

HIT NAIKA

ΚΑΙ ΤΟ ΣΗΠΤΙ

ΑΡ. 38/1951

Μαγνητική γαρίδα



ΜΕ ΤΟ ΝΕΟ ΚΑΤΑΠΛΗΚΤΙΚΟΝ ΣΥΣΤΗΜΑ.
 Ο ΚΑΘΡΕΠΤΗΣ ΤΩΝ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΩΝ
 ΟΙΚΩΝ, ΠΑΡΙΣΙΩΝ, ΛΟΝΔΙΝΟΥ, ΝΕΑΣ ΥΟΡΚΗΣ
 ΣΑΣ ΠΡΟΣΦΕΡΕΙ ΤΑ ΩΡΑΙΟΤΕΡΑ ΕΤΟΙΜΑ
 ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΑ, ΦΟΡΕΜΑΤΑ, ΦΟΥΣΤΕΣ,
 ΜΠΛΟΥΖΕΣ, ΤΑΓΙΕΡ, ΕΣΩΡΡΟΥΧΑ,
 ΚΑΛΤΣΕΣ ΝΑΪΛΟΝ Κ.Λ.Π.



ΕΤΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟΝ * ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ 38 * ΑΘΗΝΑΙ
 4 ΙΟΥΛΙΟΥ 1951 * ΤΙΜΗ ΤΕΥΧΟΥΣ ΔΡΑΧΜΑΙ 4.000

Η ΓΥΝΑΙΚΑ ΚΑΙ ΤΟ ΣΠΙΤΙ

ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΜΕΝΗ ΔΕΚΑΠΕΝΘΗΜΕΡΗ ΕΠΙΘΕΩΡΗΣΙΣ

Διευθυντής Ε. Χ. ΤΕΡΖΟΠΟΥΛΟΣ—'Αρχισυντάκτης ΑΛ. ΜΑΚΡΟΠΟΥΛΟΣ

ΓΡΑΦΕΙΑ : ΟΔΟΣ ΣΑΝΤΑΡΟΖΑ 1. — ΑΘΗΝΑΙ — Τηλέφωνον 36.762
 ΤΥΠΟΓΡΑΦΕΙΑ : ΟΔΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΣ ΑΡΙΘ. 5. — Τηλέφωνον 26.343

ΚΑΛΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ!..

Τώρα που φεύγετε για την έσοχή, φροντίστε να εί-
 σθε κομψά, δροσερά και ευχάριστα ντυμένη.

Ένα κοστούμι για την πλάζ, σε τύπο μπλούζας—σόρτ,
 κλείνει με φερμουάρ, από το σημείο όπου καταλήγει το
 άνοιγμα του γιακά έως τα κουμπιά της περιφέρειας. Πά-
 νω στα κουμπιά αυτά κουμπώνει μια μονόχρωμη λοξή
 φουστίτσα, με όρθιες γλώσσες. Το σύνολο αυτό είναι πολύ
 πρακτικό και επιτρέπει δυο διαφορετικές εμφανίσεις. ανά-
 λογα με το μέρος και την ώρα που φοριέται.



Πόσο σας ταιριάζει αυτό το χαριτωμένο δαμδακερό φου-
 στανάκι με τη φαρδερά φούστα, που κυματίζει στον άνε-
 μο! Ένα πλατύ αμπίσεμαν τονίζει με σοφία τη λεπτή
 μέση, ενώ το κορσάζ αναδεικνύει το νεανικό στήθος και δει-
 χνει όμορφότερο το λαιμό με το κλειστό στρουγυλό γιακα-
 δάκι. Τα χέρια ελεύθερα στο φως και στον αέρα. Ένα
 κοντό ραγκλάν μπολερό είναι απαραίτητο για τη βραδυνή
 ψύχρα.
 Όπως βλέπετε δεν απαιτούνται μεγάλα έξοδα και ακρι-
 βά υφάσματα για να συμπληρώσετε το έξοχικό βεστιάριό
 σας. Όσο πιο απλά είναι τα ρούχα σας, όσο ευκολότερα
 πλένονται, τόσο πιο ευχάριστα θα κυλήσει για σας ο και-
 ρός της έσοχής, αφού μάλιστα δεν αμφιβάλλουμε πως έχετε
 νεανικό κέφι.



Η ΜΙΑ μετά την άλλη παρουσίαν κατά σειράν στις πιο γνωστές αθηναϊκές αίθουσες την εβδομάδα τους εργασία οι γνωστές σχολές χορού: Τσαούτου, Πράτσι-κα, Ματέυ, Μάνου, Ρενιέρη, Μορίανωβ. Τις ακολουθήσαν δε οι διάφορες τάξεις τραγουδιού των Ωδείου μας. Πλήθος μαθητών και μαθητριών σπουδαστών και εραστών του τραγουδιού, έλασαν μέρος σ' αυτές τις επιδείξεις.

— Μία από τις Σχολές αυτές, της γνωστής καθηγήτριας του «Εθνικού Ωδείου» κ. Μαρίας Τριβέλλου, παρουσίασε και στις 20 'Ιουνίου στο θέατρο «Κεντρικό» εξαιρετικούς πλούτεν ταλέντων, μεταξύ των οποίων την κ. «Έλλη Παπαδοπούλου και τις διδασκάλους Σωτηρία Ραζού, Σίνα Βομβίλα, Βαρέρα Τσαμζή, Θάλεια Κουτούπη, Σμαράγδα Καρατζά, Έρικα Χαλαμπιδού, Σία Μοσχονά, Πίτσα Ραφτοπούλου, τις μικρές Ντόρα 'Ιφιτζόγλου, Τζένη Ραφτοπούλου κ. α.

— Ιδιαίτερος άρεσε και γι' αυτόν άπέσπασε τα χειροκροτήματα και τα συγχαρητήρια των παριστάμενων και της κριτικής ή δέ Λουκία Καλαντζοπούλου, ένα πλούσιο ταλέντο που θα διαπρέψει πολύ γρήγορα προς όφελος της Τέχνης.

ΠΕΡΝΑ τις τελευταίες της ημέρες στον «Παρνασσό» η εκθέσις της γνωστής Έλληνίδος καλλιτέχνιδος ζωγράφου του Βελιγραδίου κ. Ραντμίλας Ζώτακ. Η κριτική ασχολήθηκε με αγάπη για την εργασία της και παρά το άκαιρο της παρουσιάσεως των έργων της αρκετά αγοράσθηκαν. Ωραία πα-



ΣΟΝΙΑ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ

ρουσιάζονται πλείστα όσα προτραπία της, νατάρ - μέρη, παστέλ, ταπών του εξωτερικού ως και συνθέσεις διάφορες.

Η 'Αγγελική Χατζημιγάλη παρουσίαν στην αίθουσα «Έλληνικό Σπήτι» την έστιασε του έπιδειξι, κατά την οποίαν έγιναν εξετάσεις των κοριτσιών που υπό την διδασκαλία της γνωστής καλλιτέχνιδος του σμάλτου, της κεραμικής και των άλλων διακοσμητικών μαθημάτων κ. Πηνελόπης Διαμαντο-

πούλου, θα άποδοθούν αύριο στην βιοπάλην. Τα είδικα αυτά τεχνικά και καλλιτεχνικά μαθήματα (ύφαντά, κεντήματα, παιχνίδια, τεχνητά άνθη κλπ.) διδάσκει επίσης και ο γνωστός ζωγράφος και σκηνογράφος κ. Α. Διαμαντοπούλος.

ΠΡΩΤΟΦΑΝΗΣ συναγεμώσθη στην Αίγυπτο με την έκει άφίδι της κ. Μαρίας Κοτοπούλη. Οι έκδηλώσεις του έκει έλληνικού στοιχείου ήσαν πολύ πλουσιώτατες προς τη μεγάλη καλλιτέχνηδα. Μεταξύ των άλλων εκδηλώσεων σημειώσαμε και την είδικην συγκέντρωση της «Φιλολογικής Συντροφιάς Έλληνίδων Κυριών 'Αλεξανδρείας» που έτιμησε τη μεγάλη καλλιτέχνηδα μας με ομιλίες της προέδρου της και ακαδημαϊκού κ. 'Αγγελικής Παναγιωτάτου και άλλων λογιών διδων και κυριών.

Ο «ΣΥΛΛΟΓΟΣ 'Αποφοιτών» 'Αλεξανδρείας άργάνωσε πρό ημερών μίαν ένδιαφέρουσαν έκθεση χειροτεχνίας και φορεμάτων που είχαν εξαιρετική οικονομική άποδοσι. Οι εισπράξεις διετέθησαν για τις ανάγκες του Συλλόγου. 'Επίσης έδωσε και μία ψυχραγωγική βραδυά με πρόγραμμα, αποτελούμενο από κωμωδία του Ν. Λάσκαρη, τραγούδια από χωρωδία, μουσική από άκοντεόν, αρχαίους έλληνικούς χορούς και κλασικά μπαλέτα, με την δ'ονιν της καθηγήτριας δ'ιδος Ε. Χήτου κλπ.

Η ΠΑΟΥΣΙΑ έμφάνισεν της 'Ελλά. Κοινότητας 'Αλεξανδρείας με τα τόσα της φιλανθρωπικά και άλλα κοινωνικά και άγαθοεργά της ιδρύματα στην 'Εκθεσι 'Αποδήμου 'Ελληνισμού, άποδεικνύει τη σπουδαία ζωτικότητα και συμβολή της γυναίκας σ' έναν τόπον όπως ή Αίγυπτος, όπου, χωρίς αυτή να έχη πολλά κυριαρχικά δικαιώματα, παρουσιάζεται με τόσο έξαιρετικό και μεγάλο έργο. 'Ακούσας δε, μεταξύ άλλων, τι ιδρύματα διαχειρίζονται οι γυναίκες μας έκει με σημαντική άποδοσι: 'Ορφανοτροφείον 'Μάνουα, 'Αδερώφειον Γυμνάσιον Θηλέων, 'Αδερώφειον 'Ανώτερον Παρθεναγωγείον, Μπενάκειον 'Ορφανοτροφείον, Μπενάκειον Οίκον, Συσσίτιον, Αίθουσα 'Ιουλιανής Σαλδόγλου, κ. α.

ΑΠΟ ΤΙΣ 'Ηνωμένες Πολιτείες της 'Αμερικής μας έρχεται και αυτή η είδησις, όπως συνηθισαμε και τόσες άλλες αυτού του είδους: μία Έλληνίδα, η δ'ονιν Μάρω Σκαρβέλη από τη Χίο, εύρισκόμενη έκει για σπουδές, παρουσίασε τόσο αξιόλογη εργασία και εύφωνα γύρω από τις σπουδές και τη μορφωσι της, ώστε έπληρε ύποτροφια για μετεκπαίδευσιν στο είδος των σπουδών και των γνώσεων που επιδιώκει. 'Ετσι, ύστερα



Η γνωστή καλλιτέχνις του 'Ελαφρού Θεάτρου Ρένα Ντόρ που πρωταγωνιστεί στην ωραία επιθεώρησι του «Άκρο πόλ», «Γαλανός Ουρανός»

από την 'Ιομήνη Θεολογίδη που τρία χρόνια τώρα στή Μινεσότα όλο και προόδους κατάγει στις Οικονομικές 'Επιστήμες, από την Βάσω Μπαλόγιαννη που κάμνει τόσο σημαντικές προόδους στο νέο είδος της κεραμικής στην Καλλιφώνια και τόσες άλλες προστίθε-



ΝΙΝΑ ΠΟΓΓΗ

ται ακόμα μία νέα έλληνίδα έπισημην.

ΕΤΟΙΜΑΖΕΤΑΙ για το ένδοξο φιλολογικό μνημόσυνο στην Αίμιλία Αδωνη, την αξέχαστη πεζογράφο και ποιήτρια που πέθανε τόσο πρόωρα στον καιρό της κα- τοχής.

ΜΑΡΒΑ

ΕΙΚΟΝΕΣ ΤΩΝ ΕΞΩΦΥΛΛΩΝ

ΕΜΠΡΟΣΘΟΦΥΛΛΟ

Το καθένα από τα σπινέ μαγιά της σελίδος μας έχει τη χάρη του. Το έπάνω άριστερά έχει στο τελείωμα του σπινέ φαρδι καπνικά και συγκρατείται με λεπτός μπρε- τέλες που γυρίζουν πίσω στο λαί- μω. Κάτω από την κοινή φύ- στα, πανταλονάκι.

Το έπάνω δεξιά άνήκει στον ε- διο τύπο. Η φουσιτσα κρύβει τα πανταλονάκι, και τελειώνει ψηλά σε σχήμα καρδιάς με άναλογο κα- πνάκι. Οι μπρετέλες συγκρατούνται με μέσα σε κρίκου. Κάτω άριστερά, μοντέλο στρα- πλες (χωρίς μπρετέλες), σουρωτό στο σουτιέν γκορζ.

Κάτω δεξιά, μοντέρνο μονοκόμ- ματο, σπινέ μαγιά με θαυμάσιο σουτιέν γκορζ, σε σχήμα πεταλού- δας. Καμφοτάτα πέδιλα συμπλη- ρώνουν την εμφάνισιν και δείχνουν ακόμη πιο χαριτωμένες τις αυλι- δες του εξωφύλλου μας.

Φόρεμα για πλάτ. Τρεις πέννες άρχίζουν από το κορσάκι και συνε- χίζονται στη φούστα με τις φαρ- δείες όριζόντιες ρίγες. Το κορσάκι είναι στολισμένο με μία φαρδεια του στήθους και άνεβαίνει πλα- ταινώντας προς τους ώμους σε τυ- πο νομίτη, που συνηθίζεται τελευ- ταία πολύ. Ο λοξός νομίτης σχη- ματίζει και το χαλκά του μανι- κιού.

Ζώνη όμοια με τις φαρδείς ρί- γες της φούστας. Σάβιτα φάνινη.

ΣΥΝΔΡΟΜΑΙ

ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ:
ΕΤΗΣΙΑ ... Δρχ. 110.000
ΕΞΑΜΗΝΟΣ ... » 55.000
ΤΡΙΜΗΝΟΣ ... » 30.000

ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ (έτησ.):
Λίραι 'Αγγλίας ... 3.10.0
Δολάρια ... 9

Εμβάσματα, τραπέζι, έπιταγές, Εύαγγελον Τερζόπουλου, Σανταρόζα 1, 'Αθήναι.

Διευθύνσεις συμφώνως τω άρθρ. 6 § 7 του Α. Ν. 1092) 1938.

Διευθυντής: Εύαγγ. Τερζό- πούλος. Κατοικία: 'Οδός Καλ- χίδος 12. 'Υπεύθυνος Τυπο- γραφείου: Στέφανος Κατα- νης. 'Οδός 'Αγ. 'Ελεούσης 3.

ΜΑΤΙΕΣ ΑΠ' ΤΟ ΠΑΡΑΘΥΡΟ

ΞΑΝΑΒΡΗΚΕ τον προπολεμικό της ρυθμό η κοσμική μας κίνησι. Δεν θα ήταν μάλιστα υπερβολή να πούμε, ότι σήμερα οι κοσμικές συγκεντρώσεις είναι εφάμιλλες με τις καλύτερες Παρι- ζιάνικες, Λονδρέζικες και Νεοϋορκέ- σκιες στην έπιστημότητα, στην έπίδειξι ώραιων φορεμάτων, στην όνειραδη ά- τμόσφαιρα. Και για να μη λείπουν μέ- σα στ' άλλα συνταρακτικά γεγονότα του είκοσιεταύρου και τα κοσμικά μας γεγονότα, οι περισσότερες έφημε- ρίδες καθιέρωσαν είδικη στήλη της κο- σμικής κινήσεως, παρόμοια με την στήλη της «Μονταίν». 'Εκει πιά ο συ- ναγωνισμός των κοσμικογράφων δίνει και παίρνει. Πολλές φορές η στήλη τους μεταβάλλεται σε... πεζογράφο. Με τη λυρισμό περιγράφονται τα νέα μον- τέλα! Και τι κατάχρησις κοσμητικών επιθέτων για να χαρακτηρισθούν χα- ριτόδωρες, ώραιότερες, κομψότερες οι κοσμικές κυρίες και δεσποινίδες! Φυ- σικά και ο συναγωνισμός μεταξύ των άνωτέρω δεν πάει πίσω. Η προσπά- θιά τους να διακριθούν πάση θυσία στο καρνέ του κοσμικογράφου, έχει φτά- σει σε ανώτατη μορφή σπατάλης χρυ- σών λιρών, ου μην αλλά κι' εξωφρενικό- τητος. Και δεν θα έκπλαγουμε καθόλου, αν προστεθί στο κύμα των αυτοκτονιών και η έξέσις περιπτώσεως: Αυτοκτόνησε ή δις Χ., διότι η χρεσινή της εμφάνισις εις την δεξιοσιν της κ. Ψ. δεν άνεφέρθη καν εις τας κοσμικάς στήλας των έφη- μερίδων!

ΟΙ ΚΟΣΜΙΚΟΙ μας κύκλοι άπέκτη- σαν κι' άλλον τόπο πανηγυρικής συγ- κεντρώσεως: Τόν Φαληρικών 'Ιππόδρο- μο. Με τη διαφορά ότι εδώ έρχονται και μη κοσμικοί κύκλοι—φανατικοί φί- λιπποι όλων των ποικιλιών. 'Επί πλέον οι κύρσεις — αυτό γίνεται και εις Πα- ρισίους — εξιδανύουν κατά την διάρ- κεια του... κάθε καρδιάς καρδιά. 'Όταν τρέχουν τ' άλογα, εκείνη τη στιγμή, κι' όσοι ακόμα ήρθαν για να κάνουν έπίδειξι, παρασύρονται απ' τον γενικόν ένθουσιασμό των φιλίππων— ούρονται, χειρονομούν, χοροπηδάνε, προτρέποντας τόν τζοκεύ που ίππεύει τ' άλογο της προτιμήσεώς των, να τερμα- τισή πρώτος. Και το θέαμα αυτό είναι όντως άπολαυστικό!

ΝΕΟ δράμα τιμής — μη τυχόν και χάσουμε το λογαριασμό. Ένας άδελ- φός κατέσφαξε την άδελφή του εν μέ- φος 'Αθήνας. Ποιό ήταν το «έγκλημα» των θύματος; Τρομερόν και άσυγχώρη- το! Είχε συνδεθί με κάποιον αίσθημα- τικός, τον όρότιον εκείνη εξακολουθούσε ν' αγαπά, ενώ εκείνος δεν άποφάσιζε ν' την παντρευθί. Δι' ό και ο άδελφός άδραξε την μάχαιραν κι' άποκατέστησε πλήρως την... τιμή του. Άλλά το ίδιο θα μπορού κάλλιστα να κάνη κι' ο άνα- θά μπορώ έραστής του θύματος. Μπορεί, δηλαδή, να σκοτώση κι' αυτός την άδελφή του (αν έχη) μόλις πληρο- φορηθί ότι συνδεθίκε με κάποιον αι- σθηματικώ, χωρίς ο κάποιος ν' άπο- σφασίξη ν' την παντρευθί. 'Ετσι γίνε- ται πάντα σε τέτοιες περιπτώσεις. Οι έν όνόματι της «τιμής» μαχαιροδρά- γες άδελφοί κανονίζουν, όπως τους βο- λεί, τις αισθηματικές των υποθέσεις, λέυει, τις άποκαταστάσεις απ' την ένοχλητική «άγαστημένη» ή τιμή του ά- δελφού της. Κι' όμως, κανένας απ' αυ- τούς δεν κρεμάστηκε άσχημρόν ως τώρα — τιμής ένεκεν...

ΠΟΣΑ δνείρα... παραθερίζουν και φέτος στις λουτροπόλεις! Κάθε χρόνο αρκετοί κι' άρκετες βγάζουν από την «μυιά» καλοκαίρι να ζήσουν για ένα τουλάχιστον μήνα στη Ρόδο, στην Αί-

δημό, στο Λουτράκι, στις Σπέτσες, με την έπίδωξι, να μπουν σε μεγάλους κύκλους, να γνωριστούν με εύηλα πρόσωπα και να σωθούν για όλη τους τη ζωή. Στις λουτροπόλεις, βλέπετε, συχναζουν πολυφώνες νύκτες, ταλαντού- χοι γαμπροί κι' ή άτμόσφαιρα της οι- κειότητος που έπικρατεί, εύνοει την «σύναφι, εγκαρδιών σχέσεων», ειδύλλια, συνοικέσια. «Μία εύκαιρία, λένε όσοι ξε- κινούν για να παραθερίσουν στις Λου- τροπόλεις, να συνδύσχη κανείς το τερ- πνόν με το ωφέλιμον. Με τρία έκατομ- μύρια το πολύ περνάει πλούσια επί έ- να μήνα, κάνει μεγάλη ζωή κι' έχει πολ- λές πιθανότητες να την συνεχίση μέχρι... τάφου! Άν μάλιστα διαθέτη καλή εμφάνισι, τότε πρέπει να είναι βέβαιος ότι θα κερδίση τόν πρώτον αριθμό του λαχείου. Δεν έχουμε κανένα λόγο να άπογοητεύσουμε τα παραθερίζοντα δι- τα. Τα συμβουλευόμεν όμως να προσέ- χουν. Η έπίδωξι αυτή έχει τόσους και τόσες όπαδούς, που υπάρχει φόβος να σημειωθούν καραμπόλες. 'Όποτε τα δ- νείρα θ' άποδειχθούν, δνείρα θερμής νυκτός!

ΜΠΡΑΒΟ στους 'Εγγλέζους! Μας έδωσαν ένα πολύ καλό μάθημα. Κάποιο άντρογυνο έξ 'Αμερικής, έφτασε στην 'Αγγλία για να έμπορευθί με πρωτο- τυπο τρόπο τα δύο του τέκνα: Νά τα βάλη να περάσουν κολυμβήσας τη θά- λασσα της Μάγχης. Κι' ήταν δύο παι- δια που ήσαν περίφημο κολύμπι μέν, αλλά ή μικρή τους ηλικία δεν έπέτρεπε τέτοια άσκήσι. Μόλις ή 'Αγγλική κοι- νή γνώμη πληροφορήθηκε τους σκοπούς του 'Αμερικανικού άνδρουγυνο, έσηκώ- θηκε σύσσωμη και ματαίωσε την έμπο- ρική έκμετάλλευσιν των δύο παιδιών. Και πάλι παράδο τους! Αυτή ή έκμετάλ- λευσιν που γίνεται σε κάθε παιδί—θαύ- μα, πρέπει να σταματήσει. 'Εμείς εδώ, χρόνια τώρα άνεχόμεστε άρκετα παι- δια — θαύματα να εμφανίζονται στις σκηνές των μουσικών μας θεάτρων, να τραγουδούν... παθιάρικα, να κάνουν άκκιμούς και να λύνουν το οικόνομικό πρόβλημα των γονιών τους. Μ' άλλα λόγια: 'Εχουμε άκατάλληλα θαύματα για τα παιδιά κι' άνεχόμεστε να πρω- ταγωνιστούν τα ίδια σε άκατάλληλα θαύματα!

ΜΥΣΤΗΡΙΟ! 'Ηθελα νάξεραι ποιός εύφυής έγκέφαλος μας άφησε φέτος στο έλεος των κουκουπιών, των σκινιτών και των μυιών. 'Ετσι του κατέβηκε και θεώρησε περίττο τον ψεκασμό της υπαί- θρου με ντί—ντί—τί. 'Αποτέλεσμα: Τά έντομα εις ένδειξιν εύγνωμοσύνης έχουν καταρρίψει ρεκόρ άναπαραγωγής κι' έ- πιτίθενται κατά σμήνη έναντιον εκείνων που δέχτηκαν άδυσμαρτύρητα την μη χρησιμοποίησι του ντί—ντί—τί. Κι' άλ- λοίμονο... Δεν κάνουν εξαίρεσι ούτε στους σωτήρες των — τ' άχάριστα!

ΑΡΧΙΣΑΝ, φαίνεται, να φιλοσοφούν οι Κρητικοί... 'Όταν είδαν κι' άπόει- δαν, πως οι άπαγωγές στη θερμόαιμη πατρίδα τους δεν έχουν τέλος, τόρριξαν στη φιλοσοφία. Για στάσου, είπαν. Αυ- τη τη δουλειά θα κάνουν τώρα; Όχι κυ- νηγούμε τ' άπαχθέντα ζεύγη και θα σκοτονόμαστε; Όχι! τα παντρεύουμε πιά κι' ό,τι βρέξη άς κατεβάση. Αυτή την πολύ λογική σκέψιν έκαναν οι γο- νείς των δύο άλληλοαπαχθέντων μαθη- τών και δώσανε την εύχη τους. Δεκαέτη χρονών εκείνη, δεκαοχτώ εκείνος. 'Απ' το σχολείο και στην εκκλησία—και με τους κηδεμόνες τους. Φαντάζομαι να μη διαφωνή κι' ο 'Υπουργός της Παιδείας με τις νέες του εκπαιδευτικές μεταρ- ρυθμίσεις!

Ο ΠΕΡΙΕΡΓΟΣ

ΤΡΑΓΟΥΔΙΑ ΤΗΣ ΑΓΑΠΗΣ

ΤΟ ΚΛΕΙΔΙ ΤΗΣ ΚΑΡΔΙΑΣ

Δάνεισέ μου το κλειδάκι της καρδιάς σου, να 'μπα μέσα μία θραυιά έρωτική... Θα 'μπα μέσα, μα χωρίς την άδειά σου, στην θερμή κι' αγαπημένη φυλακή. Λίγα θλέμματα θα ρίξω, μετρημένα για να ιδώ αν είν' ωραία κι' αν μπορώ να 'δρω μία μικρή θεσούλα και για μένα για να ζω στη φυλακή και να χαρώ.

Δάνεισέ μου το κλειδάκι και θά 'μπα, κάποιο δράδυ, στην πολλή μου άπελπισία, κάποιο σουρούπου θλιμμένο και θαμπό κι' αν τυχόν δεν άναλάβω ύπηρεσία κλειδοκράτορας στ' αλήθεια ταπεινός σου όπως θά 'θελα και θά 'τανε σωστό, άς περάσω για φιλοξενούμενός σου κι' άς καθίσω λίγο, να ξεκουρασθώ.

Είμαι βέβαιος, παιδί μου, ότι θά 'δρω ήσυχα εκεί μέσα αληθινή, θά ξεχάσω το μαράζι μου το μαύρο με μία τέτοια έρωτική διαμονή. Με τους πόδους της ψυχής μου, τους με- (γάλους τίποτ' άλλο δεν μ' άρέσει να σκεφτώ, και αν τύχη στην καρδιά σου, να 'δρω άλ- (λους,

θα τους διώξω... να 'σαι δέβαιη γι' αυτό, Δάνεισέ μου το κλειδάκι... κι' όταν γείρης, το κεφάλι σου στον ώμο μου άπαλά, ίσως γίνω στην καρδιά σου νοικοκύρης κι' ίσως όλα τότε πάνε πιά καλά. Δάνεισέ μου το αν θες να δοκιμάσης λίγο ήλιο, στής ζωής τη συννεφιά και θά ιδής ότι και συ θά ήσυχάσης όταν έχης στην καρδιά σου συντροφιά.

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΓΙΑΝΝΟΥΚΑΚΗΣ

Η ΗΜΕΡΑ ΤΗΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ

«Η ΓΥΝΑΙΚΑ ΚΑΙ ΤΟ ΣΠΙΤΙ» κυκλο- φορεί ήμεραν Τετάρτην ανά δεκαπενθήμε- ρον, άνεκαρτήτως ήμερομηνίας. Το προσέχες τεύχος (39) θα κυκλοφο- ρήση την Τετάρτην 18 'Ιουλίου.

ΤΑ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ ΤΕΥΧΗ

από του 1ου μέχρι του τελευταίου πωλούν- ται εις τα γραφεία μας, όδός Σανταρόζα 1.

ΟΙ ΤΟΜΟΙ ΤΗΣ "ΓΥΝΑΙΚΑΣ"

Μπορείτε να έχετε τα τεύχη σας δεμένα εις ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΩΤΑΤΟΥΣ ΧΡΥΣΟ- ΔΕΤΟΥΣ ΤΟΜΟΥΣ (1—13 ό Α' τόμος, 14—26 ό Β' τόμος). Προσκομίζετε τα τεύχη σας εις τα γραφεία μας και τα πα- ραλαμβάνετε δεμένα εις βραχύτατον χρο- νικόν διάστημα. Βιβλιοδεσία έκαστου τό- μου δρχ. 20.000.

Εις τας άναγνωστρίδας των ΕΠΑΡΧΙΩΝ άποστέλλονται, κατόπιν έντολής τα κα- λ'ήματα των τέμων αντί δρχ. 15.000 έ- καστον, έλεύθερα ταχυδρομικών. Το δέσι- μον ήμπορεί να γίνη από βιβλιοδέτην της περιοχής, όπου κατοικούν αντί έλαχίστης άμοιβής.

ΚΡΑΤΗΤΕ ΤΑ ΤΕΥΧΗ ΣΑΣ εις καλήν κατάστασιν διά να είναι εύκολη ή βιβλιο- δεσία των εις τέμους.

Ο γαλάζιος ιππότης

ΕΝΑ ΘΑΥΜΑΣΙΟ ΑΙΣΘΗ-
ΜΑΤΙΚΟ ΔΙΗΓΗΜΑ

Η Έμυ θα ήταν εύτυχης αν δεν την απασχολούσε αυτή η ενοχλητική σκέψη. Ο γαλάζιος ιππότης με το σπασμένο κεφάλι.

Ο γαλάζιος ιππότης ήταν ένα ωραίο αγάλματάκι από διάφανη πορσελάνη. Ένας μικρός ευγενής με περούκα και σπαθάκι, και χρώματα ξεθαμμένα από την ηλικία—ένος αιώνα κι' απάνω.

Από τότε που η Έμυ άρχισε να περπατά και να νοιώθει τον κόσμο, έμαθε να αγαπά και να σέβεται σε μια θεότητα, το πολύτιμο αυτό αγάλματάκι. Κι' ακόμη, ήταν από τα πράγματα που η μαμά αγαπούσε πολύ. Γι' αυτό ένοιωσε πραγματική απελπισία στη σκέψη πως έπρεπε να έξιμοιολογηθεί ότι ο μικρός ιππότης ήταν τώρα πια πεθαμένος, και μάλιστα εξ αιτίας της. Μάζεψε τα κομμάτια του, το άκεφαλο κορμί, το κεφάλι, το χέρι με το σπαθάκι—ένα θεάμα πολύ θλιβερό—και το φύλαξε σε μια κασετίνα.

Τι ευχάριστο που είναι να τρέχει κανείς καθισμένος στο πλάι του μπαμπά, μέσα στο κομψό του αυτοκίνητο. Θά ήταν όλα τόσο ωραία αν έλειπε η σημερινή καταστροφή.

Σε λίγο σταμάτησαν μπροστά σ' ένα μπαρ.

—Πάμε, Έμυ, να πάρουμε ένα όρεκτικό; Τά πάντα ήταν τυλιγμένα μέσα σ' ένα γαλάζιο πέπλο. Μόνο που νύσταζε τόσο. Και να σκεφτή κανείς, ότι όλ' αυτά ώφειλονταν στις λίγες γουλιές που είχε πιη από το μαρτίλι του μπαμπά, την ώρα που εκείνος σηκώθηκε να κάνει ένα τηλεφώνημα...

Τυλιγμένη στο γαλάζιο πέπλο, έφτασε κι' εκείνη η αδύνατη μελαχρινή κυρία, που σταμάτησε μπροστά τους, κι' είπε κυττάζοντας τον μπαμπά στα μάτια.

—Πόσον καιρό έχουμε να ιδωθούμε, Τζόρτζιο!

Σώπασε, ύστερα συνέχισε: —Δε μου προσφέρεις κάτι; Έχομε τόσα να πούμε.

Μετά η φωνή της χαμήλωσε. Κάθε τόσο μερικά λόγια έφταναν ως τ' αυτιά της Έμυ.

—Η κόρη σου; Δεν τώξερα! "Ω, Τζόρτζιο! Η ζωή είναι τόσο παράξενη. Ναί κι' εγώ... δυο αγόρια. Μά, επί τέλους, γιατί δεν πρέπει να ξαναϊδωθούμε είναι όλα τόσο αβέβαια.

Σε λίγο η ματιά του πατέρα έδειξε την Έμυ.

—Α μπά, σκέπτονται άλλα πράγματα στην ηλικία της.

—Όσο κι' αν ήταν απορροφημένη από τη σκέψη του γαλάζιου ιππότη, αναγκάστηκε να σκεφτεί σοβαρά και τον πατέρα, όταν τον είδε ν' απομακρύνεται σε μια γωνιά του μπαρ και να την ξεχνά ολότελα. Είχε μια έκφραση καινούργια, ένα πρόσωπο φωτεινό, και κύτταζε τρυφερά την όμορφη μελαχρινή κυρία. Η Έμυ έτρεξε κοντά τους απρόσκλητη.

—Λοιπόν, σήμερα στις 4.

—Ναί, ναί. Είμαι τόσο ευτυχισμένη που σε ξαναβρήκα ύστερα από τόσα χρόνια.

Στο αυτοκίνητο ο Τζόρτζιο είχε μια έκφραση στενοχωρημένη, σοβαρή. Μ' όλο που η Έμυ ήταν τόσο μικρή, το ένστικτο της έλεγε πως ο μπαμπάς έφταιγε σε κάτι.

Πρέπει να πάλαψε πολύ με τον εαυτό του, ώσπου ν' αποφασίσει να της πη:

—Μου κάνεις τη χάρη, να μην πης της μαμάς σου ότι πήγαμε στο μπαρ; Της έχει περάσει η ιδέα ότι τα ποτά με βλάπτουν.

—Δε θα το πω. Έκανε η Έμυ και της

φάνηκε σαν να πρόδιδε τη μητέρα. "Όμως ήταν στη μέση εκείνος ο γαλάζιος ιππότης". Δεν ήταν άνοητη, καταλάβαινε καλά τι ήθελε να κρύψει ο πατέρας και γι' αυτό μάλιστα ίσως μπορούσε να την βοηθήσει.

—Μπαμπά!

—Τι συμβαίνει; Έκανε νευρικά.

Του διηγήθηκε την ιστορία του γαλάζιου ιππότη.

—Εσύ μπορείς να με βοηθήσεις, μπαμπά. Αν έλεγες πως τσάπασες εσύ, δεν θα σούλεγε κανείς τίποτα.

Ο Τζόρτζιο έσφιξε τα χείλη του. «Μια μικρή εκδίαστρια, σκέφτηκε. Καλή αρχή για δέκα χρόνων κορίτσι».

Αισθανόταν την επιθυμία να της δώσει ένα γερό χαστούκι. Μά ήταν στη μέση εκείνη η ιστορία του μπαρ.

—Καλά, Έμυ, δε θα πω τίποτα.

Συνέχισαν τη διαδρομή σιωπηλοί, κι' ένοιωσαν ανακούφιση όταν το αυτοκίνητο σταμάτησε στην πόρτα του σπιτιού.

—Τώρα, πατέρα, έρχομαι, περίμενε ένα λεπτό. Ένα λεπτό μανάχα.

Η Έμυ δεν έκανε άλλο παρά να υποκύψει στις παραγγελίες της μητέρας, που άναστατημένη προσπαθούσε να κρύψει το περιεχόμενο ενός μεγάλου κουτιού.

—Τι τρέλλα, Θεέ μου! Ποτέ μου δεν έκανα κάτι παρόμοιο. Τι μου ήρθε ν' αγοράσω ένα τόσο ακριβό φόρεμα χωρίς να το δω το πω...

Τα βήματα του Τζόρτζιο άκουστηκαν έξω από την κρεβατοκάμαρα.

—Έμυ, πές του κάτι. Εμπόδισε τον νάρθη.

—Πατερούλη, περίμενε λίγο. Η μαμά χτενίζεται, δεν θέλει να την δεις αγένεστη. Στάσου, μην ανοίξεις ακόμη την πόρτα. Αράδιαζε μ' ευκολία ένα σωρό φέματα και συγχρόνως σκεπτόταν πως κι' η μαμά είχε να κρύψει ένα γαλάζιο ιππότη με σπασμένο κεφάλι...

Στο τραπέζι μιλούσαν όλοι με μια άσυννηστη ευγένεια. "Όλο «ναί, αγαπητή μου», «όχι, αγαπητέ», ότι η Έμυ: «ναί, μανούλα, όχι μπαμπάκι». Αλλά ο καθένας είχε τις δικές του έννοιες.

Μετά το φαί, η μητέρα σηκώθηκε να ψάξει για κάτι και βρήκε το ακρωτηριασμένο αγάλματάκι.

—Εγώ τσάπασα, είπε άμεσως ο πατέρας.

—Δεν πειράζει, Τζόρτζιο, τα πράγματα δεν είναι αιώνια.

Σώπασαν λίγο κι' ύστερα ο πατέρας συνέχισε με ψεύτικη αδιαφορία.

—Σε λίγο ώρα πρέπει να πηγαίνω. Έχω ένα ραντεβού στις 4 με κάποιον που ήλθε από τη Ρώμη. Θα μιλήσω με γιά υποθέσεις. Λυπούμαι, αγάπη μου, Σήμερα είναι Κυριακή και θαόθελα να θυαίνουμε μαζί, αλλά βλέπεις...

—Δεν πειράζει, Τζόρτζιο, ξανάπε η μητέρα και τα χείλη της έτρεμαν έλαφρα.

ΡΙΖΙΚΕΣ ΛΥΣΕΙΣ!



—Αυτός ήταν ο μόνος τρόπος για να μπορέσουμε να παρακολουθήσουμε ήσυχα το ποδοσφαιρικό μάτς!...

Τώρα η Έμυ καταλάβαινε πως ήλθε της μητέρας η σειρά. Πραγματικά σε λίγα λεπτά είπε:

—Αλήθεια, ήθελα να σου πω κάτι. "Ω! τίποτα σπουδαίο. νά, έγινε κάποιο λάθος στους λογαριασμούς του περασμένου μήνα. Μια μικρή διαφορά, θα ήθελες να τους ελέγξεις;

—Μά τι λες τώρα, αγάπη μου, δεν έχει σημασία, δεν έχει καμιά σημασία.

Πάλι σώπασαν όλοι, και η Έμυ σκεπτόταν πως κάτι φοβερό έπρόκειτο να συμβη. Τι θα γινόταν μ' όλα αυτά τα αραδιασμένα ψέματα;

Ο πατέρας σηκώθηκε για να πάη να ντυθ. Η μαμά διάταξε για μια στιγμή κι' ύστερα σηκώθηκε κι' εκείνη.

—Τζόρτζιο, άρχισε, να σου πω κάτι. Δε θέλω να υπάρχουν ψέματα μεταξύ μας. Δεν είναι αλήθεια για το λογαριασμό. Μονον, έκανα την ανοησία να παραγγείλω ένα καινούργιο φόρεμα. Δεν ήξερα ότι θα ήταν τόσο ακριβό. Αν θέλεις όμως, να το επιστρέψω.

Ήταν πολύ χλωμή, κι' έμοιαζε σαν παδάκι που πρόκειται να το μαλώσουν.

Η Έμυ την κύτταζε με θαυμασμό. Ένοιωσε παράξενα. Της έρχόταν να κλάει και να γελάσει συγχρόνως.

Ω, μαμά, αγαπημένη παράξενη μαμά, πόσο καλύτερη είσαι από μας τους δυο, αν μπορούσαμε να ήμασταν κι' εμείς δυνατόι σαν κι' εσένα!

—Δεν πειράζει, άκούστηκε αδιάφορη πάλι η φωνή του πατέρα. Μπορείς να το κρατήσεις.

Διευθύνθηκε προς την πόρτα.

Η μαμά φαινόταν απογοητευμένη, κι' είχε γίνει τώρα περισσότερο χλωμή.

—Ωστε θα πας όπωσδήποτε, Τζόρτζιο σ' εκείνο το ραντεβού; είτε σιγά.

—Μά βέβαια, είναι ανάγκη, αγάπη μου.

Η Έμυ τον κύτταζε απελτισμένη. Είχε ωριμάσει μέσα σε λίγα λεπτά, και το ένστικτο την ειδοποιούσε, πως η στιγμή εκείνη ήταν αποφασιστική για την εύτυχία τους.

Ο Τζόρτζιο κινήθηκε προς την πόρτα ενοχλημένος από το βλέμμα της κόρης του.

—Μπαμπά, μαμά, σταθήτε! Έκανε ξαφνικά η μικρή.

Ο πατέρας γύρισε ανήσυχος.

—Θέλω να σας πω για τον ιππότη. Για τον γαλάζιο ιππότη. Εγώ τον έσπασα. Μάλωσέ με, μανούλα, κάνε με ότι θέλεις, μα δε θέλω, δεν μπορώ κι' εγώ να σου πω ψέματα.

—Δεν πειράζει, Έμυ.

Η Έμυ είχε σπηλωμένα τα μάτια της στον πατέρα.

—Ελα, του έλεγαν τα μάτια της. Τι περιμένεις; Μόνο εσύ έμεινες. Είναι η σειρά σου να βγής κι' εσύ νικητής από τη μικρή σου μάχη.

Δεν καταλάβαινε πως η μάχη αυτή ήταν πολύ μεγαλύτερη από τη δική της κι' από της μητέρας.

Ο Τζόρτζιο στεκόταν πάντα μπροστά στην πόρτα αναποφάσιστος, ενώ δυο λευγάκια μάτια τον κύτταζαν μ' αγωνία.

—Υστερα γύρισε χαμογελώντας στην κόρη του και της είπε γλυκά:

—Πρόδωσες, Έμυ, τη συνωμοσία μας.

—Ίσως δεν έκανες σχήμα.

—Υστερα, γυρίζοντας αποφασιστικά, είπε:

—Πάω να τηλεφωνήσω σ' αυτόν τον γνωστό από τη Ρώμη, να μη με περιμένει. Θα βγούμε έξω οι τρεις μας. Είστε κι' οι δυο τόσο γοητευτικές, που δεν μπορώ να σας αφήσω.

Μπήκε στο διπλανό δωμάτιο, αλλά η Έμυ κι' η μητέρα ήξεραν πολύ καλά πως δεν τηλεφωνούσε σε κανένα.

—Έμυ, έλα να δης.

Μά αυτό ήταν ένα αληθινό θαύμα. Ο γαλάζιος ιππότης ήταν πάλι ζωντανός. Μόνο μια ψιλή - ψιλή γραμμή τούλιγε σαν περιδέραιο το λαϊκό, τη γαμπα και το χέρι με το σπαθάκι. Ήταν όμως πάλι όμορφος και γερός, όπως και πρώτα. Μόνο που τώρα χρειαζόταν περισσότερη φροντίδα και περισσότερη προσοχή, όπως και η εύτυχία τους...

ΙΖΑ ΜΟΡΕ

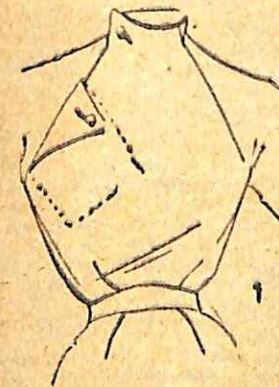
Η ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΛΕΞΙΣ ΤΗΣ ΜΟΔΑΣ

ΣΤΙΣ ΤΣΕΠΕΣ

1. Μέσα στη ραφή του μανικιού ραγκλάν αφιερώνεται μια σχισμή που σχηματίζει τσέπη με ένα ρεβέρ.

2) Η πένσα του στήθους προεκτείνεται στη φούστα σε σχήμα ψαροκόκκαλου, και σχηματίζει λοξή, θωρία τσέπη στη μιάν άκρη του.

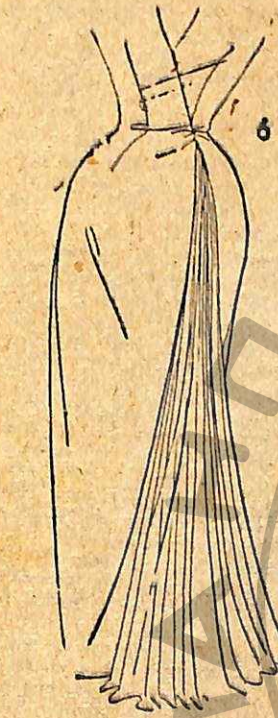
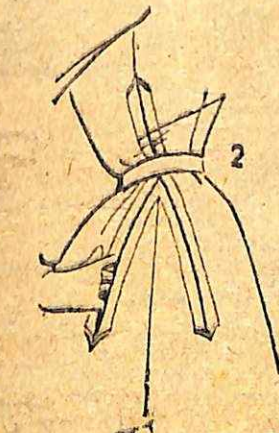
3) Πάνω στο κορσάκι, το επάνω μέρος του κοψιματος σχηματίζει τσέπη με καπάκι ενώ το κάτω μέρος, πάνω στη φούστα, συμπληρώνεται με μια μεγάλη πατικωμένη τσέπη στη στρωγυλάδα.



ΣΤΑ ΖΑΠΟΝΕ ΚΟΡΣΑΖ

4) Η πλάτη σχηματίζει ένα μικρό ντραπάρισμα, γυρίζει και εφαρμόζει με μια λοξή ραφή στο εμπρός κομμάτι που είναι ίδιο.

5) Αυτό το φαρδύ και κοντό κιμονό μανίκι είναι σχιστό στο επάνω μέρος του ώμου.



ΣΤΙΣ ΑΜΠΙΓΙΕ ΦΟΥΣΤΕΣ

6) Το σταύρωμα του κορσάκι προεκτείνεται και στη φούστα. Ένα φύλλο με πλισέ σολέιγ είναι και στερεωμένο στο κομψίμα της μέσης και δίνει άερα στη σιλουέτα χωρίς να αλλοιώνει τη λεπτότητα της γραμμής.

ΣΤΙΣ ΑΡΧΕΣ ΙΟΥΝΙΟΥ, ΜΙΑ καταπληκτική υπόθεση συνεκδόνησε ολόκληρη την Αμερική, γεμίζοντας συγκίνησι ιδιαίτερα όλες τις μητέρες: Η Τσερλ Λύν ήταν ένα μικρό και αδύνατο πλασματάκι, που γεννήθηκε στο τέλος της άνοιξης στο Σικάγο. Η σωματική διάπλαση της μικρής ήταν άρτια, αλλά γρήγορα ο γιατρός ανέληφθη ότι, αντί να κερδίσει βάρος και να μεγαλώσει, η Τσερλ Λύν αδυνατίει και χλωμαίνει. Την μετέφεραν στο νοσοκομείο και οι εξετάσεις εκεί απέδειξαν ότι η μικρή έπαυε από λευκαίμα, την—εύτυχώς—σπάνια αυτή αρρώστεια κατά τη διάρκεια της οποίας τα έρυθρά αίμοσφαίρια εξοντώνονται από τα λευκά και ο ασθενής πεθαίνει μέσα σε λίγους μήνες. Η μόνη δυνατή θεραπεία και μάλιστα στα μικρά παιδιά, είναι μία γενική αλλαγή του ασθενικού αίματος, που κυλά μέσα στον οργανισμό, με άλλο αίμα υγιές και δυνατό.

Πριν διατάξη την σωτηρία μετάγγισι, ο διευθυντής του νοσοκομείου εθεώρησε καλό να ειδοποιήσει τους γονείς της μικρής, βέβαιος πως δεν θα είχαν καμμία αντίρρηση, εφ' όσον δεν υπήρχε καμμία άλλη ελπίς για τη σωτηρία της μικρής.

Η απάντησι όμως των γονέων ήταν πραγματικά καταπληκτική: ο κ. και η κ. Λύν, που ήταν και οι δυο φανατικοί οπαδοί της αίρέσεως των «μαρτύρων του Ιεχωβά», αρνήθηκαν να επιτρέψουν να σωθή το παιδί των, με τη δικαιολογία ότι... «ο Θεός είπε ότι δεν επιτρέπεται να πάρη κανείς το αίμα ενός άλλου όντος». Και επέμεναν με φανατισμό στην άρνησί των, παρό τις συστάσεις των κατάπληκτων γιατρών.

—Καταδικάζετε το παιδί σας σε βέβαιο θάνατο! τους είπαν.

—Θα παρακαλέσωμε τον Κύριο, απάντησαν ήρεμα οι λαμπροί γονείς.

Και γύρισαν στίτι τους, όπου άρχισαν πράγματι να προσεύχονται, τριγυρισμένοι και από άλλους «μαρτύρους του Ιεχωβά».

Στο μεταξύ, όμως, η περίπτωση της μικρής Τσερλ, που έσθηνε από μέρα σε μέρα επάνω στο κρεβάτι της, είχε γίνει γνωστή και έξω από το νοσοκομείο. Οι μητέρες του Σικάγου άρχισαν να ενδιαφέρονται και δυο μεγάλες εφημερίδες ασχολήθηκαν με το θέμα.

Τέλος, ο διευθυντής του νοσοκομείου πήρε την απόφασι: Απευθύνθηκε στον εισαγγελέα και ζήτησε την άδεια να εμπιστευθούν τη μικρή που κινδύνευε, σε έναν θετό πατέρα. Το δικαστήριο, αφού εξέτασε με προσοχή την υπόθεσι, ανέκρινε την αίτησι.

Παρουσιάσθηκαν περί τους εκατό υποψήφιοι πατέρες. Εξέλεξαν τον καλύτερο—τον πιο κατάλληλο σε ποιότητα αίματος—και εκείνος έσπευσε να δώση τη συγκατάθεσί του

και το αίμα του για τη σωτηρία της μικρής.

Έτσι, η Τσερλ δέχθηκε στις φλέβες της το σωτήριο αίμα και μετά μερικές εβδομάδες, ήταν πια έντελως καλά. Τότε όμως παρουσιάσθηκαν πάλι ο κ. και η κ. Λύν, ζητώντας να πάρουν πίσω την κόρη τους.

—Δεν είναι πια δική σας, είναι δική μου κόρη! τους απάντησε έξαλλος ο θετός πατέρας, που μετέφερε στίτι του το αδύνατο πλασματάκι.

Οι Λύν απευθύνθηκαν τότε στη δικαιοσύνη, ζητώντας πίσω το παιδί τους.

—Δεν το εγκατέλειψαμε, είπαν, αλλά δεν θελήσαμε να παρακούσωμε τον Ιεχωβά. Αλλ' ωστε ποιος βεβαιώνει ότι την Τσερλ την έσωσε η μετάγγισις που της κάνατε και όχι ο Ιεχωβάς;

Το Άνωτατο Δικαστήριο των Ην. Πολιτειών εξέτασε λεπτομερώς την υπόθεσι. Δέκα και πλέον ειδικοί επιστήμονες έβεβαίωσαν, ότι, αν δεν είχε γίνει η μετάγγισις του αίματος, η μικρούλα θα ήταν προ πολλού νεκρή. Η απόφασις του Δικαστηρίου ανεγνώρισε λοιπόν στους «μαρτύρες του Ιεχωβά» το δικαίωμα να αρνούνται την μετάγγισις αίματος, όταν όμως πρόκειται μόνο... για τους ίδιους τους εαυτούς των!

«Αλλά—λέει η απόφασις—το δικαίωμα αυτό δεν μπορεί να ασκείται πέρα από το ίδιο το άτομο. Το πρώτο καθήκον κάθε ανθρώπινου όντος—ιδίως ενός πατέρα και μιας μητέρας—είναι να κάνουν το πάν για να σώσουν τη ζωή ενός άλλου όντος. Και οποιαδήποτε αντίθετη απόφασις δεν μπορεί παρά να θεωρηθεί σαν έσφαλμένη και καταδικαστέα».

Και έτσι, η μικρή Τσερλ θα μείνι πια για πάντα το θετό παιδί της, που συνετέλεσε στη σωτηρία της.

Φυσικά, η απόφασις του Δικαστηρίου επροκάλεσε ζωηρότατες συζητήσεις στις Ηνωμ. Πολιτείες. Οι υποστηρικταί των Λύν λένε: —Οσεδήποτε δικαστικές αποφάσεις και αν βγούν, η Τσερλ θα είναι πάντα η κόρη του ζεύγους Λύν.

Οι άλλοι, λογικώτατα απαντούν: —Τι θέλετε να πείτε; Το αίμα; Μά ξεχνάτε ότι η Τσερλ δεν έχει πια μέσα της ούτε μία σταγόνα από το αίμα των γονέων της!...

Το γεγονός όμως είναι ότι το θέμα δεν είναι ακριβώς έτσι. Το ζήτημα είναι σε ποιόν όφειλει κανείς περισσότερη ευγνωμοσύνη; Σ' εκείνους που (πολλές φορές χωρίς καν να το σκεφθούν) τον έφεραν στον κόσμο, ή σ' εκείνους που—έθελοντικά—έκαναν το πάν για να τον διατηρήσουν στη ζωή;

Σ' αυτή την περίπτωσι η μικρούλα Λύν και αν ακόμα αποδιδόταν στους γονείς της, θ' ήταν μεγαλύτερη και μάθαινε την πράξι του θετού πατέρα της, αυτόν θα εύγνωμονούσε.



ΚΟΡΙΝ ΚΑΛΒΕ

Η Κορίν Καλβέ, η γοητευτική Γαλλίδα στάρ με τα γατιά μάτια και το θαυμάσιο σώμα, είχε πριν από λίγους μήνες τη μεγάλη τιμή να κερδίσει το χρυσό μετάλλιο του μεγάλου αμερικανικού περιοδικού «Λούκ», το οποίο απονέμεται στην νέα ήθοποιό που φαίνεται καλύτερα προικισμένη για να ξεελιχθεί σε μεγάλη

«στάρ» του κινηματογράφου. Η νεαρή Κορίν που είναι μόλις 26 χρονών, βρίσκεται στο Χόλλυγουντ από το 1948, ειδικά παντρεμένη με τον Τζων Μπρόμφιλντ — γιου του γνωστού συγγραφέως Λούις Μπρόμφιλντ — και ζή κοντά του ευτυχισμένη. Όταν δεν παίζει ρόλους γοήσεως, στο πλευρό του Μπάρτ Λάνκαστερ ή κάποιου άλλου από τους δυναμικούς γόητες της μόδας, η Κορίν περιφέρεται με παντελόνια και ασχολείται με το νοικοκυριό της. Μιλεί θαυμάσια αγγλικά — το 1946 δεν ήξερε ούτε λέξη — λατρεύει το ψάρεμα, τραγουδά και χορεύει θαυμάσια. Και, στο Χόλλυγουντ, είναι το σα μιά από τις ήθοποιους της μόδας.

στην ή κάποιοι άλλου από τους δυναμικούς γόητες της μόδας, η Κορίν περιφέρεται με παντελόνια και ασχολείται με το νοικοκυριό της. Μιλεί θαυμάσια αγγλικά — το 1946 δεν ήξερε ούτε λέξη — λατρεύει το ψάρεμα, τραγουδά και χορεύει θαυμάσια. Και, στο Χόλλυγουντ, είναι το σα μιά από τις ήθοποιους της μόδας.



ΓΙΑ ΕΝΑ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟ ΜΠΙΑΝΙΟ

Υλικά: 175 γραμ. ή 60 δρόμια περίπου μαλλί πεντάκλωνο ΜΠΙΓΚΟΥΕΝ — ΜΠΕ ΜΠΕ.

Μέτρα: Ύψος από καβάλο έως εμπρός χωρίς τη μύτη 44 εκατ., περιφέρεια κάθε ποδιού 76 εκατ., περιφέρεια μέ-

σης 64 εκατ., φάρδος καβάλου 10 εκατ.

Τρόπος πλέξιμα-τος: Στριφτό — ζέρσευ — Θα πλέκετε την καλή παίρνοντας τον πόντο από το πίσω μέρος. Λάστιχο — στριφτό 3+2 = 3π καλή (όπως πλέκετε τους

πόντους του στριφτού — ζέρσευ), 2π ανάποδη. Δείγμα: 13π ζέρσευ — στριφτό = 5 εκατ. φάρδος, 20 δελόνες = 5 εκατ. ύψος.

ΕΞΗΓΗΣΙΣ

Αυτό το μαγιό αποτελείται από ένα μεσαίο κομμάτι με φανταζι — λάστιχο που σχηματίζει το μέσον του μπροστινού. Ένα δεύτερο κομμάτι σχηματίζει την πλάτη και ένα μέρος του μπροστινού. Αυτό το δεύτερο κομμάτι πλέκεται λοξά. Τα δυο κομμάτια του μαγιό στο επάνω μέρος θα τελειώσουν σαν ένα κομμάτι για τι θα πλεχθούν με 4 δελόνες.

ΜΕΣΑΙΑ ΜΠΡΟΣΤΙΝΗ ΜΠΙΑΝΤΑ

Βάλετε 27 δελόνες. Πλέξετε 14 δελόνες στριφτό — λάστιχο 3+2π δηλ. 3π καλή 2π ανάποδη. Κατόπιν κάθε δεύτερη δελόνα θα βάξετε 2π σε κάθε μεριά (7 φορές). Πρέπει να έχετε στη δελόνα σας 55π σύνολον. Συνεχίστε ίσια τους 55π έως ότου έχετε 20 εκατ. Σ' αυτό το ύψος θα σχηματίσετε τη μέση (ζώνη) στενεύοντας τους πόντους κατά τον εξής τρόπο: Θα πλέκετε τους δυο πόντους από την ανάποδη μαζί, τώρα θα έχετε λάστιχο 3π καλή, 1π ανάποδη. Πλέξετε αυτό το λάστιχο που έδημιουργήθη 3 εκατ. Κατόπιν πλέξετε από δυο φορές τον κάθε πόντο από την ανάποδη για να έχετε και πάλι λάστιχο 3+2π. Κατ' αυτόν τον τρόπο πλέξετε 7 εκατοστά και μετά τα 7 εκατ. θα ξαναπλέξετε τον πρώτο πόντο από τους ανάποδους πόντους 2 φορές για να έχετε λάστιχο 3+3π δηλ. 3π καλή, 3π ανάποδη. Πλέξετε 5 εκατ. και αφήστε το πλεκτό σας να περιμένει. Πρέπει να έχετε 43 εκατ. γενικό μέτρο στο μέσον της μπιάνας.

ΠΛΑΤΗ

Θ' αρχίσετε μεταξύ των ποδιών (δεξιά μεριά). Βάλετε 3π Πλέξετε με στριφτό — ζέρσευ, βάζοντας 1π στο τέλος της δελόνας από την καλή (καβάλο) και 2π στο τέλος της δελόνας από την ανάποδη (μπιαζάκι). Όταν θα έχετε 21 εκατοστά επίσης στη δελόνα σας αφήστε αυτό το κομμάτι να περιμένει. Πλέξετε ακόμη ένα ίδιο κομμάτι αντικρουστό, δηλ. θα βάξετε 2π στο τέλος της δελόνας από την καλή και 1π στο τέλος από την ανάποδη. Όταν θα έχετε 20π στη δελόνα σας, περάστε τους μαζί με τους πόντους που έχετε και περιμένουν στην ίδια δελόνα για να πλεχθούν μαζί οι πόντοι μαζί. Κατόπιν εξακολουθήστε το πλέξιμο κατά τον εξής τρόπο: Από την καλή μεριά του πλεκτού θα κάνετε ένα διπλό στένεμα στο μεσαίο πόντο, δηλ. θα πλέκετε τον τελευταίο από τους 20 πρώτους πόντους μαζί με τον μεσαίο και τον μεσαίο πάλι μαζί με τον πρώτο από τους 20 επόμενους πόντους. Ταυτοχρόνως θα βάξετε κάθε δεύτερη δελόνα σε κάθε μεριά 8π (2 φορές), δηλ. (2 φορές) και από 9π έως ότου έχετε σύνολον πόντων στην δελόνα σας 187. Κατόπιν εξακολουθήστε κανονικά το πλέξιμό σας, βάζοντας 1π στο

τέλος κάθε δελόνας για να συμπληρώνονται οι 2π που κλείνετε στο μέσον. Κατ' αυτόν τον τρόπο θα πλέξετε 21 εκατ. Κατόπιν σταματήστε τ' ανοίγματα σε κάθε δελόνα και πλέξετε 14 εκατ. Περάστε τους πόντους που έχετε και περιμένουν του μεσαίου κομματιού και του κομματιού της πλάτης σε καλτσοδελόνες Νο 3. Θα πλέξετε στρογγυλά κατά τον εξής τρόπο: Τους πόντους της πλάτης θα τους πλέξετε στριφτό — λάστιχο 3+3π. Τους δε πόντους με το λάστιχο του μπροστινού κομματιού, τους ανάποδους, θα πλέξετε δυο φορές τον πρώτο πόντο για να σχηματίσετε λάστιχο με 3π καλή, 4π ανάποδη. Κατ' αυτόν τρόπο θα πλέξετε 5 εκατ. Κατόπιν συνεχίστε το πλέξιμό σας σε όλους τους πόντους με λάστιχο 3+3π. Απ' εκεί που αρχίσατε το στρογγυλό πλέξιμο και σταματήσατε τα μεσαία στενέματα της πλάτης θα αφήνετε σε κάθε γύρο τρεις-τρεις πόντους έως ότου αφήσετε όλους τους πόντους από τις δελόνες σας απλεκτούς. Ταυτοχρόνως και μετά 4 γύρους που θα έχετε αρχίσει ν' αφήνετε τους πόντους, χωρίστε το πλεκτό σας στη μέση του μπροστινού για να σχηματίσετε την κάθε μύτη χωριστά. Πλέξετε ίσια. Σε 5 εκατ. του λάστιχου 3π καλή, 4π ανάποδη, κλείστε 1π στην αρχή και 1π στο τέλος από 4π ανάποδη, ώστε να έχετε λάστιχο 3π καλή, 2π ανάποδη. Όταν οι πόντοι που τους αφήνατε τρεις-τρεις μείνουν όλοι απλεκτοί, όπως σας υποδείξαμε πάρα πάνω, πλέξετε τους όλους σε λάστιχο 1+1π και κατόπιν κλείσατέ τους. Πλέξετε και την άλλη μύτη κατά τον ίδιο τρόπο.

Σηκώστε στην άκρη κάθε μύτης (μέσον μπροστινού) σε κάθε πόντο 1π και πλέξετε 4 δελόνες λάστιχο 1+1π. Κλείσατε τους πόντους χωρίς να τους σφίξετε.

Ράψετε το κομμάτι της πλάτης στο μπροστινό κομμάτι. Ράψετε τον καβάλο.

Σηκώστε σε κάθε μπατζάκι γύρω-γύρω 1π σε κάθε πόντο με τις καλτσοδελόνες και πλέξετε στρογγυλά λάστιχο 1+1π 4 δελόνες. Κλείσατε τους πόντους χωρίς να τους σφίξετε. Πλέξετε δυο υπερέλες κατά τον εξής τρόπο: Βάλετε στη δελόνα σας 8π και πλέξετε 25 εκατ. λάστιχο 1+1π για την κάθε μία.

Ράψτε τις στις δυο μύτες. Θα τις δέσετε στο πίσω μέρος του λαιμού σας.

ΤΑ ΑΣΗΜΙΚΑ

Καθαρίζονται αν τα τρίψετε με πανί βουτηγμένο μέσα σε άσπρο πηλο διαλυμένο μέσα σε λίγο οινόπνευμα. Τα γυαλίζετε κατόπιν με στεγνό καμπλό-δερμα.

Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε και την εξής συνταγή: Ανακατεύετε μέσα σε νερό να γίνουν σαν ζύμη τα εξής υλικά: ένα μέρος άσπρο πηλό, ένα μέρος κορεν ντε τάρτο (κρεμόριο, όπως συνηθίζουν να λένε) και ένα μέρος κοπανισμένη στύψι. Αλείψετε μ' αυτό το μίγμα τα ασημικά αφήστε τα να στεγνώσουν και έπειτα βουτσάστε τα με μαλακή βούρτσά

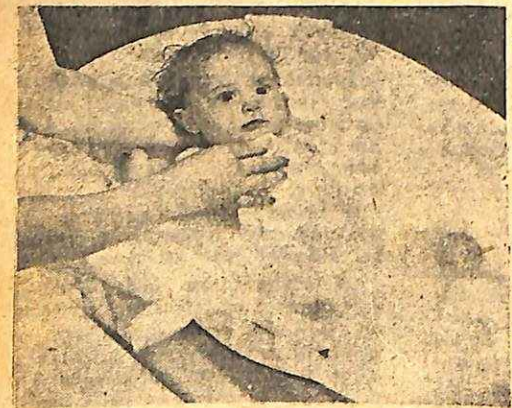
Ο ΟΔΗΓΟΣ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ

ΤΟ ΕΥΑΓΓΕΛΙΟ ΚΑΘΕ ΓΥΝΑΙΚΑΣ ΠΟΥ ΓΙΝΕΤΑΙ ΜΗΤΕΡΑ

25ον



Υποστηρίζοντας το κεφάλι του μωρού με τον θώρακόνά σας, περασμένο πίσω από την πλάτη του, και κρατώντας με το άλλο χέρι τα πόδια του, χαμηλώστε το με προσοχή ώστε να θουτήξει σιγά-σιγά στο νερό.



Ξεβγαζέτε το καλά. Μπορεί να αρχίσει να κλαίει τις πρώτες φορές που θα έρθει σε επαφή με το νερό, γρήγορα όμως θα το συνηθίσει αν είσθε προσεκτικοί. Αν διασκεδάσει, αφήστε το λίγα λεπτά μέσα στο νερό.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ ΤΟΥ ΜΩΡΟΥ

"Αν, στην κλινική, αρχίσατε να δίνετε στο παιδί σας να τρώει κάθε τρεις ώρες, θα εξακολουθήσετε το ίδιο και στο σπίτι. "Αν, κάθε τέσσερις ώρες, θα συνεχίσετε το ίδιο, με την προϋπόθεση ότι το γάλα σας είναι αρκετό και χορταίνει το παιδί για τέσσερις ώρες. "Αλλιώς, διδεδέ του κάθε τριώρο. Τι ώρα θα αρχίσει το πρώτο γεύμα, δεν έχει καμιά σημασία. Αυτό θα εξαρτηθεί απ' το παιδί σας και από το πώς σας βολεύει εσάς. "Αν ξυπνάει στις 6, αρχίστε από τις 6. "Αν κοιμάται ως τις 7 ή στις 8 ή ώρα η αν δεν κλαίει, δώστε του εκείνη την ώρα.

Μην του αλλάζετε όμως τις ώρες, από την μία μέρα στην άλλη. "Αν αρχίσετε να του δίνετε το πρώτο του γεύμα στις 7 ή ώρα, κρατήστε την ίδια αυτή ώρα, για κάθε μέρα (βέβαια, ένα τέταρτο νωρίτερα

ρα ή αργότερα δεν παίζει ρόλο, όχι όμως περισσότερο). Το μωρό θα συνηθίσει στις ώρες που εσείς θα του μάθετε να τρώει, να παίζει, να κάνει μπάνιο. Αυτό θα είναι το πρώτο του μάθημα πειθαρχίας.

"Η καλύτερη ώρα για το μπάνιο του παιδιού είναι πριν από το απογευματινό του φαγητό. Το μπάνιο θα το ξεκουράσει, θα το ηρεμήσει και θα κοιμηθεί ήσυχα όλη τη νύχτα.

Τα περισσότερα νεογέννητα, κοιμούνται όλες τις ώρες, εκτός από αυτές του φαγητού ή του μπάνιου τους. Μερικά όμως παιδιά, μένουν, από τον πρώτο καιρό, ξύπνια, επί αρκετές ώρες. "Αφήνετε τα μωρά αυτά μόνα τους, να ξεκουράζονται τις ώρες που είναι ξύπνια. Μην παίζετε μαζί τους, μην τα έκνευρίζετε με κουβέντες, μην τα ενοχλήτε.

Οι συγγενείς και φίλοι, πολλές φορές γίνονται ενοχλητικοί, ζητώντας να δουν το κοιμισμένο μωρό. Μην υποκύψετε ποτέ στις εγωιστικές τους παρακλήσεις. "Ο ύπνος και η ησυχία του μωρού, πρέπει να γίνονται πρώτα και μετά η ευχαρίστηση των συγγενών και των φίλων. Βέβαια, υπάρχουν περιπτώσεις, που θα ξεφύγετε λίγο από το αυστηρό πρόγραμμα της ζωής του μωρού σας. Θ' αφήσετε τη γιαγιά του πρόκειται να φύγει ταξίδι, να δη το έγγονάκι της, έστω κι' αν αυτό κοιμάται και υπάρχει φόβος να το ξυπνήσει. Θα δώσετε στο μωρό σας, να φάει λίγο νωρίτερα, αν νομίζετε ότι υπάρχει λόγος σοβαρός. Δεν χάλασε ο κόσμος! Είναι φυσικό να υπάρξουν διαταραχές στο ρυθμό της ζωής του παιδιού, φροντίστε όμως, να υποχωρήσει αυτός ο κανονικός ρυθμός. Πάρα κάτω σας δίδουμε ένα πρόγραμμα που μπορείτε να ακολουθήσετε, προσαρμόζοντάς το βέβαια, με τη διάθεση του παιδιού σας.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ ΕΝΟΣ ΜΩΡΟΥ ΔΥΟ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ

6. π.μ. θήλασμα ή ξένο γάλα
10. π.μ. » »
10. π.μ. έως 2. μ.μ. ύπνος στο δωμάτιό του, με κλειστή πόρτα και ανοιχτό παράθυρο.

"Η θερμοκρασία του δωματίου δεν πρέπει να είναι κάτω από τους 20 βαθμούς Κελσίου.

2.00 μ.μ. θήλασμα ή ξένο γάλα.
3. μ.μ. έως 4. μ.μ. Στο ύπαιθρο, όταν το παιδί γίνη 3 εβδομάδων, και όταν ο καιρός δεν είναι υγρός ή πολύ κρύος. "Αλλιώς θα μείνει στο δωμάτιό του.

5. μ.μ. έως 6. μ.μ. "Η ώρα της ψυχαγωγίας για όλους! Βάλτε το παιδάκι στο μεγάλο σας κρεβάτι, γδύστε το και αφήστε το μόνο με την πάνα του, αφού βάλετε το κρεβάτι σας για να μη λερωθεί. "Η θερμοκρασία του δωματίου πρέπει να είναι πάνω από 27 βαθμούς Κελσίου. "Αφήστε το μωρό να κλωστήσει ελεύθερο. Τρίψτε του ελαφρά την πλάτη και πάρτε το στην αγκαλιά σας την τελευταία μισή ώρα, για να ξεκουραστή το σωματάκι του. Τρίψτε το μέσα στο σπύτι να δη και τάλα δωματία. "Ολ' αυτά θα του δώσουν ξεκούραστο ύπνο το βράδυ. Μην το τρανάζετε όμως, μην το πετάτε ψηλά, γιατί με τα παιχνίδια αυτά και θα το έκνευρίζετε και θα του προκαλέσετε ενοχλήσεις στο στομάχι. Να είσθε πάντα ήρεμοι και μαλακοί με το παιδί.

6. μ.μ. θήλασμα ή ξένο γάλα βάλτε το στο κρεβάτι του, με σθιστό το φως του δωματίου, κλειστή την πόρτα και ανοιχτό το παράθυρο. "Η θερμοκρασία του δωματίου να μην είναι κάτω των 20 βαθμών.

10. μ.μ. θήλασμα ή ξένο γάλα.

2 μετά τα μεσάνυχτα θήλασμα ή ξένο γάλα, αν το παιδί ξυπνάει και κλαίει. Μην το ξυπνήσετε ποτέ εσείς για να του δώσετε το γεύμα αυτό, το όποιον θα διακόψετε πάντως όταν το παιδί γίνη 6 ή 7 εβδομάδων.

ΒΙΤΑΜΙΝΗ C ΚΑΙ D

Το παιδί έχει ανάγκη από τις βιταμίνες D και C για να σχηματισθούν τα κόκκαλά του και τα δόντια. Περισσότερο χρειάζονται τις βιταμίνες αυτές τα παιδιά που δεν θηλάζουν. Πρέπει λοιπόν να παίρνουν το μωρό σας 1ον) μωρουνόλαδο (βιταμίνη D και 2ον) πορτοκαλάδες (βιταμίνη C). "Αν το παιδί παίρνει πολύ λίγο μητρικό γάλα, τότε πρέπει να του δοθούν και βιταμίνες συμπηκνωμένες.

ΒΙΤΑΜΙΝΗ D

Το μωρουνόλαδο περιέχει βιταμίνες D και A. "Αρχίστε να του δίνετε 5 έως 10 σταγόνες την ημέρα. Πως θα το δώσετε; Ξαπλώστε το παιδί ανάσκελα. Πιέστε με τον δείκτη και τον αντίχειρά σας τα δύο του μαγουλάκια ώστε να ανοίξει το στόμα του. Ρίξτε το μωρουνόλαδο, μ' ένα κουταλάκι του σαγιού, επάνω στη γλώσσα του, στο βάθος του στόματος. Κάθε μέρα αυξάνετε κατά μια ή δυο σταγόνες, την ποσότητα, έως ότου παίρνη ένα γεμάτο κουτάλι του γλυκού. Το μωρουνόλαδο αρέσει συνήθως στα παιδιά, όταν συνηθίζουν στην γεύση του, αλλά είτε τους



"Αν ο γιατρός σας συμβούλευσε να δίνετε στο μικρό σας συμπηκνωμένη βιταμίνη C, ή καλύτερη στιγμή είναι όταν το έχετε γεμάσει για το μπάνιο του.



"Αν πρόκειται να του δώσετε μωρουνόλαδο πάλι αυτή είναι η πιο κατάλληλη στιγμή. Φροντίστε ώστε να υγρό να πησιν καλά στο βάθος της γλώσσας.

αρέσει είτε όχι, πρέπει πάντως να το παίρνουν, γιατί θα επηρεάσει πολύ τα κόκκαλά τους, τα δόντια και γενικά την υγεία τους.

Πολλοί γιατροί συνιστούν τις συμπηκνωμένες βιταμίνες. Αυτές είναι πιο εύκολο να τις δώσετε στην αρχή με το σταγονόμετρο στο παιδί. Το μωρουνόλαδο, όπως και οι βιταμίνες, είναι καλύτερα, να δίνονται κρύες, γιατί τότε δεν έχουν καμιά μυρωδιά και γεύση.

ΒΙΤΑΜΙΝΗ C

Μετά το μωρουνόλαδο θα αρχίσετε τις πορτοκαλάδες, που περιέχουν βιταμίνες C. "Αραιώνετε μία κουταλιά χυμού πορτοκαλιού με μία κουταλιά δρασμένου νερού (αφού το αφήσετε πρώτα να χλιάνει, γιατί αλλιώς η μεγάλη θερμοκρασία του νερού θα καταστρέψει τις βιταμίνες C του πορτοκαλιού).

Αυξάνετε κατά ένα κουταλάκι κάθε δύο ή τρεις μέρες, λιγοστεύοντας τη δόσι του νερού.

"Ο χυμός της τομάτας περιέχει επίσης πολλές βιταμίνες C, δεν είναι όμως και πολύ κατάλληλος για τα βρέφη.

"Αν το παιδί σας δεν δέχεται ούτε την πορτοκαλάδα, ούτε τον χυμό τομάτας, τότε θα του δώσετε βιταμίνη C σε χάπια.

Θα συμβουλευθείτε πάντως γι' αυτό πρώτα το γιατρό τους.

ΑΝΗΣΥΧΙΕΣ ΜΙΑΣ ΚΑΙΝΟΥΡΓΙΑΣ ΜΗΤΕΡΑΣ

Πολλές μητέρες ανησυχούν και αναστατώνονται, ενώ τα παιδιά τους είναι μία χαρά. Αυτός είναι ένας λόγος που πρέπει, πριν φύγετε από την κλινική, να ζητήσετε να εξετάσει το παιδί σας ο γιατρός. "Ο άλλος λόγος είναι, φυσικά, ότι πρέπει να εξετασθή το παιδί, για το δικό του καλό. "Ας υποθέσουμε, λοιπόν, ότι ο γιατρός σας βρήκε το παιδί σας υγιέστατο και καθ' όλα εν τάξει. Ποιός θα είναι στο εξής ο δικός σας ρόλος;

"Αν δώσετε στοργική φροντίδα, ζεστασιά και καθαρή τροφή στο υγιές παιδί σας, θα εξακολουθήσει να είναι εν τάξει. Και αυτό θα το καταλάβετε πρώτον απ' το βάρος που θα κερδίσει κάθε εβδομάδα, δεύτερον από το κέφι του και τρίτον από την όρεξη που τρώει το φαγητό του. Μπορεί καμιά φορά, να μην έχη όρεξη. Μην τρεφίστε να φάει, μην ανησυχίσετε. Παραλείψτε το γεύμα που δεν θέλει. Και αν φέρνη πάλι αντιρρήσεις και στο επόμενο γεύμα, παραλείψτε και αυτό, χωρίς καθόλου να στενοχωρηθείτε. "Αν συνεχίσει την ίδια τακτική και πάρα πέρα, τότε είσθε ελεύθεροι να...στενοχωρηθείτε και να συμβουλευθείτε το γιατρό σας. Πάντως, η ανορεξία είναι φαινόμενο, που συχνά παρουσιάζεται στα παιδιά, χωρίς αυτό να σημαίνει, ότι το παιδί έχει κάποια αδιαθεσία. "Ο χειρότερος τρόπος για να το περάσει του μικρού ή ανορεξίας του, είναι να το πιέσετε να φάει με το ζόρι. Και κάτι άλλο; Μην τυραννάτε χωρίς λόγο το παιδί σας, βάζοντάς του θερμόμετρο.

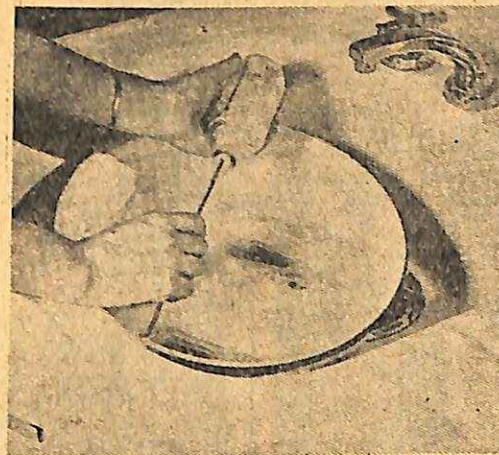
ΟΤΑΝ ΤΟ ΜΩΡΟ ΣΑΣ ΕΙΝΑΙ ΑΡΡΩΣΤΟ. ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΟΝΤΕ ΤΟ ΓΙΑΤΡΟ ΣΑΣ

Πολλές φορές η νέα μητέρα ανησυχεί άδικα και στενοχωριέται χωρίς να υπάρχει λόγος.

Υπάρχουν όμως περιπτώσεις που το παιδί έχει μια πραγματική αδιαθεσία και τότε πρέπει να του δοθεί ιδιαίτερη προσοχή. Καλύτερα είναι, σε μία τέτοια περίπτωση να συμβουλευθείτε το γιατρό σας. Μπορεί να μην είναι τίποτα σοβαρό — και 99 φορές στις 100 έτσι θα είναι. Πρέπει όμως να προλάβετε εκείνο το ένα τοίς εκατό, την σοβαρή δηλαδή περίπτωση, πριν γίνη επικίνδυνη. "Ο οργανισμός του παιδιού, όπως έχουμε ήδη πει, είναι πολύ εύαίσθητος και λεπτός και είναι πολύ πιο εύκολο να αρρωστήσει, αν δεν της δώσουμε την προσοχή που πρέπει — μπορεί να εξελιχθή άσχημα.



Μόλις τελειώση το γεύμα του μωρού, πετάτε ότι έχετε αφήσει μεσα στο μπιμπερόν του. Μην μεταχειριστείτε ποτέ, για δεύτερη φορά, το περισσεύμα ενός γεύματος. Ξεπλένετε καλά τη μπουκάλα με κρύο νερό, τη γεμίστε μετά ως επάνω με νερό και την αφήνετε έτσι ως την ώρα του άλλου γεύματος, όποτε θα την εράσατε με τα άλλα σκεύη.

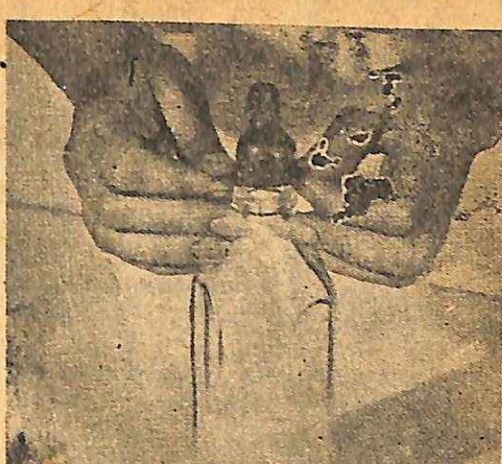


Μία φορά τη μέρα, σαπουνίζετε το μπιμπερόν, με μία μακρύτερα θούρσα γύρω-γύρω. Μην αγνοάρετε ποτέ μπιμπερόν που να έχη γωνίες. Καθαρίζετε πολύ δύσκολα. Ξεπλύνετε το ιακά, όπου να φύγει όλο το σαπουνί.

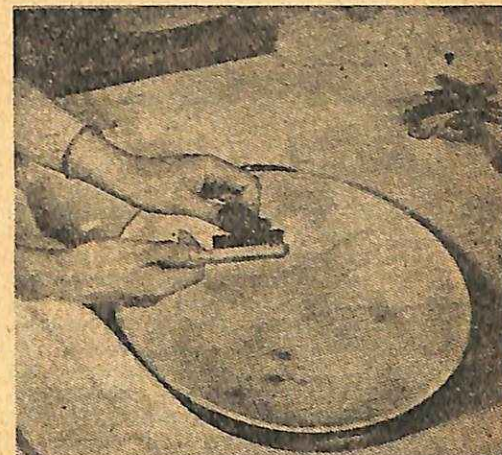
"Ενα κοινό κρυολόγημα π.χ. μπορεί να είναι η αρχή πολλών σοβαρών ασθενειών για το παιδί. Μπορεί πάλι να μην είναι παρά ένα απλό κρύωμα και να περάσει γρήγορα και όμοια. "Αν συμβουλευθείτε το γιατρό σας, αυτός θα καταλάβει τι είδους είναι το κρύωμα και θα προλάβει ίσως τη σοβαρή περίπτωση.

Λέγεται ότι τα παιδιά, γεννούνται με μια σχετική ανοσία. Μία καλή μητέρα όμως πρέπει να προφυλάσσει το παιδί της και να φροντίσει να το έχη μακριά από κάθε μικρόβιο. Ποτέ δεν πρέπει να αφήνει ανθρώπους κρυώνοντας, συναχθέντες, που βήχουν, όχι μόνο να το πλησιάζουν, αλλά ούτε και στο δωμάτιό του μωρού, να μπουν. "Οταν η ίδια η μητέρα κρυολογήσει, πρέπει, κάθε φορά που πλησιάζει το παιδί της, να βάζει ένα μαντήλι που να σκεπάει τη μύτη και το στόμα της. "Αν βέβαια μπορεί να αναθέσει σε άλλον την περιποίησι του μωρού της, αυτό θα ήταν το καλύτερο.

"Οταν το παιδί είναι ανόρεκτο και αρνείται επί αρκετές φορές συνέχεια, να φάει, εάν κάνει έμετο, αν κλαίει με τρόπο που να δείχνει ότι πονάει, εάν είναι συναχμένος τότε πάρτε του τη θερμοκρασία. Πως θα γίνη αυτό; Ξαπλώστε το παιδάκι ανάσκελα, σηκώστε του με το ένα χέρι τα δύο ποδαράκια και με το άλλο βάλτε του το θερμόμετρο, που έχετε προηγουμένως αλείψει στην άκρη με λίγη βαζελίνη. (Έχουμε ήδη πει, ότι η θερμοκρασία του παιδιού πρέπει να πέρνεται από το έντερο).



Την ώρα που βάζετε τη θηλή πάνω στο μπιμπερόν για να φάει το παιδί, πρέπει να προσέχετε να μην ακουμπάτε τα χέρια σας στο τμήμα που θα μπη στο στόμα του παιδιού. Μην θεωρήσετε σχολαστικότητα, την προσοχή αυτή. Θα οδηγήσει πολύ στην καλή υγεία του μωρού σας.



Ξεπλένετε πάντα τη θηλή μετά από κάθε γεύμα. Μία φορά τη μέρα, σαπουνίζετε την απ' έξω μετά-αφού την αναποδογυρίσετε-από μέσα, και ξεπλένετε την άσπου να μη μείνη κανένα ίχνος σαπουνιού.

"Αφήστε το θερμόμετρο επί δύο λεπτά κρατώντας το όλη την ώρα με το χέρι σας.

"Αν προτιμάτε, μπορείτε να ξεπλύνετε το παιδί μπρούμυτα επάνω σ' ένα τραπέζι ή στο έπιπλο που του κάνετε το σαπουνισμό του, να ανοίξετε με το δείκτη και τον αντίχειρά τους γλουτούς και να βάλτε το θερμόμετρο (αλείμμενο πάντα με βαζελίνη). Προσέχετε να μπαίνει μέσα μόνο το λεπτό σημείο του θερμομέτρου που περιέχει τον υδράργυρο. "Η θερμοκρασία στο έντερο είναι πάντα υψηλότερη κατά ένα βαθμό από τη θερμοκρασία που παίρνουμε απ' το στόμα.

"Οταν τελειώσετε, πλύνετε καλά-καλά με χλιαρό νερό και σαπουνί, το θερμόμετρο, (προσοχή: όχι με ζεστό, γιατί θα σπάσει).

Είναι καλό να έχετε μετρήσει πριν τη θερμοκρασία του παιδιού όταν πρόκειται να συμβουλευθείτε το γιατρό σας ή να του περιγράψετε τα συμπτώματα της αδιαθεσίας του.

"Αν το μωρό σας, δείχνει σημεία αδιαθεσίας, κρατήστε το μόνο, σ' ένα ήσυχο δωμάτιο, μακριά από την υπόλοιπη οικογένεια ή τους επισκέπτες, έως ότου έρθει ο γιατρός ή σας δώση τη συμβουλή του.

ΠΩΣ ΝΑ ΠΛΕΝΕΤΕ ΤΟ ΜΠΙΜΠΕΡΟΝ ΚΑΙ ΤΗ ΘΗΛΗ

Με πολλή προσοχή κι' επιμέλεια πρέπει να γίνεται το πλύσιμο του μπιμπερόν

ἀπ' ὅπου θὰ φάη τὸ παιδί σας. Ἐκτὸς ἀπὸ τὸ βράσιον, ποὺ θὰ γίνεται πρὶν ἀπὸ κάθε γεῦμα, πρέπει μιά φορά τὴ μέρα νὰ σαπουνίζετε τὸ μπιμπερὸν καὶ τὴ θηλή.

Ἐπὶ τὸν εἰδικὰ μακρὰ βουρτσάκια σὺν μάτινα, ποὺ θὰ σὰς χρησιμεύσουν γιὰ τὸ ἑσωτερικὸ καλὸ πλῆσιμον τοῦ μπιμπερὸν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ 60Ν ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ ΔΥΟ ΜΗΝΩΝ

Ἐ Γύρω ἀπὸ τοὺς δύο μῆνες τὸ παιδί σας μπορεί ν' ἀρχίσῃ ν' ἀντιλαμβάνεται τὸ φῶς.

Ἐ Νὰ παρακολουθῇ μὲ τὸ βλέμμα του ἕνα γυαλιστερό ἀντικείμενον.

Ἐ Νὰ κρατῇ ὀρθίον τὸ κεφάλι ὅταν εἶναι μπρούμυτα.

Ἐ Νὰ μένῃ περισσότερη ὥρα ξύπνιον.

Ἐ Ν' ἀκούῃ πιὸ συγκεκριμένα καὶ νὰ προσπαθῇ νὰ γυρίσῃ τὸ κεφάλι του πρὸς τὴν κατευθύνσιν ἐνὸς θορύβου.

ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΙΣ

Τὸ παιδί, πρέπει νὰ ἔχῃ πάρει στοὺς δύο πρώτους μῆνες 900 γραμμάρια τοῦλάχιστον. Ἀν δηλαδὴ στὴ γέννησί του, εἶχε τὸ παιδί σας βάρος 3,500 κιλῶν, μετὰ τοὺς δύο πρώτους μῆνες τῆς ζωῆς του, τὸ βάρος του πρέπει νάχῃ γίνῃ 4,400 κιλά.

ΓΕΥΜΑΤΑ

Μετὰ τοὺς δύο μῆνες, τὰ γεύματα τοῦ μωροῦ δὲν πρέπει νὰ εἶναι περισσότερα ἀπὸ πέντε, (κάθε τέσσερες ὥρες δηλαδὴ). Ἀν δέ, τὸ παιδί ἀρνήται νὰ δεχθῇ τὸ τελευταῖον, βραδυνὸ φαγητό του, φαίνεται πολὺ νυσταγμένον καὶ ἀνόρεκτον. Μπορεῖτε νὰ παραλείψετε τὸ γεῦμα αὐτό. Πρέπει ὅμως νὰ δεδαιωθῇτε τότε, ὅτι τὸ παιδί παίρνει τὸ βάρος ποὺ πρέπει. Ἀλλοιῶς, ὑποσιτίζεται καὶ πρέπει νὰ ἐπιμενετε καὶ στὸ βραδυνὸ του γεῦμα.

ΗΛΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Ἡ ἡλιοθεραπεία εἶναι πολὺ ωφέλιμη γιὰ τὸ μωρό. Μπορεῖτε νὰ ἐκθέσετε τὸ παιδί σας στὶς ἀκτίνες τοῦ ἡλίου, ἀπὸ τὴν ἡμέρα ποὺ θὰ γίνῃ ἐνὸς μηνός. Πρέπει βέβαια, γι' αὐτὸ, νὰ εἶναι κατάλληλος ὁ καιρὸς. Στὴν Ἑλλάδα πρέπει νὰ προσέξουμε πολὺ στὸ ζήτημα αὐτό, γιὰτὶ ὁ ἥλιος μας εἶναι πολὺ δυνατὸς τοὺς καλοκαιρινούς μῆνες καὶ μπορεί νὰ βλάψῃ, ὅταν ἡ ἡλιοθεραπεία δὲν γίνῃ, συστηματικά.

Καλὸ εἶναι ν' ἀρχίσετε τὴν ἡλιοθεραπεία τοῦ μωροῦ σας σ' ἕνα δωμάτιον μ' ἀνοιχτὸ τὸ παράθυρον. Ἀρχίζεται μὲ δύο λεπτά, ἕνα λεπτὸν στὸ στήθος καὶ ἕνα λε-

πτό στὴν πλάτη, καὶ αὐξάνετε κατὰ ἕνα λεπτὸν τὴ μέρα ὥσπου νὰ φθάσετε στὰ εἴκοσι λεπτά, στήθος καὶ πλάτη. Φροντίζετε πάντα νὰ ἔχετε στὴ σκιά τὸ κεφάλι τοῦ μωροῦ.



Εἶναι καλὸ νὰ μάθῃ τὸ παιδί νὰ κοιμάται μπρούμυτα. Ἀρχίστε νὰ τὸ βάλετε, ὅταν θὰ μπορῇ νὰ συγκρατῇ τὸ κεφάλι του. Σιγὰ-σιγὰ θὰ συνηθίσῃ στὴ στάσιν αὐτὴ καὶ θὰ ἀρέσῃ.

Ποῖός εἶναι ὁ «κατάλληλος καιρὸς» θὰ

πρέπει μόνῃ σας νὰ κρίνετε. Ἡ ζεστασιά τοῦ κορμιοῦ τοῦ μωροῦ σας, θὰ σὰς βοηθῇ νὰ καταλάβετε ἂν κἀν κρύο ἢ πολὺ ζέση, ὅποτε θὰ πρέπει νὰ σταματήσετε τὴν ἡλιοθεραπεία. Ἀν νοιώσετε τὸ σώμα του ζεστὸ στὴν ἐπαφὴ σας, παρ' ὅλο ποὺ ἡ μέρα θὰ σὰς φαίνεται ψυχρὴ, ἀφήστε τὸ γυμνὸ κατὰ ἄπ' τὸν ἥλιο χωρὶς νὰ φοδηθῇτε.

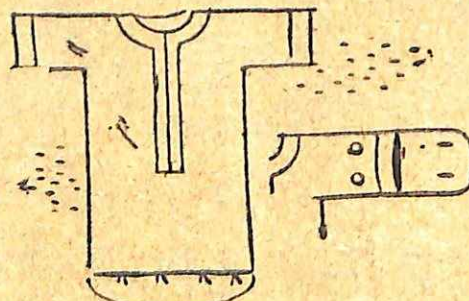
Τοὺς πολὺ ζεστοὺς καλοκαιριτικούς μῆνες ἡ ἡλιοθεραπεία εἶναι περιττὴ γιὰτὶ οἱ ὑπεριώδεις ἀκτίνες μποροῦν νὰ φθάσουν καὶ νὰ ὠφελήσουν τὸ παιδί ἔστω καὶ ἂν αὐτὸ κάθεται στὴ σκιά.

Καὶ ἕνας κανὼν: Ποτέ μὴν ἐκθέσετε τὸ παιδί σας κατὰ ἀπὸ τὶς ἀκτίνες τοῦ ἡλίου ποὺ ἐσεῖς τὶς νοιώθετε ἐνοχλητικὰ ζεστές.

ΜΠΡΟΥΜΥΤΑ

Μετὰ τοὺς δύο ἢ δύομιση μῆνες, —μόλις μπορεῖτε δηλαδὴ νὰ συγκρατῇ τὸ κεφάλι του ὅταν τὸ ξεπλώνετε ἐπάνω στὴν κοιλία του, μπορεῖτε νὰ μάθετε στὸ παιδί σας νὰ κοιμάται μπρούμυτα. Ἡ στάσις αὕτη ἔχει πολλὰ πλεονεκτήματα.

1ον. Ἀποφεύγετε τὴ φαλάκρα ποὺ συνήθως κάνουν τὰ μωρά, στὸ πίσω μέρος



Νυχτικὸ—σακκούλα πολὺ πρακτικὸ, ποὺ μόνῃ σας μπορεῖτε νὰ τὸ ράψετε. Φροντίστε νὰ εἶναι ἀρκετὰ φαρδὴ καὶ μακρὰ, ὥστε τὸ μωρὸ νὰ μπορῇ νὰ κινηθῇ μὲ ἀνεσὶ.

τοῦ κεφαλιοῦ τους, ἀπὸ τὸ συνεχὲς ἐξάπλωμα. 2ον. Τὰ σκεπάσματα μένουν καλυμμένα στὴ θέσιν τους. 3ον. Τὸ παιδί μπορεί νὰ στερεωθῇ καὶ ν' ἀνασηκωθῇ πάνω στὰ χέρια του, καὶ ἡ γυμναστικὴ αὕτη δυναμώνει τοὺς μύς του. 4ον. Ὅλο του τὸ σῶμα ξεκουράζεται καὶ ξεμουδιάζει μὲ τὴν ἀλλαγὴ αὐτῆς τῆς συνήθους στάσεώς του.

Ἀπὸ πολὺ νωρὶς (τοὺς πρώτους μῆνες) πρέπει νὰ συνηθίσετε τὸ παιδί σας νὰ κοιμάται μπρούμυτα γιὰτὶ ἀλλοιῶς, ὅταν θὰ εἶναι πιά μεγαλύτερον, θὰ γυρίσῃ μόνο του ἀνάσκελα. Πάντως μὴν ἀρχίσετε πρὶν τὸ παιδί συγκρατῇ τὸ κεφάλι του μόνο του, ἔτσι ὥστε νὰ μπορῇ νὰ τὸ γυρίσῃ καὶ ν' ἀναπνέῃ ἐλεύθερα.

Διαλέξτε μιά ὥρα ποὺ νὰ εἶναι πολὺ νυσταγμένον, γιὰ νὰ κάνετε τὴν ἀρχή. Βάλτε τὸ μπρούμυτα, μιλήστε του λίγο, χαμηλὰ καὶ μετὰ ἀφήστε το. Ἴσως νὰ κλάψῃ τὶς πρώτες φορές, σιγὰ-σιγὰ ὅμως θὰ συνηθίσῃ καὶ θὰ τοῦ ἀρέσῃ κι' ὅλας ἡ ἀλλαγὴ αὕτη.

ΣΑΚΚΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΥΠΝΟ

Πολλὲς μητέρες βρῆκαν μεγάλῃ ἀνακούφισιν μὲ τὶς σακκούλες τοῦ ὑπνου. Τὸ παιδί δὲν μπορεί νὰ ξεσκεπασθῇ καὶ νὰ κρυώσῃ ὅταν εἶναι μέσα ἐκεῖ καὶ ἀκόμα συνηθίζει μετὰ ἀπὸ λίγον καιρὸ, καὶ καταλαβαίνει, ἀπὸ τὴν σακκούλα, ὅτι ἦρθε ἡ ὥρα τοῦ ὑπνου του.

Μπορεῖτε, μόνῃ σας νὰ φτιάξετε αὐτὲς

τὶς σακκούλες γιὰ ὑπνόν. Ἀνάλογα μὲ τὴν ἐποχὴ, μποροῦν νὰ γίνουν ἀπὸ λεπτὴ σατέλλα, ἀπὸ περκάλι ἢ βατίστα. Πρέπει νὰ εἶναι πάντως πολὺ φαρδεῖς καὶ μακρὲς γιὰ νὰ μπορῇ ἐλεύθερα νὰ κινηθῇ μέσα τὸ παιδί καὶ νὰ μὴν νοιώθῃ σὰν φυλακισμένον (ἕνα ἀπλὸ σχέδιον τέτοιαις σακκούλας—νυχτικὸν δημοσίευσάμε καὶ στὸ 3ο κεφάλαιο τοῦ ΟΔΗΓΟΥ. Τεύχος 35. Σελ. 14).

Μπορεῖτε νὰ κλείσετε τὴν σακκούλα κατὰ μὲ κουμπιὰ ἢ νὰ τὴν σουρώσετε, σὰν κανονικὴ σακκούλα, μ' ἕνα κορδόνι. Τὸ ἴδιον γίνεται καὶ στὰ μανίκια, ἂν θέλετε νὰ κλείσετε μέσα σ' αὐτὰ ὅλο τὸ χεῖρ τοῦ παιδιοῦ. Τὰ κουμπιώνετε ἢ τὰ σουρώνετε μ' ἕνα κορδόνι. Καλύτερα εἶναι ὅμως τὸ δέσιμο νὰ γίνεται στὸν καρπὸ, ὥστε ν' ἀφίνετε ἐλεύθερα τὰ χέρια τοῦ μωροῦ, γιὰτὶ ἀλλοιῶς μπορεῖ νὰ ἐκνευροθῇ.

Ὅταν μᾶθῃ τὸ παιδί νὰ κοιμάται μπρούμυτα καὶ ὅταν συνηθίσῃ στὴ νυχτερινὴν του σακκούλα, τότε μπορεῖτε νὰ τὸ βάλετε τὸ βράδυ μέσ' στὴν σακκούλα του νὰ κοιμάται μπρούμυτα ὅλη νύχτα.

Η ΠΕΙΘΑΡΧΙΑ ΑΡΧΙΖΕΙ ΑΠΟ ΤΗ ΜΕΡΑ ΤΗΣ ΓΕΝΝΗΣΕΩΣ

Πρὶν γραφῇ ὁ ὁδηγὸς αὐτός, ὑπεβλήθη σὲ πολλὰς μητέρας τὸ ἐρώτημα: ποῖο ἦταν τὸ μεγαλύτερον πρόβλημα τοῦ παιδιοῦ τους. Οἱ περισσότερες ἀπάντησαν: ἡ πειθαρχία.

Τί εἶναι πειθαρχία; Οἱ Ῥωμαῖοι μὲ τὴ λέξι αὕτη ἐννοοῦσαν ἐκμάθησιν ἢ διδασκαλίαν. Πῶς καὶ πότε συσχετίσθη ἡ ἐννοία τῆς τιμωρίας μὲ τὴν πειθαρχίαν δὲν ξέρουμε ἀκόμα. Ἀλλὰ ἂς ἀσκήσουμε γιὰ τῶρα τὸ σημεῖον αὐτό, κι' ἂς ἐλθουμε στὴν ἐκμάθησιν τοῦ μωροῦ.

Πότε πρέπει ν' ἀρχίσῃ; Ἀπὸ τὴ μέρα ποὺ γεννηθῇ τὸ παιδί σας. Ἀπὸ τὴ στιγμή ποὺ θάρρη τὸ παιδί στὸν κόσμον καὶ θ' ἀρχίσῃ νὰ μαθαίνῃ τὰ διάφορα πράγματα ποὺ χρειάζεται νὰ κἀν γιὰ νὰ ζήσῃ. Ὅταν, π.χ. μαθαίνῃ ὅτι θὰ φάῃ ὠρισμένη ὥρα, ὅτι θὰ πλυθῇ ὠρισμένη ὥρα, καθε μέρα, ἀρχίζει ἡ πειθαρχία του. Κι' ἐξακολουθεῖ μὲ τὴν πορτοκαλάδα, μὲ τὸ μπουρνούλαδο, ποὺ θὰ πῇ καθε μέρα τὴν ἴδια ὥρα, εἴτε τοῦ ἀρέσῃ εἴτε ὄχι.

Τὸ πρόγραμμα τῆς ζωῆς τοῦ μωροῦ καὶ ἡ αὐστηρὴ καὶ προσηκτικὴ τήρησις του εἶναι οἱ βάσεις τῆς πειθαρχίας γιὰ τὸ παιδί σας. Αὐτὸ εἶναι τὸ μόνο σημεῖον ποὺ ἔχετε νὰ προσέξετε τὴ στιγμή αὕτη. Τὸ μωρὸ δὲν μπορεί ἀκόμα οὔτε νὰ κουνισθῇ ἀπὸ τὸ μέρος ποὺ θὰ τ' ἀκουμπήσετε. Ὅμως, εἶναι ἀρκετὰ ἐξυπνον γιὰ νὰ καταλάβῃ ὅτι μὲ τὸ κλάμα του μπορεῖ νὰ κατασέρῃ—ἢ νὰ μὴν κατασέρῃ, αὐτὸ θὰ ἐξαρτῇ ἀπὸ σὰς—ὅ,τι θέλει, καὶ ν' ἀποφύγῃ, ὅ,τι δὲν θέλει.

Σιγὰ-σιγὰ βλέπει ὅτι ὅλες οἱ ἀνάγκες του ἱκανοποιοῦνται. Ὅταν ἀρχίσῃ νὰ πεινᾷ, ἔρχεται τὸ φαγητό του, ὅταν διψᾷ, τὸ νερό του. Μὲ τὰ χάρια σας καὶ τὴ γλυκεῖά σας κουβένταν νοιώθει τὴν ἀγάπην ποὺ ζητάει καὶ τοῦ εἶναι ἀπαραιτήτη.

Γιὰτὶ νὰ παραπονεθῇ; γιὰτὶ καὶ σὲ τί νὰ φέρῃ ἀντίδρασιν;

Πόσα πολλὰ ἤδη πράγματα ἔχει μάθῃ τὸ τόσο δα μωρουδάκι τῶν δύο μηνῶν! Ἡ δουλειὰ τῆς μητέρας εἶναι νὰ ἐξακολουθῇ μὲ τὴν ἴδια ὑπομονὴν πάντα, νὰ μαθαίνῃ στὸ παιδί τῆς τί πρέπει νὰ κἀν.

Δὲν εἶναι ἀνάγκη, βέβαια, ν' ἀκολουθῇ σὲ κατὰ γράμμα τὶς συμβουλὰς ποὺ σὰς δίνουμε στὸν ὁδηγὸ αὐτό. Κάθε παιδάκι διαφέρει ἀπὸ τὸ ἄλλο καὶ μπορεῖ τὸ δικό σας παιδί νὰ μάθῃ νὰ πειθαρχῇ, παρ' ὅλο ποὺ ἐσεῖς δὲν ἀκολουθήσατε παρὰ ἐλάχιστα ἀπ' τὶς συμβουλὰς μας καὶ προσαρμόσατε τὶς ἄλλες μὲ τὸ παιδί σας καὶ τὶς συνθήκες τῆς ζωῆς σας.

ΣΤΟ ΕΠΟΜΕΝΟ: Ἡ συνέχεια

ΓΟΗΤΕΥΤΙΚΗ ΜΕΣΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Μὴ φροντίζετε μόνον τὴν ἐμφάνισιν σας ἐξω ἀπὸ τὸ σπίτι, κυρίες μου. Ἀξίζει τὸν κόπον νὰ εἰσθε ὡραία γιὰ τοὺς δικούς σας καὶ γιὰ τὸν αὐτὸν σας. Μέσα στὸ σπίτι μπορεῖτε νὰ φορέσετε γοητευτικὰ γαρνιτούρες, ποὺ ὁ τύπος σας δὲν ἐπιτρέπει νὰ φορέσετε στὸ δρόμον, νὰ ἀλλάξετε.

1. Ρόμπα τοῦ σπιτιοῦ ἀπὸ ἐμπριμὲ βαμβακερὸ ἢ ραιγιόν. Ἐχει δύο στενὰ φυλλαράκια ἐμπρός, ἀπὸ τὸ στήθος ἕως κάτω, κομμένα ἂν φόρμ, καὶ κουμπωμά μὲ ἐκλαίρ. Ἡ ὑπόλοιπη φόρμα εἶναι στὴ φούστα λοξὴ καὶ τὸ πλάτος μαζεύεται στὴ μέση μὲ λαστέξ ἢ μὲ σφηκοφωλιές. Ἐνας λευκὸς μεγάλος τετράγωνος νωμίτης γαρνίρεται μὲ ἀγγλικὸ κέντημα (τρυπητό) καὶ μὲ στενὸν, σουρωτὸ δολαν γύρω-γύρω. Τὸ τετράγωνον ντεκολτέ του ἔχει φασάκι ἀπὸ τὸ ἐμπριμὲ τῆς ρόμπας καὶ



δένει μὲ δύο ὁμοῖες κορδελλίτσες. Ἡ φούστα ἔχει στὰ πλάγια δύο τσέπες, μὲ λευκὴ φάσα, στολισμένη μὲ κεντητὲς τρυπούλες καὶ δύο ἐμπριμὲ δολαν, κάπως πλατυτέρα ἀπὸ τὸ δολαν τοῦ νωμίτη. Μανικάκι κοντό.

2. Ρόμπα ἐμπριμὲ, εὐκόλῃ στὸ φόρεμα, στὸ πλῆσιμον καὶ στὸ σιδερωμα. Ἐφαρμοστὴ στὸ κορμάκι, πλοῦσια στὴ φούστα, σταυρώνει στὸ πλάι καὶ δένει μὲ ἕνα μεγάλο λευκὸ φιόγκο. Συμπληρώνεται μὲ μιά συμπληρωματικὴ τῆς τσέπης δεξιά, στενὸ λευκὸ ρεδὲ καὶ σιμόκιν γιὰτὶ ἀπὸ τὸ ἴδιον ἐμπριμὲ βαμ-

Η «ΓΥΝΑΙΚΑ» ΣΑΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΕΙ

Οἱ λεκέδες τοῦ λευκοῦ βγαίνουν, ἂν τρίψουμε ἀμέσως τὸν τραπεζομάντηλον μὲ χλιαρὸ νερό.

Γιὰ νὰ καθαρίσετε τὰ σφουγγάρια καὶ τὰ γάντια τοῦ λουτροῦ, ποτίζετε τα καλὰ μὲ καυτὸ νερό καὶ ρίξετε πάνω τους ποτάσα. Κατόπιν στίψετε τα καλὰ καὶ ξεπλύνετε τα πολλὰς φορές μὲ κρύον νερό.

Τρίψετε τὰ δόντια σας συχνὰ μὲ ἀλάτι. Παίρνουν ἔτσι ἕνα ἀσπρὸ γυαλιστερό χρώμα. Δὲ θὰ ξεχάσετε βέβαια νὰ τὰ ξεπλύνετε καλὰ.

Γιὰ νὰ διατηρῇτε τὶς γυαλότερες σας γυαλιστερές, μὴ τις ἀφίνετε ποτὲ λερωμένες. Ὅταν τις βγάξετε, καθαρίστε τις μ' ἕνα σφουγγάρι βρεγμένο στὸ νερό καὶ ἀμέσως σκουπίστε τις μ' ἕνα μαλακὸ πανί.

Καράφες καὶ δάζα γυάλινα καὶ κρυστάλλινα καθαρίζετε μὲ κατακάθια καφέ. Σὲ καθένα ἀπ' αὐτὰ ρίχνετε μιά κουταλιά τοῦ φαγητοῦ κατακάθι καφέ, λίγο νερό καὶ μερικὲς σταγόνες ξύδι. Κουνήστε τὰ δυνατὰ καὶ ἔπειτα ξεπλύνετε τὸ βάζον μὲ καθαρὸ νερό. Μὲ κατακάθια καφέ μπορεῖτε ἐπίσης νὰ καθαρίσετε τὰ χαλιά σας, σκορπίζοντάς τα πάνω τους καὶ κατόπιν βουρτσίζοντάς τα καλὰ.

Μὲ τὰ κατακάθια τοῦ καφέ βγαίνει ἀκόμη καὶ ἡ μυρωδιά τοῦ κρεμμυδιοῦ ἀπὸ τὰ χέρια.

Βάζετε τὶς γλάστρες μὲ τὰ φοινικκοειδῆ σὲ μέρος φωτεινόν, ὅχι ὅμως στὸν ἥλιον οὔτε σὲ ρεῖμα. Τὰ φύλλα τους πρέπει νὰ ξεσκονίζονται μιά φορά τὴν ἑβδομάδα.

Γιὰ νὰ βγάλετε ἀπὸ τὰ χέρια σας τὴ μυρωδιά τῆς ρέγγας, τρίψετε τα μὲ κατακάθια καφέ καὶ ξεπλύνετε τα μὲ κρύον νερό.

Οἱ βαμβακερεῖς κουβέρτες πλένονται μὲ ἀλυσίδα καὶ μποροῦν νὰ θρασθοῦν (ὅταν δὲν ξεβάφουν φυσικὰ). Οἱ μάλλινες κουβέρτες πλένονται μὲ σαπουνάδα ἀπὸ σαποῦνι χωρὶς πολλὰ ποτάσα. Ξεπλύνετε τις μὲ πολλὰ νερά τῆς ἴδιας θερμοκρασίας. Στὸ τελευταῖον ξεπλύνμα ρίξτε μέσα στὸ νερό μιά κουταλιά τῆς σούπας ἀμμωνία σὲ κάθε 300 δράμινα νερό, χωρὶς νὰ στίψετε καὶ χωρὶς νὰ τρίψετε τὶς κουβέρτες. Ζουπήστε τις. Στεγνώστε τις ὅσο πιὸ ἴσια ἀπλωμένες μπορεῖτε.

Γιὰ νὰ καθαρίσετε καλὰ τὶς κουρτίνες σας, πρέπει νὰ τις πλύνετε ἀνάλογα μὲ τὴν ποιότητά τους. Οἱ κουρτίνες ἀπὸ νύλον, πλένονται χωρὶς τρίψιμον, μέσα σὲ χλιαρὴ σαπουνάδα καὶ σιδερώνονται μὲ ἐλαφρὰ ζεστὸ σίδερον.

Οἱ βαμβακερεῖς κουρτίνες πλένονται μὲ πῖδ ζεστὸ νερό. Στὸ τελευταῖον ξεπλύνμα προσθέσετε λίγο νερό γκομὲ (ἀπὸ τὸ φαρμακεῖο) ἢ κολλάρετες τις μὲ κόλλα, ἂν προτιμάτε. Σιδερώστε τις κατόπιν μὲ ζεστὸ σίδερον.

Ὁ καθαρισμὸς τῶν χαλιῶν ἐξαρτᾶται ἀπὸ τὴ μέθοδον ποὺ προτιμάτε καὶ ποὺ μπορεῖτε νὰ ἐφαρμόσετε, δηλαδὴ: 1) Καθαρισμὸς μὲ τὴν ἀπορροφητικὴ μηχανή. 2) Χτύπημα δυνατὸ στὸν ἀέρα καὶ 3) Ὑγρὸ πλῆσιμον (μὲ φύλλα ἀπὸ βρασμένον τσάι).

Κόψετε και ράψετε αυτό το ΨΑΡΑΔΙΚΟ ΠΑΝΤΑΛΟΝΙ που συνηθίζεται πάρα πολύ τώρα

Το πατρών που σας δίνουμε, είναι για 44 μέγεθος στα ακόλουθα μέτρα:

Περιφέρεια μέσης 72 εκατ. κάτω μέρος μπρών (περιφέρεια) 100 εκατ., μάκρος 80 εκατ. περίπου.

Το πατρών αποτελείται από 6 κομμάτια.

Όλα τα κομμάτια σας τα δίνουμε αναλυτικώς.

ΠΑΤΡΩΝ

- Αριθ. 1. — Πίσω
2. — Μπροστινό —
3. — Ζώνη μπροστινή
4. — Ζώνη πλάτης
5. — Πάτ μπροστινό
6. — Κάτω μέρος πάτ (πίσω)

ΚΟΠΗ ΚΑΙ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΙΣ ΠΑΝΤΑΛΟΝΙΟΥ

Σ' ένα κομμάτι χαρτί στις διαστάσεις που σας δίνουμε 90X37 εκατ., θα κόψετε όλο το πανταλόνι με τις διαστάσεις των εκατοστών που έχει το πατρών, (πίσω μέρος πανταλονιού). Κατόπι σ' ένα άλλο χαρτί 85½X32 εκατ. θα κόψετε και πάλι το πατρών του μπροστινού, καθώς επίσης σε χαρτί, θα κόψετε τα κομμάτια της ζώνης και των πάτ. Αφού ετοιμάσετε όλο το πατρών στο χαρτί, θα κόψετε το ύφασμα κατά τον εξής τρόπο: Διπλώσετε το ύφασμά σας καλή με καλή και τοποθετήσετε επάνω όλα τα

κομμάτια από το χαρτί. Κόψετε τα αφήνοντας 3 εκατ. επί πλέον των κανονικών μέτρων που είναι το πατρών σας, γύρω - γύρω για τα στριφώματα και τις ραφές.

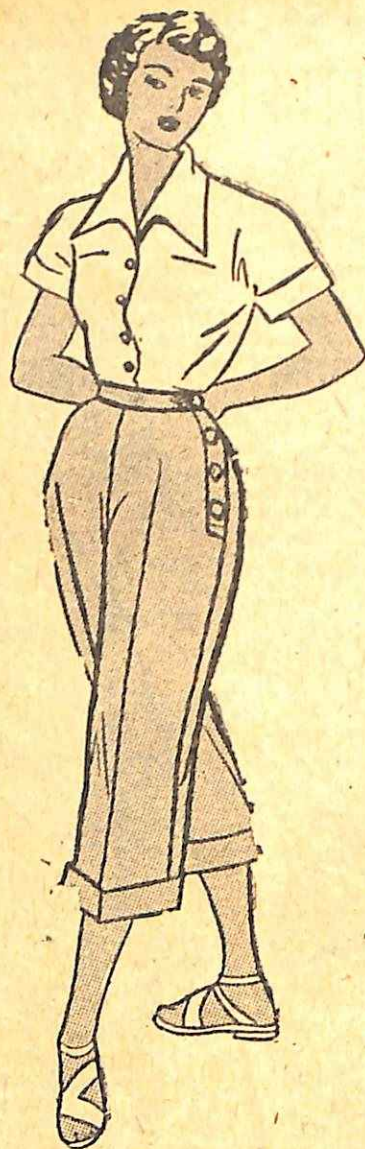
1. — (Μπροστινό): Τρυπώστε τις πιετούλες στο κάθε κομμάτι.

2. — (Πίσω): Τρυπώστε τις πένες στο κάθε κομμάτι. Κατόπι τρυπώστε τα πίσω κομμάτια με τα μπροστινά κατά τον εξής τρόπο: Γ με Γ, Δ με Δ, Α με Α, Ε με Ε. Ενώσετε τα δύο μέρη Β με Β, Ζ με Ζ, Α με Α.

6. — (Κάτω μέρος πάτ): Στις δύο πλαϊνές ραφές του πίσω, τρυπώστε το κάθε πάτ στην κάθε ραφή στο Η έως το Γ κατά τον εξής τρόπο: Θα τρυπώσετε το κάθε πάτ καλή με καλή στο παντελόνι, γυρίστέ το και τσακίστε το στη μέση. Γυρίστε ένα μικρό στριφωμάκι γύρω - γύρω και τρυπώστε το διπλό.

5. — (Πλαϊνό πάτ): Τσακίστε γύρω - γύρω στο πάτ ένα μικρό στριφωμάκι και τρυπώστε το στα δύο μπροστινά πλάγια ως γανιτούρα δηλ. ακουμπιστά.

3. — (Ζώνη μπροστινή): Η ζώνη είναι μονοκόμμη χωρίς ραφή στη μέση. Τσακίστε την και τρυπώστε την καλή με καλή Β με Β, Η με Η. Γυρίστέ την στη μέση και τρυπώστε την στην άκρη, εκεί που την τσακίσα-



τε προς την ανάποδη. Στο κάτω μέρος της ζώνης στην ανάποδη γυρίστε ένα μικρό στριφωμάκι και τρυπώστε το.

4. — (Ζώνη πλάτης): Ούτε και αυτή έχει ραφή στο μέσον. Τσακίστε την κατά τον ίδιο τρόπο, όπως και την μπροστινή και τρυπώστε την Ζ με Ζ, Η με Η.

Δοκιμάσετε το πανταλόνι και κατόπι γαλώσατέ το. Στο κάθε πάτ του μπροστινού θα κόψετε από 3 κουμπότρες, καθώς και στις δύο άκρες της ζώνης εμπρός από μία. Τα ρεβέρ στο πανταλόνι θα τα σχηματίσετε κατά τον εξής τρόπο: Γυρίστε και ράψτε στο κάτω μέρος του πανταλονιού στο κάθε πόδι το στρίφωμα (ίσια γραμμή του πατρών). Κατόπι από την καλή θα τρυπώσετε τη δεύτερη γραμμή με τα στίγματα, ακουμπώντας την άπάνω στην πρώτη γραμμή με τα στίγματα. Σιδερώσατέ τα με βρεγμένο παγί πολύ δυνατά και έχετε τα ρεβέρ σας ετοιμα.

Ράψτε από 4 κουμπιά στο κάθε πάτ της πλάτης και από 1 κουμπί στις δύο άκρες της ζώνης της πλάτης.

Τ. Κ.

Τα παιδιά σας κι' έσεεις...

Πόσες φορές δεν άκουτε να λένε: «Όσο νωρίτερα μάθω το παιδί μια ξένη γλώσσα, τόσο καλύτερα». Έτσι, θεωρείτε ότι βρίσκονται σε πραγματικά πλεονεκτική θέση τα παιδιά που έχουν για γιά ξένη, αφού μπορούν ν' ακούν έτσι μια ξένη γλώσσα από μικρά - μικρά.

Και όμως. Αυτό που νομίζετε πλεονέκτημα, στην πραγματικότητα είναι μειονέκτημα. Οι περισσότεροι και οι μεγαλύτεροι παιδαγωγοί του κόσμου, όπως ο Έπσταϊν, ο Τζέφerson, ο Ντεκρόλ, έχουν αντίθετη γνώμη.

Αφού μελέτησαν χρόνια και χρόνια το ζήτημα της εκμάθησης ξένων γλωσσών από τα παιδιά, κατέστρωσαν στατιστικές με βάση τις παρατηρήσεις τους πάνω σε παιδιά που μεγάλωσαν σε «διγλωσσά» περιβάλλοντα.

Υποστηρίζουν, λοιπόν, τα εξής:

«Η διγλωσσία είναι μάλλον βλαβερή για την πνευματική ανάπτυξη των περισσότερων παιδιών. Η διαφορά της γραμματικής και συντακτικής μορφής, η διαφορά της έννοιας των λέξεων, που δεν είναι ακριβώς αντίστοιχες στις διάφορες γλώσσες, όλα αυτά δημιουργούν μεγαλύτερη βραδύτητα στην εκφορά και ολιγώτερη διαύγεια στη γλώσσα. Και τα ελαττώματα αυτά δεν παρουσιάζονται μόνο στη νέα γλώσσα, αλλά και στη μητρική. Εδώ οφείλεται, όπως υποστηρίζουν, το γεγονός ότι πολύ λίγα παιδιά που μαθαίνουν δυο γλώσσες, γίνονται μεγάλοι συγγραφείς.

— Πρέπει να περιμένουν οι γονείς να μάθω πρώτα εντελώς καλά το παιδί τη μητρική του γλώσσα, έως τα 10 του χρόνια και κατόπι να του μάθουν μίαν άλλη.

— Το παιδί πρέπει να διδαχθεί οποιαδήποτε ξένη γλώσσα πρώτα προφορικά. Να διαβάσει ξένα κείμενα αφού μάθω προφορικά την ξένη γλώσσα.

— Όταν τα παιδιά ζουν μέσα σε διγλωσσό περιβάλλον, πρέπει να δίδεται πάντα η προτεραιότητα στη γλώσσα που χρησιμοποιείται περισσότερο από όλους.

«Εξαιρέσεις μπορεί να γίνουν μονάχα για τα υπερβολικά προικισμένα παιδιά. Αν ένα παιδί παρουσιάζει εξαιρετική πνευματική ζωρότητα, πρό πάντων όταν ανήκει σε καλλιέργημένο περιβάλλον που θα διευκολύνει αναγκαστικά την πνευματική του ανάπτυξη, τότε μπορούν να μη παρουσιασθούν δυσκολίες και να μάθω ταυτοχρόνως δυο γλώσσες.

«Όταν υπάρχει πολύ ζωρή ευφυΐα, οι δυο γλώσσες αποτελούν πνευματική άσκηση, που αν δεν ευνοή την εκφορά στη μητρική γλώσσα, του επιτρέπει τουλάχιστον ν' αντιληφθεί τις ομορφίες της.

Το αν θα μάθετε, λοιπόν, από νωρίς δυο γλώσσες στο παιδί σας, εξαρτάται από το αν είναι ευφυΐα ή όχι.

Οταν έμαθε ο Όλιβιέ πως η Μαγδαληνή βρίσκεται σε κίνδυνο, έτρεξε άμέσως στο δωμάτιό της. «Η φτωχή νέα! Έδω και ξη μήνες ήταν εύτυχης, νομίζοντας πως την αγαπούσαν. Η ζωή της ήταν χαρούμενη... Τώρα όμως τελείωσαν όλα. Θα πέθαινε! Ξαπλωμένη στο κρεβάτι, μέσα στην κομψή καμαρούλα της, ένιωθε πως από ώρα σε ώρα πλησίαζε το τέλος των βασάνων της, κι' έπειδη ζωή χωρίς έρωτα γι' αυτήν δεν αξίζει τίποτα, χαμογέλουσε προς το θάνατο! Αυτή τη στιγμή με κλειστά μάτια ήσυχάζε, ύστερα από μια τρομερή κρίση που πέρασε. Ο Όλιβιέ, καθισμένος κοντά στο κρεβάτι της, συλλογιζόταν το δράμα πουχε συμβή. Βρισκότανε σ' ένα νοσοκομείο ως εσωτερικός γιατρός, όταν μια καλή γυναίκα, γειτόνισσα της Μαγδαληνής, ήρθε και τον ειδοποίησε να τρέξει στο σπίτι της νέας, που γνώριζε πως ήταν φίλη του.

Ακολούθησε τη γυναίκα και στο δρόμο ρωτώντας την, έμαθε, με λύπη, πως η Μαγδαληνή σε μια στιγμή απελπισίας, άνοιξε το παράθυρό της και έπεσε στο δρόμο, πάνω στο πεζοδρόμιο. Την σηκώσανε και την φέρανε στην κάμαρά της και τώρα βρισκότανε στο κρεβάτι της σε άγνια θανάτου.

Ο Όλιβιέ λυπήθηκε πολύ! Η Μαγδαληνή ήταν παιδική του φίλη, απ' τον καιρό που ζούσαν μαζί στο χωριό τους, στον κάμπο. Μεγαλώνοντας την αγάπησε, μα δεν της είχε τίποτα, γιατί ένιωθε πως δεν μπορούσε ποτέ ν' άρση σ' ένα κορίτσι. Η φύσις τον είχε αδικήσει. Φιλιάδενος, ραχητικός, με πρόσωπο χλωμό, κούτσαινε και λιγάκι, γιατί μικρός είχε σπάσει μια γάμπα του. Μα αν το εξωτερικό του δεν ήταν όμορφο, είχε καλή καρδιά και πονετική ψυχή.

Στο Παρίσι, όπου οι γονείς του τον στείλανε για να σπουδάσει, έμενε από αρκετό καιρό. Τώρα ήταν πια γιατρός, βοηθός σε νοσοκομείο και ύστερα από τρεις μήνες θάπαιρνε και το διπλωμά του.

Η Μαγδαληνή ήταν όρφανή, και ζούσε στο Παρίσι με μια θεία της. Ήταν δασκάλα και, σαν πέθανε η θεία της, μπήκε παιδαγωγός στο σπίτι της κόμηςας ντε Λαβερντέν.

Πολές φορές, ο Όλιβιέ πήγαινε και έβλεπε τη Μαγδαληνή, και οι δυο νέοι μιλούσαν για τα παιδικά τους χρόνια. Εκείνος μάλιστα μπορούσε να κρύψει τη συγκίνησή του συγκρατώντας τη φλόγα που τον κατέτρωγε, ενώ εκείνη τον θεωρούσε απλώς σαν ένα παλιό σύντροφο.

Πόσο υπέφερε ο φτωχός όταν η Μαγδαληνή με λύπη του έξιμολογείτο τη δάκρυα και τη λυπή του εξομολογείτο τη ζωή της. «Αλλοίμονο! Είχε τρυφερή καρδιά η άτυχη νέα και αγάπησε ξαφνικά το Ζωρζ ντε Λαβερντέν, τον αδελφό της μαθητριάς της.

Τον αγάπησε μ' όλη την καρδιά της. Ο κατήφορος ήταν τόσο γλυκύς, τόσο τρυφερός και δελεαστικός, στις πρώτες ματιές και τα χειροσφιγίματα, που σιγά-σιγά εγκατέλειψε τον εαυτό της και του δόθηκε για τον ελάτρωσε... Εκείνος που στην αρχή ήταν τρελλά ζαρωμένος μαζί της, σιγά-σιγά από φίλος κυρίως της, και η Μαγδαληνή δεν μπορούσε να του άρνηθαι τίποτα...

Περάσανε μαζί ξη μήνες εύτυχας. Πολές φορές η φτωχή είχε τύψεις για το λάθος που έκανε: όταν όμως αντίκρινε μαζί του τα ξεχουσε όλα και η ψυχή της χατότανε σ' έκστάσεις... Επιστεψε στα λόγια του φίλου της, ο οποίος της είχε υποσχαστεί πως θα την έκανε γυναίκα του. Έσχεψαν την έπεισε να φύγει από το σπίτι της, και να παρατηρή από δασκάλα της άτυχης του και να εγκατασταθεί σ' ένα δω-

μάτιο όπου πήγαινε πια και την έβλεπε καθημερινώς. Η ζωή τους πενούσε έτσι με έρωτα και χαρά. Αυτό βαστάξε ξη μήνες. Η Μαγδαληνή, άρχισε να βρίσκει πια πως ο καιρός πενούσε, μα ο νέος αντί να κρατήσει την υπόσχεσή του της έδωσε, δεν πήγαινε να την βλέπει πλέον τακτικά βρίσκοντας χίλιες προφάσεις για να την καθυστερήσει...

Επί τέλους έφθασε και η ημέρα της συμφοράς. Ένα δειλινό η Μαγδαληνή έλαβε ένα γράμμα του νέου και το άνοιξε με φόβο έχοντας κακές προαισθήσεις. Ο Ντε Λαβερντέν της έγραφε πως όλα τελειώσανε μεταξύ τους και ότι πρέπει να καταλάβει πως ένας νέος σαν κι' αυτόν, γρήγορα ή άργα, θα παντρευότανε με μια νέα της τάξως του! Η Μαγδαληνή διαβάζοντας το γράμμα αυτό ζαλίστηκε... Δεν μπορούσε να πιστέψει στα μάτια της, νόμιζε πως όνειρεύεται... Συντριμμένη, σωριάστηκε σε μια καρέκλα, με τα μάτια γουρλωμένα και τα δόντια σφιγμένα. Έπειτα τινάχτηκε άξαφνα επάνω, άνοιξε το παράθυρο κι' έπεσε έξω!...

ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΓΑΠΗ ΤΟΥ ΕΝΑ ΣΥΓΚΙΝΗΤΙΚΟ ΔΡΑΜΑΤΙΚΟ ΔΙΗΓΗΜΑ

Αυτή ήταν η θλιβερή ιστορία της Μαγδαληνής...

Και τώρα βρισκόταν ετοιμοθάνατη στο κρεβάτι, ο Όλιβιέ κύτταξε την μαρμαίρη ομορφιά της με απείρησση λύπη. Αυτό το αγαπημένο του πρόσωπο πέβαινε κάτω από τα μάτια του χωρίς να μπορεί να το επαναφέρει στη ζωή. Προσκάλεσε τους καλύτερους γιατρούς του νοσοκομείου μα όλοι φύγανε αφού την έζησαν κουνώντας το κεφάλι τους απελπισμένα...

«Αν τουλάχιστον μπορούσα, σκέφθηκε ο Όλιβιέ, ν' ανακουφίσω τη δυστυχία της!» «Ήξερε πως ο πιο βαρύς πόνος βρισκόταν στην καρδιά της, γιατί ακόμα αγαπούσε τον άλλον!...

Ναι τον αγαπούσε, γιατί στον ταραγμένο ύπνο της μονάχα το δικό του όνομα έπρόφερε! Αυτό έφευγε από τα χείλη της σαν μια ελαφρά πνοή! «Α! πόσο ο έρωτας αντέχει και πως συγχωρεί όλες τις ανανδρίες και τις προδοσίες!

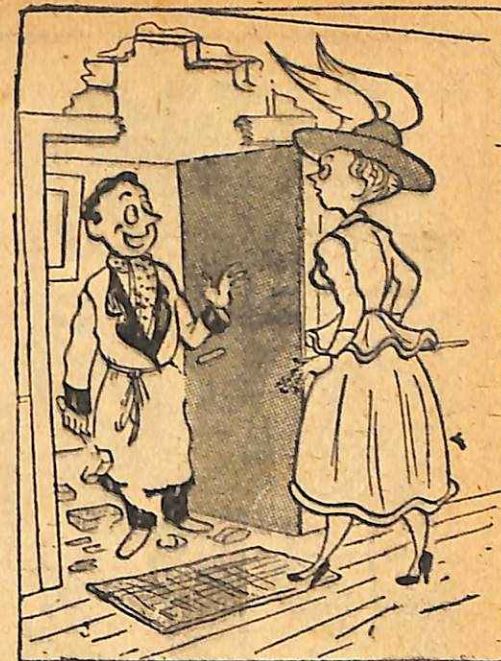
— Ζωρζ! ψιθύριζε η Μαγδαληνή καλώντας τον Ντε Λαβερντέν.

Και ο Όλιβιέ σκεπτότανε: «Γιατί να μη καταπνίξω την τσαχή που αισθάνομαι; Ναι την αγάπη, αλλά πρέπει μολα-ταύτα να προσπαθώ ώστε να πεθάνω ευχαριστημένο αυτό το κακόμοιρο παιδί. Ποιος έδρει αν αυτός που αγαπά δεν είναι από κείνους που δεν είναι σθημένα μέσα τους όλα τα τρυφερά αισθήματα, ίσως έρθη τρεχοντας, με δάκρυα στα μάτια κοντά στο θύμα του όταν μάθω τι συνέβη. Βλέποντάς τον κοντά της η Μαγδαληνή θα υποφέρει ίσως λιγότερο, και αν εκείνος τη βεβαιώσει πως την αγαπά πάντοτε ίσως η φτωχή μου Μαγδαληνή ξεψυχήσει εύτυχισμένη!...

«Ο Όλιβιέ άνοιξε τότε την πόρτα, φώναξε σιγά τη γειτόνισσα και την παρακάλεσε να μείνει στη θέση του κοντά στο κρεβάτι έως ότου γυρίση. Έφυγε κατόπιν διαστικά για το σπίτι της κυρίας ντε Λαβερντέν.

Στο μέγαρο Λαβερντέν ο Όλιβιέ ζήτησε να δει τον Ζωρζ. «Όταν ο άσπλαχνος νέος παρουσιάστηκε μπρός του, λίγο έλειψε να τον άρπάξει απ' το λαιμό και να τον πνίξει. Κρατήθηκε όμως και διηγήθηκε την αποπείρα της αυτοκτονίας της Μαγδαληνής, την αγωνία της και πως ύστερα από λίγες ώρες θα πέθαινε. Τον παρακάλεσε να πάει μαζί στο σπίτι της για να της δώσει τον τελευταίο αποχαιρετισμό.

Ο νέος συγκινήθηκε πολύ και ακολούθησε τον Όλιβιέ χωρίς να τον ερωτήσει τίποτα.



— Βλέπεις, αγάπη μου, ήμουν βέβαιος ότι θα μου έρθες με κανένα καινούργιο καπέλλο «της μόδας!...».

με τι δικαίωμα έμπαινε στο σπίτι του και τι συγγένεια είχε με τη Μαγδαληνή για να ενδιαφέρεται γι' αυτή. Σκεπτόταν ότι δεν διέτρεχε κανένα κίνδυνο πηγαίνοντας στο σπίτι της δυστυχισμένης αυτής, που θα πέβαινε από στιγμή σε στιγμή...

«Όταν φθάσανε στην κάμαρα της Μαγδαληνής, ο Όλιβιέ έσπρωξε το νέο μέσα. Η ετοιμοθάνατη άκουσε τον κρότο που έκανε η πόρτα και άνοιγοντας τα μάτια της κύτταξε προς το μέρος αυτό και έρριξε μια κραυγή άγριας χαράς: — Εσύ!... Εσύ!... Ζωρζ μου!... Ξανάρχες! κι' άρχισε να γελά, να μιλά, να ξεχνά όλο το φρικτό παρελθόν...

«Αρπάξε το χέρι του νέου και το φίλησε λέγοντας: — Ήξερα καλά πως δεν μ' είχες ξεχάσει!... πως μ' αγαπούσες ακόμα... Αχ! πόσο υποφέρω... Μα όχι δεν υποφέρω πια, αφού είσαι εδώ... Μ' αγαπάς, δεν είναι έτσι!... Τι καλός είσαι που με θυμήθηκες και ήρθες... Τουλάχιστον θα μπορέσω να πεθάνω εύτυχης...

Τα μάτια του Ζωρζ δάκρυσαν. — Μή μ' αφήσεις! Ξαναείπε η Μαγδαληνή, δεν θα χάσεις πολλή ώρα μαζί μου... Και γυρίζοντας προς τον Όλιβιέ συνεπήλθε: — Είναι ο κύριος Ζωρζ Ντε Λαβερντέν. Βλέπετε πως είχα άδικο να λέω πως δεν μ' αγαπούσε!... Ναι, ναι μ' αγαπά! Τώρα το νοιώθω και έχω πως δεν μπορούσε να με παντρευτεί... γιατί η φαμίλια του και τ' όνομά του... Αλλοίμονο...είχα κυττάξει πολύ ψηλά έχω η φτωχή κόρη.

«Αρχισε να αναπνέει δύσκολα. Προσπάθησε επίσης να σηκωθεί να δεν μπόρεσε... Ο θάνατος πλησίαζε σκληρός αμείλικτος... Σε λιγάκι δε μιλούσε πια... Έσφιγγε μόνον ευχαριστημένη το χέρι του νέου... Προσπάθησε να το φέρη έξωφρα στα χείλη της, μα δεν είχε τη δύναμη...

— Ζωρζ! είπε ξαφνα με μια σθημένη φωνή... Ζωρζ! ευχαριστώ... είμαι εύτυχισμένη σ' αγαπά! και ξεψύχησε...

Ο Ζωρζ έρριξε μια τραμαγμένη φωνή, σηκώθηκε και κύτταξε τον Όλιβιέ. — Πέθανε; τον ρώτησε.

«Ο Όλιβιέ σίμωσε στο κρεβάτι, και του είπε: — Ναι! πέθανε!... και προχωρώντας στο νέο με ύφος απειλητικό συμπλήρωσε: — Τώρα πηγαίνετε! Δεν έχετε πια δουλειά εδώ μέσα! Δεν καταλάβετε πως την αγαπούσα;

Και γονατίζοντας άρχισε να κλαίει...

ΠΟΛ ΜΑΡΤΙΝ

ΤΑ ΦΡΟΥΤΑ

ΟΙ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΞΑΝΑΒΡΗΚΑΝ ΤΟΝ ΠΑΡΑΔΕΙΣΟ

τόν επιβαρύνει με πρωτεΐνες, όπως θα έκανε αν έτρωγε κρέατα για να πάρη από κεί τον σίδηρο.

Ας πάρουμε τώρα την κατηγορία των λιπαρών φρούτων: τ' αμύγδαλα, παραδείγματα χάριν, παρουσιάζουν μιά εξαιρετική συμπύκνωση θρεπτικών ικανοτήτων. 100 γραμμάρια ξερά αμύγδαλα δίνουν στο σώμα 605 θερμίδες. Τ' αμύγδαλα περιέχουν επίσης τόσες σχεδόν πρωτεΐνες, όσες περιέχει και το κρέας. Αποτελούν δηλαδή ένα είδος...φυτικού κρέατος.

ΟΙ ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ ΣΤΑ ΦΡΟΥΤΑ

Η αξία των φρούτων στη διατροφή οφείλεται κυρίως στις βιταμίνες που παρέχουν στον οργανισμό μας. Λίγα είναι τα φρούτα που περιέχουν βιταμίνες Α (αυτές βρίσκονται κυρίως στα φρέσκα φύλλα των φυτών), τα περισσότερα όμως από αυτά περιέχουν βιταμίνες Β και C σε μεγάλες ποσότητες.

Τα πλουσιότερα φρούτα σε βιταμίνες Β είναι το λεμόνι, το πορτοκάλι, το δαμάσκηνο, το μήλο, το αχλάδι, το ροδάκινο (κατά σειράν αξίας). Είναι επίσης γνωστή η αντισκορβουτική ικανότητα του λεμονιού, που οφείλεται στην περιεκτικότητά του σε βιταμίνες C. Το φρούτο αυτό, όπως και το πορτοκάλι, πρέπει να τρώγονται, φρέσκα, δεδομένου ότι η διατήρησής λιγοστεύει σημαντικά την ποσότητα των βιταμινών. Η ανάπτυξης των παιδιών διευ-

κολύνεται σημαντικά με την τακτική χρησιμοποίησι χυμού λεμονιού και πορτοκαλιού.

ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ Η ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑΞΙΑ ΤΩΝ ΦΡΟΥΤΩΝ;

Είναι γνωστή η αξία των φρούτων στη θεραπεία της νεφρίτιδας. Εκεί όμως που η χρήση των φρούτων είναι αναμφισβήτητης αξίας για τις γυναίκες, είναι η καταπολέμησης της παχυσαρκίας: δεν πρέπει να λησμονούμε ότι, τα φρούτα, ενώ καταπραίνουν την πείνα, δεν προσφέρουν στον οργανισμό πολλές θρεπτικές ουσίες, κυρίως δε λίπη. Πολλές επίσης περιπτώσεις δυσκοιλιότητας θεραπεύονται με την τακτική χρησιμοποίησι φρούτων το πρωί, μόλις ξυπνήσουμε, όταν το στομάχι είναι ακόμη εντελώς άδειο. Δεν πρέπει τέλος να λησμονούμε τη διουρητική αξία των φρούτων, χάρις στην μεγάλη ποσότητα νερού που περιέχουν.

Η θεραπεία με φράουλες είναι χρησιμώτατη έναντι των ρευματισμών—αν δεν προκαλή όρτικαρία στον οργανισμό—, ή θεραπεία με λεμόνι είναι αποτελεσματική για την καταπολέμηση του σκωρβούτου, ή θεραπεία με μήλα είναι κυρίως εύνοικη για την καταπολέμηση της χρόνιας γαστρεντερίτιδας των παιδιών.

ΤΡΩΤΕ ΦΡΟΥΤΑ ΣΕ ΩΡΙΣΜΕΝΕΣ ΩΡΕΣ

Αντίθετα με ό,τι γενικά πιστεύεται, είναι προτιμότερο να τρώμε φρούτα νη-

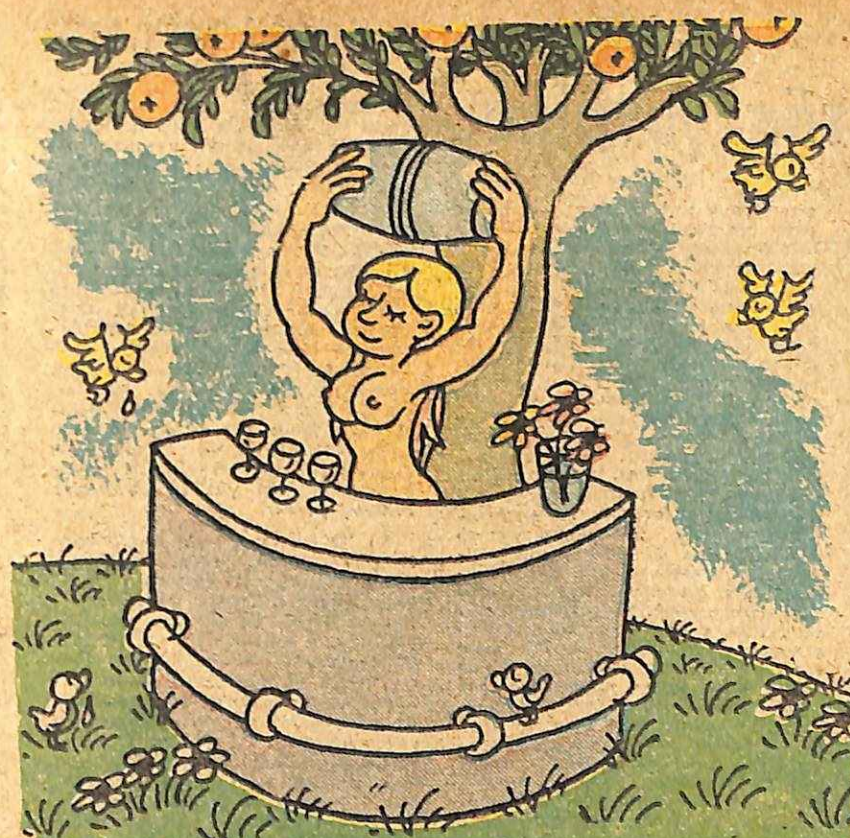
γιστικοί το πρωί, με το πρωινό μας και το απόγευμα, παρά το μεσημέρι και το βράδυ με το φαγητό. Επιστημονικά, είναι δύσκολο να καθορισθεί ο λόγος για τον οποίον χωνεύονται καλύτερα αυτές τις ώρες, αλλά στην πράξη το έχουν διαπιστώσει όλοι οι διαιτολόγοι. Η μόνη εξαίρεσις είναι για το πεπόνι, που είναι προτιμότερο να τρώγεται μετά το φαί.

Για να μπορήτε να επωφεληθήτε από τις θρεπτικές αξίες των φρούτων, μην τα καθαρίζετε. Φροντίστε όμως πάντοτε να τα πλύνετε καλά πριν δαγκώσετε με κέφι την αρωματισμένη σάρκα τους.

ΚΟΚΤΑΙΗ ΑΠΟ ΦΡΟΥΤΑ

Θα ήταν έγκληματικό να μην επωφεληθήτε στην τόσο πλούσια σε φρούτα αυτή εποχή, από την εξαιρετική τους αξία για την υγεία και την καλλονή σας. Σβήστε τη δίψα που σας καταλαμβάνει σχεδόν συνεχώς, τους ζεστούς αυτούς καλοκαιρινούς μήνες, πίνοντας κοκταίη από φρούτα, αντί από διάφορα οίνο-συννευματώδη ποτά. Ίδου μιά απλή συνταγή: Πάρτε ένα μήλο, ένα αχλάδι, δυο βερούκκια, δυο ροδάκινα, κόψτε τα σε κομμάτια και στίψτε τα καλά ώστε να βγάλουν το χυμό τους. Προσθέστε σ' αυτόν μισό ποτήρι νερό, το χυμό ενός λεμονιού, ένα κουταλάκι μέλι, και μερικά κομμάτια πάγο και ανακατέψτε τα καλά. Θα έχετε έτσι τρία ποτήρια γευστικώτατα και θρεπτικώτατα κοκταίη από φρούτα.

Μπορείτε να κάνετε το ίδιο και με κάθε άλλου είδους συνδυασμό φρού-



...Έχετε έτσι τρία ποτήρια κοκταίη...

των, χρησιμοποιώντας ανάλογα με την εποχή σταφύλια, πεπόνι, καρπούζι φράουλες κλπ. Αφήστε τη φαντασία

Ξέρετε ότι η αξία σε θερμίδες των αποξηραμένων φρούτων είναι πολύ μεγαλύτερη από την αξία των φρέσκων;

Δαμάσκηνα φρέσκα: 64 θερμ.—Δαμάσκηνα ξερά: 292 θερμ.—Βερούκκια φρέσκα: 61 θερμ. Βερούκκια ξερά 290 θερμίδες.

Βιταμίνη Α: αντιξηροφθαλμική
Βιταμίνη Β: αντινευρική
Βιταμίνη C: αντισκορβουτική
Βιταμίνη D: αντιραχτική.

Μην πίνετε κρύο νερό ή μπύρα, αφού έχετε φάει πολλά φρούτα.

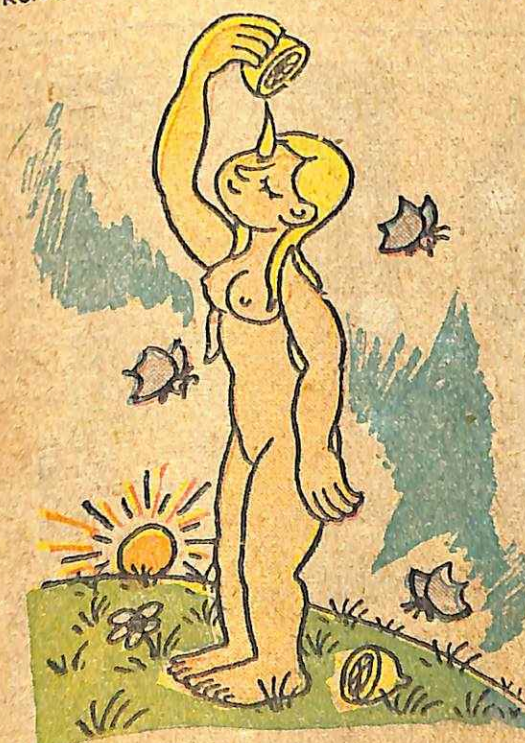
Θέλετε να διευκολύνετε τη λειτουργία του σπληνός σας; Τρώτε αγκινάρες (πλουσιώτατες σε ινσουλίνη), λεμόνι (ερεθιστικό) και ντομάτες (το κόκκινο χρώμα τους προκαλεί άφθονες εκκρίσεις στο πεπτικό σύστημα).

Υποφέρετε από ραχίτιδα, νευραλγίες, πνευμονικά νοσήματα; Τρώτε άφθονα λάχανα, που είναι πλουσιώτατα σε ασβέστιο και σε θειάφι.

Τα νεύρα σας είναι εύπαθα; Το σέλινο, (καταπραυντικό), το πορτοκάλι (τονωτικό), το μαρούλι (καταπραυντικό), τα δαμάσκηνα (τονωτικά) θα σας βοηθήσουν πολύ στην περιποίησή τους.

Για την κυκλοφορία του αίματος σας, είναι θαυμάσια τα κεράσια, που καθαρίζουν το αίμα.

Αν υποφέρετε από ρευματισμούς, τρώτε άφθονα μήλα: είναι πλούσια σε βιταμίνες, σε σίδηρο, σε τανίνη και σε ποτάσα.



Κάθε πρωί μιά-δυο σταγόνες λεμόνι σε κάθε μάτι...

σας να δουλέψη και δοκιμάστε τα κατασκευασμάτα σας: Γρήγορα ή πείρα θα σας βοηθήση να βρήτε τα πιο εύγευστα από αυτά...

ΤΑ ΦΡΟΥΤΑ ΚΑΙ Η ΚΑΛΩΝΗ ΣΑΣ

Τα φρούτα δεν χρησιμοποιούνται μόνον... έσωτερικώς από τις γυναίκες: έχουν τη δυνατότητα να χρησιμοποιηθούν και εξωτερικώς, για την περιποίησι της καλλονής. Ο συνθέστερος τρόπος χρησιμοποίησής των φρούτων για το σκοπό αυτό είναι η κατασκευή διαφόρων μασκών.

Καθαρίστε καλά και προσεκτικά την επιδερμίδα του προσώπου σας και τοποθετήστε ύστερα επάνω φρέσκες φέτες από αγγούρι, ντομάτα, λεμόνι, καρότο κλπ. Θα αντιληφθήτε με καταπληξι πόσο μεγάλο καλό κάνει στην επιδερμίδα σας αυτή η φυσική μάσκα και πόσο ξανανιώνει τα κύτταρά της. Επωφεληθήτε από το ότι υπάρχουν ά-

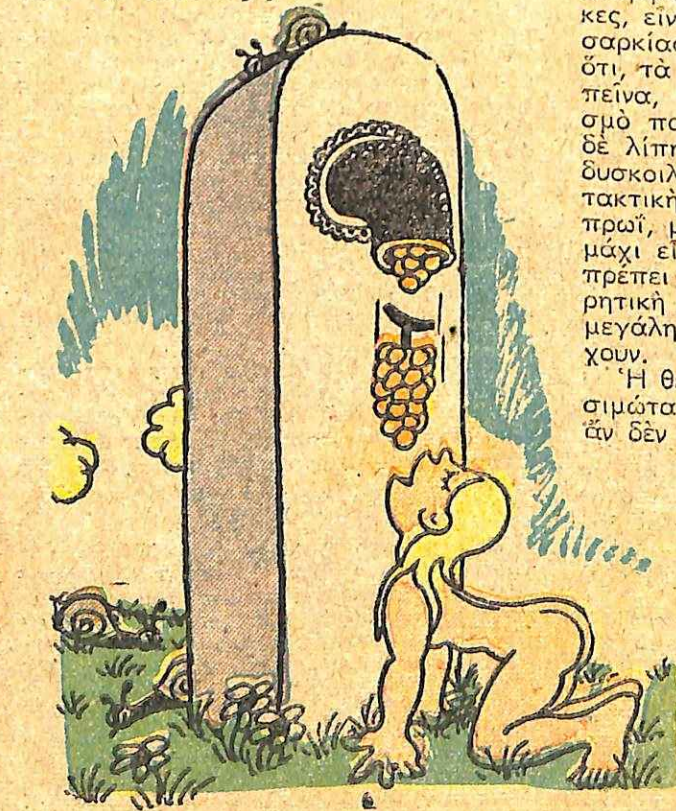
κόμη φράουλες και μην παραλείψετε να ζουλάτε κάθε βράδυ μιά ή δυο φράουλες στο πρόσωπό σας, αφού έχετε καθαρίσει το δέρμα σας. Αφήστε το χυμό επί είκοσι λεπτά επάνω στο πρόσωπό σας και ύστερα καθαρίστε τον μ' ένα βαμβάκι ποτισμένο με ανθόνερο.

Αλλά μιά μικρή συμβουλή που θα σας κάνει να έχετε πάντα μιά θαυμάσια λάμψη στο πρόσωπο: Κάθε πρωί, στάξτε μιά ή δυο σταγόνες λεμόνι σε κάθε μάτι σας. Μην ανησυχήσετε: δεν θα σας τσουζή παρά ελάχιστα.



Επωφεληθήτε από την εποχή που υπάρχουν φράουλες να κάνετε μιά μάσκα κάθε βράδυ...

Βρισκόμαστε πιά στον Ιούλιο, και ο ήλιος έχει κάνει να ωριμάσουν τόσες θαυμάσιες ποικιλίες των υπέροχων φρούτων της πατρίδας μας. Είτε βρίσκεστε στην πόλη, είτε στο χωριό, είτε στη θάλασσα, μη διστάσετε να τα απολαμβάνετε καθημερινά για το καλό του οργανισμού σας; Θα δώσετε έτσι στο δέρμα και στο χρώμα σας τη δυνατότητα να καθαρίσουν και να δμορφώσουν, με το φυσικώτερο μέσον που έχει ανακαλυφθεί ως σήμερα...



Αν φάτε μιά όκα σταφύλια, είαι σαν να πίνετε 320 δρόμια νερό!

Η διατροφή της γυναίκας

Η Έλληνίδα, κατά μια γενική εκτίμηση, διατρέφεται ελαττωματικά. Κι' αυτό όχι πάντοτε από φτώχεια, αλλά κυρίως από συνηθισμένη ή παράδοξη και βασικά από αγνοία των κανόνων της υγιεινής διατροφής. Για τη φτώχεια Έλληνίδα, ή τόσο ύμνηθειας «λιτότητας» του είδους των «Ελλήνων» απο-τελεί και κόλαφο και σαράκι! Η λιτότητα αυτή σημαίνει υποσιτισμό. Και υποσιτισμός σημαίνει αρρώ-στεια, φυματίωση, κακή σωματική ανάπτυξη και διάπλαση, κακή κι' ασθενική ράτσα, μικρή απόδοση εργασίας, ψυχική κακομοιρία, ελ-λειψή εμπιστοσύνης στις δυνάμεις της με συνέπεια τη γενική ατο-μία, μεγάλη θνησιμότητα, σκοτει-νο μέλλον της φυλής.

Αλλά ως επιληφθούμε μεθοδι-κώτερα με τη μελέτη του θέματος της διατροφής της Έλληνιδας. Τρία είναι κυρίως τα μειονεκτή-ματα της διατροφής αυτής:

1) Η ποσοτική και ποιοτική α-νεπάρκεια της τροφής. 2) Η γε-ωτική προτίμηση σε άνωφελος, ή και βλαβερές τροφές. 3) Ο κα-κός τρόπος του τρώγειν.

Ας εξετάσουμε ένα-ένα από τα τρία αυτά μειονεκτήματα:

1) Η Έλληνίδα είναι κυρίως φυτοφάγος. Και όσον αφορά μὲν τη φτώχεια Έλληνίδα, αυτή έχει για κύριο παράγοντα της τέτοιας φυτικής της διατροφής το ψωμί. Αυτό κάπως διορθώνει τα πράγμα-τα. Αλλά το κρέας αποτελεί σπώ-νιο είδος στη διατροφή της φτω-χής Έλληνιδας και ιδιαίτερα της χωρικής. Τα τελευταία χρόνια, πρέπει να ομολογήσω πως κά-ποια φροντίδα καταβάλλεται σε πλατειά κλίμακα για το γάλα, το αυγό και το κρεατάκι του παι-διού, για τη διατροφή δηλαδή με το τόσο ωφέλιμο ζωικό λεύκωμα. Αλλά κι' αυτό ίσα-ίσα ένα σημείο και μόνο για την παιδική ηλικία και μάλιστα στις πόλεις κι' όχι στο χωριό. Η πλούσια πάλι Έλ-ληνίδα διατρέφεται σχεδόν χωρίς ψωμί. Όσον αφορά δε τη μέση Έλληνίδα, αυτή είναι που παρα-παίει κυριολεκτικά στα ζητήματα της διατροφής. Ούτε ψωμί, ούτε όσα πρέπει ζωϊκό λεύκωμα. Μή-πως όμως τα χορταρικά, που κα-ταναλώνει σε σημαντικές ποσότητες η Έλληνίδα, τα παρασκευά-ζει όπως πρέπει; Τα βράζει με πολύ νερό, χύνει τις περισσότερες χρήσιμες ουσίες τους, που διαλύ-νται στο νερό, στο νεροχύτη και τα τρώει ύστερα με την προσθή-κη λίγου λαδιού, ανεπαρκέστατη δηλαδή ποσότητα λίπους και λί-γου ευδισίου ή χυμού λεμονιού. Αυ-τό γίνεται και με τα δοπρία, που το «πρωτοζούμι» του χύνει η Έλ-ληνίδα στο νεροχύτη. Συνέπεια της τέτοιας διατροφής της Έλ-ληνιδας, σε συνδυασμό με το πο-σό και το είδος της εργασίας που καταβάλλει, είναι η πραγματική υποσιτισμός της, με τα δλεθρία απο-τελέσματά της. Η Έλληνίδα τρώ-ει εύτυχως φρούτα. Και στο ση-μείο αυτό θεωρούμε υποχρεωμένους να τα βοηθήσουμε, πληροφο-ρώοντας την για τις ιδιότητες των φρούτων που καταναλώνει. Τα φρούτα περιέχουν πολύ νερό, δια-φορά όξεία (κυρίως κινρικό, τρυ-φικό και μηλικό), αλκατα (καλίου, νατρίου, μαγνησίου, ασβεστίου, σιδήρου κ.λ.π.), διάφορες ζάχα-ρες, πολλές βιταμίνες (κυρίως C) και μερικά και λάδι (καρύδια, ε-λίες κ.λ.π.). Δεν είναι, βέβαια, τροφές αξιολογικές θρεπτικής ικα-νότητας, έχουν όμως μοναδικές θρεπτικές και θεραπευτικές ιδιό-τητες. Είναι διουρητικά και απο-τοξινωτικά («καθαριστικά του αίμα-τος») και όταν καταναλώνονται σε μεγάλες ποσότητες—εύτυχως δ' άνθρωποι έχει αυτή τη δυνατότη-τα—δίνουν και αρκετές θερμίδες στον οργανισμό. Να πόσες θερμίδες δίνει ένα κιλό διαφόρων φρού-των: φράουλα 440, φραγκοστά-φυλα 610, μήλα 610, σμέουρα (φραμπούς) 620, αχλάδια 630, ροδάκινα 650, δαμάσκηνα 700, σύκα 810. Τα φρούτα ωφελούν πολ-ύ στο σπλάκι και στα νεφρά. Προστατεύουν από τον αρθριτι-σμό, την ψαμμίαση, τη νεφρολι-θίαση, τη χολολιθίαση και την αρ-τηριοσκλήρωση. Πρέπει όμως να τρώγονται ώριμα, ούτε άγουρα, ούτε πολυγινωμένα. Πολλά απ' τα φρούτα έχουν αξιολογικές υγιεινο-διατροφικές ιδιότητες. Τα φραγκο-στάφυλα είναι πολύ καλά για το σπλάκι, είναι δε ακόμη διουρητι-κά, αντιρευματικά και αντιαρθρι-τικά. Τα φράουλα, που ωφελούν τους αναμεικτούς, τους ανάρρυνόν-τες, τους φυματικούς, τους αρθρι-τικούς, τους ηπιατικούς και τους νεφροπαθείς, δεν πρέπει να τα τρώνε όσες έχουν προδιάθεση για έκζεμα και δερματικές φαγού-ρες, πολλά δε άτομα όταν τα τρώ-νε, βγαίνουν δερματικά εξανθήμα-τα. Τα σμέουρα ωφελούν κατά το αρθριτισμό, των ρευματι-σμών και της αρτηριακής υπερ-πίεσης. Τα σύκα, που απαγορευ-νται σ' όσες πάσχουν από διάρ-ροιας, ενώ αντίθετα συνιστώνται στις δυσκολίες, έχουν περιέργως και αξιολογικές ιδιότητες προ πάν-των στο γάλα τους (τόν ασπρο-τό, που έρρεται σ' όλα τα μέ-ρη της συκιάς), που το παραμοιά-ζουν με το παγκρεατικό υγρό του ανθρώπου και που χωνεύει την ίν-κη, τα λίπη, το άμυλο, ηλιές δε και το θρασμένο γάλα. Τα δαμά-σκηνα, που είναι άριστα κατά της δυσκοιλιότητας, είναι ακόμη ωφέλιμα κατά του αρθριτισμού, της νεφρίτιδος, των καρδιοπαθει-ών και των αιμορροιδών. Τα μή-λα και ιδίως το φλούδι τους, είν-αι αντιαρθρικά. Είναι ακόμη αν-τιδιαρρηκτικά. Ο άναγας έχει ουσί-ες, που συντελούν στη χώνευση των λευκοματωμένων οσείων, ικανώτε-ρες κι' απ' τα πεπτικά υγρά του στομάχου του ανθρώπου. Χωνεύει το κρέας, το γάλα, το ασπράδι του αυγού. Η ιδιότητα του αυτής καταργείται με το βράσιμο, το καυτερόμαζα και τα οινόπνευμα τώδη ποτά. Τα πορτοκάλια δι-νουν δροσιά και χρώμα στο δερ-μα. Τα λεμόνια, εκτός των άλλων, είναι και αντιδηλητηριώδη, προ-λαβαίνουν τις δηλητηριάσεις από δόττακα (στρείδια, μύδια κ.λ.π.) και δίνονται σαν αντίδοτα στις δηλητηριάσεις από αλκαλικά δηλη-τήρια. Το σταφυλιού ο χυμός ω-νομάσθηκε «φυσικό γάλα» και ή σύνθεσής του μοιάζει με τη σύν-θεσιν του γυναικείου γάλακτος. Αυτές είναι, με λίγα λόγια οι ι-διότητες των διαφόρων φρούτων.

Οι Έλληνίδες μας, που τόσο τ' αγαπούν, ας τις χρησιμοποιήσουν εύστοχα.

2) Η Έλληνίδα, όπως κι' ο Έλληνας, αρέσκεται στα τηγανη-τά και στους μεζέδες, στις χειρό-τερες δηλαδή μορφές τροφής, που καταστρέφουν τα πεπτικά όργανα, που είναι τοξικές για τόν οργανί-σμό και που έχει καταστροφή ή θρεπτική τους αξία. Η ερεοτημη-νισμένη μαριδα προσφέρει μικρή θρεπτική αξία και μεγάλη επιβάρ-υνση στον οργανισμό. Τα «μεζε-λίκια» (γαρδούμες, κοκορέτια τζιερνίκια κ.λ.π.) έπρεπε να απο-φύγονται αντί να αναζητούνται. Τα έντερα των γυνών δεν έχουν την ίδια θρεπτική αξία με το κρέας. Οι σπλήνες και τα σπυράκια, που έχουν βέβαια σημαντική θρεπτική αξία, όταν περάσουν από το τηγά-νι γίνονται κακοχώνευτα. Κακή χώνευση δε σημαίνει ελαττωμένη απορρόφηση και φτωχή αφομοίω-σι. Δεν κάνουν επίσης για όλες

τις ηλικίες, για όλες τις ιδιοσυ-κρασίες και για όλους τους όρ-γανισμούς. Ειδικά για τις σπλή-νες ο Άρμάνδος Γκωτιέ γράφει: «Ενικά το κρέας αυτό δεν μπορεί παρά να είναι μια πολύ κακή τρο-φή». Η καταναλωσι τέτοιων εί-δων δικαιολογείται μόνο για θε-ραπευτικούς σκοπούς (άναιμία, ε-λαιοσμία κ.λ.π.), αλλά τότε υπό-ωρισημένη κατάλληλη μορφή (ώμα, σκάρας με το αίμα). Η Έλλη-νίδα μας, δυστυχώς, δεν καταναλώ-νει, όπως ο Έλληνας, σε αρκετή ποσότητα το τυρί, που είναι αξιο-σύστατη τροφή και δίνει στον όρ-γανισμό άριστης ποιότητας ζωϊκό λεύκωμα. Καταναλώνει, εύτυχως, σπανάκια και σταφύλια, που είν-αι πολύ ωφέλιμα. Επίσης αγκι-νάρες. Αποφεύγει όμως τις τόσο ωφέλιμες πατάτες και τους ξηρούς καρπούς, που το χειμώνα είναι δ'ι χρειάζεται για τη γυναικεία ιδιοσυκρασία.

3) Ο τρόπος με τον οποίο τρώ-ει η Έλληνίδα, είναι φθορός. Τρώει συνήθως σε ακανόνιστες ώ-ρες, ταυματολογώντας έκαστοτε, ή δοκιμάζοντας τα φαγητά που μα-γειρεύει, ή λιχουδιάζοντας με διά-φορα γλυκά. Αυτό κόβει την όρε-ξη. Άλλα το χειρότερο είναι ότι καθόλου, ή ελάχιστα απασχολείται με το φαγητό της κατά την ώρα των γευμάτων. Αυτό έχει δλεθρία επιδράσι, εμποδίζοντας την καλή πέψη και την αφομοίωσι των τρο-φών. Ο ψυχικός παράγων παίζει τεράστιο ρόλο κατά τη λειτουργία του τρώγειν. Η Έλληνίδα μας, όταν τρώει στο σπίτι της απασχ-λείται διαρκώς, τότε με τα παι-διά, τότε για να σηκωθεί να φέ-ρη κάτι που λείπει από το τραπέ-ζι κι' ενώ, όπως όλες οι γυναίκες, είναι συνήθως τραυφάγοι, στο σπ της γίνεται ταχυφαγία, σαν το φαγητό να είναι κάποια δου-λειά που δαζεται ν' απαλλαγεί απ' αυτήν. Εύτυχως για την Έλ-ληνίδα δεν αποτελεί κανόνα, αλ-λά εξαίρεσι το πόσιμο πολλού νε-ρού την ώρα του φαγητού, που αυξάνει τα κακά της ταχυφαγίας. Όταν η Έλληνίδα μας τρώει έξω, σε κανένα κέντρο, τότε ή κοκετα-ρία καταργεί κυριολεκτικά την τέφμη και την ωφέλιμότητα του φαγητού. Δεν είναι άπρεπια το να φάη κανένας «σαν άνθρωπος». Η άσπρη στάσι, το ρούζ των χει-λιών που δεν πρέπει να στραπα-ταρισθεί, το φλέρι, οι ματιές γύ-ρω για την εξακρίεωσι του τί εν-τός της ηλικίας, για όλες τις ιδιοσυ-κρασίες και για όλους τους όρ-γανισμούς. Ειδικά για τις σπλή-νες ο Άρμάνδος Γκωτιέ γράφει: «Ενικά το κρέας αυτό δεν μπορεί παρά να είναι μια πολύ κακή τρο-φή». Η καταναλωσι τέτοιων εί-δων δικαιολογείται μόνο για θε-ραπευτικούς σκοπούς (άναιμία, ε-λαιοσμία κ.λ.π.), αλλά τότε υπό-ωρισημένη κατάλληλη μορφή (ώμα, σκάρας με το αίμα). Η Έλλη-νίδα μας, δυστυχώς, δεν καταναλώ-νει, όπως ο Έλληνας, σε αρκετή ποσότητα το τυρί, που είναι αξιο-σύστατη τροφή και δίνει στον όρ-γανισμό άριστης ποιότητας ζωϊκό λεύκωμα. Καταναλώνει, εύτυχως, σπανάκια και σταφύλια, που είν-αι πολύ ωφέλιμα. Επίσης αγκι-νάρες. Αποφεύγει όμως τις τόσο ωφέλιμες πατάτες και τους ξηρούς καρπούς, που το χειμώνα είναι δ'ι χρειάζεται για τη γυναικεία ιδιοσυκρασία.

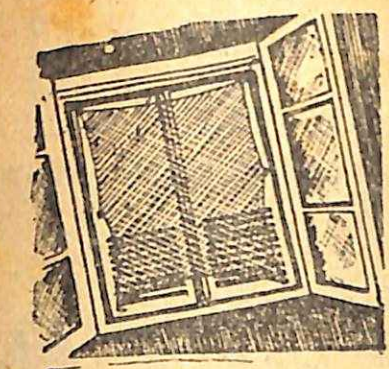
3) Ο τρόπος με τον οποίο τρώ-ει η Έλληνίδα, είναι φθορός. Τρώει συνήθως σε ακανόνιστες ώ-ρες, ταυματολογώντας έκαστοτε, ή δοκιμάζοντας τα φαγητά που μα-γειρεύει, ή λιχουδιάζοντας με διά-φορα γλυκά. Αυτό κόβει την όρε-ξη. Άλλα το χειρότερο είναι ότι καθόλου, ή ελάχιστα απασχολείται με το φαγητό της κατά την ώρα των γευμάτων. Αυτό έχει δλεθρία επιδράσι, εμποδίζοντας την καλή πέψη και την αφομοίωσι των τρο-φών. Ο ψυχικός παράγων παίζει τεράστιο ρόλο κατά τη λειτουργία του τρώγειν. Η Έλληνίδα μας, όταν τρώει στο σπίτι της απασχ-λείται διαρκώς, τότε με τα παι-διά, τότε για να σηκωθεί να φέ-ρη κάτι που λείπει από το τραπέ-ζι κι' ενώ, όπως όλες οι γυναίκες, είναι συνήθως τραυφάγοι, στο σπ της γίνεται ταχυφαγία, σαν το φαγητό να είναι κάποια δου-λειά που δαζεται ν' απαλλαγεί απ' αυτήν. Εύτυχως για την Έλ-ληνίδα δεν αποτελεί κανόνα, αλ-λά εξαίρεσι το πόσιμο πολλού νε-ρού την ώρα του φαγητού, που αυξάνει τα κακά της ταχυφαγίας. Όταν η Έλληνίδα μας τρώει έξω, σε κανένα κέντρο, τότε ή κοκετα-ρία καταργεί κυριολεκτικά την τέφμη και την ωφέλιμότητα του φαγητού. Δεν είναι άπρεπια το να φάη κανένας «σαν άνθρωπος». Η άσπρη στάσι, το ρούζ των χει-λιών που δεν πρέπει να στραπα-ταρισθεί, το φλέρι, οι ματιές γύ-ρω για την εξακρίεωσι του τί εν-τός της ηλικίας, για όλες τις ιδιοσυ-κρασίες και για όλους τους όρ-γανισμούς. Ειδικά για τις σπλή-νες ο Άρμάνδος Γκωτιέ γράφει: «Ενικά το κρέας αυτό δεν μπορεί παρά να είναι μια πολύ κακή τρο-φή». Η καταναλωσι τέτοιων εί-δων δικαιολογείται μόνο για θε-ραπευτικούς σκοπούς (άναιμία, ε-λαιοσμία κ.λ.π.), αλλά τότε υπό-ωρισημένη κατάλληλη μορφή (ώμα, σκάρας με το αίμα). Η Έλλη-νίδα μας, δυστυχώς, δεν καταναλώ-νει, όπως ο Έλληνας, σε αρκετή ποσότητα το τυρί, που είναι αξιο-σύστατη τροφή και δίνει στον όρ-γανισμό άριστης ποιότητας ζωϊκό λεύκωμα. Καταναλώνει, εύτυχως, σπανάκια και σταφύλια, που είν-αι πολύ ωφέλιμα. Επίσης αγκι-νάρες. Αποφεύγει όμως τις τόσο ωφέλιμες πατάτες και τους ξηρούς καρπούς, που το χειμώνα είναι δ'ι χρειάζεται για τη γυναικεία ιδιοσυκρασία.



Βάσανα παλιά και νέα

Στόν παλιό καιρό τιμωρούσαν τις κουσομπόλες μ' αυτό το σι-δερένιο φιάτρω που κλείδωνε πίσω στο κεφάλι και δεν τους επέ-τρεπε να βγάλουν μιλιά. Στην άτομική μας εποχή, οι γυναίκες υποβάλλονται εκούσια στο άρκετα βασανιστικό αυτό κράνος, που εξασφαλίζει το ωραίο κυματίσμο στα μαλλιά τους.

Καταπολεμήσετε τη ζέστη



Το καλοκαίρι λάμπει με όλα τα καλά του. Όστόσο, μερικές γυναί-κες δεν αγαπούν τόσο πολύ την ώραία αυτήν εποχή. Ίσχυρίζονται πως η ζέστη τις πειράζει και πως το σπτί τους είναι ακατοίκητο στους τρεις καλοκαιρινούς μήνες. Δεν ξέρουν πως είναι πολύ εύκολο να δροσίουν το σπτί τους, ε-φαρμυζοντας μερικά κατάλλη-λα «τρύκα».

Πρέπει να γνωρίζετε, φυσικά, ότι τα παράθυρα, τα εξώφυλ-λα δηλαδή, πρέπει να κλείνουν πριν από τις έννεα το πρωί και ιδιαίτερα όσα βλέπουν προς τη μεσημβρία. Κάνετε, λοιπόν, νωρίς - νωρίς το νοι-κοκυριό σας και χαμηλώστε τα εξώφυλα στορία ή κλείστε τα παντζούρια. Θα ανοίξετε πάλι το απόγευμα, όταν ο ήλιος θα έχει φύγει. Αν έχετε παράθυ-ρο που δεν το βλέπει ο ήλιος, μπορείτε να τ' αφήσετε ανοί-κτο για να παίρνη αέρα το σπτί. Έννοείται πως όλες οι εσωτερικές πόρτες και τα πα-ράθυρα του σπιτιού πρέπει να μένουν ανοικτά όλη την ημέρα.

Το νερό είναι θαυμάσιο μέ-σον για να δροσίετε το σπτί σας. Μπορείτε να μουσκεύετε τα παντζούρια ή τα στορία σας ή να κρεμάτε στο τελαρό του παραθύρου, μέσα από τα στορία, ένα βρεγμένο ύφασμα, σε τύπο κουρτίνας. Η εξάτμι-σι της ψευτοκουρτίνας αυτής —που μπορείτε να την ξανα-βρέχετε αφού στεγνώση—δρο-σίζει την ατμόσφαιρα. Τη βρεγ-μένη κουρτίνα μπορείτε να την κρεμάτε από μερικά χαλκαδά-κια που θα ράψετε επάνω στο ύφασμα.

Αν το διαμέρισμά σας είναι σωστό, καμίνι, μπορείτε να το-ποθετήσετε επίσης μέσα στα δωμάτια ένα απλωτό δοχείο με νερό. Η εξάτμισή του θα δρο-σίσει και θα άρωματίση την α-τμόσφαιρα, αν ρίξετε μέσα στο νερό λίγα φύλλα από βερβένα ή ένα κλωνί θυμάρι.

Αν έχετε καμινιά ταβανο-κάμαρα σκεπασμένη με τσίγκο ή αν ή ταράσσα σας είναι από μπετόν χωρίς μονωτικό, φρου-νίστε να της ρίχνετε άρκετο νερό, ώστε ν' απορροφάται κά-πως ή μεγάλη θερμότητα και να διοχετεύεται ένα μέρος της προς τα έξω. Οι μονωτικές πλάκες επίσης μπορούν να σας εξυπηρετήσουν πολύ. Μπορείτε, όμως, να καταπολεμήσετε ά-δμως, σε άληθινή δροσερή κόμη περισσότερο τη ζέση.

Μια παγωμένη λεμονάδα ή βουσινάδα είναι απολαυστική τώρα το καλοκαίρι. Αν δεν έ-χετε ψυγείο, προμηθευθήτε ένα καλό πήλινο αγγινίτικο κανάτι. Γεμίστε το με νερό, τυλίξετε το καλά με μια βρεγ-μένη πετσέτα και βάλτε το στον αέρα, σε ρεύμα. Το νερό θα κρούση πολύ και ή λεμονά-δα θα σας είναι εξαιρετικά ευ-χάριστη.

Έχετε όμως έψι σας ότι το καλοκαίρι είναι πραγματικά δροσιστικό ένα καλό φυτζάνι... ζεστό αυτό. Κάτι ξέρουν στο κεφάλαιο του ή Άνατο-λίτες και οι Άγγλοι.

Λεπτομέρειες, θα πείτε, είναι όλα αυτά. Ναί. Αλλά συστημα-τοποιούμενες και εφαρμόζομε-νες οι λεπτομέρειες αυτές, μπο-ρούν να μεταβάλουν το σπτί σας από καμίνι, όπως το πι-στεύετε, σε άληθινή δροσερή άσσι.

Η γυναίκα, ο άνδρας και οι νόμοι

Από τη σχέση της γυναίκας με τον άνδρα γεννιούνται χίλια δυο ζητήματα. Ένας γάμος, ένας άοραβώνας, μία έλευθερη συμ-βίωσι, ένας ελεύθερος έρωτας, μία γέννησι, ένα διαζύγιο, μία έγ-κατάλειψι, δημιουργούν πολλές φορές συγκρούσεις και προβλή-ματα μεταξύ των δύο φύλων τέτοιες, που μόνο με το Νόμο μπορούν να λυθούν.

Η στήλη αυτή θα δίνη μια νομική απάντησι σε κάθε ζήτημα που αίτια του θα έχη τη σχέση της γυναίκας με τον άνδρα.

Τό θέμα που θα αφορά κάθε ερώτησι, εάν παρουσιάζη ένα γε-νικώτερο ενδιαφέρον, θα αναπτύσσεται κατά τέτοιο τρόπο, ώστε να γίνεται κατανοητό απ' όλους. Εάν παρουσιάζη περιορισμένο ή έστω και έντελως προσωπικό ενδιαφέρον, πάλι θα δίνεται ή ά-νάλογη απάντησι, αλλά θα είναι περιληπτική και θα άπευθύνεται άποκλειστικά στο ενδιαφερόμενο πρόσωπο.

ΕΡΩΤΗΣΙΣ: Ο σύζυγός μου με τόν όποιον εύλοκομαι σε δια-τάσι, κατακρατεί το παιδί μας, ή-λικίας 6 ετών, και δεν μου επιτρέ-πει να τό βλέπω. Τι δικαιώματα έχω;

ΑΠΑΝΤΗΣΙΣ: Είναι γεγονός ότι το διαζύγιο είναι πολλές φορές κατ' εύχριστο, γιατί λύνει τη συ-μβίωσι δύο ανθρώπων όταν πιά τους έχει γίνει άφροητη. Έτσι τους δι-νει από τη μία την έλευθερία τους και από την άλλη, έλπίδες για μία άποθυρία ζωή. Όταν όμως ά-παρουν παιδιά, πάντα ένα διαζύ-γιο θ' άφήση πολλά άεκριμή ζη-τήματα, ποιά θα αναλάβη να δια-θρήψη τα παιδιά, ποιά θα ύπο-χρεωθή να καταβάλλη τη διατροφή τους, πώς θα επικοινωνή με τό παι-δί του ά γονεός που μένει χωριστά και τόσα άλλα. Από τόν πρώτο καιρό που δύο σύζυγοι θα διακό-ψουν τη συμβίωσι τους, θα έλθουν δηλ. σε διάσπασι, όπως λέμε, άν έχουν παιδιά, θα δημιουργηθή το ζήτημα ποιά από τους δύο θα κρα-τήση ν' αναθρέψη τα παιδιά αυτά. Το ζήτημα αυτό λύνεται πολλές φο-ρες ειρηνικά και σύμφωνα προς τό συμφέρον του παιδιού, χωρίς να φθάση στο δικαστήριο. Αλλά, κα-θόριζε ο δικαστής τό γονέα που θα αναθρέψη τό τέκνο. Εάν λοι-πόν ο σύζυγός σας έχη αναλάβει την άνατροφή του παιδιού σας κα-τόπιν δικαστικής άποφάσεως, κα-λώς πράττει το το κρατά στο σπ-τι του, αλλά δεν έχει κανένα άπο-λύτως δικαίωμα σε καμιά περι-πτώσι να έμποδισή να έλπετε τό παιδί σας. Ο νόμος σας χορηγεί αυτό τό άναφαίρετο δικαίωμα πάν-τοτε άσχετα από την ήθική ποιότη-τα του χαρακτήρα σας ή την ά-ποιδήση διαγωγής σας. Πάντως, όταν ή επικοινωνία αυτή του παι-διού μπορεί να είναι έλευθερή γι' αυτό, διατάσσει το δικαστήριο ώ-ρισμένα μέτρα, π. χ. να εύρσκειται πάντοτε κατά τη συνάντησι παιδιού-γονεός ένα τρίτο πρόσωπο, να γί-νεται ή επικοινωνία κατά όρισμένα χρονικά διαστήματα και επί ώρι-σμένη ώρα κλπ. Σ τις περιπτώσεις αυτές μάλιστα οι είδικοι, ψυχολό-γοι, ψυχίατροι, λέγουν ότι είναι προτιμώτερο για τό παιδί ή συνάν-τησι με τόν γονέα του να γίνεται σπανιότερα και περισσότερη ώρα, παρά συχνά και λίγη ώρα.

ΕΡΩΤΗΣΙΣ: Ανακάλυψα δυό μανήλια του συζύγου μου κοκκι-νισμένα από ρούζ. Το ρούζ αυτό προέρχεται από άλλη γυναίκα. Μπορώ με αυτό και μόνο τό στοι-χείο να έπιτύχω διαζύγιο εις έά-ρος του συζύγου μου;

ΑΠΑΝΤΗΣΙΣ: Δεν είναι δυνα-τόν να σας άπαντήση κανείς άσφα-λώς. Έξαρτάται πώς θα κληθή το δικαστήριο, διότι τό στοιχείο που έχετε δεν άποδεικνύει άποσάφηντε μοιχεία. Αν είχατε δεδομένα πε-ρισσότερα και άσφαλή, τό όποια να άποδεικνύουν ότι ο σύζυγός σας ήλθε χωρίς άμφίβολα σε σαρκική κατά φύσιν έπαφή με άλλη γυναί-κα, τό πράγμα θα ήτο διαφορετι-κό, διότι το δικαστήριο τότε θα ή-ταν άποχρεωμένο να λύση τό γάμο με διαζύγιο και να κηρύξη μόνον ά-παίστον των άνδρα. Πάντως, για να λάβετε περίπου μία ιδέα πώς μπο-ρεί να κληθή δικαστικός ή περι-πτώσι σας και τί άπόφασι κατέ-

Η ΕΠΟΧΗ ΤΟΥ ΜΑΓΙΟ ΕΦΤΑΣΕ. ΓΙΑ ΝΑ ΣΑΣ ΒΟΗΘΗΣΟΥΜΕ ΣΤΗΝ ΕΚΛΟΓΗ ΣΑΣ—ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ ΚΑΤΙ ΤΟ ΔΥΣΚΟΛΟ—ΣΑΣ ΔΙΝΟΥΜΕ ΕΔΩ

ΜΙΑ ΣΕΙΡΑ ΑΠΟ ΔΙΑΦΟΡΑ ΩΡΑΙΟΤΑΤΑ ΜΟΝΤΕΛΑ ΠΑΡΙΣΙΝΩΝ ΜΑΓΙΟ. ΣΤΗΝ ΚΑΤΩ ΓΡΑΜΜΗ, ΜΙΑ ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΗ ΣΕΙΡΑ ΑΠΟ ΣΚΙΤΣΑ, ΣΤΑ ΟΠΟΙΑ Ε-

ΧΟΥΝ ΕΠΙΤΗΔΕΣ ΤΟΝΙΣΘΗ ΥΠΕΡΒΟΛΙΚΑ ΤΑ ΕΛΑΤΤΩΜΑΤΑ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΠΟΥ ΑΝΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΣΕ ΚΑΘΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΙ, ΘΑ ΣΑΣ ΔΩΣΟΥΝ ΝΑ ΚΑΤΑ-

ΛΑΒΕΤΕ ΤΙ ΜΑΓΙΟ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΙΑΛΕΞΕΤΕ, ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΗ ΓΡΑΜΜΗ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΣΑΣ. ΔΕΝ ΕΧΕΤΕ ΛΟΙΠΟΝ ΠΑΡΑ ΝΑ ΣΥΓΚΡΙΝΕΤΕ.

- | | | | | | | | | | | | |
|---|--|---|---|--|---|---|--|--|--|---|--|
| 1.—Πολύ μοντέρνο μαγιό, που σχηματίζει μπροστά μία φουσιτίσα. Στο εμπρός 2 σειρές κουμπιά. Πορτοκαλί και μαύρο. | 2.—Μαγιό εντέ πιές, λαστέξ γαρνιρισμένο με άσπρα ρεβέρ στο επάνω μέρος του σουτιέν, λοξά στο παντελονάκι. Πορτοκαλί. | 3.—Μαγιό από εμπριμέ ύφασμα. Το σχήμα του στήθους διατηρείται και τονίζεται με μπαλένες από νάυλον. Δείχνει ωραίο σώμα. | 4.—Μαγιό από ύφασμα σε μπλέ χρώμα, ντραπέ στους γοφούς και στο στήθος. Στο εμπρός κάτω μέρος σχηματίζει φουσιτίσα | 5.—«Ντέ πιές» από εμπριμέ ύφασμα. Το σουτιέν, χωρίς μπρετέλες, συγκρατείται με έσωτερικές μπαλένες από νάυλον. | 6.—Μαγιό λαστέξ σε χρώμα μπλέ μαρέν, με δυο λοξές τσέπες μπροστά και μπρετέλες. Δείχνει πολύ πιδ αδύνατο το σώμα. | 7.—Το έκτακτο τουτο μαγιό από σατέν λαστέξ σε χρώμα μπλέ ρουά, έχει ωραιότατο ντεκόλτέ. Γραμμή κλασική και κομψή. | 8.—Μαγιό «Μπικίνι» από μαύρο τρυπητό ύφασμα, σατινέ. Το σουτιέν συγκρατείται με 2 μπρετέλες. Το σλιπ δένει στο πλάι. | 9.—Μαγιό ντυμπλ-φάς σε χρώματα γκρι ανοιχτό και κόκκινο. Το από μέσα χρώμα σχηματίζει ένα ρεβέρ. Έμπρός φουσιτίσα. | 10.—Χαριτωμένο μαγιό εντέ πιές, λαστέξ σε μπλέ χρώμα, χωρίς μπρετέλες. Το λαστέξ σχηματίζει γκοφρέ στους γοφούς. | 11.—Το μαγιό αυτό, χωρίς μπρετέλες, είναι από κίτρινο αναιχτό σατέν λαστέξ. Στήθος και πλάτη, γαρνίρισμα μαύρο. | 12.—Θαυμάσιο εντέ πιές από λαστέξ εμπριμέ (κίτρινα λουλούδια σε μαύρο φόντο). Και σουτιέν μικρό χωρίς μπρετέλες. |
|---|--|---|---|--|---|---|--|--|--|---|--|



- | | | | | | | | | | | | |
|--|---|--|--|--|---|--|---|---|---|--|--|
| 1.—"Αν έχετε μακρύ μπόδατο, αποφεύγετε τα σχέδια που έμπικύνουν ακόμη περισσότερο τη λεκάνη και δείχνουν πολύ πιδ κοντά τα πόδια σας." | 2.—"Αν έχετε πεσμένο στήθος, αποφεύγετε να φοράτε εντέ πιές, ιδίως μάλιστα αν το σουτιέν του είναι χωρισμένο — τόσο συχνά — στα δύο." | 3.—"Αν έχετε «ψωμάκια» στην πλάτη, προτιμάτε πάντοτε τα μαγιό με μπρετέλες, που υποστηρίζουν το σώμα και κρύβουν τα ελαττώματά του." | 4.—"Αν η μέση σας είναι κάπως φαρδιά, αποφεύγετε τα ντραπέ μαγιό, που δείχνουν πιδ γεμάτη τη σιλουέτα σας με τις σούρες που κάνουν." | 5.—"Αν το στήθος είναι μεγάλο και λίγο βαρύ, αποφεύγετε τα εντέ πιές χωρίς μπρετέλες, που δε στήριζουν καλά το θάρος του στήθους." | 6.—"Αν δεν έχετε σχεδόν διόλου στήθος, μη διαλέγετε μαγιό σε κλασική και ασπρη γραμμή. Μη φοδηθήτε να προτιμήσετε πιδ φανταζι." | 7.—"Αν έχετε γεμάτους μηρούς, αποφεύγετε μαγιό που έχουν γραμμή τέτοια, ώστε να μείνη πολύ ξεσκέπαστο το επάνω μέρος των μηρών." | 8.—"Αν είσθε πολύ λεπτή — ιδίως αν είσθε αδύνατη — και αν τα κόκκαλα των πλευρών σας προεξέχουν, αποφεύγετε με κάθε ροπο το «Μπικίνι»." | 9.—"Αν η κοιλιά σας είναι φουσκωτή, αποφεύγετε τα ανοιχτόχρωμα και πολύ έφαρμαστά μαγιό, και προ πάντος,.... κάνετε αρκετή γυμναστική." | 10.—"Αν οι γοφοί σας είναι γεμάτοι, έγκαταλείψτε τα εντέ πιές μαγιό, ή ακόμη και «Μπικίνι». Τα μονοκόμματα δεν σας πηγαίνουν και τόσο." | 11.—"Αν έχετε κοντό κορμό και μακριά πόδια, φορέσετε εντέ πιές μαγιό, ή ακόμη και «Μπικίνι». Τα μονοκόμματα δεν σας πηγαίνουν και τόσο." | 12.—"Αν έχετε μακρύ κορμό και στενό σώμα, διαλέξτε— αντισθέτως—μαγιό μονοκόμματα, από λαστέξ, μάλιστα ή και από ύφασμα εμπριμέ." |
|--|---|--|--|--|---|--|---|---|---|--|--|





Η 'Ελίζαμπεθ Τέυλор.

ΒΛΑΠΤΕΙ ΜΙΑ ΓΥΝΑΙΚΑ Η ΠΟΛΛΗ ΟΜΟΡΦΙΑ ;

Η περιπετειώδης ζωή της πανέμορφης νεαρής γόσσας 'Ελίζαμπεθ Τέυλор, μίας από τις ωραιότερες γυναίκες του κινηματογραφικού στερεώματος.

ΜΟΛΙΣ συγκρατώντας τα δάκρυά της και με φωνή ψιθυριστή, η 'Ελίζαμπεθ Τέυλор, η 18χρονη γόσσα, άρχισε να λέει στο δικαστή που έξεδίκασε την υπόθεσι του διαζυγίου της:

— Σχεδόν από την πρώτη μέρα του γάμου μου, ο άνδρας μου άρχισε να με παραμελν, να μου κακομιλάει καί...

Επειδή όμως δεν μπορούσε να συνεχίσει από τη συγκίνησι, ο δικηγόρος της έξακολούθησε:

— Ο άνδρας της περνούσε τον περισσότερο καιρό μακριά της, άκόμα και όταν ήταν στη Γαλλία για το μήνα του μέλιτος. Ξενυχτούσε στο καζίνο και την άφινε μόνη στο σπίτι. Το ίδιο συνέχιστηκε κι όταν γύρ-σαν στο Λος Άντζελες.

Ένας ρεπόρτερ που βρισκόταν στο δικαστήριο, άκούσθηκε, ύστερ από αυτά, να λέει σ' ένα συνάδελφό του: «Πώς μπορεί αλήθεια κανείς να είναι αδιάφορος μπρος σε μια τέτοια θερμή ύπαρξη;». Και όλος ο κόσμος κάνει μαζί του την ίδια ερώτησι.

Και όμως η απάντησις είναι πολύ άλλη και την έδωσε ο Δρ Τζακ Μπέρμαν, διακεκριμένος ψυχίατρος:

— Επειδή οι ωραίες γυναίκες έχουν συνηθίσει να είναι το κέντρον του γύρω τους κόσμου, δεν μπορούν ποτέ να γίνουν καλές σύζυγοι.

Παρ' όλο, βέβαια, ότι αυτό είναι κάπως δογματικό, πολλοί άνθρωποιούνται μήπως και η 'Ελίζαμπεθ Τέυλор άκολουθήσιν τη μοίρα όλων των πολύ ωραίων γυναικών, που είχαν πάντα έρωτες, ειδύλλια, δόξα, αλλά ποτέ δεν δόρκαν την πραγματική ευτυχία.

Άλλοι πάλι λένε ότι η 'Ελίζαμπεθ Τέυλор ήταν πολύ μικρή για να παντρευτή και ότι το έκανε αυτό για να άποκτήσιν την άνεξαρτησία της από τους γονείς της. Ο Ρόμπερτ Στάκ και ο Πήτερ Λόουφορντ, που ύπηρξαν κατά καιρούς φίλοι της, λένε ότι είναι μια πανέμορφη κοίκα, χωρίς κανένα άλλο ένδιαφέρον.

Πραγματικά, η 'Ελίζαμπεθ Τέυλор, έπειδή παίζει από δέκα χρόνων στον κινηματογράφο, είχε παραμελήσει έντελως τη μόρφωσί της και δεν ήταν ποτέ καλή μαθήτρια.

Η νεαρά αυτή βασίλισσα της καλλονής, είναι τώρα μόλις δεκαεννέα έτών και θεωρείται ως μια από τις ωραιότερες γυναίκες όλων των εποχών. Στην ιδιωτική της όμως ζωή, έμεινε ένα παιδί και γι' αυτό,

ζητούσε άνεξαρτησία. Γι' αυτό και δεν άοκίστηκε σε άπλετες έρωτικές περιπέτειες και ειδύλλια αλλά έπεδίωξε πάντοτε το γάμο. Γι' αυτό φέρθηκε με τόσο επιπολαιότητα.

Ήταν δεκάξη χρόνων όταν τα έφτιαξε με ένα νεαρό πρωταθλητή του ποδοσφαίρου, τον Γκλέν Νταίβις και άνήγγειλε για πρώτη φορά στους γονείς της ότι ήταν «θεϊκά έρωτευμένη». Ο νεαρός Νταίβις έστρατεύθη ύστερ από λίγο καιρό και έφυγε για τον Ειρηνικό. Η 'Ελίζαμπεθ δεν μπορούσε να δεχτή αυτό το χωρισμό και διέλυσε τον άρραβώνα της. Οι πολιούκτες των νεαρών γοήτων του Χόλλυγουντ ήταν τώρα πολύ πιο έντονας και άρχισε να έρωτοτροπή με πολλούς άπ' αυτούς.

Στις έρωτοτροπίες όμως αυτήν ήρθε να δάλη τέλος το ταξίδι της στην Άγγλία, όπου γύρισε το φίλμ «Άγάπρη έναν προδοτή». Στο Λονδίνο έκανε συνεχώς παρέα με το νεαρό πάμπλουτο Μίκυ Ντελεπίνιο, ο οποίος έκανε άργότερα ένα ταξίδι στο Χόλλυγουντ — όταν η Τέυλор είχαν έπιστρέψει εκεί — για να την συναντήσιν.

Άλλά στο μεταξύ η 'Ελίζαμπεθ Τέυλор, σ' ένα ταξίδι της στη Φλωρίδα γνώρισε τον 29ετή Μπιλ Πάβλε, πλούσιο και γνωστό στους κοσμικούς κύκλους της Αμερικής. Ανάγγειλαν σε λίγο τους άρραβώνες τους και την άπόφασιν της 'Ελίζαμπεθ να έγκαταλείψιν την κινηματογραφική της καριέρα και τις έκαιοντάδες χιλιάδες δολάρια εισόδημα το χρόνο και να έγκατασταθώ στη Φλωρίδα.

Η μητέρα της 'Ελίζαμπεθ έλεγε τώρα:

«Η 'Ελίζαμπεθ και ο Μπιλ είναι φτιαγμένοι ο ένας για τον άλλον κι' αυτό το κατάλαβα από την πρώτη στιγμή που τους είδα μαζί».

Άλλά ο πατέρας του Μπιλ δεν είχε την ίδια γνώμη και έπεισε το γιό του, ο οποίος είχε στο μεταξύ δορεθή την ωραία κοίκα, να διαλύσιν τον άρραβώνα, όπερ και έγινε. Η 'Ελίζαμπεθ έπρε μετά πώς διαλύθηκε ο άρραβώνας της γιατί δεν ήθελε να έγκαταλείψιν την καριέρα της.

Κατά την έπιστροφή της στο Χόλλυγουντ, η νεαρά γόσσα γνώρισε τον Νικ



Η Τέυλор και ο Στάνλεϋ Ντόνεϋ — ο σκηνοθέτης της τελευταίας της ταινίας, — έμφανίζονται μαζί τον τελευταίο καιρό.

Χίλτον, γιό του Αμερικανού «βασιλέως των ξενοδοχείων», νεαρώτατον και πάμπλουτο. Στο τρίτο τους ραντεβού ο Χίλτον της έκανε πρόταση γάμου και η Τέυλор έέδεχθη. Ανάγγειλαν τους άρραβώνες τους και μετά από λίγον καιρό έπακολούθησε ένας γάμος με μεγάλη χλιδή και πολυτέλεια, που χαρακτηρίθηκε ως «το μεγαλύτερο γεγονός του Χόλλυγουντ κατά το 1950». Ο «μήνας του μέλιτος» έγινε στη Γαλλία, αλλά η συνέχεια είναι πια γνωστή. «Υστερ από έπτά μήνες ήρθε το διαζύγιο.

Η άποτυχία της στο γάμο, λέει η 'Ελίζαμπεθ Τέυλор, της έσπασε την καρδιά — αν μπορεί να έχη καρδιά μια κοίκα. Όλες όμως αυτές οι περιπέτειες και ο θόρυβος είναι άπαραίτητα για την ύπαρξη και την εξέλιξη μίας μεγάλης γόσσας και μάλιστα τόσο μικρής άκόμα. Τώρα αναγγέλλεται ένα νέο της ειδύλλιο, με τον 26ετή σκηνοθέτη της Στάνλεϋ Ντόνεϋ. Άναρωτιόμαστε όμως: είναι κάτι σοβαρό ή άποτελεί κι' αυτό διαφημιστικό θόρυβος; Το μέλλον θα μας το δείξ»

«ΠΩΣ ΝΑ ΦΕΡΕΣΘΕ ΣΤΟΝ ΑΝΔΡΑ ΣΑΣ»

Υπάρχουν ένα σωρό διδλία, που άποβλέπουν στην έγκυκλοπαιδική μόρφωσι «Πώς θα γίνεται πλούσιος» σας λέει το ένα. «Πώς θα μπορέσετε μόνος σας να μάθετε μια ξένη γλώσσα» σας φωνάζει το άλλο «Πώς να κατασκευάζετε σαπούνι μόνος σας» κι' ένα σωρό άλλα.

Ένα τέτοιου είδους διδλίο που μου έκίνησε την προσοχή, αλλά και την περιέργεια ήταν το «Πώς να φέρεσθε στον άντρα σας».

Το πήρα και άρχισα να το μελετώ. Η μελέτη όμως δεν έχει καμιά σημασία, αν δεν έπακολουθήσιν και η έφαρμογή. Και μια και είχα διαβάσει στο σχετικό κεφάλαιο «Όταν το βράδυ ο άντρας σας έπιστρέφει να τον δέξεσθε σαν σε κάποια γιορτή» δεν έχασα καθόλου καιρό. Έστρωσα άσπρο τραπέζιο, έτοιμάσα έκλεκτά φαγητά, έβαλα δυο βάζα με λουλούδια και άναψα τα πολυφώτα. Μα την αλήθεια, έτσι όπως ήταν τώρα η τραπεζαρία μας παρουσιάζε κατά το χαρούμενο, το έορταστικό, αλλά και το επιδελτικό.

Μόλις μπήκε ο άντρας μου, κύτταξε έκπληκτος το τραπέζι, τα λουλούδια, τα ασπηνία μας σερίσιμα.

— Μπα; μπα; ρώτησε χαμογελώντας. Συμβάνει τίποτα; περιμένεις κανέναν;

— Όχι...

— Μα τότε για ποιόν όλα;

— Για σένα.

— Για μένα;

Τού χαμογέλασα (θυμήθηκα το μάθημα του διδλίου (Πώς να φέρεσθε στον άντρα σας» σελις 73) και του είπα.

— Είσαι κουρασμένος άγάπη μου. Ίσως θέλεις να ξεκουρασθής λιγάκι.

— Άμπα καθόλου, άπάντησε εκείνος.

Έτοιμάσθηκε διαστικά και έκάθησε στο τραπέζι.

— Έχω μια διαβολεμένη όρεξη άπόψε, είπε και άρχισε να τρώω σαν λύκος.

Εγώ προσπαθούσα να τον βοηθήσω στο σεργιρίσμη και να του ρίχνω κρασί (σύμφωνα με τις οδηγίες που είχα διαβάσει στο διδλίο. «Πώς να φέρεσθε στον άντρα σας» σελις 78).

Είδα ότι το πρακτικό μάθημα που έβαλα σε έφαρμογή είχε θαυμάσια άποτελέσματα. Ο άντρας μου έφαγε με έξαιρετική όρεξη και ήταν χαρούμενος, όσο και μίαν άλλη βραδυά. Άφου έβαλε το ραδιόφωνο σε σταθμούς που μετέδιδαν μόνον έλαφρή μουσική.

— Μα θα χάσεις τις ειδήσεις, ετόλμησα να του πώ, τις νυχτερινές ειδήσεις που τόσο ένδιαφέρουν.

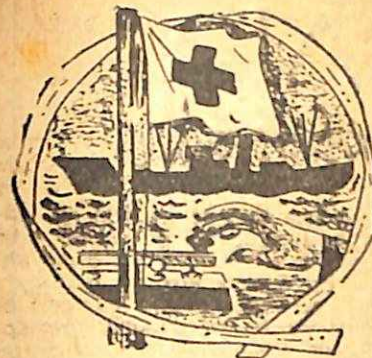
— Δε δορεύσαι!... Τι να τις κάνης τις ειδήσεις; Ότι είναι να γίνη θα γίνη και θα το άθουμε αύριο... Ένω αυτή έδω η μουσική, περνάει, φεύγει και αν την άφήσουμε θα τη χάσουμε. Είναι μια εύχαιστη στιγμή, που δεν ξέρω αν θα την ξαναβρούμε.

Είχα κοκκινίσει από συγκίνησι. Ο άντρας μου ήταν άλλοιώτικος. Έξακολούθησε να μιλάει σαν σε ένα παράδεισο μεθύσι.

— Να σου πώ, άγάπη μου... Αυτό που έκανες άπόψε με κάνης τόσες θυσίες για μένα είναι έξαιρετικά συγκινητικό, αλλά σε προειδοποιώ, ότι δεν πρέπει να το επαναλάβης! Δεν ξέρω πόσα έξόδεψες, αλλά πάρτο άπόφασιν ως το τέλος του μηνός θα περάσης με τα λεπτά που σου έχω δώσει... Μη μου ζητήσης άλλα γιατί δεν υπάρχουν. Κάνε ότι καταλαβαίνεις!

Όλη εκείνη τη νύχτα — όμολογώ — δεν έκοιμήθηκα για δυο λόγους. Ο ένας ήταν η συγκίνησις, που κυριαρχούσε μέσα στην ψυχή μου και ο δεύτερος, που έπειδή δεν είχα διαβάσει ως το τέλος το διδλίο δεν ήξερα αν είχε κανένα κεφάλαιο να διδάσκη τον τρόπο πώς να παίρνης λεπτά άπό τον άντρα σου!...

ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ Χ..



Ή τηλε — ιατρική κάνει δαύματα

Η ΚΑΤΑΠΑΛΗΚΤΙΚΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΙΣ ΜΙΑΣ ΓΥ.
ΝΑΙΚΑΣ ΠΟΥ ΓΕΝΝΗΣΕ ΟΜΑΛΑ ΜΕΣΑ ΣΕ
ΑΕΡΟΠΛΑΝΟ ΜΕ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΟΥ ΕΔΙΝΕ
Ο ΓΙΑΤΡΟΣ ΜΕ ΤΟΝ ΑΣΥΡΜΑΤΟ

Δεν έχουν περάσει παρά έλάχιστα χρόνια άπό την περίπτωσι ενός τοκετού που συνεκλόνησε όλόκληρο τον κόσμο: Μία γυναίκα που βρισκόταν στην αρχή του τελευταίου μηνός της έγκυμοσύνης της, ταξίδευε με το αεροπλάνο της γραμμής άπό τις Ηνωμένες Πολιτείες στην Άγγλία, όπου πήγαινε να συναντήσιν τον άνδρα της και να γεννήσιν κοντά του. Όταν όμως το αεροπλάνο βρισκόταν στη μέση περίπου της διαδρομής, έπάνω άπό τον Ωκεανό, η κυρία κατελήφθη ξαφνικά από δυνατούς πόνους που δεν άφιναν καμιά άμφιβολία για την προέλευσί τους: ο τοκετός είχε έπισπευσθί και πλησίαζε. Καθώς δεν ύπήρχε κανείς γιατρός στο αεροπλάνο, ο κυβερνήτης σκέφθηκε τη μόνη λύσι που θα μπορούσε να σώσιν — ίσως — την κατάστασι: Διέταξε τον άσυρματιστή να έπικοινωνήσιν άμέσως με τον πλησιέστερο μεγάλο σταθμό και να ζητήσιν της οδηγίες ενός γυναικολόγου για το τί θα έπρεπε να γίνη. Πραγματικά, ο άσυρματιστής ανέφερε την περίπτωσι στο σταθμό άσυρμάτου του άγγλικού αεροδρομίου άπό το οποίο άπείχαν ακόμη μερικές ώρες. Το αεροδρόμιο είδοποίησε άμέσως έναν άπό τους καλύτερους γυναικολόγους της πόλεως, που έσπευσε εκεί, έγκαταστάθηκε στο δωμάτιο του άσυρμάτου και άρχισε να δίνει, με το ραδιό — τηλέφωνο, οδηγίες στον κυβερνήτη του αεροπλάνου. Και έτσι, χωρίς στίς συνεχείς αυτές οδηγίες και την ψυχραιμία του κυβερνήτου και εκείνων που τον βοηθούσαν στην μοναδική αυτή περίπτωση, με τα πρόχειρα μέσα που είχαν στη διάθεσί τους, ύστερα από λίγη ώρα γεννήθηκε ένα χαριτωμένο παιδάκι, που είχε για τόπο γεννήσεως... κάποιο σημείο του Ατλαντικού. Αν η καταπληκτική εξέλιξις του άσυρμάτου στην έπληξη μας δεν είχε έπιτρέψει συνεχή έπικοινωνία του αεροπλάνου με το γιατρό, είναι πολύ άμφιβολο αν και η μητέρα και το παιδί θα είχαν επιζήσει.

Το έπεισόδιο όμως αυτό δεν άποτελεί παρά ένα κεφάλαιο της έποποιίας του άσυρμάτου στην ύπηρεσία της Ιατρικής. Παλαιότερα ακόμη, το 1933, ο πρώτος μηχανικός ενός μεγάλου φορτηγού — του «Εστρέλλα» — που ταξίδευε άπό τη Νότιο Αμερική για την Ολλανδία, προσεβλήθη ξαφνικά, άπό κρίσι σκληροκοιτίτιδος, ενώ το πλοίο βρισκόταν σε μεγάλη άπόστασι άπό οποιαδήποτε ξηρά, στη μέση του Νοτίου Ατλαντικού. Ο κυβερνήτης δρέθηκε σε τρομερή άμηχανία: Οι ιατρικές οδηγίες και τα έγχειρίδια που ύπήρχαν στο πλοίο ήταν έντελως στοιχειώδη και τελείως άνεπαρκή για την αντιμετώπισιν της κρίσεως. Τί νακανε;

Ο άσυρματιστής του πλοίου είχε τότε μια καλή έμπνευσι: Ζήτησε να έπικοινωνήσιν με τα καράβια που ταξίδευαν κοντά στην περιοχή εκείνη για να ζητήσιν βοήθεια για τον άξιωματικό που σφαδάζε άπό τους πόνους και κινδύνευε άπο στιγμή σε στιγμή να πάθη διάτρησι του περιτοναίου. Για καλή τύχη, ένα άλλο μεγάλο φορτηγό που ταξίδευε περί τα ξηνήτα μίλια βορειότερα — το «Λουνέλλα» — άπήντησε άμέσως ότι είχε μέσα γιατρό και έστρεψε πρὸς την κατεύθυνσι του «Εστρέλλα». Μετά μερικές ώρες τα δυο πλοία συναντήθηκαν και, στη μέση του Ωκεανού, ο γιατρός πέρασε με μια βάρκα άπό το ένα πλοίο στο άλλο και έγέννησε τον

πάσχοντα, που χρωστά έτσι κι' αυτός τη ζωή του στον άσυρματο.

Είναι φανερό, άπό τα δυο αυτά παραδείγματα, πόσο άποτελεσματικές μπορεί να είναι οι ύπηρεσίες που μπορεί να προσφέρη μ' αυτό τον τρόπο ο άσύρματος σ' εκείνους που ταξίδευουν. Η πρώτη όργανωσις της παροχής Ιατρικής περιθαλψέως στη θάλασσα, όφειλεται στην πρωτοβουλία ενός Βέλγου γιατρού που έπινόησε ένα διεθνή κώδικα, χάρις στον οποίο είναι εύκολο και στον πιο άδαή να εξακριβώσιν τα συμπτώματα της παθήσεως που έχει παρουσιάσθιν, να προετοιμάσιν τα άναγκαία φάρμακα και να παράσχη τις άπαραίτητες δοηθείς, έπι τη βάσει των οδηγίων που του δίνει η ραδιό — κλινική με την όποιαν έπικοινωνεί με τον άσύρματο. Το σύστημα που έχει οργανωθί είναι το ακόλουθο: Μόλις ένα μέλος του πληρώματος προσβλήθιν άπό μια άκαθόριστη άσθενεία, ο κυβερνήτης συμπληρώνει ένα ειδικό δελτίο, που άναφέρει μέσα τη θερμοκρασία, τους σφυγμούς, το χρώμα του προσώπου, τη θέσι και το είδος των πόνων, τα ειδικά συμπτώματα, την ώρα και το είδος του τελευταίου γεύματος, το χρώμα των ούρων, την εξέλιξι της άσθενείας κατά τη διάρκεια των τελευταίων ωρών κ.λ.π.

Το μήνυμα αυτό μεταδίδεται με τον άσύρματο στην πλησιέστερη ραδιό — κλινική: ένας ειδικός χάρτης του κόσμου έχει έπάνω σημειωμένες τις θέσεις και τα μήκη κύματος των κλινικών αυτών. Το τηλεγράφημα μελετάται άμέσως άπο ειδική ομάδα γιατρών, που συντάσσουν την απάντησι, η όποια περιλαμβάνει τις πρώτες οδηγίες. Άργότερα έπι τη βάσει νεωτέρων αναφορών που τους διαβιβάζονται άπό το πλοίο, οι γιατροί καθορίζουν τα άναγκαία μέτρα για την θεραπεία ή τη διατήρησι στη ζωή του άσθενούς, ως του φθίσιν σε σημείο όπου θα μπορή να έχη την περίθαλψιν που του χρειάζεται.

Στο φαρμακείο του πλοίου υπάρχουν διάφορα μπουκάλια, οι έτικέτες τους όμως δεν αναφέρουν το περιεχόμενον — που το άγνωούν και οι άξιωματικοί του πλοίου — αλλά μόνον ένα αριθμό: Τον αριθμό του μπουκαλιού που χρειάζεται να δοθί στον πάσχοντα, αναφέρουν στίς οδηγίες τους τα τηλεγράφηματα των γιατρών της ραδιό — κλινικής, ώστε να μὴν ύπάρχη φόβος να γίνη ποτέ λάθος στο φάρμακο.

Υπάρχουν όμως και άλλες έφαρμογές της συνεργασίας της Ιατρικής με τον άσύρματο: Χάρις στίς προόδους της τηλεματογραφίας και της τηλεόρασεως, ένας τραυματίας που βρίσκεται σ' ένα χαμένο χωριούδακι Έσκιμώων κοντά στο Βόρειο Πόλο, μπορεί να ύποβληθί σε άκράσι άπό ένα γιατρό που βρίσκεται χιλιάδες χιλιόμετρα μακριά, χωρίς στο ραδιοηλέφανο. Ένα μεγάλων, συνδεδεμένο με το τηλέφωνο του σημείου όπου βρίσκεται ο γιατρός, θα του μεταδώσιν ζωηρά όλες τις άνωμαλίες της άναπνοής ή της καρδιάς του πάσχοντος. Το σπινθησκοπιο προεκτείνεται έτσι στο άπειρο, και ο γιατρός μπορεί να άκροασθί ανθρώπους που δεν θα τους συναντήσιν ίσως ποτέ στη ζωή του. Με την τηλεόρασι πάλι και την τηλεματογραφία, μεταδίδονται ραδιογραφήματα του άσθενούς στην περιοχή όπου βρίσκεται ο γιατρός που θα τον εξέτάσιν.

ΝΤΕΚΟΛΤΕ ΕΚΠΛΗΞΙΣ



Μία σουρωτή φάσα, ρελιασμένη στο λαιμό, στερεώνεται πάνω στο μεγάλο ντεκολτέ του κορσά με γυάλινα κουμπάκια.



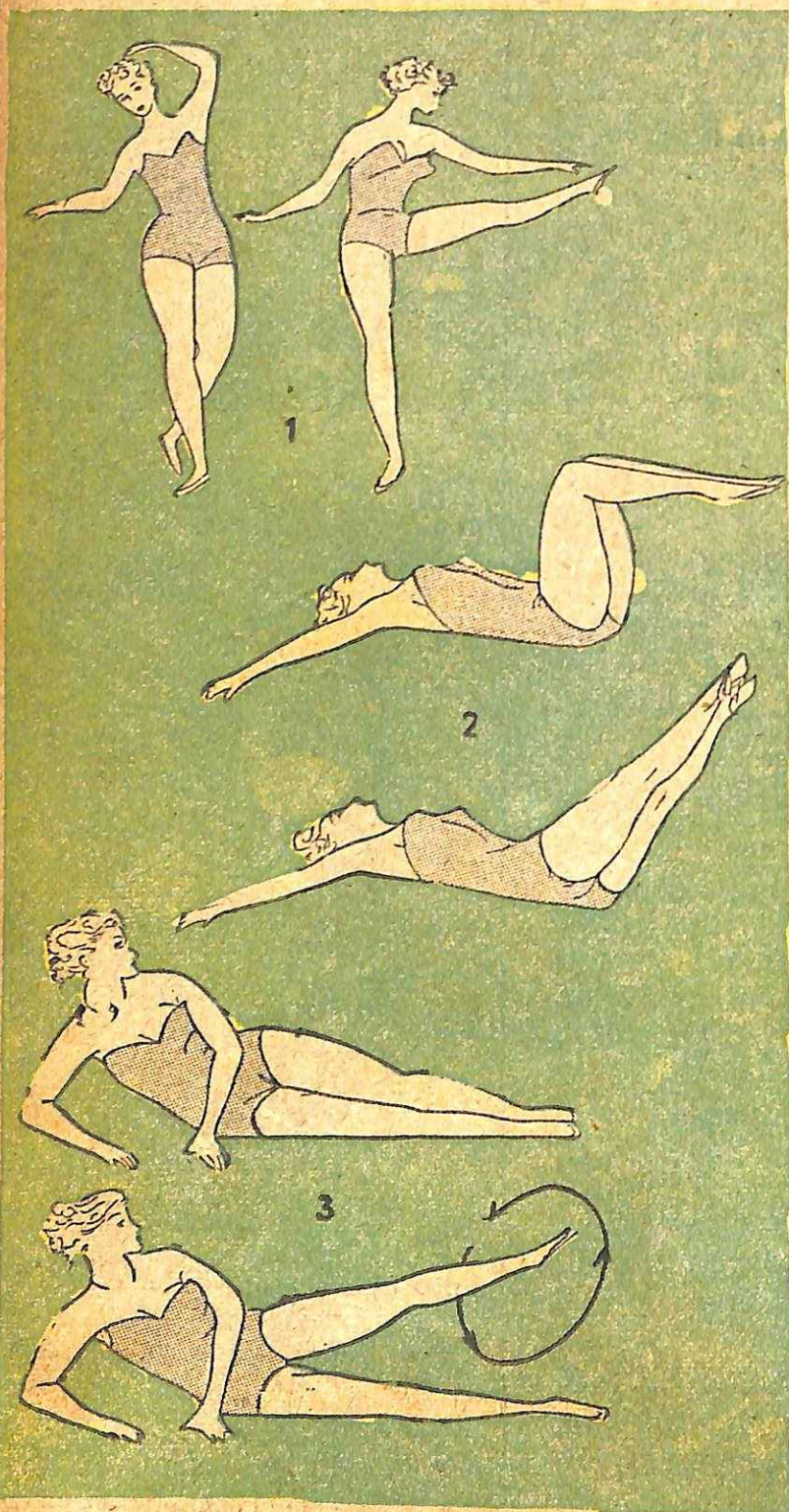
Πλαστρόν με πιετάκια άπό λινό, που κλείνει στη βάση του λαιμού με γιάκα — λουριδάκι, που σχηματίζει φιόγκο.



Ένα φαρδύ λοξό καπάκι γύρω — γύρω στο ντεκολτέ ένώνεται άπό μέσα, κρυφά, με κουμπία και γυρίζει πρὸς τα έξω.

ΕΞΕΙΣ ΚΑΙ Η ΣΙΛΟΥΕΤΑ ΣΑΣ

ΓΙΑ ΝΑ ΤΟΝΩΣΕΤΕ ΤΟΥΣ ΜΥΣ ΤΩΝ ΓΛΟΥΤΩΝ
ΚΑΙ ΝΑ ΠΕΡΙΟΡΙΖΕΤΕ ΤΗΝ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΣΑΣ



1. Άκουμπώντας το ένα χέρι σας πάνω σε κάποιο κατάλληλο στήριγμα, κάντε μια διπλή κάμψη του κορμού με σύγχρονη διπλή κάμψη των ποδιών, ενώ το ελεύθερο χέρι σας θα κρατείται επάνω από το κεφάλι και θα κάνετε εισπνοή (άριστερό σχήμα). Ύστερα τινάζετε το πόδι προς τα έξω πλάγια με δύναμη προς τα επάνω, προσπαθώντας να φθάσετε με την άκρη του ποδιού στο κεφάλι σας (δεξιό σχήμα).
2. Ξαπλωμένη στο πάτωμα, με τα χέρια τεντωμένα και τα πόδια διπλωμένα, τεντώστε διαδοχικά τα δυο πόδια ενώ με το άλλο πόδι προς τα δεξιά, σε γωνία 45 περίπου μοιρών, κάνοντας συγχρόνως εισπνοή. Επαναφέρετε πάλι τα πόδια στην αρχική τους θέση, εκπνέοντας και ξανακάνετε την ίδια κίνηση προς τα αριστερά, λικνίζοντας το σώμα σας από τον ένα γοφό στον άλλο.
3. Ξαπλωμένη επάνω στον ένα γοφό, με τον κορμό σπριγμένο καλά επάνω στα δυο χέρια, σηκώστε λίγο το πόδι προς τα πάνω και κάνετε δέκα κύκλους στον αέρα, με το πόδι καλά τεντωμένο και με κατεύθυνση από εμπρός προς τα πίσω και άλλους δέκα κύκλους από πίσω προς τα εμπρός. Γυρίστε έπειτα επάνω στον άλλο γοφό και επαναλάβετε την άσκηση με το άλλο πόδι. Εισπνέετε την ώρα που το πόδι κάνει την προς τα επάνω κίνηση και εκπνέετε την ώρα που κάνει το προς τα κάτω τμήμα του κύκλου.

ΜΠΑΛΙ,

το νησί της όμορφιάς

Μπαλί σημαίνει κυριολεκτικά «το νησί των γενναίων» και είναι ένα νησί ακανόνιστου σχήματος στα άνω τομικά της Ιάβας. Το μήκος του είναι μικρότερο από εκατό μίλια και το πλάτος του μικρότερο από πενήντα. Άλλα σ' αυτή τη μικρή περιοχή η Φύσις χάρισε με απλοχεριά όλα τα αγαθά της και τις όμορφιές της.

Η ζωή των Μπαλινέζων γίνεται γύρω στους ναούς των. Το κάθε σπίτι έχει ένα μικρό θυσιαστήριο στο οποίο προσφέρονται θυσίες και άνθη προς τους πεθαμένους συγγενείς. Εκτός αυτού υπάρχει σε κάθε χωριό ένας κοινός ναός, που δεν χρησιμοποιούν μόνον ως τόπος λατρείας, αλλά και ως τόπος συγκέντρωσης των κατοίκων για κάθε υπόθεση που αφορά το χωριό. Την κοινότητα... Οι πύλες του ναού φυλάσσονται από γλυπτές μορφές δαιμόνων. Πίσω από την κεντρική πύλη υπάρχουν τρεις διαδοχικές αυλές, που η κάθε μία τους είναι για ένα ιδιαίτερο σκοπό.

Οι κυριότερες τελετές στη ζωή των Μπαλινέζων είναι τρεις: το λιμάρισμα των δοντιών, ο γάμος και η κηδεία.

Το λιμάρισμα των δοντιών γίνεται μόνο στους άρσενικούς και γίνεται κατά την αφοί του παιδιού στην εποχή της ήβης. Έξω από τα δόντια του παιδιού λιμαρώνονται. Γιατί αν δεν γίνει αυτό, το παιδί δεν επιτρέπεται να καταλάβει καμιά θέση στην κοινωνία.

Τα αγόρια και τα κορίτσια έρχονται ελεύθερα σε επικοινωνία και το καθένα είναι απόλυτως ελεύθερο να εκλέξει τον σύντροφο του δίου του. Η εκλογή όμως αυτή πρέπει να επικυρωθεί και με την άδεια των γονιών. Έπειτα επακολουθεί ο άρραβών, οπότε οι συγγενείς και φίλοι των δυο σπιτιών επισκέπτονται την νέα και της προσφέρουν διάφορα δώρα.

Τέλος, μια εύνοική μέρα, που καθορίζεται εκ των προτέρων από τον ιερέα, οι νεοσυμβεδευμένοι από το γονείς του και πολλούς άλλους συγγενείς και φίλους, πηγαίνουν στο σπίτι της νύχτας του για να την πάρουν. Ο γάμος γίνεται, στον ναό του χωριού και επί παρουσία όλων των κατοίκων.

Οι Μπαλινέζοι είναι καλλιτέχνες από ιδιοσυγκρασία. Οι τρεις κάμνουν είναι καλλιτεχνικό είναι ωραίο. Ακόμη και οι ορυζώνες των.

Οι γυναίκες αμιλλώνται ποια να φτιάξει τον ωραιότερο κώνο από φρούτα, άνθη και κέικ από ρύζι, που

είναι ένα από τα συνήθη είδη «προσφοράς» στον ναό. Κάθε χωριό έχει τη δική του ορχήστρα και τη δική του χορευτική ομάδα (μπαλέτο) για θρησκευτικούς και λαϊκούς χορούς.

Ένας από τους κυριότερους θρησκευτικούς χορούς είναι το «Ρατζάγκ», στον οποίο οι χορευτές έσπαρκίζουν τις ουράνιες νύμφες, που χορεύουν προς τιμήν των θεών.

Ο χορός αυτός εκτελείται προνομιακά και αποκλειστικά από τ' αγόρια και τα κορίτσια των χωριών Τεγκανάν και Άσανα, της επαρχίας Κορεγκάξεν, γιατί οι κάτοικοι των χωριών αυτών είναι οι μόνοι απόγονοι των αρχαίων Μπαλινέζων — και έχουν τις δικές των παραδόσεις, που διαφέρουν από των άλλων νησιωτών.

Στα δυο αυτά χωριά οι άνδρες και οι γυναίκες είναι απόλυτως ίσοι μεταξύ τους, δεν έχουν όμως το δικαίωμα να παίρνουν σύζυγο από άλλα χωριά — και οι άνδρες δεν έχουν το δικαίωμα σε περισσότερες από μια γυναίκες.

Οι Μπαλινέζοι καίουν τους νεκρούς και η καύση των νεκρών είναι η πιο θεματική και δαπανηρή τελετή. Τα έξοδα είναι τόσο πολλά και οι ευδαιμονιστικές γιγές τόσο λίγες, ώστε ένας νεκρός μπορεί να περιμένει δυο και τρία χρόνια για να καεί.

Σε μια πλούσια οικογένεια το πτώμα μπαλινέζωνεται σε ειδική τελετή και μέσα σε ένα ειδικό κτισμένο περίπτερο κοντά στο σπίτι του μακαρίτη. Προσφορές από φαγητά και λουλούδια δίδονται στον νεκρό πολλές φορές την ημέρα. Απαγορεύεται δε να μείνει άφροσύνητος, έστω και μια στιγμή.

Η ημέρα της καύσεως είναι μια μεγάλη ημέρα. Κάσμος πολλός μαζεύεται στο μέρος εκείνο, ερχόμενος από μίλια μακριά. Άλλα δεν είναι μέρα θλίψης. Είναι μέρα χαράς.

Μια μεγάλη πομπή μεταφέρει λουλούδια, φαγητά, ενδύματα, προσοριζόμενα να χρησιμοποιηθούν από την ψυχή του νεκρού κατά το ταξίδι προς τον άλλον κόσμο.

Επακολουθεί ύστερα η καύση του νεκρού, ενώ η ορχήστρα παίζει χαρούμενους σκοπούς και οι χορευτές χορεύουν. Έχουν επίλεγμα γι' αυτό το σκοπό τα πιο όμορφα κορίτσια και τα πιο ωραία αγόρια.

Οι συγγενείς του νεκρού παίρνουν την τέφρα του από την φωτιά και την άλλη μέρα τη σκορπίζουν στο ποτάμι πετώντας μαζί και πέταλα λουλουδιών...

ΦΕΥΓΕΤΕ ΓΙΑ ΤΑΞΙΔΙ; ΜΗ ΞΕΧΝΑΤΕ ΤΟ ΓΥΡΙΣΜΟ

Σε λίγες μέρες φεύγετε για τις διακοπές σας. Σκεφθήκατε καλά βέβαια τι πρέπει να πάρετε μαζί σας. Θαυμάσια. Σκεφθήκατε όμως και τι αφήνετε πίσω σας; Φροντίσατε να προυλάξετε τα επιπλά σας, τα χαλιά σας, όχι μόνο από το σκόρο και τη σκόνη, αλλά και από πιθανά δυστυχήματα;

Επιτρέψτε να σας θυμίσουμε μερικά πράγματα, που δεν πρέπει να σας διαφύγουν προτού κλείσετε πίσω σας την πόρτα:

Επωφελήθητε πρώτα-πρώτα από την ευκαιρία που σας δίδεται να στείλετε τα διπλά σας ριγτό στο καθαριστήριο. Αν πρόκειται να πλύνετε τις κουρτίνες μόνη σας, πλύνετε τις προτού φύγετε. Θα είναι έτοιμες να ξαναμπουν στη θέση τους μόλις γυρίσετε. Αν είναι τουλίπες ή από βουαλάζ, μουσκέψτε τις από βραδύ σε κρύο νερό, για να φύγει η σκόνη τους. Την άλλη μέρα, δάλετε μέσα σε ελάχιστο χλιαρό νερό μια καλή φούχτα ξυμένο σαπούνι και βουτήξτε μέσα τις κουρτίνες σας. Ζουπήξτε τις με τα χέρια, χωρίς να τις τριψέψετε. Οι κουρτίνες αυτές είναι λεπτές. Αν δεν καθαρίσουν με την πρώτη φορά, περάστε τις και πάλι, όσες φορές χρειασθεί σε όμοια σαπουνάδα και ξεπλύνετε τις με πολλά επίσης χλιαρά νερά.

Ο απλούστερος τρόπος για να τις στεγνώσετε, είναι να τις κρεμάσετε στην κορνίζα ή στη βέργα τους και όταν θα είναι ακόμη ελαφρά υγρές τις σιδερώσετε με ελάχιστο ζεστό σιδερώ. Αν χάσουν στο πλύσιμο το ωραίο απαλό τους κρέμ χρώμα, μουσκέψτε τις έπειτα από το τελευταίο ξεπλύμα μέσα σε πολύ δυνατό τσάι, άσπαιμένο με περισσότερο ή λιγώτερο νερό, ανάλογα με το χρώμα που θέλετε να πάρουν.

Απλώστε τα καθαρισμένα σας χαλιά, στρώστε επάνω τους φύλλα εφημερίδας βουτηγμένα σε πετρέλαιο και τυλίξτε τα καλά-καλά. Αν έχετε χαλιά κορφωμένα στο πάτωμα, βάλτε πάνω τους έδω κι' εκεί μεγάλα κομμάτια στυποχαστο, βουτηγμένο σε έσσαν ντε σερπολέ. Ο σκόρος δεν θα τα πειράξει.

Εξ ίσου φρόνιμο είναι να σκεπάσετε τα άμπραζούρ σας με λεπτό χαρτί για να μη τα λεκιάσουν οι μυίγες. Όσο για τα επιπλά σας, σκεπάστε τα πάλι σεντόνια. Το προληπτικό αυτό μέτρο μπορεί να σας φανή περιττό, αλλά μερικές φορές πιάνουν το καλοκαίρι θύελλες, οπότε η όροφή στάζει συχνά και στην πεοίπτωσι αυτή θα μετανοήσετε στην επίστορφή σας που δεν προλάβατε το κακό.

Τέλος, την ώρα που θα φεύγετε, μη λησμονήσετε να κλείσετε το διακόπτη του νερού του γκαζιού και του ηλεκτρικού.



ΚΑΙ ΠΑΛΙ... ΠΑΡΙΣΙ

Ένα από τα ωραιότερα μοντέλα του Ζαν Ντεσέ, το φόρεμα της εικόνας μας, είναι από μπροσέ, αγγλαϊκό σπιν. Νεανικό και φρέσκο, με πολλή φαρδιά φούστα, δίνει την εντύπωση φρεσκάδας με ποδά από πάνω. Ο μπουστός εφαρμοσμένος και σκέτος, έχει δυο πέτα, που πέφτουν με χάρη και είναι χωρίς καθόλου μανίκια. Στη μέση σφίγγεται με μαύρη δερμάτινη ζώνη ή με χρυσή, που θα είναι τότε άσπρη με τα επίσης χρυσά πέδιλα. Τα άσπρα από πικέ γάντια, είναι εφέτος πολύ στη μόδα και συνοδεύουν όλα τα καλοκαιρινά μοντέλα.

"Αννα ή Κομνηνή

(1083 — 1148)

Η σοφή και φιλόδοξη περιγκήπισσα του Βυζαντίου. - Ο θηλυκός άνδρας

Τό Δεκέμβρη του 1083 ή αυτοκράτειρα Ειρήνη Δούκα, σύζυγος του αυτοκράτορα 'Αλέξiou Α', τού Κομνηνού κοιλοπονούσε μέσα στην καίθουσα της πορφύρας όπου κατά την παλαιότητα παράδοσι γεννούνταν οι βασιλίσσες του Βυζαντίου, και γι' αυτό τα παιδιά τους είχαν τον τίτλο του «πορφυρογεννητού». Ο βασιλιάς έλειπε στην 'Ιλλυρία πολεμώντας έναντι των Νορμαννών. Κι' ή βασιλίςσα σταυρώνοντας την κοιλιά της έκανε την ακόλουθη εύη:

— Περιμένε λιγάκι, παιδί μου, ως νά γυρίσει ο πατέρας σου!

Η μητέρα της βασιλίσσας, γυναίκα γνωστή και με πείρα της ζωής, θύμωσε κι' απάντησε στην κόρη της:

— Κι' αν ο άντρας σου άργήσει ένα μήνα; Πώς θά βαστάξης τους πόνους;

Τρείς μέρες άργότερα ξαναγύριζε στην πρωτεύουσά του ο 'Αλέξιος Α' Κομνηνός και πρόφτασε νά σφίξει στην άγκαλιά του το νιογέννητο, πού ήρθε στον κόσμο με θαύμα! Η 'Αννα ή Κομνηνή είναι ή πιό δοξασμένη κι' ή πιό σημαντική πριγκήπισσα, πού έζησε και έδρασε στην αύλη του Βυζαντίου σε μίαν από τις πιό κρίσιμες στιγμές της Ιστορίας του.

Η 'Αννα ήτανε το πρώτο παιδί του 'Αλέξiou, πού το περίμενε εδώ κι' έξη χρόνια. Κι' ή χαρά όλων ήτανε μεγάλη. Ο 'Αλέξιος άποκτούσε διάδοχο του θρόνου κι' έτσι στερόναε τη δυναστεία των Κομνηνών, πού είναι κι' αυτή, όπως και των Μακεδόνων κι' άργότερα των Παλαιολόγων από τις πιό αξιόλογες.

Από την κούνια ακόμα ο 'Αλέξιος της έδωσε τον τίτλο της βασίλισσας και την άρραβώνιασε με το νεαρό Κωνσταντίνο Δούκα, γυιό του Μιχαήλ τού 2ου πού τόν είχε ξεβρύνει ο 'Αλέξιος και τώρα ζητούσε με το συνοικέσιο αυτό νά νομιμοποιησθ τή πραξικόπημα του δίνοντας στο γυιό του άδικημένο πρώην βασιλιά και στην κόρη τή δική του τή διαδοχή.

Τήν Ειρήνη τήν αναθρέψανε και τή μεγαλώσανε δυο μητέρες. Η μητέρα ή δική της, ή Ειρήνη, κι' ή μάνα του άρραβωνιαστικού της, ή Μαρία ή 'Αλανή, πού έμενε στο παλάτι κι' ήτανε μιά άναμφισβήτητη καλλονή. Τόσο τήν εθαύμαζε και γιά τή στοργή της αλλά κυρίως γιά τή όμορφιά της ή μικρή 'Αννα, ώστε έγραφε άργότερα: «ήταν ένα έμψυχο έντομο, άγαλμα, ένα θαύμα γιά όσους νοιώθουν από τήν όμορφιά, ή σωστότερα ήταν ο ίδιος ο Έρωτας ένσαρκωμένος και κατεδασμένος στη γή!»

Επίσης ή μικρή 'Αννα λάτρευε τόν μνηστήρα της, πού ήταν «ένα έξαιρετικό άγόρι, ξανθό και ρόδινο, πού ή όμορφιά του δεν έμοιαζε καθόλου γήινη παρά ούράνια!»

Αλλά τó παιδί αυτό πέθανε πρόωρα, είκοσι μόλις χρονών, πρίν προφτάσει νά παντρευτ ή 'Αννα, πού ήταν ακόμα ανήλικη. Η 'Αννα διατήρησε σ' όλη τή ζωή της τήν άνάμνησι τού άγαπημένου της άρραβωνιαστικού. Κι' όταν τόν θυμόταν, άκόμα και στα γηραιά της, τά μάτια της γεμίζανε δάκρυα.

Στην εποχή των Κομνηνών είχε σημειωθεί μεγάλη άκμή των κλασικών σπουδών. Ο 'Ιωάννης Γζέτζης σχολιάζει τόν 'Ησίοδο και τόν 'Όμηρο κι' ο 'Ιωάννης ο 'Ιταλός αναλύει τή φιλοσοφία του Πλάτωνα κι' όλοι οι συγγραφείς της εποχής προσπαθούσε στα έργα τους νά μιμούνται τά μεγάλα πρότυπα των 'Αθηναίων πεζο-

γράφων. Μέσα σ' αυτόν τόν πυρετό της σπουδής και της 'Αναγεννήσεως, ή 'Αννα ή Κομνηνή δεν μπορούσε ν' άρκεσθ ή στην όλιγη μόρφωση πού συνηθίζανε νά παίρνουν όλες οι γυναίκες του Βυζαντίου καθώς και οι πριγκήπισσες του Παλατιού. Ο 'Αλέξιος πού τήν προώριζε γιά διάδοχο του θρόνου, φρόντισε νά της δώση τους καλύτερους δασκάλους τού καιρού. Έτσι ή 'Αννα, πού ήτανε πολύ έξυπνη, πολύ θεληματική και πολύ φιλόδοξη, έγινε άσος στη ρητορική, στην Ιστορία και στη φιλοσοφία, καθώς και στην μυθολογία και στις φυσικές επιστήμες, στην Ιατρική, στα μαθηματικά, στη γεωμετρία και στη μουσική. Και τέλος, αυτή ή βυζαντινή πριγκήπισσα ήξερε, καθώς φαίνεται, άκόμα και τά λατινικά, πράγμα σπάνιο στόν καιρό της.

Δεν ήταν απλώς μιά κοπέλλα μορφωμένη. Ήτανε πραγματικά σοφή. Και με μεγάλο ποιητικό και συγγραφικό ταλέντο. Η «'Αλεξιάδα» της, όπου διογραφεί έγκωμιαστικά τόν πατέρα της, είναι ένα έργο με πολλή πνοή και χάρη και γνώσι και με γλώσσα πολύ φροντισμένη.

Αλλά και ή ήθική της μόρφωσι δεν ήταν κατώτερη από τήν πνευματική. Η γιαγιά της, ή περίφημη 'Αννα ή Δαλσασική, μητέρα του πατέρα της, ήτανε γυναίκα αυστηρών ήθών κι' επέδωσε μέσα στο παλάτι τή δική της τήν αusterότητα και τάξι. Λείψανε τά σουρτά—φέρτα, τά σκάνδαλα κι' οι συνωμοσίες του γυναικωνίτη της εποχής της ζωής της Πορφυρογέννητης και του γιαντζή Κωνσταντίνου, τού Μονομάχου. Κι' ο 'Αλέξιος, μολονότι λιγάκι έλευθερίος στην άτομική του ζωή, ένέκρινε τήν αusterότητα της μητέρας του και της βασιλίσσας. Έτσι ή 'Αννα μπορούσε ν' ανατραφεί μέσα σ' ένα σοβαρό και άγνό περιβάλλον και νά γίνη κι' αυτή γυναίκα άγνη και σοβαρή.

Αλλά ή ψυχή της δεν ήτανε καθόλου στεγνή. Μπορούσε ν' αγαπά. 'Αλλ' είχε δυό πάθη: μεγάλη ιδέα, γιά τήν ανωτερότητα των βυζαντινών βασιλέων σχετικά με τους Φράγκους, πού τους θεωρούσε βαρβάρους και τους περιφρονούσε θανάσιμα, και τó πάθος της φιλοδοξίας. Ήθελε νά καθήση στο θρόνο του Βυζαντίου με κάθε θυσία, και με έγκλημα ακόμα!

Έτσι ή 'Αννα ή Κομνηνή δεν ήτανε μονάχα μιά σοφή γυναίκα, αλλά και πολιτική. Όμως, όσην και νά είχε πρωτοβουλία και θάρρος και δεβαιότητα, άλλο τόσο άποδείχτηκε άτυχη. Πρίν χάση τόν πρώτο της άρραβωνιαστικό σέ ηλικία όχτώ χρονών, έχασε τó θρόνο σέ ηλικία πέντε χρονών. Η μητέρα της, στα 1088 γεννήσε δεύτερο παιδί, άγόρι! Ο 'Αλέξιος τρελλάθηκε από τή χαρά του! Επί τέλους είχε άρσενικό διάδοχο του θρόνου. Δεν διέλυσε τόν άρραβώνα της κόρης του, μετέφερε τή διαδοχή απ' αυτήν στόν άδερφό της 'Ιωάννη. Και τόν 'Ιωάννη αυτόν έσπευσε νά τόν αναγορεύσει, συμβα-



— Κυρία μου, έπλήρωσα τή θέσι μου γιά νά ιδώ τó φίλμ!

— Κύριέ μου, έπλήρωσα τó κατέλ-λο μου γιά νά τó ιδή ο κόσμος!...

σίλεια, όταν έγινε μόλις τριών χρονών! Μεγάλο ψυχικό τραύμα γιά τή φιλόδοξη τήν 'Αννα. Όλες της οι έλπίδες γιά τó μέλλον καταρρέυσαν. Κι' άρχισε νά μισή τόν άδερφό της και νά χάνη τήν αγάπη τού πατέρα της.

Στά 1094 πέθανε ο άρραβωνιαστικός της Κωνσταντίνος Δούκας κι' ο 'Αλέξιος μετά τρία χρόνια, όταν ή 'Αννα συμπλήρωσε τά 14, τήν πάντρεψε μ' έναν έξαιρετικόν στη μόρφωσι και στην καταγωγή νέον, τó Νικηφόρο τó Βρυέννιο. Ο 'Αλέξιος αναγόρευσε τó γαμπρό του Κίσαρρα αλλά ο τίτλος αυτός ήτανε κατώτερος τού «μπασιλαίως».

Αρχίζει τώρα ένας κρυφός πόλεμος στο παλάτι, πόλεμος διάδοχής. Στόν πόλεμον αυτόν ή 'Αννα είχε συμμάχους τή μητέρα της τήν Ειρήνη, πού αντιπαθούσε τόν 'Ιωάννη γιά τά διεφθαρμένα του ήθη και γιά τó άνισόρροπο μυαλό του, άδικα όμως. 'Επί πλέον ή βασιλίςσα εθεώρεσε τó γαμπρό της τó Βρυέννιο γιά τήν όμορφιά του, τή σοφία του και τήν εύλωττία του. Στο άναμεταξύ ο Βρυέννιος είχε άποκτήσει μεγάλη δύναμι μέσα στο παλάτι και σχεδόν τίποτα δεν γινότανε χωρίς νά έρωτηθ ή αυτός. 'Επί πλέον ο 'Αλέξιος ήτανε άρρωστος και γέρος και διαρκώς ή κατάσταση του χειρότερη. Κι' ή βασιλίςσα με τις φροντίδες της και τις περιποιήσεις τόν ξαλάφρωνε από τά βάσανα, αλλά και τόν έπηρεαζε. Και πίστευε κι' αυτή κι' ή άγαπημένη της κόρη, πώς θά κατορθώσουν νά τού αλλάξουν τή γνώμη του γιά τή διαδοχή. Στά 1118 ο 'Αλέξιος έπεσε βαρεια άρρωστος. Γύρω στο κρεβάτι όπου ξεψυχούσε ο βασιλιάς, οι δυό γυναίκες τόν παρακαλούσαν νά κάνει διάδοχο τó Βρυέννιο. Ο βασιλιάς δεν μιλούσε. Χαμογελούσε μονάχα. Και πρίν ξεψυχήσει, ή Ειρήνη άρχισε νά τόν δριζή ως ύποκριτή, ενώ στο άναμεταξύ ο 'Ιωάννης τά κατάφερνε καλύτερα. Έδινε από τó χέρι τού πατέρα του ή μάλλον ο πατέρας του τού έδωσε τó αυτοκρατορικό του δαχτυλίδι και δείχνοντάς τó στους Βαράγγους σωματοφύλακες, έκανε κατοχή τού Μεγάλου Παλατιού, έτρεξε στην 'Αγία Σοφία και στέφθηκε αυτοκράτορας, κι' έτσι όλες οι ραδιουγίες τών δυό γυναικών ανατραπήκανε χάρις στην ένεργητικότητα τού 'Ιωάννη.

Αυτήν τήν άποτυχία δεν μπορούσε νά τή βαστάξη ή φιλόδοξη 'Αννα. Και κυρίως δεν έννουσε νά συγχωρήσει τόν άντρα της γιά τήν άναποφασιστικότητα του. Αν αυτός ήθελε νά δράσει, άσφαλώς ή 'Αννα θά γινότανε βασιλίςσα. Και τώρα μέσα στόν ίδιο χρόνο προσπάθησε νά καταλάβη τó θρόνο. Όργάνωσε μιά συνωμοσία, πού γιά πρώτη δουλειά της είχε τή βοήθεια τού νέου βασιλιά. Αλλά και πάλι ή άναποφασιστικότητα τού Βρυεννίου τά χάλασε όλα. Η συνωμοσία προδόθηκε κι' ο 'Ιωάννης έδειξε έπιεικεία πρós τούς συνωμότες. Δεν έξετέλεσε κανένα. Απλώς τούς διέμυσε τήν περιουσία. Αλλά μετά ένα χρόνο ξανάδωσε στην αδελφή του τήν 'Αννα τήν περιουσία της, κι' αυτή ή τάχα έπιεικεία, πού τόσο ταπεινώνε τήν 'Αννα, τήν έκανε νά μισή περισσότερο τόν έαπαγα» τού θρόνου της.

Αλλά κι' έναντιόν τού άντρός της δεν έδειξε λιγώτερο θυμό. Όταν άπέτυχε ή συνωμοσία, ή 'Αννα ή τόσο γραμμάτισμένη και περήφανη και έθιμοτυπική, έβρισε τόν άντρα της γιά τήν άναδρία του:

— Η φύσις δεν έκανε καλά τή δουλειά της. Γιατί έβαλε μέσα σ' ένα αντρικό σώμα ψυχή γυναικεία; και σ' ένα γυναικείο σώμα ψυχή αντρική!

Η 'Αννα έζησε από δώ κι' έμπρός άλλα είκοσιεννιά χρόνια, μακριά από τó Παλάτι και κυρίως στη Μονή της Κεχαριτωμένης. Γράφοντας τήν «'Αλεξιάδα» και άφιερωμένη στα θεία. Δεν έγνώρισε χαρά σ' όλη της τή ζωή. Έχασε, τόν ένα κατόπι στόν άλλο, τόν πατέρα της, τή μητέρα της, τόν άγαπημένο της άδερφό 'Ανδρόνικο και τόν άντρα της. Κι' αυτό τó πένθος, αυτή ή μελαγχολία κυριαρχεί στην ψυχή της και στην υπερηφάνειά της και στο συγγραφικό της έργο.

Έπιτρέπεται στους άρρώστους τó άεροπορικό ταξίδι;

Β'.

Ο δεύτερος φυσικός παράγων, πού απ' ευθείας έπηρεάζει στην ανθρώπινη φυσιολογία, κατά τή διαδρομή της πτήσεως—γιά τόν α' γράψαμε στο προηγούμενο—είναι ή ελάττωσι της μερικής πίεσεως τού δξυγόνου στόν αέρα πού αναπνέουμε, όταν τó αεροπλάνο πετά ψηλά. Δηλαδή, γιά νά έκφραστούμε με συγκριτικές αξίες, δεν αναπνέουμε πιά εις τó ύψος π.χ. των τριών χιλιάδων μέτρων παρά ένα αέριο μίγμα, πού περιέχει μονάχα 14,5 στα έκαστο μέρη δξυγόνου, αντί τά 20, 87 στα έκαστο στην έπιφάνεια τού εδάφους. Μ' άλλα λόγια, τó δξυγόνο πού εισπνέουμε σέ ύψος τριών χιλιάδων μέτρων, είναι πολύ λιγώτερο απ' όσο χρειαζόμαστε. Η

ελάττωσι τούτη μοριακού δξυγόνου δεν πειράζει τά πρόσωπα πού έχουν καλήν υγεία πρίν τις 4 και 5 χιλιάδες μ. ύψος. Είδαμε, προπάντων στόν πρώτο Παγκόσμιο Πόλεμο, πιλότους νά κρατήσουν τόν αέρα, σέ παρόμοια ύψη, επί πολλές ώρες, όμως πρέπει νά όμολογήσουμε πώς κατέδαναιν έξαιρετικά κουρασμένοι. Σήμερα, σέ όλες τις στρατιωτικές άεροπορίες τού κόσμου, ή χρησιμοποίησι της εισπνευστικής συσκευής δξυγόνου είναι όποχρεωτική από τó ύψος των 3.500 μέτρων στ' άπλά αεροπλάνα κι' εύθους από τήν άπογειώσι στα άλλα.

Οι άρρωστοι όμως; Απ' άφορμή τó δεύτερο τούτο παράγοντα, τó ταξίδι μ' αεροπλάνο δεν τó συμβούλευομε σ' όλους εκείνους πού ύπο-

φέρουν από μίαν δξεία πνευμονική πάθηση, γιάτι, κι' όλος στο κρεβάτι τους είναι συχνά άναγκασμένοι νά τούς δάσουν δξυγόνο πού τά πλεονήματα τους σέ φλογώσει, δεν μπορούν ν' άπορροφήσουν όλοκληρωτικά.

Οι σ' έξέλξει φυματικοί, πού θά κινδυνεύανε ταξιδεύοντας μ' αεροπλάνο, όπως και οι έμφυσηματικοί. Τό ίδιο, πρέπει νά πάρουμε πολλές προφυλάξεις γιά έναν ήλικιωμένον άσθματικόν, αν έπιμέν νά μεταφερθή άεροπορικώς.

Τέλος, άκόμη πιό προσεκτικοί πρέπει νά είμαστε γιά τούς καρδιακούς—μέσα σ' αυτούς δάξω και τούς υπερτασικούς όλων των κατηγοριών, γιάτι ή καρδιά είναι έξαιρετικά εύαίσθητη στην ελάττωσι τού δξυγόνου. Αν μερικοί καρδιακοί μπόρουν νά πραγματοποιήσουν μικροτάξια άεροπορικά, είναι άπαράτητο νά έξεταστούν προηγουμένα από πεπειραμένο γιατρό. Πάντως, τó ταξίδι τους πρέπει πάντοτε νά πραγματοποιήται σέ χαμηλό ύψος και κάτω από μόνιμη εισπονή δξυγόνου.

Τά πρόσωπα πού έχουνε τάσι νά κάνουνε κρίσεις στηθάγχης, δεν

ΑΝ ΠΡΟΤΙΜΑΤΕ ΤΙΣ ΠΥΤΖΑΜΕΣ



...Και πρò πάντων αν είσθε λεπτή, φτιάξτε αύτες τις συμπαθητικές πυτζάμες, διαλέγοντας ένα όραίο έμποριό ύφασμα, ένα ραιγιόν κρέπ, κατά προτίμησι. Τό πανταλόνι απλούστατο, με ζωνάρακι. Τή μπλούζα απλή, ίσια, σέ μικρούτσικο μανικίκι και γιακά, αν προμεί μακρούτσικη, με ζακέτα μπόλικη, με τιμάτε. Τά μακριά ριχτά ζακέτα μπόλικη, με λοξές τσέπες στολισμένες με φάσα δυοια με τή φάσα των μανικιών και με έναν πολύ ψηλό γιακά. Τή νυκτικοθήκη και τις παντάλινες από τó ίδιο ύφασμα.

έπιτρέπεται τó άεροπορικό ταξίδι νά άεροπορική τους μεταφορά. Αι τεράστια πρόδοι πού γίναν νε στα δέκα τελευταία χρόνια στη σφαίρα της θεραπείας των αναιμιών (μετάγγισι συντηρημένου αίματος, πλάσματος κτλ.), έπιτρέπουνε τ' άεροπορικά ταξίδια, πάντοτε όμως με μόνιμη χρήσι εισπνευστικής συσκευής δξυγόνου, στούς βαρεια αιμορραγικούς πληγμένους. Όλοφάνερ, πώς οι λεπτεπίλεπτοι αυτοί όργανισμοί πρέπει νά συνοδεύονται τολάχιστον από ένα έοηθητικό πεπειραμένο πρόσωπο.

Δίκατα προτιμούνε νά μη δέχονται—στό αεροπλάνο τις πάνα από επτά μηνών έγκυες, ιδίως όταν τó ταξίδι πρόκειται νά διαρκέσει περισσότερο από 4—5 ώρες και νά γίνη σχετικά ψηλά. Έκτός βέβαια κι' είναι άνάγκη γιά σωτηρία τους.

Τό έναντιόν, όλα τά μωρά και τά παιδιά άνέχονται θαυμασίως καλά τις ένάερτες μεταφορές τους. Κατά τή γνώμη μάστατα των συνόδων αεροπλάνων, τά μωρά είναι οι πιό ήσυχοι, οι πιό κόμοδοι ταξιδιώτες. Έτσι, φέτος, ή «Αίρ-Φράνς» γιά νά διευκολύνη τά ταξίδια των διακοπών τού καλοκαιριού πρòς τή Μητρόπολι από τó Μαρκό, ήρπε τήν πρωτοβουλία νά διαθέσει αεροπλάνα γιά τή μεταφορά οικογενειών με παιδιά, με όλες τις άνέσεις και εύκολίες περιβάλλειως μωρών.

Κάθε Τρίτη στα ταξίδια Μαρκό—Γαλλίας (Ντακάρ—Παρίσι) διαθέτει ειδικό αεροπλάνο, όπου τά παιδιά και τά μωρά δικαιούνται, ανάλογα με τήν ήλικία τους, σέ κρεμαστή κούνια (άμια), συμπτυκωμένο γάλα, χυλούς και κρέμες, παιχνίδια και άλμπουμ, γιά νά διασκεδάσουν ταξιδεύοντας και νά μη τούς λείπη τίποτα. Ειδικό ζεστό δωμάτιο έχει προδλεφθή γιά τή γρήγορη έτοιμασία των μπιμπερών. Δύο συνοδοί με δίπλωμα έρεφοκόμου, είναι τοποθετημένες στο ειδικό τούτο αεροπλάνο, γιά νά βοηθούνε τις μητέρες στο έργο τους.

Δεν πρέπει πιά νά νομίζουμε πώς τó αεροπλάνο μένει άκόμη όλιγο—σχανστό μέσον μεταφοράς άρρώστων και πληγμένων. Όλότελα τó έναντιόν. Κατά τó δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο, οι συμμαχικοί άεροπορικοί στόλοι έξεκένωναν από τις γειτονικές της μάχης ζώνες, ίσαμε τά έσωτερικά των προστατευμένων ήπειρών, έκοντονάδες χιλιάδες στρατιώτες, λίγο-πολύ βαρεια χτυπημένους ή άρρώστους. Έπρόκειτο γιά μιά σημαντική έπιτυχία. Ακόμη τώρα οι 'Αμερικανοί, στην έκένωσι, τήν τόσο δύσκολη, των πεζοναυτών τους από τή Βόρεια Κορέα, κατάρθρωσαν νά μεταφέρουν στα νοσοκομεία τους στην 'Ιαπωνία, πάνω από τέσσερις χιλιάδες τραυματίες μέσα σέ δέκα πέντε μέρες. Έξακολουθητικά σήμερα οι 'Αμερικανοί κουβαλούνε τούς τραυματίες τους στην 'Ιαπωνία κι' από κεί με ταχείες άποστολές άεροπορικές στις 'Ηνωμένες Πολιτείες, όπου έγχειρίζονται κάτω από ιδεώδεις συνθήκες χωρίς κανένα φόβο μολύνσεως, έφ' όσον έπιμόνος μεταφέρονται από τήν προστασίαν, τή σχεδόν άπόλυτη, των αντιδιστοικών, ώστού κάθε κίνδυνος περάσει.

Σέ μέλλον, άλλωστε, όλοένα πιό κοντινό, όλοι οι άρρωστοι θά μεταφέρονται ένάερια χάρι στις καμπίνες πού κλείνουν άεροστεγανά και στη χρήσι προστατευτικόν φαρμάκων. Η πατρίδα μας ιδιαίτερα με τó νησιωτικό και όουνσιο της χαρακτηρίσθ, είναι ύποχρεωμένη νά χρησιμοποίησι ευεργετικά τά αεροπλάνα, τó έλικόπτερο, σάν νοσοκομειακό μεταφορικό γρήγορο μέσον.

Μιά τεράστια πρόδοι στη μεταφορά άρρώστων γίνεται σήμερα όλοένα και πλείοτε με τó έλικόπτερο, πού παντού προσπαθούνε νά τó χρησιμοποίησουν, έκτός στη μεταφορά ταχυδρομείων από πόλι σέ πόλι και χωριά, με και άρρώστους ή έγκυες, ή πληγμένους, από χωριά ή νησιά σέ πόλεις με νοσοκομεία και Ιατρικές βοήθειες, άνυπαρκτες εκεί.

Αρ. ΓΙΑΝΝΗΣ Σ. ΑΝΤΩΝΙΑΔΗΣ

Όμήρου 54 — Τηλ. 34.971

Ο ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΟΣ ΣΑΣ ΑΠΑΝΤΑ:

Ν. Κ. Θεο(ν)ική.—Για την πρόληψη της ασθένειας, θα σας κάνουν καλό τα λουτρά Αιθιοπίας. Όσο για τους κίρσους, το φάρμακο δεν είναι καλώς και οι ταμπλέτες προεβάνε μιντό, είναι καλές. Ακόμα υπάρχουν και ειδικοί γιατροί, οι οποίοι μπορούν να συμβουλευθούν. Η ορθότητα, οι ζώνες κοιλίας, οι καλτσόδετες κ.λπ., έμποδίζουν την κυκλοφορία και αυξάνουν τις ενοχλήσεις σας. Γι' αυτό πρέπει να τα αποφεύγετε.

13 ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ ΝΤΕ ΡΑΜΟΝ.—'Αδίκως βασανίζεσθε. Αυτός δεν είναι τρόπος διαγωγής, σίγουρα ο παρθενοικός υμνός δεν είναι αβέβαιος. Όσο για την έλλειψη, μπορείτε ελεύθερα να έλθετε και χωρίς σκεπασμένη στομάχι, γιατί δεν είναι καμμία ντροπή η εξέταση στο γυμναστήριο. Είναι πράγμα συνηθισμένο και φυσικό.

ΜΑΥΡΟ ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟ.—Το γράμμα σας είναι τόσο λιγυρό που δεν μου δίνει στοιχεία να κρίνω για την αρρώστια σας. Π.χ. εάν έχετε καλή και τακτική περίοδο, εάν έχετε ύγρα κ.λπ., από αυτά τα λίγα θυγαίνει ότι μάλλον πρόκειται περί παθολογίας η οποία προέρχεται εξ ωσθητικής αιτιολογίας και θα έχετε ανάγκη ορμονοθεραπείας σχετικής. Δυστυχώς δεν είναι δυνατό να είμαι βέβαιος γι' αυτό. Το καλύτερο, λοιπόν, θα ήταν να έπισκεφθήτε ένα γυναικολόγο και εάν αυτό είναι αδύνατον να μου γράψετε λεπτομέρειες.

ΜΙΡΑΝΤΑ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ, Κρήτη.—Δεν σας απομένει άλλη θεραπεία από την έγχυση, οι διαθερμίες είναι καλές, αλλά η έγχυση είναι ενδοεπιδερμική για να έλθει η μήτρα στη θέση της.

Β. Μ. ΚΕΡΚΥΡΑΙΑ.—Φυσικά η υπόθεση των ούρων επιδρά και φέρει την ενόχληση που έχετε. Γι' αυτό επάλεψι με βαζελίνη ή ιώδες βελανιδιά την κατάσταση σας. Όσο για το δεύτερο εξάρτατο από την ύγεια και από την ηλικία του στόμου. Βεβαίως δεν πρέπει να γίνει κατάχρηση, αλλά δεν μπορεί να δεθεί με περιρρισμούς. Εξαρτάται από τη διάθεση που θα έχη.

Γ. Γ. ΜΕΝΕΛΑΟΝ.—Δυστυχώς εκτός των ενέσεων τεστοβιόνης ή περαντρεν, δεν υπάρχουν ισχυρότερα φάρμακα για την πάθησή σας. Δυστυχώς ού γάρ έρχεται μόνον!...

ΑΠΕΛΠΙΣΜΕΝΗ Γ., 95 Θεσσαλονίκη.—'Εάν η διάγνωση του γιατρού σας είναι ορθή, τότε πρέπει να κάνετε έγχυσεις, τότε πρέπει να ανησυχίτε. Μπορείτε να με έπισκεφθήτε 4-8 στο 'Ιατρείον μου. Τη σύστασή μου την παίρνετε από το περιοδικό, και από τον τηλεφωνικό κατάλογο.

ΜΑΙΡΗ Σ. Γ.—Να κάνετε εξέταση μικροσκοπική σε ειδικό γιατρό των ούρων και αναλόγως θα καθοριστεί η θεραπεία σας. Πάντως δεν είναι τόσο τραγικά τα πράγματα ώστε να σκεπασθεί το θάνατο ούκ λυτρωθεί. Αυτό δείχνει ότι έχει τραυματισθεί ο ψυχικός σας κόσμος περισσότερο από τα περασμένα γεγονότα.

ΑΤΥΧΗ ΜΙΚΡΗ ΑΧ., Κέρκυρα.—Σας απάντω ιδιαιτέρως σύμφωνα με την επιθυμία σας στη σύστασή μου, μόνον δώσατε με όλα τα ερωτήματα.

ΑΜΑΘΗΣ, Πειραιά.—Πρέπει για την πάθησή σας να έπισκεφθήτε το γυναικολόγο, να γίνει έ-

ξέταση των ούρων, εάν είναι απαραίτητο και να σας καθορίσει ανάλογη θεραπεία. Η μέθοδος προφυλάξεως που μου γράφετε, είναι καλή, αλλά όχι και τελειώς αλάνθαστη. Όσο για το τρίτο ερώτημά σας είναι ζήτημα συνήθειας. Πάντως είναι μέσα στα φυσιολογικά όρια.

ΧΗΜΙΚΟΝ, 'Ιθάκη.—Πρέπει άμεσως και γρήγορα να αποφασίσετε για την αποκατάστασή σας με άνθρωπο που να σας νοιώθει και να σας φέρει πολιτισμένα. Αυτό θα σας δώσει νέες δυνατότητες ζωής, θα ξεκουράσει το νευρικό σας σύστημα, τις αϋνίες και τις τόσες άλλες νευρικές εκδηλώσεις που προέρχονται από τις στερήσεις. Όσο για την ανωμαλία της περιόδου, ο γάμος είναι εκείνος που θα δώσει παράταση, μαζί με μια σχετικά ορμονοθεραπεία. Η πάθηση των νεφρών είναι η κυριώτερη ανωμαλία της καταστάσεώς αυτής. Να πάρετε ταμπλέτες προλάν 3 την ημέρα επί 10 ημέρες, καθώς και ταμπλέτες διταμίν Ε.—εκείνο που σας συμβουλεύω είναι ότι δεν πρέπει να σκεπασθεί αλλά να αποφεύγετε άμεσως το γάμο.

ΜΑΡΙΑ ΒΛΑΧΟΥ.—Πρέπει να έπισκεφθήτε γυναικολόγο γιατρό για την ανωμαλία αυτή, κατά πάσαν πιθανότητα πρόκειται περί ανεπάρκειας των ωσθητικών αλλά και αιτιολογίας είναι, πρέπει να καθοριστεί από το γιατρό και αναλόγως να κανονισθεί και η θεραπεία.

ΕΛΙΑΝΑ Τ.—'Η απάντησή μου στα ερωτήματά σας έπεται από τους γιατρούς που σας εξέτασαν είναι λίγο δύσκολη και μάλιστα

χωρίς να έχω ιδίαν αντίληψη της καταστάσεώς σας. Πάντως, εάν υπάρχει κυστικός όγκος της ωσθηκής πρέπει να κάνετε έγχυση, όσο για την τεκνοποίηση δεν είμαι αισιόδοξος για δυο λόγους: πρώτον γιατί είσθε μ' ένα νεφρό και δεν πρέπει να τον κουράσετε με το θάρος μιας έγκυμοσύνης (αν και το λόγο στην προκειμένη περίπτωση τον έχει ο ούρολόγος) και δεύτερον διότι υπάρχουν αλλοιώσεις και στις δυο ωσθηκές, πράγμα που δυσκολεύει πολύ την τεκνοποίηση, εάν δεν την αποκαταστήσει.

ΣΚΕΠΤΙΚΗ ΑΡΡΑΒΩΝΙΑ-ΣΜΕΝΗ Κ. Ε.—Οι γυναίκες, δεν έχουν εκπεριωρατισθεί όπως οι άνδρες, αλλά απλώς φθάνουν στον αποδοσιακό σπασμό, χωρίς άλλη εκδήλωση. Επομένως είσθε φυσιολογική και δεν πρέπει να ανησυχείτε.

ΤΖΙΝΑ, Πατήσια.—Να κάνετε εξέταση αίματος κατά Βάσερμαν κλπ., και όταν ξαναμεινέτε έγκυος, να μείνετε πλαγισμένη στο κρεβάτι υπό την επίβλεψη γυναικολόγου. Στο δεύτερο ερώτημά σας για το αίμα πρέπει να σας εξετάσει γυναικολόγος και να το θεραπεύσετε. Όσο για το τρίτο ερώτημά σας σας συνιστώ ταμπλέτες διταμίνης Ε. 3 την ημέρα.

Κ. Σ. ΤΟΠΟΓ. ΥΠΗΡΕΣΙΑ.—'Η αδυναμία είναι η κυριώτερη αιτία της καταστάσεώς σας. Πρέπει όμως να γίνει μια εξέταση των ούρων για τριχομονάδες, όποτε θα κανονισθεί και η θεραπεία. Όσο για την έλλειψη, μπορείτε να με έπισκεφθήτε 4-8 το απόγευμα.

ΚΑΤΕΣΤΡΑΜΜΕΝΗ ΓΙΑ ΠΑΝΤΑ ΣΤΗ ΖΩΗ.—Νομίζω ότι δεν πρέπει να αφήνετε μοιραϊκά τα πράγματα. 'Εφ' όσον υποφέρετε, έχετε ανάγκη όπως έξετασθήτε από ένα γυναικολόγο και έχετε το δικαίωμα να το απαιτήσετε από το σύζυγό σας. Εάν αυτός άδιαφορη, τότε μόνη σας πρέπει να ένεργήσετε για το καλό της υγείας σας. Να μη είσθε τόσο υποχωρητική στα ζητήματα της υγείας.

ΓΙΑΝΝΗΣ ΕΥΘΥΜΙΟΥ

Ο ΝΕΥΡΟΛΟΓΟΣ ΑΠΑΝΤΑ:

Α. Δ. Γ. Πάτραι: Το καθημερινό παραλήρημα του αδελφού σας, που φωνάζει, μαλώνει και δίνει απαντήσεις σαν να είχε κάποιον απέναντί του, αποτελεί την ψυχική του αρρώστια. Σχιζοφρένεια την χαρακτηρίζετε σεις. 'Ισως να πρόκειται γι' αυτό. Οι ακουστικές ψευδαισθήσεις (άκουει φωνές) και οι οπτικές ψευδαισθήσεις (βλέπει ανθρώπους), ένασχούν την άποψή μου, ότι πρόκειται περί σχιζοφρένειας. Μου γράφετε ότι άρρωστος από ηλικίας 17 χρονών, χωρίς όμως να μου λέτε πόσων ετών είναι σήμερα. Δεν μπορώ επομένως να έρω αν η κατάστασή του έχρονιας και ποιά θεραπευτική άγωγή ενδείκνυται. Η θεραπεία των ψυχοπαθών δεν γίνεται με λουμινάλ και με καταπραυντικά. Γίνεται με σόκ, καρδιακό, ινσουλίνη, έγχυση... κλπ. Κάθε περίπτωση έχει και τη δική της θεραπεία.

ΜΙΑ ΣΤΕΝΟΧΩΡΗΜΕΝΗ ΜΗ ΤΕΡΑ. ΕΛΣΕΠ.—'Η έμβρυολογία που έγινε, έκαμε έξωτερικές και έσω έσωτερικές αιμορραγίες. Το κεφαλάκι του παιδιού είναι εύπεστο και εύπλαστο, έπειδή τα κόκαλα είναι λεπτά και μαλακά, με ταξίδι τους δε στίς ραφές και πηγάς δεν έχουν συνδεθεί σφικτά και χωρίς ν' αφήνουν κενόν. 'Ο έμβρυολογός μπορεί να πιέσει στο σύνολό της την έγκεφαλική ουσία, χωρίς να προκαλέσει αιμορραγίες. Προκαλεί όμως με την πίεση έπιληψία με καθολικούς σπασμούς ή με τοπικά σπαστικά φαινόμενα. Πολύ ένθαρρυντικό σημείο είναι ότι παίρνουν τοπικό πλεόν χαρακτηρισμό οι σπασμοί. 'Ισως με την ηλικία περάσουν έντελως. Όσο για τη διαγονιτική του ανάπτυξη, είναι άφ' ενός πολύ πρόωρο, άφ' έτέρου

από μακριά πολύ δύσκολο να προβλέψω. Για τον εαυτό σας δεν γράφετε λεπτομέρειες, αλλά απλώς αναφέρετε, ότι έσπασαν τα νεύρα σας. Με αυτές τις πληροφορίες σας δεν μπορώ να σας φανώ χρήσιμος.

ΑΙΓΙΩΤΗΝ. Αίγιον: Οι έπιμονοι πονοκέφαλοι έπιβάλλουν μια εξέταση αίματος κατά Βάσερμαν. 'Η συνυπαρξία σεξουαλικής ανεπάρκειας πλήρους στην ηλικία των 40 χρονών, δείχνει πως το ζήτημα δεν είναι τόσο απλό. Χρειάζεται νευρολογική εξέταση και μάλιστα λεπτομερής, για να εξακαρτισθεί περί τίνος πρόκειται και ποιά είναι η πιο καλή και αποτελεσματική θεραπεία.

ΜΑΡΑΜΕΝΗ ΚΟΠΕΛΛΑ Ι. Α. Σ. Πάτραι: 'Εχετε πάρει την άπάντησή στο 34 τεύχος της 'Εφ' ημερησίας.

ΠΙΠΙΤΣΑ. Πειραιά: Δέχομαι Εύφρανο 19.5-7 μ.μ. καθημερινώς. Από 15 'Ιουλίου και έπειτα, αν έχετε, θα δέχομαι Ρουζέλ (Ακαδημίας) 78, εις το νέο Ιατρείον μου τα απόγευματα τις ίδιες ώρες.

ΛΟΥΜΕΝΗΝΗ ΑΦΡΟΔΙΤΗΝ Μέθανα: 'Η άλλαγή περιβάλλοντος, η ώρα λουτρού, τα μέθαι, τα αλκαλικά λουτρά, καθώς και το πόσιμο λατινικό νερό της πηγής Καρασταμάτη, θα σας ώφελήσουν πολύ και σας συνιστώ να συμπληρώσετε τουλάχιστον 20 λουτρά και να πίνετε καθημερινώς τρία ποτήρια νερό.

Ι. ΝΙΚΟΛΕΤΣ ΟΠΟΥΛΟΣ Εύφρανος 19, Τηλ. 70-414

Ο ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΣ ΤΗΣ 'ΕΦ' ΗΜΕΡΗΣ

ΠΡΟΣΕΞΤΕ ΤΑ ΔΟΝΤΙΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΑΣ

Δεν περνά μέρα που να μη θρεβούμε μπροστά στο αξιοθρήνητο θέαμα των δοντιών των μικρών μας ασθενών.

Είναι πραγματικά πολύ λυπηρό να βλέπουμε κανέναν παιδί 4-6 ετών να έχουν τα δόντια τους, τα πίσω νεογικά δόντια, τα βασικά για την μάσηση της τροφής, να είναι τελειώς κατεστραμμένα, να έχουν αποστήματα, σιδίγγια, να πυορροούν συνεχώς και να πρήσκονται κάθε τόσο.

Η μάσηση είναι αδύνατη, το παιδί δύναται, παρουσάζει πεπτικές διαταραχές, ή ύγεια του κλονίζεται. Το παιδί υποφέρει συνεχώς από πόνο, καταπίνει άφθονο πύον. Πολύ απ' αυτό καθώς και τοξίνες και μικρόβια απορροφώνται από τον οργανισμό και μπορούν να δημιουργήσουν σοβαρές βλάβες σε διάφορα άλλα όργανα του σώματος.

Τι να κάνω κανέναν μπροστά σ' αυτή τη κατάσταση;

Σε μεγάλο δίλημμα δισκώμαστε σε τέτοιες περιπτώσεις. Τι να κάμουμε; Να θεραπεύσουμε τα δόντια αυτά;

Είναι αδύνατον. Η βλάβη τους είναι πολύ προχωρημένη. Να τα βγάλουμε; Δεν πρέπει. Είναι πολύ γρήγορα άκομα, γιατί θα δημιουργηθούν πολύ μεγάλες ανωμαλίες στα μόνιμα δόντια όπως και στις σιαγόνες.

Τι πρέπει να γίνει; Μονάχα η μητέρα είναι σε θέση να μάς βοηθήσει να μη θρεβούμε ποτέ στη δύσκολη αυτή θέση. Μονάχα εκείνη με τα μέτρα που θα πάρει για την υγιεινή περιποίηση των δοντιών του παιδιού θα μπορέσει να προλάβει την καταστροφή των δοντιών του.

Και τούτο με δυο απλά πράγματα: Πρώτα με την περιποίηση (δουρτισμός) μετά από κάθε φαγητό και δεύτερον με την παρακολούθηση των δοντιών ώστε μόλις παρουσιάσουν την παραμικρή βλάβη να σπεύσουν να θεραπεύσουν.

Αν αφήσουν να μεγαλώσει η βλάβη αυτή θα είναι δύσκολη η θεραπεία τους.

Πρέπει να παρακολουθήτε και να βοηθήτε τα παιδιά σας να πλύνουν και να καθαρίζουν τα δόντια τους.

Θα πητε: μα αυτά είναι μέτρα αποτελεσματικά για να άποφύγωμε το χάλασμα των δοντιών του παιδιού;

Όχι, γιατί οι αίτιες που μπορούν να χαλάσουν τα δόντια είναι πολλές και άγνωστες ακόμα, αλλά μ' αυτά τα μέτρα μπορούμε να περιορίσουμε κάπως το κακό.

ΜΕΖΗΣ

ΠΡΑΚΤΙΚΑ ΔΩΡΑ

Όνεαρος γιατρός στην δημοφή κοπέλα: Δυστυχώς, δεν μπορώ να σας προσφέρω ούτε κοσμήματα, ούτε γουναρικά. Μπορώ όμως να σας κάνω δωρεάν έγχυση σκληροθεραπείας...

Μάθετε τ'ν κορούλα σας να μη φοβάται το νερό...

Η «λουομένη» του 1900, έμπαινε στη θάλασσα δγάζοντας μικρές φοβισμένες φωνές. Η κολυμβήτρια του 1951 κάνει μια θαυμάσια βουτιά, κολυμπά ολόταχως καμμία πενηνταριά μέτρα κρούσας και λαμβάνει μέρος στους αγώνες, στο πλευρό των ανδρών.

Τι συμβαίνει τάχα; Είναι μήπως η σύγχρονη κολυμβήτρια καλύτερα προικισμένη από τη φύση, απ' ό,τι ήταν η γιαγιά της; Όχι, ασφαλώς όχι! Απλώς, άρχισε να γνωρίζεται με τη θάλασσα και να κολυμπά από τον καιρό που ήταν μικρό κοριτσάκι. Και έμαθε από τα πρώτα της νεανικά χρόνια ότι, για να γίνει καλή κολυμβήτρια, θα έπρεπε πρώτα να «πάρη τον αέρα της θάλασσας».

Δεν ένοιωσε όμως τάχα φόβο τον πρώτο καιρό; 'Ασφαλώς ναι. 'Ο φόβος του νερού είναι ένας στοιχειώδης φόβος. Κανένα παιδί δεν μπορεί να το ξεφύγει. Το να γίνει λοιπόν το παιδί καλός κολυμβητής, να πάρει να αισθάνεται φόβο μπαίνοντας στο νερό, δημιουργεί προβλήματα. Κάθε καλοκαίρι, βλέπει κανείς συχνά στις παραλίες πολλές ατυχαίνουσες μητέρες που, έντελως άφυλογόνητα, νομίζουν πως θα κάνουν το μικρό παιδί τους να αγαπήσει τη θάλασσα, βουτώντας το μέσα στο νερό παρά τις άπειρες σμένες κραυγές του.

Θα έκαναν όμως καλύτερα οι μητέρες αυτές, αν θυμόνταν τις έντυπώσεις των παιδικών τους χρόνων. 'Ας προσπαθήσουν λοιπόν να γίνουν πιο ύπομονητικές και άς έχουν υπ' όψιν τους ότι:

α) Δεν πρέπει ποτέ να μεταχειρίζονται απότομα ένα φοβιστάριχο παιδί.

β) Δεν πρέπει να το τιμωρούν, να το περιφροούν έπειδή φοβάται το νερό.

γ) Πρέπει να το συνηθίσουν να παίζει στην άκρη της παραλίας.

δ) Πρέπει να το αφήσουν να έξοικειωθεί σιγά-σιγά μόνο του με το ύγρο στοιχείο, βουτώντας μέσα τα πόδια του.

ε) Πρέπει να του δρουν ένα μικρό φίλο ή φίλη πιο θαρραλέα από 'κεινό, που θα το παρασύρει σιγά-σιγά στο νερό παίζοντας.

στ) Πρέπει να το αφήσουν να ζεσταθεί, να τρέξει, να πηδήσει, να έξει και άριστο παίδη, ώστε να νοιώσει μόνο του την έπιθυμία να βραχή για να δροσιστεί.

Έτσι, σιγά - σιγά το παιδί αρχίζει να ευχαριστείται με την έπαφή με το νερό. Τώρα πια, ήρθε η έπαχη να του δώσετε — σεις ή ο πατέρας του — τα πρώτα μα-

θήματα του κολυμπιού, που θα του χρησιμεύσουν όχι μόνο για τη διασκέδασή του, αλλά και για την προσωπική του ασφάλεια.

Νά, λοιπόν, η μικρή Μαρία. Έχει περάσει πια το πρώτο στάδιο του παράλογου φόβου.

Πρώτο μάθημα: Βρίσκει σε ένα σημείο της ακτής, όπου τα νερά είναι πολύ ρηχά τόσο, ώστε η Μαρία να πατά άνετα και... να το ξέρει ότι πατά στο σημείο αυτό. Την κρατά με τα δυο χέρια γύρω από τον θώρακα και την αφήνει να τσαλαβουτά και να κουνιέται.

Δεύτερο στάδιο: Η Μαρία έχει αποκτήσει τώρα πια αρκετό θάρρος. Αρχίζετε τώρα να της μαθαίνετε να ανοίγει προς τα πλευρά τα δυο της χέρια, συγχρόνως, σπρώχνοντας το νερό σαν με κουπί, με τα δάχτυλα των χεριών καλά ένωμένα.

Τρίτο στάδιο: Τώρα, διδάξετε της να χώνη το πρόσωπό της μέσα στη θάλασσα, με κλειστό το στόμα, χωρίς να φοβάται μήπως καταπιη νερό. Πρέπει να μάθει έπίσης, ότι και αν άκομη της μπη λίγη θάλασσα μέσα στο στόμα, δεν κινδυνεύει να πνιγί απ' αυτό...

Τέταρτο στάδιο: 'Ηρθε πια η ώρα του μαθήματος της κινήσεως των ποδιών. Χρησιμοποιήστε μια σανίδα ή ένα λαστιχένιο σωσίβιο, όπου θα κρατήσει τα χέρια της ή μικρή. Τα πόδια πρέπει να μάθουν να ανοίγουν στα πλάγια, τεντωμένα και να ξανακλείνουν σαν ψαλίδι. 'Υστερα, πρέπει να μάθουν ολόκληρη την κίνηση: Μαεύονται προς τα έπάνω, ύστερα ανοίγουν τεντωμένα προς τα πλάγια και μετά ξανακλείνουν, πάντα τεντωμένα, για να ξαναμαζευτούν πάλι και να ξαναρχίσουν την κίνηση. Τώρα πια, η διδασκαλία είναι διασκεδαστική και η μικρή Μαρία αρχίζει να προχωρή μέσα στο νερό...

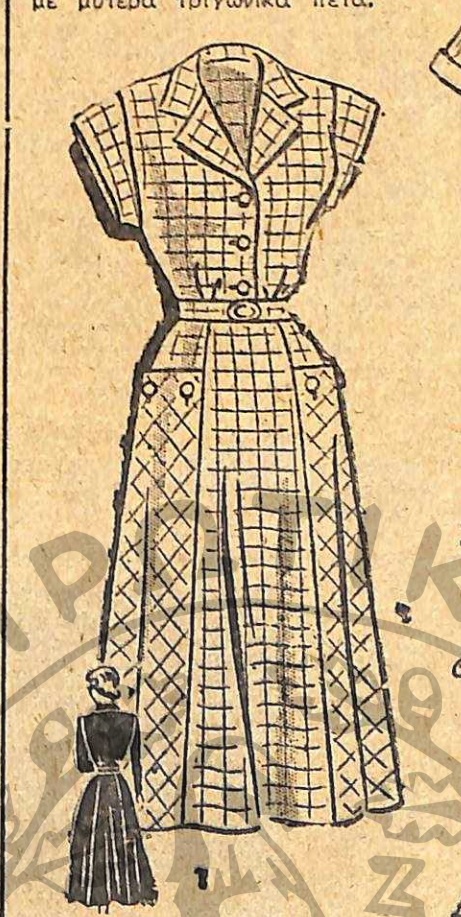
Πέμπτο στάδιο: Η κίνηση των χεριών και των ποδιών συγχρονίζεται. Καθώς όμως η Μαρία προσπαθεί να αναπνεύσει, πίνει λίγο νερό! Το χέρι σας κάτω από το πηγούνι της θα την καθυποχάσει... Και, σε λίγες μέρες, θα είναι σε θέση να διδαχθεί το αληινό, το σωστό πρόσθιο κολύμπι, που κολυμπούν και οι μεγάλοι...

Με προσοχή και έπιμονη προσπαθείτε να μπορέσει να μάθει στα παιδιά σας να κολυμπάνε, χαρίζοντας τους δυνατόν και μέσο για να τα σώματά τους. Σύγχρονα δίδετε στα παιδιά σας κι' ένα έφοδιο άπαράτητο για ό,τι σπάνιες στιγμές της ζωής.

ΠΡΩΙΝΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ, ΣΤΗΝ ΠΛΑΖ, ΣΤΟ ΓΡΑΦΕΙΟ

1. 'Αν αγαπάτε τα καρδ, φτιάξτε αυτό το άπλο πρωινό φόρεμα για το γραφείο. Είναι σε ίσια γραμμή. Το ζαпонέ κορσάζ γυρίζει στα μανίκια και σχηματίζει ρεβέρ. Γιακάς με δυο μύτες στο πλάι και κουμπωμα έμπρός έως τη μέση. 'Η φούστα γαυρνέται με δυο λοξά πανό στο πλάι, που σχηματίζουν τσέπες και κουμπώνουν με δυο κουμπιά.

2. 'Απλό, νεανικότατο σόρτ άπλο ποπλίνα. Κουμπώνει πίσω μ' ένα φερμουάρ και συγκρατείται πίσω στο λαιμό με δυο μπρετέλες που δένουν σε φιόγκο και είναι ραμμένες κρυφά έμπρός. Το σόρτ είναι λευκό με ρεβέρ, ενώ το κορσάζ με τις όριζόντιες ρίγες στολίζεται με λευκά καπάκι γύρω-γύρω στο στήθος. Το σόρτ συμπληρώνεται με ένα κοντό μπολερό από το ριγυτό ύφασμα, γαυρνισμένο με λευκά ρεβέρ στα μανίκια και δυοιο γιακά με μυτερά τριγωνικά πέτα.



3. 'Ακόμη και μόνη σας μπορείτε να ράψετε αυτό το φουστανάκι του σπιτιού, δγάζοντας πατρών σύμφωνα με το σχέδιο που βλέπετε. 'Απλούστατο, με μονοκόμματο κορσάζ και σκέτη φούστα, κουμπώνει ολόκληρο στο ένα πλάι, από πάνω έως κάτω. 'Ο λαιμός και τα χέρια τελειώς ελεύθερα.

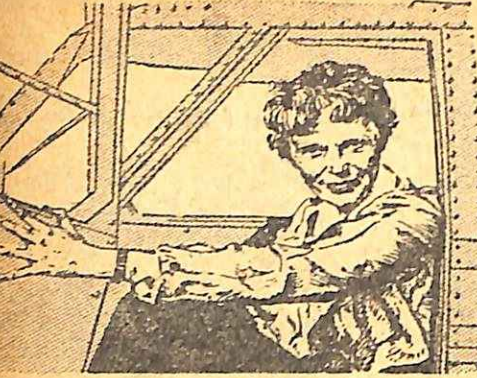
Είναι χρήσιμο να θυμάστε ότι...

...Για το πλύσιμο των μάλλινων ρούχων πρέπει να χρησιμοποιήτε σαπούνι «ουδέτερο». Γιατί η σόδα που περιέχει το κοινό σαπούνι, βλάπτει έξαιρετικά τα μάλλινα.

...Αν βάλετε λίγο ξύσμα μολυβιού στις κλειδαριές και στ' άλλα σημεία της πόρτας που τρίζουν, αποφεύγετε τον ενοχλητικό αυτό θόρυβο.

...Τα έξιλινα δοχεία, κάδοι, βαρέλια κτλ. που έχουν πίσω μια μούχλα, πλένεται με βραστό νερό, πολύ αλατισμένο, κι' άφαστέ τα να στεγνώσουν στον ήλιο.

...Μπορείτε να καθαρίσετε τις κηλίδες της νικοτίνης από τα τασάκια των τσιγάρων, κι' από τα πιάτα της πορσελάνης, τρίβοντάς τα μ' ένα φελλό βουτηγμένο στο όλατι.



Αμέλια Έρχαρτ

Η ΠΡΩΤΗ ΓΥΝΑΙΚΑ ΑΕΡΟΠΟΡΟΣ ΠΟΥ ΠΕΡΑΣΕ ΤΟΝ ΑΤΛΑΝΤΙΚΟ

Η Αμέλια Έρχαρτ γεννήθηκε το 1898 στο Κάνσας. Από μικρό παιδί, προτιμούσε να κάνει ακροβασίες, στις σκάλες του σπιτιού της, παρά να παίξει με τις κοούλες της.

Μετά τον πόλεμο του 14, η Αμέλια αναζήτησε δουλειά. Καθώς είχε πάντα τάση για τα ανδρικά επαγγέλματα, έγινε πρώτα φωτογράφος διαφημιστικών φωτογραφιών και αργότερα άρχισε να σπουδάσει μηχανολόγος. Το 1920, ο πατέρας της την πήρε μαζί του σε μία μεγάλη αεροπορική επίδειξη. Και τότε η Αμέλια κατάλαβε την αληθινή κλίση της, και έτσι το 1923 πήρε το δίπλωμά της από την Διεθνή αεροπορική ομοσπονδία.

Μα η αεροπορία ήταν ακόμη ένα επάγγελμα κλειστό για τις γυναίκες. Και το 1926 η Αμέλια αναγκάστηκε να αναλάβει εργασία σε μία φιλανθρωπική οργάνωση. Αυόχρονα άργότερα, ενώ έδιδασκε μία ομάδα μικρών παιδιών, την ζήτησαν στο τηλέφωνο. Μία μακρινή ανδρική φωνή—ή φωνή του συγγραφέως Τζωρτζ Πούτσιν, που είχε αναλάβει κατ' εντολήν της ιδιοκτησίας του αεροστάτου «Η Φιλία» να δρή μία γυναίκα αποφασισμένη να περάσει τον Ατλαντικό—την ρώτησε αν θα ήθελε να πάρη μέρος σε μίαν υπερατλαντική πτήση.

Η καρδιά της Αμέλια άρχισε να χτυπά. Δεν άγνοούσε τους κινδύνους που είχε μία τέτοια διαδρομή.

Σύμφωνη, απήντησε. Δέχομαι... Και έτσι, στις 17 Ιουνίου—ένα χρόνο μετά την πρώτη διάβαση του Ατλαντικού από τον Λίντμπεργκ—η «Φιλία» απογειωνόταν από τη Νέα Γη, μέσα σε μία παγωμένη ομίχλη.

Το ταξίδι κράτησε σχεδόν είκοσι ώρες. 'Επί δεκαοκτώ ώρες, ο πιλότος πάλευε με την κνήμη ομίχλη. Ο ασύρματος είχε πάψει πιά να λειτουργεί.

Δεν απέμεινε βενζίνη παρά για μιάς ώρας πτήση ακόμη. Η Αμέλια ένοιωσε παγωμένα νερά να της πέφτουν συνεχώς επάνω στο στέρκο. Πέρασε την ώρα αυτή τελευταία ώρα της ζωής της— σημειώνονω ματάρίο της που όταν αργότερα τυπώθηκε και κυκλοφόρησε, απέτελεσε μία τεράστια έκδοτική επιτυχία.

Στο τέλος σχεδόν της ώρας η «Φιλία» προσγειώθηκε ομαλά στην Ουαλλία. Και έτσι η Αμέλια Έρχαρτ ήταν η πρώτη γυναίκα που πέρασε τον Ατλαντικό!

Τα τέσσερα χρόνια που ακολούθησαν, η Αμέλια έγινε μία διακεκριμένη προσωπικότητας στην αεροπορική βιομηχανία. Κατέριψε ρεκόρ αποστάσεων, υπήρξε ένας από τους πρώτους πιλότους που πέταξαν με ελικόπτερο, δοκίμασε διάφορους τύπους μηχανών και αεροπλάνων, έδωσε μαθήματα πιλοταρισμού και έκανε πλήθος διαλέξεων για την αξία της αεροπορίας και των αεροπορικών ταξιδιών. Οι άνδρες θαύμαζαν τη γυναικότητα και τα άθλη-

τικό πνεύμα της. Οι γυναίκες έπαινούσαν το θάρρος της, την ευπρέπεια της και την ανεπιλήπτη ήθική της. Και ο Τζωρτζ Πούτσιν, την παντρεύτηκε...

Μα η Αμέλια δεν ήταν ικανοποιημένη από τον έαυτό της. Είχε περάσει, βέβαια, τον Ατλαντικό, αλλά σαν επίδειξη. Με επιμονή συνέχισε την εκπαίδευσή της και ύστερα από 1000 ώρες πτήσεων αισθάνθηκε με ικανοποίηση πως ήταν πιά έτοιμη.

Το σούρουπο της 20ής Μαΐου 1932, η Αμέλια σκαρφάλωσε στο μονοκινητήριο αεροπλάνο της, αποφασισμένη να πραγματοποιήσει εκείνο που κανείς, εκτός από τον Λίντμπεργκ, δεν είχε πετύχει ως τότε: να πετάξει μόνη της επάνω από τον Ατλαντικό! Δεκατέσσερις ώρες και πενήνταξέ λεπτά αργότερα, μερικές αγελάδες που έβροσαν ήσυχα-ήσυχα σ' ένα λειβάδι της Ιρλανδίας, σκόρπισαν τρομαγμένες, βλέποντας ένα καταπληκτικό κόκκινο μηχανήμα που έβγαζε φλόγες και καπνούς, να προσγειώνεται ανάμεσά τους...

Η Αμέλια Έρχαρτ είχε πραγματοποιήσει ένα νέο παγκόσμιο ρεκόρ, κάτω από άπιστευτες συνθήκες. Τέσσερις ώρες μετά την απογείωσή της από τη Νέα Γη, φλόγες ξεπετάχθηκαν από ένα σημείο της μηχανής της.

Τι να κάνη; Να γυρίση πίσω; Η Αμέλια ζύγισε τὰ ὑπὲρ καὶ τὰ κατὰ καὶ συνέχισε τὸ δρόμο της. Λίγο αργότερα αερορρυθμίσθηκε ὁ δείκτης τοῦ ὕψους. Ἀπὸ πάνω της ἀστραπές φωτίζουν τὰ σκοτεινά σύννεφα. Ἀπὸ κάτω, ἀπλώνονται μία σκοτεινὴ ομίχλη. Μόνο μὲ τὴ φαντασία μποροῦσε νὰ ὑπολογίσῃ πὺ περίπου βρισκόταν ἡ θάλασσα.

Ἐπὶ πέντε ὥρες ἡ Αμέλια συνέχισε τὴν πτήση της κάτω ἀπὸ τὶς τρομερές αὐτές συνθήκες, ὡς πὺ εἶδε ἀπὸ κάτω της τὴ στεριά.

Ὅπου πήγαινε τὸ κοινὸ τὴν ἀποθύνει. Μα ἐκεῖνη διατήρησε πάντα τὸν ἀπλό καὶ συγκρατημένο χαρακτήρα της.

Ἡ ἐπιτυχία αὐτὴ γέμισε μὲ δόξα τὴν Αμέλια.

Τρία χρόνια αργότερα, πέταξε μόνη της ἀπὸ τὴ Χονολουλού στὴν Καλλιφόρνια, διασχίζοντας ἔτσι 4.000 χιλιόμετρα.

Ἡ ρόδα ὁμως τῆς μοίρας γυρίζει καὶ ἡ Αμέλια τὸ ἤξερε.

—Κάποια μέρα θὰ πεθάνω, ἔλεγε. Δὲν τὸ θέλω βέβαια. Ὅταν ὁμως ἔρθῃ ἡ ὥρα, θὰ ἤθελα τουλάχιστον νὰ βρισκόμαι μέσα στὸ αεροπλάνο μου. Καὶ νὰ τελειώσω γρήγορα!.....

Καὶ τὸν Ἰούνιο τοῦ 1937, ἡ Αμέλια Έρχαρτ ξεκίνησε πρὸς ἀνατολὰς γιὰ τὸ γύρο τοῦ κόσμου. Πέρασε χωρὶς δυσκολίες τὰ πρῶτα 35.000 χιλιόμετρα. Δὲν της ἀπέμεινε πιά παρά τὸ τελευταῖο τμήμα, ἡ διάβασις τοῦ Εἰρηνικοῦ ἀπὸ τὴ Νέα Γουινέα στὴν Καλλιφόρνια, μὲ σταθμὸ στὸ μικρὸ νησάκι τοῦ Χόουλαντ πὺ βρίσκεται στὴ μέση περίπου τῆς διαδρομῆς, χαμένο μέσα στὴν ἀπεραντώσῃ τῆς μεγαλύτερης θάλασσας τοῦ κόσμου, σὲ ἀπόστασι 4000 χιλιομέτρων ἀπὸ τὴ Νέα Γουινέα.

Στὶς 2 Ἰουλίου 1937, ἡ Αμέλια Έρχαρτ καὶ ὁ Φρέντ Νούναν, πὺ τὴν συνόδευε σὰν ναυτικός, ἀπογειώθηκαν. Μερικὲς ὥρες αργότερα, μίᾱ ἀκταιώρδς ἀκούσε ἕνα ραδιοφωνικὸ μήνυμα πὺ τὸ μετέδιδε μίᾱ γνωστὴ γυναικεία φωνή:

—Ἄνεμος ἀντίθετος.....βενζίνη γιὰ μίᾱ ὥρα.... Κάνουμε βόλτες, ζητώντας τὸ νησί.....

Ἄπ' ὅτι ὑπελογίσθη ἀπὸ τὸ σῆμα χαμένο αεροπλάνο πρέπει νὰ βρισκόταν σὲ μίᾱ ἀπόστασι πέρα τῶν 200 χιλιομέτρων ἀπὸ τὸ Χόουλαντ. Κάπου ἐκεῖ κοντὰ στὸ τέρμα τοῦ ταξιδιοῦ της, ὁ δείκτης τῆς βενζίνης, ἔδειξε, μὴ δέν. Ἐγκαταλελειμένη ἀπὸ τὴν τύχη της, ἡ Αμέλια Έρχαρτ δρῆκε τὸ θάνατο μέσα στὴν τρομερὴ ἀδυσσο τῆς θάλασσας....

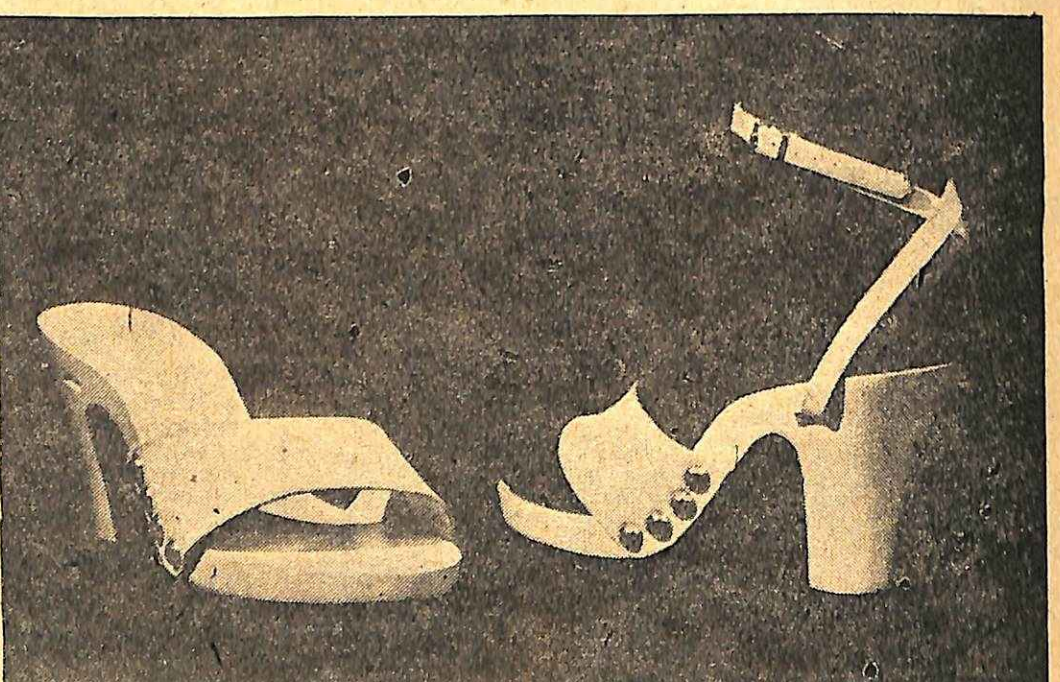
ΟΙ ΚΑΛΟΙ ΤΡΟΠΟΙ

Μία κυρία πὺ πηγαίνει σ' ἐπίσκεψιν, θὰ βγάλῃ τὰ γάντια της μπαίνοντας στὸ σαλόνι. Ἄν ἔχῃ μεγάλη οἰκειότητα μὲ τοὺς οἰκοδεσπότες, θὰ βγάλῃ ἐπίσης τὸ καπέλλο καὶ τὸ παλτό της. Προκειμένου ὁμως περὶ τυπικῆς ἐπισκέψεως, θὰ δώσῃ τὸ παλτό της στὸν καμαριέρη ἢ τὴν καμαριέρα, δὲν θὰ βγάλῃ ὁμως διόλου τὸ καπέλλο της.

Ὅταν θὰ πρόκειται νὰ φύγῃ, θὰ χαιρετήσῃ πρώτα, ἔπειτα θὰ φορέσῃ τὸ παλτό της καὶ τελευταῖα τὰ γάντια της.

Ὅταν ἕνας νέος πηγαίνει γιὰ πρώτη φορὰ στὸ σπίτι τῆς νέας πὺ πρόκειται νὰ ἀρραδωνιστῇ, οἱ γονεῖς της θὰ τοῦ φερθοῦν ὅπως θὰ φέρνονταν σὲ ὁποιοδήποτε ἐπισκέπτη.

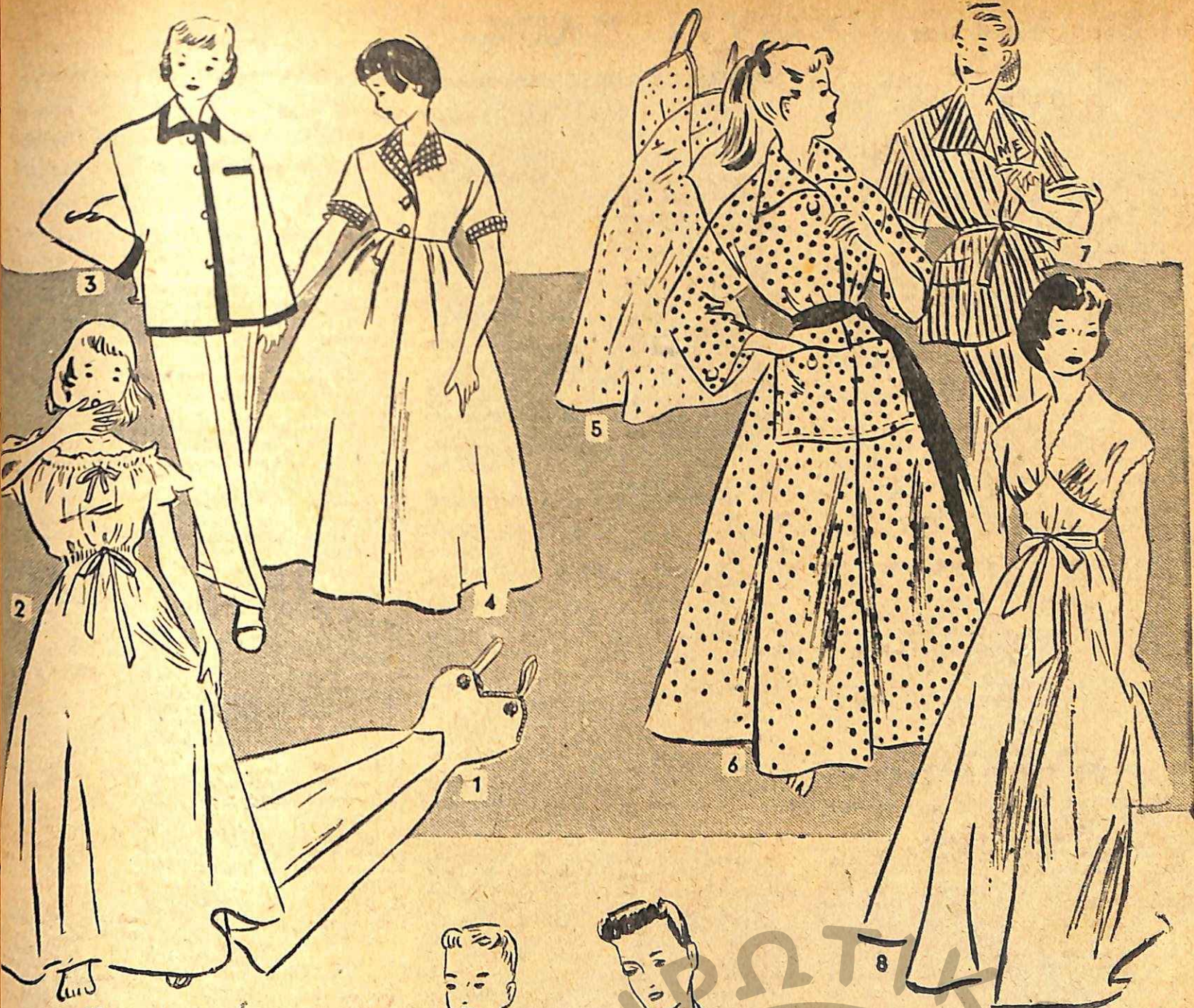
Ἄν πρόκειται τότε νὰ ζητήσῃ τὸ χέρι τῆς νέας, ὁ νέος πρέπει νὰ συνοδεύεται ἀπὸ τοὺς γονεῖς του ἢ ἀπὸ κάποιον στενὸ συγγενῇ του.



ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΛΑΖ

Ἐνα ὥραϊο ζευγάρι σανδάλια ἢ τσόκαρα ἢ, ἂν θέλετε, παπούτσια γιὰ τὴν πλάζ. Εἶναι πολὺ πρακτικὰ, γιὰτὶ ἡ ξύλινη βάση τους βάζεται μὲ χρῶμα ντοῦκο. πὺ εἶ-

ναι ἀπρόσβλητο ἀπὸ τὸ ἀλάτι τῆς θάλασσας. Μπορεῖτε τὴ βάση νὰ τὴν βάψετε λευκὴ ἢ μὲ χρῶμα πὺ νὰ ἔρχεται ἄσπρην μὲ τὸ μαγιό σας.



ΓΙΑ ΑΓΟΡΙΑ

- 1.— Κομπιναιζὸν γιὰ κορίτσι 13—14 ἐτῶν, στολισμένο μὲ φεστόνι καὶ κεντητὰ κορσάκι. Ἡ φούστα εἶναι κομμένη μὲ φύλλο, πλάταινον ἑλαφρὰ πρὸς τὰ κάτω.
- 2.— Δροσερώτατο νυκτικὸ ἀπὸ ἔμπριμ νανσοῦκ γιὰ κορίτσι 13—14 ἐτῶν. Μίᾱ κορδέλα περνᾷ καὶ σουρώνει τὸ πλάτος τῆς μέσης καὶ δίνει μπροστὰ σὲ φιόγκο. Τὸ ἴδιο ὁλάν στὸ ἀνοιχτὸ πού σχηματίζει ἕνα βολάν στὸ ἀνοιχτὸ ντεκολτέ.
- 3.— Κλασικὴν πυτζάμα γιὰ κοριτσάκι 13—14 ἐτῶν. Μίᾱ χρωματιστὴ φάσα γὰρ περὶ τὴ ζακέτα καὶ τὰ ρεβέρ τοῦ παντα-
- 4.— Ρόμπα γιὰ κορίτσι 13—14 χρόνων. Τὸ κορσάκι ἔχει κοντὰ μανίκια κι- σχηματίζει δυὸ πέτα καὶ κλείνει μὲ δυὸ κουμπιά. Φούστα μὲ λοξὸν ἑλίκιο.
- 5.— Κομπιναιζὸν ἔμπριμ, γαυρισμέ- νη μὲ στενὸ δαντελάκι. Ἐνα κόψιμο σχη- ματίζει σουτιέν * ἡ κόρδς. Φούστα λοξή.



ΚΑΙ ΚΟΡΙΤΣΙΑ

- 6.— Πολὺ πρωτότυπη ρόμπα γιὰ κορίτσι 15—16 ἐτῶν ἀπὸ βουλάτη βατίστα. Ἡ φούστα ἔχει λοξὰ φύλ- λα καὶ στολιζέται μὲ δυὸ μεγάλες φαρδιές τσέπες, πὺ κλείνουν μ' ἕνα με- γάλο κουμπὶ ἢ κάθε μίᾱ, ὁμοίᾱ μὲ τὸ κουμπὶ στὸ γιᾱκά καὶ στὰ μανίκια.
- 7.— Πυτζάμα μὲ θέστα ἀπὸ ριγωτὸ ὁ- φασμα, μὲ κοντὸ μανίκι καὶ τρίγωνᾱ πέ- τα στὸ λαιμὸ. Τσέπες μὲ ρεβέρ καὶ ζώνη. Τὸ πανταλὸν σκέτο.
- 8.— Χαριτωμένο νυκτικὸ ἀπὸ νανσοῦκ γιὰ κορίτσι 15—16 ἐτῶν, γαυρισμένο μὲ φεστόνι στὸ ντεκολτέ καὶ τὶς μασχάλες.
- 9.— Σταυρωτὴ πυτζάμα ἀπὸ ποπλίνα γιὰ ἀγόρι 13—14 ἐτῶν, μὲ γιᾱκά καὶ ζώ- νη δετῇ. Τρία κουμπιά στὸ κλείσιμο καὶ τσέπᾱκι. Στὸ πανταλὸν ρεβέρ.
- 10.— Μακρὰ πυτζάμα γιὰ νεὸ 15—16 ἐτῶν. Τὸ μακρὸ σακκάκι πλαισιώνεται μὲ γαλόνι καὶ κλείνει μὲ τρία κουμπιά. Με- γάλες τσέπες μὲ ρεβέρ.

ΓΙΑ ΤΗΝ ΗΛΙΚΙΑ ΤΩΝ 10 ΕΤΩΝ

Υλικά: για την μπλούζα: 4 κούκλες κοτόν—περλέ Νο 5 άσπρο: βελόνες Νο 2.

Τρόπος πλεξιμάτος: Ριζάκι—1η βελόνα 1π καλή, 1π ανάποδη, 2η βελόνα = τόν πόντο από την καλή θά τόν πλέξετε ανάποδη και τόν ανάποδο, καλή. Θά επαναλαμβάνετε σε κάθε βελόνα τόν αντίθετο τής προηγούμενης, όπως κάνατε στην 2η βελόνα.

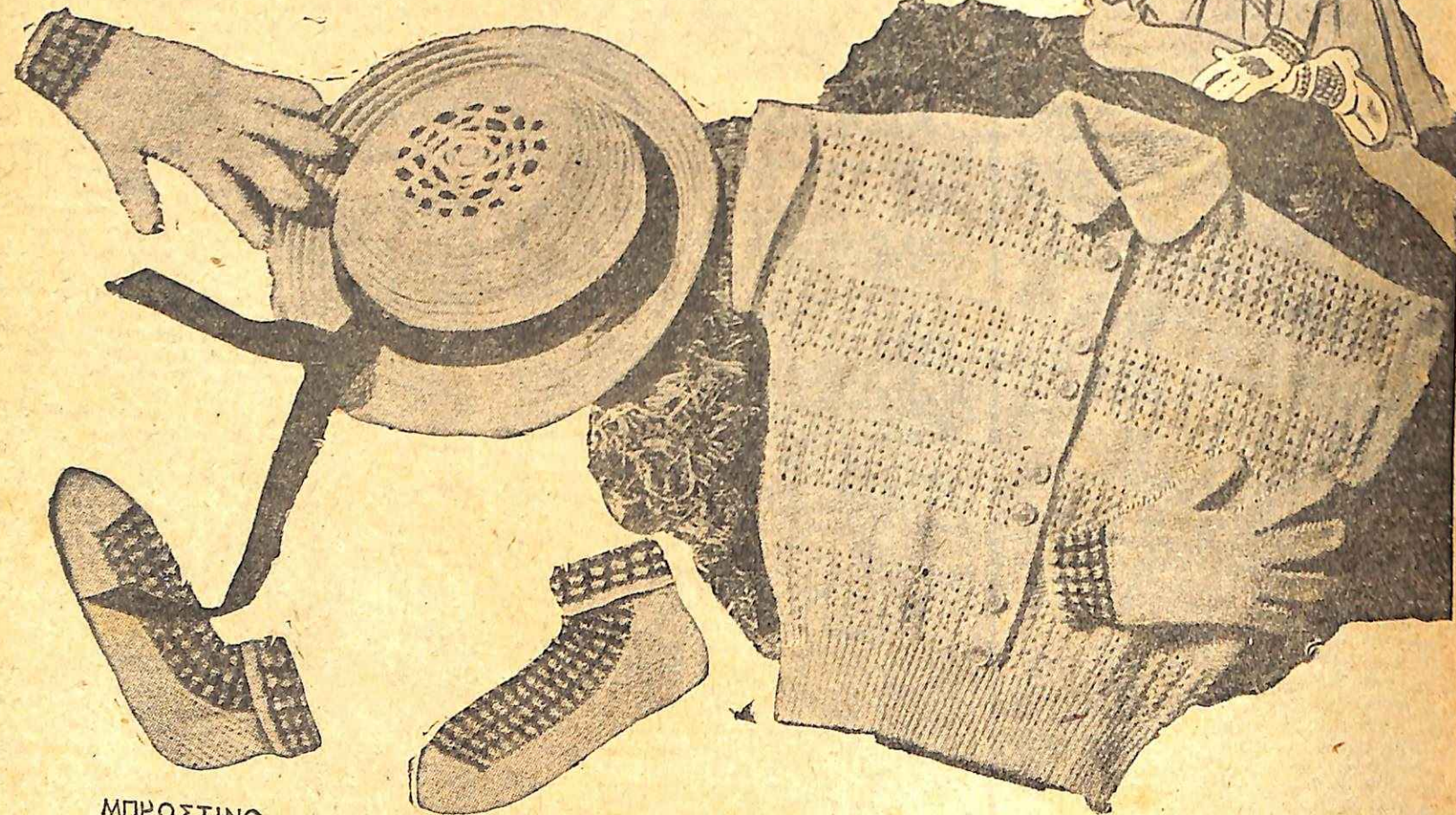
Λάστιχο—στριφό τ 6: 1+1π = 1π καλή παίρνοντας τον από τόν πίσω μέρος τής βελόνας: 1π ανάποδη.

Θά εξακολουθήσετε κατά τόν ίδιο τρόπο όλες τις βελόνες. Τους πόντους από την καλή σε κάθε βελόνα θά τους παίρνετε από τόν πίσω μέρος.

Άζούρ: Τό άζούρ θά τόν υπολογίσετε σε αριθμό πόντων πολλαπλασιών τού 5 και θά προσθέτετε στο σύνολον 2π πάντοτε. 1η βελόνα από την καλή = 2π καλή, 3π ανάποδη και ούτω καθ' εξής. 2η βελόνα = 2π ανάποδη, βάλτε κλωστή στην βελόνα, 1π χωρίς να τόν πλέξετε, 2π μαζί καλή, νυοίσετε τόν πόντο πού έχετε

πάρει άπλεκτο επάνω στο πόντο πού πλέξατε τούς 2π μαζί, βάλτε κλωστή στην βελόνα. Έξακολουθήστε όπως αρχίσατε. 3η βελόνα = πλέξετε τούς πόντους όπως τούς βρίσκετε δηλ. 2π καλή 3π ανάποδη κτλ. 4η βελόνα και πάλι πλέξετε τούς πόντους όπως τούς βρίσκετε. 5η βελόνα, όπως ή πρώτη και ούτω καθ' εξής. Η ανάποδη τού άζούρ, θά είναι ή καλή στο πλεκτό.

Δείγμα: με ριζάκι 20π. = 6 εκατ.: 20 βελόνες = 3 εκατ.



ΜΠΡΟΣΤΙΝΟ

Θ' αρχίσετε από κάτω. Βάλετε 105π και πλέξετε 6 εκατ. λάστιχο—στριφό. Κατόπιν θ' αρχίσετε τόν άζούρ στους 49 π. τής δεξιάς πλευράς βάζοντας 9 ανοίγματα στην πρώτη βελόνα από 1π (σε κανονικές αποστάσεις τόν ένα πόντο από τόν άλλον). Στο τέλος των 49π προσθέστε 7π για την φάσα. Τους υπόλοιπους πόντους περάστε τους σε μία παραμόνα και αφήστε τους να περιμένουν. Τους 7π πού προσθέσατε θά τους πλέξετε ριζάκι. Οί φάσες με τ' άζούρ θά έχουν 4½ εκατ. φάρδος και με τόν ριζάκι 3½ εκ. Ταυτόχρονα πού θά πλέκετε τις φάσες θά βάζετε 1π κάθε 3 εκατ. στην δεξιά μεριά (5 φορές). Σε γενικό μάρκος 22 εκατ. θά βάλτε στην δεξιά μεριά 1π κάθε δεύτερη βελόνα (3 φορές) και σε μία φορά θά βάλτε 7π. Έξακολουθήστε να βάζετε στην ίδια μεριά κάθε 4 εκατ. περίπου 1π (3 φορές). Ταυτόχρονα και σε γενικό μάρκος 35 εκατ. θά κλείσετε στην

άριστερή μεριά για τόν ντεκολτέ κατά τόν εξής τρόπο: Κάθε δεύτερη βελόνα θά κλείσετε 12π, 7π, 4π, 2π και από 1π (2 φορές). Σε γενικό μάρκος 37 εκατ. θά κλείσετε σε 8 φορές τούς 56π για τόν ώμο.

Περάσατε στην βελόνα σας τούς πόντους πού έχετε και περιμένουν και πλέξετε ακριβώς κατά τόν ίδιο τρόπο όπως πλέξατε και την άλλη πλευρά χωρίς να προσθέσετε τούς 7π για την φάσα. Την φάσα αυτής τής πλευράς θά την δημιουργήσετε πλέκοντας στην δεξιά μεριά τούς 7 πρώτους π. ριζάκι. Σε αυτήν την φάσα θά σχηματίσετε 4 ζεύγη κουμπότρυπ κατά τόν εξής τρόπο: Μετά ½ εκ. με τόν λάστιχο, πλέξετε 2π, κλείσατε 3π. Στην επόμενη βελόνα θά προσθέσετε τούς 3π πού κλείσατε. Την 2η κουμπότρυπα θά την κόψετε κατά τόν ίδιο τρόπο μετά 3 εκ. από την πρώτη. Την πρώτη από τις δύο δεύτερες θά την κόψετε μετά 5 εκατ. από την δεύτερη των δύο πρώτων. Οί υπόλοιπες θά

έχουν τις ίδιες αποστάσεις δηλ. οι δύο μεταξύ των θά έχουν 3 εκατ. και 5 ή δεύτερη από την πρώτη των δύο.

ΠΛΑΤΗ

Βάλετε 91π. Πλέξετε ακριβώς όπως και για τόν μπροστινό 6 εκατ. λάστιχο—στριφό. Κατόπιν θ' αρχίσετε τ' άζούρ βάζοντας 16 ανοίγματα στην πρώτη βελόνα. Οί φάσες άζούρ και ριζάκι θά γίνουν τόν ίδιο φάρδος με τις μπροστινές. Κάθε 3 εκατ. θά βάζετε 1π από κάθε μεριά (5 φορές). Σε γενικό μάρκος 22 εκατ. θά βάλτε 1π από κάθε μεριά κάθε δεύτερη βελόνα (3 φορές). Κατόπιν κάθε δύο εκατ. θά βάζετε 1π σε κάθε μεριά (5 φορές). Σε γενικό μάρκος 37 εκατ. κλείσατε σε 8 φορές 56π από κάθε μεριά για τούς ώμους. Τους υπόλοιπους πόντους άφου κλείσατε τούς ώμους θά τους κλείσατε σε μία φορά για τόν ντεκολτέ τής πλάτης. Αρχίστε από την μεριά τού

λαιμού. Βάλετε 82π. Πλέξετε με ριζάκι 1 εκατ. Κατόπιν προσθέστε 10 ανοίγματα από 1π σε κανονικές αποστάσεις. Θά κάνετε τ' ανοίγματα πλέκοντας τόν 1π δύο φορές, υπολογίζοντας ώστε να έρχεται κανονικά ή πλέξι με τόν ριζάκι. Ταυτόχρονα θά βάζετε 1π σε κάθε μεριά κάθε εκατοστό (3 φορές). Σε 4 εκατ. γενικό φάρδος θά κλείνετε κάθε δεύτερη βελόνα 2π από κάθε μεριά (2 φορές) και μία φορά από 3π. Κλείσατε τούς υπόλοιπους πόντους σε μία φορά.

ΡΕΒΕΡ

Θά πλέξετε 4 ίδια κομμάτια κατά τόν εξής τρόπο: Βάλετε 36π για τόν ένα κομμάτι και αρχίσατε ριζάκι. Πλέξετε 1 εκατ. ίσια. Κατόπιν κάθε δεύτερη βελόνα θά κλείνετε στην μία μεριά 2π μία φορά και 2 φορές από 1π. Ταυτόχρονα στην άλλη μεριά θά κλείνετε κάθε δεύτερη βελόνα 4π μία φορά και από 3π (12 φορές). Πλέξετε

και τ' άλλα τρία κομμάτια ακριβώς τὰ ίδια.

ΕΦΑΡΜΟΓΗ

Σιδερώσατε τόν πλεκτό σας. Ράψτε τις πλαιινές ραφές και τις ραφές των ώμων. Ράψτε από δύο ρεβέρ στην κάθε μεριά καθώς και τόν γιακά στο πεκολτέ. Τούς 7π. πού έχετε προσθέσει στην μία φάσα θά τούς ράψετε στο κάτω μέρος στην φάσα με τις κουμπότρυπες στην ανάποδη. Ράψτε στην μία φάσα τὰ κουμπιά.

ΚΑΠΕΛΛΑΚΙ

Αυτό τόν καπελλάκι είναι πολύ πρακτικό και μπορεί να φορεθεί με τρεις διαφορετικούς τρόπους, βρετόν, κλός ή σηκωμένο μόνον μπροστά.

Υλικά: 2 κούκλες κοτόν—περλέ Νο 5 άσπρο, 1 βελόνα σιδερένιο Νο 2.

Τρόπος πλεξιμάτος: Μισό ποδαράκι (για τόν μπρό) = Μπήξτε τόν δεξιό σ' ένα γαϊτανάκι, τραβήξτε έναν πόντο και περνώντας κλωστή με τόν βελονάκι πλέξετε και τούς δύο μαζί. **Μισό—ποδαράκι** (για τόν δεξιό) = **Ακρίβως** όπως τόν μισό ποδαράκι με μόνη διαφορά θά πλέκετε με τόν ίδιο γαϊτανάκι και τόν προηγούμενο πόντο.

Θ' αρχίσετε από τόν τεπέ με τόν μισό—ποδαράκι—φανταζι κατά τόν εξής τρόπο: Πλέξετε ένα κορδονάκι με 6 γαϊτανάκια και κλείσατε τόν προγγυλά. Κατόπιν πλέξετε τόν βελονάκι στον αέρα, μπηξτε τόν βελονάκι σας σ' ένα γαϊτανάκι και βγάλτε τόν κατά τόν τρόπο πού σας υποδείξαμε στο μισό—ποδαράκι—φανταζι. Έξακολουθήστε κατά τόν ίδιο τρόπο έως ότου συμπληρωθούν όλα τὰ γαϊτανάκια τού στογγυλού. Θά πλέξετε κατ' αυτόν τόν τρόπο 5 γύρους μπήγοντας τόν βελονάκι στο τρίτο από τὰ 5 γαϊτανάκια πού πλέκετε στον αέρα. Ταυτόχρονα θά κάνετε από κανένα ανοίγμα, για να γίνει τόν επάνω μέρος τού τεπέ, τελείως πλακέ (σαν πιατάκι). Θά εξακολουθήσετε κατά τόν ίδιο τρόπο έως ότου έχετε τελείως ίσιο (σαν πιατάκι) 15 εκατ. διάμετρο. Κατόπιν συνεχίστε με τόν μισό—ποδαράκι 8—10 γύρους.

Μπόρ: Πλέξετε 50 γαϊτανάκια (περιφέρεια κεφαλιού). Εάν είναι λίγο για τήν περιφέρεια τού κεφαλιού τήν παιδιού προσθέστε ανάλογα γαϊτανάκια. Πλέξετε με μισό—ποδαράκι 8—10 γύρους ίσια. Κατόπιν εξακολουθήστε κατά τόν ίδιο τρόπο τόν πλέξιμο κάνοντας 1 ανοίγμα κάθε 10 γαϊτανάκια. Θά εξακολουθήσετε να βάζετε κατά τόν ίδιο τρόπο τ' ανοίγματα έως ότου πλέξετε 7 γύρους ακόμη. Κόψτε την κλωστή και στερεώσατε την κατά τέτοιον τρόπο να μην φαίνεται. Κατά τόν ίδιο τρόπο θά στερεώσατε και την κλωστή τού τεπέ.

ΕΦΑΡΜΟΓΗ

Σιδερώσατε τόν τεπέ και τόν μπρό, βρέχοντάς τα. Δώσατε τους τήν ανάλογη φόρμα. Ρά-

ψετε τόν τεπέ με τόν μπρό στερεά. Κατόπιν ράψτε γύρω-γύρω στον τεπέ, (μεταξύ μπρό και τεπέ) μία γκρό-γκροϊν κορδέλα υπλ 2 εκατ. φάρδος. Δέστε ένα μικρό φιογκάκι στο πίσω τού καπέλλου, αβίνοντας να κρέμονται οι δύο άκρες έως 20 εκατ. ή κάθε μία, όπως στη φωτογραφία.

Συμπλήρωμα τού συνόλου είναι τὰ γάντια και τὰ καλτσάκια. Αυτά θά πλεχθούν με άσπρο και μπλε κοτόν—περλέ.

Υλικά: 5 κούκλες κοτόν—περλέ Νο 5 τών 10 γραμμάρων άσπρο και 2 κούκλες τού ίδιου νούμερο μπλε—ζωρό: Αυτή ή ποσότης είναι και για τὰ γάντια και για τὰ καλτσάκια. 5 καλτσοβελόνες Νο 2.

Τρόπος πλεξιμάτος: Ζέρσευ με δύο βελόνες = 1 βελόνα καλή, 1 βελόνα ανάποδη. Ζέρσευ με 4 βελόνες = όλες οι βελόνες πλέκονται καλή.

Σφηκοφωληά με δύο 6 ελόνες: = 1η βελόνα (θα υπολογίσετε την πρώτη βελόνα από την ανάποδη τού πλεκτού σας). Πλέξετε όλους τούς πόντους καλή: 2η βελόνα = 1π καλή, μπηξτε την βελόνα στον πόντο πού έχει δημιουργηθεί στην προηγούμενη βελόνα και πλέξετε τόν καλή. Συνεχίστε όπως αρχίσατε με τόν 1π καλή: 3η βελόνα όπως ή 1η βελόνα: 4η βελόνα, όπως ή 2η βελόνα κάνοντας τόν αντίθετο πού κάνατε στην 2η βελόνα δηλαδή εκεί πού πλέξατε τόν 1π θά μπηξτε την βελόνα και εκεί πού μπηξατε την βελόνα θά πλέξετε τόν 1π. Θά συνεχίσετε την σφηκοφωλιά πλέκοντας πάντοτε αυτές τις 4 βελόνες.

ΓΑΝΤΙΑ

Άρχίστε με τ' άριστερό χέρι: Θά πλέξετε χωριστά τόν επάνω μέρος και χωριστά τόν κάτω με δύο βελόνες Νο 2. Αρχίστε από τόν επάνω μέρος. Βάλετε 24π με

άσπρο κοτόν—περλέ και αρχίστε λάστιχο 2+2π = 2π καλή, 2π ανάποδη. Θά πλέξετε 2 βελόνες με τόν άσπρο, 2 βελόνες με τόν μπλε, έως ότου πλέξετε σύνολον 4 εκατ. Κατόπιν πλέξετε ζέρσευ με τόν άσπρο 2 βελόνες. Θ' αρχίσετε μετά τις δύο βελόνες ανοίγματα για τόν μεγάλο δάκτυλο κατά τόν εξής τρόπο: Στην καλή μεριά τού πλεκτού και στην δεξιά μεριά τής βελόνας, θά πλέξετε 2π, κάνατε ένα ανοίγμα πλέκοντας δύο φορές τόν επόμενο πόντο. Πλέξετε κανονικά τούς επόμενους πόντους. Θά επαναλάβετε τ' ανοίγματα 6 φορές ακόμη κάθε 4 βελόνες δηλ. την πρώτη φορά πλέξατε 2π κατόπιν κάνατε ανοίγμα, τὰ επόμενα θά γίνονται κατ' αυτήν τη σειρά κάθε φορά μετά 4 βελόνες: Πλέξετε 3π, ανοίγμα: 4π ανοίγμα: 5π ανοίγμα: 6π ανοίγμα: 7π ανοίγμα. Έχετε σύνολον 30π. Περάσατε τούς 23π τής άριστερής μεριάς σε μία παραμόνα και αφήσατε τους να περιμένουν. Πλέξετε τούς 7π, 4 εκατ. Κατόπιν θά κλείνετε 1π στην αρχή κάθε βελόνας έως ότου τελειώσουν όλοι οι πόντοι. Περάσατε στην βελόνα τούς πόντους πού έχετε και περιμένουν. Πλέξετε 3½ εκατ. Ζέρσευ. Κατόπιν σχηματίσατε τὰ δάκτυλα κατά τόν εξής τρόπο: Με τούς 6π τής δεξιάς μεριάς τής βελόνας από την καλή τού πλεκτού θά σχηματίσετε τόν δείκτη. Πλέξετε 6π καλή, σηκώσατε μεταξύ τού δού και τού επόμενου πόντου 1π. Με αυτούς τούς 7π πλέξετε 5 εκατ. Κατόπιν κλείσατε τους όπως κάνατε για τόν μεγάλο δάκτυλο. Με σ ο ς θά πλεχθή με τούς 6π επόμενους πόντους κατ' τόν εξής τρόπο: Προτού αρχίσετε να πλέκετε τούς 6π, σηκώσατε 1π, πλέξατε τούς 6π και σηκώσατε και πάλι 1π. Με αυτούς τούς 8π, πλέξετε 5½ εκατ. και κλείσατε τούς πόντους όπως και τ' άλλα δάκτυλα. Παράμεσο ς:

Θά πλεχθή με τούς 5 επόμενους πόντους όπως και ή μεσος δηλαδή σηκώσατε 1π πρό και 1π μετά τούς 5π. Πλέξετε 4½ εκατ. και κλείσατε τους κατ' τόν ίδιο τρόπο όπως και τ' άλλα. **Μικρό δάκτυλο:** Με τούς υπόλοιπους 6π θά σχηματίσατε τόν μικρό δακτυλάκι, σηκώνοντας μόνον 1π πρό τών 6π. Πλέξετε 3 εκατ. και κλείσατε κατ' τόν ίδιο τρόπο τούς πόντους με τ' άλλα δάκτυλα. Τό κάτω μέρος θά πλεχθή ακριβώς τόν ίδιο αντίκρυστό, καθώς και τόν δεξιό γάντι.

ΕΦΑΡΜΟΓΗ

Σιδερώσατε τὰ κομμάτια και ενώσατε τα με φεστώνι με μπλε κοτόν—περλέ, γύρω-γύρω τὰ δάκτυλα και τὰ πλάγια.

ΚΑΛΤΣΑΚΙΑ

Θά αρχίσετε από τόν ρεβέρ. Βάλετε στις 4 βελόνες 48π, άσπρο κοτόν—περλέ. Θ' αρχίσατε με λάστιχο 2+2π. Πλέξετε 2 γύρους με τ' άσπρο, 2 γύρους με μπλε, έως ότου έχετε σύνολον 16 γύρους. Κατόπιν περάσατε τούς 24π σε μία παραμόνα και αφήσατε τους να περιμένουν. Θά εξακολουθήσατε τόν πλέξιμο με τούς υπόλοιπους 24π με δύο βελόνες. Έξακολουθήσατε με λάστιχο 2+2π με άσπρο. Σε γενικό μάρκος 7 εκατ. θά σχηματίσατε τήν φτέρνα. Πλέξετε 4½ εκατ. σφηκοφωλιά. Κατόπιν εξακολουθήσατε με ζέρσευ κατ' τόν εξής τρόπο: Στην δεξιά μεριά τής βελόνας από την καλή τού πλεκτού, πλέξετε 14π, 2π μαζί, 1π. Γυρίσατε και πάρτε τόν πρώτο πόντο χωρίς να τόν πλέξετε. Πλέξετε 5π, 2π μαζί, 1π. Γυρίσατε και πλέξετε κατ' τόν ίδιο τρόπο προσθέτοντας 1π παραπάνω στους πόντους τούς πολλούς έως ότου πλέξετε όλους τούς πόντους τής φτέρνας. Κατόπιν σηκώσατε σε κάθε πλάι 12π. Έξακολουθήσατε τόν πλέξιμο με ζέρσευ κλείνοντας 1π μετά τόν πρώτο και 1π πρό τού τελευταίου κάθε δεύτερη βελόνα (8 φορές). Πλέξετε τούς υπόλοιπους πόντους με ζέρσευ 9 εκατ. Περάσατε τους σε μία παραμόνα και αφήσατε τους να περιμένουν. Περάσατε στην βελόνα τούς άλλους 24π πού έχετε και περιμένουν. Έξακολουθήσατε τόν πλέξιμο με τις δύο βελόνες όπως πλέξατε τόν λάστιχο δηλαδή με άσπρο και μπλε κοτόν—περλέ. Αφού πλέξετε 16 εκατ. κατ' αυτόν τόν τρόπο, περάσατε αυτούς τούς πόντους και τούς πόντους πού έχετε και περιμένουν στην παραμόνα, στις 4 βελόνες. Θά πλέξετε στογγυλά την μύτη κατ' τόν εξής τρόπο: Πλέξετε 16π στο κάτω μέρος, με ζέρσευ, 2π μαζί, 2π, 2π μαζί και ούτω καθ' εξής. Αυτά τὰ στενέματα θά τὰ επαναλαμβάνετε κάθε δεύτερο γύρο. Τό ένα πρέπει να πέφτει απάνω στο άλλο, έως ότου μείνουν στην βελόνα 14π. Κατόπιν κόψτε την κλωστή και περάσατε την μέσα στους 14π. Σουρώσατε τούς πόντους με την ίδια κλωστή και στερεώσατε την με μία βελόνα. Ράψτε τὰ δύο πλάγια με ψαροκόκκο. Πλέξετε και τ' άλλο καλτσάκι κατ' τόν ίδιο τρόπο.



Έσθι κεφαλής
όλων των
ετιχθωμάτων
σάντοτε τόν
Κάμελ



ΔΡΑΜΑΤΙΚΟ — ΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟ ΜΥΘΙΣΤΟΡΗΜΑ

ΠΕΡΙΛΗΨΙΣ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΩΝ

*Αποτραπείν στο μεγάλο τους εξοχικό σπίτι, έξω από την Πάλα, την πρωτεύουσα της Μαγυρόρκας, η δούα Σολεντά, νέα και ωραία χήρα ενός Ισπανού άρχοντα και η δεκαεπτάχρονη κόρη της Μερσεντές, ζουν φτωχά και περιωρισμένα. Πιο μακριά, σε μία δμορφή ακτή του νησιού, είναι χτισμένος ο Κόκκινος Πύργος, παλιό Μαγυροκινό οικοδομήμα, που εδώ και λίγων καιρών τον αγόρασε ο νεαρός και πλούσιος Γάλλος Ζάν Φρανσουά Φοντενάκ και τον επίπλωσε με έπιπλα του τόπου. Τα πολυτίμα παπιλάκια έπιπλα του σπιτιού της Σολεντάς έπιπλα του σπιτιού της Σολεντάς γίνονται άφορητά και κάνουν μητέρα και κόρη τη γνωθεία άνασταραχή στις ψυχές τους. Για τη Μερσεντές είναι ο πρώτος νέος άντρας που μπαίνει στο σπίτι τους, ο χαριτωμένος και πολυταξιδιάρης Ζάν-Φρανσουά. Κι' ήκαρδιά της άνοιγει χαρούμενα στον έρωτα, όπως ένα άσπρο μπουμπουκι τριαντάφυλλου στον ήλιο. Μά και η δούα Σολεντά που δεν έχει γνωρίσει τον έρωτα ως τώρα, νοιώθει την καρδιά της να χτυπά γλυκά στο αντίκρουσμά του.

—Ως τώρα τον έχει δι' λίγες φομαλλων τυπικά. Μά ύστερα από κά-γαλάνει, φουντώνει, κρυφά, άπει-παιτικά. Νύχτες άγρυπνες περνά με τη σκέψη του και μηχανεύεται χί-λια-δυό για να μπει στο σπίτι να-νάδη — τυχαία τούτα. Ο νέος, που χάρη και ή όμορφιά της νέας γυ-ναίκας, την καλεί να πάει στο μονα-στήρι του Λούα, όπου θα έρθη να λει μ' όλη της την καρδιά, μα φο-πών έαυτο της. Η Σολεντά τον ίδιο προσκαλεσμένη μία Κυριακή στην Πάλα, στις φίλες της Λόλα Μον-στη μητέρα της, τρελλή από χαρά, πώς συνάντησε εκεί τον Ζάν Φραν-

6ου

Τά μάτια της κύτταξαν το καρόθυρο, έπειτα την πόρτα, όλα τα έπιπλα. Έξαφνα τα βλέφαρά της κλείστηκαν με δύ-ναμι και δεν κινήθηκαν άλλο.

—Λοιπόν άκου. Πρώτα — πρώτα, πρέπει να ξέρεις πως ο Ζάν-Φρανσουά είναι καλός — τερως απ' ό,τι μπορεί κανείς να φαντασθώ. Βέβαια, τον ξέ-πασο; Μία όρα πάνω μαζί του, Έγώ, όμως, ήμουν όλη την ή-μέρα, καταλαβαίνεις; Και το βράδυ ως τώ μεσάνυχτα. Ο-σοι είναι τόσες ώρες μαζί έ-χουν τον καιρό να γνωρισθούν. Είναι ωραίος, έξυπνος, τρυφε-ρός. Κι' έπειτα ο Πέπε Μόν-κάντα μου μίλησε γι' αυτόν λι-

—Δεν αγαπούν κάποιον που είδαν μονάχα μία ή δυό φορές, είπε τέλος η Σολεντά.

Σκεπτική, έλεγε την αλήθεια αυτή στον έαυτό της. —Δέ μπορούν να τον αγα-πούν, ξανάπε με φωνή που έ-κλεινε μέσα της κάτι το ίκετυ-τικό.

—Μαμά, είπε η Μερσεντές, εκείνοι που θ' αγαπηθούν αλη-θινά, τους άρκει ένα λεπτό για να τ'ον νοιώσουν.

—Έγινε ακόμα μία μικρή σι-ωπή. Έπειτα η Σολεντά ψιθύ-ρισε συλλογισμένη:

—Αλήθεια...

Τό μοναστήρι του Λούα εί-ναι ένα παλιό και σοβαρό κτι-ριο με χοντρούς τοίχους μισο-κρυμμένους μέσα στα πεύκα. —Οποιος φτάσει εκεί, αισθά-νεται κάποια δροσιά, ύστερα από τό μακρύ δρόμο που τον πυρώνει ο καυτός ήλιος. Προσκυνητά πηγαίνουν να προσευχηθούν στα πόδια της Παρθένου κι' άλλοι ακόμα τρεις τους τραβά ο καθαρός άέρας και οι θαυμαστοί περιπάτοι. Στον καθένα που θα χτυπήση το μεγάλο κουδούνι της πόρ-τας του, ο καλόγερος —θυρώ-ρος του άνοίγει και του δίνει δυό σεντόνια και ένα προσώψι κι' ο ξένος φιλοξενείται τρεις μέρες μέσα σ' ένα από τα κε-λιά, που ο Ζάν-Φρανσουά δρ-ήκε τόσο καθαρά. Πολλά νιό-παντρα ζευγάρια έρχονται να περάσουν εκεί την πρώτη νύ-χτα του γάμου τους, κάτω ά-πο την εύλογία της μάυρης, ό-ρεινης Παρθένου.

Τό λεωφορείο που περνά ά-πό τό Λούα στις 11 το πρωί πηγαίνοντας στη Ντέγια, δεν έχει πολλών κόσμο. Η Σολεντά κατέθηκε μόνη, άποκαμμένη από τό τινάγματα, πνιγμένη από τό μυρωδιά.

Ο Πασκουάλ την είχε πάει με τό άμάξι τους ως τό δρόμο της Ντέγια, μία ώρα μακριά από την έπαυλη. —Περιμένε με τό βράδυ στην ίδια θέσι, του είπε. Έκ-τός αν ή σενιόρα Σαμπαντέλ, που θα συναντήσω στο μονα-στήρι με κρατήση εκεί. Άλλά όχι... όχι. Δέ θα με κρατήση. Άλλωστε θα της άρνηθώ. Πε-ρίμενε με τό βράδυ.

Μερικά μαγαζιά, όπου που-λούν κομπολόγια, ψωμί, τσιγά-ρα και διάφορα μικροπράγα-τα, είναι γύρω στους τοίχους του μοναστηριού, στην πλατεία, όπου βρίσκεται μία δεξαμενή, που ξεχειλίζει σταγόνα-στα-γόνα. Κάμποσα μισόγυμνα παιδιά έπαιζαν εκεί, που βλέ-ποντας την κομψή και νέα γυ-ναίκα, έτρεξαν κοντά της.

—Ένα μικρό κοριτσάκι άγγι-ξε τό άσπρο της φόρεμα και την όμπρελά της.

—Τι ωραία ντυμένη που εί-σαστε, σενιόρα! είπε κυττά-ζοντάς της με θαυμασμό.

Η Σολεντά χαμογέλασε — ήταν τό πρώτο της χαμόγελο από όλόκληρες ώρες — και ζήτησε να της δείξουν τό δρό-μο του Κόρυ Μπλάου.

Τά παιδιά έτρεξαν όλα μα-ζί να την οδηγήσουν.

—Οχι!... Σας λέω πως θέ-λω να πάω μόνη!

Και γιά να τή ησυχάση τους μίρασε μερικά μονόλεπτα και διλεπτά και ακόμα νομίσμα-τα μεγαλύτερα που άείζαν πέν-τε και δέκα λεπτά. Έκείνα με

τά χέρια τεντωμένα της έξη-γούσαν όλα μαζί και ή Σολεν-τά νόμισε πως είχε καταλαβεί. Δεν ήταν άναγκη γιά τόσες λε-πτομέρειες. Άν και δεν είχε άφήσει τον μεγάλο δρόμο, ό-σες φορές είχε έρθει στο μονα-στήρι, είχε «δ» με τη φαντα-σία της τόσο καλά αυτόν τον δρομάκο που κατέβαινε προς ένα γεφύρι και εύρισκε προχω-ρώντας λίγο μακριάτερα, κάτω από τό πεύκα, ένα έξοφτο, που θα τον γνώριζε στη στι-γμή.

—Καλά, κατάλαβα, άντιο. Και τώρα άφήστε με.

Ο δρόμος ήταν εύκολος, κάτω από τό άραιά δέντρα. Έπρεπε να περπατήσει δέκα λεπτά, ως τή διαλαδωσι, ύ-στερα θα έστριβε άριστερά. Και ή Σολεντά με καρδιά που χτυπούσε δυνατά άρχισε να περπατά... Σε λίγο ο δρόμος έγινε πιο στενός, άν μονοπατί που κατέβαινε στην πλαγιά.

—Από μακριά — άκουγε τή βοή μικρού ποταμού που κατηφόρι-ζε ανάμεσα στις πέρες. Κά-ποια στιγμή κύτταξε τό ρολόι.

—Είκοσι λεπτά περπατώ, σκέφθηκε, όχι... μισή ώρα... εί-ναι όμως αλήθεια πως περπα-τώ πολύ σιγά...

Τέλος έφθασε τό νερό και είδε τό γεφύρακι, ένα μικρό παλιό γεφύρακι της είχε πη. Αυτό έδώ ήταν δυό σενιόρες... αυτό θα ένοιαζε ο Ζάν-Φραν-σουά. Και αν και ήταν κάπως έπικυδούν, ή νέα γυναίκα τό πέρασε χωρίς φόβο. Άκριβώς όμως ύστερα από τό γεφύρι έ-νας πελώριος τοίχος από πέτρα στο χρώμα του χαλκού ύψωνό-ταν ως τον ούρανό. Και τό μο-νοπάτι που ήταν εκεί, πήγαινε δίπλα στο άφρισμένο ποταμά-κι. Τόσο κοντά, μάλιστα που τό νερά του χτυπούσαν άδιακο-πα πάνω στις πέρες του.

Τά παπούτσια της Σολεντά ήταν άσπρα, όπως τό φόρεμά της, όπως ή όμπρελά της, όπως τό καπέλο της που ήταν γα-νιρισμένο μ' ένα φουλάρι μπλε.

—Άρκεσαν όμως μερικά θήμα-τα γιά να λερωθούν από τό βούρ-κο. Νιώθοντας ύγρασία στα πό-δια της ή νέα γυναίκα έσκυψε τα μάτια της, είδε τους λεκέ-δες και έξαφνα ένιωσε πως της έρχόταν να κλάψω. Οι δυνάμεις της άρχισαν να την έγκαταλεί-νουν. Και τό πιο φοβερό ήταν πως ίσως είχε χάσει τό δρόμο.

Άποκαμωμένη, τρέμοντας, χα-μένη μέσα στην άβυσσο, προ-χωρούσε μολαταύτα. Έπειτα από λίγο οι ψηλές πέρες στο πλάι της χαμήλωσαν και ή Σο-λεντά μπόρεσε να περάσει από κεί. Δεν είδε όμως πεύκα που-θενά. —Όστόσο άρχισε να προ-χωρή, άναζητώντας τα... Μία ώρα τώρα περπατούσε στην έ-ρημιά, χωρίς να συναντήσει ούτε ένα χωριάτι, ούτε ένα βο-σκό. Και τέλος κάθισε άποκα-μωμένη από την κόρση και τό φόβο στη σκιά ενός δέν-τρου, με ξεχτηνιστά τα μαλ-λιά, πεθαμένη από τή δίψα και την άπελπισία.

Αυτή τη στιγμή κάποις, σ' αυτό τό καταραμένο βουνό, κά-ποις, μα δεν ήξερε ποιά έ-κεί-νος, την περίμενε, κύτταζε την ώρα και σκεπτόταν: «Δεν θα έ-ρθει πιά!». Και ίσως είχε τό κο-ροϊδευτικό χαμόγελο, ίσως ένα πρόσωπο που πονούσε.

—Έβγαλε τό καπέλλο της, ά-νασήκουσε τό μπεσκέμενο από τα πόδια της γιάτί ο ήλιος νυ-

χαιόταν. Δεν ήξερε πιά που έβρισκόταν, ούτε σε ποιά διεύ-θυνση ήταν τό μοναστήρι. Δεν ήξερε πώς θα μπόρούσε να έ-σπασει εκεί. Μία κούρσι-νη κατείχε σύγκορμη και όλο το σώμα της πονούσε. Κλαί-οντας άκούμπησε τό μάγουλό της στην άμμο, που ήταν ζε-στός ως ένα άλλο μάγουλο. Η φαντασία της άρχισε να καταρρέει άχαλίνωτη, άρρω-στημένη. Ένα κακό όνειρο την προσχολούσε που ήθελε να τό έλξη όπως διώχνει κανείς τίς ά-νιες με τό χέρι του. Μά έ-κείνο δεν έβγαλε. Η άπελπισμέ-νη έλκονά του Ζάν-Φρανσουά έ-παιναν λίγο-λίγο. Ένα πρό-σωπο πολύ μελαχροινό άντι-παρουσίαζε τό άσπρο πρόσω-πο. Τό ζεστό μάγουλο που πί-εζε τό μάγουλό της τώρα ή-ταν τό δόν Μιγκουέλ, που έ-παινούσε πάντοτε μ' όλο τό σώμα της πυκνής του γε-νιόρας. Ήταν στο ταξίδι του έ-κείνος, στο Παρίσι σ' έ-κείνους τους τοίχους της κα-τενυμένης ή «Μαγυροκι-κού» του, όπως έλεγε γελών-τας, όπως οι Παρισινές. Η καλύτερη εποχή της ζωής της. Όχι έντελώς ή ωραιότερη, έ-ξω από τήν άναγκαζή του πα-νταχού γυναίκων, γι' αυτό ά-ναι χωρίς λύπη τό Παρίσι. Ο καλύτερος καιρός ήταν τό-τε που γύρισαν στην Πάλα. Ήταν δεκαοχτώ χρονών. Με-τά στο παλιό παλάτι, ένα και-νούργιο μεταξωτό ύφασμα, έ-κείνος κεντημένο με άσημι, έ-κείνος τους τοίχους της κα-τενυμένης ή «Μαγυροκι-κού» του, όπως έλεγε γελών-τας, όπως οι Παρισινές. Η καλύτερη εποχή της ζωής της. Όχι έντελώς ή ωραιότερη, έ-ξω από τήν άναγκαζή του πα-νταχού γυναίκων, γι' αυτό ά-ναι χωρίς λύπη τό Παρίσι. Ο καλύτερος καιρός ήταν τό-τε που γύρισαν στην Πάλα. Ήταν δεκαοχτώ χρονών. Με-τά στο παλιό παλάτι, ένα και-νούργιο μεταξωτό ύφασμα, έ-κείνος κεντημένο με άσημι, έ-κείνος τους τοίχους της κα-τενυμένης ή «Μαγυροκι-κού» του, όπως έλεγε γελών-τας, όπως οι Παρισινές.

—Να την σκοτώση! —Είναι έγκυος. —Και μέ ποίν; —Δέ θέλει να τό πη.

—Ω, με κάποιον άγωγιά-τη, είπε αδιάφορα ή κυρία της. Μά έπειδή ήταν κι' αυτή μη-τέρα λίγους μήνες τώρα, συμ-πάθησε τό κορίτσι αυτό, που φώναζε κλαίγοντας: «Άς με σκοτώση καλύτερα!».

Και ο Μιγκουέλ τή λυπήθη-κε και την σπύρε από τον πα-τέρα της. Κι' ύστερα, ένα πρωί, δρ-ήκαν τό φυλάκα, τον πατέ-ρα της Πιλάρ σκοτώνονο σε μία γωνιά του κήπου με τό χέ-ρια του να σφίγγουν σπασμα-δικά τό παλιό τουφέκι, που κυ-νηγούσε τ' άγρια περιστερία. Ξαναβλέπει τό αίμα, ξαναβλέ-πει την τρομερή πληγή στον κρόταφο. Μά πρό πάντων ξα-ναβλέπει την χλωμάδα του Μι-γκουέλ, μία χλωμάδα που έ-βδωμάδες άργότερα, έξακολου-θησε να λιώνε τό πρόσωπό του.

—Είσαι ευαίσθητος... Είσαι καλός, του έλεγε ή Σολεντά. Σ' αγαπώ!

Ποτέ δεν είχε δειχθή τόσο έλκυστική, τόσο γυναίκα. Ύ-πόφερε, αν έμεινε εκείνος μία ώρα μακριά της. Η Πιλάρ ξα-ναγύρισε από τό νοσοκομείο μαζί με τή μικρή κόρη της. Πήγαν να τή δουν μαζί και οι δυό και της έδωσαν τά ζιπου-νάκια που φόρεσε ή Μερσεντές. Μερικές φορές ο δόν Μιγκουέλ διευθυνόταν προς τή μεγάλη σι-δερένια πόρτα, σά ναθελε να βγί έξω από τό κτήμα του κι' όμως δεν έβγαίνει. Τό άσπρο σπιτάκι τον σταματούσε.

—Τι τά θέλεις! Τή λυπά-μαι, έλεγε στη γυναίκα του.

—Αυτή ή λύπη σου κάνει κακό, του έλεγε εκείνη.

Πόσο θύμωσε όμως την ήμέ-ρα που βέλοντας να του προε-νέση χαρά γιά την καλή της πράξι, του είπε πως ή φίλη της Κάρμεν που καθόταν στη Βαρ-κελών, ήταν έτοιμη να πάρη

—Στην κατάστασί σου δέ βλέπουν πάντοτε τά πράγα-μα, καθώς είναι. Αυτόν τον ά-νθρωπο μου τον σύστησε ο φί-λος μου Άντόνιο ντε Γκαρντού-α. Και έπειτα ή κόρη του ή Πιλάρ φαίνεται καλό κορίτσι. Μπορεί να σου χρησιμεύσει γιά καμαριέρα.

Αλήθεια, ή Πιλάρ ήταν πο-λύ έπίδεξια. Καμμία δεν ήξε-ρε, όπως αυτή ή ξεχωρίζη και ή χτενίζη τά μακριά μαλλιά της κυρίας της. Ύστερα όμως από κάποιες μέρες ή νέα γυ-ναίκα πρόσεξε πως ο Μιγκου-έλ, την ώρα που χτενιζόταν, έβρισκόταν πάντα στην καμαρά της. Βρίσκε τότε μία πρόφασι να δώρη τή μικρή και άρκε-στή πάλι στην Γκαλίντα.

—Η Σολεντά μάζεψε λιγάκι τά πόδια της γιάτί ο ήλιος νυ-

χίζοντας άρχισε να πέφτη πά-νω στις άκρες τους. Δεν έκλαι-γε πιά, με τό μάτια στεγνά συλλογιζόταν τις χειρότερες ώρες της ζωής της.

—Σενιόρα, τής ψιθύρισε ή Γκαλίντα σιγά στο αυτί της, σήμερα τό πρωί ο φυλάκας θέ-λησε να σκοτώση την Πιλάρ.

—Να την σκοτώση!

—Είναι έγκυος.

—Και μέ ποίν;

—Δέ θέλει να τό πη.

—Ω, με κάποιον άγωγιά-τη, είπε αδιάφορα ή κυρία της. Μά έπειδή ήταν κι' αυτή μη-τέρα λίγους μήνες τώρα, συμ-πάθησε τό κορίτσι αυτό, που φώναζε κλαίγοντας: «Άς με σκοτώση καλύτερα!».

Και ο Μιγκουέλ τή λυπήθη-κε και την σπύρε από τον πα-τέρα της. Κι' ύστερα, ένα πρωί, δρ-ήκαν τό φυλάκα, τον πατέ-ρα της Πιλάρ σκοτώνονο σε μία γωνιά του κήπου με τό χέ-ρια του να σφίγγουν σπασμα-δικά τό παλιό τουφέκι, που κυ-νηγούσε τ' άγρια περιστερία. Ξαναβλέπει τό αίμα, ξαναβλέ-πει την τρομερή πληγή στον κρόταφο. Μά πρό πάντων ξα-ναβλέπει την χλωμάδα του Μι-γκουέλ, μία χλωμάδα που έ-βδωμάδες άργότερα, έξακολου-θησε να λιώνε τό πρόσωπό του.

—Είσαι ευαίσθητος... Είσαι καλός, του έλεγε ή Σολεντά. Σ' αγαπώ!

Ποτέ δεν είχε δειχθή τόσο έλκυστική, τόσο γυναίκα. Ύ-πόφερε, αν έμεινε εκείνος μία ώρα μακριά της. Η Πιλάρ ξα-ναγύρισε από τό νοσοκομείο μαζί με τή μικρή κόρη της. Πήγαν να τή δουν μαζί και οι δυό και της έδωσαν τά ζιπου-νάκια που φόρεσε ή Μερσεντές. Μερικές φορές ο δόν Μιγκουέλ διευθυνόταν προς τή μεγάλη σι-δερένια πόρτα, σά ναθελε να βγί έξω από τό κτήμα του κι' όμως δεν έβγαίνει. Τό άσπρο σπιτάκι τον σταματούσε.

—Τι τά θέλεις! Τή λυπά-μαι, έλεγε στη γυναίκα του.

—Αυτή ή λύπη σου κάνει κακό, του έλεγε εκείνη.

Πόσο θύμωσε όμως την ήμέ-ρα που βέλοντας να του προε-νέση χαρά γιά την καλή της πράξι, του είπε πως ή φίλη της Κάρμεν που καθόταν στη Βαρ-κελών, ήταν έτοιμη να πάρη

για καμαριέρα της την Πιλάρ και να δάλη την τυφή θεία της σε άσυλο.

—Νά διώξουμε αυτές τις δυστυχισμένες ύστερα από ένα τέτοιο δράμα! Νόμιζα πως θα είχα καλήτερη καρδιά, Σολεν-τά.

—Μας χρειάζεται όμως ένας φυλάκας... ένας άντρας, του είπε αυτή.

—Έλα, έλα, τί φοβάσαι;.. Είναι αρκετό κάποιος ν' άπαν-τά όταν έρχεται μία έπίσκεψη.

—Όσο γιά τον κήπο ο Πασκου-άλ μαζί μ' έναν έργάτη τά κα-ταφέρουν θαυμάσια. Δέ μας δαγάζει με τό άμάξι και τόσο συχνά.

Ο Μιγκουέλ φάνηκε θυμω-μένος πολλές μέρες και ή Σο-λεντά στενοχωρήθηκε γιάτί τον είχε θυμώσει.

—Ένα γέλιο τής ξέφυγε έ-ξαφνα, ένα γέλιο σκληρό, εί-ρωνικό. Άνασηκώθηκε και κά-θισε τώρα με την πλάτη στη-γμένη στον κορμό του δέν-τρου, σά γιά να βλέπη καλύ-τερα τό παρελθόν.

Χρόνια πέρασαν, όλα δου-τημένα στο ψέμα. Αυτή δεν υποψιαζόταν τίποτα, μόνο έξε-πλάγη όταν ή Πιλάρ δρ-ήκε μία τόσο καλή θέσι στην Πάλα.. Μία γυναίκα έμεινε τώρα στο μικρό σπιτάκι, περιπολούν την τυφή και φρόντιζε τό κοριτσά-κι.

—Μά που βρίσκει τά λεπτά να την πληρώνη; ρωτούσε ή Σολεντά.

—Τά κερδίζει με την έργα-σία της, άπαντούσε ο δόν Μι-γκουέλ.

Χρόνια πέρασαν... Τώρα έ-μειναν στην έπαυλη δέκα μήνες τό χρόνο γιά να κάνουν οικο-νομίες. Άλλά ο δόν Μιγκουέλ δεν ήταν εκεί... Αυτός πήγαινε συχνά στην Πάλα... Οι δου-λειές του τον άναγκαζαν... Αυ-τή τον αγαπούσε όπως πρώτα, με την ίδια τρυφερότητα, με την ίδια έπιθυμία... Πέντε, έξη, έφτά χρόνια. Και έπειτα από τό με-γάλο πόλεμο ή έπιθυμία της γρίπης που σ' όλον τον κό-σμο την όνομάζονο ισπανική.

—Ένα πρωί μπήκε πάλι ή Γκαλίντα στην καμαρά της κρα-τώντας ένα τηλεγράφημα.

—Δώσωμυ τό. Γκαλίντα, θά-ναι του σενιόριτο... Θά μας έρ-

χεται γρηγορώτερα... όχι, είναι άρρωστος... με θέλει κοντά του. Γκαλίντα γρήγορα, τή βαλίτσα μου... Νά ξέψουν άμέσως τό ά-μάξι...

—Θέε μου... Ένα αυτόκι-νητο... αν είχα ένα αυτόκι-νητο...

—Η Γκαλίντα δεν κουνήθηκε. Τί παράξενη έκφρασι είχε, χω-ρίς λύπη, σά θυμωμένη!

—Περιμένε! Είσαι τρελλή! Περιμένε πρώτα ν' άκούσης τί μου είπε ο γραμματοκομιστής.

«Η Πιλάρ πέθανε πριν τρεις ή-μέρες στην Πάλα από αυτή τή γρίπη που έπεσε όταν κατέ-ρα στον τόπο». Όταν τό ά-κουσα, φώναξα: «Φτωχή μι-κρούλα... τί θα άπογίνη κα-ταμόναχη στον κόσμο;» «Όχι και τόσο φτωχή, μου είπε αυ-τός... ή κόρη του σενιόριτο!»

... Τί ταξίδι... τί ταξίδι ή-ταν εκείνο!... και ύστερα τό φτάσιμο... ή κάμαρα με τό πράσινο και άσημένιο δομάσκο, με τή μυρωδιά του λωδιού και του πυρετού... ο άρρωστος άν-θρωπος στο κρεβάτι του, όχι μολατούσα τόσο άρρωστος ό-στε αυτή να μιν μωρέση να του φωνάξη.

—Είναι αλήθεια;

Και αυτός όμολόγησε: —Ήταν άκόμη εκεί και ο πάτερ Ζουάν, που την ώρα που ο άρρωστος τον φώναζε κοντά του, δεν τον άφησε κα-βόλου. Αυτός έμπόδισε τή Σο-λεντά να γυρίσει άμέσως στην έπαυλη, όπως ήθελε να κάνη. Αυτός την παρακάλεσε θερμά και τή ξαναγύρισε σχεδόν με τή βία στο κρεβάτι του άρρώ-στου.

—Κύτταξε, κόρη μου, τή θλίψη του. Ξέρω πως είναι τό-σο ελκυστική. Δυό μέρες τώρα είμαι έδώ και μου τά έξωμο-λογήθηκε όλα.

Ο Μιγκουέλ, άνασηκωμένος στο μαξιλάρι του, περίμενε με αγωνία.

—Σας άφίνω μόνους, είπε ο πάτερ Ζουάν και βγήκε σιγά ά-πό τό δωμάτιο.

Σε μισή ώρα ξαναμπήκε και ρώτησε τον έτοιμοθάνατο:

—Λοιπόν;

—Άλλοίμονο! ψιθύρισε ο Μιγκουέλ, δεν μου είπε ούτε λέξη, ούτε μία λέξη... δεν θέ-λησε να μου άποκριθώ.

Και ο άββάς άκόλουθησε τή Σολεντά στο σαλόνι. Τής μί-λησε γιά τή μετάνοια... «Υ-πάρχει στον ούρανό μεγάλη χαρά γιά τον άμαρτωλό που μετανιώσε...», είπε. Ναι... γαί, τό έλεγε καλά, άλλ' αυτή δεν ήταν ο ούρανος. Και ο στε-γνός και άγνός άνθρωπος δεν μπόρεσε να την καταλάβη... Νά συγχωρήση τον Μιγκουέλ και να άφήση την Πιλάρ να ά-ναπαύεται εν ειρήνη... Και αυ-τή τή φανταζόταν ζωντανή...

Φανταζόταν τή χαρά που θα δοκίμαζε την ώρα που θα έρ-χινε πάνω της με τό μικρό πε-ρίστροφο που είχε μέσα στο συρτάρι της. Και όταν βρισκό-ταν στην καμαρά του Μιγκου-έλ, δεν τολμούσε να κυττάξη τά φόρεμα με τά δηλητήρια.

«Ο Θεός μπορεί να τον κάνη καλό και να του δώση τον και-ρό να μετανιώση», είχε πη ο πάτερ Ζουάν. Και αυτή συλλο-γίστηκε με τρόπο εκείνο που θάναυθε, έκείνο που θάκανε μπροστά σ' έναν δρόμο Μιγ-κουέλ, όμοιον μ' αυτόν που ή-πηρεζε!

—Στό τέλος τής έβδομάδας δ

ΕΡΜΗΣ
Ομογενικός Οίκος
ΚΟΠΤΙΚΗΣ
ΡΑΠΤΙΚΗΣ
ΤΕΛΕΙΟΤΗΤΑ
ΕΠΙΣΤΗΜΗ
ΟΑΕ ΕΡΓΑΤΕΙΑ
ΠΛΗΡΗ ΕΚΜΑΘΗΣΗ
ΝΤΣΙΑΝΤΗ
ΔΟΧΗΝΑΙ ΔΕΜΕΛΕΙΑΣ 15 (Ν.ΦΙΛΑΔΕΛΦΕΙΑ)
ΠΕΙΡΑΙΕΥΣ ΒΑΣ. ΚΟΗ/ΝΟ 60 ΠΛ. 40846
Κάθε κυρία θέλει να ντυθώ με γούστο, κομψά με πάντοτε είναι Παρισινά μοντέλλα και με τα πιο μόδερα ύφασματα. Άλλά και πρό παντός φθηνά.
Όλα αυτά σάς τά προσφέρει ή πλουσιωτάτη έκθεσι έτοιμων φορεμάτων τής καθηγητρίας τής Κοπτικής — Ραπτικής.
ΝΑΣΙΑΣ ΤΣΙΑΝΤΗ
Διπλωματούχου των Παρι-σιών.
ΟΛΑ ΜΕ ΔΟΣΕΙΣ
Βασ. Κωνσταντίνου 60.
Τηλέφ. 40.846 Πειραιεύς.

Μιγκουέλ πέθανε. Την ώρα που ψυχολογούσε, και επειδή ο πατέρας Ζουάν την κύτταζε με το φωτεινό του βλέμμα που διέταζε, μπόρεσε να υποσχεθεί πως δεν θα πετάξει στο δρόμο την κόρη της άμαρτίας, μπόρεσε ακόμα να πη: «Σε συγχωρώ». Μα η καρδιά της ήταν μακριά από τις λέξεις που της έπεφταν να προσφέρει.

Σύρθηκε ακόμα λιγάκι... τώρα καθόταν όλη στη σκιά... τώρα το πρόσωπο του Μιγκουέλ χάθηκε ολόκληρο και το πρόσωπο του Ζαν Φρανσουά φανερώθηκε... ψιθύρισε τ' όνομα του δέκα φορές, είκοσι φορές σιγά-σιγά. Το βλέμμα της τον ζητούσε μέσα στην έρημιά, τα δακρύα της άρχισαν να κυλούν πάλι.

Η δίψα, η πείνα, η θλίψη την είχαν καταβάλει τόσο πολύ, που δεν ήξερε καλά-καλά πού βρισκόταν... ώρες πέρασαν... Έξαφνα ένα κουδούνι ακούστηκε κοντά, δεμένο στο λαιμό ενός μουλαριού. Σηκώθηκε άμέσως και φώναξε. Σε λίγο δυο παιδιά φάνηκαν μπροστά της, που σάστισαν καθώς την είδαν μόνη, με το μεγάλο καπέλλο στο χέρι, με αχτένιστα μαλλιά, με το ύψος χαμένο... Την πήραν σχεδόν για τρελή. Τους διηγήθηκε, πως θέλησε ν' ακολουθήσει το ρέμα ως τη θάλασσα, μα είχε κουρασθεί μ' αυτή τη ζέση. Και ψάχνοντας να βρή κανένα σπίτι στο μέρος αυτό, να σταματήσει, είχε χαθεί στην έρημιά.

Τα δυο παιδιά την ωδήγησαν σ' ένα σπίτι έξοχικό, όχι πολύ μακριά από εκεί, όπου βρήκαν μια γριά χωρική. Αυτή δέχτηκε τη Σολεντά σ' μια φίλη που περιμένουν.

—Να χάσετε το δρόμο σας τέτοια ώρα και με τόση ζέση! της είπε συμπενοτικά. Και την έμπασε σε μια μεγάλη και δροσερή κουζίνα ολόκαθαρη. Επειτα έφερε στο τραπέζι δροσερό νερό, κομμένα λεμόνια, κοκκινωπές φέτες ζαυπόν μέσα σε σιρόπι και ένα μικρό κίτρινο πεπόνι.

Πιο πέρα ένα κορίτσι έρριχνε στο φούρνο τα ψωμάκια, ένα άλλο έρραβε μια μακριά δαντέλα σε μια κουρτίνα.

Η Σολεντά την ευχαρίστησε, μα δεν μπορούσε να φά. «Εστίψε ένα λεμόνι στο τρίτο ποτήρι το νερό, κύτταζε τα γεράνια μπροστά από κάθε παράθυρο, κύτταζε ένα γυναικό, ζωγραφισμένο πάνω στον τοίχο: «Αγάπη, ειρήνη και εργασία»...

Η γριά χωρική χαμογέλουσε. Μα η Σολεντά, κλείνοντας τα μάτια από την κόυρασι, συλλογίζονταν απελπισμένη:

—Να μπορούσα ναμένα έδω! Σ' αυτή την ησυχία!... Να μπορούσα ναμένα πάντα έδω!...

—Λοιπόν, τί σου διηγήθηκε αυτή η τρελή ή Πέπα; Για φαντάσου... να σε κουβαλήση

στο Λούε γιατί βαρύνει μοναχά της... Θα μείνει πολύ άκομα; Πού μένει; Α, ο φούρναρης νοικιάζει δωμάτια!...

Και η Μερσεντές έκανε ένα σωρό ερωτήσεις στη μητέρα της, ακριβώς γιατί οι απαντήσεις της φάνηκαν άργες και διστακτικές.

Αυτή την Πέπα, που ήταν φίλη της μητέρας της, μα 10 χρόνια πιο μεγάλη, η Μερσεντές την έδλεπε σπάνια. «Αν όμως την συναντούσε ξαφνικά καμιά μέρα και την ρωτούσε για τις μέρες που είχε περάσει στο μοναστήρι του Λούε, τί θα γινόταν; σκεπτόταν η Σολεντά... Μα γρήγορα άφησε αυτές τις σκέψεις.

—Τώρα πρέπει να του γράψω, είπε μέσα της. Απόψε κιόλας πρέπει να του γράψω. «Ετσι απαιτεί η ευγένεια, αφού με περίμενε... ω, μόνον μερικές λέξεις... ένα γράμμα πολύ ψυχρό.

Θα το έγραφε τώρα άμέσως, αλλά η Μερσεντές άρχισε τις τρέλλες της: κάθισε στο πιάτο και έπαιζε, άνοιξε ένα περιοδικό με μόδες, έλεγε πως ήθελε να είχε ένα παγωτό και δεν ήθελε να πάν να κοιμηθούν.

Όταν τέλος ανέβηκαν στα δωμάτιά τους, η μικρή ήταν άκομα νευρική.

—Καληνύχτα, μαμά. Άφησε την πόρτα ανοιχτή ανάμεσα στις κάμαρές μας... Δεν μπορώ να κοιμηθώ... φοβάμαι... —Αν άφησα την πόρτα ανοιχτή, θα κοιμηθείς γρήγορα; —Γρήγορα... γρήγορα... άμέσως, μαμά...

Η Σολεντά γύδθηκε άργα και φόρεσε το πενιούρα της. Και όταν όλα έσβησαν στο δωμάτιο της Μερσεντές, κάθισε στο γραφείο της. Μέσα σ' ένα συρτάρι είχε φυλάξει μερικές κόλλες χαρτί, ακριβό και χοντρό, σε χρώμα μωβ άρξαν, που το χρησιμοποιούσε πολύ σπάνια, σ' εξαιρετικές περιστάσεις. Πήρε μια κόλλα απ' αυτό κι' έγραψε:

«Αγαπητέ κύριε, »Πήγα στο Λούε σήμερα το πρωί, μα δεν βρήκα το δρόμο που μου είπατε... Και χάθηκε στην έρημιά... —Μαμά, βλέπω το φως σου. Γιατί δεν κοιμήθηκες ακόμα; φώναξε τη στιγμή εκείνη η Μερσεντές.

—Τώρα θα πέσω! Μα έσυ γιατί δεν κοιμήθηκες ακόμα; —Κοιμάμαι, μαμά, με πήρε κιόλας ο ύπνος, είπε η μικρή.

... »Ελπίζω η απουσία μου να μη σάς εμπόδιζε να προγευματίσετε με δρεξί.

Σκέφθηκε ακόμα λιγάκι και τέλος πρόσθεσε:

«Δεν θέρωτε να με δήτε μια απ' αυτές τις μέρες για να μου πείτε πως δεν γελάσατε γι' αυτή μου την άνοησία;»

Έβαλε την υπογραφή της με όλους τους τύπους που είχε διδαχθεί στο μοναστήρι: Σολεντά ντε Βιλαμαγιόρ υ ντε Άλ-

κοδόρ, σηκώθηκε, έσβησε το φως της και άνοιξε το παράθυρο. Ο αέρας ήταν ζεστός, σαν ένα πρόσωπο: τα άστρα έπαυαν να τρεμοσβήνουν τόσο δυνατά...

Η Σολεντά έβαλε το γράμμα μέσα σ' ένα βιβλίο, πλάι στο κρεβάτι της. Θα τόνιζε η ίδια στον ταχυδρόμο που περνούσε κάθε πρωί από την έπαυλη και έφερνε την εφημερίδα, γιατί δεν υπήρχαν σχεδόν ποτέ γράμματα ή άλλο τίποτε γι' αυτές.

...«Αν δηλαδή το στείλω, συλλογίστηκε, έχω ακόμα μια νύχτα μπροστά μου για να σκεφθώ...»

Η κόουρασι του σώματος την λυτούσε απ' αυτή τη συλλογή. Και όταν άνοιξε τα μάτια της, καιρός για να σκεφθεί δεν υπήρχε πιά. Ήταν 8 περασμένες. Ο ταχυδρόμος θα περνούσε σε λιγάκι. Γρήγορα - γρήγορα, ντύθηκε. Εύτυχως η Μερσεντές κοιμόταν ακόμα. Χωρίς να μπη στη σκοτεινή της κάμαρα, έκλεισε την πόρτα, γλίστρησε στη σκάλα και πέρασε την πελούζα μπροστά από το σπίτι. Εκεί δίπλα οι ροδιές φορτωμένες από τα βαρέα και γυαλιστερά φρούτα τους, έκρυβαν ένα συντριβάνι.

—Μαμά, τί πρωί ξύπνησες! ... Και να σκέπτεται κανείς πόσο άργα κοιμήθηκες χτες τη νύχτα!

Καθισμένη στο χείλος της δεξαμενής, άχτένιστη, μ' ένα κιμονό ριγμένο πάνω στο νυχτικό της, η Μερσεντές έσερνε το ένα της χέρι και ύστερα το άλλο μέσα στο νερό.

—Τί κάνεις εδώ; φώναξε ξαφνιασμένη η Σολεντά. Νόμιζα πως κοιμόσουν.

—Σηκώθηκα πριν από τις 7. Σου είπα πως αυτό τον καιρό δεν μπορώ να κοιμηθώ.

—Όσο άφηρημένη και να φαινόταν, μπόρεσε να δει πολύ καλά την κίνηση της μητέρας της και το γούρισμα του φακέλλου.

—Έγραψες, μαμά; —Ναι... στην Πάκα Γκονζαλέζ.

—Και στο ωραίο σου μωβ χαρτί; Εξάντε η μικρή.

—Ητιες το πρωινό σου; ρώτησε ανυπόμονη η Σολεντά. —Οχι; Πήγαυε τότε γρήγορα. Η σοκολάτα σου θα είναι έτοιμη.

—Και η δική σου το ίδιο, μου φαίνεται, είπε γελώντας το κορίτσι. Δεν πεινώ πολύ, μα θα φάω ευχαρίστως, αν έρθεις και συ μαζί μου.

—Όταν περάσει ο 'Ιγκνάτιο, θάρθω.

—Δεν έχει σημασία ποιός θα του δώσει το γράμμα. Δώσε μου το εδώ, θα το δώσω στην Γκαλίντα...

Και η Μερσεντές άπλωσε το χέρι της για να το πάρει.

—Α, μ' ένοχλεις, το ξέρεις; φώναξε η Σολεντά. Και χωρίς να το θέλη, τα δάκτυλά της που κρατούσαν το γράμμα, άρχισαν να τρέμουν.

—Να ο 'Ιγκνάτιο!

Ο ταχυδρόμος ήταν ακόμα μακριά, στη μέση της αλέας. Η Σολεντά προχώρησε σ' αυτόν:

—Σύ... κάνε μου τη χάρη να μείνεις εδώ, διέταξε την κόρη της μ' έναν τόνο τόσο ξερό, που η μικρή δεν τόλμησε να κινήσει. Τί έπαθε σήμερα το

πρωί και δεν μ' άφίνεις μια στιγμή ήσυχη; —Όταν γύρισε πάλι, η Μερσεντές δεν ήταν πιά εκεί. Μα ούτε στην τραπέζαρία την βρήκε.

—Είναι θυμωμένη, συλλογίστηκε η μητέρα της. «Δε θα σκεφτείς να με δήτε;» Ίσως δεν έπρεπε να γράψω τη φράση αυτή. Είναι όμως ακόμα καιρός να την διορθώσω... Ο 'Ιγκνάτιο...

ΣΤΟ ΕΠΟΜΕΝΟ: Η συνέχεια



Μεταχειρίζεστε την **Κρέμα ΦΙΛΟΝΤΕΡΜ**

Αποκτάτε δροσερό και νεανικό δέρμα

Αντιπροσωπεία: Σ. ΛΕΚΑΤΣΙΑΣ
ΣΩΚΡΑΤΟΥΣ 73 - ΤΗΛ. 52.558 - ΑΘΗΝΑΙ

ΕΥΚΑΙΡΙΕΣ

Δευτέρα, Τετάρτη, και Παρασκευή στην

Σίλκα ELBEO

ΜΗΤΡΟΠΟΛΕΩΣ 44 Β.

ΑΡΩΜΑΤΑ ΚΟΛΟΝΙΑΙ ΠΑΤΙΣΤΑ
ΕΥΡΙΠΙΔΟΥ 4



μακριά μπλούζα ριγέ, σχιστή στα πλάγια και κουμπωτή εμπρός. Έχει άνδρικό γιακά και κοντουτσάκι μανίκι. Σ' τη μια πλευρά του εμπρός της μπλούζας, τσέπη και καταμεσής στην πλάτη, κοψοπέτα.

6. Το κοριτσάκι των 5-6 ετών φορεί δαμπακέρ φουστανάκι με φαρδείς ριγές. Η φούστα είναι σορβητή γύρω-γύρω και το κοράκι χωρίς μανίκια, κουμπώνει εμπρός. Μικρό στρουγγυλό γιακάκι.

7. Ένα κιμονό από κίτρινο τουάτ, μπορεί να φορεθεί πάνω από οποιαδήποτε φούστα ή κυλότα. Ένα μπλέ γαζι ύφασμα που είναι σχιστό στο πλάι.

8. Κοστούμι ηλιοθεραπείας για κορίτσι 12 ετών από μπλέ ρουά ποπλίνα. Η φούστα είναι πλισέ, κολλημένη πάνω σ' ένα στενό ζανταράκι. Το μπουτάκι έχει μπρετέλες και κουμπώνει στο πλάι.

9. Το αγοράκι των 8 ετών φορεί κομπινάζον από άσπρο τουάτ. Η κυλότα του έχει ρεβέρ με φαρδύ γαζι, ενώ το επάνω συγκρατείται με μπρετέλες που σταυρώνουν στην πλάτη, και κουμπώνουν εμπρός.



ΤΣΑΝΤΑΚΙΑ ΚΑΙ ΤΣΑΝΤΕΣ

ΔΙΑ ΤΑ ΨΩΝΙΑ ΣΑΣ

Όραία ΥΦΑΝΤΑ ΜΑΞΙΛΑΡΙΑ και ΣΕΜΕΝ ΝΤΕ ΤΑΜΠΑ ως και κάθε τι ΧΡΗΣΙΜΟΝ δια την Ράπτριαν και την Οικοκυράν.

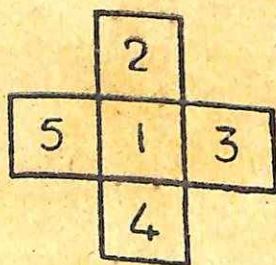
ΕΙΣ ΟΛΑ ΤΑ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑ «ΣΙΓΓΕΡ».



Θα σας μιλήσουμε σήμερα, παιδιά, για ένα μεγάλο Ιταλό καλλιτέχνη, που ήταν μαζί γλύπτης, χρυσόχοος και χαράκτης. Για τον Μπενεοντό Τσελίνι.

Ο Τσελίνι γεννήθηκε στα 1500 στη Φλωρεντία της Ιταλίας και πέθανε στα 1571. Ήταν μαθητής του μεγάλου γλύπτη Μιχαήλ Άγγελου. Ο Τσελίνι δεν είχε τη μεγαλοφυΐα του δασκάλου του, ανέπτυξε όμως στο έπακρο το ταλέντο και τη δεξιότητά του και έδωσε αξιόλογα έργα. Έγινε έτσι το χαϊδεμένο παιδί των βασιλιάδων και των Παπών. Τα καλύτερα από τα αριστουργήματά του είναι το «Αλταδο-χειρό του βασιλέως της Γαλλίας Φραγκίσκου Α'», που βρίσκεται σήμερα στο Μουσείο της Βιέννης και το μπρούτζινο άγαλμα του Περούζο, που δείχνει τον Έλληνα ήρωα να κρατά την κεφαλή της Μέδουσας.

ΣΠΑΖΟΚΕΦΑΛΙΑ

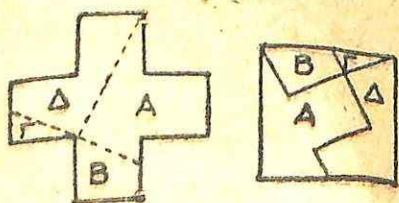


Ο ΕΡΥΘΡΟΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΕΙΝΑΙ ΕΝΑ ΤΕΤΡΑΓΩΝΟ!

Ποιος δεν γνωρίζει αυτό το συγκινητικό σύμβολο του Έρυθρου Σταυρού; Αν εξετάσετε θα διαπιστώσετε πως αποτελείται από πέντε ίσα τετράγωνα, τα τέσσερα γύρω-γύρω και το πέμπτο στο κέντρο. Ωστόσο, τα πέντε αυτά τετράγωνα

θέλετε να βεβαιωθείτε; Φτιάξτε ένα σταυρό στο χαρτί. Κόψτε τον γύρω-γύρω. Πατήστε τον στα μέρη που πρέπει τάλλαλα τα κομμάτια που κόψατε και θα σχηματισθεί ένα τέλειο τετράγωνο.

ΛΥΣΙΣ



ΔΥΟ ΩΡΑΙΕΣ ΣΕΛΙΔΕΣ

ΔΕΚΑ ΚΑΙ ΜΗΔΕΝΙΚΟ

Ψηλομήτικο το Δέκα, λέει αλύγιστο σά στέκα, με περιφρονητικό βλέμμα, στο μηδενικό:

«—Παραπίσω λίγο στέκα! Δίχως τίποτα ν' αείξεις, σύ, μου κάνεις και κακό... Να ιδώ εμπρός μου μ' εμπόδι- (ζεις!)»

«—Μπρέ, κουτό, τί λές; "Αν (φύγω) και κυλίσω παραπέρα, καθώς είμαι δα σά σφαίρα, θα μάς γίνης... τόσο λίγο.»

Που από Δέκα μία Μονάδα θα σε δούμε στην Έλλάδα με την τόση σου... εξυπνάδα! Πάψε τὰ ξετσιπίωτα λόγια! και το τίποτα πόσο αξίζει τώρα νοιώσε και σε μένα... θέσι δώσε!»

Γ. ΠΕΡΓΙΑΛΙΤΗΣ

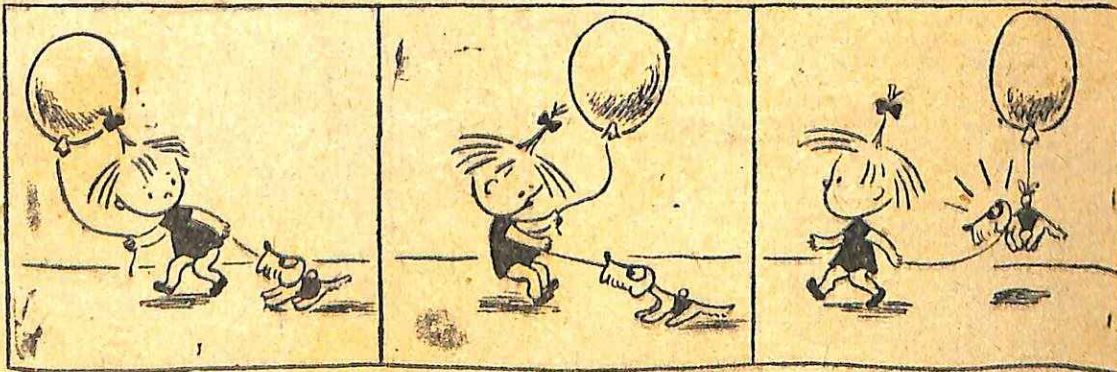
Η ΠΑΓΙΔΑ ΤΗΣ ΑΡΑΧΝΗΣ



Δεν είναι μονάχα οι άνθρωποι μηχανικοί, παιδιά. Είναι και τα έντομα.

Αλήθεια; λέτε. Δεν το πιστεύετε. Κι' όμως υπάρχει άναμεσα στα έντομα ένας σπουδαίος μηχανικός: Η αράχνη, ή παγιδωράχνη. Αυτή σκάβει λίγο το χώμα, σ' αυτό το κνήκη τρύπα, για να το έξη φωλιά. Από πάνω το σκεπάζει με το πανί της, σ' αυτό το εφοδιασμένο με πόρτα. Όσο μεγαλώνει η αράχνη, τόσο μεγαλώνει την τρύπα της. Τη φτιάχνει μαλακή και άνετη και τη στρώνει με ένα μεταωτό απαλό χαλί, φτιαγμένο με το σάλιο που βγάζει από το στόμα της.

Έτσι κάθεται μέσα φυλαγμένη μία χαρά. Κανείς έχθρος δεν μπορεί να μπη να τη φάει. Αν όμως ιδη κανένα έντομο κοντά και της έρθη όρεξη να το φάει, τότε η παγίδα της είναι έτοιμη: "Ανασηκώνεται στη μία πλευρά και «χότ!» ή αράχνη πετιέται κι' αρπάζει το θύμα της να το κάνει μία μπου-κιά.



ΤΟ ΕΝΟΧΛΗΤΙΚΟ ΣΚΥΛΑΚΙ

ΤΟ ΠΑΡΑΜΥΘΑΚΙ ΜΑΣ

ΟΙ ΤΡΕΙΣ ΓΥΙΟΙ ΤΟΥ ΒΑΣΙΛΙΑ

Μιά φορά κι' έναν καιρό ζούσε ένας βασιλιάς κι' είχε τρεις γιούς, τον Περήφανο, τον Άγαπητό και τον Καλόκαρδο.

Όταν ο βασιλιάς γέρασε και δεν μπορούσε να κυβερνήσει τη χώρα του, σκέφθηκε πως έπρεπε να κάνει βασιλιά ένα από τα τρία παιδιά του. Ποιο όμως; Και τα τρία ήταν καλά και αγαπητά και του ήταν δύσκολο να αποφασίσει.

Ένα πρωί, μόλις ο ήλιος γήκε, ο γέρος βασιλιάς κάλεσε τα παιδιά του στην κάμαρά του και τούς είπε:

«Γέρασά πιά παιδιά μου και δεν μπορώ να κυβερνήσω τη χώρα μου. Ένας λοιπόν από σας πρέπει να πάρει τη θέση μου. Γι' αυτό όμως πρέπει να σας δοκιμάσω. Πάρτε μαζί σας τροφή για μία μέρα, φύγετε καθένας χωριστά και προσπαθήστε να βρήτε το πιο πολύτιμο πράγμα μέσα στη χώρα μας. Όποιος το βρή και μου το φέρη θα του φορέσω το στέμμα και θα τον κάνω βασιλιά. Τα τρία παιδιά πήραν τροφή για μία μέρα και ξεκίνησαν τον καθένα χωριστά να βρουν τον πιο πολύτιμο θησαυρό που υπήρχε μέσα στο βασίλειο.

Όταν νύχτωσε γύρισαν και οι τρεις στο παλάτι κατακοσμημένο και κουρασμένοι και γονάτισαν μπροστά στο βασιλιά που καθόταν στο θρόνο του.

«Ποιος μου έφερε το μεγαλύτερο θησαυρό; ρώτησε αυτός.

«Εγώ! φώναξε ο Περήφανος με μάτια που άστραφταν από χαρά.

«Όχι, εγώ! φώναξε κι' ο δεύτερος, ο Άγαπητός.

«Ο Καλόκαρδος δε μίλησε.

«Θα δούμε, είπε ο βασιλιάς. Δείτε μου ο καθένας τι έφερε.

Ο Περήφανος έβγαλε μέσα από τη χλαμύδα του ένα χρυσό κουτί και όταν το άνοιξε άστραβόβλεψαν πολύτιμα πετράδια, διαμάντια, μπριλάντια, ζαφείρια και ρουμπίνια και σμαράγδια.

Αυτός είναι ο θησαυρός

μου, είπε στον πατέρα του. Ο βασιλιάς πήρε το κουτί και τόβαλε δίπλα του με πρόσωπο λυπημένο. «Υστερα γύρισε στον Άγαπητό.

Ο Άγαπητός προχώρησε κρατώντας στο χέρι του ένα κομμάτι διάφανη δαντέλα, μαλακή σαν το σύννεφο, πιο λεπτή από το νήμα δια του. Ποιο όμως; Και τα τρία ήταν καλά και αγαπητά και του ήταν δύσκολο να αποφασίσει.

Την έχει ύφανε μια πριγκίπισσα με τα ίδια της τα χέρια, είπε, Νομίζω πως δεν υπάρχει σ' όλον τον κόσμο τέτοιος θησαυρός σαν αυτόν.

Ο γέρος βασιλιάς έπιασε τη δαντέλα προσεκτικά, στα δάχτυλά του και κούνησε το κεφάλι του.

Σύ, Καλόκαρδε, είπε, τί έφερε;

Τίποτα, απάντησε ο Καλόκαρδος δείχνοντας τα άδεια του χέρια. Δεν είχα καιρό να ψάξω. Σταμάτησα στο σπίτι ενός γεωργού που ήταν άρρωστος, μα έπρεπε να όργωση το χωράφι του για να σπείρη το σάρι του. Πήρα τότε εγώ τα δόδια του και τ' αλέτρι του και ώργωσα όλη την ημέρα κι' έσπειρα το σπόρο. Όταν τελείωσα πιά δεν βράδυ. Δεν είχα πιά τον καιρό να ψάξω για τίποτα.

«Έλα πιά κοντά, Καλόκαρδε, είπε ο βασιλιάς.

Κι' όταν αυτός στάθηκε κοντά στον πατέρα του, αυτός του πήρε τα χέρια του μέσα στα δικά του. Πάνω στην παλάμη του τότε φάνηκε μια μεγάλη φουσκάλα, που είχε γίνει από το αέτρι. Ο γέρος βασιλιάς γύρισε τότε στα παιδιά του και είπε:

«Ο Καλόκαρδος μου έφερε τον πιο μεγάλο θησαυρό του κόσμου, αυτήν εδώ τη φουσκάλα, που είναι σημάδι της χρήσιμης δουλειάς.

Κι' έβγαλε το στέμμα από το κεφάλι του και το φόρεσε στο κεφάλι του Καλόκαρδου.

(Μετάφρασι: Πιπίνιας Τιμι-κάλη)



Ο ΣΠΥΡΟΥΛΗΣ

Άγαπημένα μου παιδιά, Θα σας μιλήσω σήμερα για ένα ανηψάκι μου, το Σπυρούλη. Είναι πολύ έξυπνο και καλό παιδί, αλλά και πολύ-πολύ ζωηρό.

Μα θα μου πείτε: «Γιατί, θεία Σοφία, λές «άλλω»; Μπορεί να μην είναι ζωηρό ένα παιδάκι;» Και βέβαια δεν μπορούν να μην είναι ζωηρά τα παιδιά. Αλλοίμονο στο παιδί που δεν αγαπά τα παιχνίδια. Μα απ' αυτό, ίσαμε το σημείο να βρίσκεται όλη την ημέρα σκεδόν έξω στο δρόμο και να παίξει, υπάρχει μεγάλη απόσταση.

Για να πούμε την αλήθεια, ο Σπυρούλης έχει κάποιο δικό. Το σπίτι όπου μένει με την οικογένειά του, δεν έχει ούτε αδελφούλα, ούτε μονάχα κι' αυτή μικρούτσικη, μόλις δυο χρονών. Με ποιόν να παίξει λοιπόν ο Σπυρούλης; Μόλις ξυπνήσει, θ' ακούση ένα σφύριγμα. Είναι τα παιδιά της γειτονιάς, ο Στέλιος, ο Νίκος, ο Γιώργος, ο Μιχάλης.

Ο Σπυρούλης διαλέγει τότε να δει, που καταδρόμει το πρώτο του, μασηγμένο κι' άμασσο. Κόμπος του στέκεται το γάλα που πίνει. Άγκομαχά. Κι' όπως η μητέρα του είναι απασχολημένη στην κουζίνα, της λέει διαστικά: «Μαμά, πάω να παίξω!»

Και πριν εκείνη προλάβει να του μιλήσει, ο Σπυρούλης έχει γίνει κανός. Η μητέρα ρίχνει τριγύρω της μια ματιά και λέει με το μυαλό της: «Ας παίξει λίγο στον αέρα. Πρώτ' είναι ακόμα.»

Αλλά οι ώρες περνούν. Η μητέρα θγαίνει ανήσυχη και φωνάζει κάθε τόσο το Σπυρούλη. Πού Σπυρούλης, όμως, στενοχωριέται ή καμμένη, θέλει να του δώσει να φάει, να τον στείλει σε δουλειά, θέλει να του εμπιστευθεί για λίγο την αδερφούλα του για να μπορεί να απλώσει στην ταράτσα ξενόιασση, μα ο Σπυρούλης είναι άφαντος.

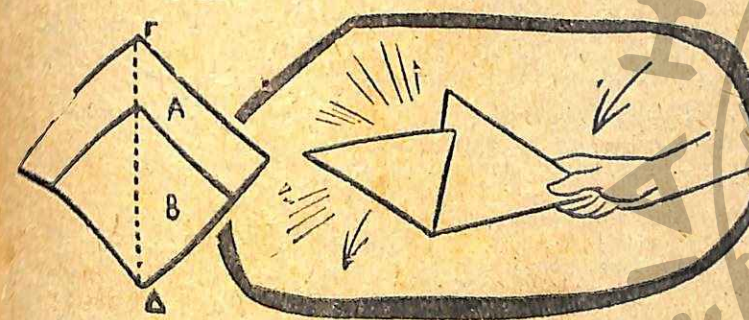
Το βρίσκετε σωστό, έσεις παιδιά, αυτό το πράμα; Τι θα ακούση όλη μέρα και τί θα μάθη στο δρόμο ο Σπυρούλης; Θα σασκωθεί με τα κακόπαιδα, θα λερωθεί παίζοντας με τις ώρες βόλους στο χώμα, θα ζαλιστεί από τον κωφερό καλοκαιριάτικο ήλιο.

Πόσα παιδιά σαν το Σπυρούλη υπάρχουν σε κάθε φτωχογειτονιά. Πέστε τους κι' έσεις, παιδιά, πόσο ασκημα κάνουν. Πέστε τους πως μπορούν ν' αρρωστήσουν, να χασουν την όρεξη τους για το φαί, για τη δουλειά, για τη μελέτη. Πως το παιχνιδι στο δρόμο και μάλιστα όλη την ημέρα, δεν είναι καλό. Ίσως δόλουμε κι' αυτά μυαλά σαν το Σπυρούλη, που μου υποσχέθηκε πως θα θγαίνει πιά να παίζει μονάχα όταν του δίνει την άδεια η μητέρα του.

Σας φιλώ, με αγάπη

ή θεία ΣΟΦΙΑ

ΠΩΣ ΝΑ ΦΤΙΑΞΕΤΕ ΜΙΑ ΣΤΡΑΚΑΣΤΡΟΥΚΑ



Είναι παιδί που να μη του άρεσουν οι στρακαστρούκες; Φτιάξτε κι' έσεις τη δική σας. Όχι όμως με χλωρίδο, αλλά με χαρτί.

Πάρτε ένα ψιλό-ψιλό χαρτονάκι, με πλευρά 15 πόντους (Α). Πάρτε και ένα λευρό σκούρο χαρτί (Β), με πλευρά 10 πόντους. Βάλτε το σκούρο χαρτί (Β) επάνω στο χαρτονάκι (Α), όπως δείχνει το σχήμα.

Γυρίστε τις κάτω πλευρές του Β χαρτιού και κολλήστε τις πάνω στο Α, βάζοντας κόλλα μονάχα στο διπλωμένο σκούρο χαρτί.

Όταν στεγνώσει, διπλώστε και τα δυο κομμάτια μαζί στο σημείο που δείχνει η διακοπόμενη γραμμή Γ—Δ. Έτσι διπλωμένο το χαρτόνι μαζί με το χαρτί, κρατήστε το με τα δυο σας δάχτυλα από το σημείο Γ.

ΤΑ ΠΟΥΛΙΑ ΣΑΣ ΜΙΛΟΥΝ!..

Ο ΜΠΟΥΦΟΣ



Είμαι μία κουκουβάγια με ατάκικα. Δεν μπορώ να καταλάβω γιατί οι άνθρωποι τους βλάκες τους λένε «μπούφους». Αυτό πολύ με προσβάλλει! Βέβαια, αγαπητά μου παιδιά, δεν λέω πως είμαι κι' έξυπνος, μα και τόσο βλάκας πιά όπως νομίζετε, δεν μου φαίνεται να είμαι. Καταλαβαίνω πως εκείνο το ύψος μου το κοιμισμένο, σας κάνει να με νομίζετε τέτοιον. Πραγματικά δεν έχετε άδικο, γιατί όλη την ημέρα κάθομαι πάνω σ' ένα κλαδί. Τι σκέπτομαι; Τι όνειροπολώ; Κι' εγώ δεν ξέρω! Όρες και ώρες καθομαι εκεί ακίνητος με τα μάτια μισόκλειστα, σαν αποβλακωμένος. Στον παραμικρό όμως θόρυβο πετάγομαι ανήσυχος και προσπαθώ να δολευτώ πουθενά άλλο, σε πιο σύγυρο μέρος. Απόδειξτε, λοιπόν, πως αν ήμουν έντελως ήλιος, όπως με νομίζετε, ούτε θα έζυγα με τον θόρυβο, ούτε θα... έφευγα για να ασφαλιστώ! Έτσι δεν είναι; Αλλά τί λέγαμε; σταθείτε να συγκεντρώσω το κοιμισμένο μυαλό μου για να σκεφτώ. «Α, μάλιστα! Μόλις λοιπόν ο ήλιος βυση κι' αρχίσουν όλα να σκοτεινιάζουν, γίνεται το θαύμα!

Ζηρεύω, ανοίγω όλοτελα τα ήλιθια μάτια μου, πετώ έδω κι' εκεί κι' αρχίζω να φωνάζω: «Μπού—ού—ού! Μπού—ού—ού!»

Είναι άσχημη ή φωνή μου, έ; «Αι» το έρω! Την έχετε και για γροσουζική! Μα εγώ δεν παinueμαι για τον έαυτό μου και όμολογώ, χωρίς να ντρέπωμαι, πως έμεις οι μπουφοί κοντά στα άλλα, είμαστε και κακοί, γκρινιαρδες και γροσουζηδες.

Τρώμε πολλά και διάφορα: λαγούς, κοράκια, περόδικες και ποντικούς. Οι άνθρωποι δεν μπορούν ακόμη να με κατατάξουν στα όφελιμα ή στα βλαβερά πουλιά. Γιατί τρώω και όφελιμα και βλαβερά ζώα, φαντασθήτε, λοιπόν, το μυαλό τους! Ώς σε ποιο σημείο καταφέρνει να τους υπερδεύει και να τους ζαλίζει... ένας ήλιος μπουφός!

ΤΖΕΝΝΥ ΜΕΛΙΣΣΗΝΟΥ

Τινάξτε γερά προς τα εμπρός και προς τα κάτω ταυτόχρονα τα χαρτόνι, και το χαρτί Β θα πιναχτεί προς τα έξω, όπως δείχνει το σχήμα μας, κάνοντας δυνατό κρότο.

Για να μη ξεχνάτε την αριθμητική

ΟΙ ΑΔΙΑΚΡΙΤΟΙ ΑΡΙΘΜΟΙ

Οι αριθμοί μιλούνε. Και δεν μιλούνε μόνο. Είναι μερικές φορές και αδιακριτοί.

Αυτό συμβαίνει ιδιαίτερα με όλους τους αριθμούς, που όταν είναι μαζεμένοι τρεις-τρείς, δίνουν πάντα το ίδιο αποτέλεσμα και μαρτυρούν τον αριθμό που τους εδημιούργησε, πολλαπλασιαζόμενος με κάποιον άλλο.

Ψάξτε, λοιπόν, και βρήτε ποιο τρόπο πρέπει να μεταχειρισθίτε — για ν' ανακαλύψετε το μυστικό που φωνάζουν τόσο αδιακριτά οι αριθμοί: 111, 222, 333, 444, 555, 666, 777, 888, 999.

ΛΥΣΙΣ: Προσθέστε τα ψηφία του τριπλού αριθμού και διαιρέστε με το άθροισμά τους τον τριπλό αριθμό. Θα βρήτε πάντα: 37. Π. χ.: $444 = 4 + 4 + 4 = 12$ $444 : 12 = 37$.

ΜΕ ΔΥΟ ΚΕΦΑΛΙΑ ΜΙΑ ΧΕΛΩΝΑ

Τη λένε Σύλ και βρίσκεται σ'νδ Ζωολογικό Κήπο της Ουάσιγκτον. Είναι μία γιγάντια χελώνα, που δεν είναι μονάχα πελώρια, αλλά έχει και δυο κεφάλια.

Ευτυχώς, λέει ο διευθυντής του Ζωολογικού Κήπου, τα δυο της κεφάλια συνεννοούνται πολύ καλά. Όταν το ένα κεφάλι σχηματίσει πρώτο μία ιδέα, το άλλο την εκτελεί χωρίς να διαμαρτύρεται.

Πριν από τη Σύλ, στο Ιχθυοτροφείο του Ζωολογικού Κήπου έζησε και μία άλλη χελώνα φαι-ζήσμε και μία άλλη χελώνα φαιζήσμε. Αυτή όμως είχε δυο κεφάλια που μάλωναν. Διαφανούσαν τόσο συχνά για το δρόμα του φαγητού ή για το δρόμο που έπρεπε να πάρουν, ώ-μο που έπρεπε να πάρουν, ώστε η χελώνα δεν άργησε να πεθάνει.

ΕΙΣΤΕ ΓΕΡΟΙ ΣΤΟ ΣΗΜΑΔΙ;



Είναι πολύ παλιό παιχνίδι το βέλος που φτιάχνετε με ένα διπλωμένο χαρτί περασμένο σ' ένα πηννάκι.

Θα σας μαθούμε όμως σήμερα έναν άλλον τρόπο να σημαδεύετε, έναν τρόπο ασυνήθιστο.

Πάρτε μία μεγάλη βελόνα. Πετάξτε την με όρμη για να μπαχτή σε μία πόρτα, ή σ' ένα ύψο. Δεν θα κοροθώσετε τίποτα. Αν όμως περάσετε μία κλωστή, με τις δυο άκρες ίσες, στη βελόνα σας, τότε θα μπορείτε να σημαδέψετε στο μέρος που βάλατε σημάδι. Η κλωστή θα μεταβάλει τη βελόνα σας σε αληθινό βέλος.

άνταποκρίνεται στα χαρακτηριστικά της δεσποινίδος Κάρτερ, που κατέλυσε σ' ένα κινεζικό ξενοδοχείο, είναι μια κυρία Γκρήνουουτ.

—Ξέρεις ποιο είναι αυτό το ξενοδοχείο;

—Πηγαίνω εκεί. Σε μία ώρα θα τηλεφωνήσω στην Ύψηλότητά Σας.

★

Ο Ρόμπερτ και ο Λού—Σου αντάμωσαν στο ξενοδοχείο «Φάνγκ—Σίνγκ—Λό» και μοιράσθηκαν το έργο της άνευ ρέσεως της Ώντρεϊ. Η ώρα ήταν πεντέμισι το απόγευμα: σε μία ώρα θα μπορούσαν να έρευνήσουν ολόκληρη την κινεζική συνοικία. «Ετσι κι' έγινε. Όταν ξαναβρέθηκαν στο ξενοδοχείο, η ώρα ήταν εξήμισι. Και δεν είχαν ανακαλύψει κανένα ίχνος της Ώντρεϊ.

—Το να μη την βρούμε έμεις, το παραδέχομαι, είπε ο Ρόμπερτ. Μά και ο Σελίμ που είναι τόσο ισχυρός...

Σταράτησε απότομα.

—Τί έχετε; ρώτησε ο Λού—Σού.

—Τί έχω;... Απλούστατα, ψάξαμε παντού, αλλά δεν ψάξαμε σ' αυτό εδώ το ξενοδοχείο... Δεν της είχατε μιλήσει κάποτε γι' αυτό;

—Ναί, ναι...

Οι δυο φίλοι ανέβηκαν τέσσερα—τέσσερα τα σκαλιά.

Ο Κινέζος θυρωρός μισοκοιμόταν μπροστά του γραφείου.

—Έχετε κάποια κυρία Κάρτερ εδώ; ρώτησε ο Ρόμπερτ.

Ο Κινέζος τους έδωσε ένα κατάρτιχο.

Ο Ρόμπερτ το κύτταξε μ' αγωνία.

—Δυστυχώς, άναστέναξε, δεν είναι εδώ.

Έκεινη τη στιγμή έμπαινε στο ξενοδοχείο ο σιρδάρης Ραμάν.

—Ξέρετε τίποτα; τον ρώτησαν αμέσως οι δυο νέοι.

—Όχι, εκτός αν μια κυρία Γκρήνουουτ είναι η ίδια ή κυρία Κάρτερ.

—Τά χαρακτηριστικά της;

—Ανταποκρίνονται πλήρως.

—Αυτή είναι, φώναξε ο Ρόμπερτ, που είχε ξαναγορίσει το κατάρτιχο και ανεγνώρισε τον γραφικό χαρακτήρα της Ώντρεϊ.

Ο Ραμάν έτρεξε στο τηλέφωνο.

Ο Λού—Σού κατέκλυζε τον θυρωρό με ερωτήσεις.

—Αυτή η κυρία έχει κλεισθεί από χθες στο δωμάτιό της και άρνείται ν' ανοίξη.

Μαύρο προαίσθημα έκαμε τις καρδιές των νέων να σφιχθούν.

—Πρέπει να είδοποιήσω με τον Ραμάν, είπε ο Ρόμπερτ.

—Μάλιστα, αυθέντα μου, λέγε ο σιρδάρης στο τηλέφωνο. Ανευρέθη. Μένει εδώ. «Αν είναι αυτή τη στιγμή εδώ; Δεν ξέρω. Η Ύψηλότητά Σας άς αναμείνι μια στιγμή. Θα πληροφορηθώ από τον κ. Λύντστον.

Ο Ρόμπερτ του μίλησε χαμηλόφωνα. Ο Ραμάν άχριασε. Στην άλλη άκρη της γραμμής ο Σελίμ με δυσκολία κρατούσε το χέρι του.

—Τί; Από χθές!... Κλεισμένη!... Θεέ μου!... Ανοίξτε με κάθε θυσία την πόρτα!... Και σ' ε λίγο!

—Ερχομαι αμέσως... Τηλε-

φώνησε στον Αμερικανό γιατρό.

—Δεν νομίζω ότι θα γυρίση σ' ε μινιγγίτιδα, έλεγε ο δόκτωρ Ρόντς. Ή ένεσις θα την κάμη να κοιμηθώ. Παραμιλούσε όταν ήλθα.

—Δεν μπορούμε να την αφήσωμε εδώ! φώναξε ο Σελίμ.

—Πρός το παρόν δεν επιτρέπεται να μετακινηθώ, είπε ο γιατρός.

Ο πρίγκιψ δεν άπληντησε. Κύτταξε την Ώντρεϊ.

—Θα την σώσετε, γιατρέ;

—Υπάρχουν πολλές ελπίδες, αλλά χάσαμε αρκετόν καιρό. Έχετε κανένα να μείνι κοντά της;

—Μάλιστα.

Ο Σελίμ βγήκε στο διάδρομο, όπου περιμέναν ο σιρδάρης, ο Ρόμπερτ και ο Λού—Σού.

—Υπάρχουν μερικές ελπίδες, είπε.

Και στρεφόμενος προς τον Ραμάν:

—Πάρε το αυτοκίνητο, τον διέταξε, πήγαινε στο μοναστήρι γυναικών του Σαίν—Μώρ και φέρε την αδελφή Μάρθα εδώ. Να της πής πως είναι για μένα.

Και ξαναμπήκε στο δωμάτιο της άρρωστης.

—Πρέπει να αλλάξετε τον πάγο κάθε μία ώρα, είπε ο γιατρός που είχε τυλίξει το κεφάλι της Ώντρεϊ με μία κομπρέσα.

—Δεν θα φύγω από εδώ, άπληντησε ο Σελίμ. Τί ώρα θα ξαναγυρίσετε;

Ο δόκτωρ Ρόντς κύτταξε το πρόσωπο του πρίγκιπος.

—Θέλετε να γευματίσω κάτω;

—Ναί, εύχαριστώ.

—Αν ζυπνήση, φωνάζτε με.

Ο Σελίμ κάθησε πλάι στο

Βιολάντς ΥΠΟ ΤΗΝ ΣΚΙΑΝ ΤΟΥ ΓΑΛΑΚΤΩΜΑΤΟΣ LANOLINE COLAX

Τό περίφημον αυτό ειδικόν ΜΑΛΑΚΤΙΚΟΝ και ΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΟΝ καλλυντικόν του δερματος λόγω της ειδικής ελαιώδους τονοδρεπτικής και δροσιστικής συνθέσεώς του σάς επιτρέπει με μίαν μόνον επάληψιν ΝΑ ΧΑΙΡΕΣΘΕ ΑΚΙΝΔΥΝΩΣ ΤΟΝ ΗΛΙΟ ΚΑΙ ΤΗ ΘΑΛΑΣΣΑ ενφ' συγχρόνως σάς προσφυλάσσει και σάς θεραπεύει με άπολύτως θετικά αποτελέσματα από ΗΛΙΑΚΑ ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ, ΠΑΝΔΕΣ, ΜΠΙΜΠΙΚΙΑ και ΕΞΑΝΘΗΜΑΤΑ του ΔΕΡΜΑΤΟΣ.

ΤΟ ΓΑΛΑΚΤΩΜΑ ΛΑΝΟΛΙΝ ΚΟΛΑΞ κατέχει τό αναμειβήθητον προσόν εις τό να σάς δίδει τό ωραιότερον και πλέον φυσικό ΜΠΡΟΥΤΖΙΝΟ ΔΕΡΜΑ.



Ε.Δ.Ι.

—Δεν χοιριάζεται να ξέρω τίποτε, τον διέκοψε η αδελφή Μάρθα. Είναι άρρωστη. Αυτό αρκεί...

Ο Σελίμ παραδέχθηκε ότι η αδελφή Μάρθα είχε δικήν και έφυγε για τό «Ρόδινο Παλάτι».

Ο Ραμάν που έμενε στο ξενοδοχείο, του τηλεφώνουσε κάθε δύο ώρες. Κατά τα ημερώματα του τηλεφώνησε ο γιατρός.

—Η κυρία Κάρτερ είναι εκτός κινδύνου, Ύψηλότητε. Απτό αύριο μπορούμε να την μεταφέρωμε στο νοσοκομείο του μοναστηριού... Και η πρώτη της λέξις ήταν τό όνομά Σας.

★

Η Ώντρεϊ άγνοουσε από πότε βρισκόταν στο μοναστήρι. Και όμως είχε όκτώ ολόκληρες ημέρες.

—Σ' ε λίγο θα μωρεέστε να γυρίσετε στο σπίτι σας.

Νά γυρίση στο σπίτι της! Τί νόημα είχε αυτό τώρα; Έκλεισε τά μάτια της. Όκτώ μέρες! Στο διάστημα αυτό είχε ζήσει βυθισμένη σ' ένα γλυκό λήθαργο. Ο Σελίμ πήγαινε και την έδλεπε πρωί και βράδυ, αλλά ο γιατρός δεν επέτρεπε να παρατείνεται η επίσκεψις πέραν του ενός τετάρτου της ώρας. «Όλες τις άλλες ώρες Ώντρεϊ περιμενε με τό κεφάλι άδειο. Δεν σκεπτόταν ούτε τό παρελθόν ούτε τό μέλλον. Άγαπούσε τον Σελίμ και ο Σελίμ την άγαπούσε. Τί σημασία είχαν όλα τά άλλα;

Και άποκοιμήθηκε.

★

Από την ημέρα που η Ώντρεϊ είχε μεταφερθί στο μοναστήρι, ο Σελίμ δεν είχε φύγει από τό Ραχαζάγκ. Και εκτός από τον Ραμάν και τους γραμματείς του, δεν είχε δεχθί κανέναν επισκέπτη εκτός από δύο Γιαπωνέζους, με τους οποίους είχε μείνει κλεισμένος στο ιδιαίτερό του γραφείο μία ώρα και περισσότερο.

Έκείνο τό πρωί η Ώντρεϊ μωρεέσε να σηκωθί—ήταν η δωδεκάτη ημέρα της άναρώσεώς της. Παρά την εύτυχία που ένοιωσε ο Σελίμ, τό πρόσωπό του παρέμενε συνοφρυωμένο.

—Τηλεφώνησε στον Ρόμπερτ Λύντστον ότι έπιθυμώ να τον δω, διέταξε τον Ραμάν.

Ο Ρόμπερτ έβγαине από τό θείο του όταν πήρε τό μήνυμα του Σουλτάνου. Δεν πήγε να έπισκεφθί τη θεία του και ούτε είχε πάρει μέρος στη φιλανθρωπική γιορτή της. Με τη μητέρα του είχε αρκετά ψυχρανθή από τό στιγμή που εκείνη του είπε, μιλώντας για την Ώντρεϊ:

—Έξακολουθείτε να μαθαίνετε νέα γι' αυτή την κορίτσα;—Δεν είναι κορίτσα, άπληντησε με θυμό ο Ρόμπερτ. Άλλά και αν ήταν, σάς δηλώνω πως προτιμώ τις κορίττες από τους δημίους.

Άλλά δεν μπορούσε να ξεγλήση τη στάσι του θείου του. Δυό φορές ο γενικός θιοκίτης τον είχε φωνάξει κοντά του, για να τον ρωτήση σχετικάς προς την υγεία της Ώντρεϊ και τις προθέσεις της. Και τό πιο περίεργο: μιλούσε γι' αυτή με συμπάθεια.

—Καταλαβαίνω τη φιλία σου γιάν την πτωχή αυτή κυρία Κάρτερ. Μη νομίζης πως σ' άποδοκιμάζω. Η θεία σου είναι πολύ άπόλυτη.

ΣΤΟ ΕΠΟΜΕΝΟ: η συνέχεια...

ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΤΟΝ ΚΟΚΚΥΤΗ!

Η σκηνή στο σπίτι της οικογενείας Π. Ο οικογενειακός γιατρός πεδαινει τη σκάλα, ακολουθούμενος από την Κα Π., μία συμπαγή γυναίκα, τριάντα περίπου χρονών. Ο γιατρός είναι γυμνός, σαράντα, ψηλός, με γκριζα μαλλιά και ένεργητικό βλέμμα.

Η ΜΗΤΕΡΑ: Είσαθε δέβαιος μου; Ο ΓΙΑΤΡΟΣ: Μόλις περάσουν οι τρεις πρώτες έβδομάδες της άρρώστιας. Μπορείτε τότε να τον θγάξετε έξω για ένα μικρό περίπατο κάθε μέρα—φυσικά, αν ο καιρός είναι καλός.

Η ΜΗΤΕΡΑ: Τά παράθυρα του δωματίου του πρέπει να μένουν ανοιχτά; Ο ΓΙΑΤΡΟΣ: Όπωσδήποτε, μέρα και νύχτα, εκτός αν έχη ύγρασία έξω. Φροντίστε να διατηρήτε σχετικά σταθερή τη θερμοκρασία μέσα στο δωμάτιό του.

Η ΜΗΤΕΡΑ: Πότε μπορεί να άρχισι να παίξη με άλλα παιδιά; Ο ΓΙΑΤΡΟΣ: Ή άπάντησις στην ερώτησί σας αυτή δεν είναι και πολύ εύκολη. Αύ δεν είναι και πολύ εύκολη κυρίτω εξαρτάται φυσικά κυρίως από τό πόσο βαρεία ήταν η άρρώστια του παιδιού. Συνηθώς στην ηλικία του Γιαννάκη σ' ε κρίςις της άρρώστιας—οι δύο πρώτες έβδομάδες δηλαδή—δεν είναι πολύ δυνατή. Η μετάδοσις της άρρώστιας σε άλλα παιδιά είναι κυρίως δυνατή κατά τη διάρκεια των δύο ή τριών πρώτων έβδομάδων. Ο κοκκύτης έμφανίθεται ακριβώς σαν ένας κοινός θήσας και, τό γεγονός είναι ότι μεταδίδεται από τό ένα παιδί στο άλλο, συνήθως πρίν καν οι γονείς ύποψιασθούν ότι πρόκειται για κοκκύτη.

Η ΜΗΤΕΡΑ: Είχα πάντα την εντύπωσι ότι η μετάδοσις γίνεται κυρίως κατά την περίοδο που τό παιδί θήχει.

Ο ΓΙΑΤΡΟΣ: Στην πραγματικότητα, η μετάδοσις έλαττώνεται ταχύτατα μόλις άρπάξωμε ταχύτατα μετά την έδδομάδε της άρρώστιας. Τέ σ σ ε ρ ι ς έ ν α ρ ρ ε ι, τό δήχα, τό παιδί μπορεί άσφαλώς να θεωρηθί ότι δεν είναι πιά επικίνδυνο για την μετάδοσι της άρρώστιας.

Η ΜΗΤΕΡΑ: Οι άνθρωποι δ μως συνήθως φοβούνται για τά παιδιά τους όταν άκούσουν ένα άλλο παιδί να θήκη. Έγώ τούλάχιστον φοβάμαι πάντα.

Ο ΓΙΑΤΡΟΣ: Δεν υπάρχει κανένας λόγος να φοβάστε. Εξήκάνεως λόγος να είναι δύσκολο να πεείσετε και τους γείτονές σας ότι τά παιδιά τους δεν έχουν τό φόβο να κολλήσουν μόλις έδω από τό παιδί σας. Μά πρέπει να έχετε πάντως ύπ' ό-

ψιν σας ότι ένας μικρός δηλαώς μπορεί να διατηρηθί στο παιδί και ένα, και δυό μήνες μετά την άρρώστια. Μά αυτό δεν άποτελεί διόλου σημείο μεταδοτικότητας. Και θα ήταν τρομερό για τό Γιαννάκη να μην τον άφινουν να παίξη με τους φίλους του από άδάσιμους φόβους.

Η ΜΗΤΕΡΑ: Άναρωτιέμαι, γιατρέ μου, για τά δυό άλλα παιδιά μου. Η Μαρία είναι δέκα χρονών και ο Βασίλακης δώδεκα. Μήπως θα πρέπει να μην τά στέλνω στο σχολείο τις μέρες αυτές της κρίσεως της άρρώστιας; Μήπως κινδυνεύουν να τί μεταφέρουν;

Ο ΓΙΑΤΡΟΣ: Έάν έχουν ήδη πάρει την άρρώστια στο παρελθόν δεν ύπάρχει τέτοιος φόβος. Άν όμως δεν έχουν άρρωστήσει άλλοτε, καλό είναι να τά κρατήσετε στο σπίτι ως που να περάσουν 14 μέρες από την πρώτη διάγνωσι. Πάντως, είναι εύχάριστο που ο Γιαννάκης κόλλησε κοκκύτη σ' αυτή την ηλικία. Όπως ίσως θα έχετε άκούσει, όσο πιο μικρό είναι τό παιδί, τόσο πιο επικίνδυνο είναι η άρρώστια.

Η ΜΗΤΕΡΑ: Άλήθεια, ήθελα να σάς ρωτήσω και κάτι άλλο: Η αδελφή μου πρόκειται να έρθη να μείνι μαζί μας και έχει δυό μικρά παιδιά—τό μεγαλύτερο είναι τριών χρονών. Μπορεί να τά φέρη σπίτι;

Ο ΓΙΑΤΡΟΣ: Κυρία μου, καλό θα είναι να προσπαθί κανείς να άποφύγη τον κοκκύτη και την ίλαρά στα παιδιά του σ' αυτές τις μικρές ηλικίες. Δεν είναι λοιπόν φρόνιμο να φέρη τώρα εδώ τά παιδιά, δεδομένου ότι ο Γιαννάκης δρίσκεται μόνο στην τετάρτη έβδομάδα της άρρώστιας. Σε 15 μέρες όμως, μπορεί να έρθη ακίνδυνο. Βλέπετε, θεωρούμε την ίλαρά και τον κοκκύτη σαν τις σοβαρότερες άρρώστιας της παιδικής ηλικίας. Μά, με τις σύγχρονες μεθόδους της θεραπευτικής, κάθε κίνδυνος άποφεύγεται, άκόμη και στην πιο μικρή ηλικία.

Η ΜΗΤΕΡΑ: Θυμάμαι ότι η μητέρα μου θεωρούσε την ίλαρά και τον κοκκύτη σαν άρρώστιας χωρίς σημασία, σχετικά με την όστρακία και τη διφθερίτιδα.

Ο ΓΙΑΤΡΟΣ: Δίκαιο είχε. Στην εποχή μας όμως, η όστρακία και η διφθερίτις έχουν γίνει άρρώστιας που είναι σχετικά εύκολο να προληφθούν και να θεραπευθούν. Η ίλαρά όμως και ο κοκκύτης εξακολουθούν να άντέχουν στις έρευνες που γίνονται για την άνακάλυψι ενός άποτελεσματικού προφυλακτικού έμβολίου. Και γι' αυτό, έχουν πάρει την πρώτη θέση και πρέπει να φροντίζουμε ώστε η ιατρική περίθαλψις και η θεραπεία να άρχίζον αμέσως μόλις έδωληθούν.

Η ΜΗΤΕΡΑ: Ο Γιαννάκης έχει μωλιαστή για διφθερίτιδα. Μήπως ύπάρχει κανένα έμβολιο για τον κοκκύτη;

Ο ΓΙΑΤΡΟΣ: Μάλιστα, ύπάρχει, και έχει αρκετά καλά αποτελέσματα. Βέβαια, δεν προφυλάσσει τόσο άποτελεσματικά όσο προφυλάσσει ο αντιδιφθεριτικός όρρος, αλλά πάντως είναι γεγονός ότι ένα παιδί που έχει μωλιαστή για κοκκύτη έχει πολύ λιγώτερες πιθανότητες να άρπάξη την άρρώστια. Και αν την πάρη άκόμη, η προσβολή θα είναι πολύ πιο έλαφριά



Δύναμις Υγείας



ΑΝΘΟΣ ΑΡΑΒΟΣΙΤΟΥ Ι.ΓΙΩΤΗ

ΧΩΡΙΣ ΕΞΟΔΑ ΟΜΟΡΦΑΙΝΕΤΕ ΤΟ ΣΠΙΤΙ ΣΑΣ

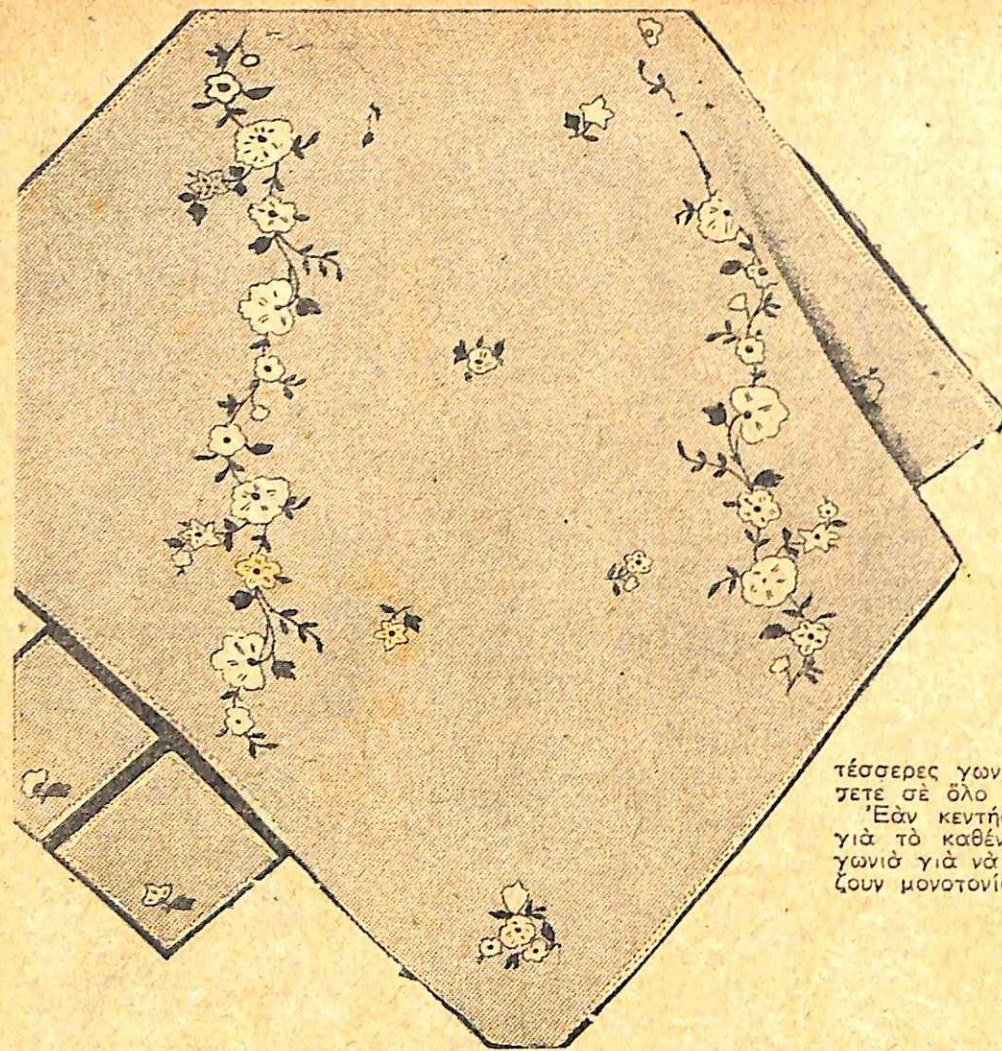
*Ένα κέντημα με δημοφιλές σχέδιο, τοποθετημένο στο τραπέζι σας, θα στολίσει πραγματικά και θα κάνει να φαίνεται το περιβάλλον αγνώριστο, και αν ακόμη το ύφασμα που θα μεταχειρισθήτε είναι φθηνό.

Το σχέδιο της σελίδος μας είναι σε κανονικό μέγεθος. Κεντιέται με περαστή βελονιά, όπως το υπόδειγμα που σας δίνουμε. Τα πουά μπορούν να κεντηθούν με ρίζα πλάκε και τα κλαράκια με απλή π.σ.ω.βελονιά. Τη γιολάντα θα την τοποθετήσετε καθέτως στο τραπεζομάνδηλο, επαναλαμβάνοντάς το όσοι φορές χρειασθεί, ανάλογα με το μέγεθος που θα έχει το τραπεζομάνδηλό σας, αφού προηγουμένως συμπληρώσετε το λουλουδάκι Α με το πασαπλεύρω μισό λουλουδάκι Α.

Θα τοποθετήσετε δεξιά και αριστερά στο τραπεζομάνδηλο την κάθε γιολάντα, ώστε να εγχωνται στο μέσον του τραπεζιού και οι δύο.

Με τα μεγάλα μπουκετάκια θα γαρνίσετε τις τέσσερες γωνίες και τα πιο μικρά θα τα σκορπίσετε σε όλο το τραπεζομάνδηλο.

Εάν κεντήσετε και πετσέτάκια, μεταχειρισθήτε για το καθένα διαφορετικό λουλουδάκι, σε κάθε γωνιά για να μην είναι όλα τα ίδια και παρουσιάζουν μονotonία.



Κυρία μου, μάδετε νά μιλάτε!

* ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΜΙΛΙΑ Ι-ΔΙΑΙΤΕΡΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΟΠΩΣ ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΜΦΑΝΙΣΙ ΣΑΣ
* Η ΟΜΙΛΙΑ ΕΙΝΑΙ ΕΝΑ ΑΠΟ ΤΑ ΣΗ-ΜΑΝΤΙΚΩΤΕΡΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ ΣΤΗ ΖΩΗ

Υπάρχουν πολλοί τρόποι με τους οποίους μια γυναίκα μπορεί να γίνει αξιολογητή στον κόσμο που την περιβάλλει. Η όμορφιά, η χάρη, η ευγένεια, η μόρφωση, η νοικοκυρευσή είναι προσόντα που εκτιμούν οι άλλοι και που κάνουν την συντροφιά εκείνης που τα κατέχει περιζήτητη. Ένα από τα προσόντα του είδους αυτού, και μάλιστα πολύ σημαντικό, είναι και η ομιλία.

Ας ιδούμε πρώτ' απ' όλα τί έννοούμε με τη λέξη ομιλία. Είναι μια λέξη που κλείνει μέσα της πολλές και διάφορες έννοιες. Ο τρόπος με τον οποίο εκφράζουμε τις σκέψεις μας, οι λέξεις και εκφράσεις που μεταχειριζόμαστε για τον σκοπό αυτό, ο τόνος και ο χρωματισμός της φωνής μας, τα θέματα που διαλέγουμε στις συζητήσεις μας και πολλά άλλα ανάλογα αποτελούν τα στοιχεία εκείνου που ονομάζουμε ομιλία. Και υπάρχουν πολλοί άνθρωποι, άνδρες και γυναίκες, που όφειλουν την επιτυχία του στη ζωή αποκλειστικά και μόνο στην ομιλία τους.

Πολλά από τα στοιχεία της ομιλίας που αναφέραμε τα προκαθορίζει μόνη της η φύσις. Αυτό ισχύει προ πάντων άλλου για τον τόνο και τον χρωματισμό της φωνής. Υπάρχουν γυναίκες με γλυκειά ελκυστική φωνή που αρκεί μόνη αυτή να τις κάνει αξιολογητές έστω και αν δεν είναι εξαιρετικά όμορφες ή χαριτωμένες. Υπάρχουν άλλες πάλι που η φωνή τους είναι τραχεία και αποκρουστική. Άλλες πάλι μιλάνε λόγω φυσικού ελαττώματος με την μύτη και ούτω καθ' εξής.

Στις περισσότερες περιπτώσεις μπορεί μια γυναίκα με την υπομονή και την επιμονή να διορθώσει σημαντικά τον τόνο και τον χρωματισμό της φωνής της. Δεν χρειάζεται για τον λόγο αυτό να μιμηθεί το παράδειγμα του Δημοσθένη που μιλούσε με χαλικάκια στο στόμα μπροστά στα κύματα για να πάψη να τραυλίζει. Εκείνο που πρέπει να κάνει είναι να προσπαθή κάθε φορά που μιλάει με τους δικούς της να δίνει στη φωνή της τον τόνο και τον χρωματισμό που θα ήθελε να αποκτήσει. Με τον τρόπο αυτό θα μπορεί σιγά-σιγά και χωρίς να το καταλάβει και η ίδια να διορθώσει τη φωνή της σημαντικώτατα και να την κάνει από αντιπαθητική συμπαθητική. Σε άλλες πάλι περιπτώσεις, όταν το ελάττωμα της φωνής όφειλεται σε φυσικό σφάλμα, είναι δυνατόν να διορθωθεί με χειρουργική επέμβαση. Ας σημειωθεί ότι ο βαθύς τόνος της φωνής δεν είναι πάντοτε αποκρουστικός ή αντιπαθητικός. Τουναντίον μάλιστα μπορεί μια βαθιά γυναικεία φωνή να είναι συμπαθητικώτατη και ν' αρέσει εξαιρετικά, ιδίως στους άνδρες. Εκείνο που κάνει τη φωνή άσυμπάθιστη είναι η τραχύτης της.

Η ομιλία συνοδεύεται αναγκαστικά με ώρισμένες κινήσεις των χειρών και μορφασμούς του προσώπου. Υπάρχουν πολλές γυναίκες που όταν τις ακούμε μόνον να μιλάνε, χωρίς και να τις βλέπουμε τανυάχρονα, μας προδιαθέτουν συμπαινώματα. Δεν είναι όμως σπάνιες οι περιπτώσεις που μια γυναίκα με συμπαθητική φωνή γίνεται αποκρουστική όταν την βλέπουμε καθώς μιλάει. Αποφεύγετε όσο μπορείτε να ανοίγετε πολύ το στόμα σας όταν μιλάτε. Με μια μικρή προσπάθεια ταν μιλάτε, η καθρέφτη θα πεισθήτε πομπροστά στον καθρέφτη και μεγάλα αλλά εύκολα ότι τα πολλά και μεγάλα ανοιγοκλεισίματα του στόματος δεν είναι καθόλου απαραίτητα στην ομιλία και ότι τα λόγια βγαίνουν πολύ πιο στρωτά και ακούγονται πολύ πιο αρμονικά όταν βγαίνουν από μισόκλειστο στόμα. Αποφεύγετε

επίσης όσο μπορείτε τις δυνατές κινήσεις της γλώσσας που δίνουν στην ομιλία όφους τραχύ και πρόστυχο. Τέλος αποφεύγετε τους μορφασμούς που μπορεί να είναι καλοί για ένα ρήτορα ή για ένα ήθοιο, που γνωρίζουν που και πότε πρέπει να τους χρησιμοποιήσουν αλλά μπορούν να καταστήσουν ακόμη και γελοίο ένα πρόσωπο κατά τ' άλλα πολύ συμπαθητικό. Σταθήτε μπροστά στον καθρέφτη και διηγηθείτε τα ίδια ακριβώς πράγματα δυο φορές. Την μια φορά με μορφασμούς και την άλλη χωρίς. Θα βεβαιωθείτε άμεσα και μόνη σας ποιος από τους δυο τρόπους είναι ο προτιμότερος.

Πολύ χειρότερες και από τους μορφασμούς είναι οι χειρονομίες. Είναι βέβαια περιπτώσεις που οι χειρονομίες έρχονται αυθόρμητα και είναι σχεδόν απαραίτητο συμπλήρωμα της ομιλίας. Τις περισσότερες όμως φορές είναι οι χειρονομίες τελείως περιττές και δίνουν την εντύπωση ότι εκείνη που τις χρησιμοποιεί, καταφεύγει σ' αυτές επειδή δεν έχει την ικανότητα να εκφράσει τις σκέψεις της μόνο με λόγια. Δεν ξέρει δηλαδή να μιλήσει με τη γλώσσα και αρχίζει να μιλάει με τα χέρια.

Όσα είπαμε ως εδώ αναφέρονται στην εξωτερική τρόπον τινά εμφάνιση της ομιλίας. Ας έλθουμε τώρα και στην ουσία της. Στην καθημερινή ζωή διακρίνουμε γενικά δύο είδων ομιλίες. Εκείνες που είναι απαραίτητες για να εκφράσουμε τις σκέψεις μας, τις επιθυμίες μας ή τα αισθήματά μας στους ανθρώπους με τους οποίους έρχόμαστε αναγκαστικά σε συνάφεια και κείνες που γίνονται μάλλον ως έκ περισ-

Υπάρχει πάντα ένα διότι

Ένας σύζυγος, ο Παριζιάνος κ. Ριτάρ, ζήτησε διαζύγιο επειδή η γυναίκα του είχε έναν έραστή. Και όμως δεν διαμαρτυρήθηκε ποτέ, για τους προηγούμενους έραστές της, παρ' όλο που ήταν πάντοτε καλά πληροφορημένος.

ΓΙΑΤΙ

Οι προηγούμενοι έρασταί —όπως εξήγησε στο δικαστήριο — ήταν τουλάχιστο φυσιολογικοί άνθρωποι, αντιθέτως ο τελευταίος ήτο τέρως αλκήμιος, κι' αυτό προκαλούσε την προσοχή και τα σχόλια του κόσμου εις βάρος του τριγώνου, τη μία γωνία του οποίου κατείχε ο άτυχής σύζυγος.

Η Έλισάβετ της Αγγλίας σ' ένα από τα τελευταία της ταξίδια στη Μάλτα, παρακάλεσε το σύζυγό της να μη την προσκαλή πιά σε γεύμα στο πλοίο, αλλά κάπου άλλου στην ξηρά.

ΓΙΑΤΙ

Κάθε φορά που πήγαινε στο πλοίο να συναντήσει τον άντρα της, τα άλλα πλοία που βρισκόντουσαν στο λιμάνι της Λά-Βαλέττα, ήταν υποχρεωμένα να ρίχνουν κανονίες και τα πληρώματά τους να στέκονταν εις παράταξιν.

Η Δημοκρατία της Κοσταρίκας είναι ακόμη σε πόλεμο με τη Γερμανία! Αλλά όχι γιατί υπάρχει μίσος μεταξύ των δύο κρατών, αλλά....

ΓΙΑΤΙ

Η Κοσταρίκα ξέχασε να υπογράψει την ειρήνη των Βερσαλλιών στο τέλος του πρώτου πολέμου.

σο! σε συγκεντρώσεις, συναναστροφές κ.λπ. Στην πρώτη περίπτωση δεν έχουμε να διαλέξουμε έμεις τα θέματα. Μας τα επιβάλλει μόνος του ο ρυθμός της ζωής. Οι κουβέντες που θα είπαμε με τα διαφόρα μέλη της οικογένειάς μας, με την υπηρέτρια, τον μπακάλη, τον έμπορο κλπ., είναι κατά το μεγαλύτερο τους ποσοστό κουβέντες αναγκαστικές που επιβάλλονται μόνες τους από τα πράγματα. Όταν όμως βρεθούμε σ' ένα κύκλο πάρα έξω ανθρώπων, έχουμε όλη την ελευθερία να διαλέξουμε το θέμα ή τα θέματα που θα μας απασχολήσουν. Η επιλογή γίνεται τόσο μεγαλύτερη όσο πιο πολύ μόρφωση έχει εκείνη ή εκείνος που μιλάει. Μπορούν όμως και άνθρωποι με μέτρια ή και με σχεδόν καμία μόρφωση να διαλέξουν θέματα που να παρουσιάζουν εξαιρετικό ενδιαφέρον και να κατορθώσουν έτσι να δημιουργηθεί μια ευνοϊκή εντύπωση γι' αυτούς στον κύκλο που βρίσκονται. Έχετε ως αρχή να αποφεύγετε στις περιπτώσεις αυτές θέματα που αφορούν τον εαυτό σας, τον άνδρα σας, τα παιδιά σας και γενικά το σπίτι σας. Το αν το μικρό σας είναι το πιο έξυπνο και το πιο χαριτωμένο παιδί του κόσμου — όπως νομίζει και όπως πρέπει να νομίζει κάθε μητέρα — είναι κάτι που ενδιαφέρει αποκλειστικά εσάς και την οικογένειά σας. Οι ξένοι όμως δεν έχουν ασφαλώς κανένα ενδιαφέρον να μάθουν τί «έξυπνο» έκαμε ή είπε ο μικρός που είναι γι' αυτούς μια ανθρώπινη τελείως ξένη και αδιάφορη. Ακόμη χειρότερη εντύπωση κάνετε όταν αρχίζετε να μιλάτε για το ίδιο το εαυτό σας (εκτός βέβαια σε εκείνους που μπορεί να έχουν ιδιαίτερο ενδιαφέρον για το άτομό σας και για τη ζωή σας). Διαφορετικά ένα εξαιρετικό περιστατικό της ζωής σας, μια ωραία ταξιδιωτική εντύπωση και γενικά κάτι στο οποίο μόνο κατά συμπτώσιν είσατε σείς ή ηρώϊς που θα μπορούσε να ήταν και οποιαδήποτε άλλη. Η συχνή επανάληψη του ίδιου θέματος σάς κάνει «βαρετή» ακόμη και αν έχετε το χάρισμα να διηγόμαστε εύχρηστα και συναρπαστικά. Βαρετό καταντάει επίσης όταν μιλώντας για ένα θέμα μπαίνετε σε περιττές λεπτομέρειες που το μακραίνουν χωρίς και να του προσθέτουν κανένα ενδιαφέρον. Γενικά μη ξεχνάτε όταν αρχίζετε να διηγόμαστε κάτι ότι δεν έχετε σείς το μονοπώλιο της ομιλίας και ότι υπάρχουν να υπάρχουν στη συγκέντρωσή και άλλες ή άλλοι που θέλουν να μιλήσουν. Η φλυαρία είναι για τις γυναίκες και για τους άνδρες ένα πολύ κακό ελάττωμα που μπορεί να κάνει αντιπαθητικό ένα άτομο γεμάτο με όλα τα άλλα χαρίσματα του κόσμου.

Πολύ μεγάλη σημασία έχουν και οι λέξεις και οι εκφράσεις που θα μεταχειρισθείτε στην ομιλία σας. Πρό πάντως άλλου προσέχετε να μη χρησιμοποιήτε εκφράσεις που μπορούν να πειράξουν κάποιον από εκείνους που σάς ακούν. Δεν πρέπει π.χ. να λέτε «μια κοντή τούση δώ» ή «να μια χονδρή» αν στον κύκλο υπάρχουν πρόσωπα με ανάλογη σωματική διαμόρφωση. Αν ο κύκλος δεν είναι πολύ γνωστός σας αποφεύγετε να μιλάτε για τρίτα πρόσωπα επειδή ανάμεσα σ' εκείνους που σάς ακούν μπορεί να υπάρχουν συγγενείς τους ή φίλοι τους που, αν από ευγένεια δεν σας ζητήσουν το λόγο, θα σας χαρακτηρίσουν σαν μια κακόγλωσση κουτσομπόλα.

Γενικά είναι η ομιλία κάτι που δεν μπορεί να γίνεται στην τύχη. Όπως όταν πρόκειται να πάτε κάπου ή να δεχθείτε κάποιους στο σπίτι, βάζετε κάποιον ιδιαίτερη επιμέλεια στην εξωτερική σας εμφάνιση, φροντίζετε το χτένισμά σας, το πρόσωπό σας, το ντύσιμό σας το ίδιο πρέπει να επιμεληθείτε και της ομιλίας σας από όλες τις πλευρές που αναφέραμε πάρα πάνω. Επειδή πολλοί από εκείνους που θα σάς ιδούν και θα σάς ακούσουν θα κρίνουν για το άτομό σας, λιγώτερο από την εξωτερική σας εμφάνιση και περισσότερο από εκείνα που θα πείτε και από τον τρόπο που θα τα πείτε.

ΤΟ ΚΟΜΨΟ ΚΑΙ ΦΘΗΝΟ ΦΟΡΕΜΑ ΓΙΑ ΤΟ ΠΡΩΪ ΚΑΙ ΤΟ ΓΡΑΦΕΙΟ

“ΑΕΡΑΚΙ”
125.000

“ΝΕΙΑΤΑ”
125.000

“ΘΥΡΛΟΣ”
95.000

“ΔΡΟΣΙΑ”
95.000

“ΠΕΓΚ”
290.000

Etam

Η ΜΟΝΑΔΙΚΗ ΣΤΟΝ ΤΟΠΟ ΜΑΣ ΜΕΘΟΔΙΚΑ ΟΡΓΑΝΩΜΕΝΗ ΚΑΙ ΠΡΩΤΟΠΟΡΟΣ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ ΤΩΝ ΕΚΛΕΚΤΩΝ ΦΟΡΕΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΕΣΩΡΡΟΥΧΩΝ

... πόνος ...

...την αποκάλυψ...

— Δὲν μοῦ εἶπε τίποτε, ἀπάντησε.

(Οι λύσεις στη σελίδα 65)

ΟΡΙΖΟΝΤΙΩΣ:

- 1) Είναι πολλοί νέοι της εποχής μας—Είναι σκληροί.
- 2) Ἡ πατρίς τοῦ Ἱπποκράτους — Ὑπάρχει στὸν ἀέρα.
- 3) Δημιούργημα τοῦ ἦταν ἡ Κοινωνία τῶν Ἑθνῶν — Σύνδεσμος.
- 4) Ἰδιότης τῶν ἡσυχῶν ἀνθρώπων—Δίφθογος.
- 5) Γίνονται καὶ μάτια—Πρεσβευτής ἐν Ἀθήναις.
- 6) Κι' αὐτὸ κεφάλι Είναι—Μεγάλα κύτταρα.
- 7) Θεότης τοῦ Ἰνδικοῦ πανθέου.
- 8) Θεὰ τῶν Βαβυλωνίων—Χωρὶς ὀπογραφή δὲν ἀξίζει τίποτα.
- 9) Πρόθεσις—Πάνω τῆς στήριζαν οἱ Γάλλοι πολλές ἐλπίδες μάταιες.
- 10) Ἀγύρτης, ἀπατεώνας.

ΚΑΘΕΤΩΣ :

- 1) Παρατηρώ μετά προσοχής — 'Ασιατικό κράτος.
- 2) Γερμανός διπλωμάτης—Πόλις του Βελγίου.
- 3) 'Η Μαριάμ της Κερατέας—'Ο τελευταίος των Έξ.
- 4) Ευρωπαϊκή Πρωτεύουσα (Δημ.).
- 5) Πολύ αλλοιό—'Ιντακτικό όνομα.
- 6) Ενεργητικός—Φωνήν και συμφωνών.
- 7) Λιμνή επί της Μαύρης θαλάσσης.
- 8) 'Αρβόν (άντιστρ.) 'Ήταν χαμένη πίσω γιά τόν Μίλταν.
- 9) 'Όργανον χρησιμοποιούμενον στην ύφανση του υφάσματος — Πρόβλεσις.
- 10) 'Αδύνατον νά λυθῇ τὸ σταυρόλεξο...ἀνεύρου τουτού — Μία 'Ιταλική πόλις που ἔβρισκεται στὸ χέρι μας.

03

ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΕΙ ΥΓΕΙΑ ΧΩΡΙΣ ΚΑΘΑΡΙΟΤΗΤΑ

Όλες σχεδόν οι μητέρες φροντίζουν για την καθαριότητα των μωρών τους. Ξέρουν πόση σημασία έχει να προστατεύσουν τα μικρά τους από τα μικρόβια. Όταν αυτά όμως αρχίζουν να μεγαλώνουν, παραμελούν μερικές λεπτομέρειες της τουαλέτας τους. Οι παιδίατροι διαπιστώνουν κατά την εξέτασι ότι πολλά παιδιά δεν είναι τόσο καθαρά όσο θα έπρεπε.

Το παιδί αρχίζει να λερώνεται πολύ έπειτα από τα δυό του χρόνια. Κυλιέται μέσα στο χώμα του περιβολιού ή μέσα στη σκόνη της αούλης. Πιάνει το κάθε βρώμικο πράγμα που βλέπει μπροστά του και που μπορεί να φτάσει. Είναι η ηλικία που το παιδί επιστρέφοντας μετά το παιχνίδι στο σπίτι του, μοιάζει με γυφτόπουλο: τα χέρια του και τα γόνατά του είναι μαύρα, το πρόσωπό του είναι μουντζουρωμένο.

Είναι η ηλικία επίσης που το παιδί δείχνει μια έντονη αντιπάθεια για το νερό και για το σαπούνι. Το πλύσιμο του φαίνεται βαρυσαντήριο. «Για ποιο λόγο, σκέπτεται ίσως, αφού σε λίγη ώρα θα ξαναλερώθω;».

Και πόσες μητέρες, απορροφημένες από τις δουλειές του σπιτιού, δεν έχουν τη δύναμη να επιμεινούν, όσο θα έπρεπε.

ΜΙΑ ΥΓΙΕΙΝΗ ΑΝΑΓΚΑΙΟΤΗΤΑ

Η καθαριότητα, ωστόσο, δεν είναι πολυτέλεια, αλλά αναγκαίοτητα για την υγεία του παιδιού σας.

Σε άλλα άρθρα μας έχουμε πει ότι το δέρμα είναι ένα από τα μέσα επικοινωνίας του οργανισμού με τον εξωτερικό κόσμο. Είναι ανάγκη να βρίσκεται σε άμεση επαφή με τον αέρα, να είναι υγιές, όπως λέ-

νε. Οι στεατογόνοι αδένες εκκρίνουν αδιάκοπα μια ουσία λιπαρή, το στέαρ. Στο λίγο λιπαρό, το στέαρ, οι εκκρίσεις της ουσίας παιδί, είναι ιδιαιτέρως άφθονα. Όταν η σκόνη κολλήσει πάνω στο στέαρ, σχηματίζεται στην επιφάνεια της επιδερμίδος στην επιφάνεια του στρώματος, που ένα αδιάβροχο, στρώμα, που κλείνει τους πόρους κι εμποδίζει την επιδερμίδα να αναπνέει.

Από την άλλη πλευρά, στο σχολείο ή στο δημόσιο κήπο, το παιδί μπορεί να αρπάξει τις ψείρες ή άλλα παράσιτα. Οι ψείρες αγαπούν πολύ το λιπαρό στέαρ, του δέρματος. Η καθαριότητα, του δέρματος, εμποδίζει τις ψείρες να έχουν καταστροφές στις πτυχές του δέρματος, από όπου κατόπιν είναι δύσκολο να τις βγάλει κανείς. Και τα άλλα όμως παράσιτα αναπτύσσονται γρήγορα πάνω σε ένα βρώμικο δέρμα.

Ας προσθέσουμε ότι οι λειχήνες, αρρώστια πολύ μεταδοτική, εύνοούνται εξαιρετικά από την ακαθαρσία και από την ίδια συμβαίνει και ο μύκητας. Το ίδιο συμβαίνει με όλες τις μικροβιακές ασθένειες, γιατί το βρώμικο δέρμα προσφέρει καταφύγιο και τροφή στα μικρόβια.

Αυτά όλα εξηγούν γιατί δεν αρκεί να πλύνουμε τα έκτη-μένα στον αέρα μέρη του σώματος, για να μην τα καθαρίσει το παιδί. Το παιδί, μονάχο του, δεν πρόκειται να μην δεν καθαρίσει το σώμα του αν δεν τον υποχρεώσουμε εσείς. «Γιατί; Δεν φαίνονται!» είπετε. Δεν είναι ένας πιτσιρικός δ-πρό ημερών του του συνήθη-ταν ή μητέρα του τα μανίκια του σε να σηκώσει τα μανίκια του για να πλύνει μαζί με τα χέρια

να μην κρύψει το παιδί. Να χρησιμοποιήσετε κατά προτίμησι (και το καλοκαίρι) χλιαρό ή ζεστό νερό που καθαρίζει καλύτερα το δέρμα. Έπειτα όμως από το σαπούνισμα με ζεστό νερό, μπορείτε να ξεπλύνετε τον μικρό σας με κρύο νερό, εκτός αν είναι λεπτοκαμωμένος. Το κρύο νερό σφίγγει τους πόρους και ζωηρεύει την κυκλοφορία.

Στο τέλος κάντε του μια έντριδη με τρίχνο γάντι δρεμένο με νερό, πάνω στο οποίο θα έχετε ρίξει μερικές σταγόνες κολώνια. Μην του κάνετε έντριδη με καθαρή κολώνια. Το λεπτό δέρμα του απορροφάει το οινόπνευμα που δεν μπορεί παρά να είναι βλαβερό για τον οργανισμό του.

ΝΥΧΙΑ ΚΑΙ ΜΑΛΛΙΑ

Φροντίστε ώστε το παιδάκι σας να πλένι τα χέρια του πολλές φορές την ημέρα, ιδίως όταν επιστρέφει από το σχολείο και πριν ή α-πο τη τραπεζιά για να φάει.

Το παιδί πρέπει να μάθει από μικρό να δουρτίζει τα νύχια του με τη μικρή ειδική δούρτσα κάθε φορά που πλένι τα χέρια του. Είναι ο μόνος τρόπος για να τα διατηρή καθαρά. Γιατί κάτω από τα νύχια δεν μαζεύεται μονάχα σκόνη, αλλά και οι περιεχόμενα αυτής, κι ιδίως τα αυγά των μικρών σκουληκιών που προκαλούν τα «εν-

τερικά» στα παιδιά. Τα μικροσκοπικά αυτά αυγά μεταδίδονται με τα νύχια, όταν το παιδί φέρνει τα δάχτυλά του στο στόμα.

Μια φορά την εβδομάδα κόβετε τα νύχια του παιδιού, όσο μπορείτε πιο κοντά.

Μια φορά την εβδομάδα επίσης κόβετε τα μαλλιά του παιδιού με σαπούνι τύπου Μασσαλίας ή ένα καλό σαμπουάν. Αντίθετα από ό,τι νομίζουν πολλοί γονείς, το συχνό λούσιμο δεν κα-ταστρέφει καθόλου τα μαλλιά. Πρέπει μονάχα μετά το λούσιμο να του τα πλένετε καλά με καθαρό νερό, ώστε να μην μείνι στο κεφάλι του καθόλου σαπούνι, που η αλκαλικότητά του μπορεί να βλάψι τα μαλλιά.

ΜΗΝ ΞΕΧΝΑΤΕ ΤΑ ΔΟΝΤΙΑ

Τέλος μη ξεχνάτε ποτέ την πολυτιμή αυτή συμβουλή: μόλις το παιδί αποκτήσει δόντια, πρέπει να μάθι να τα πλένι! Έξ άλλου το παιδί μπορεί να πάρη για παιχνίδι το πλύσιμο των δοντιών, αν του δώσετε μια χρωματιστή δούρτσα και μια οδοντόπαστα που ν' αρέζι. Και τότε θα τα πλένι μόλις του. Μάθετε το να πλένι καλά τη δούρτσα του μόλις τη χρησιμοποιήσι και να την βάζι ανάποδα στο ειδικό ποτήρι.

«Επειτ» από λίγον καιρό το πλύσιμο των δοντιών γίνεται συνήθεια κι' επειτ» από λίγον καιρό ο μικρός δεν θα μπορή να κάνει χωρίς να πλένι τα δόντια του.

Τέλος, να πηγαίνετε το παιδί σας μια φορά το χρόνο στον οδοντογιάτρο. Μόνο αυτός μπορεί να διαπιστώσι αν η οδοντοφυΐα του μικρού σας γίνεται κανονικά. Πολλοί νομίζουν ότι δεν πρέπει να περιποιώμαστε τα δόντια του γαλάκτος. Αυτό είναι πλάνη. Αν αυτά χαλάσουν ή φυτρώσουν στραβά θα επηρεασθι και η μελλοντική οδοντοφυΐα.

Η καθαριότητα είναι βασική προϋπόθεσις της υγείας. Κι' εξαρτάται αποκλειστικά και μόνο από τη συνήθεια. Το παιδί όταν το αφήσετε μόνο του, οπ-α να είναι καθαρό: εσείς πρέπει να το συνήθισετε να πλένεται ταχτικά.



ΟΙ ΜΟΥΣΑΜΑΔΕΣ

Οι μουσαμάδες χρειάζονται περιποίηση:

1. Κάθε μέρα: Πλένετέ τους με καθαρό πανί, βουτηγμένο μέσα σε χλιαρό γάλα, που του προσθέσατε το μισό του βάρους νερό.

2. Από καιρό σε καιρό: Χρησιμοποιήτε ένα κουρέλι από φανέλλα, βουτηγμένο μέσα στο έξις μίγμα: ένα τρίτο λι-νέλαιο, ένα τρίτο οινόπνευμα, ένα τρίτο ξύδι, όπου διαλύσα-τε άμυλο. Τα άνακατέψετε κα-λά, ώστε να γίνι σαν κουρ-κούτι.

3. Δυό ή τρείς φορές το χρόνο: Καθαρίσατε τους καλά με ένα δόκλαιο, χτυπημένο αυγό μέσα σε 75 θράμια νερό. Μη χρησιμοποιήτε ποτέ σαπούνι ή βενζίνη, που χαλούν τα χρώ-ματα.

Η ΟΜΟΡΦΙΑ ΤΟΥ ΠΡΟΣΩΠΟΥ

(Συνέχεια από τη σελ. 33)

«Εφ' όσον δεν μου περι-βάρετε την κατάσταση του στή-θους σας.

ΜΙΑΝ ΑΝΑΓΝΩΣΤΡΙΑΝ.— Αγαπώ μου τη διεύθυνσι σας. Ψευδώνυμο για να σας απαντήσω ιδιαι-τέρως σε όλα αυτά που με ρω-τάτε.

Ε. Τ. (Αχαΐνα).— Για να παχύ-νι, ακολουθήστε τις συμβουλές που δίνω παραπάνω σε άλλες α-ναγνώστριες. Για την όμορφη του προσώπου σας μεταχειρίζεστε την καλλυντική κρέμα «Κολντίνα» του φαρμακείου.

ΜΑΡΚΑΛΙΝΤΑ.— Καλύτερα, εφ' όσον μένετε στην Αθήνα, έ-στε 6-7 να σας εξετάσω και να βουλεύσω τελείως φιλικά.

ΑΠΕΛΠΙΣΜΕΝΗ Π. Π. Π.— Εφ' όσον είπατε να μην μπορεί να γίνι με την πλα-στικότητα και τις ραβδώσεις που έστε στα χέρια σας κλπ., έλατε 7 να σας εξετάσω τελείως φι-λικά.

ΑΥΓΟΥΛΑΝ.— Και σεις για να γίνετε διαβάστε τι γράφω πα-ράνω σε σχετικές απαντήσεις μου. Για ύψος 1.68 πρέπει να ζυ-γίζετε 61-62 κιλά.

ΡΙΤΑΝ Σ. Μ.— Και σεις, προ-σέξτε για προσωρινή και μη

ερεθιστική απόρριψι, διαβάσατε ανωτέρω σχετικές απαντήσεις μου. Το κερπ «Αρντεν» πωλείται όδω Σταδίου (Ταϊφούριλ) έναντι Με-γάρου Μετοχικού Ταμείου.

ΑΝΥΠΟΜΟΝΗΝ (Καλάμας).— Για τα εξογκώματα πάνω στα πό-δια σας περιμένετε προσεχώς το άρθρο μου για τα τοπικά αδυνα-τίσματα. Για την όμορφη του προ-σώπου σας μεταχειρίζεστε την κρέμα «Κολντίνα» του φαρμακείου.

ΜΙΑ ΚΟΠΕΛΛΑ ΔΥΣΤΥΧΙΣΜΕ-ΝΗ.— Να μην είσατε διόλου δυ-στυχισμένη γιατί η μεγάλη και κυρτή μύτη σας διορθώνεται στο φαρμακείο και γίνετα ένα ω-ραίοτομο μυτάκι μέσα σε 15 το-πολύ μέρες τελείως ανώδυνη. Δεν θα χρειασθι να μείνετε σε κλινι-κή. Εύχριστώ θερμά για τις εύ-χες σας.

Α. ΟΡΤΑΝΣΙΑΝ Α.— Εύχαρι-στόν για τις εύχες σας. Εύχαρι-στός θα σας δεχθώ 6-7 τελείως φιλικά όταν έλθετε στην Αθήνα.

Μ. Α. Ζ. Κ.— Εύχαριστώ πολύ για τα λακωνικάτα και δακτυ-λογραφημένο γράμμα. Βεβαίω-τα το υπερτροφικό και χαλαρω-μένο στήθος σας θα μεταβληθι σε ωραίοτομο και κανονικά τοπο-θετημένο στήθος. Για κάθε λεπτο-μέρεια πρέπει φυσικά πρώτα να εξετασθι από του ειδικού χει-ρουργού 6-7.

Κ. Ε. Π. 23, ΣΟΛΑΝΣ Ε.Β.—



• Χωρίς βαμβάκια
• Χωρίς επιδέσμους
Περιποιηθήτε το
πληγωμένο σας
δάκτυλο
ΔΕΝ ΣΑΣ ΕΜΠΟΔΙΖΕΙ
ΣΤΙΣ ΚΙΝΗΣΕΙΣ

Τενσοπλάστ

Κυκλοφορούν μόνον εις έρυθρά με-ταλλικά κυτία. Πρόχειρος και άσφα-λής επίδεσις για κάθε μικροτραυμα-τισμό. Απαραίτητο για κάθε ΣΠΙΤΙ, ΕΡΓΟΣΤΑΣΙΟ, ΑΘΛΗΤΗ, ΕΚΔΡΟΜΕΑ. Ίδεώδες ΕΠΙΔΕΣΜΙΚΟΝ ΥΛΙΚΟΝ για ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ.

ΠΡΟΙΟΝΤΑ ΑΓΓΛΙΚΗΣ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΤΩΝ
T. J. SMITH & NEPHEW LTD - HULL
ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ ΕΙΣ ΟΛΑ ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ

Αντιπρόσωπος δια την Ελλάδα
Κ. ΚΑΝΑΡΟΓΛΟΥ
ΗΠΟΚΡΑΤΟΥΣ 12 - ΤΗΛΕΦ. 24-870 - ΑΘΗΝΑΙ



Ευχαριστώ για τα καλά σας λό-για. Έλάτε να με επισκεφθιτε τε-λείως φιλικά 6-7 ως αναγνώστρι-ές μου.

ΣΑΜΙΩΤΟΠΟΥΛΑΝ, ΡΟΔΙΤΙΣ
ΣΑΝ Α. Π., ΚΥΠΡΙΩΤΙΣ ΣΑ.,
ΠΟΝΕΜΕΝΗ ΜΙΚΡΟΥΛΑ.— Σας
απαντώ ιδιαιτέρως.

ΤΟΝΥ ΜΠΡΑΤΣΟΥ — ΓΙΑΝΝΗ-ΛΟΥ

Διευθύντρια του Αισθητικού—Φυ-σιοθεραπευτικού Τμήματος του Αι-σθητικού και Χειρουργικού Θερα-πευτηρίου Αθηνών. Γιαν Σμάτς 38.



Η ΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΑΠΑΝΤΑ

(Συνέχεια από την σελίδα 36)

ρα. Είσαι τυπικό παράδειγμα του κοριτσιού της υπαίθρου, που λα-χτορά τη μόρφωσι αλλά δεν μπο-ρεί να την απολαύσι. Αναφορι-κά μ' αυτό έχω να σοβ πώ, ότι αφού δεν μόρσεσι να εξακολου-θήσιν τις σπουδές σου μόρσεσι να αυτομορφώθης.

Μόνικα (Μ. Χ. Κ.). — Κα-λή μου φίλη, καταλαβαίνω το δι-λήμμα σου και πιστεύω πως έ-χεις όλη μου τη συμπάθεια και την κατανόησι. Φοβούμαι όμως ότι εξιδανικεύεις την «ανεξαρτη-σία» της γυναίκας. Το σπουδαί-ο στη ζωή δεν είναι να έχη κανείς οικονομική ανεξαρτησία, όσο α-οικονομική ήθικη, να είναι δηλα-δή άτομο όπως κι' εσύ με στέ-ρεο και καλό χαρακτήρα. Θέλω να προσέξης επίσης και ένα αλ-λο σημείο: Έχεις πλάσει με τη δύναμη των ονείρων σου ένα τύ-πο «με ψυχική ανωτερότητα» ό-πως λές και αυτόν ζητάς μέσα στη ζωή. Μη ξεχνάς όμως ότι πά-ρα πολύ συχνά υπάρχει μεγάλη και πραγματική ψυχική ανωτερό-της μέσα σε ανθρώπους που έ-χουν πολύ ταπεινό παρουσιαστι-κό. Δεν γνωρίζω την ηλικία σου. Αν είσαι πολύ νέα μόρσεσι να περιμένης. Αν όμως έχεις ξεπε-ράσει τα είκοσι πέντε, είκοσι έ-πτι και η λύσι που σου προτει-νει ο πατέρας σου είναι πραγ-ματικά ικανοποιητική. Ίσως να βρής σ' αυτήν πραγματική εύτυ-χια. Μερικές φορές οι γονείς με την πείρα τους βλέπουν καλύτερα από τα άγνοια νιάτα. Ώστόσο εσύ θ' αποφασίσης. Γιατί εσύ θα ζήσης κι' εσύ θα περάσης εύτυ-χημένη ή δυστυχισμένη. Μπο-ρείς και να μου ξαναγράψης.

Νέα Υόρκη.— Προς Θεό μη αφήσης αυτή τη ζητήσα να σου φαρμακώσι την ετυχία σου. Αγνόησε την και μην προσπα-θήσης πιά να την εξευμενίσης. Ο καλός σου έχει δικίω. Να μη στενοχωρησάι. Φρόντισε να φυλά-ξης το γάμο σου, την ετυχία σου μακριά από τα εηλόφθονα μάτια της. Έχεις έξ άλλου το δικαιολογητικό ότι σε αγνόησε. Έξληψε της και μην πάρεις έχ-θρική στάσι απέναντί της. Δεν έ-χει κανένα δικαίωμα στην ετυχία σου. Αφού εκείνος σ' αγαπά τί έχεις να φοβήθης; Αγάπα τον και έχε του εμπιστοσύνη.



ΑΛΛΗΛΟΓΡΑΦΙΑ ΣΥΝΤΑΞΕΩΣ

ΓΙΟΥΛΗΝ ΦΥΛΙΑΔΗΝ (Παρα-δεισού 5 Παγκράτι).— Σας πα-ρακαλούμε να περάσετε κανένα μεσημέρι από τα γραφεία μας να μιλήσουμε. Αν δεν μόρσεσι τις πρώτες ώρες, τηλεφωνήστε μας να συναντηθούμε απόγευμα.

ΣΑΦΩ Ι. ΡΟΥΠΗ (Πάτρα).— Το άρθρο για το δηλητήριο της μελίτσας το πήραμε από το γε-μινικό περιοδικό «Λιμπέλ». Δυσ-τυχώς δεν γνωρίζω αν είνι άπα-ρη εδω αυτό το παρασκεύασμα και είνι κόμη για την περίπτω-σί σας. Έμεις θα σας συνιστούσαμε αντί να όποληθιτε στον κόπο να γράψετε στη Γερμανία, να συμ-βουλευθιτε το γιάτρο σας και να

ΟΙ ΛΥΣΕΙΣ ΤΩΝ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΩΝ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Σ	Ν	Ο	Μ	Π	Κ	Ο	Ρ	Α
2	Κ	Ο	Σ	Α	Ζ	Ο	Τ	Ο	Ν
3	Ο	Υ	Ι	Λ	Σ	Θ	Ν	Δ	Ε
4	Π	Ρ	Α	Ο	Τ	Η	Σ	Α	Υ
5	Ο	Α	Ν	Ο	Ρ	Τ	Ο	Ν	
6	Τ	Ε	Τ	Ο	Α	Ρ	Ι	Α	
7	Σ	Κ	Ρ	Ι	Σ	Ν	Α	Γ	
8	Ι	Σ	Τ	Α	Ρ	Τ	Σ	Ε	Κ
9	Α	Π	Ο	Μ	Α	Ζ	Ι	Ν	Ο
10	Μ	Α	Σ	Κ	Α	Ρ	Α	Σ	Ν

γράψετε στην Αμερική. Εάν έχε-τε συγγενείς να σας στείλουν το νέο φάρμακο, την περίφημη κορ-τιζόνη, που ένδεικνύεται για όλες τις ρευματικές και αρθρικές πα-θήσεις.

ΕΠΙΠΛΑ ΜΕ ΔΟΣΕΙΣ

Γ. ΚΕΖΙΡΗΣ
Μενάνδρου 75. Τηλ. 55.638.

ΚΛΙΝΙΚΗ ΚΑΛΦΟΠΟΥΛΟΥ

Μαιευτική — Γυναικολογική
Σόλωνος 78 — Τηλέφ.: 23.485.
Η Κλινική του καλού κόσμου. Η Κλινική της απόλυτου προτιμή-σεως όλων.

ΠΡΟΣΟΧΗ !!!

ΠΑΡΑΚΑΛΟΥΜΕ ΔΙΑΒΑ-ΣΤΕ ΜΕΤΑ ΠΡΟΣΟΧΗΣ

ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΗ ΕΥΚΑΙΡΙΑ

«ΤΟΥ ΦΘΗΝΟΥ ΚΑΤΑΣΤΗ-ΜΑΤΟΣ

ΖΕΡΚΑ »

ΚΟΛΟΚΟΤΡΩΝΗ 41.
ΜΕ 10.000 ΔΡΑΧ. ΚΑΙ ΜΟ-ΝΟΝ ΠΑΙΡΝΕΤΕ 3 ΧΡΗ-ΣΙΜΑ ΕΙΔΗ

ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΝΔΡΑ: 1 φα-νέλλα, 1 ζεύγος κάλτσες, 1 μανδύλι.

ΓΙΑ ΤΗ ΓΥΝΑΙΚΑ: 1 ζεύγος γάντια θερινά, 1 κυ-λότα, 1 μανδύλι.

ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΙΔΙ: 1 μπλου-ζάκι, 1 κυλότα, 1 ζεύγος κάλτσες.

ΤΖΕΝΕΡΑΛ

Το καλύτερο
Ραδιόφωνον
του κόσμου
ΚΩΤΣΟΒΟΛΟΣ
Αριστείδου 1



ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ ΣΥΝΘΕΣΕΩΣ ΔΕΡΜΑΤΟΛΟΓΟΥ ΙΑΤΡΟΥ Γ. ΛΑΔΑ.
(Έγκριμένα από το Υπουργείο Υγείας)
ΑΠΟΚΑ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΣ ΔΙ' ΟΛΗΝ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ
Γ. ΛΑΔΟΠΟΥΛΟΣ
ΙΩΝΟΣ 5 - ΑΘΗΝΑΙ - ΣΗΛ. 52-7Α

Η ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΤΑ ΝΙΑΤΑ ΣΑΣ ΕΙΝΑΙ ΓΡΑΜΜΕΝΑ ΣΤΑ ΜΑΤΙΑ ΣΑΣ

ΤΑ ΜΑΤΙΑ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΜΟΝΟ Ο ΚΑΘΡΕΠΤΗΣ ΤΗΣ ΨΥΧΗΣ,
ΑΛΛΑ ΕΙΝΑΙ ΚΑΙ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΟΜΟΡΦΙΑΣ ΜΑΣ

Τα μάτια δεν είναι μονάχα καθρέπτης της ψυχής. Είναι και καθρέπτης της υγείας.

Πόσες φορές νομίζετε πως το πρόσωπό σας θα φανή καλύτερο με το βάψιμο. Όσο και αν το φρεσκάρете με το μακιγιάζ τα «κοιμένα» σας μάτια πάντα θα προδίδουν την κούρασή σας.

Αληθινά, η κούραση μαζεύεται μέσα στα μάτια. Έτσι ξεκουράζοντας τα μάτια σας, ξεκουράζοσαστε ολόκληρη, κι' ως σας φαίνεται υπερβολικό αυτό που σας λέμε. Δοκιμάστε και θα πεισθίτε: Όταν είσθε κουρασμένη, ξαπλώητε στη σκιά και βάλετε στα μάτια σας μια κομπρέσα ζεστή ή κρύα, ανάλογα με την ιδιαιτεργασία σας. Γρήγορα θα αισθανθήτε μια γενική ανακούφιση και ευεξία.

Προτού λοιπόν επιδιώξετε να μακιγιάρετε τα μάτια σας για να φανούν ωραιότερα, περιποιηθήτε τα.

Όπως είπαμε, οι κομπρέσες ωφελούν εξαιρετικά. Γίνονται με πολλούς τρόπους. Άλλες γυναίκες τις προτιμούν ζεστές, άλλες κρύες, άλλες με τριανταφυλλόνη, άλλες με τσάι κλπ. Τό τριανταφυλλόνη και το τσάι είναι οι καλύτεροι φίλοι των ματιών. Παραθέτουμε διαφόρους τρόπους για το ξεκούρασμα των ματιών:

— Προτού βγείτε ή προτού κοιμηθήτε βάψτε δυο ή τρία λεπτά πάνω στα μάτια σας μια πετσέτα μουσκεμένη μέσα σε παγωμένο νερό.

— Γλένετε κάθε μέρα τα μάτια σας με χλιαρό τριανταφυλλόνη και βάψτε τους κομπρέσες. Το μπάνιο με τριανταφυλλόνη τα ευνοεί ιδιαίτερα.

— Μέσα σε 140 δρ. τριανταφυλλόνη προσθέσετε πέντε, έξη πρέζες από βορικό. Κομπρέσες μ' αυτή τη διάλυση εμποδίζουν τα βλέφαρα να κοκκινίζουν...

— Μερικές γυναίκες δεν χρησιμοποιούν τριανταφυλλόνη του φαρμακείου. Μαζεύουν ροδοπέταλα όλο το καλοκαίρι και τα φυλάνε μέσα σε μικρά σακουλάκια από τουλπάνι. Βουτούν αυτά τα σακουλάκια μέσα σε πολύ ζεστό νερό και τα χρησιμοποιούν σ'ας κομπρέσες που ξεπρήζουν τα φλογισμένα βλέφαρα...

— Οι κομπρέσες με τσάι φρεσκάρουν τα βλέφαρα, εξαλείφουν προσωρινά τους μελανούς κύκλους τις κομάρες και καθαρίζουν την όραση.

— Το χλιαρό χαμομήλι μπορεί ν' αντικαταστήσει τις κομπρέσες του τσαγιού.

— Οι φλοδές από τις καθαρισμένες ώμες πατάτες μπορούν να γίνουν θαυμάσιες κομπρέσες τυλιγμένες με λεπτότατο τουλπάνι.

— Οι κομπρέσες μπορούν ν' αντικατασταθούν με εσωτερική κούρα, που γίνεται με αγγουρόνηρο. Μισό φλυτζάνι αγγουρόνηρο, σκέτο ή ανακατωμένο με χυμό φράπας, συντελεί πολύ στην εξάλειψη του πρηξίματος των ματιών. (Το αγγούρι ζουπιέται αφού κοπή σε λεπτές φέτες, χωρίς να αφαιρεθί ή φλούδα του).

— Οι κομπρέσες με τίλιο ή αλταία ξεπρήζουν επίσης πολύ καλά τα φουσκωμένα βλέφαρα.

Για ν' αποφύγετε ωστόσο το μαρμασμό των βλεφάρων που προκαλείται από τα χρόνια, κά νετε την έξη άσκηση: Κάθε μέρα, καταβάλλετε προσπάθεια ν' ανεβάσετε το κάτω βλέφαρο χωρίς να κλείνετε τα μάτια και χωρίς να κινήτε το επάνω βλέφαρο.

Απαιτείται όμως πολύ μεγάλη προσοχή. Γιατί όλα τα πρηξίματα των βλεφάρων δεν σβήνουν με τις συνταγές κι' ως είναι τόσο ωφέλιμη ή κάθε μία τους.

Τα πρηξίματα μπορούν να προέρχονται από διατάραξη της υγείας, από ασθένεια και όλο το τριανταφυλλόνη του κόσμου δεν θα μπορέσει να τα εξαλείψει.

Αν το πρηξίμο οφείλεται σε κούραση, τότε το καλύτερο γιατρικό είναι ο ύπνος. Μερικές φορές το πρηξίμο προδίδει ανεπάρκεια του ήπατος, λεύκωμα ή διατάραξη των ενδοκρινών αδένων, όπως του θυρεοειδούς. Στην περίπτωση αυτή τα βλέφαρα πρηξονται το πρωί.

ΔΕΚΑ «ΤΡΥΚ» ΓΙΑ ΤΟ ΜΑΚΙΓΙΑΡΙΣΜΑ ΤΩΝ ΜΑΤΙΩΝ

Πριν απ' όλα, μακιγιάρεστε όσο λιγότερο μπορείτε, πρό πάντων την ημέρα.

Για ν' α μακιγιάρετε βαθούλωμένα μάτια, χρησιμοποιήτε κατά προτίμηση ανοικτόχρωμο μπλε καλλυντικό και βάψτε το μονάχα στην άκρη των βλεφάρων.

Για ν' α μακιγιάρετε μάτια που προεξέχουν ν' χρησιμοποιήτε σκούρο μπλε καλλυντικό που να σκεπάζι όλο το βλέφαρο.

Οι ξανθές πρέπει να προτιμούν το καφέ—μαύρο και οι μελαχρινές το μπλε—νυσάρι. Τα ανοικτόχρωμα βλέφαρα που δρύνονται όπως και τα μάγουλα, τα σκούρα βλέφαρα πρέπει να γυαλίζουν.

Για ν' α φαίνονται τα μάτια σας μεγαλύτερα ν' αρχίζετε το βάψιμο από τη μέση περίπου του βλεφάρου και απλώνετε το προς τον κρόταφο, με την ψίχα του δεικτικού σας. Περάσετε πάρα πολύ ελαφρά τη γωνιά του ματιού.

Για ν' α δίνετε νεα- νικώτερη εντύπωση δάψετε μίαν υποψία ρούζ στο εξωτερικό μέρος του τόξου των φρυδιών.

Για ν' α μεγαλώσετε τη νύκτα στασιανά μεσαστομάτικα το φρύδι, πουδράρετε την αντί να την βάψετε χρησιμοποιήστε πουδρα κάπως ανοικτότερη ή πουδρα που ν' εχη τον ίδιο τόνο με το δέρμα.

Για ν' α έχετε διαπεραστικό βλέμμα βάψετε λίγο τη ρίζα της μύτης.

Για ν' α ακτινοβολήτε το δρόν δρόν βάψετε όχι μόνο το βλέφαρο αλλά και όλο το τόξο του φρυδιού.

Για ν' α έπιμηκύνετε τα μάτια βουρτσίζετε τα τσίνουρα προς τα επάνω και λοξά.

Για ν' α πιάνηκαλὰ τ' όρίμελστα τσίνουρα, βάλετε έναν καθρέπτη ίσια πάνω στο τραπέζι για ν' έχετε τα βλέφαρα κατεβασμένα όπως θα κυττάζοσαστε. Βάλετε τότε ρίμμελ μόνο στα τσίνουρα του κάτω βλεφάρου.

Για ν' α ξεθαφίτε χωρίς ν' α τριβετε τα μάτια σας αφαιρήτε το βάψιμο μ' ένα βαμβάκι βουτηγμένο σε τριανταφυλλόνη.

ΦΡΥΔΙΑ

Όταν ξυρίζετε τα φρύδια σας πρέπει να προσέχετε πολύ να μην τους αλλάξετε το φυσικό τους σχήμα αλλά να τους αφίνετε μιά καθαρή γραμμή.

Τα φρύδια πρέπει να έχουν το σχήμα που έχει το κόμμα, να είναι παχύτερα προς το μέρος της μύτης και να λεπταίνουν προς τους κροτάφους. Αν το φυσικό τους σχήμα είναι τοξοειδές μην αποπειραθήτε να το αλλάξετε. Όσο υψηλότερα θα είναι τα φρύδια σας τόσο νεώτερη θα φαίνεσθε. Μεγαλώστε λοιπόν το όφρυσκό σας τόσο ξυρίζοντας τα φρύδια σας στο κάτω μέρος. Αφαιρήτε όσο λιγώτερες τρίχες μπορείτε.

Αν τα μάτια σας απέχουν το ένα από το άλλο, αφήσετε τα φρύδια σας πιό σμιγμένα.

Αν τα μάτια σας είναι σμιχτά ξυρίσετέ τα έντελως πάνω από τη μύτη. (Έχετε υπ' όψι σας πως οι ζηλιάρες έχουν πολύ σμιχτά φρύδια).

Αν έχετε στενό μέτωπο, τα φρύδια σας πρέπει να είναι σχεδόν ίσια και αν είναι δυνατόν ν' ανεβαίνουν κάπως ψηλότερα στους κροτάφους.

Βουρτσίζετε κάθε πρωί τα φρύδια σας, πρώτα με τη βούρτσα πατητή και έπειτα στον αέρα.

Χτενίζετε τα προς τα επάνω με φιλούτσικο χτενάκι βρεγμένο και σχηματίζετε τη στρογγυλάδα τους όσο ψηλότερα μπορείτε. Όταν τα φρύδια πέφτουν προς τα κάτω σας αφαιρούν χρόνια.

Αν δεν βάψετε τα μάτια σας έχετε υπ' όψι σας ότι λίγη βαζελίνη πάνω στα τσίνουρα και τα φρύδια τα κάνει να γυαλίζουν, διατηρεί το σχήμα τους.

Έχετε υπ' όψι σας πως για να είσθε καλοπεριποιημένη πρέπει να βουρτσίζετε τα φρύδια σας μετά το πουδράρισμα.



Αν έχετε κάνει την περιποίηση

...πέρνοντας το μπάνιο σας να μείνετε περισσότερο στον ήλιο και αυτό σας εδμοιουργήσεν έγκαυματα, μιά επάλειψη με την προστατευτική Κρέμα Λανολίνη ΜΕΛΠΑΝ δα σας ανακουφίσι ασφαλώς και δα σας δερραπέυσι.

Ζητείτε και μεταχειρίσεσθε μόνον την μάρκα ΜΕΛΠΑΝ και αποφεύγετε τις άπομμήσεις της.

ΟΤΑΝ ΕΞΥΡΙΖΕΤΕ ΤΑ ΦΡΥΔΙΑ ΣΑΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΡΟΣΕΧΕΤΕ ΠΟΛΥ ΝΑ ΜΗΝ ΤΟΥΣ ΑΛΛΑΞΕΤΕ ΤΟ ΦΥΣΙΚΟ ΤΟΥΣ ΣΧΗΜΑ ΑΛΛΑ ΝΑ ΤΟΥΣ ΑΦΙΝΕΤΕ ΜΙΑ ΚΑΘΑΡΗ ΓΡΑΜΜΗ.

ΤΑ ΦΡΥΔΙΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΧΟΥΝ ΤΟ ΣΧΗΜΑ ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΤΟ ΚΟΜΜΑ, ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΠΑΧΥΤΕΡΑ ΠΡΟΣ ΤΟ ΜΕΡΟΣ ΤΗΣ ΜΥΤΗΣ ΚΑΙ ΝΑ ΛΕΠΤΑΙΝΟΥΝ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΚΡΟΤΑΦΟΥΣ.

ΑΝ ΤΟ ΦΥΣΙΚΟ ΤΟΥΣ ΣΧΗΜΑ ΕΙΝΑΙ ΤΟΞΟΕΙΔΕΣ ΜΗΝ ΑΠΟΠΕΙΡΑΘΗΤΕ ΝΑ ΤΟ ΑΛΛΑΞΕΤΕ. ΟΣΟ ΨΗΛΟΤΕΡΑ ΘΑ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΦΡΥΔΙΑ ΣΑΣ ΤΟΣΟ ΝΕΩΤΕΡΗ ΘΑ ΦΑΙΝΕΣΘΕ.

ΜΕΓΑΛΩΣΤΕ ΛΟΙΠΟΝ ΤΟ ΟΦΡΥΣΚΟ ΣΑΣ ΤΟΣΟ ΞΥΡΙΖΟΝΤΑΣ ΤΑ ΦΡΥΔΙΑ ΣΑΣ ΣΤΟ ΚΑΤΩ ΜΕΡΟΣ. ΑΦΑΙΡΗΤΕ ΟΣΟ ΛΙΓΩΤΕΡΕΣ ΤΡΙΧΕΣ ΜΠΟΡΕΙΤΕ.

ΑΝ ΤΑ ΜΑΤΙΑ ΣΑΣ ΑΠΕΧΟΥΝ ΤΟ ΕΝΑ ΑΠΟ ΤΟ ΑΛΛΟ, ΑΦΗΣΤΕ ΤΑ ΦΡΥΔΙΑ ΣΑΣ ΠΙΟ ΣΜΙΓΜΕΝΑ.

ΑΝ ΤΑ ΜΑΤΙΑ ΣΑΣ ΕΙΝΑΙ ΣΜΙΧΤΑ ΞΥΡΙΣΕΤΕ ΤΑ ΕΝΤΕΛΩΣ ΠΑΝΩ ΑΠΟ ΤΗ ΜΥΤΗ. (ΕΧΕΤΕ ΥΠ' ΟΨΙ ΣΑΣ ΠΩΣ ΟΙ ΖΗΛΙΑΡΕΣ ΕΧΟΥΝ ΠΟΛΥ ΣΜΙΧΤΑ ΦΡΥΔΙΑ).

ΑΝ ΕΧΕΤΕ ΣΤΕΝΟ ΜΕΤΩΠΟ, ΤΑ ΦΡΥΔΙΑ ΣΑΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΣΧΕΔΟΝ ΙΣΙΑ ΚΑΙ ΑΝ ΕΙΝΑΙ ΔΥΝΑΤΟΝ Ν' ΑΝΕΒΑΙΝΟΥΝ ΚΑΠΩΣ ΨΗΛΟΤΕΡΑ ΣΤΟΥΣ ΚΡΟΤΑΦΟΥΣ.

ΒΟΥΡΤΣΙΖΕΤΕ ΚΑΘΕ ΠΡΩΪ ΤΑ ΦΡΥΔΙΑ ΣΑΣ, ΠΡΩΤΑ ΜΕ ΤΗ ΒΟΥΡΤΣΑ ΠΑΤΗΤΗ ΚΑΙ ΕΠΕΙΤΑ ΣΤΟΝ ΑΕΡΑ.

ΧΤΕΝΙΖΕΤΕ ΤΑ ΠΡΟΣ ΤΑ ΕΠΑΝΩ ΜΕ ΦΙΛΟΥΤΣΙΚΟ ΧΤΕΝΑΚΙ ΒΡΕΓΜΕΝΟ ΚΑΙ ΣΧΗΜΑΤΙΣΤΕ ΤΗ ΣΤΡΟΓΓΥΛΑΔΑ ΤΟΥΣ ΟΣΟ ΨΗΛΟΤΕΡΑ ΜΠΟΡΗΤΕ. ΟΤΑΝ ΤΑ ΦΡΥΔΙΑ ΠΕΦΤΟΥΝ ΠΡΟΣ ΤΑ ΚΑΤΩ ΣΑΣ ΑΦΑΙΡΟΥΝ ΧΡΟΝΙΑ.

ΑΝ ΔΕΝ ΒΑΨΕΤΕ ΤΑ ΜΑΤΙΑ ΣΑΣ ΕΧΕΤΕ ΥΠ' ΟΨΙ ΣΑΣ ΟΤΙ ΛΙΓΗ ΒΑΖΕΛΙΝΗ ΠΑΝΩ ΣΤΑ ΤΣΙΝΟΥΡΑ ΚΑΙ ΤΑ ΦΡΥΔΙΑ ΤΑ ΚΑΝΕΙ ΝΑ ΓΥΑΛΙΖΟΥΝ, ΔΙΑΤΗΡΕΙ ΤΟ ΣΧΗΜΑ ΤΟΥΣ.

ΕΧΕΤΕ ΥΠ' ΟΨΙ ΣΑΣ ΠΩΣ ΓΙΑ ΝΑ ΕΙΣΘΕ ΚΑΛΟΠΕΡΙΟΙΗΜΕΝΗ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΒΟΥΡΤΣΙΖΕΤΕ ΤΑ ΦΡΥΔΙΑ ΣΑΣ ΜΕΤΑ ΤΟ ΠΟΥΔΡΑΡΙΣΜΑ.

795.000
Ψυγεία πάγου
Το μεγαλύτερο μέγεθος
Εύκολια πληρωμή
ΚΩΤΣΟΒΟΛΟΣ
Αριστείδου 1

ΣΤΙΣ ΠΕΝΤΕ

ΓΥΝΑΙΚΕΣ
ΟΙ 4
ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΝ
Κροατών
ΝΕΛΣΟΝ

ΓΙΑΤΙ ΔΕΝ ΒΓΑΙΝΕΙ
ΑΠΟ ΤΑ ΧΕΙΛΗ ΑΚΟΜΗ
ΚΑΙΑΝ ΤΟ ΣΚΟΛΙΣΕΤΕ
ΠΡΟΣΩΧΗ ΣΤΑΣ ΑΠΟΜΙΜΗΣΕΙΣ

ΟΤΙ ΕΝΔΙΑΦΕΡΕΙ ΚΑΘΕ ΓΥΝΑΙΚΑ

ΠΕΡΜΑΝΑΝΤ ΚΑΙ ΒΑΦΕΣ
ΤΕΛΕΙΩΣ ΦΥΣΙΚΕΣ
ΕΚΤΕΛΟΥΝΤΑΙ ΕΙΣ ΤΟ

Κομμωτήριο "ΛΟΥΞ"

ΑΠΟ ΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟΥΣ ΤΕΧΝΙΤΑΣ

Διά την εκτέλεσιν της Βαφής Ιδιαίτερα διαμερίσματα

ΑΔΕΛΦΟΙ ΟΙΚΟΝΟΜΟΠΟΥΛΟΙ

Όδός 'Ελ. Βενιζέλου (πρώην Πανεπιστημίου) 59 Α

ΤΗΛΕΦΩΝΟΝ: 23.776

Κυρίες μου,

Τα έσώρρουχα μάρκας ALFA της εταιρίας ΣΙΛΚΑ - ELBEO σ'ας εξασφαλίζουν την άψογη εφαρμογή των φορεμάτων σας με τα ωραία τους σχέδια και την άριστη ποιότητά τους.

Σ' όλα τα καλά καταστήματα ζητείτε τα ωραία έσώρρουχα ALFA. Στην αποθήκη της ΣΙΛΚΑ - ELBEO δα βρήτε ωραιότατες Ρόμπες, Νυχτικά, Κομπιναιζόν, Σουτιέν, κ.λ.π. της μάρκας ALFA.

ΣΙΛΚΑ-ELBEO

Μητροπόλεως 44 Β

Τηλ. 27.697

Μ' αυτό το μπουκαλάκι

κι' ένα ποτήρι νερό φτιάχνετε μόνος σας μιά πορτοκαλλάδα που θα σ'ας μείνη άξεχαστη...

Περιέχει άγνόν χυμόν πορτοκαλλίων κρήνης με ζάχαρη

ΧΩΡΙΣ ΚΑΜΜΙΑΝ ΧΗΜΙΚΗΝ ΟΥΣΙΑΝ

Ζητήσατε από οποιοδήποτε Κέντρο μιά πορτοκαλλάδα

ΜΑΝΩΛΙΚΑΚΗ

ΕΥΡΙΠΙΔΟΥ 30 - ΤΗΛ: 32-095

ΗΓΥΝΑΙΚΑ

ΚΑΙ ΤΟ ΣΠΙΤΙ

