

De tels compliments chatouillent l'amour-propre de celle qui n'est plus gâtée par les hommages.

Quand, par contre, on se heurte à de véritables manies, il faut oser les combattre, et déclarer que si *on* ne se laisse pas nettoyer, soigner, vêtir convenablement, *on* se verra abandonner. Et il faut en effet *abandonner* pendant quelques jours ou quelques heures l'entêtée. Dans son intérêt même, on doit la traiter comme un enfant.

Par bonheur beaucoup de femmes arrivent à la longévité en restant « femmes ». Celles-là savent qu'il ne faut pas se laisser envahir par la déchéance morale.

Actives, marchant, se servant, luttant contre l'ankylose physique, elles forcent leur esprit à la gymnastique salutaire. Elles entretiennent leur bonne humeur par des occupations, des distractions qu'elles ont eu soin de se ménager de longue date. Leur amabilité leur a conservé d'agréables relations, des serviteurs attachés, des fournisseurs fidèles.

Confiantes dans le respect et l'affection qu'elles inspirent, elles permettent que l'on entretienne leur maison, leur « cadre », de façon qu'il soit toujours propre, sain, très aéré.

Tout en aimant les animaux qui sont les vrais amis et le dernier plaisir des sédentaires, la « vieille dame » se défendra de les idolâtrer au point que par la malpropreté, les gâteries répugnantes,

leurs mauvaises façons d'animaux mal élevés, ils éloignent d'elle les plus sincères fidélités.

La femme, pour rester femme jusqu'à la fin, doit écarter la laideur et cultiver la beauté.

Beaucoup ont réglé le détail de leur suprême toilette. Ce furent les plus héroïques... — Admirens-les.

---

## POST-SCRIPTUM

Il ne faut jamais négliger ce qui peut être utile et bienfaisant. Ainsi n'hésitè-je pas à augmenter de quelques pages mon travail terminé, pour le compléter par quelques indications précieuses qui m'ont été fournies en dernière heure, soit par des docteurs à qui je parlais de mon livre, soit par des femmes amies qui ont bien voulu me confier quelques petits secrets.

C'est ainsi que j'ai été initiée aux mérites des bains d'acide carbonique, dont je n'avais qu'une vague idée. On en prend aux sources naturelles de Spa, Royat, Nauheim, Kissingen et autres. Mais comme le déplacement n'est pas permis à tout le monde, on avait cherché à les recomposer artificiellement par des procédés chimiques restés jusqu'ici très imparfaits. Il fallait donc renoncer à une méthode de thérapeutique infiniment active quand un chimiste a découvert la *Céoduine* qui, dès son apparition, a obtenu en France un succès

considérable. La Céoduine en tablettes déposées au fond de la baignoire et qui laissent en se dissolvant échapper l'acide carbonique, elle produit un bain admirable, peu coûteux, d'une simplicité de préparation sans égale et dont les effets sont inestimables sur le système nerveux sur la circulation sanguine, les troubles du cœur, et *surtout* lorsque la femme est affligée d'une de ces affections spéciales à son sexe dont elle souffre soit périodiquement, soit d'une façon constante. La Céoduine est son amie encore à l'époque critique de la maturité. Enfin elle la « remonte » dans les convalescences, après les fatigues, le surmenage, et jusque dans l'extrême vieillesse. — En outre elle rend de réels services dans les cas de maladies de l'épiderme, les démangeaisons, les dartres, les eczémas, ayant presque toujours pour point de départ un état congestif des tissus, que la circulation régulière du sang fait disparaître. La même cause se retrouvant dans le rhumatisme, la Céoduine rétablit souvent le libre jeu des articulations (1).

\*\*

J'ai dit précédemment combien l'obésité offre de résistance lorsqu'on essaie de la combattre. J'ai signalé le danger de la Thyroïde qui certai-

(1) A la Pharmacie Normale, 17 et 19, rue Drouot. Prix : 2 fr. la boîte de quatre tablettes.

nement peut produire de bons effets, administrée, par une main experte, mais qui trop souvent occasionne des accidents d'une excessive gravité.

« Dans l'état de parfaite santé me dit le savant avec qui je me suis entretenue, il y a équilibre constant entre les aliments ingérés, le travail produit et la réserve de matières graisseuses ; mais que, sous l'influence de causes diverses, le tissu adipeux vienne à se développer à l'excès, des accidents graves pourront se produire dans la santé, et ils auront pour origine cet état particulier qui constitue l'obésité.

« La connaissance des causes et du mécanisme physiologique de l'obésité a, dans ces derniers temps, largement bénéficié des notions acquises sur les lois de la nutrition, car on a pu ainsi déterminer mathématiquement quelle doit être la ration d'entretien de l'homme, la somme de calorique produite par cette ration, et, comme conséquence, comment se faisait la surcharge de graisse chez les obèses ; en un mot, comment on devenait obèse.

« L'obésité est donc constituée par l'accumulation de la graisse dans l'organisme ; — cette graisse pouvant se rencontrer spécialement autour de certains organes, en certains lieux appropriés, ou bien, au contraire, être disséminée d'une façon générale dans tout le corps.

« Il est très difficile de dire où finit l'embonpoint et où commence l'obésité, car toutes les considérations établies sur le rapport réciproque du poids

du corps avec sa hauteur conduisent le plus souvent à des résultats erronés. L'obésité ne semble pas avoir existé de tout temps, mais il est certain qu'avec les progrès réalisés, les conditions de l'existence devenant meilleures, l'homme par suite se nourrissant mieux, avec moins de fatigues physiques, devait être fatallement envahi par cette affection.

« L'obésité se montre à tous les âges, et c'est à l'approche de la trentaine, chez les femmes principalement, qu'elle tend à se manifester, car les statistiques, très instructives à cet égard, indiquent que le sexe faible constitue de 65 à 67 p. 100 des obèses.

« La race a aussi une certaine influence, et l'obésité se rencontre plus fréquemment chez les peuples d'Orient que chez les autres, mais il ne faut pas oublier que la prédisposition naturelle ou héréditaire joue, le plus souvent, le rôle prédominant dans les cas de surcharge du tissu adipeux. »

On ne doit s'attaquer à l'embompoint excessif qu'avec une prudente réserve, et sans aucune violence. L'amaigrissement trop brusque ne serait pas sans péril. On doit faire choix d'un traitement progressif, qui ne déséquilibre pas brutalement l'organisme, surtout chez la femme. Il ne faut pas qu'un ramollissement des tissus remplace des rondeurs, après tout plutôt aimables. Il convient de laisser aux chairs le temps de s'accommoder d'un changement qui devient bienfaisant,

certes ! mais à la condition d'être « douceur et non pas violence ».

Les « Pilules fondantes » et le Savon Courtois, que l'on trouve à la Pharmacie Normale, sont d'excellents médicaments dont on peut au moins faire l'essai sans nulle crainte.

Mais lorsqu'on a obtenu la diminution de l'embonpoint, il convient de ne pas regagner trop vite ce que l'on a perdu.

C'est alors qu'il faut adopter un régime dit : d'entretien.

Mon même savant interlocuteur a bien voulu m'en fournir les bases — Laissons-lui encore une fois la parole :

« La ration d'entretien est, bien entendu, variable, suivant la quantité de travail exécuté, l'âge, le sexe, etc., et on conçoit facilement que toutes les fois que le poids des aliments absorbés dépassera celui de la ration d'entretien, il y aura formation de réserve, autrement dit engrangement. Il faudra donc s'appuyer sur cette donnée fondamentale pour l'établissement du régime alimentaire des obèses et c'est ce qu'ont fait, depuis Hippocrate jusqu'à nos jours, la plupart des médecins qui se sont occupés de cette affection.

« De nombreux régimes ont été proposés, mais tous s'accordent à réduire l'alimentation des obèses jusqu'à un taux inférieur à la normale; quelques-uns proscriivent l'usage des féculents, des graisses, des sucres, d'autres recommandent la réduction du volume des boissons, ce qui n'est

pas sans de graves inconvénients chez les arthritiques, et enfin tous sont partisans d'un exercice musculaire journalier allant jusqu'à la fatigue.

« A titre d'indication, voici les grandes lignes du régime auquel sont soumis certains obèses :

« 1<sup>o</sup> Restriction de la valeur nutritive totale du régime alimentaire, c'est-à-dire manger le moins possible ;

« 2<sup>o</sup> Restreindre le plus possible les sucres, corps gras, féculents ;

« 3<sup>o</sup> Augmenter la dépense de l'organisme par la marche, la bicyclette, l'équitation, l'hydrothérapie, la gymnastique, le massage, etc.

« Remarquons que, s'inspirant des travaux physiologiques les plus récents, le nombre de ceux qui sont partisans de la diminution du volume des boissons va en diminuant de plus en plus. »

J'avais signalé, on s'en souvient, les inconvénients du « régime sec », qui peut congestionner les reins.

\* \* \*

J'ai dit combien me semblait problématique la repousse des cheveux sur les têtes vraiment chauves. Mais je n'ai pas nié que si jusqu'à présent, à ma connaissance, rien d'absolument certain n'existaient pour vaincre la Calvitie, on devait s'attendre, étant donné les progrès incessants de la science, à une découverte qui tôt ou tard viendrait me donner tort.

Eh bien, justement on me signale la Pertuisine qui n'est pas toute nouvelle, puisqu'elle a eu le temps déjà de faire ses preuves dans des cas multiples, mais dont j'ignorais l'existence. La Pertuisine paraît-il, reconstitue le cuir chevelu en quelques mois et lui rend toute sa vitalité. Elle fait repousser en très peu de temps les cheveux perdus à la suite de maladie. Quant à la chute, quelle qu'en soit la cause, elle est arrêtée immédiatement par la Pertuisine. L'effet est garanti. Les cheveux tombés les derniers sont ceux qui repoussent le plus vite ; quant aux Calvities naissantes chez la femme, elles sont immédiatement conjurées par la Pertuisine qui redonne aux cheveux une sève nouvelle, un lustre merveilleux.

La Pertuisine étant un produit tiré des végétaux et d'éléments inoffensifs peut être expérimentée sans nulle crainte (1).



Voici maintenant quelques formules dont nos lectrices se serviront peut-être avec plaisir soit pour composer elles-mêmes divers cosmétiques, soit pour en demander la préparation à leur pharmacien.

(1) En vente à la pharmacie Schaeerer, 154, boulevard Haussmann.

Pour rougir passagèrement les cheveux, en cas de travestissement : se poudrer avec de la poudre de quinquina :

Glycérolé d'Amidon.

Délayer à froid de la poudre d'amidon dans de la glycérine. Puis à feu doux, la glycérine étant facilement enflammable, mettre de la glycérine pure, et y ajouter toujours en tournant l'amidon préparé, de façon à former une crème un peu épaisse(1).

Autre formule pour blanchir le teint :

Axonje. . . . .	60 grammes
Cire blanche. . . . .	43 —
Essence de roses. . . . .	12 gouttes

Faire fondre au bain-marie (2).

Contre la transpiration des mains :

Eau de Cologne. . . . .	100 grammes
Teinture de Belladone. . . .	15 —

Se frotter la paume des mains avant le travail, ou deux à quatre fois par jour (3).

(1) Extrait du *Livre de cousine Jeanne*.

(2) *Ibid.*

(3) *Ibid.*

Pour remplacer le bain de vapeur :

On glisse sous le corps vêtu de la chemise une couverture de laine. Sous chaque pied et des deux côtés du torse, on met des bouteilles d'eau chaude, en grès, soigneusement bouchées et enveloppées de linges mouillés recouverts eux-mêmes de flanelle, On couvre le malade avec plusieurs couvertures, un édredon, ce que l'on a sous la main. Un quart d'heure après, la transpiration se produit, très abondante, et se maintient assez longtemps. On peut l'exciter ou la prolonger par l'absorption d'infusions chaudes de tilleul.

Pour mettre fin à l'opération, on retire, sans découvrir, les bouteilles et la couverture de laine placée en dessous. Au bout d'une demi-heure, on peut changer de linge.

Pour engraisser : avant le déjeuner et le dîner prendre (quinze jours par mois) une cuillerée à bouche du mélange suivant, dans un peu d'eau :

Sirop d'écorces d'oranges . . . . .	500	gr.
Phosphoglycérate calcique . . . . .	20	"
Liqueur de Pearson . . . . .	10	"
Métavanadate de soude. . . . .	0,05	"

M. S. A.

Plus particulièrement lorsqu'on désire relever la poitrine atrophiée, une cuillerée à soupe avant les deux grands repas de la mixture restauratrice que voici :

Sirop d'écorces d'oranges. . . . .	500 gr.
Teinture de fenouil . . . . .	150 "
Extrait de galéga . . . . .	40 "
— d'ortie blanche. . . . .	20 "
M.	

Dr MONIN.

Contre la transpiration je laisse la responsabilité du traitement au Dr Monin dont l'expérience est considérable. Voici les indications qu'il donne dans le « Trésor médical de la Femme ».

Les transpirations locales se modèrent très bien avec des lotions astringentes : eau saturée d'alun, lait virginal (une cuillerée de teinture de benjoin dans un verre d'eau de source). Dans la région des aisselles, on pourra faire des lotions d'eau phéniquée ou salicylée, suivies de poudrage à l'oxyde de zinc et au sous-nitrate de bismuth. Voici une bonne formule contre la transpiration de la paume de la main :

Alcoolé de romarin . . . . .	200 gr.
Baume du Pérou. . . . .	2 "
Teinture de belladone . . . . .	50 "
Chloral. . . . .	10 "

M.

En lotions ou pulvérisations (pour les peaux délicates, étendre de moitié eau).

Contre la transpiration des pieds, si pénible pour

la marche et, parfois aussi, pour... l'odorat, je conseille, tous les soirs, des attouchements entre les orteils avec la formaldéhyde, qui a la propriété de durcir l'épiderme macéré et de modifier, par une sorte de tannage, les glandes sudoripares; on emploie une solution de formaldéhyde à 5 ou 10 pour 100. Tous les matins, on poudrera la région avec le mélange de :

Talc . . . . .	200 gr.
Tannin . . . . .	60 "
Epicarine. . . . .	20 "
M.	

Du même contre les engelures; au début : traitement abortif par le bain local avec la décoction tiède de feuilles de noyer additionnée de farine de moutarde. Si l'engelure est constituée, badigeonner soir et matin avec :

Teinture d'iode . . . . .	30 gr.
Extrait de ratanhia . . . . .	10 "
Acétate de morphine. . . . .	1 "
M.	

ou bien, contre les engelures non ulcérées : vaseline camphrée, 45, solution iodotannique, 10, teinture d'opium, 5 (en onctions matin et soir et recouvrir d'ouate).

## Poudre contre l'irritation causée par la marche:

Talc parfumé . . . . .	80 gr.
Tannin bien pur. . . . .	40 "
Salicylate de bismuth . . . . .	20 "
M (porphyrisez).	

Contre les tannes ou points noirs : Lotionner, toutes les deux heures, le visage avec un savon *surgras*, trempé d'eau bien chaude; après quelques jours de ce traitement, on fera de légères frictions du mélange suivant :

Liqueur d'Hoffmann . . . . .	30 gr.
Eau-de-vie de lavande . . . . .	20 "
Essence de reine-des-prés . . . . .	5 "
M.	

Contre le nez rouge, avant de recourir à l'électro-puncture, — et dans tous les cas, du reste, où il y a varicosité :

Benzine . . . . .	60 gr.
Fleur de soufre . . . . .	10 "
Essence de roses . . . . .	4 "
M. (le matin)	

D<sup>r</sup> MONIN.

Pour les mains :

Onctions avec la crème suivante :

Lanoline mentholée . . . . .	60 gr.
Glycérine camphrée . . . . .	40 "
Baume du Pérou. . . . .	5 "
Salol. . . . .	2 "
M.	

On poudre, avec un mélange de farine de maïs et de talc de Venise et l'on revêt ensuite des gants de peau très larges, que l'on conserve toute la nuit.

Contre le « masque » de grossesse :

Chaque matin, lotions avec le lait d'amandes, additionné de 2 pour 100 de sublimé ; le soir on appliquera une pommade composée ainsi :

Glycérolé d'amidon . . . . .	45 gr.
Dermatol. . . . .	4 "
Salicylate de bismuth . . . . .	2 "
M.	

L'on poudrera d'amidon légèrement.

D<sup>r</sup> MONIN.

Préférant m'appuyer sur l'autorité d'un médecin, quand il s'agit de toucher à des organes déli-

cats ou bien de s'attaquer à de réelles maladies, je fais loyalement des emprunts au Dr Monin, très célèbre pour tout ce qui touche à l'hygiène féminine, sans empirisme nu et conformément aux lois de la Faculté.

Voici ce qu'il indique pour... l'opulence du corsage :

#### PILULES

Extrait de galéga . . . . .	} à 0 gr. 03
— d'ortie blanche . . . . .	
— d'ergot. . . . .	
Hypophosphite de chaux . . . . .	
Essence de cumin . . . . .	q. s.

Pour une pilule dragéifiée.

A prendre, aux repas, six par jour.

#### SIROP DE GALÉGA

Extrait aqueux de galéga . . .	50 grammes.
Eau distillée. . . . .	50 —
Sirop de sucre. . . . .	875 —
Teinture de fenouil . . . . .	25 —
Chaque cuillerée contient 0 gr. 50 d'extrait.	

Quatre cuillerées par jour (très efficace).

Contre le gros cou :

Glycérine pure à 30°. . . . .	100 grammes.
Savon animal sec pulvérisé. .	5 —
Iodure de potassium sec pulv.	43 —
Essence d'amandes amères. .	15 gouttes.

M.

En frictions trois fois par jour avec gros comme un pois de cette pommade, pendant cinq minutes, sur la région engorgée, puis recouvrir d'ouate.

## SAVON A LA ROSE (Izard).

Savon blanc de suif . . . . .	4 kilogr.
Teinture de musc . . . . .	25 grammes.
Essence de santal . . . . .	5 —
— de géranium . . . . .	15 —
Rose d'aniline dissous . . . . .	1 —

F. S. A.

## LAIT VIRGINAL (Monin).

Eau de roses . . . . .	900 grammes.
Teinture de myrrhe . . . . .	
— d'opopanax . . . . .	aa 10 —
— de benjoin . . . . .	
— de quillaya . . . . .	Q. s. pour émulsionner.
Essence de citron . . . . .	4 grammes.

M. S. A.

## ANTÉPHÉLIQUE TRÈS ACTIF

Sublimé corrosif . . . . .	0 gr. 50.
Camphre . . . . .	0 — 60.
Sulfate de zinc . . . . .	2 — 50.
Alcool . . . . .	7 grammes.
Sous-acétate de plomb liquide	2 gr. 05.
Eau distillée . . . . .	250 grammes.
Jaune d'œuf . . . . .	l° 1

Humecter la peau du visage avec ce mélange et laisser sécher (le soir en se couchant).

PATE D'AMANDES (Cazenave).

Amandes douces et amères pilées . . . . .	250 grammes.
Jus de citron. . . . .	60 —
Lait. . . . .	30 —
Huile d'amandes douces . . .	90 —
Eau-de-vie à 20° . . . . .	180 —
M.	

TRANSPIRATION DES PIEDS (Legoux).

Glycérine. . . . .	10 grammes.
Perchlorure de fer liquide . .	30 —
Essence de bergamote . . . .	20 gouttes.

Badigeonner les pieds, matin et soir, avec un pinceau trempé dans cette mixture.

GERÇURES DES LÈVRES (Monin).

Beurre de cacao. . . . .	10 grammes.
Huile de ricin . . . . .	3 —
Extrait de cachou. . . . .	1 —
Huile de bouleau . . . . .	2 gouttes.
Essence de badiane . . . .	5 —
M.	

## EAU DE MIEL ODORANTE DE LONDRES

Eau. . . . .	1 litre.
Miel . . . . .	30 grammes.
Essence de bergamote . . .	2 —
— de néroli . . . .	{ à à 4 —
Teinture d'ambre . . . .	
Teinture de safran. . . .	250 —

## EAU DE LAVANDE ANGLAISE

Alcool rectifié . . . . .	750 grammes.
Eau de roses. . . . .	375 —
Essence de bergamote . . .	4 —
Ambre gris . . . . .	30 centigr.
Ammoniaque liquide . . . .	2 grammes.
Musc . . . . .	20 centigr.
Huile de lavande . . . . .	15 grammes.
Fleurs de lavande. . . . .	30 —

Distillez pour obtenir 1 kilogramme de produit.

---

## BONS DE CONSULTATIONS

Un livre comme celui-ci ne saurait être complet, car il est impossible de prévoir les cas spéciaux.

Afin d'être agréable à ses lecteurs, la Ctesse LUTECIA donnera gracieusement son avis à celles qui le lui demanderont, pourvu que la demande soit accompagnée d'un des bons de consultation ci-dessous et d'un timbre de réponse. — Adresser les lettres :

Ctesse LUTECIA : *Librairie Tallandier,*  
10, rue Saint-Joseph, Paris.

**BON**

POUR UNE

*Consultation Mondaine*

*Cteesse Lutecia*

Médaille d'Or de la Société d'Encouragement au Bien

# La Vie telle qu'elle est

## Comment il faut la prendre

PAR

GEORGES RÉGNAL

Quelques-uns de nos critiques les plus réputés n'ont pas hésité à qualifier ce livre de » petit chef-d'œuvre ». Il est certain que jamais on n'a réuni sous une forme plus concise ni plus simple les formules du bonheur possible en ce monde, — et s'accordant avec la plus irréprochable morale, avec toutes les croyances, avec les exigences parfois si cruelles du devoir. Les leçons données par ce volume arment le lecteur pour le *struggle for life*, le préparent à vaincre au lieu d'être vaincu, tout en lui assurant une victoire noble, dont les plus scrupuleuses consciences ne sauraient éprouver le regret.

Un volume : 2 francs

Chez tous les libraires et à la Librairie Illustrée,  
J. TALLANDIER, Éditeur,  
8, rue Saint-Joseph, Paris.

## Photographie Artistique

# Boissonnas et Taponier

12, rue de la Paix

Toutes les plus jolies femmes de Paris, tous les parents pour leurs bébés ou leurs aïeules veulent avoir les portraits de cette maison de tout premier ordre. Ses ateliers voient passer la plus haute clientèle et ne laissent sortir que de véritables œuvres artistiques réalisées sous la direction d'un véritable artiste.

---

*En vente chez tous les libraires et à la Librairie Illustrée,  
J. TALLANDIER, Éditeur, 8, rue Saint-Joseph, Paris.*

PARISSETTE du *Figaro*

# Le Protocole Mondain

CODE DES USAGES ÉLEGANTS

Un volume : 3 fr. 50

LES

# Chefs-d'Œuvre du Chant

*NOUVELLE COLLECTION DES MEILLEURES MÉLODIES DES  
Maîtres de la Musique*

avec paroles françaises de L. DURDILLY

10 volumes de format 29×20 comprenant chacun  
96 ou 100 pages de musique, piano et chant

*Prix de chaque volume : 3 francs*

Cette nouvelle collection répondait à un réel besoin ; aussi a-t-elle été favorablement accueillie par tous les admirateurs de nos grands classiques. Elle se recommande surtout par le souci scrupuleux qui a présidé au choix des mélodies et à l'adaptation de paroles françaises respectueuses de l'idée du poète étranger, mais bien en harmonie avec le génie de notre langue.

La composition de ces recueils, le soin matériel apporté dans l'exécution de ces volumes, entièrement gravés à neuf, les ont classés de suite hors de pair. Ils sont déjà très répandus dans le public des musiciens et des chanteurs, heureux de trouver enfin des éditions absolument françaises, pouvant rivaliser, comme valeur et comme modicité de prix, avec les éditions étrangères.

**Mendelssohn . . .** 30 mélodies célèbres, piano et chant.

**Schumann . . .** 33 mélodies célèbres, piano et chant.

**Schubert . . .** 30 mélodies célèbres, piano et chant.

**Mozart . . .** 25 mélodies célèbres, piano et chant.

**Hændel . . .** 30 mélodies célèbres, piano et chant.

**Chopin . . .** 20 mélodies célèbres, piano et chant.

**25 mélodies célèbres** de Bach, Beethoven, Fuchs, Gluck, Haydn, Martini, Mendelssohn, Mozart, Proch, Reichardt, Schubert, Schumann, Stigelli, Weber.

**20 airs célèbres** de Bach, Beethoven, Haydn, Mendelssohn, Mozart, Schubert, Stradella, Weber.

**Chants religieux célèbres**

**Chants et Chansons populaires de tous pays**

*Envoy franco de chacun de ces volumes contre mandat postal du montant adressé à la Librairie des Editions Musicales Économiques,  
10, rue Saint-Joseph, Paris.*

# Révolution dans

Partitions complètes  
**Piano et Chant**

## ÉDITIONS ÉCONOMIQUES

Absolument  
conformes aux  
Éditions originales

**L'IDÉE.** — De tous les arts d'agrément, la musique est sans contredit le plus répandu. Partout on chante et on joue du piano. Il nous a donc semblé que les éditions économiques des œuvres musicales les plus célèbres trouveraient auprès

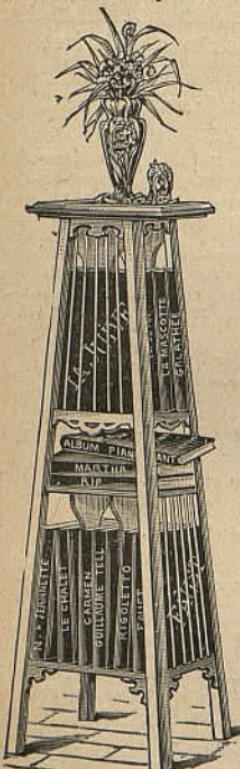
du public un accueil enthousiaste, à la condition qu'elles fussent irréprochables, tant au point de vue matériel qu'à celui de la reproduction absolument complète, Piano et Chant, avec chœurs et ensembles entièrement conformes aux représentations théâtrales, des ouvrages publiés.

**LE PLAN.** — Persuadés que le succès de nos éditions se situe en raison directe de la popularité des œuvres publiées, nous avons choisi tout d'abord les partitions d'opéras, d'opéras-comiques et d'opérettes les plus aimées du public, œuvres immortelles, dont chacune renferme plusieurs airs connus et chantés par tout le monde. Nos éditions devaient incontestablement être accueillies avec enthousiasme par les amateurs, puisque, pour un prix égal au prix d'achat dans les éditions courantes, de deux ou trois morceaux séparés, nous donnons, nous, la partition tout entière avec le piano, le chant, l'ouverture, etc etc.

L'économie réelle ne peut pas être discutée ; elle est d'au moins soixante pour cent sur les prix ordinaires et, par des moyens pratiques, nous avons rendu la dépense accessible même aux bourses les plus modestes, en la réduisant à quelques centimes chaque fois.

**MODE DE PUBLICATION.** — La publication de chaque partition se poursuit régulièrement le mardi et le vendredi de chaque semaine, par livraisons fragmentées de huit pages au prix de 15 centimes, dont la pagination se continue jusqu'à la fin de l'œuvre, il s'ensuit que la réunion des livraisons composant une même partition constitue la partition tout entière, piano et chant, avec l'ouverture, la table thématique, les chœurs et les morceaux d'ensemble.

Pour donner une idée précise de ce mode de publication et bien faire ressortir, à côté du moyen pratique d'acquisition (15 centimes à la fois), l'économie réellement réalisée, nous indiquerons un exemple. La partition complète des *Noèces de Jannette* forme, dans notre édition économique, 22 livraisons, soit une dépense totale de 3 fr. 25, tandis que l'édition ordinaire vendue jusqu'à ce jour coûte 12 francs.



MEUBLE D'ART  
offert Gratuitement

Evoi franco de chaque partition séparée contre mandat adressé à l'éditeur. Toute commande atteignant 20 francs est payable 5 francs par mois.

Toutes les livraisons des partitions parues sont en vente chez les libraires et marchands de journaux dans toute la France.

# L'Édition Musicale

## SOUSCRIPTION PERMANENTE

En dehors de l'acquisition par livraisons nous avons établi, pour la collection des 23 partitions, un prix à forfait, payable à raison de **6 fr. 50 par mois**, c'est-à-dire avec

### 20 MOIS DE CRÉDIT

Le prix à forfait, pour la collection des vingt-trois partitions dont nous donnons la liste, est de 130 fr. seulement et constitue une **économie réelle de 60 p. 100**: ces 23 partitions représentant une valeur d'environ 350 francs, au prix des éditions vendues jusqu'à ce jour.

La collection complète est livrée immédiatement Il n'y a rien à payer d'avance, le premier versement de 6 fr. 50 se fait seulement après réception.

### PRIME GRATUITE

En même temps que les partitions, nous envoyons un meuble ravissant, conçu de telle manière qu'on peut y placer toutes nos partitions.

Solide et élégant, en bois laqué, ou teinte acajou ou noyer, selon les préférences, ce petit meuble d'art ne mesure que 34 cent à la base et peut ainsi se placer tout à côté du piano. Sa hauteur est de 1m20 et le fronton est garni d'une jolie façade de ce leur, destinée à recevoir un objet d'art. C'est donc un meuble d'agrément et d'utilité que nous offrons gratuitement.

Tous les chanteurs, tous les musiciens voudront profiter de cette offre exceptionnelle, parce qu'elle leur sera réaliser une économie qui constitue une véritable révolution dans l'édition musicale.

Notre collection ne comprend que des chefs-d'œuvre dont voici la liste.

Remplir, signer, détacher le **BULLETIN DE SOUSCRIPTION** et l'adresser à **J. TALLANDIER, éditeur, 8, rue Saint-Joseph, Paris**

Veuillez m'envoyer la collection des **ÉDITIONS MUSICALES ÉCONOMIQUES**, comprenant les 23 partitions complètes, piano et chant, indiquées ci-dessus, pour le prix à forfait de 130 francs, que je me engage à payer à raison de **6 fr. 50 par Mois**, jusqu'à complète libération.

Les 23 partitions me seront envoyées de suite, accompagnées de la *Prime gratuite*: Meuble teinte acajou — noyer — laqué (rayer le mot inutile).

### Liste des 23 Partitions de la Collection

		OPÉRAS	Livr. pris
DONIZETTI	La Favorite	35	5 "
VERDI	Rigoletto	38	5 50
ROSSINI	Guillaume Tell	64	9 50
HALÉVY	La Juive	63	8 "
DONIZETTI	Lucie de Lammermoor	28	4 20
HALÉVY	La Reine de Chypre	49	7 50

		OPÉRAS-COMIQUES	
V. MASSÉ	Les Noces de Jeannette	22	3 25
V. MASSÉ	Galathée	24	3 50
HÉROLD	Le Pré-aux-Clercs	35	5 "
HÉROLD	Zampi	37	5 50
BOIELDIEU	La Dame Blanche	50	7 50
ADAM	Le Chalet	33	5 "
ROSSINI	Le Barbier de Séville	35	4 "
MOSZART	Les Noces de Figaro	37	5 50
FLOTOW	Martha	37	5 50
GOUNOD	Le Médecin malgré lui	25	3 75
DONIZETTI	La Fille du Régiment	45	6 75

		OPÉRETTE	
AUDRAN	La Mascotte	41	6 "
AUDRAN	Miss Helyett	31	4 50
OFFENBACH	La Fille du Tambour-Major	40	6 "
PLANQUETTE	Rip	40	6 "
VARNEY	Les Mousquetaires au Couvent	40	6 "
OFFENBACH	Les Brigands	48	7 50

Pour souscrire à la collection il suffit d'écrire ou de retourner le bulletin ci-dessous, rempli et signé, à l'éditeur J. TALLANDIER, Librairie Illustrée, 8, rue Saint-Joseph, Paris (2<sup>e</sup>).

Le..... 190.....  
 Nom et Prénoms.....  
 Qualité ou profession..... SIGNATURE.....  
 Rue.....  
 Département.....  
 Gare la plus proche.....

L'indication de qualité ou profession est de rigueur. Tout bulletin ne la portant pas sera considéré comme nul.

# VIN MARIANI

A LA COCA DU PÉROU

Le plus efficace des toniques

TENSEUR DES CORDES VOCALES



Premier remède avec une bouteille de Vin Mariani !

LA BOUTEILLE : 5 FRANCS

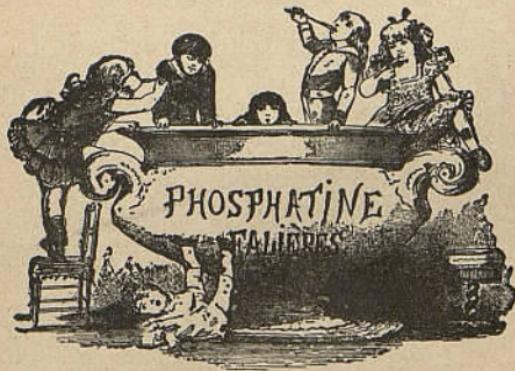
41, Boulevard Haussmann, Paris

Et dans toutes les Pharmacies

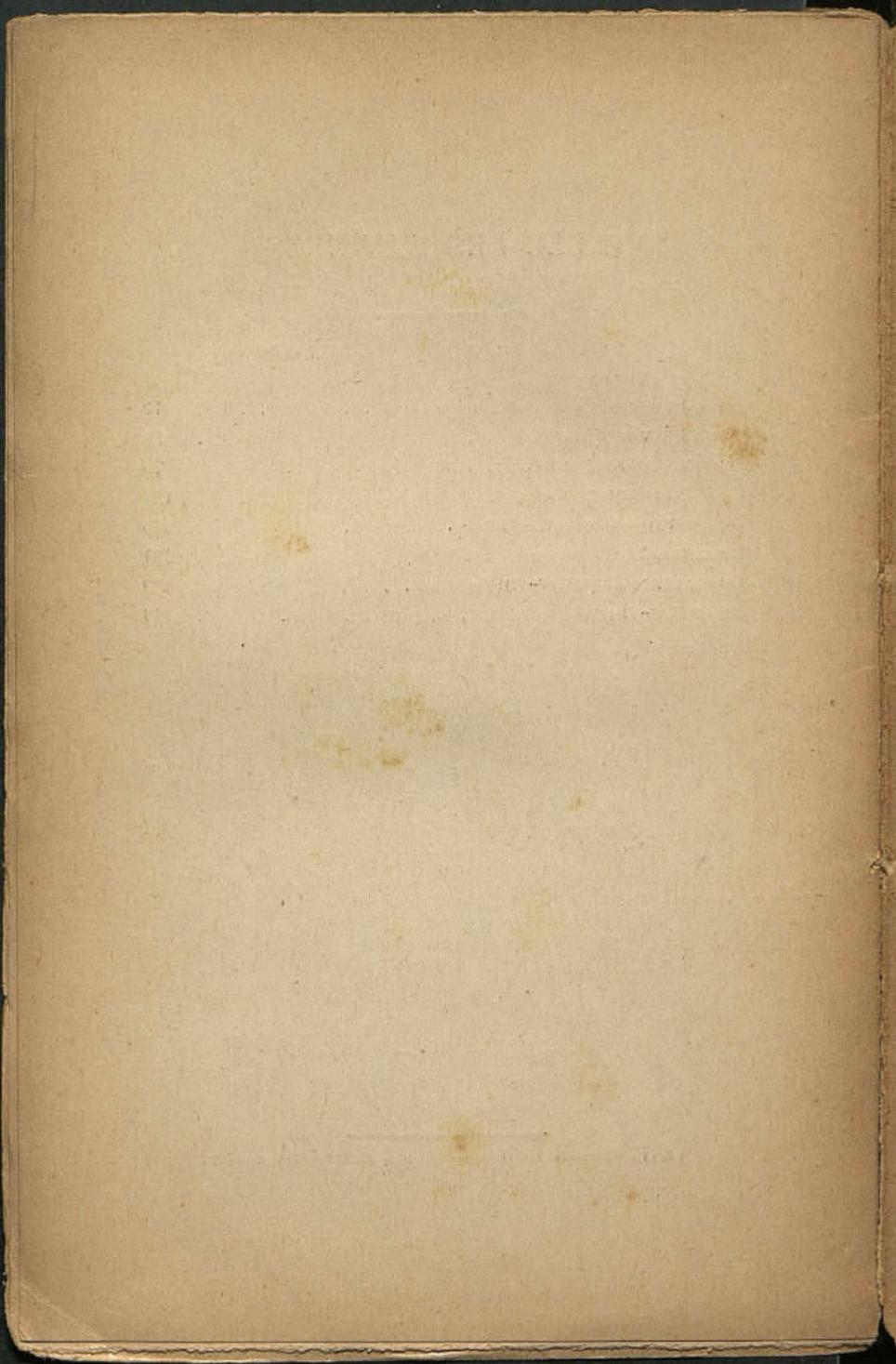
## TABLE DES MATIÈRES

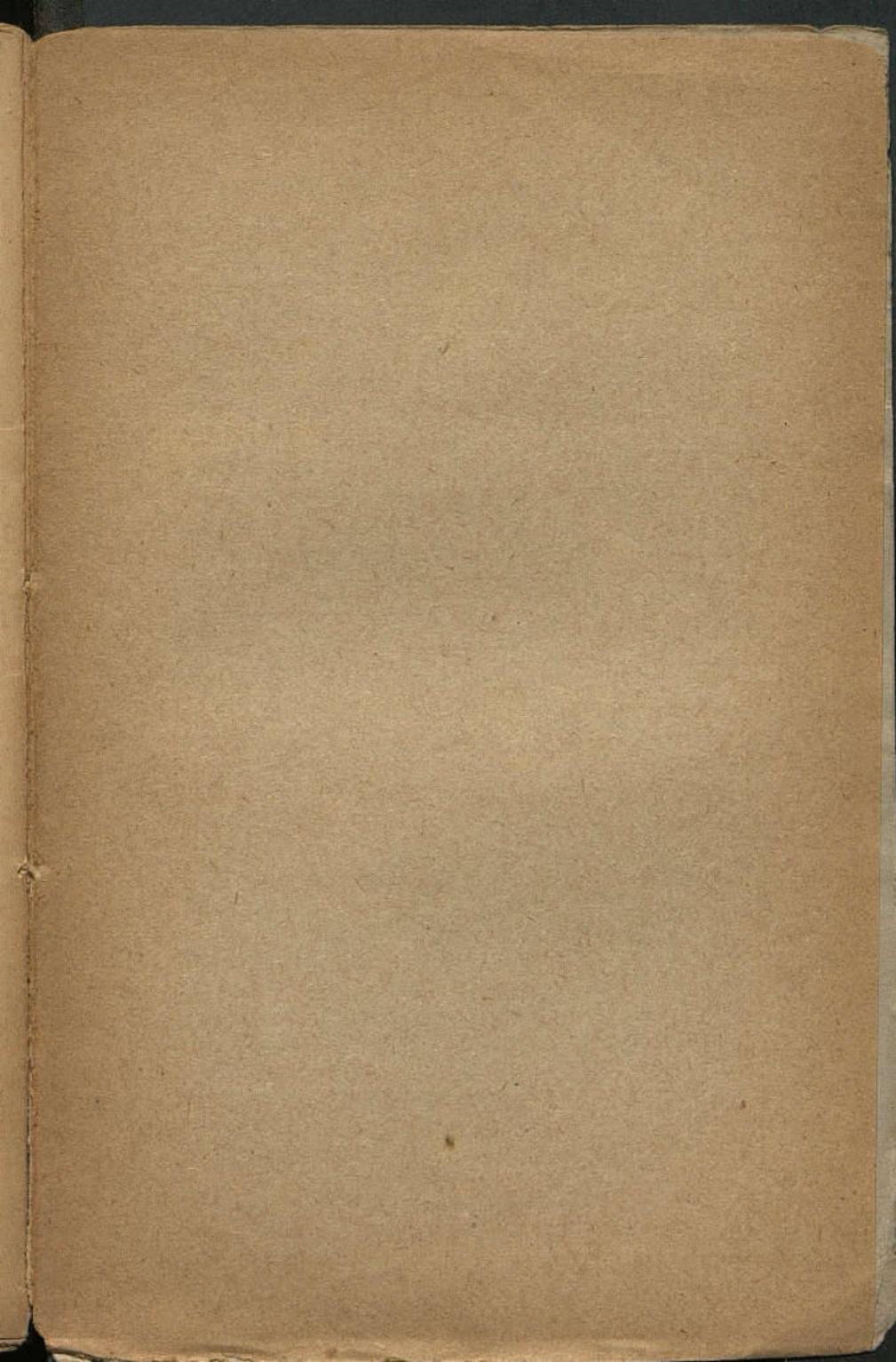
---

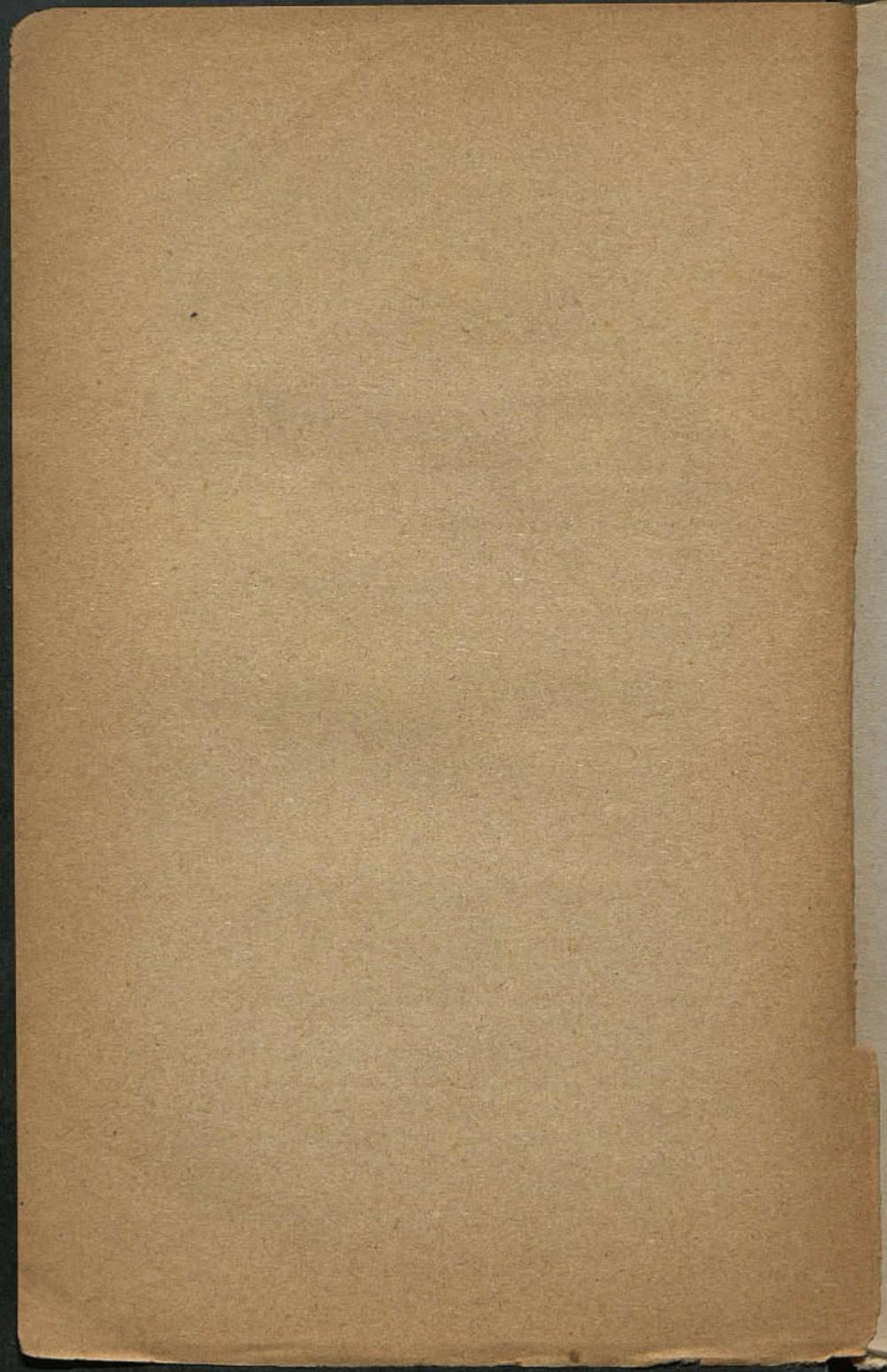
De la naissance à la dixième année . . . . .	11
De dix à vingt ans. . . . .	43
De vingt à trente ans. . . . .	79
De trente à quarante ans. . . . .	127
De quarante à cinquante ans. . . . .	163
De cinquante à soixante ans . . . . .	181
De soixante à quatre-vingts ans . . . . .	189
De quatre-vingts à cent ans, et plus . . . . .	197

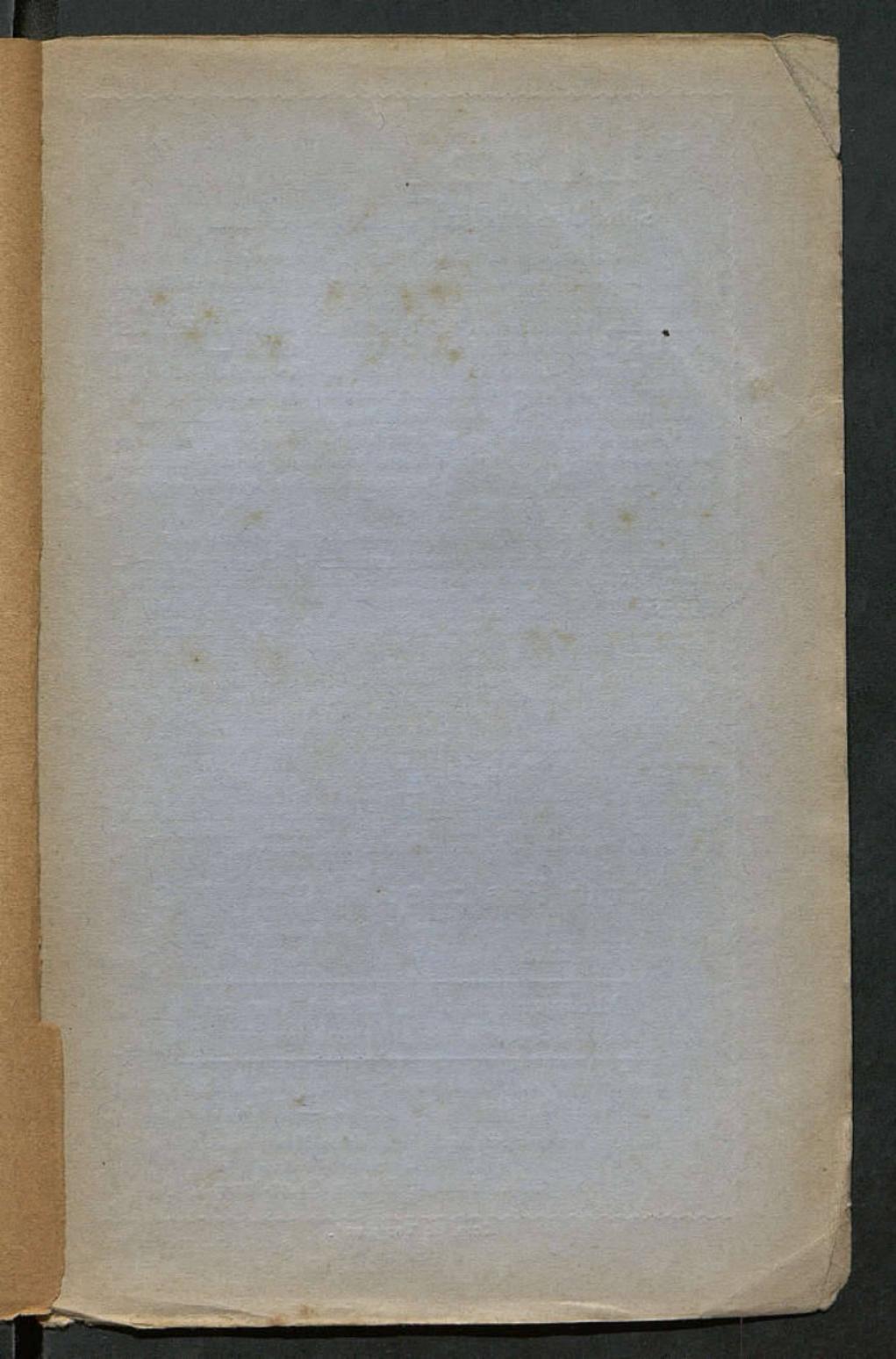


Aliment des Enfants.









# “LISEZ-MOI”

Splendide Magazine littéraire illustré

Paraisant le 10 et le 25 de chaque mois

Réunir sous un format commode et portatif les meilleures productions littéraires dans tous les genres : **ROMANS, POESIES, THEATRE, FANTAISIES et NOUVELLES, RECITS MILITAIRES ou HISTORIQUES**; — les présenter merveilleusement illustrées par des artistes de tout premier ordre, et pour un prix excessivement modique, tel est le problème qu'a résolu cette magnifique publication.

Chaque fascicule de « LISEZ-MOI » forme un véritable volume de 80 pages, imprimé sur très beau papier, donnant une quantité de matière plus considérable que le volume à 3 fr. 50 le plus compact.

“LISEZ-MOI” ne publie que des chefs-d'œuvre de :

Alphonse ALLAIS. — Paul ARÈNE. — BAUDELAIRE. — René BAZIN, de l'Académie Française. — Paul BOURGET. — Alfred CAPUS. — F. COPPÉE, de l'Académie Française. — Georges COURTELIN. — Mme A. DAUDET. — Gustave FLAUBERT. — Anatole FRANCE, de l'Académie Française. — Ludovic HALÉVY, de l'Académie Française. — De HEREDIA, de l'Académie Française. — Paul HERVIEU, de l'Académie Française. — Ernest d'HERVILLY. — Henri LAVEDAN, de l'Académie Française. — LECONTE DE LISLE. — Jules LEMAITRE, de l'Académie Française. — Pierre LOTI, de l'Académie Française. — Pierre LOUYS. — Maurice MAETERLINCK. — Maurice MAINDRON. — Hector MALOT. — Paul et Victor MARGUERITE. — MASSON-FORESTIER. — Guy de MAUPASSANT. — Catulle MENDES. — Octave MIRBEAU. — Marcel PRÉVOST. — Henri de REGNIER. — Jean RICHEPIN. — J.-H. ROSNY. — Edmond ROSTAND, de l'Académie Française. — Victorien SARDOU, de l'Académie Française. — SULLY-PRUDHOMME, de l'Académie Française. — André THEURIET, de l'Académie Française. — Marcelle TINAYRE, etc., etc.

## Prix du Fascicule : 60 centimes

En vente partout (Libraires, Marchands de journaux, Kiosques et Gares) et chez Jules TALLANDIER, Editeur, 8, Rue St-Joseph, Paris

Abonnement : 12 francs par an  
intégralement remboursé

(Ajouter le prix d'affranchissement des 24 numéros de l'année :  
Paris : 1 fr. — Départements : 2 fr. — Étranger : 5 fr.)

Envoi franco d'un fascicule spécimen contre 30 centimes de timbres adressés à la Librairie Illustrée

Jules TALLANDIER, Editeur, 8, Rue Saint-Joseph, Paris.

Contes de

LUTÉCIA

Mme C. RÉGNIER

Conquête

et

Culture

de la

BEAUTÉ

chez

La Femme



PARIS

LIBRAIRIE

ILLUSTREE