

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 2 (1972)  
**Heft:** 2

**Rubrik:** Aînés-loisirs

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 08.02.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Madame Pratique a des idées...

## André Gide a dit :

Si l'on pouvait recouvrer l'intransigeance de la jeunesse, ce dont on s'indignerait le plus, c'est de ce qu'on est devenu!

## Flash sur la toilette des minets

Les chats à longs poils doivent être toilettés deux fois par jour. Une seule toilette quotidienne suffira à un chat à poils courts. Premièrement, retirez les glouterons avant le peignage qui, lui, sera effectué d'abord à l'aide d'un démêloir à dents écartées, avec un peigne plus fin ensuite (qui éliminera les parasites). Passez alors au brossage énergétique, à rebrousse-poil d'abord, dans le sens de la fourrure ensuite.

Visitez alors yeux, oreilles et pattes afin de dépister tout début d'infection. Si minet est particulièrement crotté, passez-lui simplement une éponge humide sur le pelage et séchez bien avec une serviette. Bichonné, sûr de plaire, minet ne pourra que ronronner d'aise!

## Saviez-vous que...

Chez les oiseaux migrateurs, c'est la sterne arctique qui est détentrice du record du plus long voyage effectué durant la migration. Cette intrépide voyageuse au long cours niche jusqu'au 82<sup>e</sup> degré de latitude nord puis, suivant les côtes européennes et africaines de l'Atlantique, elle gagne les mers antarctiques, jusqu'au 74<sup>e</sup> degré. La sterne

couvre quelque 40.000 kilomètres aller et retour. Bref, cette grande « voleuse » est une vraie championne olympique.

## Le grain de beauté

Manquez-vous de démaquillant ? Une noisette de beurre peut aisément vous tirer d'affaire. Après l'emploi de ce démaquillant naturel, votre épiderme nécessitera une lotion acidulante.

L'eau de rose pure constitue un tonique excellent. Les femmes qui l'utilisent savent que grâce à cette eau, leur maquillage ne tranchera pas. Les gravures jaunies nous prouvent éloquentement que les Eves d'antan savaient se soigner et s'embellir sans passer par les instituts de beauté.

## AINÉS-LOISIRS AINÉS-LOISIRS AINÉS-LOISIRS AINÉS

### Cherchez le titre!

Le titre déguisé de l'une des œuvres les plus célèbres de Jules Renard, au ton facilement amer, donne ceci: « O LOTTE DE CAPRI! »... Dans cette histoire croquante qui, vraisemblablement, aura fait les beaux jours de votre adolescence, l'auteur, tout en décortiquant ses sentiments, amène la langue française à un rare degré de perfection. A vous de rétablir ce titre de grand classique.

### Le message caché

Pour le découvrir, il vous suffira de relever une lettre, toujours à la même place, dans chacun des mots suivants et vous obtiendrez cette phrase extraite de « La Nuit d'Août », d'Alfred de Musset: BILE - FLAMME - AFFUBLER - CAMARADE - DUALITE - ETRIER - PASTICHE - LIBELLULE - OMISION - RELATIVITE - ARBITRAIRE - ASPERSION - RAVIN - ANACONDA - ESQUIF - OCEAN - MERLAN - ASPECT - ASCENSEUR - CEINTURE - BATEAU - EPINGLE - ARPENT - NEGRE - ASPIC - BAUDET - AVANCE - BOUSSOLE - PIROUETTE - ARRIMAGE - FALOT - SINGERIE - AMALGAME - BERCEMENT - ARRESTATION.

### Chinoiseries

Prenez les 1<sup>re</sup>, 5<sup>e</sup>, 9<sup>e</sup>, 13<sup>e</sup> et 18<sup>e</sup> lettres de l'alphabet, remuez-les vivement et vous obtiendrez: a) un municipal; b) un prénom féminin; c) le plus doux de tous les verbes.

### Comme dans « La Puce à l'Oreille »

« ieuauaueaai ». En ajoutant les consonnes absentes, vous serez apte à reconstituer un proverbe très connu. Lequel?

### Le jeu des animaux

Voici quelques noms d'animaux vivant en Europe, en Afrique, en Asie ainsi qu'en Océanie. Essayez donc d'accorder nos deux listes et d'indiquer où vit réellement chacun d'entre eux:

- Le cerf?
  - De la pointe de la Bretagne jusqu'à Vladivostok, de l'Afrique du Nord au Japon.
- L'oryx?
  - Cervidé de l'Himalaya.
- Le renard?
  - Répandu dans presque toute l'Europe.
- L'ours Isabelle?
  - Vit en petites hardes dans le centre de l'Afrique.
- Le chevrotain porte-musc?
  - Indochine et îles de la Sonde.
- Le kangourou?
  - Dans l'est de l'Afrique, y compris les zones désertiques.
- Le gibbon?
  - Dans l'Himalaya.
- Le phacochère?
  - En Australie.

### Parent d'Einstein

Si comme ce savant, vous avez la bosse des maths, vous parviendrez à prouver que la moitié de 8 n'est pas 4. Faites bien travailler votre matière grise!

### Le jeu des homonymes

Avec les cinq lettres A, E, I, H, R, essayez de composer six homonymes.

### Titres en vrac

Ces quelques titres d'ouvrages sont en quête d'auteurs. A vous de choisir le livre qu'a réellement écrit chacun des auteurs de la liste:

« Le Médecin de Campagne » — « La Religieuse » — « Le Satiricon » — « Premier Amour ».

- Tourgueniev? .....
- Balzac? .....
- Diderot? .....
- Pétrone? .....

### Lettres éparses

Rabâchage? Toile d'araignée? Disposer? Basanée, moricaude? Absurde, insensé? Souci, tracas? Col des Pyrénées orientales, en Andorre (2407 m)?

R	A						
	R	A					
		R	A				
			R	A			
				R	A		
					R	A	
						R	A

(Solution, page 21.)

### La « danse » du ventre

Rassurez-vous ; nous n'allons pas vous demander de nous suivre dans les harems ! Sous ce titre hasardeux, nous nous bornerons à aborder un sujet sérieux. Il s'agit, en effet, de permettre aux personnes de se défaire de leur ventre ballonné, donc d'un exercice de culture physique. Cette gymnastique augmente l'irrigation de tous les organes abdominaux. Comment l'exécuter : en position debout, les pieds légèrement écartés, faites basculer le buste du côté gauche et du côté droit, d'où une tension alternée des muscles du ventre, des hanches, du postérieur et des reins. En sacrifiant à cet exercice facile (15 à 20 coups tous les matins), vous vous dégonflerez et vous vous porterez bien.

### La recette du mois :

#### Croquets de Bordeaux

*Éléments : 250 g d'amandes douces, 300 g de farine, 500 g de sucre en poudre, 5 g de sel, 3 œufs frais, 250 g de beurre, 1 jaune d'œuf.*

Faites tremper les amandes dans de l'eau bouillante. Mondez-les. Coupez-les en petites lanières, comme pour un nougat. Passez la farine au tamis et dressez-en une couronne sur la planche à pâtisserie. Versez sucre, sel, œufs entiers ainsi que le beurre que vous aurez fait fondre tiède au bain-marie, au centre de la fontaine. Mettez fermement la main à la pâte et pétrissez-la jusqu'à ce qu'elle soit un peu molle. Ajoutez alors les amandes coupées. Mélangez bien. Faites une abaisse de 1 cm d'épaisseur. Avec un couteau et une règle plate, coupez la pâte en largeur sur 2 cm, puis en longueur sur 7 cm. Ce faisant, vous obtiendrez des croquets de 2 cm de largeur sur 7 de longueur et 1 d'épaisseur. Beurrez généreusement une plaque à gâteau. Placez-y vos croquets côte à côte, en laissant une distance de 2 cm entre chacun d'eux. Dorez-les au jaune d'œuf délayé à l'eau. Faites cuire à feu très doux, jusqu'à ce que les petits gâteaux soient parfaitement croquants et desséchés. Sortez-les du four. Détachez-les délicatement de la plaque et laissez-les refroidir sur une grille. Les croquets se conservent très longtemps.

### Le piano des « mélodies perdues » !

Même s'il reste muet, s'il est désaccordé, c'est un meuble voyant qu'il convient d'entretenir et de faire briller. Une cuillerée d'alcool à brûler et autant d'huile de lin, émulsion que vous étendrez avec un chiffon, sera un vrai bain de jouvence pour le bois du piano, à condition que vous frottiez pour faire reluire avec un linge.

# Vacances du soleil

Les voyages à Majorque organisés par Veillon-Voyages et « Aînés » remportent un tel succès que nous avons dû prévoir **un troisième voyage le 13 mars 1972.**

Tout compris : voyage en avion et deux semaines de pension complète dans excellent hôtel : Fr. 315.- pour nos abonnés (Fr. 325.- avec abonnement d'un an à « Aînés ») et Fr. 345.- pour personne accompagnante.

Hâtez-vous de retenir votre place ! Tél. 021 / 22 34 29.

### Trop de patates ?

Voici comment accommoder un reste de pommes de terre cuites qui feront bon ménage avec le porc ou le mouton, voire avec une petite sauce piquante : les croquettes aux raisins, un vrai petit

*festin ! Passez les patates cuites au tamis. Ajoutez-y une noix de beurre, une poignée de raisins secs ainsi qu'un ou deux œufs selon l'importance du reste. Mélangez bien. Formez des croquettes. Roulez-les dans la farine d'abord, puis dans la chapelure et faites dorer au beurre. Elles épateront les vôtres !*

### Solutions des jeux

1. radotage
2. arantèle
3. arranger
4. noiraude
5. aberrant
6. embarras
7. Envalira.
8. Trites en vrac : 1. Tourqueniev : « Pre-mer l'Amour » ; 2. Balzac : « Le Médecin de Campagne » ; 3. Diderot : « La Religieuse » ; 4. Pétrone : « Le Satiricon ».
9. Les lettres éparées :
  1. radotage
  2. arantèle
  3. arranger
  4. noiraude
  5. aberrant
  6. embarras
  7. Envalira.
7. Le jeu des homonymes :
  1. AIR - vent
  2. ÈRE - époque
  3. AIRE - nid d'aigle
  4. HÈRE - pauvre homme
  5. HAIRE - cilice
  6. ERRE - verbe errer.
8. Trites en vrac : 1. Tourqueniev : « Pre-mer l'Amour » ; 2. Balzac : « Le Médecin de Campagne » ; 3. Diderot : « La Religieuse » ; 4. Pétrone : « Le Satiricon ».
9. Les lettres éparées :
  1. radotage
  2. arantèle
  3. arranger
  4. noiraude
  5. aberrant
  6. embarras
  7. Envalira.
5. Le jeu des animaux : 1. le cerf s'accorde à la lettre c ; 2. l'oryx à la lettre r ; 3. le renard à la lettre a ; 4. l'ours Isabelle à la lettre g ; 5. le chevrotaïn porte-musc à la lettre b ; 6. le kangourou à la lettre h ; 7. le gibbon à la lettre e ; 8. le phacochère à la lettre d.
6. Parent d'Einstein : la moitié de huit est 0 !
7. Le jeu des homonymes :
  1. AIR - vent
  2. ÈRE - époque
  3. AIRE - nid d'aigle
  4. HÈRE - pauvre homme
  5. HAIRE - cilice
  6. ERRE - verbe errer.
8. Trites en vrac : 1. Tourqueniev : « Pre-mer l'Amour » ; 2. Balzac : « Le Médecin de Campagne » ; 3. Diderot : « La Religieuse » ; 4. Pétrone : « Le Satiricon ».
9. Les lettres éparées :
  1. radotage
  2. arantèle
  3. arranger
  4. noiraude
  5. aberrant
  6. embarras
  7. Envalira.

### Bricolage : un porte-clefs mural

Il vous faudra un mini-tape-tapis, une demi-boule de matière plastique, quelques brins de grosse laine noire, brune, marron ou jaune, un vieux bas de nylon, quelques crochets plastifiés, quelques fleurettes artificielles, des crayons feutre et pastels, de la colle. Recouvrez la demi-boule du bas nylon. Collez-la sur la partie large de la tapette (raquette). Jouez de votre fantaisie pour farder et dessiner un visage au moyen de crayons feutre et de pastels. Cousez les bouts de laine sur la tête. Décorez les cheveux et le haut de la tapette de petites fleurs artificielles. Posez finalement les crochets et vous aurez un joli porte-clefs mural.

### Votre marmite en fonte et la rouille

*Afin que votre marmite en fonte émaillée ait une longue vie, évitez de la remplir d'eau froide lorsqu'elle est bouillante. Si elle est en fonte non émaillée, lavez-la à l'eau chaude et au détergent. Avant de la remettre en place, enduisez-la d'une mince couche de vaseline. Ainsi elle ne rouillera pas.*

### « Bristolomanie... »

*Si vous écrivez à quelqu'un sur une carte de visite, rédigez toujours à la troisième personne et ne signez jamais. La carte de visite s'utilise pour présenter des vœux, des félicitations, lancer une invitation ou remercier d'avoir été invité, voire pour accompagner un cadeau.*