές;

Ασφαλώς όχι — και εύτυχως, δεδομένου ότι οι μελαχροινές είναι περισσότερες από τις ξανθές, σε αναλογία 5 προς 1. Μια σχετική τελευταία στατιστική που έγινε στη Γαλλία και την Αγγλία απέδειξε ότι τα 43% των ανδρών προτιμούν τις μελαχροινές, τα 23% τις ξανθές, και τα 12% βρίσκουν ότι οι κοκκινομαλλούσες είναι οι πιο γοητευτικές.

Οι υπόλοιποι δεν καθόρθωσαν να αποφασίσουν ποιές προτιμούν! Η στατιστική απέδειξε, ότι όσο περισσότερο μεγαλώνει ένας άνδρας, τόσο πιο πολύ δυσκολεύεται να κάνει την έκλογή του. Κατά πάσαν πιθανότητα, όταν ένας άνδρας φθάσει στα 50, όλας οι γυναίκες του αρέσουν!

Σε ποιά ηλικία οι άνδρες είναι πιο ευπρόσθελτοι από τα βέλγητρα του ασθενούς φύλου;

Οι έρευνες αποδεικνύουν ότι υπάρχουν δύο περίοδοι στη ζωή του άνδρος, κατά τη διάρκεια των οποίων αισθάνεται εξαιρετικά ισχυρή την έλξη των γυναικών. Η πρώτη — και πιο εύκολη — περίοδος βρίσκεται στην ηλικία μεταξύ 20 και 25 ετών. Την εποχή εκείνη ο άνδρας είναι εξαιρετικά ευπρόσθελτος από όλα τα όπλα που χρησιμοποιούν συνήθως οι γυναίκες για να γοητεύσουν τους άνδρες — και εύκολως! Αφού ξεπεράσει τα 25, η ευαι-



Υλικά:

Μυαλά άρνιου ή μοσχारीου

Εκτέλεσις:

Πλένετε τα μυαλά και αφιέρτε το επί 1/2 ώρα. Τα στραγγίστε και πτά σε αλατισμένο νερό, μέσα ει λίγο ξύδι. Τα κρύνετε, τα στραγγίστε. Τα βάζετε σε πιπιτομάτες, ρεπανάκια και κλωναρό επάνω λαδολέμονο.

Αυγά με

Υλικά:

150 δράμια κιμάς
3 κουταλ. σούπας φυτίνη
1 κρεμμύδι μεγάλο

ΕΠΙ ΤΕΛΟΥΣ

ποιόν αναμιγνύεται με μία τρίτη γυναίκα που το έχει κινήσει την επιθυμία... Αυτό αποδεικνύει, ότι κατά βάθος, ο άνδρας είναι πολύγαμος τύπος, και ενισχύει την αλήθεια των συμπερασμάτων άλλων ερευνών που δείχνουν ότι συχνά οι άνδρες τείνουν να βλέπουν τον έρωτα και τη σεξουαλική επιθυμία σαν δύο πράγματα έντελως χωριστά το ένα από το άλλο.

Τί αντιπαθούν περισσότερο οι άνδρες στις γυναίκες τους;

Την κατσουφιά, και το να είναι ευερέθιστες. Αυτό είναι το υπ' αριθ. 1 παράπονο των ανδρών έναντι των γυναικών... και, κατά χαρακτηριστική σύμπτωση, και το υπ' αριθ. 1 παράπονο των γυναικών έναντι των συζύγων των! Τα πέντε επόμενα σημεία που οι σύζυγοι τα βρίσκουν φοβερά εκνευριστικά, είναι:

1) Το να είναι πολύ... φασαριώδεις και να κοιτάνουν τα πάντα («Τίποτε δεν της αρέσει. Βρίσκει διαρκώς λάθος στο κάθε τί»). 2) Το να μιλούν πολύ και να περνούν τις ώρες τους κουτσομπολεύοντας («Η γλώσσα τους κόβει και ραβει απ' το πρωί ως τη νύχτα!»). 3) Το να ξεδοθούν πολλά χρήματα («Αν δεν πήγαινε κάθε μέρα στα μαγαζιά, θα είχαμε

οί άνδρες για τις ΓΥΝΑΙΚΕΣ

ΝΑ Η ΑΛΗΘΕΙΑ

οικονομήσει μια περυσία!») 4) Το να είναι εγωίστρια και αδιάφορη («Το μόνο που σκέπτεται είναι πως θα διασκεδάσει εκείνη»). 5) Το να καπνίζει ή να πίνει πολύ.

Ποιό προσόν εκτιμούν περισσότερο οι άνδρες σε μία σύζυγο;

Το κυριώτερο προσόν που εκτιμούν συνήθως οι άνδρες — κατά μέσον όρον — στη γυναίκα δεν είναι ούτε η ειλικρίνεια, ούτε το σέξ - άπλ, ούτε η καλή διάθεση. Είναι η ικανότητα της να είναι μια καλή οικοδέσποινα — να είναι σε θέση να διευθύνει το σπιτικό της ήσυχα, επιδέξια και αποτελεσματικά, να δημιουργήσει ένα ευχάριστο οικιακό περιβάλλον, και να κατέχει μαγειρικά προσόντα μεγαλύτερα από... το άνοιγμα μιας κονσέρβας!

Όλοι οι άνδρες, παντρεμένοι και ελεύθεροι, τοποθετούν τις ικανότητες αυτές επάνω από οποιοδήποτε άλλα προσόντα.

Το στοιχείο που οι εύτυχισμένοι στο γάμο τους άνδρες θεωρούν το περισσότερο στις γυναίκες είναι η ικανότητά των να τα βγάλουν πέρα, να ανταποκρίνονται στις τόσες ευθύνες και τα βάρη που ο γάμος δημιουργεί γι' αυτές. Οι γυναίκες εκτιμώνται επίσης πολύ γι' την ελκυστικότητά τους, το συναίσθηματισμό τους, και την ικανότητά τους να εκτιμούν —



γιά η γρήγορα ή κουδέντα γυρίζει στις γυναίκες. Η ψυχολογία έζητασε το θέμα και οι έρευνες απέδειξαν ότι, στην πραγματικότητα, οι άνδρες μιλούν για τις γυναίκες πολύ λιγώτερο από ότι το άσθενές φύλον φαντάζεται. Επί παραδείγματι, οι έρευνες παρηκολούθησαν τις συζητήσεις εκατοντάδων ανδρών, κάθε ηλικίας και κάθε τρόπου ζωής — σε λέσχες, στις γωνιές των δρόμων, στα καφενεία, σε κοσμικές συγκεντρώσεις. Και διεπίστωσαν ότι το υπ' αριθ. 1 θέμα συζήτησης μεταξύ των ανδρών ήταν οι δ... λ... ε... Η πολιτική — εσωτερική και διεθνής — κατελάμβανε τη δεύτερη θέση. Τα δυο αυτά θέματα προπορεύονται κατά πολύ παντός άλλου. Τρίτο θέμα συζήτησης ήταν οι άλλοι άνδρες. Και οι γυναίκες αποτελούσαν μόλις το τέταρτο θέμα συζήτησης — ακολουθούμενες από τη ψυχαγωγία και τα σπορ.

Πώς περιγράφει ένας άνδρας την ιδεώδη σύζυγο;

Το συμπέρασμα από τις περιγραφές των περισσότερων ανδρών, είναι: Ύψος 1μ.66, βάρος 58 κιλά, χωρίς γυαλιά, με σέξ-άπλ, και ώραίο σώμα. Πρέπει να είναι θαρραλέα, να βοηθά τον άνδρα της, και να είναι πάντα ειλικρινής. Εκτός αυτών, δεν πρέπει να έχη πολύ ισχυρή προσωπικότητα...

Τί σκέπτονται οι άνδρες για τις γυναίκες που ανοίγουν τα γράμματά τους;

Είναι πιθανόν ένας σύζυγος να μη λ... τίποτε όταν βρίσκει ανοιγμένα τα γράμματά του, αλλά το γεγονός είναι ότι — στις περισσότερες τουλάχιστον περιπτώσεις — η πράξη αυτή βλάπτει τον ένοχλό της. Μια τελευταία σχετική έρευνα του Ινστιτούτου Γκαλλοπ απέδειξε ότι το μεγαλύτερο ποσοστό των ανδρών που αντιπαθούν να βλέπουν τα γράμματά τους να ανοίγονται από τις συζύγους των, είναι οι πιο μορφωμένοι άνδρες, με πανεπιστημιακές σπουδές κ.λ.π. Οι λιγώτερο μορφωμένοι άνδρες είναι συχνά πιο ανεκτικοί, ενώ εκείνοι που δεν έχουν διόλου σπουδές δείχνουν ελάχιστο ενδιαφέρον για το αν θα διαβάσουν... «δευτερο χέρι» τα γράμματά των.

Τί σκέπτονται οι άνδρες για τις γυναίκες που παίρνουν επιθετική στάση, πρωτοβουλία ως ποιμή, στον έρωτα;

Αντίθετα με ό,τι νομίζουν οι πιο πολλές γυναίκες, η πλειοψηφία των ανδρών αρέσκειται σ' αυτή την ιδέα. Μια έρευνα απέδειξε ότι τα 49% των ανδρών πιστεύουν πως είναι πολύ ευχάριστο το να τους προτείνει πρώτη η γυναίκα ένα δεσμό — ή το γάμο, ενώ τα 38% είναι αντίθετα προς την τακτική αυτή. Αλλά οι περισσότερες γυναίκες φαίνονται να έχουν την αντίθετη γνώμη: προτιμούν να αφήνουν τον άνδρα τουλάχιστον να νομίζει ότι εκείνος είναι ο «επιτιθέμενος»...

ΑΠΟΦΕΓΕΤΕ ΤΗΝ ΚΟΥΡΑΣΙ

Για να είσδε καλοδιάδετη νοικοκυρά

χρησιμοποιήτε κάθε μέρα, 8-πως π.χ. τις φόρμες και τα γλυνά, τις πλίνες λεκανές του ζυμώματος, τις μεγάλες χυτρες, τις καραβάνες, τη μηχανή του πούρε κ.λ.π.

Πριν αρχίσετε μια δουλειά, βάλτε στο μυαλό σας όλα τα σκέυα και τα υλικά που θα σας χρειαστούν γι' αυτή. Συγκεντρώστε τα κι' έπειτα προχωρήστε στην εργασία.

Βάζετε μέσα σε κουτιά ή σε μικρά ξεχωριστά πανεράκια, τα υλικά που είναι απαραίτητα για το κάθε είδος καθαρίσματος. Για να γυαλίσετε π.χ. τα έπιπλα σας, σας χρειάζονται πολλά μαλακά κουρέλια, μια δούρτα, κερύ ή παρκετίνη για το λουστράρισμα, κ.λ.π.

4 ΜΗ ΤΣΙΓΚΟΥΝΕΥΕΣΤΕ ΓΙΑ Ν' ΑΠΟΚΤΗΣΕΤΕ ΝΟΙΚΟΥΡΙΟ. Δυστυχώς, βρίσκονται ακόμη μακριά η ημέρα που θα μπορούσε το κάθε σπιτικό να εφοδιασθή με τα αντικείμενα εκείνα που προσφέρουν τα τεχνικά μέσα της εποχής μας, για να γίνεται η εργασία εύχαρακτη και άσκοπα. Για πάρα πολλούς Έλληνες αποτελεί ανέφικτο όνειρο η απόκτηση

ένος ηλεκτρικού πλυντηρίου, μιας μηχανής που πλένει τα πιάτα, ενός κυλίνδρου που σιδερώνει τα ρούχα, ενός απορροφητήρα που αφαιρεί και το ελάχιστο ίχνος σκόνης από τα πατώματα, τους τοίχους, την οροφή...

Ωστόσο, βάλτε όλα τα δυνατόν σας, κάνετε όσες οικονομίες μπορείτε για να προμηθευθείτε μερικά πράγματα, που κοστίζουν πολύ πολύ φθηνότερα, όπως π.χ. ένα σκαμνί που μπορεί να ψηλώνει ή να χαμηλώνει με δίδες. Γιατί να εργάζεσθε όρθια τη στιγμή που μπορείτε να καθόσαστε; Μπορείτε να καθαρίζετε τα χώματα και τα λαχανικά, να πλένετε τα πιάτα, να σιδεράνετε τα ρούχα εξ ίσου καλά όταν είσδε καθιστή.

Έχετε επίσης ένα τραπέζακι με καρούλια για να μεταφέρετε το φαγητό και να διευκολύνεσθε στο σερβίρισμα. Τελειώνουμε με την έλξη δοσική σύσταση:

5 ΑΠΟΦΕΓΕΤΕ ΤΗ ΒΙΑΣΥΝΗ. Όταν διάζεσθε πολύ τότε σπατάλετε πιάτα και τσούρη, τότε τα αναποδογυρίζετε όλα, τότε παθαίνει το νοικοκυριό σας καταστροφή.

«Είμαι ψόφια από την κόουρασι!»
Πόσες φορές το έχετε πη. Πόσες φορές σας φάνηκαν ατέλειωτες οι δουλειές του νοικοκυριού.

Σκεφθήκατε όμως ποτέ σας πόση δύναμη σπαταλάτε άδικα πολλές φορές, κάνοντας άνωφελες κινήσεις;

Αν όμως οργανώσετε με λογικό τρόπο τη δουλειά σας και εξασφαλίσετε το κάθε τι που χρειάζεται για κάθε δουλειά, τότε ασφαλώς το νοικοκυριό θα σας κουράζει λιγώτερο.

Ωστόσο, η λύσι του προβλήματος, στο σύνολό της, δεν εξαρτάται σε τόσο μεγάλο βαθμό από την τελειότητα των σκευών και των αντικειμένων της καθαριότητας.

Εξαρτάται επίσης και από τις ανάγκες ή τις περιττές κινήσεις της νοικοκυράς.

Μπορείτε λοιπόν να αποφύγετε τη μεγάλη κόουρασι, υπό τον όρο να λάβετε υπ' όψιν σας τα παρακάτω σημεία στην οργάνωσι της δουλειάς σας:

1 ΑΠΟΦΕΓΕΤΕ ΚΑΘΕ ΤΙ ΠΟΥ ΑΠΑΙΤΕΙ ΓΥΑΛΙΣΜΑ και προτιμάτε τα αντικείμενα και τα σκέυα που καθαρίζονται με ένα απλό σκούπισμα ή σαπούνισμα, όπως π.

χ. τις λαδομπογιές που πλένονται, την έμαγιε καραβάνη ή καραβόλα, τις βρύσες από χρώμιο και όχι από μπρούντζο κ.λ.π. Τα μπρούντζινα και γενικά τα χάλκινα είδη χρειάζονται περισσότερες φροντίδες για να διατηρούνται όπως πρέπει.

2 ΑΠΟΦΕΥΓΕΤΕ, ΟΣΟ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΤΗ ΣΚΟΝΗ. Σήμερα δεν είναι πιά της μόδας τα αναρίθμητα μπιμπλό που γεμίζουν τα έπιπλα. Μέσα στην κουζίνα δεν εκτίθενται πιάτα, στήθεα τα σκέυα της κουζίνας και τα κουτιά με τα μαχαίρια και λοιπά είδη.

3 ΦΡΟΝΤΙΣΤΕ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΚΑΘΕ ΤΙ ΕΥΠΡΟΣΒΙΤΟ. Τα πράγματα που χρησιμοποιείτε κάθε μέρα δεν πρέπει να τοποθετούνται ούτε πάρα πολύ ψηλά ούτε πάρα πολύ χαμηλά. Το να πατάτε όλη την ώρα στο σκαμνί (που μπορεί και ν' ανατραπεί στη διάσι σας) για να φθάσετε κάτι ή να σκούσετε το κάτι ράφι του ντουλαπιού για να το πάρετε είναι μια κόουρασι που μπορείτε να την αποφύγετε. Φροντίστε λοιπόν να τοποθετήτε στο πάνω - πάνω και στο κάτω - κάτω ράφι του ντουλαπιού σας τα πράγματα που δεν

五言

Το παραμυθάκι μας

Ο ΠΙΚΡΟΣ ΛΟΓΟΣ

ΜΙΑ φορά κι 'έναν καιρό έ-
νας γέρος ευλοκόπος, έ-
κει που δούλευε στο δάσος, εί-
δε να προβάλλει απ' τα χαμό-
κλαδα ένα λιονταράκι. Καθώς
το είδε, φυσικά, φοβήθηκε κι' ο
φόβος του ήταν τόσο μεγάλος
που τον παρέλυσε κι' όσο κι'
αν προσπαθούσε να κινηθεί να
φύγει έμενε ακίνητος στη θέση
του.

Το λιονταράκι, όστόσο, δεν
έδειξε διάθεση να του έπιτεθεί.
Θες που τον έβλεπε να μη κι-
νηθεί και το πήρε για δείγμα
έμπιστοσύνης, ποιός ξέρει,
μπορεί να είχε χάσει και τη
μύνα του από κυνηγό και λα-
χταρούσε για συντροφιά. Πάν-
τως καθότανε ακίνητο και κεί-
νο και κύτταζε κι' όπως ο γέ-
ρος, μ' όλο το φόβο του, το
κύτταζε με συμπάθεια, κούνη-
σε σε μία στιγμή χαρούμενα
την ουρά του και γίνανε φίλοι.

Από τότε όταν πηγάνε ο
γέρος στο δάσος έρχότανε το
λιονταράκι και το χαιδεύε και
κείνο τον βοηθούσε.

Μία μέρα χόλασε ο καιρός
άπτομα. Τον βρήκε το γέρο
στο δάσος μόρα φοβερά και
κατέβασε ποτάμι και δεν μπο-
ρούσε να γυρίσει στο χωριό
του.

— Μη στενωχώνεται του
λέει το λιονταράκι. Θα σε φι-
λοεξησώ όπως και αύριο το
πρωί φεύγεις. Ακολούθησε με
να πάμε στη σπηλιά μου.

Το ακόλουθησέ αλλά ένας
φόβος γεννήθηκε μέσα του. Κα-
λά την ημέρα, μα τη νύχτα
που αγριεύουν τα θεία; Μήπως
αγριεύει το λιονταράκι και τον
φάει;

Σαν έφθασαν στη σπηλιά το
λιονταράκι πρόσφερε στο φίλο

του όραίο κυνήγι, τον περιποι-
ήθηκε πολύ και τέλος όταν έα-
πλώσαν να κοιμηθούνε τον αγ-
κάλλισε σφιχτά και τον σκέ-
πασε με τη χαιτή του να μη
κρυώνει. Όμως ο άνθρωπος
που δεν τον είχε αφήσει ακόμη
ο φόβος γύριζε το πρόσωπό
του απ' την άλλη μεριά.

— Γιατί γυρίζεις άλλοι το
πρόσωπό σου; τον ρώτησε το
λιονταράκι με παράπονο.

Τί να πη;
— Μυρίζει το στόμα σου
είπε.

Το πρωί που σηκώθηκε να
φύγει το λιονταράκι του λέει:
— Πάρε το τσεκούρι σου και
χτύπησε με με αυτό δυνατά
στην πλάτη.

Φυσικά ο γέροντας δεν ήθε-
λε μη κανέναν τρόπο.

— Αν δεν το κάμεις, θα σε
φάω!

— Αχ, πάλι ο γέρος φοβισμέ-
νος, μ' όλη τη στενωχώρα του
σηκωσε το τσεκούρι και το
χτύπησε και άνοιξε πληγή θα-
θεία.

Όταν ξαναπήγε στο δάσος
το λιονταράκι δεν έβρισκε. Ού-
τε εκείνη τη μέρα, ούτε την άλ-
λη... Ο γέρος το πεθύμησε και
άρχισε να κλαίει.

Μα σε καμιά δεκαριά μέ-
ρες το λιονταράκι φανερώθηκε
με κύτταζε από μακριά θλιμ-
μένο.

— Αχ λιονταράκι μου! του
φώναζε ο άνθρωπος και έτρε-
ξε κοντά του. Αν ήξερες τη
στενωχώρα μου! Φοδούμω
πώς πέθανε. Πώς πάει η πλη-
γή σου; Γιατί μ' έβαλες και
σου άνοιξε μόνος μου πληγή;

Και τί του άπαντα το lion-
ταράκι.

— Η πληγή μου δεν ήταν
τίποτε. Την έγλυψα, την έγλυ-
ψα και πέρασε. Μα ο πικρός
λόγος που μου είπες πως να
περάσει;

ΜΙΚΡΗ ΕΓΚΥΚΛΟΠΑΙΔΕΙΑ

Το τυποχάρτι

Η ΕΦΕΥΡΕΣΙΣ του τυπο-
χαρτου οφείλεται σε μίαν
εργάτρια που έφτιαχνε χαρτί.
Μία μέρα, ενώ έτοιμαζε τον
πολύ για το χαρτί, λησμόνησε
να προσθέσει την αναγκαία κόλ-
λα, κι' έτσι, αντί να φτιάξει το
χαρτί που ήθελε πέτυχε ένα
αποφορετικό χαρτί που είχε την
ιδιότητα ν' απορροφά υγρές ού-
σιες.

Τιμωρίες

του παλιού καιρού

ΤΟΝ παλιό καιρό, όταν ένας
ψωμάς απέδεικνυε ότι έ-
κλεβε τους πελάτες του, χρησι-
μοποιώντας ζυγαριά, ο δικα-
στής του έβρισκε μια τιμωρία
που τον έκανε να θυμάται για
πολύ καιρό την μπαγαποντιά
του. Τον έκλειναν μέσα σε ένα
κλουβί, που κρεμόταν από τη
μια πλευρά μιας μεγάλης ζυ-
γαριάς. Από την άλλη πλευρά
κρεμόταν ένα σχοινί που ο δη-
μός το τραβούσε, σηκώνε στον
αέρα το κλουβί με τον κλέφτη
ψωμά, και ύστερα το άφινε να
ξαναπέσει βαρέα στη γη.

Η τιμωρία αυτή γινόταν στο
Ε

ύπαιθρο, και όλοι οι ζημιωμένοι
πελάτες του ψωμά έρχονταν και
παρακολουθούσαν τη δίκαιη τι-
μωρία.

Το στάδιο μας

ΤΟ Στάδιο κτίστηκε από το
ρήτορα Λυκούργο το 350
π.Χ. και το άποτελείωσε ο Ή-
ρώδης ο Αττικός με πεντελικό
μάρμαρο. Το μήκος του ήταν
200 περίπου μέτρα και το πλά-
τος του 31. Υπήρχαν θέσεις
για 50.000 θεατές και μπορού-
σαν από γύρω ύψωματα να κά-
θονται και να βλέπουν άλλοι
τόσοι.

Το 1869 ξανακτίστηκε από
το βασιλέα Γεώργιο Α' και το
1895 ανακαινίστηκε και πήρε
τη σημερινή του μορφή με έξο-
δα του έθνικού ευεργέτη Γεωρ-
γίου Αδερφω.

Ξέρετε ότι...

... Πρέπει να κοιμάσθε κατά
μέσον όρον, 8 ώρες το είκοσι-
τετράωρο.

... Έχουμε 24 ζεύγη σπον-
δυλικών νευρών;

Πνευματικά παιχνίδια

ΟΛΕΣ ΟΙ ΛΥΣΕΙΣ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 65

Το σταυρόλεξο



Οριζοντίως:

1. Περιήγημη όροσειρά της Εύ-
ρώπης που είναι πάντοτε
χιονισμένη. 'Απ' αυτή δόθη-
κε το όνομα στους ανθρώ-
πους που ασχολούνται με
την όρειδασία.
2. Μουσική νότα. 'Αντανουμία
(γενική).
4. Δέκατος τέταρτος. 'Υποθε-
τικό στην αρχαία.
5. Δείχνει. 'Όταν ακούς αυτό,
πρέπει να πηγαίνεις.
6. Αυτό που υπάρχει. 'Ομοιο-
ματικό.
7. Άρθρο. Και πάλιν άρθρο.
8. Μικρό έρπετο (αίτια, πλη-
θυντικό).

Καθ' ὅτι:

1. 'Ένας βασιλιάς που αναφέ-
ρεται στην 'Οδύσσεια. Φιλο-
εξησε τον 'Οδυσσεά και τον
έστειλε με πλοίο στην πα-
τρίδα του, την 'Ιθάκη.
2. Νότα. Κράτος της βορειο-
δυτικής Ευρώπης.
4. Και τα δυο μαζί θυμίζουν
τάγματα κατά τη γερμανική
κατοχή.
5. 'Οπτικάς δέκα. 'Όρασι και
ύψηλα δέντρα.
6. Κάτοικος όραίου νησιού των
Κυκλάδων.

Πόσες ήταν

Ρώτησαν ένα χωρικό πόσα
ζώα έχει. Κι' εκείνος άπάντησε:
'Έχω όρνιθες και κατσίκες, έν
όλο 23 κεφάλια και 56 πόδια.
Πόσες ήταν οι όρνιθες και
πόσες οι κατσίκες;

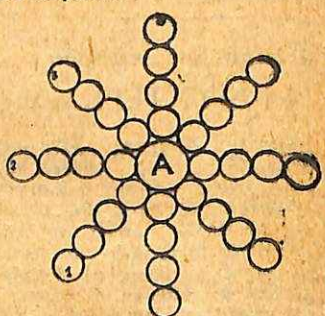
Στοιχειόγραφος

Είμαι λουλούδι γεμάτο χάρη
Μ' αν ίσως κάποιος κακός με
Εύθους θ' αλλάξω την (κόψη
μου) άνω
Και θέ να γίνω φτωχό χορτάρι.

Τι είναι;

'Ένα γράμμα άφαιρείς
και τον τόνο ανεδάξεις.
Κι' από θάλασσα δική μας
βλέπεις πόλι κι' άπορείς.

Το τιμόνι



Τοποθετήστε σε κάθε κύκλο
ένα γράμμα, ούτως ώστε να
σχηματισθούν οι 4 λέξεις που
ζητούνται. Κάθε λέξι έχει 9
γράμματα και το μεσαίο όλων
είναι «Α».

- Η σημασία των λέξεων εί-
ναι:
- 1) Μεγάλο Μεσογειακό λι-
μάνι.
 - 2) Ελληνικός κόλπος.
 - 3) Ψηλό ελληνικό βουνό.
 - 4) Παράλιος πόλις της Στε-
ρεάς.

ΣΤΗΝ ΕΚΚΛΗΣΙΑ

Μόλις έλαμπαν τα κάλλη της αύγης τερπνά
τα παιδάκια, ή μητέρα τρέχει και ξυπνά.
«Αί, παιδιά, καιρός, ξυπνάτε! κι' είναι Κυριακή»
ή καμπάνα μάς φωνάζει, την ακούτ' εκεί;
«Τώρα, άμέσως, μητερίτσα», λένουν κι' έν ταυτώ
πώς εύρέθησαν στο πόδι όλα στο λεπτό!

Η μητέρα με δροσάτο τάπλωνε νερό,
τα μαλλάκια τους με χτένι χάρια άργυρά,
τ' άλλαξε σιδερωμένα ρούχα γιορτερά
κι' έλαμπαν σαν άγγελούδια κι' ήταν μια χαρά.
Τώρα να στο πεζοδόρμι τα παιδιά κι' αυτή
το μικρό της άπ' το χέρι τρυφερά κρατεί.

Φρόνιμα στην εκκλησία στέκουν τα παιδιά,
και τη λειτουργί' ακούουν με καλή καρδιά,
φώς κι' άπ' έξω. Πάλι νά! μαζί
εις το σπιτ' ή συνοδεία έρχεται πεζή.
Σ' όλη χύθηκε τη στράτα μόνος θαυμαστός
και άόρατος μαζί των έρχετ' ο Χριστός.
ΗΛΙΑΣ ΤΑΝΤΑΛΙΑΝΣ

Η ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ
τῶν τροφῶν σαςΠΡΟΣΕΧΕΤΕ ΔΙΟΤΙ ΕΙΝΑΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟ ΝΑ ΠΙΝΕΤΕ
ΠΑΓΩΜΕΝΑ ΠΟΤΑ Ή ΝΑ ΤΡΩΤΕ ΚΑΦΤΑ ΦΑΓΗΤΑ

Όλοι οι άνθρωποι υποφέρου-
με από μία ύπουλη ασθένεια:
την μειώσι ευαίσθησίας της κοι-
λότητος του στόματος. Η α-
σθένεια αυτή δεν είναι κληρο-
νομική: ο καθένας μας την ά-
ποκτά κατά τη διάρκεια της
ζωής του. Ο ούρανίσκος του
νεογέννητου είναι ακόμη πολύ
ευαίσθητος. Το μωρό άποτρα-
θίζεται μόλις του δώσετε να δο-
κιμάσει οποιαδήποτε τροφή που
ή θερμοκρασία της είναι μεγα-
λύτερη από τους 40 ή μικρότε-
ρη από τους 20 βαθμούς, και
άρχίζει να ουρλιάζει από φόβο.
Η μητέρα το ξέρει, και όμως
αυτό δεν την έμποδίζει διόλου
να σερβίρει στο πιάτο του ά-
νδρός της, μόλις εκείνος γυρίσει
από τη δουλειά του, το φαγη-
τό αυτό, κατ' ευθείαν από την
κατσαρόλα, και να του πη:
«Έλα, κάθισε, θα σου κρυώσει
το φαί σου!» Πολλοί είναι οι
σύζυγοι που διαμαρτύρονται,
γιατί δεν μπορούν να φάνε τόσο
ζεστό φαγητό. Αλλά συνήθως
οι διαμαρτυρίες τους είναι άνω-
φελες: Καθημερινά, με κατα-
πληκτική έπιμονή και κανονι-
κότητα, που θυμίζει το ρυθμό
της κινήσεως των άστερισμών
στον ούρανό, ή γυναίκα τους
τους σερβίρει πολύ ζεστά φα-
γητά!

Και έτσι, έχομε φθάσει στο
σημείο ώστε πολύ λίγο να εί-
ναι οι άνθρωποι που θεωρούν
την κρίση θερμοκρασίας των
70 βαθμών για υπερβολική.
Κατά γενικό κανόνα, τα ηλικια-
μένα άτομα καταπίνουν τις
τροφές ζεστότερες από ό,τι οι
νέοι, και εκείνοι που υποφέρουν
από το στομάχι τρώνε επίσης
από τις τροφές τους σε πολύ ύψη-
λότερη θερμοκρασία από ό,τι
οι υγιείς. Οι άνώτατες θερμο-
κρασίες των τροφών των τελει-
ταίων κυμαίνονται από τους 50
ως τους 70 βαθμούς. Οι πιο
λαίμαργοι καταδρομείς τρώ-
φες που έχουν θερμοκρασία
75—80 και ακόμη 85 βαθμών!

Σε οποιοδήποτε έστιατόριο,
θα έστελνε κανείς άμέσως πί-
σω το πιάτο που θα του έσερ-
βίριζαν, αν ή θερμοκρασία του
ήταν μόνον μεταξύ 15—40 βα-
θμών, ανάλογη δηλαδή με τη
συνηθισμένη θερμοκρασία του
μπάνιου μας. Αυτό λοιπόν ση-
μαίνει ότι το δέρμα είναι πιο
εμπόδες στη θερμότητα, άπ' ό,
τι είναι οι όλυννογόνοι.

Και έτσι, φθάνουμε στο γε-
γονός να βλέπουμε τους άνθρ-
πους που άγαπούν το ζεστό
φαγητό, να τρώνε τη σούπα
τους με θερμοκρασία 60 ή 70
βαθμών, να πίνουν ύστερα ένα
ποτήρι παγωμένη μπύρα, να
συνεχίζουν με κάποιο άλλο ζε-
στό φαγητό και να τελειώνουν
με ένα ...παγωτό που θα έχη
θερμοκρασία τουλάχιστον 6 ή
πιο το μηδέν! Και έπακολουθεί,
συνήθως, και ένας βραστός κα-
φές, τουλάχιστον 75 βαθμών...

Φυσικά, υπάρχουν πολλά ά-
τομα που είναι σε θέση να κρα-
τήσουν μία τέτοια δίαιτα χω-
ρίς να ένοχληθούν και χωρίς
να αρρωστήσουν. Αλλά, είναι
γεγονός ότι οι περισσότεροι
άνθρωποι ούτε καν φαντάζονται
ότι ή κατανάλωση υπερβολικά
θερμών τροφών και παγωμένων
ποτών δημιουργεί κινδύνους για
την υγεία τους.

Ός το 1953, υπήρχε ή έν-
τύπωση ότι οι ασθένειες του
στομάχου άποτελούντο σχεδόν
άποκλειστικά από καρκίνους
και έλκη, τους δυο αυτούς προ-
ταγωνιστές της γαστρικής πα-
θολογίας. Και, έκτος από την
κλασική γαστρίτιδα των με-
κρικών — ή αλκοολική γαστρι-
τιδα — είχαν μόλις έπιτύχει
να διαπιστώσουν και τη σημα-
σία της όλυννογόνου του στο-
μάχου. Και μόνον όταν έφευρέ-
θη το «γαστροσκόπιο» — το
μικροσκοπικό αυτό μακρύ πε-
ρισκόπιο που εισάγεται ως το
στομάχι μέσα από τον πεπτικό
σωλήνα και που έπιτρέπει τη
λεπτομερή εξέταση του έσωτε-
ρικού του στομάχου με γυμνό
μάτι — έγινε δυνατό να καθο-
ρισθεί ή συχνότης και οι διά-
φορες μορφές των γαστρίτιδων.

Αν μία τροφή μεγαλύτερη από
60, ή κακή αμσημένη,
ή κακή σαλιωμένη, φθάσει
ως το στομάχι, είναι δυνατό
να έρεθισθεί μηχανικά ή όλυν-
νογόνο του. Φυσικά, ο έρεθι-
σμός αυτός είναι μικρός, αλλά
ή συχνή επανάληψή του δημι-
ουργεί τη χρόνια γαστρίτιδα.
Σ' αυτές τις άφορμες οφείλεται
ή γαστρίτις των ανθρώπων που
τρώνε πολύ, ή πολύ γρήγορα,
ή χωρίς να μαστούν καλά το
φαγητό τους. Έξ άλλου, όπως
μπορεί να δημιουργήσει πάθησι
του στομάχου ή υπερβολική κα-
τανάλωση οινόπνευματων, έ-
τσι και ή συχνή κατανάλωση
ερεθιστικών — μουστάρδα, πι-
πέρι, ξύδι, καρυκεύματα —
μπορεί να είναι άφορη μιάς
γαστρίτιδος. Το ίδιο μπορεί να
συμβεί και από το υπερβολικό
κάπνισμα, ιδίως όταν καπνί-
ζουμε άρες που το στομάχι εί-
ναι άδειο.

Μερικά φάρμακα, ή κοινή ά-
σπιρίνη, και διάφορα καθαρτι-
κά, έρεθίζουν επίσης το στο-
μάχι. Και — όπως το είδαμε
και προηγουμένως — ή κατα-
νάλωση πολύ ζεστού φαγητού
προκαλεί αναφαισθήτο έρεθι-
σμό στο στομάχι. Τέλος, οι
γαστρίτιδες μπορούν να έχουν
άφορη την παρουσία κάποιου
μικροβίου στο στομάχι, που έ-
φθασε εκεί ύστερα από μία μό-
λυνση των ούλων, των δοντιών,
των άμυγαλών, της μύτης ή
και οποιαδήποτε γενικότερη
μόλυνση.

Προσέχετε λοιπόν το στομά-
χι σας! Και μη ξεχνάτε ότι εί-
ναι εξαιρετικά επικίνδυνο να ύ-
ποβάλλετε τη γαστρική όλυννο-
γόνο σας στο τρομερό αυτό
«ντούς» που άποτελείται από έ-
να ζεστό φαγητό και ένα πα-
γωμένο ποτό...



ΚΑΤΩ ΑΠΟ ΤΗΝ ΟΜΠΡΕΛΑ

Μιά ιστορία 4.000 περίπου ετών

ΑΠΟ ΤΑ πανάρχαια χρό-
νια «σκέπαζαν» τους
αυτοκράτορες, τους βα-
σιλείς και τ' άλλα σπουδαία
πρόσωπα όταν έδιναν έξω
από το παλάτι.

Ο τεχνίτης αυτός ούρανό
τους προφύλαγε από όλα τα
δυσάρεστα πράγματα που έρ-
χονταν από ψηλά. Έπειδή ό-
μως είχε το έλάττωμα να κρα-
τιέται από τέσσερις άντρες,
έφευερτικοί άνθρωποι έспа-
ζαν το κεφάλι τους για να
δρουν ένα πρακτικότερο «ού-
ρανό».

Διηγούνται λοιπόν ότι ο Κι-
νέζος μαραγκός Λού Πάν, πριν
από πολλούς αιώνες, προσπα-
θούσε να φτιάξει μία «στέγη»
που να μπορεί να την κρατά
κανείς μόνος του. Μία βραδυά
που γύρισε στο σπίτι του ά-
πό τη δουλειά του, έμεινε έκ-
πληκτος, βλέποντας πως ή γυ-
ναίκα του είχε κάνει κάτι και-
νούργιο. Είχε τεντώσει πάνω
από τα λεπτά μπαμπού που ο
είδος είχε τοποθετήσει για
στούλους, αντί της ξυλινής στέ-
γης που λογαριάζαν, ένα με-
ταξωτό πανί. Μ' αυτό ή μικρή
γυναίκα του μαραγκού Λού -
Πάν ανακάλυψε τον πρόγονο
της σημερινής όμπρέλας.

Από τότε ή όμπρέλα πήρε
σημαντική θέση στη ζωή των
ανθρώπων. Όπου αν πηγαί-
νε κανείς επίσημα έπαιρνε και
την όμπρέλα μαζί του. Ακρι-
βώς όπως ή βαρεία «στέγη»
έτσι και αυτή, τους έδινε με-
γάλη και αξιοπρέπεια. Κινέ-
ζοι αυτοκράτορες και Ινδοί
μαραγαδιές, Ασύριοι τύ-
ραννοι και Πέρσαι βασιλείς
δεν παρουσιάζονταν ποθενά
χωρίς τους ανθρώπους που
κρατούσαν την όμπρέλα τους.

Ο βασιλιάς του Ινδοσταν
είχε μία μεγαλόπρεπη όμπρέ-
λα με έφτα πατάματα και ά-
πό το 1176 οι δούκτες της
Βενετίας κυκλοφορούσαν κάτω
από φαντασμαγορικές όμπρέ-
λες.

Η εποχή του Ροκοκό πα-
ρουσίασε την όμπρέλα με μία
εξαιρετική χάρη. Οι κυρίες την
κρατούσαν γύρω στο καπέλο
τους σαν πελώριο μπόρ, σαν
κινέζικο πυργίσκο και την πα-
ράγγελλαν από μεταξωτά ύφα-
σμα, όταν ήθελαν να τις προ-
στατεύουν από τον ήλιο. Ο
χρονογράφος της εποχής πε-
ριγράφει την όμπρέλα της
μαντάμ Πομπαντούρ: «Ήταν

φτιαγμένη από θαυμάσιο μπλε
τουρκικό μεταξωτό ύφασμα,
έξοχα διακοσμημένη με πολυ-
χρωμες κινέζικες μινιατούρες.

Η πραγματική όμως εποχή
της δόξης της όμπρέλας, ήταν
ο περασμένος αιώνας. Τη στο-
λίζουν τότε φιόγκοι και σουβες
και βολάν και χίλια δυο άλλα
στολίδια και το χρώμα της
μόδας άλλαζε συχνά. Η όμ-
πρέλα έγινε για τη γυναίκα
«το όπλο της γοητείας της»
και πήρε γρήγορα τη θέση του
κοκέτικου παιχνιδιού — της
δεντάλιας. Οι κυρίες μπορού-
σαν να κρύβονται θαυμάσια
πίσω τους, να την κρατούν πά-
νω από τους ώμους και να
προστατεύονται από τους ά-
νεπιθύμητους, χωρίς να είναι
αναγκασμένες να τους γυρί-
σουν τη ράχη.

Ένα ιδιαιτέρως κεφάλαιο ή-
ταν πάντοτε: ο κύριος και ή
όμπρέλα. Πρέπει να την κρα-
τά, μπορεί να την κρατά; ά-
ναρωτιόνταν εδώ κι' έκαστο χρό-
νια οι άνθρωποι. Και είναι έκ-
πληκτικό, ότι παρ' όλα τα άν-
τιθέτα επιχειρήματα και σή-
μερα ακόμη, στην εποχή της
ταχύτητας, βλέπουμε την όμ-
πρέλα στα χέρια των κυριών.
«Ισως μπορεί να πη κανείς ό-
τι σ' αυτούς είναι μάλλον δι-
ακοσμητικό πράγμα. Βλέπουμε
π.χ. Εγγλέζους που και με τη
μεγαλύτερη ακόμα μπόρα δεν
άποφασίζουν ν' ανοίξουν την
όμπρέλα τους. Έξ άλλου ή όμ-
πρέλα έγινε ένα εξάρτημα του
σύγχρονου πολιτικού. Και στη
μνήμη του πιστότερου φίλου
της, ή εξαιρετικά μεγάλη όμ-
πρέλα ονομάζεται «Τσάμπερ-
λαιν».

Ένα μεγάλο χτύπημα έδα-
σε στην όμπρέλα ο κύριος Μα-
κιντος, όταν του πέρασε ή ί-
δέα ν' ανακαλύψει το αδιάβρο-
χο. Όστόσο, το ότι ή όμπρέ-
λα δεν πέθανε από το χτύπη-
μα αυτό, άποδεικνύει πως ά-
κόμα δικαιολογείται ή ύπαρ-
ξή της. Γρήγ, πάνω από τέσ-
σάρων χιλιάδων χρόνων, κο-
ροϊδεμένη από τον Αριστοφά-
νη, τον Μονταίν και τον Μπαλ-
ζακ, αιώρειτο σ' όλα τα χρό-
ματα πάνω από τις βακχικές
γιορτές των Έλλήνων, πάνω
από ύψη έξοχικά μονο-
πάτια και γυαλιστερούς ά-
σφαλιστρωμένους δρόμους των
πόλεων, γρήγ, μα πάντα νέα,
πάντα χαρούμενη και φρέσκη:
ή καλή μας, ή άναπόφευκτη
όμπρέλα μας.



Έως ότου φθάση ο γιατρός

ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ

Τού συνεργάτου μας Ιατρού ΑΝ. ΣΦΑΚΙΑΝΑΚΗ

ΑΤΥΧΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΟΞΕΑ Ή ΤΥΧΑΙΑ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΑ, ΠΟΥ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΩΣ ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΤΗΝ ΑΜΕΣΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΜΑΣ

Η ΖΩΗ δρίσκεται πραγματικά σ'ε πα-
ράδοξα στενές σχέσεις με το κακό.
Αυτό συμβαίνει και στον τομέα της
υγείας. Φυσικό λοιπόν είναι το ενδια-
φέρον των ανθρώπων για την Ιατρική,
δηλαδή τις αρρώστειες, τα ατύχημα-
τα, τις δηλητηριάσεις, την πρόληψι-
 τους και τη θεραπεία τους. Γιατί, δεν
πρόκειται για ένα ενδιαφέρον άγονο.
Μια στοιχειώδης υγειονομική μόρφωσι,
αλλά μόρφωση σωστή και παραγωγι-
κή, προσφέρει άπειρες πολύτιμες υπη-
ρεσίες υπέρ της ζωής και της υγείας.
Φθάνει να μη τη διακρίνουν οι έγκλη-
ματικές παρασιθήσεις της εγωιστικής
ήμιαβείας, που παραδίδουν τη ζωή
του αρρώστου σ'ε άδξία χέρια, στε-
ρώντας τον από τη βοήθεια των αρ-
μοδίων, των ειδικών Ιατρών.

Πολλές φορές η επέμβασι των αρ-
μοδίων, όσο και αν είναι γρήγορη, δεν
προλαβαίνει να είναι έγκαιρη, από αι-
τία τη φύσι του ατύχηματος, ή της
αρρώστειας. Γι' αυτό κάθε άνθρωπος
πρέπει να ξέρη, να προσφέρη τις πρώ-
τες βοήθειες σ' ένα συνάνθρωπό του.
Και να του τις προσφέρει κατά τρόπο
ώφελιμο κι' όχι βλαβερό. Γι' αυτό πρέ-
πει να έχη ειδικές γνώσεις.

Ιδιαίτερα όσον αφορά τη γυναί-
κα, είναι γνωστή η σπουδαιότητα του
ρόλου που παίζει μέσα στην οικογέ-
νεια και γενικότερα μέσα στην κοι-
νωνία.

Στο κεφάλαιο ειδικά της προληπτι-
κής Ιατρικής και των πρώτων βοηθειών,
η γυναίκα έχει τη βαρεία άποστολή
της μητέρας, της συζύγου και γενικώ-
τερα του «φύλακα αγγέλου», μια από
τις σπουδαιότερες άποστολές που έ-
χει να επιτελέσει στη ζωή και που τό-
σο ταιριάζει στη φύσι της, την ψυχο-
σύνθεσί της και την ιδιοσυγκρασία
της. Η βοήθεια της στον τομέα της υ-
γείας είναι πολύτιμη, για το παιδί
της, τον άνδρα της, τους γύρω της.

1

**Τί πρέπει να προσέχουμε όταν
βρεθούμε μπρος σ' ένα ατύχημα**

ΑΠΟ την προσεκτικότητά μας γύ-
ρω από τις συνθήκες υπό τις ό-
ποιες συνέβη ένα ατύχημα, έ-
ξαρτάται, πολλές φορές, η σωτηρία του
θύματος. Έτσι μόνο θα μπορούσαμε να
αντιμετωπίσουμε το ατύχημα εύστοχα.
Έτσι θα είναι αποτελεσματικές οι
πρώτες βοήθειες που θα του παράσχω-
με. Έτσι, τέλος, θα μπορούσαμε να δώ-
σουμε πολύτιμες πληροφορίες στο για-
τρό που θα φθάση, πληροφορίες που
θα του χρησιμεύσουν για την όρθη δι-
αγνώσι και την όρθη αντιμετώπισι του
ατύχηματος. Θα προσέχουμε λοιπόν:
1) Τις συνθήκες υπό τις οποίες συνέ-
βη το ατύχημα. 'Αν π.χ. το θύμα
κτύπησε στο κεφάλι, αν έπεσε επάνω
στην κοιλιά του κανένα χονδρό ξύλο
(δοκάρι κ.τ.λ.) ή μεγάλη πέτρα, ή ό,τι
δήποτε άλλο βαρύ αντικείμενο, αν το
θύμα έπαθε από το φόβο του νευρικό
κλονισμό, ή ύστερική κρίσι, πράγμα
συνηθέστερο στις γυναίκες. 2) Την κα-

Σ' άπειρες περιπτώσεις προλαβαίνει
το κακό και, περιμένοντας την άφιξη
και την επέμβασι του γιατρού, υποβο-
ηθεί το έργο της σωτηρίας.

Απ' αυτή την άποψι, οι συμβουλεύ-
μας κι' υποδείξεις μας που θα δώσου-
με με τη μεγαλύτερη δυνατή συντομία
και περιεκτικότητα, άποκτούν μια ι-
διαίτερη αξία για τη γυναίκα.

Έδώ σημασία έχει ακόμη να υπο-
δείξουμε και τούτο: Σ'ε ποιές περι-
πτώσεις πρέπει να καλήται ο για-
τρός. Οι περιπτώσεις αυτές είναι οι
ακόλουθες, εκτός βεβαίως των περιπτώ-
σεων τραυματισμών, διαίων ατυχημά-
των, δηλητηριάσεων κ.λ.π., που η
πρόσκλησί του είναι αυτόνομη ότι
πρέπει να είναι άμεση.

1) Ένας πονοκέφαλος.
2) Ένα εξάνθημα στο δέρμα.
3) Ένας επίμονος θήσας.
4) Ένας δοντός, ή επίμονος πό-
νος στην κοιλιά.

5) Κάθε διόγκωσι, σβώλος, πρήξι-
μο, ή πόνος που δεν περνάει γρήγορα.
6) Κάθε σκλήρυνσι, ή κρεατοελιά,
ή χρωματισμός του δέρματος, που άρ-
χίζει να σκληραίνη, να μεγαλώνη ή
να πληγιάζη.

7) Κάθε άνωμαλία της κενώσεως,
που παρατηρείται.

8) Κάθε τί που ρίχνει τη ζωτικό-
τητα, που έκδηλώνεται δηλαδή με σώ-
ματική κούρασι, με άνορεξία, με χά-
σιμο βάρους, άνωμαλη άναπνοή, τα-
κτικό πονοκέφαλο, ζάλη κ.λ.π., χωρίς
φανερή αίτια.

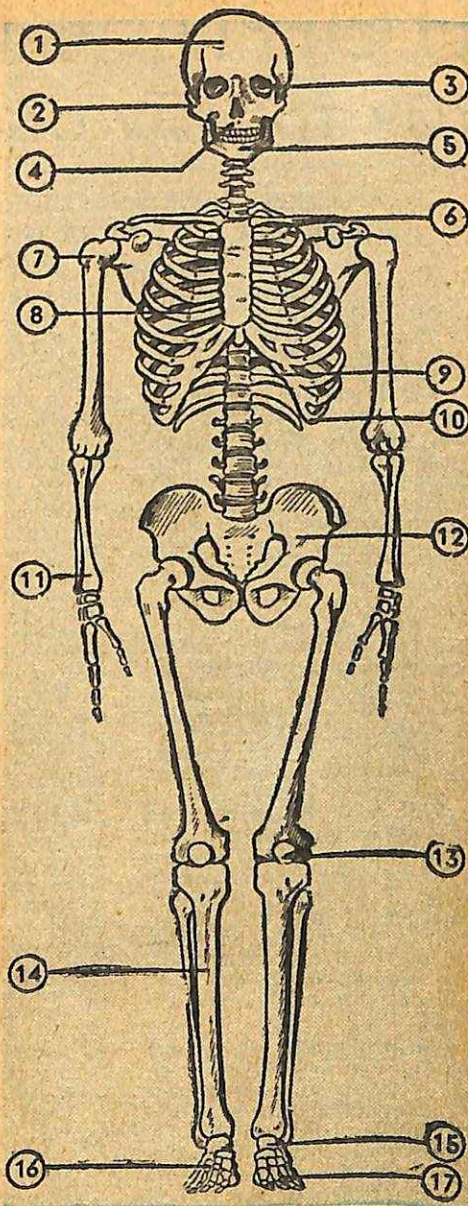
9) Ο παρατεινόμενος ύψηλος ή και
χαμηλός πυρετός.

10) Το σταματήμα ή η άξιοπρόσε-
κτη ελάττωσι ή αύξησι των ούρων.

Κάτω απ' αυτές τις προϋποθέσεις,
καλέσετε κατά κανόνα τον γιατρό.
Μη πειραματίζεσθε μόνη σας. Είναι
τις περισσότερες φορές επικίνδυνο για
τον αρρώστο σας.

τάσασι του τόπου του ατύχηματος,
κυρίως αν βρεθούμε υποχρεωμένοι να
μεταφέρωμε από τον τόπο αυτόν το
θύμα. 3) Τα συμπτώματα που παρου-
σιάζει από την πρώτη στιγμή το θύμα
και εξακολουθητικά μέχρι της άφίξεως
του γιατρού. Δηλαδή τί όψι είχε, αν
ήταν ώχρο, πολύ ή λίγο, αν τα χείλη
του, τα ούλα του και το έσωτερικό
των βλεφάρων του ήταν ώχρο, ή όχι.

Ακόμη, πώς ήταν ο σφυγμός του.
Κανονικά ο άνθρωπος πρέπει να έχη
60—80 σφύξεις σ'ε κάθε πρώτο λεπτό
της ώρας. Πρέπει ο σφυγμός να είναι
γεμάτος, να τον αισθάνονται αρκετά
δάκτυλά μας όταν τον εξετάζωμε,
να μη είναι άσθενικός, μόλις αντιλη-
πτός, αλλά ούτε και υπερβολικά έντο-
νος. Για να βρούμε το σφυγμό, θα ψη-
λάφωμε, με τα τέσσαρα δάκτυλα
του χεριού μας, την κερκιδική αρτηρία
του θύματος, δηλαδή την αρτηρία που
βρίσκεται κάτω από το κόκκαλο που
έρχεται σαν συνέχεια του μεγάλου δα-
κτύλου του χεριού. Θα προσέχωμε ν'
αρχίσωμε να πιέζωμε σιγά - σιγά, δη-
λαδή στην αρχή ελαφρότερα και λίγο
λίγο περισσότερο αυτή την αρτηρία.



ΠΡΟΣΘΙΑ ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ

1. Μετωπιαίον όστούν. 2. Ζυγωματικόν
όστούν. 3. Οφθαλμικός κόγχος. 4. 'Α-
νω σιαγών μετά των όδόντων. 5. Κάτω
σιαγών μετά των όδόντων. 6. 'Οστούν
της κλειδός. 7. Στέρνον. 8. Πλευραί. 9.
Πλευρικό χόνδροι. 10. Πλευρικών τόνων.
11. Κερκίς. 12. 'Οστούν της λεκάνης (ή
λαγόνιον όστούν). 13. 'Επιγονατίς. 14.
'Οστούν της κνήμης. 15. Ταρσός. 16.
Μετατόριον. 17. Δάκτυλοι του ποδός.

Τότε θα βρούμε άσφαλώς το σφυγμό.

Έξ ίσου χρήσιμο είναι να μετρή-
σωμε τίς άναπνοές του θύματος, που
στον φυσιολογικό άνθρωπο είναι 10—
20, το πολύ, σ'ε κάθε πρώτο λεπτό της
ώρας. Εύκολα θα τίς μετρήσωμε, αν
ακουμπήσωμε την παλάμη μας στο
στήθος του θύματος. Να έχωμε μόνο
ύπ' όψι μας ότι κάθε άναπνοή περιέ-
χει και την εισπνοή και την έκπνοή,
ώστε να μη κάνωμε το λάθος να μετρή-
σωμε διπλά, υπολογίζοντας τίς εισ-
πνοές και τίς έκπνοες χωριστά, για
ολόκληρες άναπνοές.

Θα προσέχωμε επίσης την κατά-
στασι της διανοίας του θύματος, αν
δηλαδή από το άτύχημα έχασε τίς
αίσθήσεις του, ή το μυαλό του, πόσο
κράτησε αυτό, ή αν κρατάη ακόμη

κ.τ.λ. 'Αν το θύμα έπαθε σπασμούς
κι' αυτό πρέπει να το ξέρωμε.

Θα εξακριβώσωμε, τέλος, το μέρος
του σώματος που τραυματίσθηκε το
θύμα, —αν πρόκειται περί τραυματι-
σμού— και την κατάστασι του τραύ-
ματος, αν έχη τοπική αίμορραγία, με-
γάλη ή μικρή, αν το τραύμα σκεπάσθη-
κε από χώματα, αν μέσα στο τραύμα
χώθηκαν κομμάτια από ύφασμα κ.τ.λ.,
αν το θύμα έφτυσε αίμα (αν έπαθε αι-
μόπτυσι), ή αν εξέρασε αίμα (αν έ-
παθε αιματέμεσι) ή αν άποπάτησε
αίμα (αν έπαθε έντερορραγία), μαύ-
ρο ή ζωηρό κόκκινο.

Όλα αυτά είναι απαραίτητα για να
μπορέσωμε να προσφέρωμε στο θύμα
εύστοχα τη βοήθειά μας, αλλά και πο-
λύτιμα σαν πληροφορίες που θα δώ-
σωμε στο γιατρό.

2

**Υποδιαίρεσι του ανθρώπινου
σώματος**

Για να μπορούμε να έχωμε κατατο-
πισθή όσον αφορά και τη σωματική
χώρα που υπέστη μια βλάβη και τη
βαρύτητα της βλάβης αυτής και τον
τρόπο με τον οποίο πρέπει να ενεργή-
σωμε, σ'ε περίπτωση ατύχηματος, πρέ-
πει απαραίτητα να ξέρωμε, έστω και
σ'ε άδρες γραμμές, το ανθρώπινο σώ-
μα.

Σύμφωνα λοιπόν με μια άδρα υπο-
διαίρεσι, το ανθρώπινο σώμα άποτε-
λείται από την κεφαλή, τον αυχένα,
τον κορμό και τα άκρα. Έχει επίσης
δύο κύριες επιφάνειες, την προσθία
και την όπισθια, και δύο πλάγιες, τη
δεξιά και την άριστερή.

Στην προσθία του επιφάνεια διακρί-
νομε: 1) Στην κεφαλή, από πάνω
προς τα κάτω, τη μετωπιαία χώρα,
που αντιστοιχεί στο μετωπιαίο όστούν,
τα μάτια, με τίς κόγχες τους και τα
φρύδια, τη μύτη, πλάι σ' αυτήν, δεξιά
κι' άριστερά, τίς ζυγωματικές χώρες
(μήλα), που αντιστοιχούν στα δύο
ζυγωματικά όστα, το δεξιό και το άρι-
στερό, κάτω απ' τη μύτη την άνω σια-
γώνα, με τα δόντια της και το άνω χεί-
λος (χείλι), άμέσως πιο κάτω την κά-
τω σιαγώνα με το κάτω χείλος και τέ-
λος, ανάμεσα στις δύο σιαγόνες, την
κοιλότητα του στόματος, με τη γλώσ-
σα. 2) Στον αυχένα διακρίνομε την
τραχηλική χώρα, πίσω από την οποία
υπάρχουν στο κέντρο ο λάρυγγας και
στα πλάγια μεγάλα αίμοφόρα αγγεία
(καρωτίδες, σφαγιτίδες), καθώς και
νεύρα σημαντικά.

3) Στον κορμό, από τ' άπάνω προς
τα κάτω, διακρίνομε τίς κλειδές, δύο
όστα, που έκτείνονται από το κέντρο
(στέρνο, σφαγή) προς το άνωτερο ά-
κρο των χεριών, τίς πλευρές, δεξιές κι'
άριστερές και στο μέσο το στέρνο,
ένα κόκκαλο, που έκτείνεται σαν σπα-
θι κάθετο, από επάνω προς τα κάτω.
'Όλα αυτά που αναφέραμε, διαγρά-
φουν, στην προσθία επιφάνεια του σώ-
ματος, την έκτασι του θώρακος του
ανθρώπου μέσα στον οποίο βρίσκον-
ται οι πνεύμονες, δεξιός, με τρία φύλ-
λα (λοβούλ) κι' άριστερός, με δύο,
που περιβάλλονται από μια διπλή με-
μβράνη, που λέγεται υπεζωκάς, στο
κέντρο δε και λίγο άριστερά ή καοδιά,
που κι' αυτή περιβάλλεται από διπλή
μεμβράνη, το περικάρδιο. Υπάρχουν
ακόμη μέσα στο θώρακα διάφορα με-
γάλα αγγεία, που ξεκινούν από την
καρδιά (αορτή, πνευμονική αρτηρία)

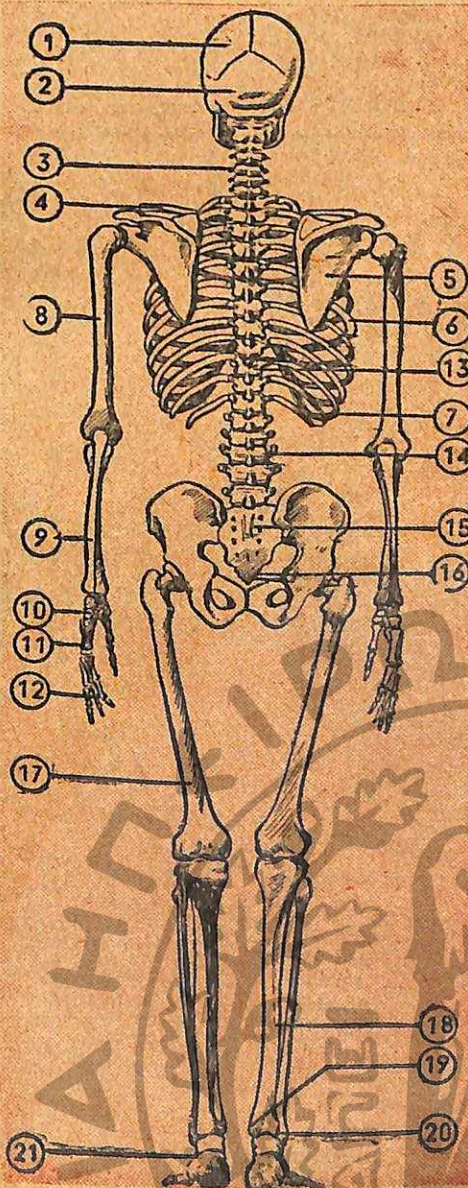
και διάφορα άλλα όργανα (τραχεία,
μεγάλοι βρόγχοι, οισοφάγος γάγγλια
κ.τ.λ.).

Ο θώραξ χωρίζεται από τον υπό-
λοιπο κορμό με ένα μυώδες χώρισμα,
που λέγεται διάφραγμα.

Κάτω από το διάφραγμα βρίσκον-
ται τα δύο υποχόνδρια, δεξιό και άρι-
στερό, χώρες μέσα στις οποίες υπάρ-
χουν τα υποχόνδρια σπλάχνα, δηλαδή
το ήπαρ (σηκότι) δεξιά και ο σπλήν
(σπλήνα) άριστερά.

Το ήπαρ καταλαμβάνει την έκτασι
από την όη πλευρά ως το πλευρικό
τόσο (τέλος των πλευρών) και κατ'
ευθείαν, όριζόντια, από εκεί ως το ά-
ριστερό υποχόνδριο. Ο σπλήν από
την 9η άριστερή πλευρά ως το άριστε-
ρό υποχόνδριο.

Ανάμεσα στα δύο υποχόνδρια και



ΟΠΙΣΘΙΑ ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ

1. Βρεγματικόν όστούν. 2. Ίνιακόν ό-
στούν. 3. Αύχενική μοίρα σπονδυλικής
στήλης. 4. Κλεις. 5. 'Οστούν της ώμο-
πλάτης. 6. Πλευραί. 7. Ψευδοπλευραί.
8. Βραχιόνιον όστούν. 9. Ώληνη. 10.
Καρποί. 11. Μετακάρπιον. 12. Δάκτυλοι
χειρός. 13. Θωρακική μοίρα σπονδυλικής
στήλης. 14. 'Οσφυϊκή μοίρα σπονδυλικής
στήλης. 15. Ίερν όστούν. 16. Κόκυξ.
17. Μηριαίον όστούν. 18. Περνίον. 19.
'Εσω σφυρόν. 20. 'Εξω σφυρόν. 21. 'Ο-
στούν της πτέρνης.

ως τον όμφαλό, έκτείνεται ο στόμαχος
(στομάχι) και η χώρα που καταλαμ-
βάνει λέγεται επιγάστριο.

Κάτω από τον όμφαλό και ως τα
σκέλη (ήβική σύμφυσι), βρίσκεται η
χώρα του υπογαστρίου (υπογάστριο),
που φιλοξενεί τα έντερα με το έπι-
πλουν (ξυγγι, πόλιν) κι' ακόμη χα-
μηλότερα την ούροδόχο κύστι και τίς
γυναικές τη μήτρα, με τίς παράπλευ-
ρες σ' αυτήν σάλπιγγες (ώαγωγούς)
και ωθήκες. Στους άνδρες, κάτω από
την ήβική σύμφυσι και μεταξύ των δύο
σκελών βρίσκονται οι όρχεις (οί γεννη-
τικοί τους αδένες), μέσα στη θήκη
τους, το όσχεο, και το πέος.

Η δεύτερα αυτή κοιλότης του κορ-
μού, όλη μαζί, λέγεται κοιλιά ή γασ-
τήρ, περιέχει δε, όπως είδαμε, σπου-
δαιότατα όργανα, που περιβάλλονται
από ένα διπλό ύμένα, που λέγεται πε-
ριτόναιο και που είναι πολύ εύπαθής
στις διάφορες μολύνσεις. Στην όπι-
σθία επιφάνεια του σώματος διακρί-
νομε, κατά σειρά, από πάνω προς τα
κάτω, τίς ακόλουθες χώρες:

1) Στο κεφάλι, την ίνιακή χώρα,
που αντιστοιχεί στην έκτασι του ίνια-
κού όστού.

2) Την όπισθία επιφάνεια του αυ-
χένα, με τους έπτά αύχενικούς σπον-
δύλους.

3) Την όπισθία επιφάνεια του θώ-
ρακος, με τους δώδεκα θωρακικούς
σπονδύλους και τίς δώδεκα πλευρές,
από τίς οποίες οι δέκα πρώτες λέγου-
ται γνήσιες και φθάνουν ως εμπρός
στο στέρνο, με το όποιο ενώνονται με
μικρότερο, ή μεγαλύτερο (δσο πιο
κατώτερες είναι) χόνδρο (τραγανό)
και οι δύο τελευταίες λεγονται νόθες,
ή ψευδοπλευρές, γιατί είναι μικρές και
καταλήγουν σ'ε ελεύθερο άκρο, χωρίς
να ενώνονται με το στέρνο.

Στο άνωτερο άκρο της όπισθίας έ-
πιφανείας του θώρακος διακρίνομε τίς
ώμοπλάτιες χώρες, που αντιστοι-
χούν στα δύο όστα της ώμοπλάτης, το
δεξιό και το άριστερό.

4) Στην όσφυϊκή χώρα, με τους
πέντε όσφυϊκούς σπονδύλους, που στο
άνωτερο άκρο της, δεξιά και άριστερά
από τη σπονδυλική στήλη, κατασκη-
νούν οι δύο νεφροί, ο δεξιός και ο άρι-
στερός.

5) Την όπισθια λεκάνη, ή ιερολα-
γόνιο χώρα (ή γλουτούς), που κατα-
λαμβάνει την έκτασι των δύο λαγόνιων
όστών, με το ιερν όστούν στη μέση
και συνέχεια προς τα κάτω τον κόκυ-
γα (ούρίτσα).

Όλοι οι σπόνδυλοι, οι αύχενικοί,
οι θωρακικοί, οι όσφυϊκοί, μαζί με το
ιερν όστούν και τον κόκυγα συναπο-
σιμεύει σαν κεντρικό στήριγμα του
σώματος και περικλείει τον νωτιαίο
εγκέφαλο.

Κατά τα πλάγια, το ανθρώπινο σώ-
μα χωρίζεται, κι' από τίς δύο πλευ-
ρές, από πάνω προς τα κάτω, κατά
μεν την κεφαλή, τίς βρεγματικές χώ-
ρες, που αντιστοιχούν στα δύο βρεγ-
ματικά όστα, το δεξιό και το άριστε-
ρό, στις κροταφικές χώρες (κροτά-
φους, μηνιγγια), που αντιστοιχούν
στα δύο κροταφικά όστα, το δεξιό και
το άριστερό και στις παρείς (μά-
γουλα).

Κατά τον κορμό διακρίνομε τίς μα-
σχαλιαίες χώρες, με τα μεγάλα τους
αίμοφόρα αγγεία και νεύρα και τίς
κάτω τους λαγόνες.

Η ΣΥΝΕΧΕΙΑ: Στο επόμενο.

ΥΔΡΑ:

Ο Κύκνος του Αργολικού

ΚΑΘΕ τόπος έχει πάντοτε δυό όψεις. Την όψη της χαράς και την όψη του πόνου. Έτσι κι η Ύδρα. Δεν ήταν άλλοστε δυνατό να αποτελέσει εξαίρεση. Και τούτο γιατί παντού υπάρχουν πλούσιοι και φτωχοί, ανεργοί και εργαζόμενοι. Έτσι το ωραίο νησί τ' Αργολικού με τα κάτασπρα του σπιτάκια, κάτασπρα από το μανιβάδες ασβεστομαζών που γίνεται καθημερινά από τις περιόψεις για το νοικοκυριό τους Ύδραϊσες — έχει κι' αυτό τις δυό όψεις του. Με τη διαφορά ότι δεν υπάρχει καμμία, μα καμμία απολύτως καμμία σύγκριση γύρω από τις δυό όψεις.

Ο πόνος της εργασίας έχει πολύ μεγαλύτερη έκταση απ' τη χαρά. Πρωί - πρωί οι Ύδραϊοι, ανεξάρτητα από το είδος του επαγγέλματός τους, ξυπνούν και κατεβαίνουν στην παραλία για τις δουλειές τους. Πρώτοι φυσικά είναι οι ψαράδες. Πολύ πριν ξημερώσει, χαρούμενοι και γελαστοί, μπαίνουν στα καΐκια τους και ξεκινούν για την ύγρη έκταση που θα τους δώσει το μεροκάματο. Τό ψωμί τής οικογένειάς τους. Και η συνέχεια... Η χαρούμενη Ύδραϊκή συνοδεία κατεβαίνει από τα ολόκαθαρα σκαλιά του νησιού για ν' άρχισαν τον καθημερινό μόχθο. Αυτή είναι η αίσια ζωή του Ύδραϊου. Τίποτε περισσότερο. Μόνο την Κυριακή έχει μια μικρή αλλαγή σκηνοθεσίας. Ένας περίπατος στο «Περίπτερο» ή στο μάλο τώρα το καλοκαίρι, είναι η όψη της χαράς!! Πόσο φτωχή όμως. «Το «Περίπτερο», που είναι κάτω από το σπίτι του Κουντουριώτη, και που βλέπει κανείς όλη τη θάλασσα του Αργολικού, έχει μια αρκετά καλή περιφέρεια από πεύκα στο τέλος της οποίας σχηματίζεται μια μικρή πλατεΐτσα που στο πεζούλι της είναι στημένη ένδεκα κανόνια. Λίγο πιο κει, πάνω σ' ένα βάθρο, άλλα δώδεκα χαλκίνα μικρά κανόνια μας γυρίζουν νοερά σε μια παλιά ένδοξη εποχή: Είναι τα δώδεκα κανόνια της Ναυαρχίδας του Μιαούλη. Οι κάτοικοι του νησιού όταν περνούν απ' εκεί ρίχνουν στοργικά τα βλέμματά τους, όλο αγάπη, προς τα άψυχα αυτά όντα που τους έδωσαν την ελευθερία. Νά, ολόκληρο το πρώτο μέρος της κυριακάτικης σκηνοθεσίας, του περιπάτου των Ύδραϊων.

Ο «μάλος» άρχίζει από την παραλία, και περνά μπροστά από το λιμεναρχείο. Δεν παρουσιάζει τίποτα το εξαιρετικό. Από το μεγάλο ατέλειωτο δρόμο, που φθάνει το «Μαδράκι», και που δεν είναι τίποτα άλλο από τα ναυπηγεία του νησιού, βλέπει κανείς την ίδια τοποθεσία. Τη θάλασσα. Την άπέραντη θάλασσα. Άπέναντι πάντοτε η Πελοπόννησος, στις άκρες της οποίας διακρίνει κανείς καθαρά τα μετόχια των Μοναστηριών και τα εύφωρα χρώματα. Στο βάθος οι Σπέτσες

— το άλλο Ιστορικό νησί — και δεξιά τα «Τσελεβένια» και τα βράχια που έπαιξαν σημαντικό ρόλο στην ιστορία των νησιών. Απ' εκεί οι Ύδραϊοι έβλεπαν ποιοι έρχονταν προς το μέρος του νησιού των. (Από το αντίθετο μέρος ήταν αδύνατο να εισέλθω ο έχθρος, γιατί υπάρχουν οι Σπέτσες). Και σαν ήταν ο στόλος του κατακτητού, τα πυροβολεία είχαν το λόγο. Στο δρόμο αυτό τίποτα άλλο από θράχια δεν υπάρχει, και από το καλοκαιρινό καφε-νεδάκι του περιπτερού.

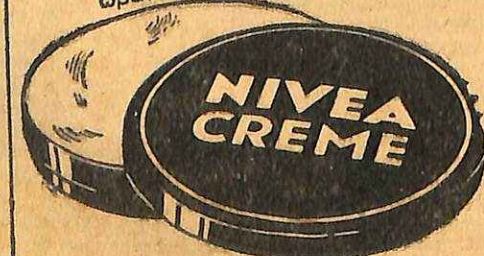
Πόσο ήσυχη ζωή! Υαίρις το θόρυβο της μεγαλουπόλεως. Ζούν σαν άνθρωποι. Άνθρωποι που δεν σκέπτονται τίποτα περισσότερο από τον εαυτό τους και το μέλλον των παιδιών τους. «Ήσυχοι, υπερέφημοι, γιά τ' απάτητο από τον κατακτητή νησί τους, οι Ύδραϊοι είναι πολύ εύτυχεις από πολλές απόψεις. Το νησί τους είναι φτωχό. Και μοχθούν για να ζήσουν. Είναι όμως εύχαριστημένοι...

ΣΤΡ. ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ



Μην έκτιθεσθε ποτέ χωρίς NIVEA

αυτό να το προσέχετε γιατί ο ήλιος και ο αέρας αφαιρούν από το δέρμα τα άμυντικά του συστατικά και το ξηραίνουν. Η κρέμα NIVEA προλαμβάνει τις βλαβερές αυτές επιδράσεις χάρις στην EUCERIT που έχει συστατικά του δέρματος, εισδύει βαθειά στους ιστούς του άφωμιώνεται και το αναζωογονεί. Έτσι με τη NIVEA το δέρμα διατηρείται υγρό και νέο, περιποιημένο και δροσερό.



Η κρέμα NIVEA του Γερμανικού Έργαστηρίου P. BEIERSDORF & Co πωλείται τώρα και σε κυτία των 20 και 50 γραμ.

Η ΜΥΡΤΩ άπαντά:

ΛΟΥΙ-ΖΑ, Καβάλα.— Νομίζω πως πρέπει να δάλης κάποιο χαλινό στη ζωή και στα αισθήματά σου. Έτσι θα σε σεβασθή κι' αυτός που αγαπάς και δεν θα σου φέρεται μ' αυτόν τον τρόπο. Να κρατήσεις λίγο τη θέση σου και να είσαι θεαία πως αν σ' αγαπά πραγματικά θα διορθωθί κι' αυτός. Αν όχι θα χωρίσετε, αλλά αυτό είναι καλύτερα να γίνει όσο το δυνατόν συντομότερα αφού θα γίνει κάποτε.

ΠΟΝΗ ΠΟΥ ΠΟΝΩ.—Με συγκίνησε πολύ αγαπητή μου φίλη το γράμμα σου πάλι. Άραγε να το έγραψες ένα γράμμα στο όποιο να του έλεγες ποσο θαθεία τον εκτιμούσες, ποια είναι τα αισθήματά σου, και ποσο θα ήθελες να ξέρεις τα δικά του απέναντί σου; Για σκέψου το αυτό κι' αν το βρίσκεις πως είναι δυνατόν να φέρη κανένα αποτέλεσμα, μη διστάσης. Πάντως κάτι πρέπει να κάνεις για να βγής απ' αυτή την άοριστη. Έγώ θα προτιμούσα να επιδιώξης μια συνάν-

τησι και να του μιλήσης η ίδια. ΜΙΚΡΗ ΜΠΑΛΑΡΙΝΑ.— Γιατί τόσο διαστική, αγαπητή μου φίλη; Γιατί τόσο ανυπόμονη; Αφού εσύ βρίσκεις τρόπο να του γράφεις νομίζεις πως δεν μπορεί εκείνος να δρή; Συγκρατήσου λοιπόν και περίμενε.

ΒΑΝΙΑ ΚΩΝΣΤΑ Μ.—Με συγκίνησε πολύ η περίπτωση σου, αγαπητή μου φίλη, αλλά θα μου επιτρέψεις να σε μαλώσω. Το ζήτημα της φτώχειας δεν πρέπει να το θεωρήσεις μειονέκτημα. Άλλωστε η απασιοδοξία κι' η μελαγχολία δεν μας βοηθεί να κερδίσουμε στη ζωή. Ο αγαπημένος σου φαίνεται πως σ' αγαπά πολύ αλλά έχει ώριμμένα εμπόδια που δεν τον αφήνουν να πραγματοποιήσει την ένωση σας. Οι διαφορές μεταπτώσεις του εξηγούνται στο ότι πιθανόν να προσπαθή να σε εχώσει αλλά δεν μπορεί. Να συνεχίσεις να του φέρεσαι με την ίδια στάση κι' είμαι θεαία πως τελικά θα τον κερδίσεις. Όταν ξαναβρεθίτε μόνοι δώσε του να καταλάβη πως τον αγαπάς κι' εσύ πολύ αλλά πρόσέξε να είσαι συγκρατημένη γιατί εκείνο που δεν πρέπει ποτέ παντός να χάσεις είναι η εκτίμησή του. Σαν αγράμμο μου.

Α.Γ.Κ.— Απευθυνθήτε στο Έλληνο - Αμερικανικό Κολλέγιον Θηλέων, Έλληνικό, Άθηνες και ζητήσετε κανονισμό και πληροφορίες. Είναι το καλύτερο σχολείο Θηλέων απ' όσα ξέρω. Επίσης στο Άρσάκειο, Ψυχικό, Άθηνες.

ΜΙΑ ΑΠΙΘΑΝΗ ΥΠΑΡΕΙΣ.— Σας απήντησα ιδιαίτερας. ΝΑΝΤΙΑ 5.— Δυστυχώς, δεν έχω υπ' όψη μου καμμία τέτοια σχολή και δεν μπορώ να σου δώσω τις πληροφορίες που ζητάς. ΑΝΥΠΟΜΟΝΗ ΚΑΡΔΙΑ. 3.— Γράψετε στον Οίκο Φοιτητρίας, Καπλανών 11, Άθηνες και θα σας δώσουν τις πληροφορίες που θέλετε.

ΗΣΥΝΤΑΚΤΙΣ ΤΗΣ ΜΟΔΑΣ άπαντά:

ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΗ — Κύπρος.— Το δείγμα που μου στέλνετε είναι κατάλληλο για θραυνό ταγιέρ που θέλετε να κάνετε. Φυσικά θα πρέπει να το κάνετε κάπως άμυγέ, όχι με τσέπες σπόρ, πέτα ανδρικά κλπ.

«ΜΙΑ ΑΝΑΓΝΩΣΤΡΙΑ Γ. Κ.».— Έλασα τώρα τη δεύτερη επί στολή σας. Όπως θα είδατε έλπιώ, οι απαντήσεις στο προηγούμενο γράμμα σας, δημοσιεύτηκαν ήδη στο περασμένο μας τεύχος αρ. 91. Άρα το γράμμα σας δεν παράσπε, άλλως άργήσαμε να το λάβουμε, πόος έζρει γιατί.

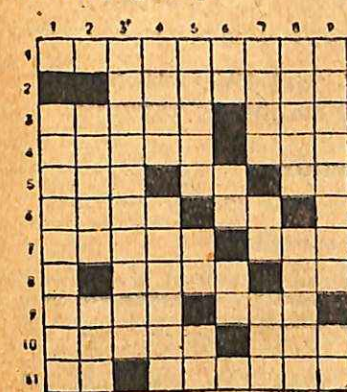
Ι. Π. Κ.— Βεβαίως να την κάνετε μαύρη τη φούστα. Το μαροκαίν που σκέπτεσθε να πάρετε είναι καλό. Τα πλισέ παχαίνουν βεβαία κάπως, αλλά είναι ωραία. Άν μάλλον δεν έχετε υπερβολικούς γοφούς θα σας πηγαίνουν. Το σολέιγ με τρία μάκρη είναι της μόδας. Άν όμως το σκέτο πλισέ σας πηγαίνει να το προτιμήσετε. Φοριέται πολύ.

Α. Μ. ΠΑΤΗΣΙΑ.— Το άσπρο ντε-μιές-ταγιέρ είναι πολύ ωραίο, αλλά λερώνεται πολύ εύκολα και πρέπει να το διατηρήτε συνεχώς φρέσκο. Δεν ξέρω κατά πόσον θα σας εξυπηρετήση. Ίσως θα ήταν καλύτερο το λαβωλεμονι που λέτε. Να ξέρετε όμως ότι κάτι πιο σκούρο θα σας κομψαίνει περισσότερο. Το δείγμα που μου στέλνετε είναι πολύ ωραίο. Συμφωνά απόλυτως με τη μπλούζα που θέλετε να κάνετε. Χρήσιμο κι' ένα μολερό από πανό.

ΑΝΤΙΓΟΝΗ ΠΑΤΟΥΛΑΤΟΥ.— Διαβίσαμε τις ερωτήσεις στον διακοσμητή ο οποίος μας έλεγε τα έληξ: Κουρίνα και κρεβάτι από χαρούμενη κρετόνα με βολάν. Για τη σαλονοτραπέζα από βουλαλά ή ναντέλα. Το ντενάν της σάλας με κρετόν. Είς το μέλλον να γράφετε απ' εθείας στον συνεργάτη που θέλετε γιατί έτσι σημειώνεται άνωμαλία.

ΠΕΡΝΑΤΕ ΤΗΝ ΩΡΑ ΜΑΘΑΙΝΟΝΤΑΣ

Το σταυρόλεξο



ΟΡΙΖΟΝΤΙΩΣ

- 1) Δίδεται η παίρνεται.
- 2) Ό,τι ξεδύει κανείς.
- 3) Άθροισμα της έπαρχίας — Μ' ένα γιώτα πίνεται.
- 4) Τούρκος Σουλτάνος — Έπαναλαμβανόμενον γίνε τ α παικνίδι (άντιστρ.).
- 5) Σύνδεσμος — Υποθετικών — Αντίστροφον μόριον.
- 6) Γυναικείον όνομα — Ό πρόγονος του γουρουνιού μας.
- 7) Δίδονται ως αντάλλαγμα — Όργανισμός.
- 8) Σερβική πόλις — Μόριον.
- 9) Δείχνει — Είναι μαύρος.
- 10) Στο μυαλό μας υπάρχουν δυό σαν κι' αυτή — Νότα.
- 11) Έργον του ή Καννίττα — Δεν είναι ο καθένας μεγάλος

ΚΑΘΕΤΩΣ

- 1) Μία...πτέρνα.
- 2) Ένα λεφτά — Μεταφορικώς λέγεται και επί κινήματογραφικών αστέρων.
- 3) Ό Κοραής.
- 4) Χρήσιμο σε πολλά παιχνίδια — Ήταν ή Άελλώ.
- 5) Αυτά δεν κόβονται — Τα συναντάς σε εταιρείες — Σύνδεσμος.
- 6) Βυζαντινή νότα — Γράμμα — Δίδονται ως εγγυήσεις προφερόμενα.
- 7) Διεθνής γλώσσα — Νότα — Ένα «υ» του λείπει για να γίνη ξένον όνομα.
- 8) Έχει νερά και βλάστησιν — Τάξις.
- 9) Άμερικανικός ποταμός — Στρατηγός της Γαλλίας. Έπαναστάσεις.

Το ξέρετε αυτό;

- 1) Από πού άνωμάσθηκε έτσι ή Βολιβία;
- 2) Τα χείλια είναι δηλητηριώδη;
- 3) Ποιές ήσαν οι έξη γυναίκες του Έρρίκου ΥΙΙΙ της Άγγλιας;
- 4) Ποιά ήταν το άληθινό όνομα της Γεωργίας Σάνδη;
- 5) Σε ποιά περίπτωση έλεχθη ή Ιστορία ή φράσις: «Κλάψε σαν γυναίκα ό,τι δεν μπορείς να υπερασπίσης σαν άνδρας!»;
- 6) Πότε ίδρύθη το σημερινό Βασίλειο του Βελγίου;
- 7) Όταν γεννιούνται δυό διδυμα άδέλφια, ποιά από τα δυό θεωρείται πρεσβύτερο, σύμφωνα με το νόμο;

ΑΠΟ ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ;

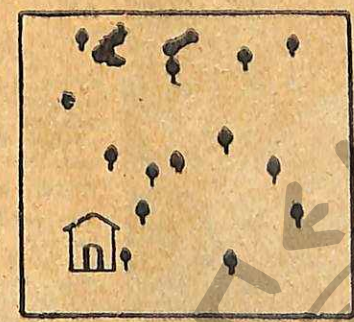
• Μπορείτε, μέσα σε 8 λεπτά, να βρήτε ποιός είναι ο τόπος καταγωγής των φυλών που αναφέρονται στην άριστερή στήλη του κειμένου; Όπως βλέπετε, άριστερά αναφέρονται 14 διάφορες φυλές της γής — παλιότερες και σύγχρονες — και δεξιά ισάριθμες χώρες. Προσπαθήστε λοιπόν, με τις γνώσεις που έχετε, να συνδυάσετε φυλές και χώρες. Άν επιτύχετε να βρήτε τις 10 απ' αυτές σωστά, μπορείτε να είσθε υπερέφημοι για τις έθνογραφικές γνώσεις σας.

- 1 Αιολείς
- 2 Ότεντότοι
- 3 Άζτέκοι
- 4 Φιλισταίοι
- 5 Σαμουράι
- 6 Μαγουρόι
- 7 Μαορι
- 8 Νορμανδοί
- 9 Φαρισάιοι
- 10 Παπούοι
- 11 Καληδόνιοι
- 12 Άρκάδες
- 13 Βεδουΐνοι
- 14 Βουργουνδοί

- α Άαπωνία
- β Έλλάς
- γ Όκεανία
- δ Σκωτία
- ε Μικρά Άσία
- στ Νέα Ζηλανδία
- ζ Μεξικό
- η Ρηνανία
- θ Ούγγαρία
- ι Νότιος Άφρική
- κ Νορβηγία
- λ Άραβία
- μ Ιουδαία
- ν Κρήτη



Ο σκύλος και το κόκκαλο



Εσκινώντας από τη φωλιά του, ένας σκύλος πηγαίνει να βρή κάποιο κόκκαλο που βρίσκεται στην άλλη άκρη ενός οικοπέδου όπου υπάρχουν αρκετά δένδρα. Ό σκύλος βρίσκει το κόκκαλο μόνο στο τέλος του περιπάτου του, και αφού έσταμάτησε επί μερικές στιγμές στη ρίζα του κάθε δένδρου. Το παράξενο είναι ότι ο σκύλος, πηγαίνοντας με εθεία διαδρομή από το ένα δέντρο στο άλλο, δεν διασταύρωσε σε κανένα σημείο μια διαδρομή που την είχε ήδη κάνει. Μπορείτε να χαράξετε τη διαδρομή του;

Παρατηρητικότητα

Παρατηρήστε προσεκτικά την ακόλουθη σειρά αριθμών. Ποιό τρείς αριθμοί πρέπει λογικώς να προστεθούν στη σειρά αυτή;

8 4 12 27

Τα τραίνα

Ένα έμπορικό τραίνο, διασχίζει μια ώριμμένη διαδρομή με μέση ταχύτητα 36 χιλιομέτρων την ώρα. Όκτώ μέρες άργότερα πραγματοποιείται το ίδιο ταξίδι από άλλο τραίνο, αυτή τη φορά όμως με μέση ταχύτητα 27 χιλιομέτρων. Ό μηχανοδηγός εξασκίδωνει ότι το τραίνο αυτό χρειάστηκε 50 λεπτά της ώρας περισσότερα για να διατρέξη το διάστημα. ΠΟΣΟ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΜΗΚΟΣ ΤΗΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ;

Λεξιγριφος

Κάποια νότα βάλε πρώτα, μετά πρόδεσι... και στάσου! Κίττα τώρα: παλιά χώρα της Άσίας είν' μπροστά σου.

ΣΤΑΥΡΟΙ ΜΕ ΣΠΙΡΤΑ



Πάρετε 12 σπάρτα, αριθμήστε τα από το 1 ως το 12 και βάλετέ τα στη γραμμή, όπως δείχνει το σχήμα. Προσπαθήστε κατόπιν να σχηματίσετε έξη σταυρούς, έχοντας υπ' όψιν, ότι για να κάνετε ένα σταυρό, πρέπει να

χρησιμοποιήσετε ένα σπάρτο και κατόπιν το τρίτο μετά απ' αυτό. (Για κάθε σταυρό χρειάζονται, φυσικά, 2 σπάρτα). Π.χ. για να γίνη ένας σταυρός, αν ξεκινήσετε από τον αρ. 1, θα χρησιμοποιήσετε για δεύτερο σπάρτο το 4.

Τ'ο πατρόν μας

ΤΟΥ 18^{ου} ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΟΣ

Αυτό το φόρεμα έχει ξεχωριστή πρωτοτυπία και κάτι ακόμη που δεν έχουν τ' άλλα φορέματα: Αυτή η μεγάλη φάσα από άλλο χρώμα είναι πρόσθετη στο φόρεμα και έτσι μπορείτε του χρόνου να την αφαιρέσετε. Κατ' αυτό τον τρόπο θα έχετε και πάλι μια καινούργια εμφάνιση. Να προτιμήσετε ύφασμα με πούα μεγάλα ή έμποιμ με άραια σχέδια.

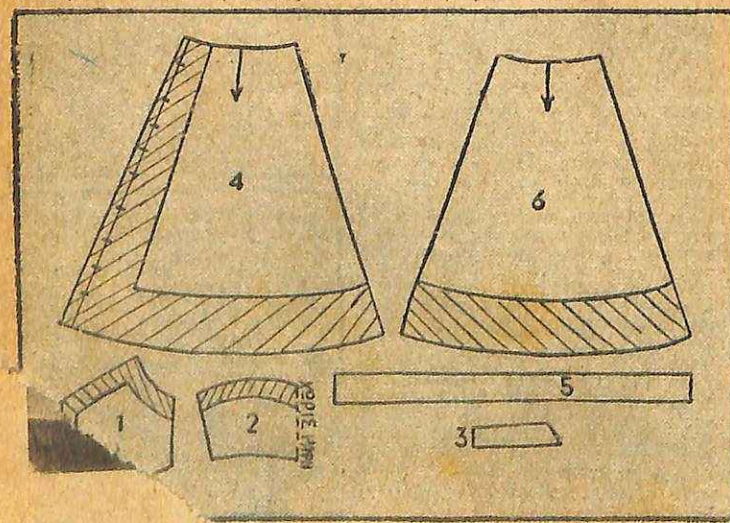
Εξήγησις

Το πατρόν αποτελείται από 4 κομμάτια: υπ' αριθ. 1, 2, 4 και 6. Τα κομμάτια υπ' αριθ. 3 και 5 τα οποία σας δίδουμε στο μικρό μέγεθος των κομματιών του πατρόν, είναι: Οί μόνες του κορσάκι και του μπροστινού της φούστας, τα οποία θα κόψετε ανάλογα με τα κύρια κομμάτια. Όλα τα κομμάτια του πατρόν θα κοπούν από δυο φορές, εκτός από το κομμάτι υπ' αριθ. 2 του κορσάκι της πλάτης το οποίο θα κοπεί διπλό χωρίς ραφή στη μέση. Τα μέτρα που σας δίνουμε είναι για σώμα: περιφέρεια στήθους 96—98 εκατ. και περιφέρεια μέσης 68—70 εκατ. Θα χρειασθήτε 6 πηχ. ύφασμα με 90 εκατ. φάρδος από το εμπριμέ και δυο μέτρα της φούστας από το μονόχρωμο ύφασμα για τις φάσες.

Εκτέλεσις

Βγάλετε όλα τα κομμάτια του πατρόν σε τσιγαρόχαρτο το καθένα χωριστά και σημειώστε την κάθε λεπτομέρεια του κάθε κομματιού. Αφού ετοιμάσετε όλα τα κομμάτια του πατρόν στο τσιγαρόχαρτο, διπλώστε το ύφασμα στη μέση του μακρούς και τοποθετήστε τα κομμάτια του πατρόν επάνω. Κόψετε τα αφιόνοντας επιπλέον τη ραφή του ραβίματος. Κατόπιν όπως τα έχετε διπλά, περάστε όλα τα σημάδια και στα δυο κομμάτια με τρύπωνια καθώς και ένα τρύπωνια γύρω - γύρω στο κάθε κομμάτι του πατρόν, αφιόνοντας μόνον τη ραφή του ραβίματος. Τρυπώστε τα κομμάτια της φούστας και του κορσάκι και κάνετε την πρώτη πρόβα. Κατόπιν κόψετε τη φάσα από το μονόχρωμο ύφασμα στο σημάδι που έχετε περάσει, αφιόνοντας επιπλέον ένα μικρό στριφωμάκι και από τις δυο μεριές της φάσας. Μετά, ενώστε τις ραφές της φάσας, γυρίστε στην εσωτερική και εξωτερική μεριά της φάσας το στριφωμάκι και τοποθετήστε την ακουμπισιά στο σημάδι που έχετε περάσει στη φούστα. Ετοιμάστε και τις φάσες του

κορσάκι κατά τον ίδιο τρόπο και επιπλέον μια λοξή διπλή λωρίδα για γύρω στο λαιμό. Βάλετε τις μόνες και κάνετε ρελιστές κομπότρες. Αν δεν θέλετε να κόψετε το ύφασμα του φουστάνιού σας, μπορείτε να βάλετε τα κουμπια ψεύτικα (δηλ. χωρίς να κρυμάνουν) και να βάλετε σουσέτες ή μακροέκλαιρ για κομπότρες.



ΣΥΜΒΑΙΝΟΥΝ και άλλοι!...

Για να προσελκύσει την πελατεία, ένα μεγάλο κατάστημα της Νέας Υόρκης άργάνωσε προ ημερών, στις αθήουσές του, την έκταξη μιας «Βασίλισσας» των Έρυθροδέρμων. Η επιτροπή απέτελειτο από τους άξιους άρχηγους μερικών από τις γνωστότερες φυλές ερυθροδέρμων, που ζουν πάντα στις Ηνωμ. Πολιτείες.

Για το πλήθος του κόσμου, των δημοσιογράφων, και των φωτογράφων που ήσαν παρόντες, δεν υπήρχε αμφιβολία για το ποιά θα έπρεπε να είναι η έκλεκτή: «Βασίλισσα» θα έπρεπε χωρίς αμφιβολία να εκλεγεί η γοητευτική «Μικρή Αχτίδα» του «Ηλιού», μια δημοφιλής ερυθροδέρμη νέα με μακρυά μαύρα μαλλιά και άμυγδαλωτά μάτια.

Φαίνεται, όμως, πως η όμορφη δεν αποτελεί το βασικό προσόν μιας βασίλισσας των «Ινδιάνων», αφού — προς γενικήν κατάπληξιν — οι σοφοί Έρυθροδέρμοι άρχηγοί με τις μακρές πίτες συνεκέντρωσαν την προτίμησή τους σε μια γυναίκα 45 ετών, με άδρα και άνδρικά χαρακτηριστικά και ξερακιανό πρόσωπο, της οποίας το όνομα αποτελεί... σωστό σιδηρόδρομο: «Εκείνη που είναι πάντοτε μόνη».

Μπρος στις ζωηρές διαμαρτυρίες της πελατείας και των προσκεκλημένων του, ο διευθυντής του καταστήματος προσπάθησε να έλθει σε συνεννόηση, να πείσει τους σεβάσιμους άρχηγους να εκλέξουν τουλάχιστον δυο «Βασίλισσες», για να ικανοποιήσουν τους πάντες. Άλλα τα μέλη της επιτροπής δεν θέλησαν να αποσπούν από την απόφασίν των, και απέφασαν να αποσυρθούν άμέσως, αν η έκλογή των δεν έγινε σεβάσθη.

ΛΙΓΕΣ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ ΑΠΟ ΕΝΑ ΤΑΞΙΔΙ

Η ευγένεια είναι στολίδι!

Στεκόμουν περιμένοντας στο πεζοδρόμιο στα «Ηλύσια Πεδία», το θαυμάσιο αυτό δρόμο του Παρισιού, και έβλεπα να περνούν διαρκώς από μπροστά μου μια αλυσίδα από αυτοκίνητα και στις δυο σειρές του δρόμου. Έξαφνα πρόσεξα δίπλα μου ένα γέρο κύριο και μια γρήνη κυρία, ασφαλώς αντρώγυνο, που κίνησαν, για να περάσουν στο αντίκρυνο πεζοδρόμιο. Αμέσως τότε η αλυσίδα των αυτοκινήτων κόπηκε, δηλαδή ένα αυτοκίνητο σταμάτησε προσεχτικά και αυτόμάτως σταμάτησαν όλα πίσω του. Βιαστικά τότε ένα πλήθος από ανθρώπους που περίμεναν, πέρασαν και από τις δυο πλευρές του δρόμου. Οι Γάλλοι οδηγούν πολύ γρήγορα, δε θυμώνουν όμως όταν κάποιος τους σταματήσει. Είναι πολύ ευγενείς οι άνθρωποι στη Γαλλία.

Κατόπιν παρατήρησα την κίνησι στο Πικαντίλλυ Τσίρκου, στο Λονδίνο. Τα αυτοκίνητα κινούνται εκεί με μέτρια ταχύτητα — μια ήσυχη χειρονομία του πόλιστα, του χαρτωπού, πασίγνωστου και έντελως άοπλου Μπόμπυ — και η διευθυνσις της κυκλοφορίας αλλάζει άθροονα στη στιγμή!

Πολύ ενδιαφέρον έχει η κυκλοφορία των αυτοκινήτων στην Ολλανδία. Ο πεζός στο Άμστερνταμ δεν είναι λιγότερο διαστικός, απ' ό,τι είναι οι πεζοί στις άλλες πόλεις. Τον ξεχωρίζει όμως μια πολύτιμη ιδιότης από τους άλλους: η άπληστη υπομονή που δείχνει, ως που να βοηθήσει να εξακολουθήσει το δρόμο του. Την ίδια υπομονή έχουν και οι σωφές, αν και στην Ολλανδία τα αυτοκίνητα τρέχουν κάπως γρήγορα...

ΑΝΤΡΕ ΝΤΥΝΟΝ

ΣΩΣΕΤΕ ΤΗ ΖΩΗ ΣΑΣ ΑΠΟ ΤΗ ΦΩΤΙΑ!

Μερικές στοιχειώδεις προφυλάξεις που πρέπει να παίρνετε για να αντιμετωπίσετε τον κίνδυνο της πυρκαϊάς

ΟΙ ΠΥΡΚΑΙΕΣ στα εργοστάσια, τα καταστήματα, τα δάση, είναι κάτι που — δυστυχώς — συμβαίνει συχνά και που, γι' αυτό, δεν μας κάνει ίσως τόσο πολλή εντύπωση. Θεωρούμε μάλιστα και φυσικό το να υπάρχουν και θύματα στις πυρκαϊές αυτές... Άλλα το να υπάρχουν θύματα σε πυρκαϊές που συμβαίνουν σε σπίτια, αυτό μας φαίνεται ίσως λίγο άπιαστο. Και όμως: αν ζητήσετε τη γνώμη των εμπειρογνομένων των πυρκαϊών, θα σας απαντήσουν, ότι το πράγμα δεν είναι τόσο σπάνιο. Πολλά θύματα οικιακών πυρκαϊών χάνουν την ψυχραιμία τους — και ενίοτε, τη ζωή τους — μόνο γιατί δεν είχαν ένα προ-καθορισμένο σχέδιο διαφυγής από το σπίτι.

ΣΕΙΣ, ΞΕΡΕΤΕ ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ, ΣΤΗΝ ΠΕΡΙΠΤΩΣΙ ΠΟΥ ΘΑ ΕΚΡΑΓΗ ΣΠΙΤΙ ΣΑΣ (κούφια ή ώρα!) ΠΥΡΚΑΙΑ;

Πρώτα — πρώτα μελετήστε καλά το σπίτι σας. Ξεετάστε καλά τις εξόδους του — τις πόρτες, τα παράθυρα. Σκεφθείτε (αν το σπίτι δεν είναι ισόγειο) με ποιά τρόπο μπορείτε να γρή-τε από το σπίτι, χωρίς να χρησιμοποιήσετε τη σκάλα, που είναι πιθανόν να έχει πιάσει φωτιά. Αν κάποιο από τα παράθυρα βλέπει σε μια γειτονική στέγη, ή βρίσκεται κοντά σε χοντρά κλαδιά κάποιου δένδρου, έχετε άμεσως έτσι ένα πρόχειρο δρόμο διαφυγής. Μη παραλείψετε να σκεφθείτε πως μπορούν να βγούν από το σπίτι οι ηλικιωμένοι, οι ανάπηροι ή τα μικρά παιδιά. Αν από τα παράθυρα σας ως το πλησιέστερο σημείο του εδάφους ή απόδοτας είναι μεγάλη, φροντίστε να κατασκευάσετε ένα σχοινί κατάλληλο για να χρησιμοποιήσετε για την κάθοδό σας. Το σχοινί αυτό θα πρέπει να έχει πάχος τουλάχιστον 2 εκ. Σε κάθε 30 εκ. σχηματίζετε από ένα κόμπο, που θα βοηθήσει εκείνον που χρησιμοποιεί το σχοινί, ώστε να μη γλιστρούν τα χέρια του. Φυσικά, το μήκος του σχοινιού πρέπει να είναι τόσο, ώστε να φθάσει από τα παράθυρά σας, ως το δρόμο. (Μη διστάσετε να κάνετε το έργο: «Ίσως δεν το μεταχειρισθήτε ποτέ, ίσως όμως να σας σώσει κάποια τη ζωή!») Τη μία άκρη του σχοινιού, δέστε την μονίμως σε ένα γερό κομμάτι ξύλου, που να είναι αρκετά μακριά, ώστε να μείνει μέσα από το παράθυρο για να συγκρατη το σχοινί και το βάρος εκείνου που κατεβαίνει.



Τηλεφωνήστε στην Πυροσβεστική Υπηρεσία

Αν κάποιος κανόνες σε κάθε πυρκαϊά είναι η ταχεία έξοδος από το φλεγόμενο μέρος, όταν αυτό είναι δυνατόν, πρέπει να ειδοποιήσετε την Πυροσβεστική Υπηρεσία. Αυτό είναι κάτι που πρέπει να το ξέρουν όλα τα μέλη της οικογενείας. Μη διστάσετε — σείς ή ο άνδρας του σπιτιού — να διδάξετε τον τρόπο στα παιδιά σας, και σε όλους τους άλλους που κατοικούν μαζί σας. (Καλούμε τον αριθμό της πυροσβεστικής υπηρεσίας και δίνουμε το όνομά μας και τη διεύθυνσι του σπιτιού μας). Μια εγκαίρως και σαφής ειδοποίησις της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας μπορεί να σας σώσει από μεγάλη καταστροφή.

Η καταπολέμησις της άσφυξίας

Είναι δυνατόν να ξυπνήσετε ξαφνικά τη νύχτα, και να αντιληφθείτε ότι το δωμάτιό σας είναι γεμάτο καπνό. Τι πρέπει να κάνετε, για να γλυτώσετε πρώτα από την άσφυξία; Να αρπάξετε το πρώτο πανί ή ρούχο που θα βρείτε δίπλα σας — πετσέμα, μαντήλι, μαξιλαροθήκη — και να το δέσετε πάνω από τη μύτη και το στόμα σας (αν μπορείτε και να το βρέξετε, ακόμα καλύτερα). Κατόπιν, να συρθείτε μπουσουλώντας ως το πα-

ράθυρο, παίρνοντας στο μεταξύ μικρές και όχι βαθείες αναπνοές, και να το ανοίξετε, δγάζοντας το κεφάλι σας στον καθαρόν αέρα.

Η άνεμόσκαλα

Αν κατοικήτε σε χαμηλό πάτωμα και έχετε σπίτι σας μεγάλη άνεμόσκαλα, μη λησμονήτε ότι μπορεί να χρησιμεύσει για την έξοδό σας, στην περίπτωση που η σκάλα υπ' όψι σας βάλει. Έχετε πάντα στην άμεση διάθεσή σας την άνεμόσκαλα, ώστε στην ανάγκη να μπορείτε να τη βγάλετε απ' το παράθυρο και να κατεβείτε.

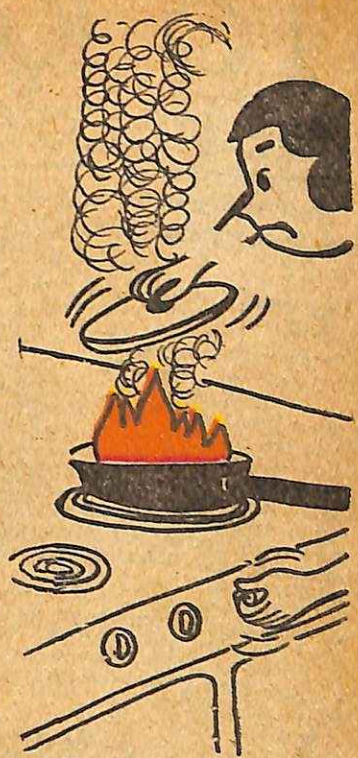
Που υπάρχει νερό;

Έχετε υπ' όψι σας που είναι δρύσες με νερό. Καμιά φορά, μπορεί να έμποδισή κανείς, με λίγο νερό, μια μικρή πυρκαϊά να εξαλειφθεί σε μεγάλη καταστροφή. (Είναι σκότιμο έπίσημ, σε περίπτωση πυρκαϊάς, να κλείσετε άμέσως το γενικό διακόπτη του ηλεκτρικού).

Εξηγήστε στα μέλη της οικογενείας σας, ότι αν η φωτιά είναι περιωρισμένη, πρέπει να προσπαθήσουν να τη σβύσουν με νερό, που πρέπει να το ρίχνουν στη βάση των φλογών. Και, μη λησμονήτε: ΜΗ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΤΕ ΠΟΤΕ ΝΕΡΟ ΣΕ ΦΩΤΙΑ ΑΠΟ ΗΛΕΚΤΡΙΚΟ, ΑΠΟ ΛΙΠΗ, ΠΕΤΡΕΛΑΙΟ Ή ΒΕΝΖΙΝΗ.

Τι αξίζει μια κουβέρτα

Αν τυχόν τα ρούχα σας — ή τα ρούχα κάποιου άλλου — πιάσουν φωτιά, μπορείτε να αποφύγετε τα εγκαύματα (που μπορούν να φέρουν και θάνατο) αν τυλιχθείτε σε μια μάλλινη κουβέρτα ή ένα χαλί. Το τυλίγμα όμως αυτό μπορεί να είναι αποτελεσματικό μόνον αν σκεπαστή καλά ολόκληρο το σώμα σας. Για να γίνει αυτό, αν είστε μόνη και δεν υπάρχει άλλος να



σας τυλίξει, ξεπλώστε χάμω και, αρπάζοντας την άκρη της κουβέρτας ή του χαλιού, κυλούστε γύρω - γύρω, ώστε το σώμα σας να τυλιχθεί μέσα στο ύφασμα σφιχτά.

Περιορίστε τους κινδύνους

Θα βρείτε στη σελίδα αυτή ένα πίνακα που περιλαμβάνει τις συνθετικές αιτίες των οικιακών πυρκαϊών. Μελετήστε τον με προσοχή. Και φροντίστε να εξαλειψετε τις αιτίες, όσο σας είναι δυνατόν — και πριν να είναι πολύ αργά!

Ποιές είναι οι αιτίες των πυρκαϊών;

1 ΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΚΑΙ ΤΑ ΣΠΙΡΤΑ: α) Καπνίζει κανείς από την οικογένεια στο κρεβάτι του; β) Τα σπίρτα βρίσκονται σε μέρος που να μη φθάνουν τα παιδιά;

2 Η ΚΑΚΗ ΧΡΗΣΙΣ ΤΟΥ ΗΛΕΚΤΡΙΚΟΥ: α) Είναι οι ασφάλειές σας αρκετά ανθεκτικές; (μεγαλύτερες από 15 Άμπερ). β) Έχετε κάνει μήπως τίποτε «πρόχειρο» γραμμές, χωρίς καλή απομόνωση; γ) Μήπως κάποιο καλώδιο είναι ξεφτισμένο ή σχεδόν γυμνό;

3 ΤΑ ΣΚΟΥΠΙΔΙΑ: α) Δίνετε τακτικά στο σκουπιδιάρη τα σκουπίδια σας; β) Μαζεύετε τα σκουπίδια μέσα σε δοχείο με τάλλινο, σκεπασμένο;

4 Η ΚΟΥΖΙΝΑ: α) Μήπως έχουν μαζευτεί πολλά λιπαρά υπολείμματα επάνω στην εστία; β) Κρεμάτε τις πετσέτες σας ή άλλα εύφλεκτα αντικείμενα πάνω από την κουζίνα;

5 Η ΖΕΣΤΗ ΣΤΑΧΤΗ ΚΑΙ ΤΑ ΚΑΡΒΟΥΝΑ: α) Μήπως υπάρχει ξύλινο δάπεδο κάτω από την κουζίνα που λειτουργεί με κάρβουνο; β) Μαζεύετε τη ζεστή στάχτη σε μετάλλια, σκεπασμένα δοχεία;

6 ΤΑ ΕΥΦΛΕΚΤΑ ΥΓΡΑ: α) Διατηρείτε βενζίνη μέσα στο σπίτι; Μη το κάνετε, ποτέ! β) Τα άλλα εύφλεκτα υγρά που υπάρχουν σπίτι, τα διατηρείτε σε κλειστά δοχεία;

7 ΤΑ ΤΖΑΚΙΑ: α) Έχετε μπρος στο τζάκι συρματίνο πλέγμα, για να έμποδισή τις σπινθές να πετάγονται; β) Έχετε πολύ κοντά στο τζάκι χαλιά που να μπορούν να αρπάξουν φωτιά;

8 ΤΑ ΚΕΡΙΑ: Προσέχετε ώστε, όταν ανάβετε κεριά, να μη βρίσκονται κοντά σε κουρτίνες ή άλλα εύφλεκτα αντικείμενα.



ΤΟ ΚΟΡΙΤΣΙ ΜΕ ΤΙΣ ΓΚΡΕΝΑ ΝΤΑΛΙΕΣ

ΣΥΓΧΡΟΝΟ ΑΘΗΝΑΪΚΟ ΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟ
ΜΥΘΙΣΤΟΡΗΜΑ ΤΟΥ ΝΙΚΟΥ ΜΑΡΑΚΗ

21^{ον} Πήρε τη μικρή "Αννα που έτρεξε κοντά του στα χέρια του και τη φίλησε τρυφερά στο μάγουλο.

—Ο μέλλον μπαμπάς σου, χρυσή μου, είναι ένας θάλασας!, της είπε. Στενωχώρησε χτες το βράδυ τη μαμά χωρίς λόγο... "Αλλά κι αυτός δεν πήγε πίσω. Στενωχώρησε ίσως περισσότερο γιατί άφησε να τρυπώσουν στο μυαλό του ένα σωρό κουταμάρες... "Ελα πάρε τη σοκολάτα σου!...

"Εδωσε από την τσέπη του ένα πακέτο τυλιγμένο σε χρυσό χαρτί και της τώδεκε. "Η μικρή το χούφτισε χαρούμενα. Το χαριτωμένο προσωπάκι της γέμισε εὐτυχία...

—Ευχαριστώ!, είπε. "Εκείνος άφησε απαλά στον καναπέ το παιδί και γύρισε στη Μαρία που εξακολουθούσε να τον κυττάζει παραξενεμένη.

—Δεν υπάρχει λόγος να φύγεις από τη δουλειά σου!, της είπε. Ούτε να επιστρέψεις τα χρήματά. "Επρεπε να το είχα καταλάβει από την πρώτη στιγμή. Τό πράγμα δεν κρύβει κανένα μυστήριο. Πίσω απ' όλα αυτά υπάρχει η γυναίκα με το μαύρο δέλο!...

—Ναί! Ναί! Αυτή είναι που σε προστατεύει και αυτή είναι που έγινε άφορη ή να σου δοθεί η προαγωγή και το δάνειο...

—Μα πώς το ξέρεις αυτό; —Τό πράγμα είναι πολύ απλό. "Αν πάς τα πράγματα με τη σειρά τους θα το καταλάβεις άμέσως. Αυτή η γυναίκα που παρακολουθεί άορα τη ζωή σου θύμα και πού σου παραστέκει σε κάθε δύσκολη περίπτωση, πρέπει το δίχως άλλο να δρίσκεται πίσω απ' όλα αυτά. Αυτή σου έβαλε συνήγορο στη δίκη τον Κορέ. "Η ίδια ήταν που έρχονταν στη φυλακή και σ' έδωσε χωρίς να τολμήσει να σε ζυλώσει. Αυτή σου έστειλε το φακέλλο με τα χρήματα την ημέρα που άποφυλακίστηκες. "Εκείνη ήταν που έδωσε απ' το γραφείο του Κορέ όταν πήγες ξαφνικά να του κάνης την πρώτη επίσκεψη. Αυτή είναι που στάθηκε για σένα σαν νίδα σωτηρίας όταν έμεινες χωρίς δουλειά. Είναι εκείνη που μέσω του Κορέ πάλι σε τοποθέτησε σ' αυτή την "Αγγλοελληνική "Εταιρία. Σ' αυτή σίγουρα χρωστάς και την προαγωγή σου και το δάνειο... Εί-ναι όπως βλέπεις πολύ απλό!

—Μα τότε, αν είναι εκείνη, άπόρησε η Μαρία, για ποιο λόγο τά κάνει όλα αυτά; Κι' έ-πειτα ποιά είναι αυτή η γυναί-κα; Πώς λέγεται; Γιατί δείχνει τέτοιο ενδιαφέρον για μένα;

—Ανασχώσε τους ώμους. —Αυτό φυσικά δεν τό ξέρω. Έπε έγω. Τις ίδιες άπορίες έ-μέ σένα. Τά ίδια έρωτημα-μέ βασάνιζαν όλη τη νύ-κτα...

—Για μερικές στιγμές κάποιος τρόπος

να μάθουμε, είπε. "Ισως πρέπει ν' αρχίσουμε απ' τον Κορέ. Αυτός ξέρει σίγουρα πολλά πράγματα, αλλά δεν θέλει. Άγνωστο για ποιο λόγο, να μιλήσει. "Αν ήθελε θα μπορούσε να μάς δάλη στα ίχνη της παραξενής αυτής γυναίκας...

—Όμως δεν θα θελήσει... —Χμ! Αυτό δεν τό ξέρεις. Κάτι μου λέει μέσα μου πως σύντομα θα έχουμε τη λύσι του αίνιγματος που μάς ενδιαφέ-ρει!...

Και ένα παράξενο χαμόγελο σχεδιάστηκε στο πρόσωπό του. Ένα χαμόγελο που ξάφνιασε τη Μαρία...

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 44

Τό από άσπρο βακελίτη ά-παρέγγυητό τηλεφώνου που βρι-σκόταν πλάι στό κρεβάτι της Κάθριν Μενδρίδη χτυπούσε κάμπωση ώρα έπίμονα και έκ-νευριστικά. "Εκείνη άνοιξε τά μάτια γεμάτη δυσαρέσκεια για-τί κάποιος ήρθε μ' αυτό τό τη-λεφώνημα να της χαλάσει την ύπνο και να της διακόψει ένα γλυκό όνειρο που ζούσε με ό-λες της τίς αισθήσεις. Μισοκοι-μισμένη ακόμα άπλωσε τό γυ-μνό της μπράτσο με ναγέλεια και σήκωσε τό ακουστικό.

—Έμπρός, είπε χωρίς όρε-ξι.

Μιά άντρική φωνή έφτασε ά-πό την άλλη άκρη του σύρμα-τος.

—Έσύ είσαι, Κάθριν;

—Ναί. Έγώ. Ποιά τηλεφω-νεί;

—Δεν μαντεύεις;

—Χμ! Φυσικά πρέπει να εί-σαι ό Τζόνυ. Έσύ είσαι Τζόνυ;

—Έγώ είμαι. Σε φίλω γλυ-κά - γλυκά και πρέπει να σε δώ. "Εχω ενδιαφέροντα νεά...

"Η Μενδρίδη έφριξε μία νυ-σταγμένη ματιά στό ρολόι της.

—Είναι νορίς ακόμα, παρα-πονέθηκε. Μου χρειάζεται λίγος ύπνος ακόμα. Θέλεις να συνα-τηδούμε τό μεσημέρι;

—Οκέ! Τό μεσημέρι.

"Άφησε τό ακουστικό κι' έ-κλεισε πάλι τά μάτια. "Ηταν κάμποσος καιρός που έπαψε να ενδιαφέρεται πιά γι' αυτά τά «νεά». "Οχι πώς δεν είχε την ά-νάγκη τους. Κάθε άλλο. Τώρα μάλιστα που οί γιατροί της εί-χαν δηλώσει κατηγορηματικά πως ό πατέρας της δεν είχε περισσότερο από ένα μήνα ζωή, τά νέα της ήταν άπαραίτητα περισσότερο από κάθε άλλη φορά. "Αλλά πώς να τό πη-κα-ν; "Ο Τζόνυ την είχε άπο-γοητεύσει. "Επαψε να έχη έμ-πιστοσύνη στις πληροφορίες του. Της είχε υποσχεθί τόσες φορές πως θα τά κατάφεραν να βρή τον κατάλληλο άνθρωπο και πάντοτε την τελευταία στι-γμή ήταν άνικανος να φτάσουν τό τέρμα. "Ενα άπόρροητο έμπό-διο παρουσιάζονταν κάθε τόσο κι' εκείνος που ήταν να της έα-ναβώση την ψυχική της γαλήνη δίσταζε στην άρχή και στό τέ-λος άφαινε στην μέση τό έδου-

λειά όταν μάθαινε τί ακριβώς ζητούσαν απ' αυτόν.

—Δεν είναι, κι' εύκολο πρ-άγμα!, της έλεγε ό Τζόνυ προ-σπαθώντας να βρή μία δικαιολο-γία. "Ο καθένας φοβάται και δεν έχει τό κουράγιο. Αυτός ό δουλειές δεν είναι παιζέ - γέ-λασε. "Ο καθένας δεν δάζει τό κεφάλι του στον ντοβά!...

—Κολοκύδια! Πές πώς τά θαλάσσωσε πάλι. Αυτό είναι. Τά έκανες θάλασσα! "Αχ, Θεέ μου, δεν είναι να σου αναθέσει κανείς τίποτε! Μπορείς να φέ-ρης τον κατακλυσμό. "Αλλως τε όποιος κι' αν είναι πρόκει-ται να πληρωθί και καλά μά-λιστα.

—Ναί, φυσικά. Γι' αυτό δεν πρέπει ν' απελπίζεσαι. Κάνε λίγη ύπομονη.

—Ός πότε; Τό ξέρεις δά πώς ό γέρος δεν είναι για να ζήσει πολύ ακόμα. "Αν πεθάνη όλα είναι χαμένα.

Κι' η καρδιά της Κάθριν Μεν-δρίδη γεμίσε από πίκρα και άπαρηγόρευση. Και να πη κανείς την αλήθεια δεν είχε καθόλου άδικο. Γιατί η Κάθριν, κόρη του μεγαλοδουληγάνου Πανα-γιώτη Σέφερη, άδελφή του "Αλ-κη Σέφερη και χήρα του "Αγνη-πού διαζώθηκε. Κάποιος της εί-χε σφουρίξει τό μυστικό ένα βράδυ που τον κουβάλησε με-θυσμένο στο κρεβάτι της και τον άφησε να χαρή άδιάντροπα τό κορμί της. "Ηταν ένας από τους μάρτυρες που σύμφωνα με τό νόμο ήταν παρόντες όταν ό γέρος έκανε τη διαθήκη του.

—"Αχ, Τζόνυ δεν σου είμαι πιστή πιά!, είπε την άλλη μέ-ρα στο φίλο της.

"Εκείνος έτοιμάστηκε να κα-τσουφίσει μ' ένα δεν πρόλαβε. Γιατί η Κάθριν του έξηγήσε ά-μέσως τους λόγους που την ά-νάγκασαν να φάση σ' αυτή τη θυσία. Κι' όταν άκουσε τίς έ-ξηγήσεις της την άγκάλιασε και τη φίλησε.

—"Αφού είναι για τό καλό μας, άγάπη μου, σέ συγχωρώ!

"Ο Τζόνυ Κάρτος άλλως τε είχε πολύ έλαστική συνείδησι και συγχωρούσε εύκολα κάτι τέτοια, φτάνει να καταλάβει ότι πώς κάτι ήταν να βγί. Κι' η Κάθριν που μία μέρα θα γινό-ταν έπίσημη γυναίκα του ήξε-ρε τί έκανε. "Αγωνίζονταν να μεγάλωση την προίκα της...

—"Αφού λοιπόν ήταν για τό καλό μας, δε μπορώ να θυμώ-σω. "Αλλά φορά όμως...

—"Οχι! "Οχι άλλη φορά! Στο όρκίζομαι!

"Η Κάθριν ήταν μία όμορφη γυναίκα τριάντα χρονών με φλο-γερή ιδιοσυγκρασία που έμει-νε πολύ νορίς χήρα χωρίς σ' έ-να αυτοκινητιστικό δυστύχημα. Αυτό δέν της ήρθε καθόλου ά-σχημα. Γιατί ό άντρας της ήταν άγαπούσε, τη ζήλευε και όπας ήταν φυσικό, στεκόταν πάντα έμπόδιο στις σχέσεις της με τον άλλο κόσμο και ιδιαίτερα με μερικούς γεροδεμένους νέους που την τριγυρίζαν με πεινα-λέες αισθήσεις. Κι' η Κάθριν Μενδρίδη - ό άντρας της ζύ-γαντε τά πηνύχια τρία όταν την παντρεύτηκε - δεν ήταν φτα-σμένη από σίδηρο. Στά είκοσι πέντε χρόνια της έχει ζεστό σί-μα κι' κάθε κοπέλλα κι' αυτή πε-ρισσότερο από κάθε άλλη έδει-χνε άδυναμία στα καλοφτιαγμέ-να κορμιά των άνδρών της ηλικίας της. Τά μεγάλα έκφραστι-κά μάτια της τραβούσαν τους νέους όπως τις πεταλούδες τό

φως και εκείνη δεν είχε παρά να διαλέξει!...

"Η κοσμική "Αθήνα είχε να κάνει με τό θερμό ταυπεραμέν-το της και πάντοτε οί άλλες γυναίκες είχαν κάποιον έμφυτο φόβο και κυριεύονταν από ένα κομπλές κατωτέρωπας όταν βρίσκονταν μπροστά της. "Ο ξαφνικός θάνατος του άδελφού της, του "Αλκη Σέφερη, που συ-νεκλόνησε τους άριστοκρατικούς κύκλους, ήταν ένα γεγονός που δεν της κόστισε και πολύ γιατί άνέκαθεν δεν είχε μεγάλη εκτί-μησι στους άντρες που σκαρώ-νουν έρωτοδουλειές με φταχο-κόριτσα. "Ο έρωτας ενός καθός πρέπει άνθρωπο πρέπει να γί-νεται μόνο με μία καθώ πρέπει κυρία. Οί φτωχές κοπέλλες πρέ-πει να παντρεύονται και να φτιάχνουν παιδιά. Νόμιμα παι-διά. Γιατί τό κατάντημα τό βλέπουμε κάθε μέρα. Οί φυλα-κές γεμίζουν από άδελφούς και συζύγους που σκότωσαν για λόγους τιμής! Αυτό ήταν ένα άξίωμα στο οποίο η Κάθριν πί-στευε είλικρινά και δεν είχε καμιά διάθεση να τό κούνη!...

Κι' έτσι τώρα, καθώς ήταν ξαπλωμένη με κλειστά τά μά-τια, χωρίς να κοιμάται στο κρεβάτι της, άρχισε να φέρνει στο νου της ένα σωρό πράγμα-τα που δεν ήθελε καθόλου να θυμάται τούτο τό πρωί ιδιαίτε-ρα. "Αχ, αυτός ό Τζόνυ! Τί του έφταιγε να την ευνηθή τόσο νορίς άφού ήξερε καλά πόσο άργά κοιμήθηκε ύστερα απ' τό πινάκλ που κράτησε ως τά ξε-μερώματα στο σπί! της κυ-ρίας Μαρτίνη; Τί του έφταιγε; "Ηταν κάμποσος καιρός τώρα που τον είχε βαρεθί μ' ένα τονλούσε να διακόψει. Του δό-θηκε σ' ένα στιγμή άδυναμία όταν ζούσε ακόμη ό άντρας της και τώρα ήταν υποχωρημένη να συνεχίσει γιατί ό Τζόνυ την κρατούσε. "Ηξερε πολλά από τά μυστικά της...

Σπρώχθηκε. "Εκανε ένα ζεστό μπάνιο με άρωματισμένο αλάτι και ντύθηκε. Πριν ξεκινήσει για τό ραντεβού της, τηλεφώνησε στο νοσοκομείο.

—"Ο πατέρας σας είναι στην ίδια κατάσταση, της εί-παν.

—Ζήτησε συμβολαιογράφο; ρώτησε μ' ενδιαφέρον.

—Οχι, δεν ζήτησε συμβο-λαιογράφο. Τό μούτρο της κατσούφισε άπότομα. Μα χτες της είχε ύ-ποσχεθί πως θα καλούσε τον συμβολαιογράφο να τροποποιή-ση τη διαθήκη του. "Ηταν μία παράγραφος που έπρεπε όπω-ς όποτε να φύγει από τη διαθή-κη, ανεξάρτητα με τό ό,τι θα έκανε αυτή από την άλλη πλευ-ρά. "Εκείνο που την ενδιέφερε προσωπικά ήταν να μείνι η υ-ναδική κληρονόμος.

—Όποτε δεν ζήτησε;

—"Οχι... Δεν ξέρω μονάχα αν σας ενδιαφέρει κάτι που έ-μαθα έξωδικας.

"Εκείνος που μιλούσε από την άλλη άκρη του συήματος, έμεινε για μία στιγμή διατα-κτικός. "Ηταν σ' ένα μετάνωι-σε γι' αυτό που άρχισε να λέη και σταμάτησε.

—Όλα μ' ενδιαφέρουν! έ-κανε νευρικά η Κάθριν. Τί έ-λυν αυτό που διατάζετε να μο-υ πητε; Σας παρακαλώ, δεν πρέ-πει να μου κρύβετε τίποτε.

"Ο άνθρωπος προσάφησε να δικαιολογηθί.

—Με συγχωρήτε. Τίποτα δεν θέλησα να σας κρύψω. "Αλ-λως τε είστε κόρη του. Λοιπόν

ήθελα να σας πώ πως χτες τ' άπόγεμα ό κ. Σέφερης όταν φύ-γατε σεις, κάλεσε τό γιατρό και τό εκμισθρεύτηκε κάτι πολύ σοβαρό...

"Η Κάθριν ένοιωσε ιδρωμένο τό χέρι της που κρατούσε τό ά-κουστικό. "Εβρεξε με τη γλώσ-σα της τά στεγνά της χείλη.

—Πολύ σοβαρό.

—Ναί. Μα τό πιο σωστό θάταν να σας έβλεπα προσωπι-κώς. Θέλετε να περάσετε απ' τό νοσοκομείο; Είμαι ό διευθυντής της Γραμματείας... Θα είμαι έ-δώ ως τάς δύο...

—Τότε έχετε δίκιο. Θα πε-ράσω να σας δώ άμέσως...

—Ναί. Ναί. Αυτό θα είναι τό καλύτερο...

"Η Κάθριν κατέβηκε διαστι-κά τις σκάλες. Τό αυτοκίνητό της ήταν στην πόρτα και την περίμενε. "Εδίωξε τον σωφέρ και κάθισε η ίδια στο δολάν. "Υστερα από πέντε λεφτά ήταν στο γραφείο τό νοσοκομείο... "Ο διευθυντής της Γραμματείας την περίμενε.

—Να με συγχωρήτε που σας κουβάλησα εδώ πάνω, της εί-πε. Μα τηλεφωνικώς, όπως κα-ταλαβαίνετε... Είναι ώρισμένα πράγματα που δεν λέγονται απ' τό τηλέφωνο...

"Η Κάθριν πνιγόταν από ά-νυπομονησία. Τά δάκτυλά της πάλευαν με την τσάντα της. Μία ταραχή δυνατή την παί-δευε.

—Μα τί ακριβώς συμβαίνει; ρώτησε.

—"Ησυχάστε!, έκανε αυτός. Είστε πολύ ταραγμένη. Καθή-στε.

—"Αχ, Θεέ μου!, άναστενα-ξε η Κάθριν και κάθισε. Φοβά-μαι πως ό μπαμπάς θα έκανε πάλι καμιά από τίς συνηθι-σμένες του κουταμάρες...

"Ο διευθυντής χαμογέλασε.

—Πραγ' ατικά, είπε. Αυτή η έκμυστηρευσί ήταν τουλάχιστο παράξενη.

Κάθισε κι' αυτός στο γρα-φείο του κι' άναψε τσιγάρο.

—"Ηθελα λοιπόν να σας πώ, άρχισε, πως χτες τό απόγεμα ό πατέρας σας κάλεσε στο δω-μάτιό του τον διμερευνόντα για-τρό κ. Καλούδη και τό εξομω-λόγηθηκε πως έχει μία μικρή έγγονυα...

"Η Κάθριν θακώθηκε.

—"Οχι! "Οχι έκανε προσπα-θώντας να τό ρίξει στό άσπελο. Αυτό πάλι είναι από τά άνα-πάντεχα! "Εχει μία έγγονυα-λα; Δεν φαντάζομαι να τον πί-στεψε ό γιατρός!...

—"Ο κ. Καλούδης φυσικά στην άρχή δεν τον πίστεψε για-τί έβρε πώς ούτε σεις ούτε ό άδελφός σας που πέθανε τόσο τραγικά πριν από χρόνια, εί-χατε παιδιά. Φαντάστηκε λοι-πόν πως ήταν κάποια κρίσι πα-ροληρηματος. "Επειδή όμως ό πατέρας σας έπείμενε υποχρεώ-θηκε να τον άκούση ως τό τέ-λος. «"Ο γυιός μου ό "Αλκης», του είπε, «είχε κάνει πολλές τρέλλες. "Η χειρότερη ήταν αυ-τή που τόυ στοίχισε τη ζωή. Θέλησε να έγκαταλείψι μία κο-πέλλα που έτοιμαζόταν να τό δώση ένα παιδί. "Εκείνος πέθα-νε μ' η γυναίκα έγινε μητέρα. "Εφερε στον κόσμο ένα κορι-τάκι που βέβαια δεν έχει καμ-μία εύθυνη για τίς πράξεις των γονέων του. Δεν έφταιξε σ' τί-ποτα και δεν είναι σωστό να υποφέρη. Αυτό τό κορίτσι δρι-σκειται τώρα στο "Ιδρυμα Προ-στασίας "Ανηλίκων. Δεν κατ-άφερα να τό δώ ποτέ μου. "Εν-διαφερόμουν όμως και μάθα-

να κάθε τόσο για την υγεία του. Θέλω, πριν κλείσω τό μά-τι μου γιατρέ να δώ την έγ-γονυα μου. Πήγαινε στο "Ι-δρυμα και παρακάλεσε έκ μέ-ρους μου να τη στείλουν κοντά μου έστω και για μία ώρα. "Ε-χω τύψεις γιατί δεν φερόθηκα καλά στη μητέρα της και θελω να πεθάνω μ' ήσυχη καρδιά...»

—"Ο μπαμπάς έχασε τά λο-γικά του!, τον έκοψε νευρικά η Κάθριν. Διαφορετικά δεν έ-ξηγείται πως μπερδεύει έτσι τά πράγματα.

"Ο διευθυντής κούνησε τό κε-φάλι του.

—"Ετσι πίστεψε και ό κ. Καλούδης.

—"Επειτα αυτή η γυναίκα στην όποία, όπως λέει, δέθεν δεν φερόθη καλά, είναι εκείνη ακριβώς που σκότωσε τον άδελ-φό μου και καταδικάστηκε και πήγε φυλακή γι' αυτό τό φόνο. Πώς είναι δυνατό να θέλη τό-ρα να δη τό παιδί της; "Αχ, Θεέ μου! Δεν φοβάται πως η ψυχή του "Αλκη μας θα υποφέ-ρη μ' αυτό τά φοβερά και άνό-ητα πράγματα που παίει να κά-νι;

—Είχε πραγματικά ένα παι-δί ό άδελφός σας μ' αυτή τη γυναίκα;

—Μα τί λέτε; διαμαρτυρή-θηκε και φούντωσαν τά μάγου-λά της. Τί λέτε; Αυτή ίσχυρι-ζόταν πως ήταν να γεννηθή ένα παιδί που τάχα ό πατέρας του ήταν ό "Αλκης. Μα κανείς δεν την πίστεψε γιατί όλοι ξέρανε πως ήταν ένα από τά συνηθι-σμένα έκδιαστικά κόλπα των γυναικών του είδους της...

—Δεν ξέρω πως ακριβώς έ-χουν τά πράγματα, είπε ό άλ-λος. "Οφείλω όμως να σας πώ πως ό γιατρός, ύστερα από την υπερβολική έπίμονη του πατέρα σας, πήγε χτες τό βράδυ στο "Ιδρυμα.

—Πήγε; ρώτησε τρουαγμέ-νη.

—Ναί. Όμως εκεί έμαθε ότι η μικρή είχε φύγει. Την είχε πάρει πριν κάμποσο καιρό η μητέρα της...

—Τού τό είπαν;

—Ναί. Μα ό πατέρας σας δεν απελπίστηκε. "Υστερα από λίγο παρακάλεσε και τηλεφωνή-σανε στο "Ιδρυμα ζητώντας τη διευθυνσι της γυναίκας που πα-ρέλαβε τό παιδί...

—Αυτό είναι προμερό! "Ε-χασε τό μυαλό του λοιπόν; "Α, είμαι σίγουρη πως δεν έχει πιά συνείδηση των πράξεών του... Πού άκούστηκε ένας Σέφερης να υποφέρη γιατί δεν μπορεί ν' ανακαλύψι τό παιδί μιάς... γυναικας του δρόμου; Αυτό εί-ναι τουλάχιστο γελοίο...

"Ο διευθυντής άνασέκωσε τους ώμους.

—Ναί. Βέβαια. "Αν είναι έ-τσι πού τά λέτε.

—"Ετσι ακριβώς είναι! Δεν πρέπει ναχτε καμμία αμφίβο-λία γι' αυτό.

—Πάντως, συνέχισε εκείνος, και στην περίπτωση αυτή στά-θηκε άτυχος. "Από τό "Ιδρυ-μα έδωκαν τη διευθυνσι μιάς οικογενειακής πανσιόν στην ό-δο "Ιπποκράτους. Σήμερα πρωί - πρωί έστειλε μία νοσοκόμα στη διευθυνσι αυτή. Ούτε στην πανσιόν όμως βρέθηκε η γυναι-κα που ζητούσε γιατί είχε άλ-λάξει σπίτι ένα μήνα νωρίτερα χωρίς ν' άφήση την καινούργια διευθυνσι της...

—"Αν άφήσει την καινούργια διευθυνσι της...

—"Αν άφήσει την καινούργια διευθυνσι της...

—"Αν άφήσει την καινούργια διευθυνσι της...

—"Αν άφήσει την καινούργια διευθυνσι της...

—"Αν άφήσει την καινούργια διευθυνσι της...

—"Αν άφήσει την καινούργια διευθυνσι της...

—"Αν άφήσει την καινούργια διευθυνσι της...

—"Αν άφήσει την καινούργια διευθυνσι της...

—"Αν άφήσει την καινούργια διευθυνσι της...

—"Αν άφήσει την καινούργια διευθυνσι της...

—"Αν άφήσει την καινούργια διευθυνσι της...

—"Αν άφήσει την καινούργια διευθυνσι της...

—"Αν άφήσει την καινούργια διευθυνσι της...

—"Αν άφήσει την καινούργια διευθυνσι της...

—"Αν άφήσει την καινούργια διευθυνσι της...

Τόν ένα για
τον χειμώνα...

..τόν άλλον για
τό καλοκαίρι



Κάμελ

ΣΤΙΛΒΩΜΑ
ΥΠΟΔΗΜΑΤΩΝ

Κάμελ

ΠΟΛΤΟΣ ΛΕΥΚΩΝ
ΥΠΟΔΗΜΑΤΩΝ

Χρησιμοποιείτε την κατάλληλη κρέμα;

Δεν πρέπει να κρίνετε μία κρέμα μόνο απ' τό δρώμα της, έλλά' από την καταλληλότητα των συστατικών της και από τη φήμη του "Εργοστασίου, που την κατασκευάζει.

"Η κρέμα, που επιβάλλεται να χρησιμοποιήσετε, πρέπει να είναι κατάλληλη για τό δέρμα σας και να ώφελι, να διατηρήσει τη φρεσκάδα του προσώπου σας, να εξουδετερώνει τις θάλασσες επιδράσεις της επιδερμίδας σας από τό κρύο, τον ήλιο, τη σκόνη, να εξουδετερώνει τις ρυτίδες, που δημιουργούνται πρώτα από τις ακοιούρες και την ηλικία, να ξανανέωσει την επιδερμίδα σας και να φαίνεται έτοιμιά για να πιά όποια όνειρα θέλετε.

Κρέμα κατάλληλη για Σας είναι η κρέμα POND'S. Στις 100 και πλέον χώρες, όπου πωλείται η κρέμα POND'S, είναι γνωστή ως η καλύτερη, για την άνωτερότητα της ποιότητάς της.

"Υπάρχουν δύο κρέμες POND'S. "Η "C" και η "V".

Κρέμα POND'S "C". "Ιδανική κρέμα για τον καθαρισμό και τό ξανανέωμα του δέρματος. "Η καλύτερη όλων για την άσφίση, που μακιγιάς και την άπαλλαγή του δέρματος από κάθε ακαθάρσια, που έχει εισχωρήσει εις αυτό. Τό δέρμα γίνεται μαλακό και λευκό σαν νεογέννητο και διατηρεί όλη του τη βροσία.

Κρέμα POND'S "V". "Ελαφρά, μη λιπαρά, κρέμα θάλασσας, για λεπτό και υπερευαίσθητο δέρμα. Διατηρεί άναπαυτό τό μακιγιάς. "Εξουδετερώνει την γραμμά της μύτης και προστατεύει τό δέρμα από την επιδερμίδα του καιρού.

Χρησιμοποιείτε και τις δύο κρέμες POND'S ταυτόχρονα. Την "C" τό βράδυ και την "V" την ημέρα. Θα μείνετε κατάληκτη σε λί-γες μέρες από την διαφορά του προσώπου σας. Μην περιμένετε να σας σωθί η κρέμα, που χρησιμοποιείτε τώρα, για να αγορά-σετε POND'S. Είναι προς έμφαν σας. Προμηθευθήτε σήμερα αυτές, τό προσώπό σας, όπως κάνουν οί γυναίκες του καλού κόσμου σε όλες τις χώρες, σου είναι διαβεβαιώσεις.

Κρέμες POND'S: πωλούνται σε όδρα προς 20.000 μέ-νον. "Αν και είναι μεγάλης αξίας, ή τιμή τους τώρα είναι απειρά για κάθε γυναίκα.



POND'S

ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟΤΗΣ: ΦΑΡΜ. ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ "FAREL,"

ΜΑΡΝΗ 7 - ΑΘΗΝΑΙ

ΣΤΟ ΕΠΟΜΕΝΟ: "Η συνέχεια



Ποτέ δεν είχα φρανταβή...

...πώς μπορούσε να υπάρχει κάτι τό τόσο αναπαιτικό και ασφαλές για τις ημέρες της μηνιαίας αδιαθεσίας...

Δεν χρειάζονται πιά, ούτε ζώνες, ούτε πανάκια ούτε επίδεσμοι.

Το "ΤΑΜΡΑΧ", (Τάμπαξ), φέρεται εσωτερικώς, και παρέχει πλήρη ασφάλεια και άνεση, και είναι τόσο βολικό και εύκολο στη χρήση του.

Χάρης στο "Τάμπαξ", μπορείτε να καταγίνεσθε με τις καθημερινές σας ασχολίες και να πηγαίνετε ξένοιαστα όπου θέλετε, γιατί το Τάμπαξ δεν προκαλεί έρεθισμό του δέρματος και σας ελευθερώνει από τον εφιάλτη της γνωστής δυσάρεστης όσμης.

Το Τάμπαξ κυκλοφορεί σε δύο μεγέθη, Νο 1 (κανονικό) και Νο 2 (πιο απορροφητικό), και πωλείται σε όλα τα κεντρικά Φαρμακεία.

Ένα πακέτο Τάμπαξ περιέχει 10 ταμπόν (άρκετα για ένα μήνα), και χωρεί άνετα μέσα στη τσάντα σας.

Λεπτομέρειες που σας ενδιαφέρουν και οδηγίες χρήσεως, θα βρείτε μέσα σε κάθε πακέτο.

Το "Τάμπαξ", κατασκευάζεται στην Αγγλία



Γεν. Αντ/ποι:
Ι.Φ. Σέρνιταν & ΣΙΑ [ΕΛΛΑΣ]
Σολωμού 55 • Τηλ. 51.602 • Αθήναι



ΚΟΜΜΩΤΗΡΙΟΝ

«ΒΟΓΚ»

Β. Γ. ΚΑΡΑΝΙΚΟΛΑ & ΣΙΑ
Ακαδημίας και Μαυρομυιάλη 4
Τηλ. 25-457

ΕΠΙΠΛΑ ΜΕ ΔΟΣΕΙΣ
Γ. ΚΕΖΙΡΗΣ

Μενάνδρου 75 — Τηλ. 55.638

ΜΙΛΟΥΝ Τ'ΑΣΤΡΑ

και προλέγουν το μέλλον για το διάστημα από 30 Ιουλίου 12 Αυγούστου για αυτές που γεννήθηκαν στους παρακάτω αστερισμούς

Κριός

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (21-30 Μαρτίου): Προχωράτε με περσέψι. Μην εμπιστεύεσθε στον αυθορμητισμό σας.

2ο ΔΕΚΑΗΜ. (31 Μαρτίου - 9 Απριλίου): Η αγάπη είναι πολύ κοντά σας.

3ο ΔΕΚΑΗΜ. (10-19 Απριλίου): Μικρές περιπλοκές χωρίς συνέχεια.

Ταύρος

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (20-30 Απριλίου): Είναι η πιο κατάλληλη στιγμή για να ενεργήσετε.

2ο ΔΕΚΑΗΜ. (1-10 Μαΐου): Μια χαρά σας προσμένει στο δρόμο της θάλασσας.

3ο ΔΕΚΑΗΜ. (11-20 Μαΐου): Θα είσαστε πολύ κεφάτη. Θα δημιουργήσετε εύνοια και ατμόσφαιρα για να σας προσέξουν.

Δίδυμοι

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (21-31 Μαΐου): Ζητάτε την αγάπη, μα αυτή δεν θάρη ακόμα.

2ο ΔΕΚΑΗΜ. (1-10 Ιουνίου): Μη δημιουργήτε πεπληγμένες εντυπώσεις.

3ο ΔΕΚΑΗΜ. (11-22 Ιουνίου): Δεν θα είναι παρά ένα φλέρτ.

Καρκίνος

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (23 Ιουνίου - 1 Ιουλίου): Πολύ καλές σχέσεις με τις φίλες σας, που θα σας δημιουργήσουν ευχάριστη διάθεση.

2ο ΔΕΚΑΗΜ. (2-11 Ιουλίου): Αποφύγετε τη θάλασσα, αν μπορείτε τις τελευταίες πέντε μέρες.

3ο ΔΕΚΑΗΜ. (12-22 Ιουλίου): Μια πίκρα, ένα γράμμα, μια συνάντηση.

Λέων

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (23 Ιουλίου - 1 Αυγούστου): Το ζώδιό σας δεν σας προστατεύει.

2ο ΔΕΚΑΗΜ. (2-11 Αυγούστου): Είναι καιρός να γυρίσετε πίσω. Σας περιμένει η στοργή.

3ο ΔΕΚΑΗΜ. (12-22 Αυγούστου): Όλα θα πάνε καλά.

Παρθένος

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (23 Αυγούστου - 2 Σεπτεμβρίου): Καλοκαιρικές χαρές.

2ο ΔΕΚΑΗΜ. (3-12 Σεπτεμβρίου): Το καλοκαίρι περνάει. Προσέξτε.

3ο ΔΕΚΑΗΜ. (13-22 Σεπτεμβρίου): Ένα ταξίδι σ'ι-γουρο.

Ζυγός

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (23 Σεπτεμβρίου - 1 Οκτωβρίου): Οικογενειακές προστριβές και στενοχώριες.

2ο ΔΕΚΑΗΜ. (2-12 Οκτωβρίου): Η μπόρα περνάει.

3ο ΔΕΚΑΗΜ. (13-21 Οκτωβρίου): Εύτυχισμένες μέρες.

Σκορπιός

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (22 Οκτωβρίου - 2 Νοεμβρίου): Πολύ θα σας ωφελήσει ένα ταξίδι, μα υπάρχει ένα εμπόδιο.

2ο ΔΕΚΑΗΜ. (3-11 Νοεμβρίου): Πάντα προς το καλύτερο.

3ο ΔΕΚΑΗΜ. (12-21 Νοεμβρίου): Κάνετε λίγη αυτοκριτική.

Τοξότης

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (22 Νοεμβρίου - 1 Δεκεμβρίου): Σταθεροποιείται η ευχάριστη κατάσταση.

2ο ΔΕΚΑΗΜ. (2-11 Δεκεμβρίου): Μια σύγκρουση με μια γυναίκα.

3ο ΔΕΚΑΗΜ. (12-22 Δεκεμβρίου): Συνεχίζονται οι χαρούμενες μέρες.

Αιγόκερως

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (23 Δεκεμβρίου - 1 Ιανουαρίου): Πολύ πιθανόν, να δοθεί η λύση που ποθείτε.

2ο ΔΕΚΑΗΜ. (2-11 Ιανουαρίου): Δεν θα περιμένετε άλλο.

3ο ΔΕΚΑΗΜ. (12-21 Ιανουαρίου): Κάτι θα συμβεί, έκτος του προσωπικού σας περιβάλλοντος, που θα σας στενοχωρήσει.

Υδροχόος

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (22-30 Ιανουαρίου): Εύτυχισμένη έρωτική περίοδος.

2ο ΔΕΚΑΗΜ. (31 Ιανουαρίου - 9 Φεβρουαρίου): Θα ακολουθήσετε εσφαλμένο δρόμο.

3ο ΔΕΚΑΗΜ. (10-20 Φεβρουαρίου): Ζυγίστε καλά την κατάσταση.

Ιχθείς

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (21-29 Φεβρουαρίου): Τραβάτε μπρος, δεν θα χάσετε.

2ο ΔΕΚΑΗΜ. (1-10 Μαρτίου): Περιπλοκές επικίνδυνες.

3ο ΔΕΚΑΗΜ. (11-20 Μαρτίου): Είναι βέβαιο πως θα εύτυχησετε.

ΣΙΒΥΛΛΑ

ΓΕΛΑΤΕ!

Για τη διατήρησι της υγείας και όμορφιάς

Από πολλά χρόνια, η ρωμαντική λύπη έχει πάψει να είναι της μόδας.

Αρκετά βάσανα και αρκετές στενοχώριες μας έχουν κτυπήσει εδώ και μερικά χρόνια, ώστε να μπορέσουμε να ενδιαφερθούμε για την εμφάνισή μας.

Αλλά, υπάρχουν ειδικοί της όμορφιάς (ή μάλλον θεωρούνται ότι είναι) που καταδικάζουν το γέλιο όπως επίσης και τα δάκρυα, με την πρόφαση πως το γέλιο και τα δάκρυα είναι υπεύθυνα για τις ρυτίδες, αυτές τις τόσο άσχημες ρυτίδες, το φόβο και τον τρόμο κάθε γυναίκας.

Πόσο άδικο έχουν! Τίποτα δεν είναι λιγότερο ελκυστικό από ένα πρόσωπο παγωμένο, όσο κι αν το μέτωπό του είναι ξαστερό σαν το μάρμαρο. Αντίθετα, οι ρυτίδες μπορούν να δώσουν στη φυσιογνωμία μια χάρη που συγκινεί.

Τέλος, το γέλιο, ανεξάρτητα από την ευχαρίστηση που προκύπτει από την εκδήλωσή αυτή της χαράς και του καλού κειφίου, ενεργεί, κατά τη γνώμη ώρισμένων γιατρών, σαν μια εξαιρετική υγιεινή άσκηση.

Ο Μπορσέ, ο οποίος έλεγε «να σπενδύουμε να γελάμε πριν φτάσουμε στο σημείο να κλάψουμε», δεν απέδρασε παρά στην πνευματική υγεία, ενώ οι ασχολούμενοι, σήμερα με τα ζητήματα της υγείας, θεωρούν το γέλιο σε μια άσκηση, από τις πιο σωτήριες.

Το γέλιο ενεργεί όπως η καλύτερη αναπνευστική άσκηση που υπάρχει, πολλαπλασιάζοντας έτσι τις βαθιές εισπνοές και εκπνοές. Το γέλιο διευκολύνει επίσης την πέψη, βοηθούμενο δε από τις κινήσεις του διαφράγματος, συντελεί στην εκκένωση του στομάχου και τον καθαρισμό της χοληδόχου κύστεως.

Το γέλιο διαστέλλοντας τους μύς ενεργεί στα νευρικά κέντρα και προκαλεί την ταχεία χαλάρωσή τους.

Για να έχετε πάντα μια καλή φυσική ισορροπία, για να διατηρήσετε το πρόσωπό σας εκφραστικό και ζωηρό, και για να χαλαρώσετε τα νευρά σας, τα τόσο δοκιμασμένα από τη σύγχρονη ταραγμένη ζωή, ένα φάρμακο ανέξοδο και κό: Το γέλιο.

Υστερα από μια κουραστική βραδιά, ύστερα από μια περίοδο υπερκοπιάσεως, δοκιμάστε αυτή την θεραπεία:

Μια ευχάριστη κωμωδία, ένα χαρούμενο έργο, ένα διασκεδαστικό βιβλίο και αστείες ιστορίες.

Αν έχετε την τύχη να γελάτε με ευχαρίστηση (κάτι που δεν το έχει όλος ο κόσμος), μπορείτε να ανακτήσετε τις περισσότερες δυνατότητες και κουράγιο παρά από πολλή άσκηση. Θα τονώσετε το νευρικό σας σύστημα. Δοκιμάστε! Η συνταγή ούτε πολυέξοδη είναι και ούτε δύσκολη να την εκτελέσετε.

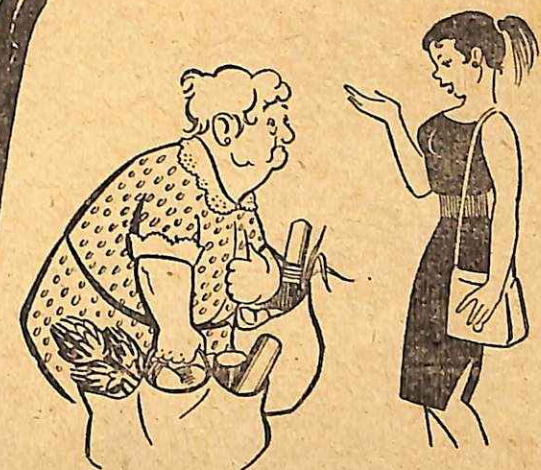
- ΒΑΦΕΤΕ ΤΑ ΜΑΛΛΙΑ ΣΑΣ ΕΝΤΟΣ 20 ΛΕΠΤΩΝ ΧΩΡΙΣ ΝΤΕΚΟΛΟΡΑΣΙΟΝ ΕΙΣ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΧΡΩΜΑΤΙΣΜΟΥΣ ΜΕ ΚΡΕΜΑ
- ΕΚΤΕΛΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟΥΣ ΤΕΧΝΙΤΑΣ ΕΙΣ ΤΟ ΚΟΜΜΩΤΗΡΙΟΝ

"ΛΟΥΞ"

Α)ΦΟΙ ΟΙΚΟΝΟΜΟΠΟΛΟΙ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ 59α,

ΤΗΛΕΦ. 23.776



—Τί νά σοῦ πῶ, κυρία
Εὐανθία μου, σέ λυ-
πῶμαι! Εγώ, ἀπ' ἐν-
ἡμέρα πού ἀποκτή-
σαμε ψυγείο τῆς
ΙΖΟΛΑ, ψωνίζω μιά
φορά τήν ἐβδομάδα.

ΤΡΕΙΣ ΧΙΛΙΑΔΕΣ ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΝΟΙΚΟΚΥΡΙΑ
ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΝ ΣΗΜΕΡΑ ΗΛΕΚΤΡΙΚΕΣ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

Ιζολα



ΕΚΛΕΚΤΑ ΕΣΩΡΟΥΧΑ — ΚΑΛΤΣΕΣ
ΣΙΛΚΑ Α.Ε.

ΜΗΤΡΟΠΟΛΕΩΣ 446 Θ ΤΗΛΕΦ. 27.697

«ΑΘΗΝΑ»

Τώρα ΠΑΤΟΙ ΧΛΟΡΟΦΥΛΛΗΣ

ΜΑΛΑΚΟΙ
ΣΑΝ ΜΑΞΙΜΑΡΙ

Dr. Scholl's
COLOR-VENT

Πρώτο από ελαιοεικό

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟΝ Π. ΜΠΑΚΑΚΟΥ

«ΑΘΗΝΑ»

Αιθέρα
ομορφιά...



ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ

Linnia

ΜΕ ΚΑΘΑΡΟ ΦΥΣΙΚΟ ΜΕΤΑΞΙ

