

# Cultura e Higiene

REVISTA SEMANAL DE DIVULGACIÓN POPULAR

AÑO VI

GIJON 21 DE JULIO DE 1917

NÚM. 23

## TRIUNFOS DE LA CULTURA POPULAR

### INAUGURACION DE LA SOCIEDAD DE CABUEÑES-DEVA

#### Apuntes e impresiones

El enorme éxito del acto y la fiesta inaugurales de la Asociación de Cultura e Higiene de Cabueñes-Deva, celebrados el pasado domingo, superó con mucho a nuestros cálculos optimistas.

Para demostrarlo bastarán las breves impresiones que damos a continuación.

#### El lugar de la fiesta.

En el campo de la «Fuente de la Castañal» de Cabueñes, se levantaron tres tribunas bella y sencillamente decoradas con ramaje, flores y vistosas colgaduras. La del centro estaba destinada a la presidencia del acto oficial. Las otras dos colocadas en los laterales de la central habían de ser ocupadas por la presidenta de honor y señoras invitadas.

El cuadro de terreno comprendido entre estas tribunas resguardado con balaustrada, se reservó para las comisiones.

Desde el grupo de tribunas arrancaban a lo largo dos líneas de mástiles con gallardetes y escudos ornados de flores, en los que se leían los nombres de Gijón y de las parroquias y los barrios pertenecientes a todas las Sociedades hermanas. En dichos mástiles habían de ser colocadas ordenadamente las Banderas durante el acto.

Todo aquel conjunto de tribunas, decorado, colgaduras, guirnalda, banderas y gallardetes y arcadas de flores naturales ofrecía un aspecto magnífico.

Más abajo de aquel sitio y sobre el puente que da entrada al campo de la «Fuente de la Castañal» se destacaba un artístico arco de laurel formado por cuatro columnas sosteniendo un ancho friso en el que se leía una cariñosa salutación.

Estas fueron las primeras y agradabilísimas impresiones que el espectador recibiera a la entrada y en el campo de la fiesta.

#### Llegada de las comisiones y recibimiento

Pasemos a reflejar otras notas preliminares:

Con toda puntualidad, a la hora fijada, dos y media de la tarde, las comisiones se hallaban reunidas en el Centro Cultura e Higiene de Somió, partiendo desde allí para Cabueñes.

A las tres y media de la tarde las representaciones de todas las Sociedades hermanas con sus banderas, formando una lucidísima comitiva y precedidas de la Banda infantil, hacen su entrada en aquella parroquia, donde son recibidas por la Directiva de Cabueñes-Deva en pleno y una multitud de personas que aclaman a los recién llegados entre vivas y aplausos.

La preciosa bandera de la Asociación de Cabueñes espera a sus hermanas al pie del arco de entrada, cruzando allí el saludo con todas, en medio de un entusiasmo indescriptible. Sigue la comitiva hasta el sitio destinado a la solemnidad inaugural y en tanto no cesan los vivas y las aclamaciones...

Una vez que la comitiva hiciera alto junto a las tribunas, se procede a colocar las banderas adosadas a los mástiles, antes indicados, formando un precioso marco que realza a aquel cuadro de agradabilísima vistosidad.

#### El acto oficial

Son las cuatro de la tarde y todo está ya ordenadamente dispuesto para el acto solemne y oficial de instituir la Asociación de Cabueñes-Deva en la gran comunidad cultural.

A dicha hora, la presidenta-madrina de la Bandera, Sra. D.<sup>a</sup> María S. Pola, ocupa la tribuna de honor, ostentándose en ella como reina aclamada de la fiesta.

La otra tribuna es ocupada por distinguidas señoras y señoritas.

En el estrado constitúyese la mesa bajo la presidencia de don Fernando Suárez Cifuentes,

presidente de la Asociación de Cultura e Higiene de Cabueñes-Deva, acompañado de los representantes de las Sociedades hermanas. Las comisiones ocupan puesto preferente cerca de la tribuna presidencial.

El Sr. Suárez Cifuentes abre el acto pronunciando un discurso, todo cordialidad efusiva. Dedicó un saludo de bienvenida y agradece el concurso que prestan a la fiesta las Sociedades hermanas. Elogia cumplidamente la belleza, la bondad, la donosura de la Sra. Pola de Cerra, noble dama gijonesa a la que se debe que la Asociación de Cabueñes-Deva pueda ostentar ya una bandera en la que se ha derrochado esplendor y primores de arte. Alude también con sentida gratitud al fundador de esta Revista, desprendido donante de las ricas telas de raso en las que tan delicadas manos femeninas bordaron los lemas «Cultura» e «Higiene» orlados de finísima filigrana de oro y seda, que da la sensación de una bellísima guirnalda de flores de colores vivísimos, matizada por hojas de verdor inmarcesible y tejida con hebras auríferas de inapreciable valor...

Después, imposible seguir al Sr. Suárez Cifuentes en el torrente de ideas y palabras que se desborda por sus labios ensalzando y definiendo la obra de cultura e higiene, emprendida por la Asociación de Cabueñes-Deva, expresando la profunda gratitud que siente hacia los socios benefactores y hacia todos los que en una u otra forma contribuyeron al esplendor con que el acto se celebraba, exhortando a todos los vecinos de aquellas parroquias a que, venciendo perezas y preocupaciones, se uniesen en aquel Centro cultural que les brindaba la luz de la ciencia, cuyas leyes regirán en lo futuro todas las formas del humano vivir.

Repetimos que nos es imposible reflejar pálidamente siquiera el fogoso discurso pronunciado por el Sr. Suárez Cifuentes, que ocuparía un extenso espacio de que carecemos.

Baste decir que abarcó todos los puntos interesantes que debían ser tocados para exponer las ideas y las aspiraciones de la nueva Sociedad, persuadir a los oyentes y atraerlos hacia ella y corresponder a las atenciones y deferencias de que era objeto.

El orador al terminar su sentido discurso fue aplaudidísimo.

### Saludos y adhesiones

El joven presidente de la Asociación de Cabueñes-Deva, una vez que hubo pronunciado el discurso de apertura, ofrece la presidencia a don Carlos Cienfuegos Jovellanos como presidente de la Central y en prueba de compañerismo y deferencia.

Aceptado el ofrecimiento, el Sr. Cienfuegos

Jovellanos, ocupa la presidencia dando las gracias en sentidas y elocuentes palabras y saludando al concurso.

Prosigue el acto, haciendo uso de la palabra varios presidentes y representantes de las Sociedades hermanas y leyéndose trabajos alusivos que habían sido enviados por otros miembros de las Asociaciones y por distinguidos intelectuales que simpatizan íntima y cordialmente con esta hermosa obra cultural.

Serían insuficientes todas las páginas de esta Revista para dar tan sólo una ligera impresión de los distintos discursos allí pronunciados. Baste decir que todos los oradores coincidieron en apreciar la labor de las Sociedades que se van organizando en el concejo de Gijón, sumamente moralizadora de las costumbres y con la cual se conseguirá, no tardando, borrar para siempre las discordias que más de una vez fueron causa de que se cometieran delitos de sangre, llenando de consternación el apacible vivir de la aldea y llevando el luto a honradas familias.

Igualmente coincidieron en ponderar las excelencias de la instrucción, la cultura y moralidad que estos Centros difunden entre los elementos sociales que, por vivir consagrados a un trabajo cotidiano en el taller o en el campo, no han tenido medios de adquirirlas en grado suficiente a satisfacer las nuevas necesidades sentidas, en armonía con los adelantos de la época actual.

En este sentido general, y señalando también los frutos que se habrán de obtener intensificando la acción educadora de la infancia y las enseñanzas de la mujer para cumplir sus augustos deberes de esposa y de madre, se expresaron todos aquellos representantes que ocuparon la tribuna en el acto oficial.

### Los que hablaron

Por la Asociación de los Barrios Nuevos de Ceares, habló su presidente don Joaquín de la Viña; por Pumarín y Rocés, don Antonio Muniña; por Cenero, don Gerardo Hevia; por la Calzada, don Simón Rodríguez; por Tremañes, don José Álvarez; por Somió, el maestro de aquella parroquia, don Eulogio Gómez; por Natahoyo don Dionisio Cuervo, por las parroquias de Cabueñes-Deva, don Alberto Acebal, exconcejal de nuestro Ayuntamiento, y por la prensa cultural don Avelino Prieto, todos los cuales oyeron grandes aplausos.

También cumplieron personalmente a la Directiva de Cabueñes-Deva, el vicepresidente de Granda y Vega, don Marcelino Trabanco, y los presidentes del Llano y el Arenal, don Norberto Herrera y don Cirilo Fernández, los cuales modesta y discretamente renunciaron al uso de la palabra, en gracia a la brevedad del acto.

### Trabajos leídos

Entre los discursos se intercalaron las lecturas de interesantes trabajos suscriptos por don Silvestre Trabanco, don León de la Viña, don Wenceslao García Canal, don Daniel Antuña y nuestro Director.

Dió la nota amena don Dionisio Cuervo con una tirada de ingeniosos versos de sencillo estilo semibable, trazando el ramo de flores que se ha ido formando con las doce Sociedades organizadas.

Por no haber llegado a nuestras manos no podemos publicar todos los trabajos leídos. Y procurando recogerlos para próximos números, nos limitamos a transcribir los dos siguientes:

#### «Cultura redentora»

Vuestra hermosa fiesta, fiesta de paz, de amor y de progreso es como un oasis de felicidad en medio del desierto de la desventura humana.

Conforta el ánimo el gran espectáculo que hoy ofreceis al pueblo, al pobre pueblo tan necesitado de vida espiritual.

Sí, al pueblo infeliz, a ese conjunto abigarrado de bien y de mal, de infancias y grandezas, mezcla de razón y de capricho que apenas se redime de una culpa cuando un nuevo camino de expiación comienza. ¡Pobre pueblo! Pobre ulcerado Lázaro, que después de tantos siglos de infortunio aun no has encontrado un Cristo que te diga ¡levántate y anda! Hambre y presidio, miseria e ignorancia, balas y torturas, ultrajes viles, todo lo sufriste con paciencia de mártir. Te abrazas al estandarte de la libertad, y cuando, a fuerza de heroísmo llegaste de tus sueños a la cumbre te viste engañado, escarnecido y esclavizado por los que se dijeron tus libertadores y todo ello por falta de cultura en todas las clases sociales: La Cultura, única panacea que nos habrá de librar... ¡La cultura! Solo esa diosa radiante y mágica nos habrá de sacar a flote en este mar de errores y preocupaciones necias en que vivimos sumergidos. Ella, nuestra diosa adorada batirá en brecha a la calumnia, grosera y bárbara que con furor salvaje va esparciendo su baba por doquiera, y dejando una mancha en cada traje. Ella nos despertará del letargo en que yacemos para hacernos revivir una nueva y dura vida, vida de ilusiones santas que nos hagan olvidar cual pesadilla los sangrientos sucesos del presente. Solo ella la diosa Cultura nos hará libres y felices. Por eso tu juventud cultural de Cabueñes-Deva, que has promovido esta fiesta, sencilla en la forma y grandiosa en el fondo, eres digna de los mayores elogios y las mejores recompensas, por que tu obra encierra grandes enseñanzas, y prepara grandes bienandanzas para lo porvenir, y así deben cooperar a

ella las personas mayores, siguiendo tu elocuente ejemplo como el medio más eficaz de conseguir el futuro bienestar de vuestras hermosas parroquias y merecer bien de la humanidad.

WENCESLAO GARCÍA CANAL.

#### «Ráfagas de luz y alegría...»

Cuando en reciente día de pleno verano nos disponíamos a escribir algunas cosas para leerlas en el solemne acto inaugural de la Asociación de Cultura e Higiene de Cabueñes-Deva, mil ideas latían en nuestra cerebro mezcladas con el deseo vivísimo de fijarlas en el papel y transmitir las a este brillante, numerosísimo y heterogéneo concurso.

Pero entonces, los rayos deslumbrantes del sol matinal penetrando en casa hasta nuestra misma mesa de trabajo, nos recuerdan que allá fuera, las tierras y los campos vivificados por el astro rey lucen las más bellas y esplendentes galas de la naturaleza, cubiertos de plantas y flores en plena fecundación, matizados de luz multicolor y alegrados por los trinos de los pájaros que cantan amores en las copas de los árboles, cuyas hojas agitadas por frescas brisas estivales dan al viento el rumor de esa música misteriosa, de armonía y de ritmo universal y eterno.

Y ved ahora como renuncié a escribir mis reflexiones, para evitaros la molestia de su árida y prosaica lectura. Pues sabiendo que tan brillante acto iba a celebrarse en este lugar delicioso en que Natura puso sus mayores encantos, y en donde vuestra alma abstraída en la contemplación de este sugestivo cuadro, concierto magnífico de vida, de luz, de color, de belleza y alegría, sentiríase defraudada por mis pobres notas reflexivas sobre cosas que, aunque de sumo interés para esta obra, resultarían prosaicas e impropias de la ocasión.

Las reservaremos pues para la Revista CULTURA E HIGIENE donde venimos realizando incesante labor difusiva de todas las ideas que informan esta obra social, de la que es formidable sostén un filántropo, todo bondad y modestia, cuyo nombre tiene un santuario en el corazón de todos los amantes de esta hermosa causa.

Sí; prescindiremos de toda enojosa exposición de ideas y cosas áridas. Tiempo habrá para ello. Limitarémonos a cumplir aquellos deberes que nos imponen el compañerismo y la deferencia que todos merecéis.

Respondiendo a este orden de sentimientos, sean nuestras primeras palabras de rendida gratitud, de salutación cordial, respetuosa y efusiva, para la ilustre dama gijonesa D.<sup>a</sup> María Antonia S. Pola, Presidenta-madrina de la Bandera que se inaugura y en la cual puso con delicada mano los más lindos primores tan

distinguida señora, aclamada reina de esta fiesta en la que ocupa el puesto de honor sintiéndonos por ello todos muy honrados y complacidos.

Reciban también nuestra cariñosa bienvenida los dignos representantes de las Sociedades hermanas, los invitados y cuantos habéis venido a enaltecer este acto con vuestra presencia.

Y para la Junta Directiva de la Asociación de Cultura e Higiene de Cabueñes-Deva, para su presidente D. Fernando Suárez Cifuentes, para ese joven culto y bueno, ejemplo de constancia, de laboriosidad y modestia, y para los que le acompañaron poniendo sus energías en esta obra de Cultura y Progreso, nuestra calurosa felicitación.

Merece el señor Suárez Cifuentes el laurel de la victoria. Y lo merecen también los que le acompañaron en la lucha. Porque triunfo grande es haber conseguido la perfecta organización de esta Sociedad que hoy se instituye en la gran familia cultural.

Esta institución implica un progreso social enorme. Supone un paso gigantesco hacia la identificación moral del campo y la ciudad. Por esa identificación llegará a borrarse definitivamente toda diferencia antagónica entre los habitantes de la aldea y la villa, hasta fundirlos en una grande y única comunidad de hombres libres, dignificados y aptos para cumplir los altos fines de la vida y marchar unidos hacia el destino de perfección, providencialmente trazado a la especie humana...

Más, no caigamos a impulsos de un mal contenido entusiasmo en la «Funesta manía de pensar»... Ya hemos dicho que hoy no es día para ello, y menos en este lugar encantado, lleno de delicias campestres que incitan al disfrute de los sanos goces y las alegrías refrigerantes que esta exuberante naturaleza nos brinda...

Alegrémonos y gocemos pues. Y, mientras, rindamos homenaje de simpatía y admiración a esas mujeres adorables, a esas jóvenes hermosas que forman esos enjambres bulliciosos, cual blancas palomas mensajeras de amor y bondad y que son alegría, gala y ornato supremos de este acto solemne y de esta fiesta magnífica que perdurará en la memoria de todos nosotros.

FRANCISCO SUÁREZ ACEBAL.

### Resumen

Terminados los discursos y la lectura de trabajos, levántase el Sr. Cienfuegos Jovellanos resumiéndolo todo en un vibrante discurso, en el cual fué recogiendo y sintetizando todas las notas allí dadas y las principales ideas vertidas por los oradores.

Para todos tuvo el Sr. Cienfuegos una frase amable y expresiva en el rápido comentar y resumir cuanto allí se había dicho. Y de seguro que sus palabras dejarán una estela de gratitud en el alma de cuantos las escucharon con toda complacencia.

Termina su florida peroración con un canto efusivo y potente a la cultura, a la unión, la armonía y el progreso de las Sociedades hermanas, y dedicando hermosos párrafos de encomio a la Reina de la Fiesta.

Tantó al Sr. Cienfuegos Jovellanos como a todos los que le precedieron en el uso de la palabra les tributó el concurso calurosísimos aplausos.

### Homenaje a la presidenta de honor

Ha terminado el acto oficial. El campo está invadido por una multitud que se agolpa sobre las tribunas para presenciar el homenaje que se va a rendir a la presidenta-madrina y reina de la fiesta, señora doña María Antonia Suárez Pola.

Está ella en el palco de honor ostentando belleza, elegancia y distinción; acompañada de una lucidísima corte de señoras y señoritas. Entre aquellas recordamos haber visto a las señoras Duro de Velázquez, Junquera de Tejera y Patac de Valdés, con sus encantadoras hijas. En aquel momento el señor Suárez Cifuentes se adelanta hasta la tribuna posando sobre el antepecho la Bandera de Cabueñes-Deva, en la que su hermosa madrina prende una primorosa corbata con expresiva dedicatoria ricamente bordada. El concurso rompe entonces en una salva de aplausos, vivas y aclamaciones. Casi simultáneamente se presenta un grupo de pequeñuelas portando una bandeja de plata con el título de presidenta honoraria estampado en un artístico diploma que es recibido por la señora Pola con significativas muestras de complacencia. También le es entregado un precioso ramo de flores, mientras de distintos lados le envían palomas. Siguen los aplausos, los vivas y las aclamaciones.

.....  
.....

Hácese el silencio cuando en la tribuna central se presenta el distinguido y simpático gijonés, y entusiasta cultural don Matías A. Tejera designado para elevar allí su voz y su palabra, siempre al servicio de los más nobles y elevados sentimientos, siendo intérprete del tributo de admiración, gratitud y simpatía que todos querían rendir a la gentil reina de la fiesta.

El señor Tejera cumple su honroso cometido muy dignamente, leyendo emocionado esta sentida composición:

### «A la reina de la fiesta»

Siento inmenso placer cuando repaso desta CULTURA, la historia y la existencia, y al ver que de improviso sale al paso una nueva Asociación a mi presencia.

Llegó, por fin, a esta parroquia el día alumbrando con luz fúlgida y bella la culta Sociedad que al bien os guía cual faro bienhechor y amante estrella.

Una dama gentil reina en la Fiesta que es de Cultura e Higiene la ambrosía, pues que entre flores mil se manifiesta y a la que ofrendo hoy mi humilde poesía.

El mágico poder que tú atesoras prestará brío a nuestra Asociación y en tu virtud y bondad, a todas horas, hallaremos albergue y protección.

Cumplida ilusión, caricia del deseo es el blasón que añade hoy la CULTURA, aumentando las galas del trofeo con el timbre y la prez de tu hermosura.

Quisiera de mi encanto en la dulzura que mar incienso y mirra en tu presencia cual merece la hidalga galanura de honrarnos con tu digna presidencia.

MATÍAS A. TEJERA.

Al terminar esta lectura renuévanse los aplausos en una ovación clamorosa.

### Función regocijante

Poniéndose a tono con el espíritu de alegría que reinaba en todos los circunstantes la Comisión organizadora dispuso una función teatral a cargo de los cuadros escénicos de los Barrios Nuevos y el Arenal, los cuales representaron varios juguetes de marcado sabor cómico que hicieron reír estrepitosamente a la concurrencia.

Trabajaron con gran aplauso, por el cuadro de Barrios Nuevos la simpática joven Asunción Muñiz, y los aventajados aficionados don Aurelio Blanco, don Avelino Alonso y don Celestino Suárez. Con no menor acierto representaron por el cuadro del Arenal los estudiosos jóvenes don Evaristo Blanco y don Baldomero Vallejo. Dieron dos notas escénicas muy simpáticas las alumnas de la sección artística del Arenal Africa Crespo y Angelita Vázquez y el precoz actor de la misma Asociación Juanín Argüelles, siendo su labor premiada con grandas aplausos.

Y terminó esta primera parte de la función con varios números del típico baile asturiano por una notable pareja premiada en distintos concursos.

En esto no podía faltar el renombrado tambor de la Abadía que marcó como sólo él sabe hacerlo el compás y el ritmo a los bailadores, siendo todos ovacionados por su artístico y suelto y airoso trabajo.

### Las últimas horas...

Después del festival la gente toda se consagró a las expansiones propias de las clásicas romerías, organizándose bailes al son de la gaita y el tambor, giraldillas, meriendas, etc., reinando la más franca y cordial alegría, aumentada por varios cantadores que echaron hermosas tonadas, de esa dulce cadencia característica de la música asturiana y que tanto llega al corazón...

Anochece; pero en el campo de la fiesta, junto a las tribunas donde parece haberse librado una gran batalla de flores, bajo la umbrosa enramada, aun la gente apura los últimos momentos del gozar entre rumores de risas, de charlas alegres, de notas de gaita bullidora, de tambor inquietante, de cantares que quiebran el silencio de la apacible aldea en la hora poética del crepúsculo vespertino...

Y al expirar aquel día que señala una fecha memorable en los anales gijoneses, termina lo que fué una grandiosa fiesta cultural precursora de eras felices que se acercan de un bello vivir de paz y de amor.

### Varias noticias

A ruegos de muchas personas que desean admirar la preciosa Bandera de la Asociación de Cabuenes-Deva, tan rica enseña será expuesta durante unos días en uno de los escaparates de la Casa Masaveu.

También serán expuestas varias fotografías tomadas en interesantes momentos de la fiesta, por el Sr. Vinck.

\* \*

Mañana serán repartidos varios cientos de ejemplares del presente número de nuestra Revista en las parroquias de Cabueñes y Deva por acuerdo de la Directiva de aquella Sociedad.

\* \*

El popular fotógrafo Vinck hará un retrato de la Bandera de Cabueñes-Deva que constituirá una preciosa obra de arte fotográfico, de la cual se obtendrán reproducciones para incontable número de personas deseen poseer tan estimables copias.

\* \*

En la rifa benéfica verificada en la fiesta de Cabueñes el pasado domingo ha salido premiado el número 171.

# VIDA FEMENINA :: PRO INFANCIA

## Indicaciones higiénicas y caseras

El algodón es la materia más higiénica y barata con que se teje la tela de nuestros vestidos, sobre todo de ropa interior.

La lana del carnero, irrita la piel y el sistema nervioso, es buena en invierno para uso exterior.

La seda es muy irritante, si se usa interiormente, y muy húmeda siempre.

El hilo, fibra del lino, se usa principalmente en el verano por su finura.

\* \* \*

No es conveniente el uso de mucha ropa, lo cual no quiere decir que la resistencia física, consiste en la desnudez, pues esa no hace más insensibles que fuertes. El cuello, la cara y la cabeza deben estar siempre al aire libre. No así las piernas en el invierno y cuando haga frío, ni el pecho y la espalda en ninguna época ni con ningún pretexto.

La espalda debe estar más abrigada que el pecho.

\* \* \*

En los países tropicales, los salvajes van desnudos o semidesnudos, y en los polares se cubren los habitantes con pieles de los animales del país. Además de impedir la pérdida del calor, el vestido evita las oxidaciones y pérdidas que habría que recuperar para que el organismo no se debilite. Es pues el vestido un *alimento negativo*.

\* \* \*

De la indumentaria femenina deben desterrarse, por antihigiénicos, el corsé, las colas, las faldas de pliegues y el calzado estrecho, que además de impedir la circulación de la sangre y la transpiración del sudor, deforma el pie y produce los callos y sabañones, etc.

\* \* \*

Las manchas de aceite y grasa en la ropa, se quitan con bilis de buey, o con amoníaco, o teniendo encima de ellas durante ocho horas polvos de talco y cepillándolas después, o con bencina y magnesia mezcladas.

\* \* \*

Las ropas de lana, algodón, estambre, etc., se conservan con naftalina, menos cuando el armario donde se guardan esté en el dormitorio, pues la naftalina es venenosa.

\* \* \*

Las manchas de café se quitan frotándolas con glicerina pura, clareando las prendas con agua tibia y planchándolas por el reverso.

## Contra soberbia, humildad

El orgullo seca en los niños, lo mismo que en las personas mayores, las fuentes de la gratitud.

El niño orgulloso armado de una lógica peculiar, rehusa agradecer ningún beneficio, y se comprende: Agradecer una dádiva es reconocer que se tiene necesidad del objeto recibido; agradecer un aviso, un consejo o una instrucción, implica confesar ignorancia,

He aquí porque uno de los remedios más eficaces contra el orgullo consiste en enseñar a los niños a ser humildes, ofreciéndoles siempre el ejemplo de nuestro agradecimiento ante el más insignificante favor que recibamos en presencia de ellos; aparte de sentir la gratitud sinceramente en todas las ocasiones de la vida que seamos objeto de las buenas acciones de nuestros semejantes.

## Consejos a los niños

Acordaos, niños, de no interrumpir nunca al que habla y de responder pronto y cortésmente, cuando fuereis interrogados.

De levantarse temprano y acostarse pronto. El aire de la noche es nocivo para la salud y, en cambio, el de la mañana es oro en la boca.

De no ser huraños ni serios en extremo, sino alegres y sonrientes con todos; que la sonrisa en la boca de un niño es como flor que brota en primavera.

De amar a vuestros maestros, de los que recibís el bien de la educación.

De los grandes peligros que tu madre pasó por tí, llevándote en su seno.

«Luego que Dios recibiere mi alma, dice Tobías a su hijo, entierra mi cuerpo y honrarás a tu madre todos los días de su vida.

Según pudieses, así usa de misericordia.

Si tuvieses mucho, da con abundancia: si tuvieses poco, aun lo poco procura darlo de buena gana.

No permitas jamás que reine la soberbia en tus sentimientos o en tus palabras, porque en ella tomó principio toda la perdición.

Come tu pan con los hambrientos y menesterosos y con tus vestidos cubre a los desnudos.

Y acordaos siempre, cuando veais a los abuelitos y a vuestros padres preocupados o melancólicos, de contemplarlos con ternura y de acariciarlos con discreción.

Adquirid el hábito y arreglaos de modo de aprovechar cuanto podais cada día de vuestra vida.

Considerad el juego escolar como un reposo después del estudio.

### PREJUICIOS ANTIHIGIÉNICOS

Generalmente se concede muy poca importancia al orden y la limpieza; algunas personas, para justificar su negligencia, invocan teorías que hablan de los inconvenientes del agua y sobre todo del agua fría. ¡Cuanto ganarían rectificando esas ideas tan anticuadas como erróneas! Ese pernicioso prejuicio es causa de que muchas familias provistas de medios se bañen frecuentemente, pero sin lavarse jamás o haciéndolo sólo parcialmente; los baños aun cuando se tomen a menudo, no pueden sustituir a la limpieza diaria. También hay quien sienta como principio de educación que el lavarse todo el cuerpo es contrario a la decencia; la idea de que la decencia se opone a la limpieza, es de ordinario causa de que falten la una y la otra.

¿Qué hay de extraño en que, gracias a tal educación, veamos multiplicarse las personas enervadas, anémicas, neurasténicas, sin vigor, sin voluntad, sin temple de alma, sin carácter, verdaderos valetudinarios en el sentido físico y moral?

### CURIOSIDADES

Sin duda alguna tienen razón los griegos al asegurar que poseen el reloj de sol más grande del mundo, reloj que ofrece además la particularidad de haberlo hecho la misma Naturaleza.

Hay en el mar Egeo un promontorio de grandes dimensiones, cuya cúspide se alza a 915 metros sobre el nivel del mar, y que los helenos han bautizado con el nombre de Hayon Horou, el cual, al darle el sol proyecta una larga sombra que va tocando sucesivamente, y a intervalos regulares, a unas islas que le rodean formando un círculo. Dichas islas hacen las veces del horario.

Quando se lava la ropa de enfermos infecciosos debe ser hervida durante quince minutos por lo menos

### NOTAS SUELTAS

A causa del extenso espacio dedicado a reseñar el acto y la fiesta de Cultura e Higiene de cabueñes-Deva, hemos tenido que retirar importantes trabajos, escritos para el presente número y que irán en el próximo.

El autor de la música del «Himno a la Cultura» D. Félix Medrano lo acaba de arreglar para coro y banda, con objeto de que sea cantado en las fiestas de las Sociedades hermanas por una masa coral compuesta de varios jóvenes pertenecientes a las Asociaciones del Llano, Barrios Nuevos y el Arenal.

El autor de la letra de dicho himno D. Carlos Cienfuegos Jovellanos ha escrito nuevas y brillantes estrofas que serán impresas en hojas que se repartirán entre los orfeonistas de dicha masa coral.

\* \* \*

Hoy a las nueve de la noche se celebrará en la Asociación de Cultura e Higiene de los Barrios Nuevos de Ceares una fiesta íntima para celebrar el nombramiento de socio honorario otorgado por este Centro a don Matías A. Tejera en prueba de simpatía, cariño y gratitud.

\* \* \*

En la Asociación central de Cultura e Higiene tienen a su disposición las Sociedades hermanas el lote de libros que a cada una corresponde de los donados para ellas por el Ministerio de Instrucción Pública y Bellas Artes, cuyos lotes podrán pasar a recoger desde las seis de la tarde en adelante, mediante recibo debidamente formalizado por los presidentes y secretarios respectivos y a nombre del Presidente de la Central.

\* \* \*

Hemos tenido el gusto de saludar a nuestro querido amigo el laureado pintor gijonés don Manuel Medina, que pasará una corta temporada al lado de su estimada familia, para descansar de las brillantes tareas artísticas a que vive consagrado.

\* \* \*

El número cinco de «La Vida en la Escuela», de Luarca, que hemos leído con toda complacencia, nada desmerece de los ya publicados. Y leyendo esta simpática hoja pedagógica vemos que entre «La Vida en la Escuela» y CULTURA E HIGIENE existe una perfecta afinidad de ideas, lo cual nos satisface íntimamente.

\* \* \*

La Asociación de Cultura e Higiene de Somió se dispone a celebrar con el mayor entusiasmo la fiesta y el acto de su inauguración oficial.

\* \* \*

En las primeras horas del martes día 17 del actual dejó de existir víctima de maligna enfermedad el joven don Ladislao Alvarez Pérez.

A la apenadísima familia del malogrado joven, entre la que contamos estimados amigos y compañeros en la lucha cultural, enviamos la expresión de nuestro pésame más sentido.

\* \* \*

Para suscripciones y números sueltos de CULTURA E HIGIENE, en el kiosco «Jovellanos».



## Menudencias

Un caballero, residente en Norfolk, tenía la preocupación de que estaba abocado a incendiarse, y en previsión de la catástrofe llevaba dentro de la copa del sombrero un pequeño recipiente lleno de agua para apagar el fuego en caso necesario, dándose una ducha craneana. En más de una ocasión hizo funcionar la manga, y hechó a correr lleno de pánico figurándose que estaba convertido en una hoguera. Como es natural, después de unos cuantos conatos de incendio de este género dió con sus huesos y con su invento en un manicomio.

William Hogarth, pintor de nota de Inglaterra, se complacía en reproducir lo ridículo y caricaturesco. Inflexible para todos, lo fué para consigo mismo.

En cierta ocasión se retrató a sí con su perro y para muestra de su buen humor se dió a sí mismo mucho parecido con el dogo.

Ideas de un fraile portugués:

«Hermanos míos—decía desde el púlpito,— los moros son nuestros prójimos; los judíos son también nuestros prójimos; los castellanos son casi nuestros prójimos».

Con las ideas de este «pater», digno de ser... catalán, no hay duda que la «unión ibérica» será un hecho algún día... el del juicio por la tarde...

## Album poético

A M...

Tu bello rostro mi bien,  
fuera mi dulce consuelo,  
si algunas veces también  
no lo empañara el desdén  
como las nubes el cielo...

Al ver tu frente galana  
dudo si mi pecho adora  
su blanca tez soberana  
o dudo si me enamora  
de tus mejillas la grana.

Y de la frente a la planta  
se que me encantas, a fe;  
pero al ver delicia tanta  
cuando todo en ti me encanta  
lo que me encanta *no sé*.

\*\*\*

## Pensamientos

—Los que conocen la belleza no son lo mismo que los que la aman.

—La fecundidad, si deja de ser bondad se convierte en destrucción.

—El ser dichoso consiste en poder todo lo que se quiere; el ser grande en querer todo lo que se puede.

## Lecturas festivas

Al entrár el doctor B. en su casa, dice a su esposa:

—Estoy de enhorabuena, hija mía. Al fin he logrado salvar a mi enfermo, y eso que su curación era un problema difícilísimo.

—Sí—contesta la mujer: —ya se que eres un médico muy notable. ¡Ah! Si yo te hubiese conocido hace cinco años, estoy segura de que aún viviría mi primer marido, mi pobre Tomás.

—  
Solo una vez de pasada  
vi la fortuna delante;  
la llamé: estaba ocupada,  
enriqueciendo a un tunante.

—  
Julio trata de alquilar un cuarto bajo.

—¿Cuánto renta esta habitación?—pregunta al portero.

—12.000 reales.

—Es un precio muy caro.

—¿No ve V., señorito, que en la casa hay ascensor?

—  
Mi amigo Perico Pino,  
escritor de gran valía,  
sin duda ha perdido el tino,  
pues ha dado en la manía  
de firmar siempre P. Pino.

—¿Por qué no se divierte usted en los bailes?

—Porque yo no amo a las mujeres y conozco demasiado a los hombres.

—  
Entraron en una danza  
doña Constanza y don Juan;  
cayó danzando el galán,  
pero no doña Constanza.

De la gente cortesana  
que lo vió, quedó juzgado  
que don Juan era pesado,  
doña Constanza liviana.

—  
Un matrimonio pasea por la huerta que rodea su casa de campo

La esposa: Mira, Andrés, ¡mira esa pareja de pichones cómo se besan! ¡No puede darse nada más tierno!

El esposo: ¿Tiernos? ¡Ah! Entonces... nos los comeremos con guisantes esta tarde...

—  
—Mira, mira—dice D.<sup>a</sup> Eufrosia en el baño— como me acarician las olas.

—Ya se sabe que el agua del mar tiene muy mal gusto...