

Doce preceptos elementales

Hé aquí los elementos recomendados para conseguir una buena vejez y que, con la excepción bien comprensible de unos y otros puntos aprovechan igualmente para ambos sexos.

- I. Vivir mayor cantidad de tiempo posible al aire fresco y sano, y sobre todo al sol con tal de que no caliente demasiado.
- II. No comer carne más que una vez al día y esta moderadamente, organizando la alimentación a base de leche, huevos, cereales, legumbres, verduras, manteca, queso y frutas.
- III. Limpiarse cuidadosamente la piel tomando un baño diario.
- IV. Limpiar el intestino por lo menos dos veces al mes.
- V. Llevar vestidos porosos, sobre todo de lana; camisas de cuello bajo y zapatos de tacón bajo también. En verano usar sombrero y vestidos claros, prefiriendo los oscuros en invierno.

- VI. Acostarse y levantarse a buenas horas.
- VII. Dormir con la ventana abierta en una habitación oscura y silenciosa, nunca menos de seis horas y media ni más de siete y media (ocho y media para la mujer).
- VIII. Dedicar un día por semana al descanso, tratando de pasar del sábado al lunes en el campo o en la montaña.
- IX. Evitar los quebrantos morales, los espirituales excitantes y las preocupaciones.
- X. Ser moderado en la vida sexual; pero sin llegar a la abolición del instinto.
- XI. Huir de los locales mal ventilados o con exceso de calefacción.
- XII. Y, en el hombre, usar moderadamente del alcohol del té del café y del tabaco.

Gurioseando

Proyectores para la cinematografía
Con el fin de impresionar películas de noche, en lugares alejados de líneas eléctricas una empresa americana de cinematografía ha montado una fábrica de electricidad so-

bre un gran camión automóvil. El equipo de iluminación comprende cierto número de proyectores que pueden recibir fluido de la fábrica automóvil, aunque ésta quede estacionada a un kilómetro de distancia. Esto permite colocar los proyectores en cavernas y lugares inaccesibles, adecuados como escenario de la obra cinematográfica.

El generador eléctrico lo mueve el mismo motor del camión automóvil, el cual pesa, con todo el material unos 4.000 kilos.

¿PORQUE FUMAMOS?

El uso del tabaco no se conocía en Europa antes del descubrimiento de América. Los primeros fumadores fueron, pues, americanos. Y parece que lo que constituye hoy un vicio que ha merecido los anatemas de algunos pontifices, zares, sultanes, reyes, gobernadores, directores de ferrocarriles y de empresas de tranvías fue una necesidad de los habitantes de regiones calurosas y palúdicas pobladas de mosquitos. El hombre se veía en la necesidad de auyentar a tan molestos vecinos, y como el abanico era una servidumbre tan cruel como el insecto se recurrió al empleo del humo y se empezó a fumar.

Otra hipótesis ingeniosa para explicar el origen del empleo del tabaco asegura que se fumaba en algunas tribus americanas, como en las de Oceanía para ponerse en trance profético los augures y las pitonisas. Se recuerda a este propósito que los vapores del laurel ponían frenéticas a las sibilas griegas.

Seisenta muertes por minuto

El número de habitantes que existen en la tierra se calcula en 1.000 millones, de los que mueren anualmente 33 millones ó sea 91824 al día, 3780 cada hora y 60 cada minuto.

A 3.064 ascienden los idiomas que se hablan en el mundo, y se profesan 1000 religiones distintas.

El promedio de la vida es de treinta y tres años. Un veinticinco por ciento mueren antes de cumplir dieciséis años. De cada cien individuos, seis llegan a sesenta y cinco años; uno de cada quinientos a ochenta años, y uno de cada mil llega a los cien años.

Los que nacen en primera, generalmente son más robustos.

Los nacimientos y las muertes son más frecuentes durante la noche.

Los casados viven más que los solteros, especialmente si aquellos son laboriosos y sóbrios.

Las mujeres tienen más probabilidad de llegar a los cincuenta años que los hombres; pero pasada esta edad, las muertes son más frecuentes en ellas.

El promedio de casados es de setenta y seis por cada mil individuos.

Los matrimonios son más frecuentes en los meses de equinoccio que en el resto del año.

Es un hecho curioso que mientras casi todas las reinas de Europa son unas excelentes jinetes, pocos monarcas pasan por ser buenos caballistas.

La mala contextura del emperador de Alemania lo excusa de montar bien; el rey de Italia se ha hecho famoso por sus batacazos; el czar de Rusia no ha sido nunca aficionado a este "sport"; el emperador de Austria es ya muy anciano, como les pasa a los reyes de Suecia, Noruega y Dinamarca. El sultán de Turquía y el rey de Grecia tienen otras cosas en que pensar.

Médico especialista POR TODO EL MES DE NOVIEMBRE

Se encuentra en Almería instalado en el H. Inglés, el acreditado Médico colegiado en Madrid don Fermín Guerrero, con veinte años de práctica, especialista en organoterapia, en las enfermedades del "estómago, nerviosas, oídos y vías urinarias" habiendo conseguido curaciones notables, gracias a los procedimientos modernos y fruto de sus conocimientos profundos en dicha especialidad, en su clínica de Madrid, establecida en la calle de Roma número 16. Su tratamiento medicinal con tentivo vibratorio para combatir las HERNIAS (sin operar) ha causado la admiración de los hombres de ciencia.

APLICA TODA CLASE DE APARATOS ORTOPEDICOS.

HORAS DE RECIBIR A LOS ENFERMOS EN ALMERIA DE 11 A 1 Y DE 4 A 5 Y por todo el mes de Noviembre.

Miguel Fernández Idáñez
MEDICO CIRUJANO
Sebastián Pérez núm. 5 principal
HORAS DE CONSULTA DE 2 A 4.

TEMPORADA DE INVIERNO

Gran pañería - LA ISLA DE CUBA - Gran sastrería

CALLE REAL NUMERO 2

En éste acreditado establecimiento acaba de recibirse para la presente temporada, inmenso surtido en géneros de gran novedad para trajes de caballeros y niños. Extensa colección de cortes de gabán desde la clase más económica hasta lo más rico que se desee. Inmenso surtido de trajes hechos de todos tamaños, clases y formas. Abrigos confeccionados para caballeros y niños á precios sumamente económicos.

SECCION DE CONFECCIONES

TRAJES HECHOS PARA CABALLEROS, ULTIMA NOVEDAD, DESDE 17 A 70 PTAS.— GABANES HECHOS PARA CABALLERO, DESDE 13 HASTA 100 PTAS.— PELLIZAS SIN ADORNO, DESDE 6 HASTA 20 PTAS.— PELLIZAS CON CUELLO Y MANGAS DE ASTRACAN, DESDE 9 HASTA 30 PTAS.— PELLIZAS DE TODO RIZO Y ARAMALES, DESDE 20 HASTA 40 PTAS.— TRAJES HECHOS PARA NIÑOS, DESDE 4 HASTA 25 PTAS.— CONFECCION DE TODA CLASE DE TRAJES MILITARES Y ECLESIASTICOS.— GRAN SURTIDO EN MANTAS PARA VIAJE, CAPAS, IMPERMEABLES, ETC.

ESTA CASA TIENE AL FRENTE DE SUS TALLERES DE SASTRERIA AL REPUTADO MAESTRO CORTADOR, DON FRANCISCO FRIAS, DE BUEN NOMBRE EN ESTA CIUDAD, DONDE POR ESPACIO DE MUCHOS AÑOS HA VENIDO TRABAJANDO HASTA HOY, A SU NUMEROSO Y ESCOGIDA CLIENTELA.

AGUAS DE PATERNA

Las mejores para combatir las dolencias de los aparatos digestivo y urinario. Deliciosa bebida de mesa. Depositario general: Eugenio de Bustos

DEPOSITOS LOCALES: FARMACIAS DE: D. JUAN J. VIVAS PEREZ; D. CRISTOBAL ROMERO RIVAS; D. JOSE PEREZ LOPEZ,

Pianos y autopianos

ERARD, PLEYEL, RONICH, CUSSO S. T. A. CATEURA

Gran autopiano "CONCERTAD" El más suave de todos los conocidos, con registro de melodía.

Rollos de 65 y 88 notas para autopianos.

Gramófonos, discos y toda clase de accesorios.

Música de todos los autores clásicos y modernos.

LUIS SANCHEZ PUNZON.—Paseo del Príncipe 33, (frente a la Diputación).

DOCTOR RAFAEL MARIN

Colegista del Hospital Provincial, Especialista en enfermedades de los ojos de las Facultades de Medicina de París y Madrid.

Miembro de las Sociedades de Oftalmología de París e Hispano-Americana.

Consulta de 7 a 12 mañana y de 2 a 5 tarde.

FRANCISCA BELMONTE AMATE

Profesora en partos TERRIZA, 8

CONSULTORIO DE ENFERMEDADES DE OJOS A CARGO DEL DOCTOR DON RAFAEL MARIN.

Médico del Hospital y de la Beneficencia Municipal. Ex interno, de los hospitales de la Santa Cruz en Barcelona y de la Princesa en Madrid.

Consulta de 8 a 10 de la mañana y de 2 a las 5 de la tarde.

Gratuita, para los pobres de 8 a las 10 los días.

La Bombilla

Real, 43

Cerveza "El Aguila" Madrid, Marcas dorada y alemana.

Coñac, vinos y licor de las mejores marcas.

Antes Caballero de la Real Maestranza de Artillería.

COLLETTAS CANTON



marca registrada (exclusiva para esta casa). Exijase el nombre de fabricante, tapón y lacre.

DOCTOR B...

Especialista para obtener el hijo maturo.

TERRAZA 4.—Esja

PATATAS para siembra de piel encarnada, carne amarilla.— Venta por vgoles Ceferino Martín.— Herencia de Pizcuera (Palencia).

MARIA FIGUERA BELMONTE Profesora en partos por la Facultad de Medicina de Granada. Calle de Terriza, 8.

DOCTOR EDUARDO PEREZ CANO

del Hospital provincial. Análisis de sangre, esputos, orinas y demás productos patológicos. Consultas especial de enfermedades venéreas y sífilíticas. TRATAMIENTO ANTIRRABICO COMPLETO. De 2 a 4 calle del Cid, número 7.

TORIBIO ALVAREZ.—DENTISTA Especialidad en dentaduras postizas. Extracciones sin dolor. Trabajos de puente y coronas de oro sobre raíces. Plaza de Nicasio Salmerón número 22. ALMERIA

Vinagre de uva

Se vende una partida de vinagre legítimo de uva, hecho exclusivamente con ella. Se garantiza la calidad superior. Precio barato.

ANDRES VIZCAINO DENTISTA Consulta particularmente Calle del Corral de Offajia, número 11.



LA MEJOR TINTURA PROGRESIVA LA FLOR DE ORO

Usando esta privilegiada agua nunca tendrás canas ni serás calvo. El cabello abundante y hermoso es el mejor atractivo de la mujer.



- La Flor de Oro es la mejor de todas las tinturas para el cabello y la barba; no mancha el cutis ni ensucia la ropa.
- La Flor de Oro Esta tintura no contiene nitrato de plata, y con su uso el cabello se conserva siempre fino, brillante y negro.
- La Flor de Oro Esta tintura se usa sin necesidad de preparación alguna, ni siquiera debe lavarse el cabello, ni antes ni después de la aplicación, aplicándose con un pequeño cepillo, como si fuese bandolina.
- La Flor de Oro Usando esta agua se cura la caspa, se evita la caída del cabello, se suaviza, se aumenta y se perfuma.
- La Flor de Oro es tónica, vigoriza los raíces del cabello y evita todas sus enfermedades. Por eso se usa también como higiénica.
- La Flor de Oro conserva el color primitivo del cabello, ya sea negro ó castaño; el color depende de más ó menos aplicaciones.
- La Flor de Oro Esta tintura deja el cabello tan hermoso, que no es posible distinguirlo del natural, si su aplicación se hace bien.
- La Flor de Oro La aplicación de esta tintura es tan fácil y cómoda, que uno solo se basta; por lo que, si se quiere, la persona más intima ignora el artificio.
- La Flor de Oro Con el uso de esta agua se curan y evitan las placas, cesa la caída del cabello y existe su crecimiento, y como el cabello adquiere nuevo vigor, nunca será calvo.
- La Flor de Oro Esta agua deben usarla todas las personas que deseen conservar el cabello hermoso y la cabeza sana.
- La Flor de Oro Es la única tintura que á los cinco minutos de aplicada permite rizarse el cabello y no despidе mal olor; debe usarse como si fuera bandolina.

Las personas de temperamento herpético deben precisamente usar esta agua, si no quieren perjudicar su salud, y lograrán tener el cabello sano y limpio con sólo una aplicación. Esta como ésta y si él desea tener el pelo, hágase lo que dice el prospecto que acompaña á la botella.

De venta: principales perfumerías y droguerías de España y Portugal.

