**Η ΣΕΛΙΣ ΤΩΝ ΚΥΡΙΩΝ** **ΤΑ ΙΔΙΑΙΤΕΡΑ ΣΑΣ**

# Ἀπὸ τὴν Ζωὴ τῶν Ἀλλοδῶν

# Πῶς διατηρεῖται ἡ ἐμορφιά

**ΣΙΛΟΥΕΤΕΣ ΑΠΟ ΤΑ ΣΑΛΟΝΙΑ**

## Ι. Π.

Ἡ λυγερώτερη ἀθηναϊκὴ σιλουέττα. Ἕνα σῶμα σπαθάτο. Εἶνε κάτσαν ἐξωτικὸ ἄνθος, μὲ μακρὺν μίσχο. Ὅ,τι ἡ ἄλλες γυναῖκες προσπαθοῦν νὰ τὸ ἀποχτήσουν μὲ τὴ δίαιτα καὶ χίλια ἄλλα μαρτύρια, αὐτὴ τὸ ἔχει ἐκ φύσεως δῶρο ἀτίμητο καὶ ὑπέροχο. Πρόσωπο γεμάτο ἐκφρασι, μάτια γεμάτα φῶς. Πνεῦμα λεπτό, καλλιεργημένο, εὐγενικὰ εἰρωνικό. Καρδιὰ γεμάτη καλωσύνη καὶ ποίησι. Ταξιδεύει συχνὰ στὴν Εὐρώπη, ὅπου θαυμάζεται γιὰ τὴν ὀμορφιά της, τὴ σωματικὴ καὶ τὴν πνευματική.

## ΚΟΣΜΙΚΗ ΚΙΝΗΣΙΣ

—Ἑσπερὶς τὸ Σάββατο τὸ βράδυ στὴν ταράτσα τοῦ κ. καὶ τῆς κ. Κ. Ἡλιάσκου.

—Δεκρίνοντο ὁ κ. καὶ ἡ κ. Μ. Μεταξᾶ, ὁ κ. καὶ ἡ κ. Α. Χωρέμη, ὁ κ. καὶ ἡ κ. Γ. Μελᾶ, ἡ κ. Γ. Πεσμαζόγλου μὲ ὡραῖο φόρεμα ἐμπριμὲ σὲ μαῦρο φόντο. Ἐπίσης ὤμορφο ἐμπριμὲ φοροῦσε ἡ κ. Π. Καρέλλα.

—Καμψὴ ἐμφάνισις ἡ κ. Φέρμενιχ, μὲ μουσσελὶν ἐμπριμὲ μὲ μικρὰ κάπα ἀπὸ κοκκορόπτερα ὁράνζ.

—Ἡ κ. Δ. Συριώτη κομψοτάτη, μὲ λευκά, καθὼς καὶ ἡ κ. Σωτηριάδου, μὲ γκρί.

—Ἡ οἰκοδέσποινα ἔφερε ὡραῖον φόρεμα μαῦρα μὲ μικρὰ ἄνθη.

—Διεκρίναμεν ἐπίσης τὴν δίδα Πεσμαζόγλου μὲ μουσσελὶν μπλὲ ἐμπριμέ, τὴν δίδα Χωρέμη, τὴν δίδα Θεολόγου, τὴν δίδα Ἀνδριτσάκου τοὺς κ. κ. Εὐταξίαν, Βιέρσκι, Σγουρδοίον, Κάρταλην, Κανελλόπουλον, Καρέλλαν, Συριώτην, Μαλαμίδην κλπ.

—Ἐτελέσθησαν στὴ Ρώμη τὴν παρελθοῦσαν Πέμπτην οἱ γάμοι μιᾶς τῶν πλέον χαριτωμένων ἀτθίδων, τῆς δίδος Μαρινέττας Δημητρακοπούλου, μετὰ τοῦ συμπαθοῦς Ἰταλοῦ ἐπιλωμάτου κ. Καττάνι.

—Τὴν περασμένη ἑβδομάδα στὸ Τέννις γεῦμα, μετὰ τὸ ὁποῖον ἐπακολούθησε ζωηρότατος χορός, μέχρι τῶν πρωϊνῶν ὡρῶν.

—Διεκρίναμεν τὴν ὡραιοτάτην κ. Κωνσταντινίδη, μὲ μπλὲ ἀνοικτὸ τὴν μελαχροινὴν κ. Μπότσαρη, ἄρτι ἀφιχθεῖσαν ἐξ Ἀλεξανδρείας, μὲ μαῦρο σατέν, τὴν κ. Λ. Μερκάτη μὲ κατάχρυσα, τὴν κ. Καρέλλα μὲ λευκά, τὴν κ. Φίρμενιχ μὲ πράσινο τοῦλινο φόρεμα, τὴν κ. Ἡλιάσκου μὲ καρρὸ ἄσπρα καὶ μαῦρα, τὴν κ. Σωτηριάδη μὲ μαῦρο σατέν, τὴν κ. Ε. Ζαλοκώστα μὲ ὡραιότατο ἐμπριμέ, τὴν κ. Ἀπέργη, τὴν κ. Μεταξᾶ, τὴν κ. Δρούλια, τὴν κ. Παπαχατζῆ, τὴν κ. Μπίστη, τὰς δίδας Ἀνδριτσάκη, νοστιμώτατες, ἡ μία μὲ ρὸζ καὶ ἡ ἄλλη μὲ ἄσπρα, τὴν δίδα Μιχαλοπούλου καὶ τὴν δίδα Χωρέμη.

—Διεκρίναμεν ὡσαύτως μὲ ὡραῖο ταφταδένιο φουστάνι τὴν κ. Λαδοπούλου, μὲ ἐμπριμὲ τὴν κ. Τζούμαρα, μὲ κίτρινα καὶ χρυσὸ διάδημα, τὴν κ. Ἐσυὲ Μεταξᾶ, τὴν κ. Αἰλιανοῦ μὲ ρὸζ, τὴν κ. Ἀποστολίδου, τὴν κ. Συριώτη, τὴν κ. Κρεῖν, τὴν κ. Σκουμπουρδῆ.

—Ἀπὸ τὶς πλέον χαριτωμένες ἐμφανίσεις ἡ κ. Ν. Καμπάνη, μὲ μαῦρο ταφτὰ ἐμπριμέ.

—Στὴ νεόκτιστη παρὰ τοὺς πρόποδας τοῦ Λυκαβηττοῦ οἰκίαν τοῦ κ. καὶ τῆς κ. Α. Ἀργυροπούλου, μικρὰ δεξίωσις τὴν περασμένη Πέμπτη τὸ ἀπόγευμα.

—Δεκρίναμεν τὸν πρεσβευτὴν τῆς Νορβηγίας καὶ τὴν κ. Μπένσεν, τὴν πρέσβειραν τῆς Ἰταλίας, τὸν γραμματέα τῆς Ἀγγλικῆς πρεσβείας καὶ τὴν λαίδην Μαίρη Οὐῶκερ, τὸν κ. καὶ τὴν κ. Ἀφεντούλη, τὴν κ. Αὐγερινοῦ, τὴν κ. Μ. Μπσηνέζη μὲ μαῦρα καὶ ἄσπρα, τὰς κ. Μ. Μπενάκη, Σ. Μεταξᾶ, Παπαχατζῆ, Ζαλοκώστα καὶ Δρούλια, μὲ ὄμορφα ἐμπριμὲ μαῦρα μὲ ἄνθη γρωματιστά, τὰς δίδας Εὐκλείδη, Θεολόγου, Μελισσινοῦ, Ἀργυροπούλου, καὶ τοὺς κ. κ. Εὐταξίαν, Δ. Ράλλην, Ζαλοκώσταν, Μελᾶν, Νίκολ, Ράϊτ, Μαρκέτην, Ἀργυρόπουλον, Μάτσαν κλπ.

—Ἡ οἰκοδέσποινα ἔφερε κομψοτάτην τουαλέττα λευκὴν στὺλ μὲ χρυσᾶ μανίκια.

—Κομψὸς κόσμος κάθε βράδυ στὴν «Παπαρούνα», κατὰ τὴν ὥραν τοῦ γεύματος.

—Διεκρίναμεν ἐδῶ κι' ἐκεῖ τὸν κ. καὶ τὴν κ. Φωτιάδη, τὸν κ. καὶ τὴν κ. Γουναράκη κλπ.

**Η ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΗΣ ΦΙΛΗΣ ΣΑΣ**

Ἀναγνώστρια τοῦ «Μπουκέτου». — Ἡ λαδομπογιὰ καθαρίζει μὲ νέφτι. Βρέξετε ἕνα πανὶ μὲ μπόλικο νέφτι καὶ σφουγγίσετε τὸ λεκέ, τὸ ἐπαναλαμβάνετε δὲ αὐτὸ ἕως ὅτου φύγει ὁ λεκὲς ἐντελῶς.

Α. Τ., Κωνσταντινούπολιν. — Οἱ λειχῆνες ὀφείλονται στὴν ξηρότητα τοῦ δέρματός σας. Πάψετε νὰ μεταχειρίζεσθε σαπούνι καὶ πλέντε τὸ πρόσωπό σας κάθε πρωὶ μὲ γάλα κομμένο, τὸ ὁποῖον, ὕστερα ἀπὸ λίγη ὥρα, ξεπλένετε μὲ χλιαρὸ πιτυρόνερο. Μὴ βάζετε ποτὲ πούδρα — αὐτὴ ποὺ χρησιμοποιεῖτε εἶνε πολὺ καλὴ — χωρὶς νὰ βάζετε ἀπὸ κάτω λίγη κρέμα. Ἐπίσης καὶ τὸ βράδυ, πρὶν κοιμηθῆτε, ἀλείφετε τὸ πρόσωπό σας μὲ κρέμα, κάνοντας ἕνα ἐλαφρὸ μασσάζ. Ἂν αὐτοῦ ποὺ εἴσθε δὲν μπορεῖτε νὰ προμηθευθῆτε τὴν Cold - cream τοῦ George, ἡ ὁποία εἶνε ἀπολύτως κατάλληλη γιὰ τὴν περίπτωσί σας, τότε δόστε νὰ σᾶς ἑτοιμάσουν τὴν ἑξῆς :

| | | |
|---|---|---|
| Axonge benjoinée | 25 | gr. |
| Lanoline anhydre | 25 | » |
| **Pommade de concombres** | **50** | » |
| Eau de roses | 15 | » |

Ἰταλοκρατουμένη ν. — Εἶνε φυσικὸ νὰ ἔχετε τέτοια περιφέρεια καὶ τέτοιους μηροὺς, τὴ στιγμὴ ποὺ μὲ ὕψος 1.50 ἔχετε βάρος 45 ὀκάδες. Τὸ βάρος σας τὸ πολὺ - πολὺ ἔπρεπε νὰ εἶνε 50 κιλά, δηλαδὴ 39 ὀκάδες, καὶ τότε θὰ περιορίζόταν καὶ ἡ περιφέρειά σας καὶ ὅλα. Προσπαθῆστε νὰ χάσετε τὶς παραπανισιές σας ὀκάδες. Θὰ σᾶς ὠφελήση ὄχι μόνο στὴν ἐμφάνισί σας, ἀλλὰ καὶ στὴν ὑγεία σας. Φυσικὰ αὐτὸ πρέπει νὰ γίνη σιγὰ - σιγὰ καὶ ὄχι ἀπότομα. Πίνετε τὸ πρωὶ ἕνα φλιτζάνι τσάϊ ἢ καφὲ μ' ἕνα παξιμάδι. Τὸ μεσημέρι κρέας βραστὸ ἢ ψητό, μὲ χόρτα βραστά, καὶ μιὰ ὁμὴ σαλάτα. Γιὰ ψωμὶ μιὰ φρυγανιὰ καὶ ἄφθονα φροῦτα. Τὸ βράδυ ψάρι ψητὸ ἢ βραστό, ἢ ἕνα αὐγό, ἄφθονα χόρτα καὶ φροῦτα. Περπατᾶτε πολὺ καὶ κάνετε γυμναστική. Ἐπιμείνατε ἰδίως στὴ δίαιτά σας. Μετὰ δύο ἑβδομάδες θὰ τὴν συνηθίσετε καὶ δὲν θὰ σᾶς κάνη πειὰ ἐντύπωσι. Μὴν τρῶτε καθόλου ἀμυλώδη, σάλτσες καὶ γλυκά, πίνετε δὲ ὅσες πορτοκαλάδες καὶ λεμονάδες θέλετε, ἀλλὰ μ' ἐλαχίστη ζάχαρι. Στὶς ἄλλες ἐρωτήσεις σας θὰ ἀπαντήσω στὸ προσεχές.

ΤΑ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΑ ΚΑΠΕΛΛΑ

I. Μπρετὸν ἀπὸ ψάθα. — II. Μπονὲ γιὰ βράδυ ἀπὸ φάϊ. — III. Κλοσάκι ἀπὸ ψάθα. IV. Ἀμερικάνικο ἀπὸ ὕφασμα λινό. — V. Κανοτιὲ μικρό. — VI. Κατλὶν ἀπὸ μεταξωτὴ ψάθα.

Πυργιωτοπούλαν. — Γιὰ τὶς ρυτίδες γύρω ἀπὸ τὰ μάτια σας σᾶς συνιστῶ νὰ ἀλλιφεσθε μ' ἕναν κροκὸ αὐγοῦ, τὸν ὁποῖον ξεπλένετε μὲ χλιαρὸ νερό, ὕστερα ἀπὸ μισὴ ὥρα. Ἡ πούδρα ποὺ χρησιμοποιεῖτε εἶνε ἀπολύτως ἀγνή, μπορεῖτε νὰ τὴν μεταχειρίζεσθε ἀφόβως. Ἐφόσον ὅμως τὸ δέρμα σας εἶνε ξηρό, βάζετε ἀπὸ κάτω μιὰ κρέμα, π.χ. αὐτὴ ποὺ συνιστῶ παραπάνω στὴν Α.Τ.. ἡ ὁποία περιέχει καὶ χινὶν ἀνγουριοῦ. Γιὰ τὶς κατσαρίδες τὸ μόνο ἀποτελεσματικὸ φάρμακο εἶνε τὸ βορικό. Παίρνετε βορικὸ σὲ σκόνη καὶ ζυμώνετε μικρὲς πηττοῦλες μὲ ἀλεύρι καὶ νερό, στὶς ὁποῖες τὸ ἀνατατεύετε. Τὶς πηττοῦλες τὶς ἀπλώνετε σὲ χαρτάκια καὶ τὶς ἐκθέτετε στὸ μέρη ποὺ συχνάζουν ἡ κατσαρίδες. Πρέπει ὅμως νὰ τὶς ἀναπτύνετε κάθε τόσο, γιατί ὅταν ξεραίνονται δὲν τὶς τρῶνε ἡ κατσαρίδες.

«Πολὺ Εὐαίσθητη ν». Βέβαια πρέπει νὰ παχύνετε, ἀλλ' ὄχι πολύ, τὸ περισσότερο δύο - τρεῖς ὀκάδες. Τρῶτε ἀμυλώδη, κρέατες, γαλακτερά, τὸ πρωὶ γάλα ἢ αὐγὸ κτυπητὸ καὶ ψωμὶ μὲ γλυκό, τὸ μεσημέρι ἕνα πιάτο μὲ ἀμυλώδη (ρύζι, μακαρόνια, πατάτες κλπ.), κρέας ἢ ψάρι ἢ αὐγὸ καὶ ἄφθονα χόρτα καὶ φροῦτα. Τὸ βράδυ τρῶτε ἐλαφρότερα, μιὰ σοῦπα, ἕνα χόρτο μαγειρευτό, τυρὶ κλπ. Κάνετε περιπάτους καὶ γυμναστική, γιὰ νὰ σᾶς ἀνοξῆ ἡ ὄρεξις. Τὰ σπυράκια ποὺ σᾶς παρουσιάζονται δὲν ἀφήνουν συνήθως σημάδια, ἀλλὰ φοβοῦμαι πὼς τὰ ξύνετε ἢ τὰ σπάζετε. Τὸ μουρουνέλαιο θὰ σᾶς ὠφελήση πολύ, ἀλλὰ πρέπει νὰ τὸ πάρετε τὸ χειμῶνα. Τώρα ζητεῖστε ἀπὸ τὸ γιατρὸ νὰ σᾶς δώση λίγο ἀρσενικό, τὸ ὁποῖον θὰ σᾶς παχύνη κιόλας. Στὶς ἄλλες ἐρωτήσεις σας θ' ἀπαντήσω προσεχῶς.

Ἤμα, Θεσσαλονίκην. — Γράψετέ μου τὸ ἀνάστημά σας, τὴν περιφέρειά σας καὶ τὸ βάρος σας, γιὰ νὰ σᾶς ἀπαντήσω σχετικῶς μὲ τὸ ζήτημα τοῦ στομαχιοῦ σας. Συμβουλευθήκατε γιατρό, μήπως ἔχετε dilatation ;

Η ΦΙΛΗ ΣΑΣ