











# LECTURAS PARA LA MUJER

## Cuando desee artículos de perfumería... VIUDA DE ELIZONDO

REPUBLICA, 132 TELEFONO 1758.

### LOS ALIMENTOS Y LA SALUD

## El desayuno en un buen régimen alimenticio

No cabe duda alguna que en nuestros países las horas de las comidas y hasta la composición de éstas, se hallan cronométricamente mal distribuidas. Es natural y lógico que a la salida del sol, al abandonar nuestro cuerpo el lecho después de varias horas de ayuno, debiéramos fortalecer el estómago con una comida nutritiva, práctica ésta por lo demás que, con muy buen criterio, se sigue en algunos países del Norte. Se comprende que a esa hora es cuando el organismo más necesita la alimentación y cuando más dispuesto se halla a digerirla en virtud de la fortaleza que le presta el sol. Este alimen-

del almuerzo sin tener que recurrir a calmar el hambre intempestivo rebanadas de pan, dulces o bocadillos, cosas éstas que trastornan el estómago y producen el desganado. En cuanto al adulto, fortalecido por este régimen, trabajará sin fatiga y poseído de una grata impresión de fortaleza.

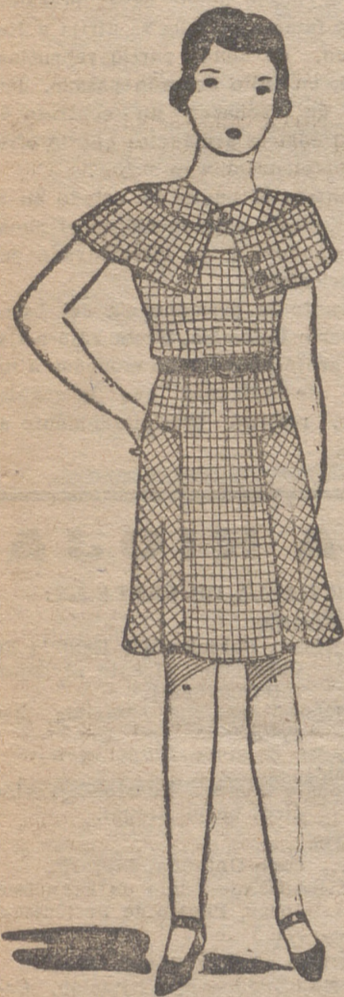
Si bien se observa, la preparación de este desayuno no exige mayor tiempo ni trabajo y puede ser presentado rápidamente, pues lo fundamental en él es que ofrezca poco volumen, sea ligero y nutritivo. Existen en el comercio infinidad de productos que facilitarán la tarea del ama de casa: conservas de frutas al natural; mermeladas; frutas secas (ciruelas, orejones, etc.) para compota; productos consistentes en mezclas de cacao y de frutas; sémolas; avena prensada; conr flakes, etc.; todo lo cual es apetitoso y se prepara en pocos minutos.

Respecto a la comida del mediodía, nada tenemos que decir y debe conservarse siempre y a pesar de este desayuno, sus características normales.

La cena debiera ser sustituida en cambio con la merienda ("le goûter" en Francia, el "lunch" en Inglaterra), reduciéndose la comida de la noche a un plato de sopa, frutas, y una taza de té o café con leche. En esta forma nuestro estómago no se hallará sobrecargado en esas horas en que, por la falta del vigor que nos trasmite el sol y del movimiento a que nos obliga el trabajo en las horas del día, se halla por lo regular mal dispuesto a la digestión, evitándonos así dolores o pesadez de estómago, consumo de bicarbonato, enfermedades del aparato digestivo y en el mejor de los casos, sueños intranquilos y pesadillas.

MISS ANY

París, abril de 1933.  
(Reproducción prohibida.)



Vestido en género de algodón blanco con cuadros azules; botones y cintura rojos.

to dará al cuerpo el vigor necesario a los primeros esfuerzos de la jornada, y nos hará la mañana mucho más agradable, poniéndonos en la mejor disposición. Equivocadamente, pues, llamamos en Francia "petit déjeuner" a la primera colación del día. Muchas personas, ateniéndose a la letra, se desayunan entre nosotros con una simple taza de café con leche y son las menos las que agregan una rebanada de pan con mantequilla o un retorcido "croissant", abundando en cambio las que prescindan de todo alimento, permaneciendo en ayunas hasta el mediodía. Esta última práctica debe ser corregida, pues es susceptible de originar graves trastornos físicos, que empiezan por agudos dolores de cabeza y desvanecimientos, y pueden acarrear una debilidad general y hasta una anemia.

La buena ama de casa debe aprovechar la circunstancia del desayuno para reunir a los suyos alrededor de una mesa bien servida. Muy pronto tanto los pequeños como los grandes adoptarán con gusto esta costumbre de la comida matutina y bien pronto también se advertirán sus efectos saludables.

Un desayuno de esta naturaleza puede componerse de una buena taza de café con leche o chocolate, emparedados diversos y tostados con mantequilla. Nunca debe faltar la mermelada o la compota de frutas en el desayuno. Y no sería ninguna exageración, ni mucho menos, convertir esta comida en "desayuno de tenedor", que puede consistir en un jugoso b'steck, con preferencia asado, o en un par de huevos pasados por agua o fritos, o en una tortilla de jamón.

El desayuno debe ser, pues, alimenticio, al mismo tiempo que ligero y ello permitirá a los niños, siempre en pleno crecimiento y dispuestos a comer con apetito, esperar la hora

## ORIVE JOYAS

SUPREMA DISTINCION  
REPUBLICA, 41



### UNA BOLSA MOVIBLE DE PAN

He aquí una bolsa móvil de guardar pan, que podemos colocar en nuestra cocina o en el comedor.

Se compone en su parte superior, de un cuadro, A B, en madera, cuadrado, R, articulada atrás por medio de dos bisagras. En esta misma parte posterior, en los extremos, a cada costado, serán atornillados dos soportes de gancho, C, para suspender el portapan.

En seguida se confecciona una bolsa en tela gruesa, sobre la que se podrá bordar o pintar flores, espigas de trigo.

Se adhiere la bolsa, M N, sobre el cuadro de madera, A B, sostenida por los clavos de tapicero con grandes cabezas de cobre, como nuestro croquis de conjunto lo presenta.

La parte inferior del cuadro de madera está marcada con puntos, para mostrar que hasta allí llega la madera.

La bolsa será más o menos larga, siguiendo las dimensiones del pan que se va a encerrar; pero esto puede quedar al gusto del que la confecciona.

La tapa y el cuadro serán pintados con ripolín y el cierre será hermético.

## LA MODA DE LOS SOMBREROS... EN 1908

Los anales de la Celebridad no han conocido nada semejante a la moda de los sombreros en 1908. Las mujeres de 1908 lanzaron una creación de setenta a noventa centímetros de diámetro. Jamás se ha conocido, ni creemos que se conozca, sombrero tan agresivo, tan exclusivista, tan desafiador ni tan antihigiénico como el que les dió por ponerse a las mujeres en 1908. La Historia presenta un hecho saliente la mujer de hace 25 años como valerosa portadora del artefacto capital más formidable de cuantos ha creado la fértil y caprichosa imaginación femenina en el transcurso de los tiempos.

"No se crea que el sombrero de

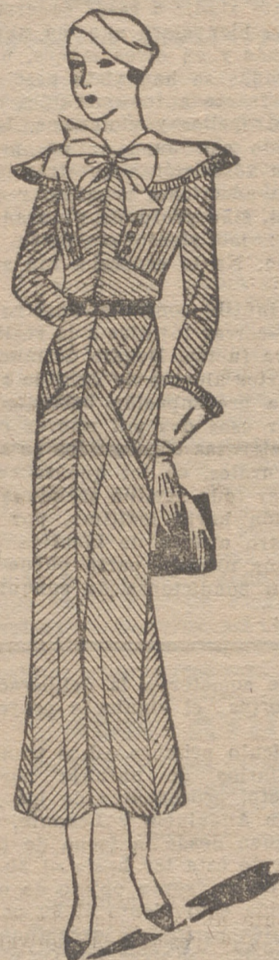
moda es un capricho industrial: esa monstruosidad es simplemente, un capricho de mujer." Así se disculpaban los modistos.

Decía la mujer: Por mí que sigan ensanchando... De todos modos, he de llevar lo que me parezca bien." Y, en efecto, lo llevaron. Si llega a continuar, los arquitectos se hubiesen visto obligados a modificar sus cálculos de espacio y estructura. Felizmente no fué así.

Entre conquistadores resultaba más ventajoso no poseer buena estatura. En las bajadas o subidas de coches y tranvías se veían escenas llenas de humorismo. Si por casualidad la portadora del sombrero fenómeno se olvidaba de lo que llevaba en la cabeza, venía la catástrofe inevitable. Los sombreros de noventa centímetros no cabían por las puertas... La perturbadora prenda tuvo también el honor de figurar en los tribunales. Muchos son los escándalos que se han producido en el teatro. El que se colocaba detrás, no distinguía nada, como es natural.

El sombrero Merry Widow o sombrero de maceta con su efecto tobogán (otra de las formas de 1908), además de ser incómodo, era una prenda fea, aunque, según ellas, les favorecía, y cuando la mujer pretendía o dice que una cosa le favorece... se pueden callar todos los argumentos. Esto no dependía, naturalmente, del tocado, sino del rostro de la portadora. Lo mismo, exactamente, que hoy.

Resumiendo: el sombrero 1908, como prenda, era antiestético, favorecía a muy pocas y era molesto para quien lo usaba; sus ventajas no compensaban sus inconvenientes.



Vestido de linc beige. Cuello y guantes de linc blanco y botones y cinturón rojos

## RENARS

HOY HEMOS RECIBIDO  
UN NUEVO Y ESPLENDIDO  
SURTIDO  
EXAMINELO SIN DEMORA

Casa ANGUIANO

## CONSEJOS PARA EL HOGAR

Para obtener el máximo de duración de las medias de seda se necesita poner especial cuidado al lavarlas. Al efecto, deben remojarlas en agua caliente y secarse dentro de la casa. Si se exponen a los rayos del sol, los hilos de la seda se rompen después fácilmente.

Cuando se lavan telas coloreadas conviene poner un poco de bórax en el agua para impedir que el color se vaya o se corra.

Las manchas de fruta en la ropa blanca se quitan casi todas cubriéndolas enseguida con almidón pulverizado. El almidón hay que dejarlo sobre la

mancha durante varias horas, a fin de que pueda absorber toda la materia colorante.

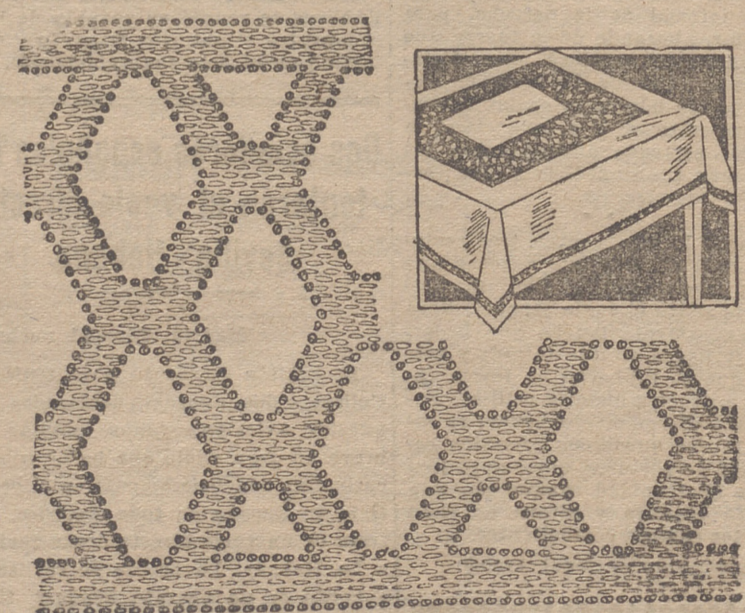
Para quitar las manchas de vino en un mantel, fugo de limón con sal fina sobre la mancha.

Cuando la legía no basta para blanquear la ropa, se le debe agregar una cucharada de esencia de trementina.

Para dar brillo a los cristales, añádase un poco de vinagre al agua con que se lavan.

## Muebles Eerme o

ELEGANTES. -- SOLIDOS. -- ECONOMICOS  
LA CASA DE MAS GARANTIA



Mantel blanco, de tela de hilo, decorado con motivos geométricos, bordado con punto de zurcido y puntos anudados.



### BRILLO ORIENTAL

es el mejor lustre para pelos, como lo atestiguan millares de señoras que lo usan.

Desinfectante e Insecticida.  
Depósito DROGUERIA ARANSAY  
República (antes Mercado), 39  
Gran surtido en: E. bonos, Cepillos, Plumeros y Artículos de limpieza

## Calzados "EL PELICANO"

VEA MODELOS ACTUAL TEMPORADA

Logroño -- Calahorra -- Haro

## Crónica de la moda

Con las fiestas de Pascuas, comenzó el éxodo de los parisenses, que se dispersan hacia las playas normandas y bretonas, hacia la Costa de Plata y la Costa Azul. Los favorecidos de la fortuna se dirigen aún hacia puntos más lejanos y a pesar de los rigores de la crisis los hay que se marcharon a oír la misa a San Pedro de Roma y a la Semana Santa de Sevilla. Después de las duras jornadas de invierno, esta escapada hacia un horizonte florido es esperada por los pequeños y los grandes con una gran impaciencia.

Tanto en un lado como en otro y lo mismo que para el viaje, las parisenses adoptan una vestimenta casi única; el traje sastre y el abrigo son utilizados en esos desplazamientos, y ambos se eligen en un tono bastante neutro, gris, crudo o color arena, colores estos que desafían el polvo de los caminos. El primero permite el agregado de blusas de todos los colores, y de una echarpe haciendo juego. Los tejidos de lana son los empleados para esos trajes. Indiquemos un conjunto muy práctico y cálido, teniendo en cuenta el viejo refrán francés, por cierto muy sabio e interesante que dice: "en abril no te decouvre pas d'un fil" y que traducido en prosa castellana aconseja que en abril no debemos quitarnos de encima ni una hilacha. Este conjunto será por lo tanto en lanita, lanita escocesa para el vestido en los tonos marrón, oxidado, y grège, guarnecido en el descote por un doble cuello de organdí grège. El abrigo, muy amplio de gruesa lana grège, lleva un gran cuello vuelto y bolsillos; esta prenda irá acompañada de un sombrero de lana angora, cuyo tono, adornado con escocés, recordará el color del vestido.

Para la tarde de campo, recomendamos un vestido de linc crudo, cuyo gran cuello y guantes son de linc blanco; los botones y el cinturón, rojos.

En una playa de moda tendrá gran éxito un vestido de muselina de seda impresa, rojo y blanco, con graciosos volantes doble de organdí blanco; los guantes son igualmente de organdí, y el sombrero y el cinturón rojos.

Donde se advierte más la sencillez característica de la moda actual es en los vestidos de las jóvenes. Por

ejemplo, en un modelo de abrigo que hemos anotado, bien cruzado, con efectos de pelerina. En las capitas, en los vestidos con el talle en su lugar, marcado por un cinturón, con la blusa sencilla, llevando adornos de organdí o de linc en el descote, mangas acortas o largas muy trabajadas, y la falda con pliegues o tablas en forma en los lados.

Hemos visto un elegante vestido de tejido de algodón blanco con cuadros azules, que sometemos con gusto a la aprobación de nuestras lectoras.



Para viaje; vestido de lanita escocesa grège, amarillo y castaño, adornado con un doble cuello de organdí blanco. Abrigo de lanita grège. Sombrero de lana angora, adornado con escocés.

toras. La parte superior de la blusa tiene forma de pelerina, marcando los hombros y sujeta por botones rojos; el cinturón rojo, y la falda haciendo forma en los lados.

A continuación, y para aquellas señoras que son hábiles en trabajos manuales, aludiremos a un mantel cuyo dibujo geométrico está muy en boga actualmente. Este mantel se confecciona con tela de hilo blanca y se borda en color con punto de zurcido y punto anudado. Este bordado forma una franja de dibujos geométricos que encuadra el tablero de la mesa dejando aparecer la tela blanca en el medio. En la orilla del mantel y sujetando el dobladillo se borda una franja de nueve a diez líneas de punto de zurcido, bordeadas con punto de nudo, lo cual encuadra el mantel y lo termina.

A D'ENERY

París, abril de 1933.  
(Reproducción prohibida)

## COLORES...

Tintorería  
MASIP

Teléfonos  
16-56 y  
12-98

## EL CAPRICHITO

CENTRAL.—REPUBLICA, 22.—(PORTALES)  
SUCURSAL.—HERMANOS MOROY, 10 (PLAZA DE ABASTOS)  
CONFECCIONES Y GENEROS DE PUNTO DE TODAS CLASES.  
EQUIPOS DE NOVIAS Y CANASTILLAS PARA RECIENTES NA-  
CIDOS, VESTIDOS PARA NIÑOS  
ESPECIALIDAD EN LOS ENCARGOS

## PELUQUERIA DE SENORAS AYUCAR

RIZOS, BUCLES, ONDAS GRANDES O NATURALES, SIN CASTIGAR EL CABELLO, LE PROPORCIONARA UNA PERMANENTE EUGENE

REPUBLICA, 58 TELEFONO 1959.





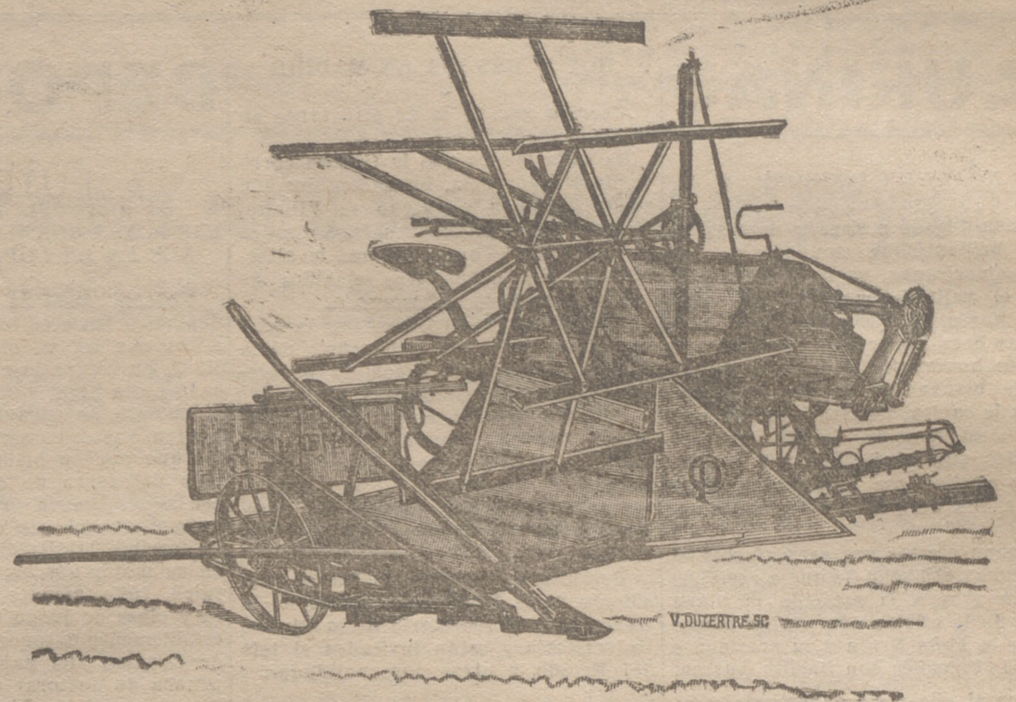


# ¡AGRICULTORES!

En el Almacén de Maquinaria Agrícola de **JESUS CORTES** (Delicias, 9) Logroño

pueden Vdes. ver las dos máquinas más modernas que este año puede comprar todo agricultor que precise para la siega y trilla.

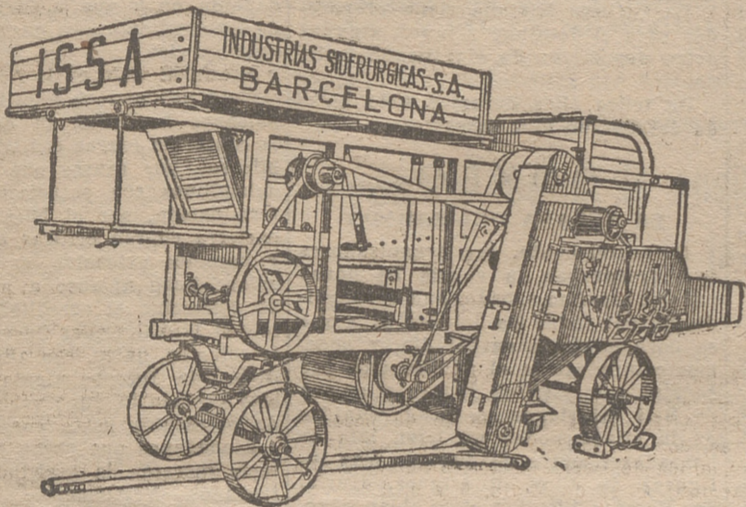
**ATADORA PUZENAT** (Modelo 1933) tipo Deering-Cormick, con engrase **TECALIMIT**, o sea por medio de bomba



## TRILLADORAS INDUSTRIAS SIDERURGICAS

en sus tipos **ISSA**, **ANGELES** Y **MERCEDES**, cuyas máquinas, aparte de infinitas ventajas sobre todas las demás, lleva **coginetes de bolas en todos los ejes que trabajen a 150 revoluciones** y las cabezas de las bielas de los sacudidores llevan también **coginetes de bolas**, que ninguna otra máquina lleva, porque eso cuesta muchas pesetas.

Pidan precios de una y otra máquina y verán que donde más barato y mejores máquinas se entregan es en Casa **CORTES**



Dispongo para la venta de Atadoras Deering, Gavilladoras y Guadañadoras, que por querer liquidar cedo con buen descuento a **revendedores y labradores**, del mismo tipo que las que vende la Casa Múgica, Arellano y Compañía. También dispongo de Arados, Cultivadores Planet Jr., Gradas y otros aparatos adquiridos de la misma Casa, que vendo en muy buenas condiciones.

En **Logroño** (Delicias, 9) y en la **SUCURSAL DE HARO** (Marqués de Francos, 83), encontrarán siempre los aparatos más modernos para la agricultura.

Antes de comprar pidan precios y condiciones de pago.

**HILO SISAL INTERNACIONAL** y **BELGA**.—**PIEZAS DE RECAMBIO PARA ATADORAS** Deering y Cormick, así como para toda clase de aparatos agrícolas

**JESUS CORTES - Logroño**

**PURIFIQUE USTED LA SANGRE CON**



**SALESVITA KYMMEROL**

que se hacen de frutas frescas y maduras. Facilita las digestiones. Limpia de venenos la sangre. Refresca el organismo y regula las funciones intestinales.

Tomando una cucharadita a las siete de la mañana en medio vaso de agua o al acostarse hace desaparecer los dolores de cabeza, neuralgias y su acción suave regula las funciones orgánicas sin alteración alguna. Por esto alarga la vida.

Dá salud y alegría. Renueva energías vitales. Evita ardores del estómago. Náuseas. Falta de apetito y mareos.

**SALESVITA KYMMEROL**

SE VENDE EN TODAS LAS FARMACIAS



**Compañía Trasatlántica**  
Vapores Correos Españoles

El vapor **HABANA**, saldrá de Bilbao y Santander, el 25 de mayo, para Habana y Veracruz, escalando en New-York al regreso.  
El vapor **MAGALLANES**, saldrá de Barcelona el 20 de mayo, para Las Palmas, San Juan de Puerto Rico, Sto. Domingo, (Iva.) la Guayra, Puerto Cabello (Iva.) Curacao, (Iva.) Puerto Colombia (Iva.) y Cristóbal.  
El vapor **MARQUES DE COMILLAS**, saldrá de Barcelona y Tarragona el 10 de mayo, para New-York, Habana, Puerto Barrios, Puerto Limón y Cristóbal.

Agente único en la provincia: **FERNANDO MONEO DE LARA**

Oficinas: Muro de la Mata, 7

## CALDO "MICHEL PERRET"

Fábricas en **LYON** (Francia) y en **San Sebastián**  
Producción anual 4.000 toneladas

El más antiguo y acreditado en el mercado para el tratamiento



del viñedo, de la patata, de los tomates, etc., etc.

De venta en las principales Droguerías y otros comercios del ramo  
Así como en la Federación Católica Social Navarra y en los Sindicatos

Urbietta, 64 **LEON LUZERET** San Sebastián  
Concesionario exclusivo para España

## SULFATO DE COBRE

MARCA "PEÑARROYA". EL MEJOR DE LO MEJOR  
GRUESO, MENUDO Y MOLIDO. GRANDES EXISTENCIAS  
SULFATO CANTON (contra el Mildiu).  
PRIMERA Y MAS ACREDITADA CASA DE LA RIOJA

**PEDRO CANTON**.—Teléfono, 6.—**Cenicero**

Esta Casa invita a entidades y particulares a tomar muestras de todas las expediciones que reciba, para su análisis.

## RECAUCHUTADOS AMERICANOS EL RAPIDO

Zurbano, 12 Teléfono 1467

## Ibarra y C.ª, S. en C. -- Sevilla

LÍNEA **Mediterráneo - Brasil - Plata**  
MOTO-NAVES CORREOS ESPAÑOLES  
Servicio rápido. — Salidas fijas cada 21 días (de Barcelona) PARA Santos, Montevideo y Buenos Aires  
SALDRA EL 8 DE MAYO DE 1933

La magnífica moto-nave **Cabo San Agustín**  
Admitiendo pasajeros de 1.ª clase; clase de Cabina, y 3.ª clase en camarotes de 2, 4 y 6 plazas  
Consignatarios en Barcelona: **HIJO DE ROMULO BOSCH, S. en C.**  
Vía Layetana, 7. Teléfono, 22057  
Agente en Logroño: **FERNANDO MONEO DE LARA** Muro de la Mata, 7.

