

## Dispiaceri della Mensa

## QUANDO I DIVI MANGIANO POCO

Il maggior pericolo per la carriera di un artista del cinematografo è quello di ingrassare. Potete immaginare infatti un artista famoso, le cui dimensioni siano note alle platee di tutto il mondo e che ad un tratto mette su pancia, e s'allarga e s'ingrossa? Tutta la sua gloria artistica affonderebbe nel ridicolo.

Ma come far fronte al pericolo, quando l'artista ha buon appetito, o ha tendenza alla pinguetudine, o ama troppo i piaceri della tavola?

I maghi di Hollywood hanno ideato una dieta fissa della durata di diciotto giorni, alla quale devono adattarsi una volta tanto, al momento opportuno, tutti i divi il cui peso abbia tendenza ad aumentare.

Ecco come sono suddivisi i pasti fissi e controllati, durante i diciotto giorni di penitenza:

La prima colazione della mattina è tutt'altro che confortante. In compenso non varia mai per tutti i diciotto giorni: mezzo pompelmo (un frutto americano, nato dall'incrocio del cedro e dell'arancio, chiamato "grape fruit"), mezzo pompelmo, dunque, un caffè nero, e basta.

La lista delle vivande del mezzo-giorno e della sera non è molto ricca, ma è variata con discreta fantasia. Ecco che cosa mangerà il povero divo:

**Primo giorno.** Colazione: un uovo, otto fette di cetriolo, insalata, mezzo pompelmo, caffè. - Pranzo: due uova, un pomodoro, mezzo cespo di insalata, mezzo pompelmo, caffè.

**Secondo giorno.** Colazione: una arancia, un uovo, pane abbrustolito, tè. - Pranzo: una bistecca, mezzo cespo di insalata, un pomodoro, mezzo pompelmo, caffè (o tè).

**Terzo giorno.** Colazione: come il primo giorno. - Pranzo: una cotoletta di montone, senza grasso e senza salsa; tre radici, un uovo, due olive, mezzo pompelmo, insalata, caffè.

**Quarto giorno.** Colazione: formaggio dolce, un pomodoro, mezzo pompelmo, pane abbrustolito, caffè. - Pranzo: una bistecca, un pezzo di torta, mezzo pompelmo.

**Quinto giorno.** Colazione: una arancia, una cotoletta di montone, insalata, tè. - Pranzo: mezzo pompelmo, due uova, insalata, un pomodoro, tè.

**Sesto giorno.** Colazione: un'arancia, tè (e vasta). - Pranzo: una piccola salsiccia, pane abbrustolito, un'arancia, tè.

A questo punto il paziente si ap-

presta a protestare, perché il digiuno diventa un po' troppo forte.

Ma ecco a calmare le sue furie il lauto pasto del

**Settimo giorno.** Colazione: mezzo pompelmo, due uova, un pomodoro, due olive, caffè. - Pranzo: una cotoletta, sei fettine di cetriolo, due olive, un pomodoro, insalata, mezzo pompelmo, caffè (o tè).

**Ottavo giorno.** Colazione: una cotoletta, insalata, un pompelmo (intero questa volta), caffè. - Pranzo: due uova, un po' di spinaci, quattro asparagi (contati), pane abbrustolito, mezzo pompelmo, tè.

**Nono giorno.** Colazione: un uovo, un pomodoro, mezzo pompelmo, tè. - Pranzo: un po' di insalata di frutta (e basta...)

**Decimo giorno:** una cotoletta di montone, insalata, mezzo pompelmo, tè. - Pranzo: ancora un po' di insalata di frutta.

**Undicesimo giorno.** Colazione: pane abbrustolito, tè. - Pranzo: una bistecca, sedano, olive, un pomodoro, tè. - Pranzo: una bistecca, sedano, olive, un pomodoro, tè.

**Dodicesimo giorno.** Colazione: mezzo gambero, un biscotto, un pompelmo intero, caffè. - Pranzo: una cotoletta, un pomodoro, un'arancia, tre olive.

**Tredicesimo giorno.** Colazione: un uovo, pane abbrustolito, un pompelmo. - Pranzo: una bistecca, insalata, sedano, un pompelmo, caffè.

**Quattordicesimo giorno.** Colazione: un uovo, pane abbrustolito, un pompelmo, caffè. - Pranzo: una bistecca, un pomodoro, un pompelmo, caffè.

**Quindicesimo giorno.** Colazione: un uovo, pane abbrustolito, un pomodoro, un pompelmo. - Pranzo: una cotoletta, pomodori (più di uno), pane abbrustolito, un pompelmo.

**Sedicesimo giorno.** Colazione: un uovo, un pomodoro, un pompelmo, caffè. - Pranzo: una bistecca, spinaci, un'arancia.

**Diciassettesimo giorno.** Colazione: una cotoletta, insalata, un pompelmo. - Pranzo: una bistecca, insalata, pomodoro, sedano, olive.

**Diciottesimo giorno.** Colazione: un uovo, pomodoro, mezzo pompelmo, caffè. - Pranzo: un pesce fritto, spinaci, e mezzo pompelmo.

Ed ecco finito il periodo di penitenza. Se poi, dopo questo periodo, l'artista non si sarà ancora rovinato l'appetito, se non si sarà guastata la salute, e se conserverà ancora il sorriso, vorrà dire che è proprio nato per il cinematografo.

## Pro Domo Nostra

Questa settimana ci onoriamo pubblicare in queste colonne i nomi di molti nostri amici e fedeli lettori, i quali in questi ultimi giorni hanno gentilmente pagato al nostro Manager Signor Pietro P. Vescio, la loro quota di abbonamento per LA TRIBUNA — Cogliamo perciò l'opportunità di ringraziare sinceramente i seguenti:

Saverio Boccuzzi, Luigi Renzulli, Giuseppe Delfino, Giovanni Bongiorno, Dr. Anthony H. Bell, Matteo Lociforo, Ciriaco Iovanna, Rocco Sessa, Mariano Pimpinella, Giuseppe Barcello, Carmine Montanaro, Cosimiro Tamburri, Mario Palomba, Giovanni Fedele, Giovanni DiSette, Domenico Marola, Albert DeNicola, Rubino Bros., e Rocco Bruno.

Non avendo ancora finito, il nostro Manager Signor Pietro P. Vescio questa settimana continuerà a visitare gli amici di *Richmond Hill Avenue* e le seguenti strade adiacenti: *Clinton Ave., Greenwich Ave., Orchard St., Selek St., West St., Mission St., Rose Park Ave., Brown Ave., Taylor St., Ann St., Spruce St.* (fra Richmond Hill e West Main) *Fairfield Ave.* (a sinistra di Richmond Hill Ave.) *Hall Pl., Madison Ave., Waverly Pl. e Wilson St., Melrose Ave.*

Incominciando poi dalla settimana ventura, il Signor Vescio farà il fra gli abbonati di West Main Street, Stillwater Avenue e tutte le strade vicine.

Le cortesie usate al nostro Mana-

ger, saranno di riflesso alla nostra Amministrazione.

LA TRIBUNA

**Per gli stranieri che ancora non hanno ricevuto la ricevuta che prova che si sono registrati**

Molti stranieri stanno in pensiero perché non hanno ancora ricevuto i cartoncini o ricevuti che devono servire come prova che loro si sono registrati sotto la legge del "Alien Registration". A queste persone si consiglia di avere pazienza, perché fra poco riceveranno i cartoncini. L'"Alien Registration Division" manda per posta circa 80,000 di questi ricevuti ogni giorno e spera che prima della fine del mese di Marzo che questo lavoro sia completato. Qualunque straniero che non ha ricevuto il suo cartoncino prima del 31 Marzo prossimo dovrebbe scrivere al "Alien Registration Division" per farne richiesta. Circa il tre per cento dei cartoncini spediti o 165,000 sono stati rimandati dalla posta al Dipartimento, perché l'indirizzo dato era sbagliato. Perciò è cosa prudente, se non avete ricevuto questo cartoncino per il 31 Marzo di scrivere al Dipartimento. Il lavoro della registrazione degli stranieri è stato gigantesco e non vi è dubbio che non è stato possibile eliminare tutti gli sbagli e perciò è anche possibile che il vostro cartoncino sia stato smarrito. Il lavoro di verificare l'informazione data dagli stranieri circa la loro entrata, ecc. è enorme. Ad Ellis Island questo lavoro viene fatto sotto l'auspicio del Department of Justice e la W.P.A. Il Bureau Federale d'Investigazione si occupa delle impronte digitali.

C. C.

— Se io morissi piangereste, cara?

— Ma certo, sai bene che piango per nulla.

**LEGGETE E DIFFONDETE**  
*La Tribuna*—Abbonamento \$2.00



**Learn to play the easy way**  
**It's quick—it's simple!**

Thousands of parents have made the accordion part of their child's education. For it is a joyful art that leads not only to social popularity but often to a fine orchestral playing position. Countless youngsters are learning to play on the

**Accordiana**

— a modern, beautifully designed accordion which includes the famous rounded, All-flow, tone chambers. Bring your child to our studios and a professional instructor will gladly give him a FREE LESSON to prove how simple it is to play the accordion. Comp in today or write for our FREE illustrated booklet in which the famous Maganone gives hints on accordion playing.

CONVENIENT TERMS!

**PAT TARTELL**  
**Accordion Lessons**  
INSTRUMENTS FURNISHED  
Accordions Sold And Repaired  
**PHONE 4-2256**

## FOUR-IN-ONE SHOP'S

**SIXTH ANNIVERSARY SALE, at great SAVINGS, just in time for your EASTER REDECORATING!**

**5000 YARDS**

of the Famous

**Waverly "Bonded"**

**Glosheen and Cretonne**

36 and 50 inches wide.  
Regularly 69c. to \$1.98  
yard. Short lengths from  
1 to 5 yards.

**21 c yd.**

**SLIPCOVER SPECIAL**

Slipcovers for a davenport, two chairs and five separate cushions. Cut and fitted in your own home. Complete with pleated flounces, sunfast wetting cord and wilsnap fasteners. Reg. value \$50.00. Five patterns to select from—thirty color combinations—every one sunfast.

90 Day Budget  
Payment Plan  
may be arranged

**\$39.98**

**Ruffled Dotted  
MARQUISETTE  
CURTAINS**

**\$1.00 pr.**

Large, fluffy cushion dots on fine quality marquisette; 2 1/6 yards long, 80 inches across, with full 5-inch ruffles. Reg. \$1.49 pr. Ivory color.

**Permanent Finish  
ORGANDY  
CURTAINS**

**\$1.98 pr.**

Sheer, crisp white organdy curtains. Suitable for every room in the house! Priscilla style with full 6-inch ruffles—90 inches across to the pair, 2 1/4 yds. long. Reg. \$2.98 pair.

**Ready Made  
DRAPERIES**

**\$2.98**

Colorful textured cotton draperies in tan, green, rose, blue, wine, brown and natural backgrounds. Each pair made with pinch-pleated tops and tie-backs. Regularly \$4.50.

Store Open  
Saturday  
evening until 9

**FOUR-IN-ONE SHOP**

120 BEDFORD STREET

PHONE 4-4195 — 4196

"One of Connecticut's Finest Curtain, Drapery Fabric and Gift Stores"

**BUY NOW AND SAVE!**



**\$39.95**

Apex Lovell  
Wringer  
Family Size  
Safety Wringer  
Four Vane  
Dasher  
Limited  
Quantity

TERMS  
\$1.00 Weekly

**ELECTRIC SERVICE CO.**

424 ATLANTIC ST. (opp. Post Office) Tel. 3-8855

SCRUTINIZE OUR ADS CAREFULLY AND ECONOMIZE