Ἡ Σελίς τῆς Γυναίκας

ΜΙΑ ΕΓΚΥΡΟΣ ΓΝΩΜΗ

ΤΑ ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΑ ΕΠΑΝΩΦΟΡΙΑ

('Από τὸν Οἶκον «Χρηστίνα» — Μητροπόλεως 14 α')

Ἡ διευθύντρια τοῦ γνωστοῦ μεγάλου Οἴκου Ραπτικῆς «Χρηστίνα», κ. Χ. Α. Θεοδωροπούλου εἶχε καὶ πάλιν τὴν καλωσύνην νὰ μᾶς δώσῃ τὰς ἀκολούθους πληροφορίας γιὰ τὴν χειμερινὴ μόδα τῶν ἐπανωφορίων:

— Ἐφέτος, μᾶς ἐτόνισεν ἡ κ. Θεοδωροπούλου, θὰ χρησιμοποιηθοῦν πολὺ ἡ γοῦνες, ὅσον ποτὲ ἄλλοτε, ὄχι μόναν σ' ἐπανωφόρια, ἀλλὰ καὶ σὲ πλαστρόν, σὲ ζιλέδες καὶ ὡς σάρπες, καθὼς καὶ σὲ διάφορες ἄλλες γαρνιτοῦρες.

Πιὸ μοντέρνες γοῦνες θεωροῦνται αἱ λούτρ, ἐρμὶν καὶ ρενάρ. Περισσότερο δὲ ἀπ' ὅλες ὁ ἀστρακᾶς. Ἰδοὺ τώρα ἕνας οἰκονομικὸς καὶ ὥμορφος συνδυασμός: Ἂν ἔχετε π.χ. ἕνα περυσινὸ ἐπανωφόρι κοντὸ καὶ μὲ στενὰ μανίκια, μπορεῖτε νὰ τὸ κάμετε μοντέρνο, ἂν τοῦ προσθέσετε γοῦνα, τόσο στὸ μανίκια ὅσο καὶ στὸ μάκρος. Ἔτσι τὸ ἐπανωφόρι σας γίνεται πολὺ λοιπὸν μὲ ἐλάχιστα ἀναλόγως ἔξοδα.

* * *

Τὰ φορέματα γαρνίρονται πολὺ ἐφέτος μὲ διάφορα κεντήματα καὶ ἰδίως μὲ σουτάς, στὸ γιακᾶ καὶ στὴ ζώνη. Τὰ σουτὰς ταιριάζουν πολὺ καὶ γιὰ πλαστρόν.

Ἰδοὺ ἕνας ὡραῖος συνδυασμός: Σὲ γκρὶ φόρεμα πηγαίνει κόκκινος σουτάς, σχηματίζοντας πλαστρόν, τὸ ὁποῖον ἐκτείνεται καὶ καταλήγει εἰς ζώνην.

ΗΜΟΔΑ

Ἀποφεύγετε τὴν μονοτονία.

Μὴν ἀκολουθεῖτε τυφλὰ τὴν μόδα. Πρῶτα ἀπ' ὅλα μὴ ξεχνᾶτε πὼς ὅλες ἡ μόδες δὲν εἶνε γιὰ τὸν κάθε τύπο ὠμορφιᾶς, γιὰ τὴν κάθε σιλουέττα, γιὰ τὸ κάθε ἄτομον.

Ὑποθέσατε ὅτι εἶσθε μιὰ γυναίκα ποὺ ἐργάζεται γιὰ νὰ κερδίση τὴ ζωή της. Πρέπει συνεπῶς νὰ διαλέξετε φόρεμα, καπέλλο, ἐπανωφόρι ποὺ νὰ προσαρμόζονται στὴν κοινωνική σας θέσι, στὴν οἰκονομική σας κατάσταση. Δὲν θὰ διαλέξετε λοιπὸν ποτὲ ἕνα ὕφασμα ποὺ καταλαβαίνετε ὅτι δὲν θὰ μπορέση νὰ φορεθῆ δεύτερο χρόνο. Τοὐναντίον θὰ προτιμήσετε ἕνα ὕφασμα, ἔστω καὶ λιγώτερο μοντέρνο, ποὺ θὰ φορεθῆ τρία καὶ τέσσερα χρόνια, χωρὶς «νὰ χτυπᾷ στὸ μάτι», ὅπως λέμε κοινῶς. Τὸ ἴδιο θὰ κάμετε καὶ γιὰ τὸ ἐπανωφόρι σας καὶ γιὰ τὸ ταγέρ σας. Δὲν θὰ περιορισθῆτε δὲ μόνον στὴν ἐκλογὴ τοῦ ὑφάσματος, ἀλλὰ θὰ ἐπιλέξετε καὶ κοῦπ ποὺ νὰ εἶνε μὲν μοδάτη, ἀλλὰ καὶ ποὺ νὰ μὴν ἔχη καμμιὰ ἐξωφρενικότητα οὔτως ὥστε νὰ θεωρηθῆ «ντεμοντὲ» τὸν ἄλλο χρόνο.

Καὶ κάτι ἄλλο ὅμως θὰ συντελέση στὸ νὰ ντυθῆτε, ὅπως πρέπει: τὸ «γνῶθι σαυτόν», ποὺ πρέπει νὰ ἔχη κάθε γυναίκα. Δὲν πρέπει, δηλαδὴ νὰ διστάζετε νὰ ὁμολογήσετε ὅτι ἔχετε τὸ τάδε ἢ τὸ δεῖνα μειονέκτημα καὶ πρέπει σύμφωνα μὲ αὐτὸ νὰ ντυθῆτε.

Μιὰ γυναίκα ποὺ ἔχει ριχτοὺς ὤμους, πρέπει νὰ φορῆ μανίκια ραγκλὰν ἢ κομνὸ καὶ ἀντιθέτως, μανίκια μὲ ραφή, ἂν ἔχη σηρωτοὺς, τετράγωνους ὤμους. Ἂν δὲν εἶνε λεπτὴ καὶ ἀδύνατη θὰ προτιμήση «κοῦπ» ποὺ ψηλώνουν, δηλαδὴ, πέτες τοποθετημένες τοῦ μάκρους, ὄχι πολλὰ γαρνιρίσματα, ὄχι πολλὰ ντρατὲ καὶ ἂν φορῆ ἐμπριμὲ θὰ διαλέξη μικρὰ σχέδια. Θὰ ἀποφεύγη ἐπίσης τὰ σκωτσέζικα, τὰ καρρὼ καὶ τὰ ἀνακτὰ χρώματα. Τὰ ἀνοικτὰ ἄλλωστε χρώματα ἂς τὰ ἀποφεύγει καὶ κάθε γυναίκα ποὺ ἔχει περάσει τὴν πρώτη νεότητα, ἐκτὸς ἀπὸ τὸ λευκὸ χρῶμα ποὺ φορεῖται σὲ κάθε ἡλικία.

ΩΡΑΙΟΤΗΣ ΚΑΙ ΥΓΙΕΙΝΗ

Ἀδυνάτισμα μὲ μασσάζ

Πολλὲς φορὲς ἕνας λόγος ἂν τὸ μασσάζ μπορῆ πράγματι ν' ἀδυνατίση, μ' ἄλλα λόγια νὰ πολεμήση τὴν παχυσαρκίαν, ἀλλὰ στὸ ἐρώτημα αὐτὸ δὲν μποροῦμε ν' ἀπαντήσουμε κατηγορηματικὰ ἂν θέλουμε νὰ εἴμαστε εἰλικρινεῖς, γιατὶ τὸ μασσάζ ὠφελεῖ κυρίως, ὅταν τὸ πάχος εἶνε τοπικό. Βλέπουμε λ. χ. μιὰ γυναίκα νέα ποὺ ἔχει ἀρκετὰ κομψὴ σιλουέττα, ἀλλὰ ὑπερβολικὸ στῆθος ἢ πολὺ μεγάλη περιφέρεια ἢ παχιὲς γάμπες ἢ χοντρὰ μπράτσα. Σ' αὐτὴν δὲν θὰ συστήσουμε γυμνὴ κούρα γι' ἀδυνάτισμα, γιατὶ μπορεῖ νὰ τὴν βλάψη. Στὶς περιπτώσεις αὐτὲς θὰ ἐπιτύχουμε τοπικὸ ἀδυνάτισμα μὲ τὸ μασσάζ. Μὴ γελασθῆτε ἴσως ποτὲ καὶ νομίσετε, ὅτι μπορεῖτε νὰ κάμετε μόνες σας αὐτὸ τὸ μασσάζ. Γιὰ νὰ ἰδῆτε ἀποτελέσματα πρέπει νὰ σᾶς κάνη τὸ μασσάζ μιὰ «μασσέζ» ποὺ ξέρει καλὰ τὴ δουλειά της.

Φυσικὰ τὸ μασσάζ θὰ συνοδεύεται καὶ μὲ εἰδικὰ γυμνάσματα καὶ τότε μπορεῖ νὰ φέρη πραγματικῶς θαυματουργὰ ἀποτελέσματα: Ἀδυνατίζει χωρὶς νὰ βλάψη τὴν ὑγεία, τοὐναντίον μάλιστα δυναμώνει τοὺς μῦς.

Μὴ κάμνετε κατάχρησιν καφέ.

Εἶνε περίπου γνωστὸν σὲ ὅλους, ὅτι ὁ καφὲς εἶνε ἐλαφρὸ διεγερτικὸ καὶ βοηθεῖ πολὺ ὅσους ἐργάζονται διανοητικῶς Ἀλλὰ δὲν πρέπει νὰ ξεχνοῦμε ὅτι καὶ ἡ κατάχρησις τοῦ καφὲ βλάπτει ἀντὶ νὰ ὠφελήση. Ἀντὶ νὰ ξυπνήση τὴν σκέψιν τὴν κομπίζει καὶ φέρνει μιὰ χαύνωσι ποὺ μᾶς κάνει νὰ ρέπεσιεν πρὸς τὴν νωχέλειαν καὶ τὴν ὀκνηρίαν. Ἐκτὸς δὲ αὐτοῦ ἐπιδρᾷ καὶ στὴν καρδιά: φέρνει παλμοὺς καὶ ἄλλας καρδιακὰς ἐνοχλήσεις, διεγείρει σὲ μεγάλο βαθμὸ τὰ νεῦρα καὶ δηλητηριάζει ἐν γένει τὸν ὀργανισμό.

Ἡ γυναῖκες καὶ τὰ παιδιὰ δὲν πρέπει νὰ πίνουν περισσότερους ἀπὸ 2 μικροὺς καφέδες τὴν ἡμέρα καὶ μάλιστα τὰ παιδιά, καλὸν εἶνε νὰ τοὺς ἀποφεύγουν τελείως κ' αὐτούς, ὡς μὰ ὁρισμένη ἡλικία.

ΤΟ ΣΠΙΤΙ

Ἐξοικονόμησις χώρου.

Ἂς ὑποθέσουμε, ὅτι μιὰ οἰκογένεια, ἀπαρτιζομένη ἀπὸ τοὺς γονεῖς καὶ δύο παιδιὰ ἔχει 4 μόνον δωμάτια, μέσα στὰ ὁποῖα πρέπει νὰ οἰκονομηθοῦν, εἰς τρόπον ὥστε νὰ ἔχουν ὅσο τὸ δυνατὸν μεγαλειτέραν ἄνεσιν. Πῶς πρέπει στὴν περίπτωσι αὐτὴ νὰ διευθετήσουν τὰ δωμάτια;

Ἰδοὺ: Θὰ χρησιμοποιηθῆ τὸ ἴδιο ἐωμάτιο γιὰ σαλόνι καὶ τραπεζαρία, μὲ μόνη τὴ διαφορὰ ὅτι θὰ ἐπιπλωθῆ μὲ τέτοιον τρόπο ποὺ νὰ ἐξυπηρετῆ καὶ συγχρόνως νὰ ἔχη καὶ ἄνεσιν.

Δὲν θὰ τοποθετήσουμε τὸ τραπέζι τοῦ φαγητοῦ στὴ μέση, ὅπως συνήθως, ἀλλὰ σὲ μιὰ γωνιὰ μὲ τὶς καρέκλες του καὶ μὲ ἕνα μπουτὲ ἢ σεβάντ. Σὲ κάποια ἄλλη γωνιὰ θὰ βάλουμε τὸ πιάνο, ἂν ὑπάρχη, στὴν τρίτη γωνιὰ ἕνα ντιβάνι, μιὰ πολυθρόνα, ἕνα τραπεζάκι καὶ νὰ τὸ δωμάτιο τέλειο γιὰ νὰ προσφέρη κάθε ἄνεσι.

Ἀπὸ τὰ τρία δωμάτια ποὺ μένουν θὰ δώσουμε τὸ μεγαλείτερο στὰ παιδιά, τὸ ἄλλο θὰ μείνη γιὰ τὸ ἀνδρόγυνο καὶ τὸ τέταρτο, τὸ πιὸ μικρό, γίνεται γραφεῖο τοῦ κυρίου. Ἐκεῖ θὰ μπορῆ ν' ἀποσύρεται γιὰ νὰ ἀναπαυθῆ ἢ γιὰ νὰ διαβάση ἥσυχα τὶς ἐφημερίδες του. Τὸ ἔπιπλα ποὺ θὰ ἔχη μέσα θὰ εἶνε τοῦ γούστου του: συνήθως ἕνα μεγάλο γραφεῖο μιὰ βιβλιοθήκη, μιὰ πολυθρόνα. 1—2 καρέκλες καὶ ἂν ὑπάρχη χῶρος τοποθετοῦμε καὶ ἕνα πέτσινο κανατέ.

Ἔτσι οἰκονομοῦνται, μιὰ χαρά, ὅλα τὰ μέλη τῆς οἰκογενείας.

ΚΟΥΖΙΝΑ

Προχειρες ἑτοιμασίες

Συμβαίνει σὲ ὅλους μας νὰ μᾶς ἐπισκεφθοῦν ξαφνικὰ φίλες καὶ νὰ μᾶς βροῦν ἀπροετοίμαστες. Δὲν πρέπει ὅμως ποτὲ νὰ τὰ χάνουμε, γιατὶ κάτι μποροῦμε νὰ φτιάξουμε ἐκ τοῦ προχείρου.

Ἐπειδὴ οἱ αἰφνιδιασμοὶ αὐτοὶ γίνονται συνήθως τὰ βράδυα κατὰ τὰς 7 ἡ ὥρα, τί ἄλλο μπορεῖτε νὰ προσφέρετε παρὰ οὖζο ἢ βερμούτ. Ἂν ἔχετε στὸ σπίτι αὐγά, τὰ βράζετε σφιχτά, τὰ κόβετε ψιλὲς ροδοῦλες καὶ τὶς ἀκουμπᾶτε σὲ ψιλοκομμένες φετίτσες ψωμί, ἀκουμπᾶτε ἀπάνω μιὰ κάπαρη ἢ μιὰ ἐλιὰ ἢ μιὰ ἀντσούγια, τ' ἀλατοπιπερώνετε καὶ ἔχετε ἕνα θαυμάσιο μεζέ. Ἂν ὑπάρχουν στὸ σπίτι πατάτες, ξεροτηγανίζετε μερικὲς «μπαστουνάκια» καὶ προσφέρετε ἐπίσης καὶ ντομάτα κομμένη φετίτσες, μὲ λίγο τυρὶ φέτα.

Ἕνα ὡραιότατο σχέδιο ἀπὸ λευκὸ κέντημα καὶ δαντέλλα «Κλυνὶ» γιὰ γαρνίρισμα ὑπηκαμίσου.

ΤΑ ΜΟΝΤΕΡΝΑ ΚΕΝΤΗΜΑΤΑ

Δὶς ΛΙΑΝΑ