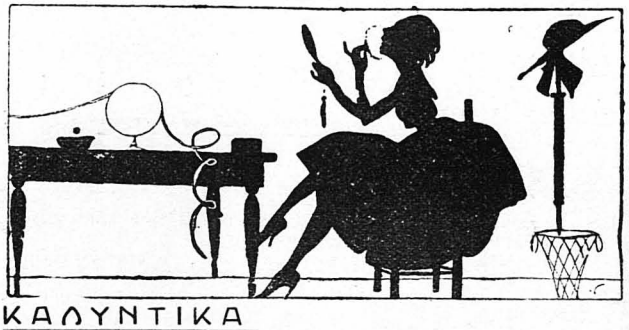

ΚΑΛΥΝΤΙΚΑ

ΤΟ ΩΡΑΙΟΝ ΣΩΜΑ

Ἡ γυναῖκα ὀφείλει νὰ ἐπιμελεῖται τὴν ὁμορφιά της, νὰ φροντίζῃ νὰ τὴν διατηρῇ, καὶ ἀκόμη νὰ γνωρίζῃ τὸν τρόπον ν' ἀποκτᾷ τοιαύτην.

Ἡ διάσημος τραγῳδὸς Ραχὴλ ἔλεγε ὅτι ἀρκεῖ νὰ θέλῃς νὰ εἶσαι ὡραία διὰ νὰ γείνῃς, καὶ αὐτή, μολονότι ἡ φύσις τὴν εἶχεν ἀδικήσῃ, κατώρθωσε ν' ἀποκτήσῃ ἐπίζηλον ὡραιότητα διὰ τῆς θελήσεώς της.

Τὴν μεταμόρφωσιν αὐτὴν μπορεῖτε νὰ τὴν ἐπιτύχετε διὰ διαφόρων μεθοδικῶν μέσων τὰ ὁποῖα θὰ ὑποδείξωμεν εἰς αὐτὴν τὴν στήλην καὶ τὰ ὁποῖα ἔχουν ὡς ἀποτέλεσμα ν' ἀναπτύσσουν τὴν πλαστικότητα τοῦ σώματος καὶ νὰ περιορίζουν τὰς ἐλλείψεις των.

Ἕνας ἀπὸ τοὺς κυριωτέρους παράγοντας διὰ ν' ἀποκτήσετε σῶμα εὔπλαστον, εἶναι, χωρὶς ἀμφιβολίαν, ἡ σωματικὴ ἄσκησις. Διὰ τοῦ συνδυασμοῦ τῶν γυμναστικῶν ἀσκήσεων καὶ τοῦ Ρυθμοῦ τὸ σῶμα ἀποκτᾷ πτευματικότητα καὶ δύναμιν ἐν ταὐτῷ

Αἱ ἀσκήσεις αὐταὶ δὲν συνίστανται εἰς τὸ νὰ λαμβάνωμεν στάσεις, ἀλλ' εἰς τὸ ν' ἀποφεύγωμεν πᾶν ὅ,τι δίδει εἰς τὸ σῶμα κακὴν ὄψιν. Ἰδοὺ σχετικαὶ συμβουλαὶ παρεγόμεναι εἰς τὰς Παρισινὰς ἀπὸ γνωστὴν ἐπιστήμονα τοῦ γυναικείου κάλλους :

α') Μὴ σταματᾶτε ὄρθιοι μὲ τὸ σῶμα ἰσορροπημένον ἐπὶ τῶν δύο κνημῶν.

β') Μὴ κτυπᾶτε τοὺς ἀγκῶνας καὶ τὰ γόνατα οὕτως ὥστε νὰ τὰ διαστρέφετε ἢ ἁπλῶς ν' ἀλλοιώνετε ἡ γραμμή των.

γ'. Μὴ κάθησθε σὲ πολὺ χαμηλὰ ἢ μὴ ἀναπαυτικὰ καθίσματα καὶ στάσεις.

δ' Μὴ στρέφετε πρὸς τὸ μέρος τῶν θνητῶν τὸ προφὶλ τῆς κνήμης ἐπὶ τῆς ὁποίας στηρίζεσθε. (Ἡ κνήμη αὐτὴ εἶναι ὡραία μόνον κατὰ μέτωπον, ἐκ τῶν ὄπισθεν ἢ κατὰ τὰ τρία τέταρτα φαινομένη πλαγίως).

ε'. Μὴ φέρετε τοὺς ὤμους ἔμπροσθεν τῆς θέσεως τῶν ποδῶν. Οἱ ὦμοι πρέπει νὰ εὑρίσκωνται πρὸς τὰ ὄπισθεν καὶ τὸ σῶμα ν' ἀποτελῇ τόξον ἀπὸ τοῦ αὐχένος μέχρι τῶν πτερνῶν.

Τὰ ὡραῖα καὶ εὔπλαστα σώματα ὅμως ἀπαιτοῦν καὶ κομψὸ ποδαράκι. Τὸ κομψὸ πόδι εἶναι τὸ πᾶν διὰ τὴν γυναῖκα, ἐκ τῶν σπουδαιοτέρων... Μὴ πῆτε ὅτι τὸ πόδι σκεπάζεται καὶ δὲν φαίνεται. Ἡ ἐμμορφιὰ τοῦ ποδιοῦ φαίνεται καὶ μὲ τὰ ὑποδήματα ἀκόμη, ὅπως διακρίνεται καὶ ἡ ἐμμορφιὰ μιᾶς χανούμισσας ὅταν φορῇ γιασμάκι. Τὸ ὡραῖο πόδι λοιπὸν σχηματίζεται ἀπὸ μικρό. Πρέπει λοιπὸν νὰ φορεῖτε παπούτσια τελείας ἐφαρμογῆς ἀδιάφορον ἂν εἶναι καὶ ἀπὸ τὸ χειρότερο δέρμα. Δὲν πρέπει νὰ εἶναι οὔτε πολὺ μικρά, οὔτε πολὺ μεγάλα. Τὰ τακούνια πρέπει νὰ εἶναι χαμηλὰ καὶ πλατειὰ καὶ νὰ διορθώνωνται μόλις στραβοπατηθοῦν, γιατί, ὡς γνωστόν, ὅλα τὰ παιδιά, μικρὰ καὶ μικρές, στραβοπατοῦν.

Ἂν τὰ δάχτυλα τοῦ ποδιοῦ κάθονται τὸ ἕνα πάνω στὸ ἄλλο καὶ στρεβλώνονται πρέπει νὰ τὰ τρίβετε μὲ τὸ χέρι δυὸ φορὲς τὴν ἡμέρα. Ἅμα γίνῃ τακτικὰ ἡ ἐντριβὴ αὐτὴ προλαμβάνεται ἡ παραμόρφωσις τοῦ ποδιοῦ. Ἂν κανένα νύχι εἶναι λοξὸ πρὸς τὸ ἕνα μέρος, κόβετέ το ἐλαφρὰ μόνον ἀπὸ τὴν ἀντίθετη γωνία. Ἂν καὶ ἡ δύο γωνίες μπαίνουν βαθειὰ στὸ κρέας κόψτε τες ἐλαφρὰ καὶ μὲ προσοχὴν καὶ ἔπειτα ξῦστε τὸ μέσον τοῦ νυχιοῦ ἀπὸ τὴ κορυφὴ ὡς τὴ ρίζα ἕως ὅτου τὸ κάνετε λεπτὸ καὶ εὔκαμπτο. Τί συμβαίνει τότε; Τρέφεται ἀναγκαστικῶς τὸ μέσον τοῦ νυχιοῦ καὶ μένουν ἀτροφικὲς ἡ γωνίες του καὶ ὅταν δὲ εἶναι ἀτροφικὲς γίνονται καὶ λεπτὲς καὶ τότε μ' ἕνα κατάλληλον ἐπίδεσμο θὰ λάβουν τὴν κανονική τους διεύθυνσι.

Ἐπίσης ἄλλος τρόπος νὰ διορθωθῇ τὸ νύχι ποὺ ἔχει μπῆ βαθειὰ στὸ κρέας εἶναι νὰ κάψετε ἕνα ψαλλιδάκι ἢ σουγιαδάκι καὶ ἀφοῦ μὲ προσοχὴ σηκώσετε λίγο κατ' ὀλίγο τὸ νύχι, βάζετε μ' ἕνα σπίρτο ξηρὸ βαμβάκι. Αὐτὸ πρέπει νὰ γίνεται καθ' ἡμέρα μέχρις ὅτου θρέψῃ λίγο τὸ νύχι καὶ τότε τὸ κόβετε τετράγωνο

Ἔτσι διορθώνονται τὰ πόδια καὶ τὰ νύχια, ἀλλ' ἡ φροντίδα πρέπει νὰ λαμβάνεται ἀμέσως.

Παχύμυρον πρὸς στερέωσιν καὶ αὔξησιν τῶν τριχῶν τῆς κεφαλῆς

Λάβε μεδοῖλι ἀπὸ τὰ ὀστᾶ τοῦ βωδιοῦ	δράμια	30
Πάχος βωδιοῦ	»	15
Λάδι γλυκαμυγδάλων ἢ φουντουκιῶν	»	25

Ἀνακάτευσέτα μέσα σὲ πήλινο δοχεῖο καὶ ζέστανέ τα σὲ λιγοστὴ φωτιά. Ἀφοῦ κρυώσει τὸ μῖγμα τὸ τοποθετεῖτε σὲ γυάλινη μπουκάλα καὶ προσθέτετε λάδι περγαμότου δρμα. 1, γαρυφαλόλαδο 1)2 δραμ κανελλόλαδο 1)4, λάδι ἀπὸ μοσχοκάρυδ. 1)4, ἀνακατῶστε τα καλά. Κατόπιν κάθε πρωῖ κατὰ τὸ χτένισμα ἄλειβε τὴν κεφαλὴν (ὄχι πολὺ) καὶ στρῶνε τὰ μαλλιὰ μὲ βοῦρτσα.

ΣΗΜ. «ΜΠΟΥΚΕΤΟΥ» Ἡ συνταγὴ αὐτὴ προέρχεται ἀπὸ ὁδηγὸν καλλονῆς γερμανικὸν παλαιόν. Οἱ παλαιοὶ δὲ ὡς γνωστὸν ἤξευραν πολλά...

Τὸ παρθενικὸ γάλα.

Ροδόσταγμα	500 γραμ.
Βάμμα Βενζόης	5 γρ.

Τὸ μῖγμα αὐτὸ διατηρεῖ τοῦ προσώπου καὶ τῶν χειρῶν τὴν ἐπιδερμίδα δροσεράν. Κατὰ τῆς ξηρότητος τοῦ δέρματος.

Δὲν ὑπάρχει χειρότερο πρᾶγμα γιὰ τὴς κυρίες ἀπὸ τὸ ξηρὸ δέρμα. Ἐκτὸς ποὺ εἶναι τρομερό, χάνει ἐντελῶς τὴ ρόδινη δροσεράδα του καὶ—τὸ χείριστον—σκάζει. Ἐναντίον τῆς ξηρότητος τῆς ἐπιδερμίδος λοιπὸν συντελοῦν τὸ νωπὸ βούτυρο καὶ τὸ χοιρινὸ λίπος. Τὸ κακὸν εἶναι μόνον ποὺ ἔχουν μυρωδιὰ καὶ λυγδιάζουν τὰ ροῦχα..

Ο ΓΙΑΤΡΟΣ ΣΑΣ

ΑΠΟ ΤΑ ΑΡΧΕΙΑ ΜΑΣ

ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΚΑΙ ΕΥΘΥΜΗΣΑΤΕ

Συνεχίζομεν σήμερον τὴν δημοσίευσιν τῶν περιφήμων ἀναφορῶν, αἵτινες ἀπεστάλησαν κατὰ καιροὺς ὑπὸ κατωτέρων ὀργάνων πρὸς τὰς προϊσταμένας των ἀρχάς. Παρακολουθήσατέ τας εἶναι ἀμίμητοι στὸ εἶδος των.

Ἀναφορὰ τοῦ χωροφύλακος Ι. Χ. φύλακος τοῦ δάσους Περαχώρας

Πρὸς τὴν Ἀνακτορικὴν Νομαρχίαν Κορίνθου.

Εὐσεβάστως ἀναφέρω κατὰ συνεπῶς διαταγῆς σας ἀποστολὴν γνώμονος γαιοφύλακος πρὸς ἀνακάλυψιν ἡλικίας πευκῶν, ἤγουν δηλαδὴ ποῖα εἶναι γέρικα, ποῖα νέα καὶ ποῖα... βυζανιάρικα. Ἐπειδὴ καὶ ἐγὼ ἀδυνατῶ ν' ἀποκαλύψω ταῦτα ἄνευ περαιτέρω ὁδηγιῶν, οἱ δὲ ἀριλότιμοι καὶ μασκαράδες χωρικοὶ δι' ἀπάτης νύκτωρ ἐν καιρῷ ἡλίου μεσουρανοῦντος δολοφονοῦσι τὰ μικρὰ πεῦκα ἐν στόματι μαχαίρας, ὡς ὁ Ἡρώδης περνῶντες τὸν κορμόν των. Περιμένω ἐπὶ συστάσει τὸν γαιοδαιτοχωροφύλακα ὡς ἠθικὸν περὶ τὰ τοιαῦτα.

Ἐν Περαχώρᾳ

Ὁ ἐπὶ κεφαλῆς χωροφύλαξ

Γ. Χ.

Ἀναφορὰ δεκανέως Μήτρου Εὐαγγέλου

Πρὸς τὸν κ. Μοίραρχον Τριφυλίας ;

Κατὰ τὰ κεκανονισμένα καὶ ἐναντίον τῆς στρατιωτικῆς πειθαρχίας, λαμβάνω τὴν τιμὴν νὰ ὑποβάλω ἐγκλείστως καὶ ἐν παρενθέσει ἐσωκλείστως ἔγθεσιν προφορικὴν μηνύσεως κατὰ τοῦ ἐπὶ ἐξιρεθείσει προσωπικῆς ἀτομικότητός μου καὶ ἐξιβρήσεως ὑποφαινομένου διὰ ἀσχίμων καὶ ἀπρεπῶν λέγξεων ἀντιβενουσῶν ἦσταν τὴν στρατιωτικὴν ἀξιοπρέπειαν ἀναλόγως τῆς ἐνδόξου βαθμίδος καὶ ἐν γένει τῆς ἐν τῇ ἐχθέσει μου ἀναφερομένης συμπεριφορᾶς τῶν κατοίκων τούτων τῶν κακοανατετραμένων καθ' ὧν πρέπει νὰ ἐπέλθῃ δύναμις ἐκ εὐζώνων καὶ ἐξ χωροφυλάκων ἀκατάσχετος κατὰ μέτωπον εἰς μὲν τὴν δεξιὰν χειρὸς ράβδου, εἰς δὲ τὰς ἀριστερὰς τὸ ἀνατολικὸν ζήτημα πρὸς δυνατὴν μόρφωσιν τῶν ὀργάνων τούτων τῶν ἀπιθαρχούντων.

Ἐν Κυπαρισσίᾳ τῇ 17 Σ)βρίου 1902

Ὁ δεκανεὺς τῶν Εὐζώνων

Μήτρου Εὐάγγελος

Μήνυσις τοῦ *Κ. Μ*

Πρὸς τὸν κ. Εἰσαγγελέα Ἀθηνῶν

Οἱ ἔναντι μηνυόμενοι ἦλθον ἀθρόως ὁμοφώνως, ἐμπροθέσμως καὶ προβεβουλευμένως εἰς τὸ ἐν τῷ χωρίῳ Σπληναρίῳ γραμματοσχολεῖόν μου ἡμέραν Κυριακὴν καὶ ὥραν 10η πρὸς 12ην τῆς ἐπιούσης, οἵτινες διαρρήξαντες τὰ τοῦ διδασκαλείου κλεῖθρα καὶ διὰ ξυλικῆς καὶ ροπαλικῆς ἐπιθέσεως διαφόρους μώλωπας τῷ σώματί μου εἰσενεγκόντες ἰδίως δὲ καὶ ἐπικινδύνως τῷ κρανίῳ καὶ ταῖς χερσὶν ἀπεπειράθησαν ταυτοχρόνως καὶ ἀνυπερθέτως διὰ πολυκρότων ὀργάνων ἀνηλεῶς με βαλλόντες κατ'ἐμοῦ περὶ τῶν δέκα βολῶν,ἐξ ὧν τις διελθοῦσα κατὰ διόζωμα, διεσπάσατο τὰ ἐνδύματά μου, αἱ δὲ ὑπολειφθεῖσαι περισωματοσυρίζουσαι διηυθύνθησαν πρὸς τὴν εἰσοδικὴν θύραν καὶ τὸν ἐσωτερικὸν τοῦ σχολείου μου τοῖχον καὶ κατ' αὐτὴν τὴν νύκτα ἀπαλλοτριώσαντές με ἐξέδυσαν ἐν ἀπουσίᾳ μου τὸ σχολεῖον ἀφαιρέσαντες δραχμὰς πεντακοσίας καὶ ἓν ὁμόλογον συγκείμενον ἐκ δραχμῶν ἑξακοσίων κα ἓν ὅπλον μονόκροτον κενὸν καὶ ξένον τυγχάνον ἀξίας δραχμῶν τριάκοντα.

Εὐπειθέστατος

Ὁ μηνυτὴς

Κ. Μ.

ΣΗΜ. «ΜΠΟΥΚ».—Τὸ Σπληνάριον εἶνε χωριὸ τῆς Λεβαδείας.