

# SWIAT KOBIECY

MARZEC 1938

*Rekord*

NR. 3



38200

38201A

38201

P O L E C A M Y

# ŻURNALE MÓD

ZNANEJ NA CAŁYM ŚWIECIE WYDAWNICZEJ FIRMY  
**»SOCIÉTÉ GRAPHIQUE« SP. AKC.**  
 PARYŻ • LONDYN • NEW YORK • WIEDEN

<b>O G Ó L N O - SEZONOWE</b>	<b>Star.</b> Duży album sezonowy: suknie, płaszcze, modele dziecięce i bielizna . . . . .	Zł. 5,50
	<b>Smart.</b> Żurnal sezonowy: suknie, płaszcze, modele dziecięce . . . . .	Zł. 4,50
	<b>Iris.</b> Żurnal sezonowy, efektownie kolorowany: suknie, płaszcze, modele dziecięce . . . . .	Zł. 3,50
	<b>L'Élégance Féminine.</b> Żurnal sezonowy: skromniejsze suknie, płaszcze i modele dziecięce . . . . .	Zł. 3,80
	<b>Stella.</b> Żurnal ogólnosezonowy: skromne modele sukien . . . . .	Zł. 2,50
	<b>Gloria.</b> Żurnal. Skromne modele sukien, płaszczy i dziecięce . . . . .	Zł. 1,20
	<b>Robes d'Été.</b> Żurnal na wybitnie letnie suknie . . . . .	Zł. 2,25

<b>KWARTALNE</b>	<b>Les Grands Modeles.</b> Luksusowy album na suknie i płaszcze . . . . .	Zł. 25,—
	<b>Créations de Haute Couture.</b> Wykwintny album na suknie . . . . .	Zł. 12,50
	<b>Croquis Original.</b> Żurnal na suknie dla pierwszorzędnych pracowni . . . . .	Zł. 10,—
	<b>Haute Élégance.</b> Żurnal na eleganckie suknie . . . . .	Zł. 5,50

<b>MIESIĘCZNE</b>	<b>Robes élégante.</b> Wykwintny żurnal na suknie . . . . .	Zł. 5,—
	<b>Idées Charmantes.</b> Bardzo elegancki żurnal na suknie . . . . .	Zł. 5,50
	<b>Très élégant wyd. I.</b> Modele sukien skromnych i eleganckich . . . . .	Zł. 3,50
	<b>Très élégant wyd. II.</b> Modele sukien skromnych i eleganckich . . . . .	Zł. 2,25
	<b>Record.</b> Żurnal miesięczny dla najszerszych sfer kobiecych . . . . .	Zł. 1,80
	<b>Distinction.</b> Skromny żurnal miesięczny . . . . .	Zł. —,80

**NA KOSTIUMY I PALTA**

<b>Manteaux et Costumes.</b> Żurnal sezonowy, zawierający duży wybór okryć skromnych i eleganckich . . . . .	Zł. 4,75
<b>Nouveaux Costumes et Manteaux.</b> Żurnal sezonowy, zawierający praktyczne modele . . . . .	Zł. 4,25
<b>Manteaux ex Costumes Pratiques.</b> Żurnal sezonowy, zawierający praktyczne modele . . . . .	Zł. 2,25
<b>Tailleurs et Manteaux Classiques.</b> Żurnal na angielskie kostjумы i palta . . . . .	Zł. 5,—
<b>Tailleur Moderne.</b> Żurnal dla pierwszorzędnych pracowni krawieckich . . . . .	Zł. 10,—
<b>London Styles.</b> Żurnal dużego formatu na angielskie kostjумы i palta . . . . .	Zł. 10,—
<b>Créations de Manteaux.</b> Wykwintny album na płaszcze . . . . .	Zł. 10,—
<b>The Coming Season.</b> Luksusowy album na kostjумы i płaszcze . . . . .	Zł. 10,—

**NA KAPELUSZE**

<b>Créations de Chapeaux . . . . .</b>	Zł. 5,50
--	----------

**BLUZKOWE, BIELIŹNIANE I DZIECIENNE**

<b>Lingerie Moderne.</b> Najmodniejsze kreacje bieliźniane . . . . .	Zł. 4,—
<b>La Blouse Moderne.</b> Żurnal na bluzki . . . . .	Zł. 3,50
<b>L'Enfant.</b> Żurnal dziecięcy . . . . .	Zł. 3,50

**NA TRYKOTAŻE I ROBOTY RĘCZNE**

<b>Album Spécial de Tricots . . . . .</b>	Zł. 12,50
<b>Collection Star.</b> Roboty szydełkowe i na druty . . . . .	Zł. 2,25

**BALOWE I MASKARADOWE**

<b>Croquis de Bal.</b> Wykwintny album na suknie balowe . . . . .	Zł. 15,—
<b>Album de Carnaval.</b> Album maskaradowy . . . . .	Zł. 3,50

**NA FUTRA**

<b>Les Grands Modèles Fourrures.</b> Luksusowy album futrzany . . . . .	Zł. 22,50
<b>Créations de Fourrures.</b> Album futrzany . . . . .	Zł. 14,—

**ŻURNALE  
MĘSKIE**

<b>London Styles.</b> Album dużego formatu . . . . .	Zł. 11,50
<b>London Styles.</b> Panorama dużego formatu . . . . .	Zł. 5,—
<b>London Styles.</b> Album kieszonkowy . . . . .	Zł. 2,50
<b>»Smart« Fashions for Gentlemen.</b> Wytworny album dużego formatu . . . . .	Zł. 11,50
<b>»Smart« Fashions for Gentlemen.</b> Album kieszonkowy . . . . .	Zł. 2,50

Powyższe żurnale można nabyć we wszystkich składach żurnali i księgarniach

**OPIS MODELI UMIESZCZONYCH NA STRONIE TYTUŁOWEJ:**

- 38200 Letnia suknia z crepe de Chine'u w paski. Plisowana spódnica. Czerwony pasek skórzany. (Ilość materiału: Krepa, szer. 95 cm., 5 mtr.)
- 38201 i 38201 A Kombinowany letni komplet płócienny. Biała spódnica. Zakieciak z bolerkiem. (Ilość materiału: Płótno białe, szer. 80 cm., 2,25 mtr., płótno deseniowe, szer. 80 cm., 1,30 mtr.; płótno deseniowe, szer. 80 cm., 2,25 mtr.)

Modele oznaczone \* znajdują się w tablicy kroju.

# ŚWIAT KOBIECY

*Rekord*

ROK XVIII

M A R Z E C

Nr. 3

**PKO**

PEWNOŚĆ  
ZAUFANIE

## Oszczędność nagrodzona

Systematyczne wpłacanie po zł 5.- miesięcznie na książeczkę premiowaną PKO serii V zapewnia po upływie 9<sup>1</sup>/<sub>2</sub> lat kapitał zł 600.-, a po uzyskaniu premii za wytrwałość nawet zł 1.000.-

Prócz tego co trzy miesiące losowane są premie za systematyczne oszczędzanie w wysokości złotych 500.-, 250.-, 100.- i 50.-

Książeczki na które padły premie, biorą udział w dalszych premiowaniach.

E. MARSCHALL

NOWELA

# SCHMIDT I SMITH

Pani Anna Schmidt wiedziała, że jej mąż Karol Schmidt i John Smith, zamieszkały stale w Ameryce, są bliźniakami, ale mimo to, kiedy w drzwiach jej mieszkania ukazał się pewnego dnia przybyły z Ameryki szwagier, omal nie krzyknęła z przerażenia, widząc tak frapujące podobieństwo. Każdy rys twarzy Johna przypominał do złudzenia twarz Karola, z tą różnicą, że John był bardzo wymizerowany, blady, zupełnie wyčerpany i miał ciężki oddech.

Po pierwszych emocjach powitania, pani Anna zapytała troskliwie swego szwagra o stan jego zdrowia (pomimo piętnastoletniej nieobecności w kraju, John Smith mówił znakomicie po niemiecku).

Powiedział, że jest chory, że ma ciężką wadę serca, o czym zawiadomił już dawno swego brata. Zły stan zdrowia był właśnie przyczyną, dla której zwinął interesy w Ameryce, wszystko co posiadał spieniężył i przyjechał do Niemiec, w nadziei, że dobrzy lekarze i odpowiednia kuracja w Nauheim postawią go na nogi. Po przebytej kuracji, zamierzał osiedlić się na stałe w jakiejś małej, ładnej miejscowości.

— W tej tece mieści się mój cały majątek — powiedział — przeszło osiemdziesiąt tysięcy dolarów w banknotach. Sądzę, że Karol, jako bankowiec ulokuje mi je odpowiednio.

Pani Anna chciała poczęstować gościa herbatą, wiedząc, że mąż jej wra-

ca zwykle dość późno po południu z banku, ale John podziękował i poprosił, aby mu pozwoliła wypocząć i położyć się na godzinę, gdyż czuje się bardzo zmęczony.

Pani Anna zaprowadziła go do sypialni, gdzie zdjąwszy ubranie i obuwie, położył się do łóżka brata, pani Anna zaś powróciła do swych gospodarskich zajęć.

Po upływie godziny usłyszała otwieranie wejściowych drzwi i po chwili ujrzała swego męża wchodzącego do pokoju. Zdziwiona jego obecnością w domu o tej niezwyklej porze, spojrzała na niego i zadrżała z przerażenia, widząc jego zmieniony wygląd.

— Co się stało? — krzyknęła.

— Jestem zgubiony — jęknął Karol. — Nagła rewizja kasy... Wziąłem...

Jakiś niezrozumiały bełkot wydobywał się z jego gardła. Szlochał. Pani Anna zbladła. Zrozumiała nagle, czemu w ostatnich czasach mąż jej był tak ciągle podrażniony i zdenerwowany.

— Ile wzięłeś z kasy?

— Jakieś dwanaście tysięcy marek. Ach, Aniu, jeśli mnie zaaresztują, nie przeżyję tego... Pewnie tu zaraz przyjdą... Zostawiłem kasę otwartą... Znajdą fałszywe księgowania... Muszę uciekać! Aniu, ratuj mnie! Wszystko byle nie więzienie!

Pani Anna ujęła go mocno za rękę:

— Uspokój się, Karolku, twój brat przyjechał z Ameryki, odpoczywa w sypialni, bo był bardzo zmęczony. On napewno ci pomoże. W tej tece leży jego majątek, przeszło 80.000 dolarów. Zwróci bankowi sumę zdefraudowaną przez ciebie i wszystko znów będzie w porządku. Poczekaj tu chwilkę! Obudzę ostrożnie Johna i przygotuję go do tego.

Otworzyła delikatnie drzwi i cicho podeszła do śpiącego szwagra, lekko go dotknęła, potem poruszyła mocniej, a widząc, że się nie rusza, nachyliła się nad nim i nagle głośno krzyknęła:

— Karolu, chodź tu prędzej, na miłość Boską! On nie żyje! On jest martwy!

Karol skoczył do pokoju, gdzie ujrzał spokojną, trupio-błądą twarz swego brata, leżącego na jego łóżku. I nagle dziwna wizja olśniła jego mózg... To nie jego brat, a on sam, Karol Schmidt leży martwy. John Smith żyje — ma osiemdziesiąt tysięcy dolarów...

Spojrzał ostro na żonę i powiedział:

— Aniu, uważaj dobrze! Przyszła mi pewna zbawienna myśl do głowy... Ratunek przed hańbą... Tu nie leży John Smith, a leżę ja, Karol Schmidt, który zmarł nagle na udar serca. John Smith żyje i wyjdzie za chwilę z tego mieszkania z powrotem do hotelu. John żyje nadal... ma osiemdziesiąt tysięcy dolarów! Karol zostanie pochowany, a wraz z nim pogrzebaną zostanie jego wina. Umarłego nie sądzą i nie ścigają. John Smith da ci pieniądze na pokrycie brakującej sumy w kasie banku, a wdowę po swym bracie weźmie do siebie. Pojadą razem do innego miasta lub kraju. Rozumiesz? Jestem i tak jedynym spadkobiercą Johna i pieniądze należą i tak wyłącznie do mnie, ale będzie dla nas lepiej, jeśli będę żył pod nazwiskiem Johna Smitha. Co sądzisz o tym?

Pani Anna zrozumiała w lot jego myśl i nie uległa się tego planu. Zresztą wybór nie był trudny: albo życie w nędzy, upokorzeniu i hańbie, albo...

W kieszeni zmarłego brata, Karol Schmidt znalazł kartkę z numerem pokoju w Central Hotelu, w tece zaś, oprócz pliku banknotów, znalazł jego paszport i inne dokumenty.

Pani Anna była dzielną kobietą, ale nie łatwo jej przyszło przebieranie zmarłego szwagra w ubranie swego męża i ułożenie go z powrotem na łóżku, to też kiedy jej mąż — odtąd John

## • MADELEINE •

ZAKŁADY KOSMETYCZNE  
D-rowej MAGDALENY POZNAŃSKIEJ

WSZELKIE ZABIEGI KOSMETYCZNE NA WYSOKIM WSPÓŁCZESNYM POZIOMIE. PIELĘGNOWANIE URODY KOBIECEJ I USUWANIE JEJ DEFECTÓW. PRECYZYJNE BARWIENIE WŁOSÓW I BRWI. WYJĄTKOWYCH ZALET SPECYFIKI KOSMETYCZNE „MADELEINE“ (KREMY, PUDRY, LOTIONS, OTRĄBKI, SASZETKI, RÓŻE, OMBRE'Y I T. P.) PORADY BEZPŁATNIE.

WYSYLKA SPECYFIKÓW ZA ZALICZ. POCZT.

WARSZAWA, MOKOTOWSKA 52  
T E L E F O N 808-37

## K R O J E

do wszystkich  
m o d e l i

### ŚwiataKobiecego

Rekord

Cena zł 2.50 za 1 krój  
porta 15 groszy

Do nabycia w firmie

„Sogra” Sp. z o. o.

Warszawa, Bielańska Nr. 5

Wysyłka wyłącznie za  
przedpłatą na P. K. O.  
Nr. 29.637.

**Od Bałtyku po Tatry!**

W całym kraju każda matka poucza córkę, że sekret właściwego prania polega na używaniu dobrego mydła, bo dobre mydło pierze gruntownie, łagodnie i oszczędnie.

W całym kraju cenią

**MYDŁO JELEŃ SCHICHT**

Smith — opuścił mieszkanie wybuchną gwałtownym płaczem. Po dłuższej chwili opamiętała się i uświadomiła sobie, że musi odegrać dobrze narzuconą jej okolicznościami rolę. Pobiegła więc do sąsiadki na górę, z płaczem oznajmiła jej o nagłej śmierci swego męża i błagała, aby jej sprowadziła najbliższego mieszkającego lekarza, po czym wróciła do mieszkania, i rzuciła się na fotel w gabinecie, nie mając odwagi wejść do pokoju, gdzie leżał zmarły szwagier. Na dźwięk dzwonka, pani Anna podniosła się i otworzyła drzwi, za którymi stało trzech panów. Jeden z nich przedstawił się jej jako wezwany lekarz. Wskazała mu drzwi, prowadzące do sypialni i zwróciła się do dwóch pozostałych z zapytaniem, czego sobie życzą?

— Przyszliśmy tu do męża pani w pewnej sprawie. Czy jest w domu?

— Mój mąż zmarł — powiedziała cicho pani Anna.

— Co pani mówi? Umarł? Pani pozwoli, jestem dyrektor Riemann, zwierzchnik pani męża. Czy pani może mnie objaśnić, czy mąż pani popełnił samobójstwo?

Pani Anna pokręciła głową i wskazała na drzwi, za którymi doktor poddawał oględzinom zwłoki zmarłego.

— Nie ulega żadnej wątpliwości, że mąż pani zmarł na udar serca — powiedział lekarz, zwracając się do pani

Anny. — Czy mąż pani cierpiał na serce? Czy miał jakie przejścia w ostatnich czasach?

Pani Anna skinęła w milczeniu głową, doktor raz jeszcze obejrzał zmarłego i siadł, aby napisać akt zejścia.

Dyrektor Riemann wraz ze swym milczącym towarzyszem czekał póki doktor nie skończył wszystkich formalności i zwrócił się do pani Anny:

— Bardzo mi jest przykro, pani Schmidt, że jestem zmuszony pomimo żałoby zadać jej jeszcze jeden cios: czy mąż przed śmiercią uczynił pani jakie wyznanie?

Pani Anna opowiedziała wszystko, co wiedziała od męża, że zdefraudował pieniądze, że był przerażony tym, co go czeka i że nie ma najmniejszego pojęcia, co skłoniło jej męża do popełnienia tego przestępstwa, ani co zrobił z pieniędzmi. Opowiedziała, że brat jej męża przyjechał właśnie z Ameryki, a ponieważ jest bogaty, zapłaci napewno dług brata, tak że bank nie poniesie żadnej straty.

Dyrektor Riemann przyjął to oświadczenie z widocznym zadowoleniem i zwracając się do swego milczącego towarzysza, powiedział:

— Panie komisarzy — pani pozwoli, że jej przedstawię komisarza Trentlera — nie mamy tu już nic więcej do roboty! Zmarłego się nie sądzi! Nie pozostaje nam więc nic innego, jak

wyrazić pani Schmidt słowa współczucia i ubolewania i pożegnać się. Proszę mnie zawiadomić o dniu pogrzebu męża pani.

Nazajutrz pani Anna odwiedziła swego „szwagra, Johna Smith” w hotelu. Karol Schmidt zdążył już w międzyczasie wczuć się doskonale w rolę Johna Smith z Ameryki i dał pani Annie trzy tysiące dolarów na pokrycie długu w banku.

Dyrektor Riemann przyjął ją bardzo uprzejmie.

— Dokładna suma niedoboru nie jest jeszcze ustalona. Łaskawa pani otrzyma wyciąg. Poza tym należy się pani jeszcze pensja męża za trzy miesiące.

Pogrzeb Karola Schmidta odbył się po dwóch dniach. Poza „wdową”, w pogrzebie wzięła udział jakaś daleka krewna pani Anny, kilka sąsiadek i dwóch urzędników z banku; brat z Ameryki posłał przez oficjalistę hotelowego wspianą wieniec, ale sam nie przyszedł, a nieobecność swą na pogrzebie brata usprawiedliwił chorobą.

W rok po pogrzebie Karola Schmidta, w amerykańskim konsulacie w Wiesbaden, John Smith, obywatel amerykański, zaślubił Annę Schmidt, wdowę po bracie, urzędniku bankowym Karolu Schmidcie.

# BÓLE W KRZYŻACH

(Ciąg dalszy)

Także guzy mogą spowodować bóle w krzyżach. Ciekawe, że ból w krzyżach nie wchodzi w zakres wczesnych objawów raka macicy. Pojawiają się one dopiero wówczas, gdy choroba postąpiła już znacznie naprzód i gdy symptomy jej są już całkiem widoczne. Również w przypadku *myonu*, będącego nieszkodliwą odmianą raka, bóle w krzyżach nie należą do wczesnych symptomów. Stąd wynika, że gdy po porodzie pojawiają się bóle w krzyżach, należy bezwzględnie zasięgnąć porady lekarskiej. Trzymając się tej zasady, zaoszczędzi się zmartwień i cierpień.

Przede wszystkim należy stwierdzić, że nie każda kobieta, która spełniła swoje biologiczne przeznaczenie i dała początek nowemu życiu, musi cierpieć na bóle w krzyżach. Pojawienie się dolegliwości w okolicy krzyża jest jednak sygnałem, że coś nie jest w porządku. W większości wypadków nie jest to nic poważnego i daje się łatwo usunąć drogą konsultacji lekarskiej. Lekarz przede wszystkim rozprószy nieuzasadniony lęk przed rakiem, należący do najstraszniejszych fobij. Kto natomiast nie zasięga fachowej porady lekarskiej i próbuje sam się leczyć przy pomocy reklamowanych w prasie środków, naraża się na to, że jego niedomaganie zamieni się na chroniczne cierpienie, które uczyni życie jego męczarnią. Poza tym ciągle napady bólów, przy równoczesnej nieznanomości ich przyczyny, czynią kobietę skłoną do przypuszczenia, że jest to neurastenia, co wywołuje znów chroniczną hipochondrię.

Przejdźmy obecnie do innych przyczyn niedomagań w okolicy krzyża i postarajmy się stwierdzić, jak można im zapobiec. Wiadomo zapewne, że każdemu osłabieniu lub wyczerpaniu organizmu towarzyszy ból w okolicy krzyża. Pojawia się on często podczas rekonwalescencji po jakiejś gorączce, n.p. po grypie, a przyczyną jego może być nieodpowiednie odżywianie, brak świeżego powietrza, brak ruchu, ciężkie troski lub duchowe względnie fizyczne zmęczenie z powodu przepracowania.

Mięśnie grzbietowe mają do wykonania dość ciężką pracę, albowiem zadaniem ich jest utrzymanie ciała w postawie pionowej; jeśli z jakiegokolwiek powodu mięśnie te słabną i nie mogą podołać swemu zadaniu, następuje zmęczenie i ból, który wzrasta tym bardziej, im bardziej spada ból, który ze swej strony za-

leżny jest od stopnia słabości. Bóle tego rodzaju występują bardzo często u młodzieńców i dziewcząt, którzy z powodu złego stanu odżywiania się stają się anemiczni, tracą humor, nie uprawiają sportów ani nie biorą udziału w zabawach. Gdy ponadto pracują w pozycji siedzącej, przybierają, ażeby przewyciężyć osłabienie, złą postawę, która natęży ich mięśnie grzbietowe. Ludzie ci cierpią ponadto zazwyczaj na obstrukcję, a cierpienie to, jak zobaczymy, wzmacnia jeszcze bardziej bóle w krzyżach.

W takim wypadku należy oczywiście zmienić tryb życia, a przede wszystkim sposób odżywiania się w tym kierunku, aby pożywienie zawierało dostateczną ilość witamin i soli mineralnych. Zamiast białego chleba, różnego rodzaju babek i słodczy należy spożywać dużo świeżych owoców, pomarańcze i grapefruity, sałatę, mleko, śmietanę i razowy chleb. W celu wzmocnienia mięśni należy stosować ćwiczenia oddechowe na świeżym powietrzu, kąpiele słoneczne w lecie, a naświetlanie w zimie, masaż oraz, w razie możliwości, kąpiele w morzu. Ważny jest również dostateczny spokój i orzeźwiający odpoczynek nocny na twardym, niezapadającym się łożu. Ponadto konieczna jest zmiana postawy psychicznej. Niejeden człowiek, cierpiący na bóle w krzyżach, niedomaga obok osłabienia napięcia mięśniowego na brak energii duchowej. Bez optymistycznego, pozytywnego poglądu na świat, żadna teoria nic nie pomoże.

Bardzo często moment psychiczny jest nawet głównym powodem bólów w krzyżach, zwłaszcza u kobiet. Niezadowolenie z życia, brak celu życiowego, niepokój seksualny, borykanie się z licznymi trudnościami, niemożność osiągnięcia wytkniętego celu — wszystkie te czynniki szukają i znajdują ukojenie w przesadnej i trwożliwej dbałości o zdrowie fizyczne. Metamorfoza cierpienia, wynikłego z konfliktu psychicznego, na ból fizyczny, jest znany i częstym zjawiskiem. Przewrażliwiony ustrój nerwowy gotów wtedy tłumaczyć sobie nawet wrażenia za objawy bólu i tu należy szukać źródła niejednej skargi na bóle w krzyżach. Ta nerwowa odmiana bólu w krzyżach lokalizuje się codziennie gdzieindziej, przeważnie na powierzchni i jest wtedy najkrytyczniejsza, gdy chora znajduje się w ciężkiej sytuacji psychicznej.

Dalszą przygodną przyczyną niedomagań i bólów w krzyżach jest, jak

już wspomniano — obstrukcja. Przeładowane i powiększone jelito obciąża silniej podtrzymujące je tkanki, co powoduje przekrwienia i ból, który odczuwamy jako ból w krzyżach, ponieważ nerwy, unerwiające jelito grube łączą się z nerwami, idącymi do skóry i mięśni grzbietu, na skutek czego podrażnienie nerwów jelitowych w mózgu odczuwane jest zarazem jako podrażnienie okolicy krzyżowej. Nie należy również zapominać, że bóle w krzyżach są tylko jednym z ujemnych skutków obstrukcji. Ponieważ w razie obstrukcji krew wchłania z jelita wiele jadowitych substancji, nastąpić może samorzutnie samozatrucie organizmu, a w ślad za tym ogólne osłabienie, rozszerzające się również na mięśnie grzbietowe. Uwagi godny jest fakt, jak prędko znikają bóle, gdy znika obstrukcja.

Również ogniska infekcyjne mogą stać się przyczyną bólów w krzyżach. Chodzi tu o pewne miejsca w organizmie, jak: jamki zębowe, migdałki lub narządy rozrodcze, które stają się nie raz gniazdem jadowitych zarazków, zatruwających organizm i osłabiających siłą witalną tkanek, co spowodować może chroniczny reumatyzm, atakujący również, mięśnie i stawy okolicy krzyżowej. Najboleśniejszą formą takiego rodzaju bólów jest postać, reumatyczne schorzenie osłon nerwów mięśni grzbietowych. Reumatyzm stawów, kręgosłupa i miednicy również powoduje bóle w krzyżach. W razie takiego właśnie podejrzenia należy natychmiast zastosować środki zaradcze. Stwierdziwszy przy pomocy promieni Roentgena źródło choroby, należy przepisać tu masaż elektryczny lub inne lokalne środki terapeutyczne i kontynuować leczenie aż do zupełnego wyzdrowienia.

Łatwo przeoczyć się dającą przyczyną występowania bólów w krzyżach jest płaska stopa. Spłaszczenie się stopy wywołuje zmiany w całej pozycji grzbietu, obciążone i natężane stale mięśnie grzbietowe męczą się łatwo i boją. Łagodzenie przyczyny łagodzi również ból w krzyżach.

Z powyższego przeglądu wynika, że przyczyn występowania bólów w krzyżach jest wiele. Po największej części nie są one groźne dla życia, nie wynika jednak z tego, żeby wolno było je lekceważyć i dopuścić do chronicznego stanu. Najważniejszą rzeczą jest znalezienie i usunięcie przyczyny, powodującej chorobę.

Wyj. z art. ang. lekarza sir W. Arbuthnot Lane w „Physical Culture”, Nowy Jork.



Fot. 208/A: Suknia z peleryną z lekkiej ciemnej wełny. Pelerynka zapinana na guziczki.  
Fot. Dietrich & Co.



Na lewo w górze: Fot. 208/B: Sportowy płaszcz wiosenny z lekkiej wełny z przerabianego materiału, dwurzędnie zapinany, nacinane kieszenie.

Fot. Becker & Maass



W środku w górze: Fot. 208/E: Modny kostium wiosenny z lekkiej wełny. Gładka spódnica. Zakiet z paskiem.

Fot. Becker & Maass

Na lewo na dole: Fot. 208/C: Kostium popołudniowy z lekkiej wełny. Gładka spódnica.  $\frac{3}{4}$  żakiet.

Fot. Becker & Maass

Na prawo na dole: Fot. 208/F: Wiosenny komplet z lekkiej wełny. Suknia czerwona i niebieski  $\frac{3}{4}$  żakiet.

Fot. Dorvynne, Paryż







38249



38250



38251



38252

38249 i 38250 Ładny komplet wiosenny. Plisowana spódniczka. Gładki zakieciak z niebieskiej wełnianej krepy. Długa bluzka z deseniowego crêpe-de-Chine'u. Nr. 38249: Ilość materiału: Crêpe-de-Chine szer. 95 ctm., mtr. 1,40. Nr. 38250: Ilość materiału: Wełniana krepa szer. 130 ctm., mtr. 3,75.

38251 i 38252 Wiosenny komplet. Suknia z paskiem bez kołnierza. Ciemna apaszka. Weięty zakieciak. Nr. 38251: Ilość materiału: Wełna szer. 130 ctm., mtr. 1,50. Nr. 38252: Ilość materiału: Wełna szer. 130 ctm., mtr. 2,50.

*Na lewo w górze: Fot. 208/H: Suknia z granatowego jersey, przybrana stębnowaniem. Kieszonki i wycięcie przybrane czerwono złotym galonem.*

*Fot. Becker & Maass*



*Na prawo: Fot. 208/J: Elegancki płaszcz wiosenny z granatowej wełny. Z przodu błyskawiczny zamk. Haft z siatażu.*

*Fot. Becker & Maass*

*W górze: Fot. 208/G: Modna suknia popołudniowa z lila krepy. Kasak przybrany błyskawicznym zamkiem.*

*Fot. Becker & Maass*

- 38253 Letnia suknia na przedpołudnie z ciemnej wełnianej krepy przybrana guzikami. Pikowy kołnierzyk. Ilość materiału: Wełniana krepka szer. 130 ctm., mtr. 2,60.
- 38254 Letnia suknia na przedpołudnie z jedwabiu w paski. Ilość materiału: Jedwab do prania szer. 80 ctm., mtr. 3,75.
- 38255 Skromna letnia suknia z jasnego jersey. Apaszka w ciemniejszym kolorze. Ilość materiału: Jersey szer. 95 ctm., mtr. 3,25.
- 38255A Letnia suknia przybrana zakładkami. Biały kołnierzyk i skórzany pasek. Ilość materiału: Wełna szer. 130 ctm., mtr. 2,50.



się znakomicie do podkreślenia tak modnej dziś linii bolera. Tymi samymi środkami osiągamy również rodzaje kamizelek i swetrów / Letnie komplety i kostiumy odgrywają w bieżącym sezonie dominującą rolę. Suknię uzupełniamy szykownym paltem, krótkim żakietkiem lub krótką, luźną pelerynką, a kostium z lnu lub shantungu — wygodnym i ob-

szernym płaszczem w zbliżonym kolorze. Kombinowanie kolorów należy do najciekawszego rozdziału dzisiejszej mody i dotyczy również innych części garderoby, począwszy od stroju plażowego, a skończywszy na „wielkiej” tualecie wieczorowej / Suknie wieczorowe szyjemy z gazy, żorżety, tiulu i koronki / Dużą wagę przywiązujemy również do stroju popołudniowego, przeznaczonego na rozmaite zawody sportowe i wyścigi. Jakkolwiek na powyższe imprezy wybieramy się zazwyczaj w lekkich, sportowych kostiumach, to bardziej oficjalny strój jest raczej wskazany, gdyż bezpośrednio po nich wybieramy się często na kolację lub na dancing. Kostiumy i komplety z koronki, haftowanego musselin, wzorzystej jedwabnej krepki nadają się najbardziej do tego celu.

## O CZYM PANI WIEDZIEĆ POWINNA!

Przeglądając ostatnie kolekcje, które przygotowali nam modotwórcy, wyczuwamy już dziś jakgdyby ciepły powiew słonecznych dni letnich / W pierwszym rzędzie interesują nas bezpretensjonalne sukienki z lnu, wzorzystych tkanin bawełnianych, piki i przeróżnych sztucznych jedwabiu / Tkaniny są tym razem bardziej miękkie i opinają doskonale sylwetkę. Stebnówki, hafty i kontrastowe załamania nadają



38256

38256 Letnia suknia popołudniowa z crêpe-de-Chine'u. Przybranie kołnierzyka z gładkiego materiału. Ilość materiału: Crêpe-de-Chine szer. 95 ctm., mtr. 3,50.

38257

38257 Suknia popołudniowa z jedwabnej krepy z dwóch części. Pasek z ciemnego satin. Ilość materiału: Jedwabna krepa szer. 95 ctm., mtr. 3,75.

38258

38258 Letnia suknia popołudniowa z crêpe-de-Chine'u. Biały plastron. Ilość materiału: Krepon szer. 80 ctm., mtr. 3,50.

38259

38259 Letnia suknia popołudniowa z niebieskiej matowej krepy przybrana białą matową krepią. Błyskawiczny zamek. Ilość materiału: Matowa krepa szer. 95 ctm., mtr. 3,50.

**Collection Star Nr. 15** przynosi przeszło 50 najpiękniejszych oryginalnych modeli szydełkowanych i na drutach. Przede wszystkim uwzględnione zostały modele plażowe i kąpielowe dla dorosłych i dla dzieci oraz inne części letniej garderoby, jak bluzki, pulowery, zakieckli tenisowe oraz inne oryginalne modele. Poza tym szereg praktycznych drobnostek, które możemy łatwo i szybko wykonać: są to przybrania do sukien, torebki, poduszki samochodowe i na weekend. Modele są przeważnie kolorowane, zyskując przez to na przejrzystości i plastyce. Opisy do modeli są bardzo obszerne i łatwo zrozumiałe, a dzięki doskonałym krojom w załączonej tablicy — bez trudu do wykonania.



38260

38261

38262

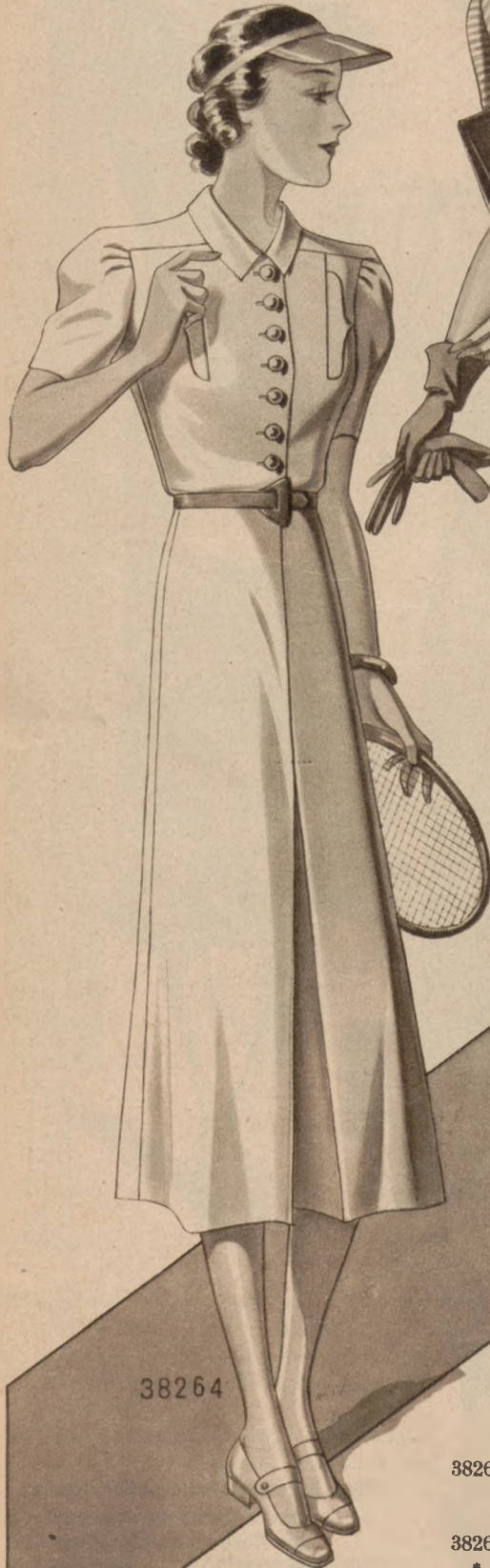
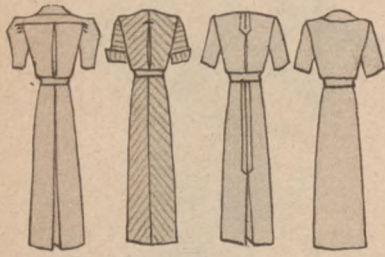
38263

38260 Letnia suknia popołudniowa z deseniowej jedwabnej krepy przybrana ciemnymi plisami. Ilość materiału: Jedwabna krepa szer. 95 ctm., mtr. 3,50.

38261 Letnia suknia popołudniowa z ciemnego marocain. Kołnierz, karczek z deseniowego materiału. Ilość materiału: Marocain w jednym kolorze szer. 95 ctm., mtr. 2,75, marocain kolorowy szer. 95 ctm., mtr. 1,30.

38262 Letnia suknia popołudniowa z gazy. Spód z jedwabnego marocain. Ilość materiału: Gaza szer. 100 ctm., mtr. 4,25, marocain szer. 95 ctm., mtr. 2,50.

38263 Letnia suknia popołudniowa z jedwabnego marocain. Kokarda z jasnego satin. Ilość materiału: Marocain szer. 95 ctm., mtr. 3,75.



38264



38265



38266



38267

38264 Suknia tenisowa z jasnego płótna. Kolorowy skórzany pasek. Ilość materiału: Len szer. 130 ctm., mtr. 3,25.

38265 Sportowa letnia suknia z popeliny w paski. Ilość materiału: Popelina szer. 100 ctm., mtr. 4.

38266 Letnia sportowa suknia z białego jedwabiu. Ilość materiału: Jedwab szer. 95 ctm., mtr. 4.

38267 Letnia suknia. Nakładane kieszenie. Jasny skórzany pasek. Ilość materiału: Jedwabny \* jersey szer. 130 ctm., mtr. 2,65.



38268

38268 Trzywierzciowy płaszcz wiosenny z diagonalu jednorzędnie zapinany. Ilość materiału: Wełna szer. 130 ctm., mtr. 2,25.

38269

38269 Wiosenny kostium. Gładka spódnica. Żakiet zapinany na trzy guziki. Ilość materiału: Wełna szer. 130 ctm., mtr. 2,65.

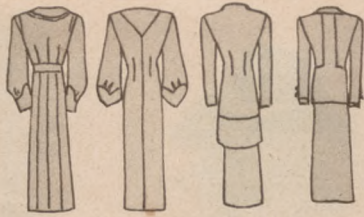
38270

38270 Kostium z brązowego lodenu. Żakiet dwurzędnie zapinany. Ilość materiału: Loden szer. 140 ctm., mtr. 2,85.

38271

38271 Wiosenny płaszcz z jasnej wełny. Ciemny skórzany pasek. Ilość materiału: Flausch szer. 130 ctm., mtr. 2,65.

**CROQUIS ORIGINAL** zurnal dla pierwszorzędnych pracowni . . . . . Zł. 10.—



38272

38272 Letni płaszcz popołudniowy z ciemnej wełnianej żorżety. Ilość materiału: Wełniana żorżeta szer. 130 ctm., mtr. 3.



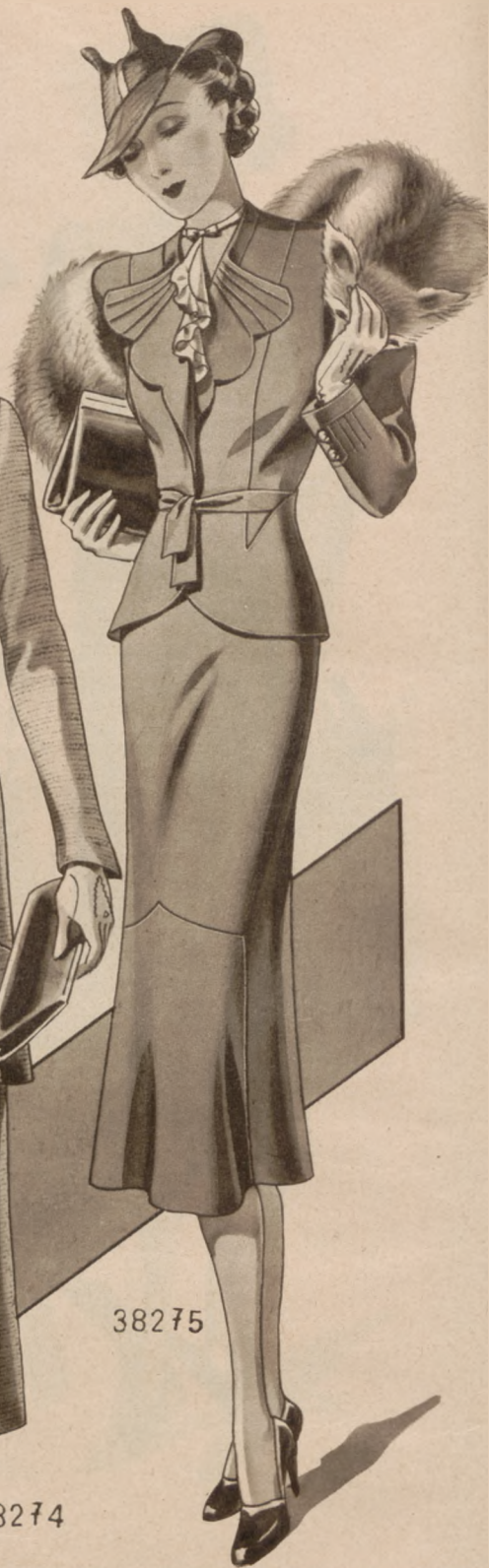
38273

38273 Letni płaszcz z wełnianej krepy jednorzędnie zapinany. Ilość materiału: Wełniana krepa szer. 130 ctm., mtr. 2,65.



38274

38274 Letni kostium popołudniowy. Gładka spódnica. Żakiet z paskiem. Ilość materiału: Charmelaine szer. 130 ctm., mtr. 3.



38275

38275 Letni kostium popołudniowy. Gładka spódnica. Żakiet z paskiem. Ilość materiału: Wełna szer. 130 ctm., mtr. 3,80.

**Collection Star Nr. 14** zawiera 39 oryginalnych modeli, odpowiadających znakomicie wygórowanym wymaganiom mody. Nosimy więc ręcznie robione sukienki, kostiumy, czapki, bluzki, żakietki i modne przybrania. Własnoręczne wykonywanie garderoby dziecięcej sprawia nam dużą przyjemność, a mąż będzie bardzo ucieszony, otrzymując od żony samodzielnie zrobiony pulower. COLLECTION STAR Nr. 14 przynosi nam te właśnie modele w najpiękniejszym wydaniu. Kolorowy druk oraz przejrzysta tablica kroju ułatwiają nam w dużej mierze pracę.





38276 Luźne palto raglanowe z impregnowanego jedwabiu. Ilość materiału: Jedwab balonowy szer. 120 ctm., mtr. 3,40.

38277 Deszczowy płaszcz z diagonalu dwurzędnie zapinany. Ilość materiału: Diagonal wełniany szer. 130 ctm., mtr. 3,25.

38278 Deszczowy płaszcz z impregnowanej wełny. Stojący kołnierz. Ilość materiału: Wełna szer. 130 ctm., mtr. 2,65.

38279 Kostium turystyczny z tweedu. Gładka spódnica. Żakiet jednorzędnie zapinany. Ilość materiału: Tweed szer. 130 ctm., mtr. 2,75.



38280

38281

38282

38283

38280 Skromna letnia sukienka z białego płótna przybrana haftem krzyżykowym. Ilość materiału: Płótno szer. 80 ctm., mtr. 3,25.

38281 Letnia sukienka z cienkiej wełnianej krepy. Plisowana spódnica. Nakładane kieszenie. Ilość materiału: Krepa bawełniana szer. 80 ctm., mtr. 4,65.

38282 Letnia sukienka z niebieskiego płótna przybrana białym batysem. Ilość materiału: Płótno szer. 80 ctm., mtr. 3,25, batyst szer. 80 ctm., mtr. 0,50.

38283 Letnia sukienka z jasnego płótna przybrana haftem. Ilość materiału: Płótno szer. 80 ctm., mtr. 3,25.



38202

38203

38204

38205

38202 i 38203 Letni komplet na przedpołudnie. Suknia i pelerynka z lekkiej welny. Guziki i stebnowanie. (Ilość materiału. Welna, szer. 130 cm., 2,30 mtr.; welna, szer. 130 cm., 0,65 mtr.)

38204 i 38205 Skromny komplet letni z welnianej żorżety. Plisowana kamizelka z białej organdiny. Pelerynka. (Ilość materiału: Welniana żorżeta, szer. 130 cm., 2,40 mtr., organdina, szer. 110 cm., 0,55 mtr.; welniana żorżeta, szer. 130 cm., 2,25 mtr.)



38206 i 38207 Letni komplet na przedpołudnie. Biała suknia, niebieski żakiecik. (Ilość materiału: Jedwab, szer. 95 cm., 2 mtr.; jedwab, szer. 95 cm., 3,50 mtr.)

38208 i 38208 A Suknia i komplet z shantungu. Kłapy z materiału w kratkę. (Ilość materiału: Shantung gładki, szer. 90 cm., 1,80 mtr., shantung w pasy, szer. 90 cm., 1,25 mtr.; shantung, szer. 90 cm., 2 mtr.)

38209 Letnia suknia na przedpołudnie z welny lub płótna.  
\* Fałdy poszerzają spódnicę. (Ilość materiału: Płótno, szer. 80 cm., 4,25 mtr.)



- 38210 Tenisowa suknia z shantungu zapinana na guziki. (Ilość materiału: Shantung, szer. 90 cm., 3,25 mtr.)
- 38211 Tenisowa suknia z niebieskiego shantungu. Stebnowane kieszenie. (Ilość materiału: Jedwabne płótno, szer. 80 cm., 3,25 mtr.)
- 38212 Angielska bluzka letnia z zielonej wełnianej krepy. (Ilość materiału: Krepa, szer. 80 cm., 1,75 mtr.)

- 38213 Letnia bluzka z jedwabiu w paski z błyskawicznym zamkiem. (Ilość materiału: Jedwab do prania, szer. 80 cm., 1,65 mtr.)
- 38214 Skromna bluzka z deseniowego fularu, przybrana kieszeniami. (Ilość materiału: Fular, szer. 90 cm., 1,75 mtr.)
- 38215 Czerwona suknia na przedpołudnie z wełnianej krepy. \* Nakładane kieszenie. (Ilość materiału: Wełniana krepa, szer. 130 cm., 1,10 mtr.)



38216

38217

38218

38219

38220

38221

38222

38223

38216 Letnia suknia popołudniowa z zielonego shantungu. Karczerek z guzikami. (Ilość materiału: Shantung, szer. 90 cm., 3,50 mtr., surowy jedwab, szer. 80 cm., 0,65 mtr.)  
 38217 Suknia popołudniowa z deseniowej tafty. Krótkie rękawki. (Ilość materiału: Tafta, szer. 90 cm., 3,25 mtr.)

38218 Letnia suknia popołudniowa z czerwonej wełnianej krepy przybrana guzikami. (Ilość materiału: Wełniana żorzeta, szer. 130 cm., 2,75 mtr.)  
 38219 Letnia suknia popołudniowa z deseniowego crepe de Chine'u. \* (Ilość materiału: Krepa, szer. 95 cm., 3,75 mtr.)

38220 Suknia popołudniowa z żółtej jedwabnej krepy. Spódnica, rieszki i kieszenie plisowane. (Ilość materiału: Jedwabna krepa, szer. 95 cm., 4,75 mtr.)  
 38221 Letnia suknia popołudniowa z deseniowego crepe de Chine'u. Plisy i kamizelka z białej piki. Czerwony pasek skórzany. (Ilość materiału: Krepa, szer. 95 cm., 3,50 mtr.)

38222 Elegancka suknia letnia z deseniowego crepe de Chine'u, przybrana kolorowymi wstążkami. (Ilość materiału: Crepe de Chine, szer. 95 cm., 3,50 mtr.)  
 38223 Suknia popołudniowa z czarnego marocain. Rękawki i karczerek z organdiny. (Ilość materiału: Marocain, szer. 95 cm., 2,25 mtr., organdina, szer. 100 cm., 0,75 mtr.)



38224

38225

38226

38229

38230

38227



38228

38224 Bluzka popołudniowa z blade-różowego jedwabiu. Prząd bogato marszczony. Pasek wiązany na kokardę. (Ilość materiału: Matowa krepa, szer. 95 cm., 1,50 mtr.)

38225 Bluzka popołudniowa z krepy, przybrana szczypankami. (Ilość materiału: Krepa, szer. 95 cm., 1,75 mtr.)

38226 Bluzka popołudniowa za deseniowego marocain, zapinana z tyłu na guziki. (Ilość materiału: Marocain, szer. 95 cm., 2 mtr.)

38227 Bluzka popołudniowa z białego satyn. (Ilość materiału: Satyn, szer. 95 cm., 1,75 mtr.)

38228 Bluzka popołudniowa z beige koronki. (Ilość materiału: Koronka, szer. 90 cm., 1,75 mtr.)

38229 Wiejski komplet: suknia z deseniowego płótna, szelki z zielonego filcu. Bluzka z białego satyn i fartuszek z zielono-czerwonej tafty. (Ilość materiału: Tafta, szer. 90 cm., 1,25 mtr., płótno, szer. 80 cm., 4,60 mtr., batyst, szer. 80 cm., 1,75 mtr.)

38230 Komplet wiejski z kretonu. Fartuszek z białego batystu. Metalowe guziki. (Ilość materiału: Kreton niebieski, szer. 80 cm., 3,60 mtr., kreton różowy, szer. 80 cm., 1,65 mtr., batyst, szer. 80 cm., 1,25 mtr.)



38231

38232

38233

38234



38231 Suknia popołudniowa z niebieskiej wełnianej żorżety, przybrana matowym jedwabiem. (Ilość materiału: Wełniana żorżeta, szer. 130 cm., 2,25 mtr., jedwab, szer. 95 cm., 1 mtr.)

38232 Suknia popołudniowa z marocain. Wstawienie i górna część sukni marszczona. Wąski kołnier z białej koronki. (Ilość materiału: Marocain, szer. 95 cm., 3,75 mtr.)

38233 Suknia popołudniowa z matowego jedwabiu. Góra bogato marszczona. (Ilość materiału: \* Jedwab, szer. 95 cm., 3,50 mtr.)

38234 Suknia popołudniowa z ocre-żółtego cloque, zapinana z tyłu na guziki. Pasek z czerwonego i brązowego satin. (Ilość materiału: Cloque, szer. 95 cm., 3,50 mtr.)





38235A



38235

38236

38235 i 38235 A Komplet letni dla szczupłych pań. Biała suknia z żorżety lub erepe romain. Krótkie bolerko i szarfa z deseniowej tafty. (Ilość materiału: Żorżeta, szer. 95 cm., 7,75 mtr.; tafta, szer. 90 cm., 2 mtr.)

38236 Letnia suknia wieczorowa z żorżety lub gazy w jasno żółtym kolorze. Rękawki z walancienek. Duża kokarda z aksamitu. (Ilość materiału: Żorżeta, szer. 95 cm., 6 mtr.)

38237 Letnia suknia wieczorowa z organdiny. Górna część miękko marszczona. (Ilość materiału: Organdyna, szer. 110 cm., 4,35 mtr., ręcznie robiony materiał, szer. 60 cm., 1,25 mtr.)

38238 Letnia suknia wieczorowa z cienkiej krepy lub gazy o bogatym deseniu. Wstawienie i rękawki plisowane. Głęboki dekolot na plecach. Różowy pasek z weluru zakończony kokardą. (Ilość materiału: Krepa, szer. 95 cm., 6,25 mtr.)

38238

38237



38289

38290

38291

38288



38284 Skromna letnia bluzka z płótna w paski. Rękawki krojone razem z karczkiem. Ilość materiału: Płótno szer. 80 ctm., mtr. 2.

38285 Elegancka letnia bluzka z białego satyn. Ilość materiału: Satin szer. 95 ctm., mtr. 2.

38286 Pikowa bluzka na przedpołudnie. Ilość materiału: P'ka szer. 80 ctm., mtr. 1,80.

38287 Letnia bluzka z jasnej żorżety przybrana koronką. Ilość materiału: Żorżeta szer. 95 ctm., mtr. 2,15.

38288 Letnia bluzka z surowego jedwabiu przybrana guzikami i merezką. Ilość materiału: Surowy jedwab szer. 80 ctm., mtr. 1,75.

38289 Elegancka spódnica z czarnego jedwabnego jersey, zapinana na błyskawiczny zamak. Ilość materiału: Jedwabny jersey szer. 95 ctm., mtr. 2,35.

38290 Letnia spódnica z jasnego płótna. Nacięte kieszenie. Ilość materiału: Płótno 130 ctm., mtr. 2.

38291 Letnia spódnica ze szkockiej wełny. Ciemny skórzany pasek. Ilość materiału: Wełna szer. 100 ctm., mtr. 2,70.

- 38292 Letnia suknia dla tęższych pań z niebieskiego płótna przybrana białym płótnem. Ilość materiału: Płótno szer. 80 ctm., mtr. 4,75.
- \* 39293 Letnia bluzka popołudniowa z deseniowej jedwabnej krepy. Ilość materiału: Jedwabna krepa 95 ctm., mtr. 2,50.
- 38294 i 38294A Letni komplet dla tęższych pań. Suknie z paskiem. Luźne paltó. Nr. 38294: Ilość materiału: Crêpe de Chine szer. 95 ctm., mtr. 3,25, pika szer. 95 ctm., mtr. 0,40. Nr. 38294A: Crêpe-de-Chine szer. 95 ctm., mtr. 2,50.



38292



38294A

38294



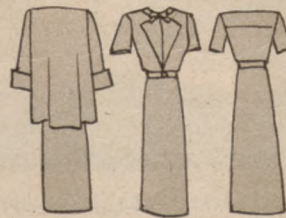
38295



38296



38293



- 38295 Letnia suknia z płótna dla tęższych pań przybrana zakładeczkami. Ilość materiału: Płótno 80 ctm., mtr. 4,25.
- 38296 Letnia suknia popołudniowa dla tęższych pań z deseniowego marocain. Kołnierz i mankiety z białego marocain. Ilość materiału. Marocain wzorzysty szer. 95 ctm., mtr. 4, marocain biały szer. 95 ctm., mtr. 0,50.



38297

38297 Letnia suknia popołudniowa dla cięższych pań z jedwabnej krepy. Podwójny żabot z organdiny. Ilość materiału: Jedwabna krepa szer. 95 ctm., mtr. 4, organdina szer. 100 ctm., mtr. 0,40.

38298 Płaszczowa suknia dla cięższych pań z deseniowej krepy. Ilość materiału: Jedwabna krepa szer. 95 ctm., mtr. 3,75.

38298

38299

38299 Elegancka letnia suknia dla cięższych pań z deseniowej krepy. Czarny tiulowy żabot. Ilość materiału: Matowa krepa szer. 95 ctm., mtr. 4,25.

38300 Letnia suknia popołudniowa dla cięższych pań. Wstawienia i kokarda z białego satyn. Ilość materiału: Marocain szer. 95 ctm., mtr. 4,50, satyn szer. 95 ctm., mtr. 0,45.

38300



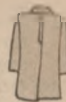
- 38301 Wiosenny komplet dla tęższych pań z jasno-brązowej wełny. Z przodu trzy duże guziki. Ilość materiału: Wełna szer. 130 ctm., mtr. 3.
- 38302 Wiosenny kostium dla tęższych pań z tweedu. Spódnica i żakiet zapinane na trzy guziki. Ilość materiału: Tweed szer. 130 ctm., mtr. 3,50.
- 38303 Wiosenny kostium dla tęższych pań. Trzyćwierciowy żakiet dwurzędnie zapinany.  
\* Ilość materiału: Wełna szer. 130 ctm., mtr. 3,50.
- 38304 Elegancki płaszcz wiosenny z jedwabnej popeliny dla tęższych pań. Kłapy przybrane zakładczkami. Ilość materiału: Jedwabna popelina szer. 100 ctm., mtr. 4,25.

# ŚWIAT KOBIECY

38305 Letni płaszczek ze szkockiej wełny dwurzędnie zapinany. Ilość materiału: Wełna szer. 130 ctm., mtr. 1,65.

38306 Letni płaszcz z jasnej wełny. Kołnierz i guziki z ciemnego aksamitu. Ilość materiału: Wełna szer. 130 ctm., mtr. 1,40.

38307 Marynarskie palto dla małej dziewczynki z granatowego sukna. Żółte guziki. Ilość materiału: Sukno 130 ctm., mtr. 1,80.



38308 Letni płaszcz dla dziecka z jasnego płótna. Niewidoczne zapięcie. Ilość materiału: Płótno szer. 80 ctm., mtr. 1,75.

38309 Skromny kostium letni z granatowej casha. Biała bluzka. Ilość materiału: Casha szer. 90 ctm., mtr. 2,15.

38310 Płaszczek z ciemnego lodenu z kapturem. Ilość materiału: London szer. 140 ctm., mtr. 1,25.

38311 Letni płaszczek dziecienny z jasnej wełnianej krepwy. Ilość materiału: Wełniana krepwy szer. 100 ctm., mtr. 1,25.

38312 Deszczowy płaszczek dla chłopców z impregnowanego jedwabiu. Ilość materiału: Jedwab szer. 120 ctm., mtr. 2.

38313 Deszczowy płaszczek dla starszych chłopców. Nakładane kieszenie. Ilość materiału: Wełna szer. 130 ctm., mtr. 1,85.

38314 Płaszczek dla chłopców z jasnego diagonalu. Nakładane kieszenie. Ilość materiału: Wełna diagonal szer. 130 ctm., mtr. 1,85.

38315 Sukienka ludowa z kolorowego płótna. Bluzka z organdiny. Batystowy fartuszek. Ilość materiału: Płótno szer. 80 ctm., mtr. 1,30, organdina szer. 100 ctm., mtr. 0,75, batyst szer. 80 ctm., mtr. 0,35.

38316 Góralski strój dla chłopców. Spodnie z duwetiny. Jasna bluzka z lodenu. Ilość materiału: Duwetina szer. 130 ctm., mtr. 0,40, loden szer. 140 ctm., mtr. 0,80.

38317 Letnia suknia z haftowanej etaminy. Ilość materiału: Etamina szer. 100 ctm., mtr. 2.

38318 Letnia suknia z jasnego shantungu. Ilość materiału: Shantung szer. 90 ctm., mtr. 2.

38319 Letnia suknia wiosenna z płótna. Ilość materiału: Płótno szer. 80 ctm., mtr. 2,75.

38320 Letnia suknia dla podlotków z deseniowego surowego jedwabiu. Ilość materiału: Materiał do prania szer. 80 ctm., mtr. 2,85.



38316

38315



38317



38318



38319



38320



38321



38322



38321 Letnia sukienka z jasnego jedwabnego płótna z haftem. Ilość materiału: Jedwabne płótno szer. 80 ctm., mtr. 3.

38322 Sukieneczka dla dziecka z mousselin. Marszczony karczek. Ilość materiału: Mousselin szer. 80 ctm., mtr. 1,75.



38325

38326

38324



38329



38330



38331



38328



38323 Skromna suknia do Komunii z mousselin. Z przodu plisowanie wstawienie. Ilość materiału: Mousselin szer. 80 ctm., mtr. 2,50.

38324 Białe ubranko dla chłopców do Komunii. Ilość materiału: Szewiot szer. 130 ctm., mtr. 2.

38325 Francuska suknia do Komunii z mousselin przybrana zakładeczkami i koronką. Ilość materiału: Mousselin szer. 80 ctm., mtr. 6,25.

38326 Elegancka suknia do Komunii z żorżety przybrana koronką. Ilość materiału: Żorżeta szer. 95 ctm., mtr. 5.

38327 Długa suknia do Komunii z etaminy przybrana mereżkami. Ilość materiału: Etamina szer. 100 ctm., mtr. 6,25.

38328 Suknia do Komunii z cloque, z tyłu wiązana. Ilość materiału: Cloque szer. 95 ctm., mtr. 2,30.

38329 Suknia do Komunii z czarnego crêpe-de-Chine'u. Plastron zakończony kokardą. Ilość materiału: Crêpe-de-Chine szer. 95 ctm., mtr. 3,10.

38330 Suknia z jedwabnej krepy Komunii. Kołnierzyk i kamizelka z satin. Ilość materiału: Jedwabna krepa szer. 95 ctm., mtr. 2,75, satin szer. 95 ctm., mtr. 0,45.

38331 Elegancka suknia do Komunii z cloque. Marszczony przód. Kokardka z wąskiego aksamitu. Ilość materiału: Cloque szer. 95 ctm., mtr. 3.





38332 i 38333 Garniturek z różowej flaneli dla małych dzieci. Nr. 38332: Ilość materiału: Flanela szer. 80 ctm., mtr. 1,85. Nr. 38333: Ilość materiału: Flanela szer. 80 ctm., mtr. 0,30. — 38334 Ubranko do zabawy dla małych dzieci. Piócienny kołnierzyk. Ilość materiału: Flanela szer. 80 ctm., mtr. 1,50. — 38335 Fartuszek z deseniowego kretonu. Białe spodniki. Ilość materiału: Kreton szer. 80 ctm., mtr. 0,60. — 38336 Jedwabne czepeczki przybrane rulonikami i kokardkami z satin. Ilość materiału: Jedwab szer. 95 ctm., mtr. 0,30. — 38337 Pajacyk z crêpe-de-Chine'u przybrany haftem. Ilość materiału: Crêpe-de-Chine szer. 95 ctm., mtr. 1,10. — 38338 Sukieneczka jedwabna przybrana koronką i haftem. Ilość materiału: Jedwab szer. 95 ctm., mtr. 2,40. — 38339 Szlafroczek dla dzieci z flaneli. Ilość materiału: Flanela szer. 80 ctm., mtr. 2. — 38340 Śliniaczek z białego płótna z haftowanymi płaszczkami. Ilość materiału: Płótno szer. 80 ctm., mtr. 0,30. — 38341 Spodniki z gumką. Ilość materiału: Szyfon szer. 80 ctm., mtr. 0,90. — 38342 Piócienne koszulki. Ilość materiału: Płótno szer. 80 ctm., mtr. 0,75. — 38343 Koszulka szyfonowa przybrana koronką. Ilość materiału: Płótno szer. 80 ctm., mtr. 1,10. — 38344 Płaszczek kąpielowy z kapturem. Ilość materiału: Mat. na płaszcze kąpielowe szer. 80 ctm., mtr. 1,40. — 38345 Kaftanik z białego jedwabiu. Ilość materiału: Jedwab szer. 90 ctm., mtr. 0,90. — 38346 Jedwabna sukieneczka przybrana falbankami. Ilość materiału: Jedwab szer. 95 ctm., mtr. 1,15. — 38347 Piócienne śliniaczki przybrane wstawkami i haftem. Ilość materiału: Płótno szer. 80 ctm., mtr. 0,30. — 38348 Długa nocna

koszulka. Wiązany kołnierzyk. Ilość materiału: Flanela szer. 80 ctm., mtr. 2,35. — 38349 Pizamka dla chłopczyka z popeliny w paski. Ilość materiału: Popelina szer. 80 ctm., mtr. 3,15.

- 5073 Fartuch domowy z płótna deseniowego, plisy gładkie.
- 5074 Kretonowy domowy fartuch przybrany gładkimi plisami.
- 5075 Domowy fartuch z deseniowego lavable z dużymi kieszeniami.
- 5076 Skromny fartuch domowy z deseniowego toile'u, plisy gładkie.
- 5077 Kitel z deseniowego kretonu zapinany na dwa rzędy guzików.
- 5078 Praktyczny kitel z deseniowego lavable, zapinany na plecach.
- 5079 Kitel z kretonu w kratkę. Kieszenie i pasek ukośnie ustawione.
- 5080 Kitel z deseniowego zefiru.
- 5081 Fartuch z deseniowego batystu, przybrany mierzkami.
- 5082 Fartuch z białego linon przybrany haftem.



5079 5080



5081 5082

# PRAKTYCZNA SUKNIA RĘCZNIE ROBIONA

**Materiał:** Około 850 gr. szaro-niebieskiej podwójnej wełny, 2 długie druty, 1 szydełko Nr. 2, 3 guziki drewniane wielkości 1 cm. 85 cm. gurtu szer. 4 cm. 2 haftki, 25 cm wstążki jedwabnej 2½ cm. szer. Wełnę przerabia się pojedynczo.

**Skróty:** Rz. = rząd, pśł. = półsłupek, pr. o. = prawe oczko, l. o. = lewe oczko, sł. = słupek, o. = oczko.

**Wzór:** (przód, plecy, rękawy, spódnica) według wzoru podanego Ryc. A<sub>1</sub> (zobacz próbę wykonania Ryc. A<sub>2</sub>). Kołnierzyk, wykończenie koło kieszeni, wewnętrzna część kieszeni w ściegu prawym, t. zn. tam przerabia się na prawo, z powrotem zaś tylko lewe oczka.

Krój należy wykroić według zmniejszonego rysunku Ryc. A<sub>3</sub> do Ryc. A<sub>7</sub>, odpowiada on wielkości 42/92 cm obwodu.

**Wykonanie:** Bluzka, przód: Zaczyna się od dolnego brzegu i na wysokości 28 cm. dzieli się robotę dla otrzymania otworów kieszeni na 3 części i nad każdą częścią przerabia się 6 cm., przy czym przy każdej części bocznych brzegów środkowych ujmuję się oczka dla otrzymania skosów, zaś do przyległych brzegów dodaje się o. Następnie wszystkie o. znowu bierze się na jeden drut i przerabia się aż do otworu znajdującego się na wysokości 39 cm tak jak poprzednio; przez ten otwór przeciąga się później kołnierzyk. Dla wrobienia otworu o szer. 3 cm. zdejmuję się odpowiednią ilość o. na nitkę i tę samą ilość dobiera na drut i przerabia aż do dekoltu. Następnie dzieli się robotę i każdą część przerabia oddzielnie. Dalej przerabia się wykończenie koło otworu, nabierając z nitki o. i przerabiając 6 cm. w ściegu pończoszkowym. Oczka zaka-

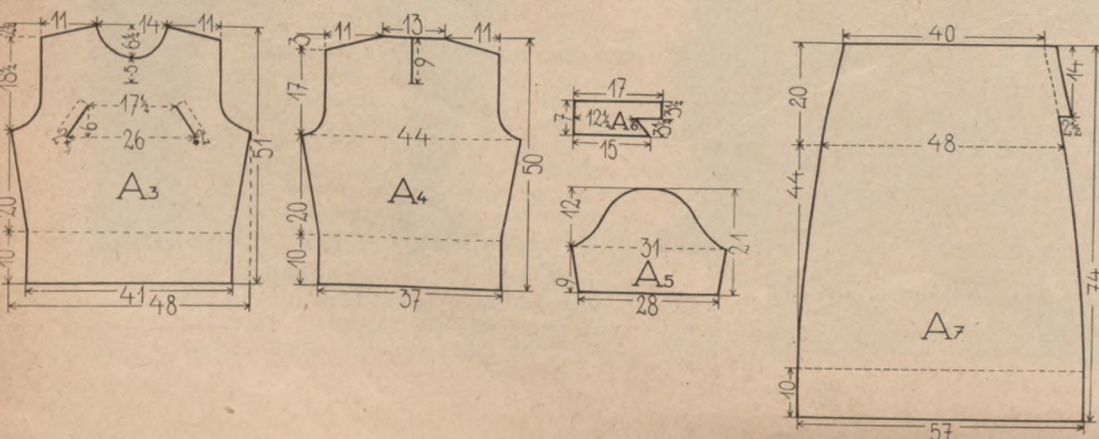
(Koniec na stronie 33)

\*

Ryc. A<sub>3</sub> do Ryc. A<sub>7</sub>. Zmniejszony rysunek kroju, według którego kontroluje się robotę. Liczby podają wymiary w centymetrach. Ryc. A<sub>2</sub> przód, Ryc. A<sub>4</sub> plecy, Ryc. A<sub>5</sub> Rękawy, Ryc. A<sub>6</sub> Pół kołnierzyka, Ryc. A<sub>7</sub> Spódnica.

Ryc. A<sub>2</sub>. Sposób wykonania wzoru sukni Ryc. A.

Ryc. A. Sportowa sukienka ręcznie robiona.



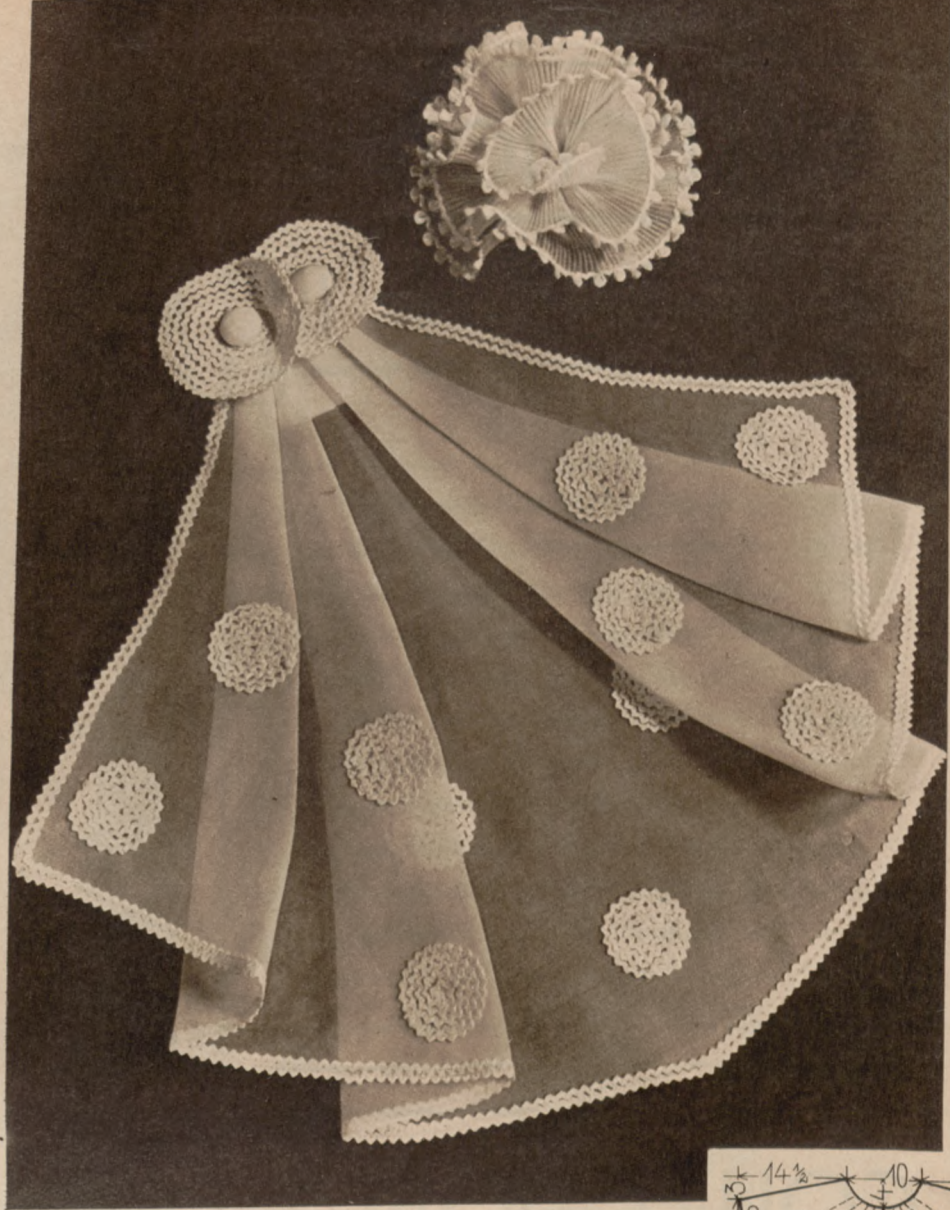


# KWIAT I ŻABOT Z ORGANDYNY

**Material:** (kwiat), pasek białej organdy 5 cm. szer., 70 cm. dł., drobno uplisowany, i pasemko białego jedwabiu, 1 szydelko Nr. 7, **Material dla żabotu:** biała organdyna 30x50 cm., 5 m. białej tasiemki ząbkowanej o szer. 1/2 cm., 2 guziki obciągnięte organdyną, wielkości 1/2 cm.

**Wykonanie kwiatu:** Jeden brzeg dłuższy organdy obszydelkowuje się jak następuje jedwabiem: 2 plśl., 2 o. w pow. i znowu do brzegu 2 plśl. i pikocik, składający się z 4 o. w pow., i plśl. do pierwszego o. w pow. Całość powtarza się od początku (zobacz próbę wykonania Ryc. B<sub>1</sub>). Drugi brzeg organdy zakańcza się i ściągą razem tak, jak podano na rycinie. Po odwrotnej stronie ściągnięty brzeg przykrywa się kawałkiem organdy, przymocowanej kilkoma ściegami.

**Wykonanie żabotu:** Należy z organdy przykroić żabot dokładnie według kroju Ryc. C<sub>1</sub> z dodatkiem 1/2 cm. na brzeg oraz dwie płytki o przekroju 3 cm. Żabot oraz dolne brzegi płytek należy zwinąć bardzo wąsko. Kropki widoczne z rysunku należy równomiernie rozmieścić z tasiemki ząbkowanej na żabocie (zobacz próbę wykonania Ryc. C<sub>2</sub>). Zwinięte brzegi wykańcza się również tasiemką ząbkowaną, przez dwa rzędy. Płytki obszywa się tasiemką ząbkowaną dokładnie jak wskazuje rycina. Następnie prasuje się żabot i przyszywa w odpowiednich miejscach guziki.

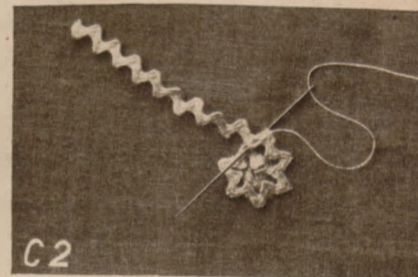
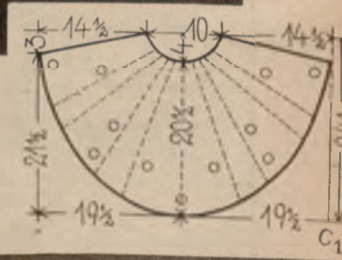


Ryc. B i Ryc. C. Żabot oraz kwiat z organdy.

Ryc. B<sub>1</sub>. Sposób wykonania żabotu.

Ryc. C<sub>1</sub>. Zmniejszony kraj żabotu. Liczby podają wymiary w centymetrach.

Ryc. C<sub>2</sub>. Sposób wykonania kropki.



## PRAKTYCZNA SUKNIA RĘCZNIE ROBIONA

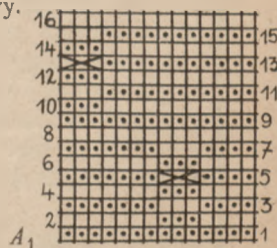
ńcza się. Paski koło kieszeni przerabia się w ściegu pończoszkowym, nabierając o. przy otworach, następnie tak samo przerabia się wewnętrzną część kieszeni.

Plecy również zaczyna się od dolnego brzegu i na wysokości 41 cm. robotą dzieli się i każdą część kończy się dla siebie.

Rękawy zaczyna się od dolnego brzegu. Kołnierz przerabia się z dwóch naprzemianległych części, zaczynając od brzegu długości 15 cm. Spódnicę przerabia się z dwóch naprzemianległych części. Pas wrobiony na wysokości 60 cm. służy do wykończenia dolnego rozcięcia w kroku. Poszczególne części należy odpowiednio do kroju napiąć i ze sobą zeszyć, brzegi zaś obszydelkować 1 rz. plśl., zaś brzegi

rozcięcia 3 rz. plśl., przy czym należy zrobić 3 dziurki do guzików. Po drugiej stronie przyszywa się guziki. Kieszenie oraz paski koło kieszeni przyszywa się drobnym ścięciem. Do spódnicy przyszywa się gurt i wykańcza wszystkie wewnętrzne szwy.

Ryc. A<sub>1</sub>. Wzór według którego należy robić suknię. Wzór należy odczytywać od prawej strony do lewej (nieparzyste liczby), od lewej do prawej strony (parzyste liczby). □ = pr. o., ◻ = 1. o., ⊠ = 3 o. razem przerobić. Wzór ten należy stale powtarzać.



(Koniec)

# COLLECTION

## STAR Nr. 14

zawiera 39 oryginalnych modeli, odpowiadających znakomicie wygórowanym wymaganiom mody. Nosimy więc ręcznie robione sukienki, kostiumy, czapki, bluzki, żakieciki i modne przybrania. Własnoręczne wykonywanie garderoby dziecięcej sprawia nam dużą przyjemność, a mąż będzie bardzo ucieszony, otrzymując od żony samodzielnie zrobiony pulower. Collection Star Nr. 14 przynosi nam te właśnie modele w najpiękniejszym wydaniu. Kolorowy druk oraz przejrzysta tablica kroju ułatwiają nam w dużej mierze pracę.

# COLLECTION

## STAR Nr. 15

przynosi przeszło 50 najpiękniejszych oryginalnych modeli szydełkowanych i na drutach. Przedewszystkim uwzględnione zostały modele plażowe i kąpielowe dla dorosłych i dla dzieci oraz inne części letniej garderoby, jak bluzki, pulowery, żakieciki tenisowe oraz inne oryginalne modele. Pozatym szereg praktycznych drobnostek, które możemy łatwo i szybko wykonać: są to przybrania do sukien, torebki, poduszki samochodowe i na weekend. Modele są przeważnie kolorowane, zyskując przez to na przejrzystości i plastyce. Opisy do modeli są bardzo obszerne i łatwo zrozumiałe, a dzięki doskonałym krojom w załączonej tablicy — bez trudu do wykonania.



38350

38351

38352

38350 Szlafrok z woalu w kwiatki. Kloszowe rękawki. Ilość materiału: Woal szer. 100 ctm., mtr. 4.

38351 Skromny szlafrok z kretonu dwurzędnie zapinany. Ilość materiału: Kreton szer. 80 ctm., mtr. 4,25.

38352 Piżama z dwóch części z jedwabnej popeliny. Długie spodnie. Jednorzędnie zapinany żakiet. Ilość materiału: Jedwabna popelina 80 ctm., mtr. 5,15.



*Sądziła,  
że koszula  
Jurka jest  
biała...*

## ...dopóki nie porównała jej z praną w Radionie koszulką Jasia

Porównując obie koszule, spostrzegła dopiero różnicę. Bielizna prana zwyczajnie sprawia wrażenie, jak gdyby była lekko szara, bo nie wystarczy jej powierzchowne wypranie. Aby była rzeczywiście biała, trzeba usunąć brud, który osadził się głęboko w tkaninie.

Zadanie to spełni tylko Radion! Przy gotowaniu bielizny w Radionie wytwarzają się miliony drobnych pęcherzyków tlenu, które przenikają na wskroś tkaninę. Dzięki temu bielizna będzie rzeczywiście czysta i biała.

# RADION

pierze bieliznę „na wskroś”



W Y R Ó B S C H I C H T - L E V E R S. A.

## G O T U J Ę S A M Ą

**Krupnik polski.** Nastawić kości i gorsze kawałki mięsa jak zwykle na rosół, wrzucić parę korzeni, grzybków i kilka dużych fasoli. Osobno ugotować w kamiennym garnuszku 12 dkg. krup perłowych lub kaszy orkiszowej, zalewając po trochu pożyłą z rosółu, aby się dobrze rozkleiły. Gdy już krupy miękkie i dobrze rozklejone, dodać pół łyżki masła, rozetrzeć mocno łyżką, zalać rosółem, rozkłócić i zagotować. Przed wydaniem wsypać do wazy drobno posiekanej zielonej pietruszki, a lepsze kawałki mięsa pokroić w kostkę. Kto lubi, może dodać trochę poszatkowanej i uduszonej w maśle jarzyny oraz kilka pokrojonych w kostkę i ugotowanych kartofli.

**Zupa francuska z parmezanem.** — Ugotować rosół z mięsa zwykłym sposobem. Przed wydaniem do wazy włożyć cztery łyżki młodego ugotowanego groszku, cztery łyżki ryżu ugo-

owanego na sytko, oraz następujące pulpety: kawałek cielęciny lub piersi z kury, jedną rozmoczoną w mleku i wyciśniętą bułkę utrzeć na masę w maszynce do mielenia mięsa, dodać łyżkę masła rakowego i dusić na wol-

**Brylanty z cukru.** Właściwie to nawet i takie brylanty można obecnie wytwarzać, tylko że są one w sztucznej produkcji zbyt małe, aby miały posiadać jakąkolwiek wartość. Ilekć praktyczniejszym za to jest produkt naturalny stosowany w miejsce kawy ziarnistej, który w smaku zupełnie zbliżony jest do kawy, a przy tym jest tani i sprzedaje się go w paczkach już gotowych do użycia, jest to kawa „Enrilo”, produkowana wyłącznie z najszlachetniejszych rodzimych surowców, a wytwarzana w zakładach firmy Henryka Francka Synowie S. A. w Skawinie.

nym ogniu pół godziny. Gdy przestygnie, posolić, wbić dwa żółtka surowe, mieszając dobrze i robić z tej masy podłużne lub okrągłe małe pulpeciki, tarzając je w mące. Ugotować pulpety na wodzie, a gdy wypłyną, co jest dowodem, że są ugotowane, wyjąć łyżką druzslakową do wazy i zalać wszystkim rosółem. Na stół podać oddzielnie utarty parmezan.

**Zupa ogórkowa.** Ugotować rosół na kościach i odpadkach mięsa. Trzy lub cztery ogórki kiszzone obrać z łupiny i pokroić w cienkie talarki i gotować na rosółu, dodawszy trochę masła. Gdy ogórki są już miękkie, wlać je do precedzonego rosółu i podprawić zupę pół litrem śmietany, rozbitej z łyżką mąki. Jeśli zupa jest za mało kwaśna, dodać do smaku kwasu ogórkowego.

**Sztofada.** Gruby, krótki kawałek pieczeni zrazowej zbić mocno pałką

i zalać przegotowanym bajcem z wody, octu, cebuli i korzeni i postawić na 2—3 dni. Potem mięso obetrzeć czystą ściereką, nasolić, opieprzyć i naszpikować gęsto i głęboko słoniną, pokrojoną w cienkie paseczki. Włożyć do rondla na rozpalone masło, a gdy się obrumieni, dodać bajcu lub białego wina, dusić pod przykryciem na wolnym ogniu, aż będzie zupełnie miękka. Przed wydaniem obsypać trochę mąką albo tartą bułką, potranżerować i polać wystudzonym sosem, którego powinno być niewiele. Do takiej pieczeni można podać kapustę czerwoną, duszoną na winie, zwykłą kapustę lub kartofle.

*Zrazy po holendersku.* Pokroić kawałek polędwicy lub pierwszej krzyżowej (befsztykowej) na podłużne plastry, rozbić je dobrze pałką i posmarować następującym farszem: 4 sardele, licząc na  $\frac{1}{2}$  kg. mięsa, wymoczyć, obrać z ości, usiekać i przetrzeć przez sito. Utrzeć łyżkę masła lub kawałek szpiku z jedną namoczoną w mleku bułką i z sardelami. Potem zwinąć ciasno zrazy, obrumienić na rozpalonym maśle, złożyć do rynki, skroić drobno jedną cebulę, zalać rosołem i dusić aż będą miękkie. Przed wydaniem wsypać do sosu trochę usiekanej skórki cytrynowej, zielonej pietruszki, wcisnąć soku z cytryny, wlać kilka łyżek śmietany, rozbitej z pół łyżeczką mąki, trochę ekstraktu Maggi i sosu Cabul i podać z kartofelkami. Zrazy te są bardzo ostre i smaczne.

*Zrazy cielece zawijane.* Ukroić z pieczeni cielecej cienkie, podłużne zrazy, zbić mocno, posolić i opieprzyć. W środek nałożyć po kawałeczku pasztetu, jeśli nie ma, to zrobić farsz z siekanych szampionów, uduszonych z cebulką i wymieszanych z łyżką tartej bułki. Nałożywszy, zwinąć każdy zraz, otarzać w mące, obrumienić na maśle, a potem dusić pod przykryciem, podlewając rosołem. W końcu oprószyć mąką, zaciągnąć sos i wydać z kaszką krakowską, ugotowaną na sypko z koperkiem. Kto chce mieć smaczniejsze zrazy, może wlać do duszenia pół szklanki wina białego i dać pół łyżeczki Maggi.

*Ryz z jabłkami,* zapiekany z pianą. Cztery żółtka utrzeć z trzema łyżkami cukru do białości, wymieszać z  $\frac{1}{4}$  kg. wystudzonego na sypko na mleku, dodać pianę z pozostałych białek, włożyć do formy wysmarowanej masłem i wysypanej bułką i wypieć w piecu przez pół godziny. Potem wyrzucić na półmisek, posmarować konfiturami, nałożyć na to warstwę pokrajanych w cienkie talarki i pocukrzonych jabłek, pokryć pianą, ubitą z sześciu białek z cukrem, posypać po wierzchu grubo tłuczonym cukrem i

wstawić na ruszcie na 20 minut do gorącego pieca, aby się piana zapiekła i naokoło obrumieniła.

*Jabłko w szlafrokach.* Obrane z łupiny i wydrążone jednym końcem jabłko pocukrzyć i nałożyć do środka konfitur z malin, truskawek, wisien lub innych. Zagnieść następujące ciasto: pół filiżanki kwaśnej śmietany, łyżkę masła,  $\frac{1}{8}$  kg. cukru i mąki — ile ciasto przyjmie. Rozwałkować cienko, kładąc w kwadraty, dwa razy tak duże jak jabłko, kłaść każde jabł-

ko w środek, na wierzchu zlepić ciasto różkami na krzyż i wstawić do gorącego pieca na dobre pół godziny.

*Kompot z pomarańcz.* Kilka pomarańcz obrać z wierzchniej i z białej skórki, podzielić na cząstki, wybrać wszystkie pestki (inaczej kompot będzie korzki), pokrajać kawałek skórki w cieniutkie paseczki i zagotować ją z syropem. Gdy syrop zgęstnieje, wrzucić pomarańcze, zagotować parę razy i wylać na salaterkę.



Fot. Paramount

John Bales i Gladys Swarthout w filmie „Romance in the Dark”.



## ODPOWIEDZI KOSMETYCZNE „MADELEINE'Y”

nos i brodę i pozostawić do zaschnięcia, po czym zmyć chłodną wodą. Poyższa maska ściągnie rozszerzone pory, zarówno jak codziennie stosowany płyn ściągający. Uczucie gorąca i nagłego czerwienia się po posiłkach świadczy o złym krążeniu krwi. Nie należy pić alkoholu, czarnej kawy i mocnej herbaty. Zwracać baczną uwagę na dobre funkcjonowanie kiszek, żołądka i codzienne regularne wypróżnienie.

P. M. Kar. Jeżeli Pani ma skórę bardzo suchą na policzkach, pod oczami i na czole, a nos i broda są tłuste, to należy przy codziennym myciu inaczej traktować nos i brodę, a inaczej pozostałe części twarzy. Policzki i czoło zmywać specjalnym kremem do mycia wodą letnią, a nos i brodę mydłem toaletowym wodą bardzo ciepłą. Oplukiwać całą twarz wodą chłodną. Policzki, czoło i okolice pod oczami nasycić kremem tłustym odżywczym na lanolinie, nos i brodę natomiast przetrzeć — ściągającym w rodzaju astringeante. Zabiegi powyższe stosować wieczorem. Rano obmyć całą twarz mleczkiem, opłukać wodą chłodną. Po osuszeniu przetrzeć nos i brodę płynem ściągającym, a na policzki i czoło użyć odrobiny kremu pod puder dla skór suchych, następnie przypudrować. Trzy razy na tydzień, na nos i brodę, po uprzednim umyciu, nałożyć maseczkę z białka. Białko ubić na pianę, dodać pół łyżeczki soku z cytryny, posmarować

P. Ewa Gol. Na piegi, niestety, radykalnego środka nie ma, można je tylko usunąć czasowo. Piegi są mianowicie wrodzoną wadą danego organizmu, który wydziela na powierzchnię skóry nadmiar pigmentu, zawartego w głębszych jej pokładach. Piegi usunąć można maścią lub płynami do tego celu służącymi. Wystrzegać się środków zbyt ostrych i radykalnych. Umiejętne stosowanie odnośnych środków daje zazwyczaj trwalsze i pewniejsze rezultaty. Już od marca należy twarz ochraniać przed słońcem i wiatrem. Za miłe słowa uznania dziękuję i ślę serdeczne pozdrowienia.

P. Teresa K. Wyrzuty na czole, nosie, brodzie i dolnej części policzków są następstwem nieleczzonego łojoto-



Fabryka w Warszawie

ku, który przerodził się w t. zw. trądzik. W pierwszym rzędzie należy zwrócić baczną uwagę na normalne funkcjonowanie żołądka i kiszek. Wszelkie schorzenia na skórze mają zazwyczaj swe źródło wewnątrz organizmu. Dlatego też należy leczyć się wewnątrznie, ażeby uzyskać poprawę zdrowia oraz zewnętrznie — ażeby usunąć krosty i wągry z twarzy. Twarz poddać pielęgnacji w dobrym zakładzie kosmetycznym, oczyścić ją z wągrów i ropnych pryszczy. Samej nie radzę tego robić. Ponieważ mieszka Pani blisko Warszawy, radziłabym pofatygować się do mnie osobiście. Porady są bezpłatne.

Magdalena Poznańska

Zapytania kierować prosimy bezpośrednio pod adresem: Instytut Racjonalnej Kosmetyki „Madeleine”, Warszawa, Mokotowska 52.



## WIOSENNY SPACER

Czy prowadzimy rzeczywiście racjonalny i zdrowy tryb życia? Czy robimy wszystko, ażeby utrzymać nasze siły fizyczne i duchowe na odpowiednim poziomie? Tylko nieliczni odpowiedzieć mogą na te pytania twierdząco.

Większość ludzi, a szczególnie mieszkańcy miast, odczuwają brak ruchu. Żyjemy wśród naszych codziennych trosk, w domu, w biurze i w szkole i niejednokrotnie t. zw. odprężenie polega jedynie na przeczytaniu książki w zacisznym kącie, na pójściu do teatru, kina lub w odwiedziny. Dla kulturalnego człowieka podobne rozrywki są koniecznością, nie zapominajmy jednak o zbawiennym wpływie ruchu na świeżym powietrzu.

Panie domu odrzucają nierzadko tę koncepcję z niekłamany oburzeniem. Czy mało chodzą? Wyliczają szczegółowo z ilu tysięcy kroków skła-



da się codzienne „dreptanie” z kuchni do pokojów i z powrotem, chodzenie po zakupy i tysiące podobnych argumentów. Wieczorem są zmęczone i w żadnym wypadku nie uwierzą, że były za mało w ruchu. A przecież tak jest w istocie! Zapewne, całodzienne chodzenie w domu jest natężające i wyraża się w zmęczeniu, tak, że potrzeba odpoczynku jest słusznie usprawiedliwiona. Ale już niejednokrotnie zostało dowiedzione, że ta jednostronna czynność mięśni nie przynosi organizmowi najmniejszej korzyści. Zmęczenie to jest tylko niezdrowym osłabieniem mięśni, które przy „łazeniu” po mieszkaniu spełniają jedynie bierną funkcję.

Pani domu, przede wszystkim, musi dać się nawrócić do zdrowego trybu życia. Od dobrego jej samopoczucia zależy harmonia całego domu.

Pani domu też, w pierwszym rzędzie, powinna przekonać się do jak najczęstszych spacerów. Najbardziej odpowiednią porą roku jest właśnie wiosna i w tym okresie poznamy prawdziwe piękno budzącej się do nowego życia natury.

Wszystko pozytywne w życiu zależy od racjonalnego podziału, ten zaś podział jest błędny, który nie pozostawia nam ani chwili czasu na odpoczynek i wytchnienie. Może uda nam się ukraść w rannych godzinach chociażby skromny kwadransik, może drogą do odległych nieraz hal targowych przemierzmy pieszo, a z powrotem — z pełną już torbą — wrócimy tramwajem. Najwięcej korzyści przyniesie nam jednak spacer wieczorem, kiedy to po skończonej pracy, możemy w ciszy i całkowitej swobo-

dzie chodzić bez celu. Spacer taki wpłynie bezwzględnie dodatnio na sen.

Mąż da się ostatecznie również namówić, a przekonawszy się, że spacer zupełnie nie męczy, koi natomiast nerwy, dojdzie i on w końcu do wniosku, że wracając pieszo z pracy, przyniesie do domu lepszy apetyt.

Również młodzi ludzie, dorastający i dzieci powinni przyzwyczaić się do codziennych, systematycznych spacerów. Kilkanaście dni intensywnego uprawiania sportu narciarskiego lub ślizgawki, dorywcze pływanie w upalne dni, nie da nam pożądanых korzyści. Nasze płuca żądają tlenu, nasze mięśnie zdrowego rytmu kroku. Oczy i nerwy, zmęczone pracą zawodową dalekich, bezkresnych przestrzeni.

## GAWĘDY KOSMETYCZNE „MADELEINE'Y”

Wraz z nadchodzącą wiosną odczuwa wiele pań obawę przed pojawieniem się piegów, które w okresie zimowym zupełnie zanikły. Najklasyczniejszy nos i najbardziej prawidłowy profil tracą na uroku z chwilą pojawienia się tych brzydkich plam barwnikowych. Zastanówmy się więc, jak zwalczyć te szpecące objawy.

Usuwanie piegów nie należy do zadań łatwych i często nie daje zadowalających rezultatów, Również nie możemy pozbyć się piegów „na zawsze”, co tak często reklamują fabrykanci rozmaitych „cudownych środków”.

Piegi są wrodzoną nieprawidłowością skóry; anatomiczne zmiany polegają na specjalnej właściwości danego organizmu do wytwarzania w nadmiernej ilości barwnika, czyli pigmentu, gromadzącego się w warstwie brodawkowej skóry, skąd przedostaje się do dolnych pokładów warstwy kolczastej skóry i następnie znajdujemy go w komórkach walcowatych naskórka. Skłonne do piegów są osoby anemiczne i wątłe, rudzi i blondyni, rzadziej zaś osoby o ciemnym uwłosieniu.

Piegi pojawiają się zazwyczaj już wczesną wiosną, obficie występują w lecie, błędna zaś i giną zupełnie późną jesienią i zimą.

Osoby skłonne do piegów chronić winny szczególnie skórę twarzy, jako najwrażliwszą i najbardziej odkrytą, przed nadmiernym działaniem promieni słonecznych. Zalecane jest w tym wypadku noszenie kapeluszy o szerokich rondach w kolorze żółtym, jasno-brązowym i czerwonym; pożądane jest również noszenie woalek w tych samych kolorach. Miejscowo stosujemy maści ochronne, zawierające aeskulin i bizmut. Na noc aplikujemy środki w postaci maści lub płynów, w zależności od rodzaju skóry, zawierające betanaftol, boraks, kwas borny, perhydrol, rezorcynę, kwas cytrynowy, salicyl, kwas octowy. Związki rtęciowe, tak często dawniej stosowane, są obecnie ustawowo wzbronione. Wszystkie te środki mają na celu złuszczenie naskórka; złuszczenie to odbywać się powinno w sposób łagodny, gdyż skóry nie należy zbyt drażnić. Leczenie rozpoczynać należy od środków łagodniejszych, stopniowo zwiększając dawki środka złuszczonego. Ostrożność tę specjalnie trzeba mieć na względzie, gdyż rozmaite skóry rozmaicie na dane środki reagują, a wiadomą jest rzeczą, że środki wywołujące złuszczenie naskórka należą na ogół do środków silnie działających. Z domowych środków zalecić mogę mycie się w wodzie przegotowa-

nej z boraksem (2 łyżeczki od herbaty na litr wody), smarowanie miejsc objętych piegami cytryną, kwaśnym mlekiem, zmywanie żółtkiem, wodą, w której moczyło się przez noc kilka korzeni pietruszki. Do skór bardzo tłustych używamy do mycia twarzy jednocentowego mydła salicylowego lub borakowego. Przy słabych piegach dobre rezultaty daje powlekanie twarzy masą, utrzymaną z rozgniecionych poziomek, oraz zmywanie twarzy przekrojonym ogórkiem. Nasze babki używały mlecza, zrobionego z gorzkich i słodkich migdałów, użytych w równych częściach.

Jedyną jednak słuszną metodą w tym wypadku jest używanie środków złuszczących. Zazwyczaj dają one dodatnie rezultaty. Po pewnym czasie należy przerwać ich stosowanie i powtórzyć dopiero po ukazaniu się świeżych piegów.

Dobrze robi również naświetlanie lampą kwarcową, gdyż przez równomierne opalenie kwarcówką giną piegi w ogólnym kolorze twarzy. Nadmienić muszę, że ani medycyna, ani kosmetyka nie znają radykalnych środków do usunięcia piegów. Wszelkie obietnice w tym kierunku mijają się z prawdą.

Magdalena Poznańska

Wydawca: „S O G R A” Sp. z o. o.

Redaktor: ADOLF WANDER

REDAKCJA I ADMINISTRACJA: Warszawa, Bielańska 5.

### PRENUMERATA:

Rocznie . . . . . Zł. 20.—  
Półrocznie . . . . . „ 10.50  
Kwartalnie . . . . . „ 5.50  
Cena egzempl. pojedynczego „ 2.—

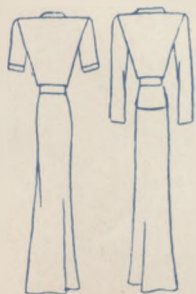
Tel. 582-63 — Konto P. K. O. 29.637.



38239

38240

38241



38239 i 38240 Komplet z shantungu. Suknia i żakiecik zapinane na guziki. Przybranie z białego siutażu. Stojący kołnierz i plisowana kokarda z białej piki. (Ilość materiału: Shantung, szer. 90 cm., 3,25 mtr.; shantung, szer. 90 cm., 2 mtr.)

38241 Gładka sukienka z lekkiej wełnianej żorżety albo jedwabnego płótna. Guziki z gładkiego materiału. (Ilość materiału: Jedwabne płótno, szer. 80 cm., 3,50 mtr.)



Modele oznaczone \* znajdują się w tablicy kroju.



38242

38243

38245

38242 Letnia suknia popołudniowa z deseniowego cloque. Plastron i żabot z materiału dwustronnego. (Ilość materiału: Cloque, szer. 95 cm., 3 mtr., cloque, szer. 95 cm., 0,50 mtr.)

38243 Suknia popołudniowa z białego kreponu o różowym i niebieskim wzorze, przybrana satyn. (Ilość materiału: Krepon, szer. 90 cm., 3,75 mtr.)

38244 Suknia letnia z jasno-niebieskiej wełnianej żorżety. (Ilość materiału: Wełniana żorżeta, szer. 130 cm., 2,50 mtr.)

38245 Letnia suknia popołudniowa z krepki, przybrana guzikami. (Ilość materiału: Krepka, szer. \* 95 cm., 3,75 mtr.)

POLECAMY francuskie żurnale mód znanej na całym świecie  
wydawniczej firmy Société Graphique S. A. Editions de Mode

PARIS

69, Rue de Dunkerque

BRUXELLES-MIDI

216, Rue de Mérode

WIEN

XVIII. Gerathofstr. 107

WARSZAWA

Białańska 5

FIRENZE

Via Cavour No. 4

STOCKHOLM

Drottninggatan 71 D

PRAGUE XII.

Korunní tř. 97