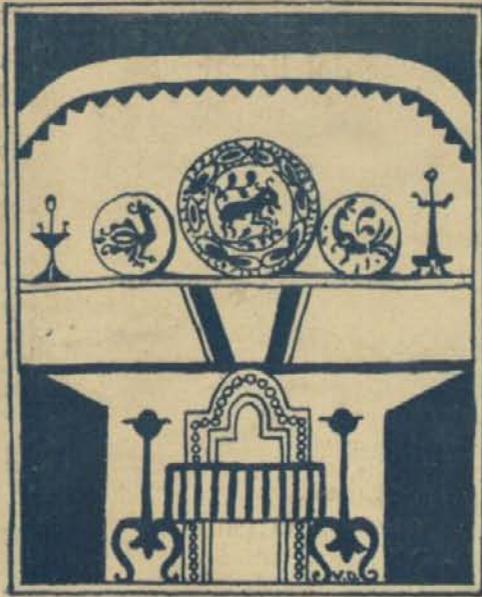


No u en... 2 mil 1000 Completo



# NUESTROS 1935

701

# HOGARES

REVISTA MENSUAL  
EXCEPTO JULIO Y AGOSTO



Año VIII - 2.<sup>a</sup> Epoca - Núm. 11

Suscripción: 4 ptas. al año

SEMESTRE: 2,50 PESETAS

Se reparte gratis a las Asociadas

## SUMARIO

- Un año más.
- Cartas a una novia, por el doctor Fausto.
- De nuestro concurso: «La opinión de los solteros».
- Nuestras lecturas, por M. V. J. Joyas de Antaño «Las bodas de Camacho el rico», Miguel de Cervantes.
- De cocina, por M. P. Solsona y E. H. S.
- Sección Práctica (Como construiremos en casa un pequeño mueble biblioteca), por Manuela Pérez. — Si no tiene V. labor empezada...
- Sección Metodológica (Del V Congreso de Enseñanzas del Hogar en Berlín).
- De la Asociación.
- Revistas.
- Noticias.

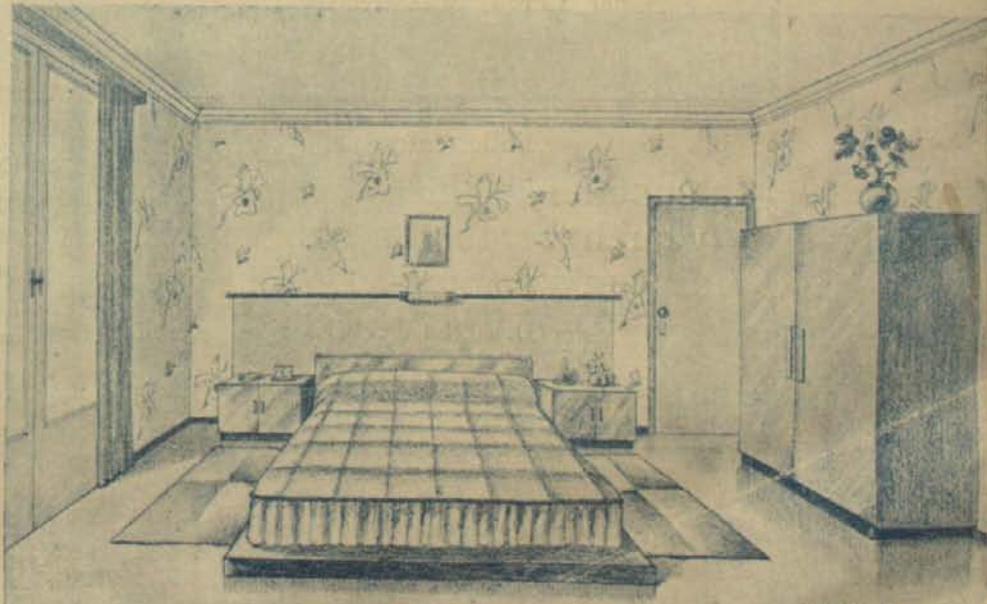
# Enero



# 1935



INTERIORES  
MODERNOS  
(De la Revista  
«Trazos»)



# Asociación Española para la Difusión de las Ciencias del Hogar

## COMITE CENTRAL

### COMITE DE HONOR

*Presidente*, Mr. Paul de Vuyst; *Vocales*, Excmo. Sr. D. J. Luis de León, Marqués de Retortillo y D.<sup>a</sup> Elisa López Alvarez.

### COMITE EFECTIVO

*Presidente* ..... Excmo. Sr. D. José Sánchez Anido.—Madrid.  
*Vicepresidente 1.<sup>o</sup>* ..... Dra. González Barrios.—Madrid.  
*Idem 2.<sup>o</sup>* ..... Srta. Dolores Nogués, de la Normal de Avila.  
*Secretaria general* ..... Srta. María Victoria Jiménez, de la Normal de Segovia.  
*Tesorera* ..... D.<sup>a</sup> Consuelo Aleixandre, del Grupo Ruiz Zorrilla, de Madrid.  
*Vicesecretaria Contadora* D.<sup>a</sup> Inés Crespo, Regente de la Normal de Guadalajara.  
D.<sup>a</sup> Pilar Huguet, Ilma. Sra. D.<sup>a</sup> Asunción Rincón, D.<sup>a</sup> Camila  
*Vocales* ..... V. de Subirá, D.<sup>a</sup> Julieta Farrés de Gil, D.<sup>a</sup> María Carriedo,  
D.<sup>a</sup> Elvira M. Ostendí, D.<sup>a</sup> Irene Rasines y D. Jesús Llorca.

### Colaboradores en el año 1934

Mme. T. Haentjens, Bélgica; Sig. E. Pérsico (Italia); Dr. Aristómenes, C. Albaniti (Grecia); Ilmo. Sr. D. Obdulio Fernández, Dr. Fernán Pérez (Dr. Fausto); D. José Mallart, D.<sup>a</sup> Teresa Picatoste, Srta. Consuelo Lozano y Sr. Vázquez de Castro, de Madrid; Srta. Martín Ayuso (Vitoria); Srta. Nogués (Avila); Srta. Pérez Hernández (Barcelona); Srta. M. Herrero Maroto, Srta. P. López Gómez (Murcia); Sra. A. Reich (Valladolid); Srta. A. H. Sagarra (Tarragona); Srta. Rafaela Monasterio (Santa Cruz del Retamar, Toledo); Srta. Pilar Arciniega (Pancorbo, Burgos); Sra. Lasa (Alsasua, Navarra); señorita Concha Alfaya, Sra. de la Riva, Sra. Vila, Srta. Crozart. Srta. J. López y D. L. Marcos, de Segovia; Srta. A. M. de la Huerca (Bernardos, Segovia).

Lea V. y propague esta Revista  
Si quiere que perdure suscríbese a ella

## Publicaciones de la Asociación Española

### para la difusión de las Ciencias del Hogar

Folleto núm. 1

#### Las moscas desde el punto de vista de la Higiene

por la Profesora D.<sup>a</sup> Luz Salazar

Precio: 30 céntimos

Folleto núm. 2

#### La enseñanza de la Puericultura y quehaceres domésticos en la Escuela primaria

por D.<sup>a</sup> Elisa L. Velasco

Precio: 30 céntimos

Folleto núm. 3

#### Cursillo de Dietética y Cocina Práctica

por la Dra. González Barrios y el Profesor Sarráu

Precio: una peseta

DE VENTA.—En Madrid: Calpe, Pl y Margall, 7.

En Segovia: Librerías de Cándido Herrero, Germán Herranz y Escuela del Hogar.—En Tarragona: la representante de la Asociación, Srta. Alonso Martínez, Profesora de aquella Escuela Normal.

Los pedidos al por mayor a la Administración de «Nuestros Hogares», Plaza de los Huertos, 1.—Segovia.

# Nuestros Hogares

REVISTA MENSUAL

EXCEPTO JULIO Y AGOSTO

Organo de la Asociación Española para la difusión de las Ciencias del Hogar

DIRECTORA..... **M.ª Victoria Jiménez.**  
 Plazuela de los Huertos, 1 (Escuela del Hogar). - Segovia

REDACTOR JEFE... **Consuelo Aleixandre.**  
 Conde de Aranda, 6, pral - Madrid

ADMINISTRADORA.. **D.ª Elvira Martínez Ostendi.**  
 Dato, 29 (Pensión Atlantic). - Madrid

La correspondencia literaria  
diríjase a la Directora



Para suscripciones,  
dirigirse a la Administración



## Un año más

NUESTROS HOGARES, sucesor de «Hogar», ha cumplido un año. Un año más de lucha por el resurgimiento del hogar español, mediante la adecuada preparación de las amas de casa presentes y futuras.

En estos tiempos difíciles de superficial cultura y de frivolidad ambiente, es empresa quijotesca hablar a las mujeres de los encantos del hogar, de la manera de hacerle atrayente, de cómo ingeniarse para comer «bien», lo que se llama o debe llamarse «bien», es decir higiénica y agradablemente; de hacer de un duro, dos; de cómo resolver el problema de organizar su trabajo sin abandonar el hogar pero sin ser su esclava, de la educación de los hijos, de la formación del personal de servicio, etc., etc.

Pero no importa; el éxito creciente alcanzado por nuestra Revista nos indica que en esta «empresa quijotesca», nos acompañan las gentes de buena voluntad; las que tienen una visión clara de problema de tanta trascendencia, los inteligentes, los preparados, los conscientes del momento actual.

Si su cooperación moral y material sigue acompañándonos, seguiremos nuestra campaña por la familia y el hogar, por la cultura hogareña de la mujer, que no excluye la otra, antes bien la completa y matiza de un delicado tinte femenino.

Queremos, si nos ayudan, lograr que nuestros hogares españoles sean los mejor organizados, los más confortables, los más atrayentes; que nuestras mujeres sean las más cultas, en todos sentidos, las mejores amas de casa, las madres más excelentes, las jóvenes más útiles en la obra social...

Ayudadnos siempre, cada vez más; haced porque llegue a todos los rincones de nuestra Patria la noticia de nuestra obra, propagad la revista, reclutad asociadas, buscad mujeres de toda clase y condición social que quieran aprender y mujeres de toda condición que puedan y quieran enseñar; organizaos en comités que desarrollen una labor intensa y eficaz en vuestras respectivas localidades y cumpliendo este alto deber, sin duda que vuestro año 1935 será tan venturoso como os lo desea

NUESTROS HOGARES

# CARTAS A UNA NOVIA <sup>(1)</sup>

## CARTA UNDÉCIMA

El régimen marcado en mi anterior carta, amiga Teresa, para la alimentación del *bebé*, no es apreciable lógicamente a los meses siguientes desde el segundo o tercero. Más desarrollado, necesitará comida más copiosa. Entiende bien que esta palabra, *comida*, se refiere exclusivamente a la leche de la madre, puesto que el niño jamás tomará otra clase de alimento hasta edad mucho más avanzada y que ya quedará cuidadosamente marcada en una de mis próximas cartas.

El número de veces que tome el pecho podrá quedar reducido desde finales del segundo mes a seis, suprimiéndose la teta de las diez de la noche. De este modo la madre tendrá descanso desde las siete de la tarde hasta la una de la madrugada.

No te entusiasmes demasiado con la gordura extraordinaria de tu hijo, puesto que seguramente el exceso de obesidad podrá llegar a serle perjudicial. Tienes que evitar cuidadosamente la sobrealimentación, es decir, el alimentarlo excesivamente, puesto que este exceso determina frecuentemente peligrosas alteraciones digestivas y eczemas muy tenaces, que son de muy difícil curación.

El crecimiento del recién nacido se hace de una manera variable según el niño y según el período de lactancia. En lo que concierne al peso, el niño comienza por perder algo en los primeros días de su vida, para ganarlo rápidamente una vez establecida la alimentación materna y con mucha mayor intensidad en los primeros meses que en los sucesivos.

Para que pueda servirte de guía, y siempre teniendo en cuenta que no todos los niños son iguales, como término medio, pongo a continuación una tabla con los pesos y talla y perímetro torácico y cefálico correspondientes a los primeros tiempos del niño:

EDAD	Peso — KILOS	Talla — CENTS.	Perímetro torácico — CENTS.	Perímetro cefálico — CENTS.
1 día.....	3,100	49,5	33,5	33
1 mes.....	3,700	55,2	34,2	35,4
2 meses.....	4,400	58,5	35,5	36,8
3 —.....	5,100	61	37,2	40,9
4 —.....	5,800	63	38,4	41,4
5 —.....	6,500	64,7	39,6	41,9
6 —.....	7	66,2	41	42,7
7 —.....	7,400	67,5	42	43
8 —.....	8	68,8	43	42,2
9 —.....	8,400	69,9	44	45,3
10 —.....	8,500	71	44,6	45,5
11 —.....	8,900	72	45,3	45,7
12 —.....	9,300	73	46	45,9

Esta tabla te podrá servir ventajosamente para comprobar el desarrollo normal medio de un niño bien nu-

(1) Véase el número anterior.

trido. Un niño bien criado tiene el color rosa, sus carnes duras, turgentes, el sueño tranquilo, y al despertarse no lo hace de mal humor. Sus deposiciones tienen el color amarillo de la yema de huevo, siendo en número de tres o cuatro por día; sus micciones son frecuentes y abundantes, orinando cada vez que se despierta.

Un detalle importantísimo acerca de su buen estado de salud lo constituye el estado de la sutura sagital, es decir, la soldadura de parietales, los huesos de los lados superiores de la cabeza, formada precisamente en el



centro y de delante a atrás, que en el mal nutrido, al cabalgar una sobre otra, forma una especie de relieve de los huesos craneanos dirigido desde la parte superior de la frente hasta la parte posterior de la cabeza.

El niño mal nutrido presenta, además del color pálido, sus carnes fofas, su sueño es ligero, pocas veces continuo y frecuentemente interrumpido, despertando con gritos que por su frecuencia y violencia acaban por enronquecerlo. Las deposiciones son raras y verdosas; el estreñimiento es lo corriente en ellos y las micciones son también poco frecuentes.

Este es, ligeramente expuesto, el balance a que debes atenerte para juzgar de la salud de tu hijo, y sobre todos estos detalles que te doy, en uso de mi obligación, está el instinto de madre, que no te engaña.

Hasta la próxima, te saluda con la más viva simpatía el  
DR. FAUSTO



LA ILMA. SEÑORA

# D.<sup>a</sup> Concepción Sáiz y de Otero

Profesora jubilada de la Normal Central y de la Escuela Superior del Magisterio  
Vicepresidenta honoraria de la Asociación Española para la Difusión  
de las Ciencias del Hogar

FALLECIÓ EN MADRID EL DÍA 11 DE FEBRERO DE 1934

Después de recibir los auxilios espirituales

R. I. P.

La Comisión del Homenaje y la Revista «Nuestros Hogares»,

Invitan a sus discípulos y amigos presentes a la Misa de aniversario, que se celebrará en la Parroquia de los Dolores (San Bernardo, 103, Madrid), el día 11 de Febrero, a las diez y media de la mañana, y ruegan a los ausentes una oración por su alma.

## De nuestro Concurso «La opinión de los solteros»

### AVISO A LAS SOLTERAS

A pesar nuestro, tenemos que demorar aún el resultado del concurso. Los votos de las solteras llegan con extraordinaria lentitud y ¡cosa curiosa! más de localidades pequeñas que de grandes centros, a pesar de haber en ellos, como es lógico, mayor número de lectoras.

Recomendamos a las solteras que sacudan la pereza o la timidez y les recordamos que sus votos han de permanecer en el secreto en cuanto al nombre de la votante, lo cual permite votar con más libertad. Solo la encargada de esta Sección, que es persona muy discreta, lee los cupones remitidos: en la Revista aparecerá solo la noticia del soltero cuya opinión haya sido preferida por la mayoría.

Hasta ahora se hallan empatados dos de los opinantes. Poco trabajo cuesta, ciertamente, llenar el cupón y remitirlo en sobre abierto con dos céntimos de franqueo o en sobre cerrado con 30 céntimos de sello. ¡Animo, pues, y a votar!

Rogamos a nuestros coasociados y suscriptores que aún no hayan satisfecho sus cuotas o abonos lo hagan lo ANTES POSIBLE a la Tesorera, señora Aleixandre (Conde de Aranda, 6, pral. Madrid) los socios, y a la Administradora Sra. Martínez Ostendi, Pensión Atlántic, Dato, 29, Madrid, los suscriptores. La contabilidad de la Asociación y la necesidad de atender a los gastos de la Revista, así lo exigen. El pago puede hacerse por giro postal y las pequeñas cantidades en sellos.

## DE NUESTRAS LECTURAS

*Pasos.* Enseñanza del lenguaje, por José A. Vázquez de Castro, maestro nacional. «Saber», Centro general de Editoriales. — Mérida

El distinguido escritor y maestro nacional D. José A. Vázquez de Castro, ha compuesto un original procedimiento para el aprendizaje de la lectura por el método sintético, es decir, a partir del elemento simple (letra), para llegar a la palabra pasando por la sílaba.

La originalidad del procedimiento estriba en su combinación con el dibujo de muñecos, de los cuales saca el ingenio agudo del autor los trazos fundamentales de las letras manuscritas, haciéndolo así sumamente atractivo para los niños.

Otra nota original la constituye el prólogo-programa, que suministra indicaciones precisas para el empleo del procedimiento, facilitando así en gran manera el trabajo de los maestros especialmente de los maestros noveles, para quienes la elección de procedimientos para enseñar a leer constituye, por regla general, una verdadera preocupación.

Al final, se hallan unas oraciones gramaticales sencillas y ejercicios de lectura, en las que el autor declara la intención que le ha guiado y que se sintetiza en el título del libro: «Los niños aprenden en él a leer y a escribir, venciendo las dificultades en el idioma *paso a paso.*»

Este libro, es el primero de una serie sobre la enseñanza del lenguaje. La parte material, muy cuidada y atractiva, hecha a dos tintas y con una encuadernación sólida y de buen gusto. Los dibujos que le ilustran profusamente, son debidos al también maestro nacional, D. José Sepúlveda.

Agradecemos vivamente el envío y la afectuosa dedicatoria.

M. V. J.

## PROPAGUE V. NUESTRA REVISTA

NUESTROS HOGARES  
 desea feliz Año Nuevo  
 a sus lectores y simpatizantes

JOYAS DE ANTAÑO

Las bodas de Camacho el rico

...Lo primero que se le ofreció a la vista de Sancho fué, espetado en un asador de un olmo entero, un entero novillo; y en el fuego donde se había de asar, ardía un mediano monte de leña, y seis ollas que alrededor de la hoguera estaban, no se habían hecho en la común turquesa de las demás ollas, porque eran seis medias tinajas, que cada una cabía un rastro de carne: así embebían y encerraban en sí carneros enteros, sin echarlos de ver, como si fueran palominos; las liebres ya sin pellejo y las gallinas sin pluma, que estaban colgadas por los árboles para sepultarlas en las ollas, no tenían núme-



Las bodas de Camacho (Cuadro de Moreno Carbonero)

ro; los pájaros y caza de diversos géneros, eran infinitos, colgados de los árboles para que el aire los enfriase. Contó Sancho más de 60 zaques de más de dos arrobas cada uno y todos llenos, según después pareció, de generosos vinos; así había rimeros de pan blanquísimo, como lo suele haber de montones de trigo en las eras; los quesos puestos como ladrillos enrejados, formaban una muralla, y dos calderas de aceite mayores que las de un tinte servían de freir cosas de masa que con dos valientes palas, las sacaban fritas y las zambullían en otra caldera de preparada miel que allí junto estaba. Los cocineros y cocineras pasaban de 50, todos limpios, todos diligentes y todos contentos. En el dilatado vientre del novillo, estaban doce tiernos y pequeños lechones, que cosidos por encima servían de darle sabor y enternecerle. Las especias de diversas suertes no parecía haberlas comprado por libras, sino por arrobas, y todas estaban de manifiesto en una grande arca. Finalmente, el aparato de la boda era rústico; pero tan abundante que podía sustentar un ejército.

MIGUEL DE CERVANTES

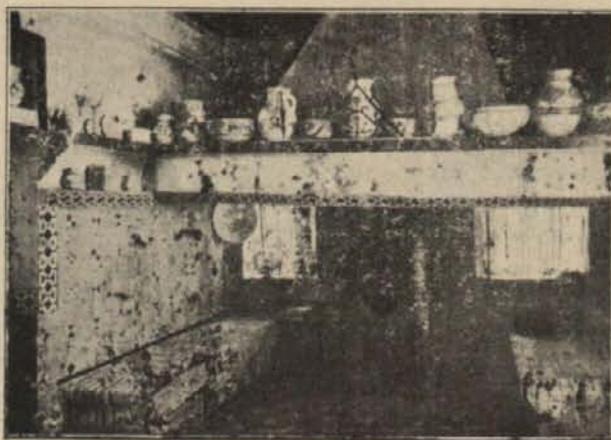
(Del ingenioso hidalgo Don Quijote de la Mancha. Principios del siglo XVII.)

ATLANTIC  
 PENSIÓN ELEGANTE

AVENIDA DE EDUARDO DATO, 29  
 MADRID

NUESTROS HOGARES

DE COCINA



Cocina de la Casa del Greco. — Toledo

TARTA MOKA

- 200 gramos mantequilla.
- 125 id. azúcar pulverizado.
- 25 id. almendras tostadas.
- 400 id. bizcochos o de pan de bizcocho.
- 3 yemas de huevo.
- 1 pocillo de café muy concentrado.

En un recipiente grandecito bátase la mantequilla hasta que adquiera la consistencia de una crema fina; entonces, sin dejar de batir, agréguense sucesivamente el azúcar, y las yemas y finalmente muy poquito a poco el café.

Tómese un molde (puede servir para este objeto una caja de lata de forma rectangular) y dispóngase en el fondo una capa de bizcochos muy unidos, sobre ella extiéndase otra capa de crema, luego otra de bizcochos y así se sigue hasta llenar el molde, debiendo ser la última de bizcocho. Resérvese una cuarta parte de la crema hecha.

Cúbrase con un papel antigraso o de barba y póngase peso moderado encima, dejándolo en prensa unas cuantas horas. Si es en verano puede colocarse en la nevera o entre hielo.

Para sacarlo del molde basta invertirlo y golpear la base del mismo.

Cúbrase la tarta con la crema que se reservó procurando dejar la superficie muy lisa, lo cual se consigue pasando suavemente sobre ella una espátula o un cuchillo previamente mojados.

Se cortan las almendras en trocitos muy pequeños y se distribuyen por encima del pastel.

Resulta un postre muy delicioso, que nada tiene que envidiar a los que elaboran en la pastelería, ni en sabor ni en presentación.

M. P. SOLSONA

ORLY DE MERLUZA

Se escoge un trozo del centro o de la parte abierta y se hacen filetes a lo largo del trozo. Se hace un picadillo con parte de la merluza, se añade pimienta y sal y se traba con clara de huevo. Se pone un poco de picadillo en cada filete, se arrolla, se reboza en harina y huevo y se fríe en aceite muy caliente para que se dore. Se sirve adornado con ruedas de limón.

Pueden utilizarse también los lenguados, gallos o pescadillas.

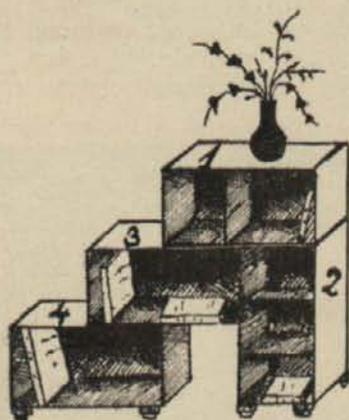
E. H. S.

# SECCIÓN PRÁCTICA

COMO CONSTRUIREMOS EN CASA UN  
PEQUEÑO MUEBLE BIBLIOTECA

Ofrecemos hoy a los lectores de NUESTROS HOGARES dos modelos de esos mueblecitos enanos que tanta aceptación tienen en la actualidad. La facilidad con que se manejan, la comodidad que supone tener los libros y objetos que en ellas se depositan al alcance de la mano, justifican plenamente su empleo, aparte de que constituyen un complemento indispensable y aún decorativo en muchas habitaciones.

Su precio, si hemos de adquirirlos en el comercio, re-



sulta un poco elevado en relación con los recursos de muchas familias; pero una ama de casa ingeniosa puede construirlos por sí misma; no con la perfección que lo haría un profesional, pero sí con la suficiente para que no desentone del resto del mobiliario.

Con unos cuantos cajoncitos, una lima, papel de lija de varios gruesos, un serrucho, clavos, tornillos, algunas pinturas y un poco de habilidad, tenemos lo necesario para empezar la obra.

Para el modelo número 1, precisan cuatro cajoncitos exactamente iguales, desprovistos de sus tapas. Pueden servir para el caso, los que se emplean para envases de frutas secas o botes de leche condensada. Las dimensiones más convenientes para que resulten proporcionados son: 0,52 m. de largo por 0,27 de alto y 0,16 o 0,18 de fondo.

Antes de reunirlos para armar el mueble, deben limpiarse y pulirse interior y exteriormente, especialmente los extremos cortados de la madera. Estos se afinarán con la lima y la totalidad con papel de lija de tres gruesos diferentes terminando con el del doble cero. Si hay alguna grieta o agujerito se tapa con una pasta hecha con cola bastante clara y polvo de madera o yeso.

Una vez pulimentados colocaremos la divisoria del cajoncito número 1 y unos pequeños listones en las paredes laterales del número 2 para sostener los estantitos. Aquélla, la fijaremos con clavos sin cabeza que pueden ocultarse con facilidad en el espesor de la madera, y los listoncitos con tornillos.

Hecho ésto, dispondremos los cajones en la forma que indica el grabado y los sujetaremos entre sí por medio de tornillos, que para disimularlos mejor se colocarán por la parte inferior de las tablas superpuestas.

Los pies los improvisaremos con dos paralelepípedos de base cuadrada superpuestos, el que va en contacto con el mueble tendrá ocho centímetros de lado y seis

el otro. Los mayores se atornillarán a cada uno de los ocho ángulos de las bases. Sobre aquéllos se clavan los menores.

La construcción del modelo número 2 es algo más complicada; requiere aserrar un ángulo triédrico en cada uno de los cajones 1 y 3, para encajar en ese espacio el del 2. Para dar más seguridad a la parte central de esta estantería, convendrá clavar por la parte posterior unos listones que unan el cajón número 1 con el 2 y a éste con el número 3.

Montados ya, podemos esmaltarlos o pintarlos imitando el color de maderas caras como nogal, caoba, roble, etc.

La pintura esmalte disimula bastante los defectos de la madera, y está muy indicada para muebles de cuartos de trabajo y de habitaciones de jovencita.

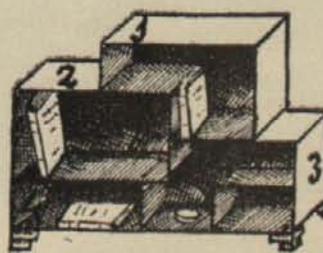
Se puede aplicar directamente sobre la madera sin prepararla previamente, en cuyo caso se darán dos manos; entre la aplicación de una y otra deben mediar por lo menos dos días; de lo contrario al dar la segunda, se arrastra la pintura de la primera y en lugar de una superficie lisa, obtendremos una áspera y rugosa.

Usese pincel plano y agótese cuanto sea posible la pintura que recoja.

Si queremos economizar esmalte, que siempre resulta más caro que la pintura al óleo, se puede dar en primer término una capa de esta pintura y sobre ella otra de esmalte.

Si esmaltamos los mueblecitos de un color claro, azul-cobalto, coral, amarillo, etc., los bordes y pies pueden hacerse negros, con lo cual adquieren más calidad los tonos del fondo.

Si deseamos pintarlos imitando nogal o roble, prepararemos el color con nogalina y agua, en la proporción de 20 gramos de nogalina, 100 de agua y seis u ocho escamas de sosa cáustica.



Se aplica con una muñeca de trapo o con una brocheta y se frota seguidamente con una tela gruesa para distribuir el color.

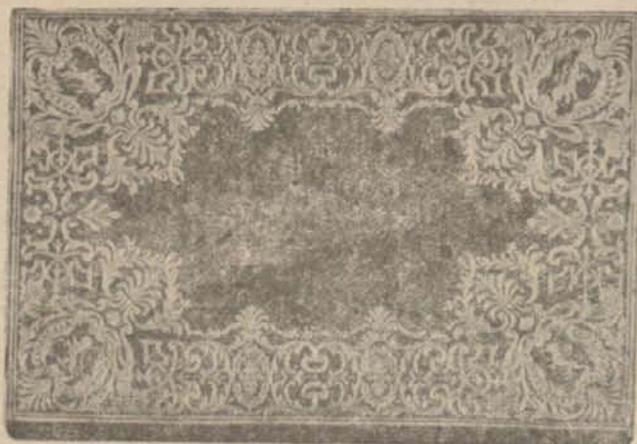
Cuando está seco se barniza o abrillanta mediante un encáustico. Este se prepara de varias maneras, siendo una de las más fáciles la siguiente: se raspa una cantidad de cera virgen y se mezcla con otra igual de aguarrás y un poquito de betún de Judea (un gramo por 20 de cera). Con ayuda de un trapito se extiende una ligerísima capa por la superficie de la madera, se espera unos instantes a que se seque y se frota enérgicamente con un cepillo fuerte o con un paño de lana hasta que aparezca brillo.

MANUELA PEREZ

Profesora de la Normal de Lérida

## Si no tiene V. labor em- pezada...

Puede interesarle la que publicamos: (1) alfombras de nudo hecho sin telar. He aquí tres distintos dibujos para alfombras, respondiendo a estilos diversos. Cada una puede elegir el que mejor cuadre con sus muebles;



el número 1 estará muy bien en una habitación de estilo español; los números 2 y 3 francamente oriental uno y de tracerías de gusto mudéjar el otro, están bien en cualquier clase de habitaciones.

La ejecución puede hacerse con lana de grueso corriente que se pone doble o cuádruple o con lana mecha. En el primer caso se trabaja sobre un fondo de



arpillera o tela de saco; en el segundo hace falta un tejido más abierto; existe para ello un cañamazo especial.

**Técnica** — Pueden hacerse por consiguiente sin telar; a punto de Smirna sencillo o doble. Se utilizan agujas de ojo largo como para enhebrar lana: son más cómodas las que tienen una ligera curva, semejantes a las de embastar colchones, pero más cortas. A falta de éstas, pueden utilizarse las agujas corrientes para lana, de punta roma.

Con objeto de que las lazadas resulten iguales puede introducirse en ellas un molde, bien redondo o bien aplastado: un mallero grueso, un manguillo de pluma

(1) Notas del cursillo sobre alfombras dirigido en Madrid en las vacaciones últimas, por nuestra coasociada señora Huguet.

cilíndrico, una aguja muy gruesa de hacer jersey o sencillamente una tira de cartón fuerte. Cuando se adquiere práctica llega a ser innecesario y puede suplirse con la punta del pulgar izquierdo

Se trabaja de izquierda a derecha. Para empezar se cogen horizontalmente dos hilos, dejando el cabo hacia arriba; luego se cogen los dos siguientes, manejando la aguja hacia atrás, de modo que salga la punta por donde se metió primero; se tira y resulta un nudo. El punto siguiente se hace como el anterior, dejando la lazada hacia arriba; el siguiente, lo mismo, pero apretando para hacer el nudo; es decir, que en un punto se hace lazada y en otro nudo. Por el revés resulta como un pespunte.

La segunda fila se hace a tres hilos de la primera. Así se van rellenando los motivos del dibujo.

Para dibujarla, si se sabe dibujo, se hace copiando o inventando los motivos, aplicándolos a la tela con un pincelito mojado en pintura de cualquier color. Si no se sabe dibujo, hay que calcarlo, bien con papel, bien picando el contorno y frotándolo luego con una muñe-



quilla de polvo de carbón. Luego se levanta el dibujo y se refuerza el calco con pintura como ya se ha dicho.

**Punto de Esmirna de doble nudo.** — Para ejecutarlo, nos parece más claro atenerse a la figura adjunta. En ella puede verse que se va haciendo a la vez en dos filas, horizontales y paralelas, pero pasando de una a otra en cada punto y teniendo cuidado que vayan trocados, es decir, que el principio del de arriba, por ejemplo, coin-



cida con la mitad del de abajo. Este punto cunde más que el otro y deja la lazada más derecha y por tanto la alfombra más mullida. Terminada cada fila, se cortan las lazadas, lo mismo en el punto sencillo que en el doble.

Estas alfombras no necesitan engomarse ni forrarse; quedan por el revés como hechas en telar y al sacudirse no pierden la lana porque va anudada. Si la arpillera es buena, durará muchos años y además se pueden restaurar las partes rozadas.



**Esta Revista se reparte gratis  
a las asociadas**

# SECCIÓN METODOLÓGICA

Quisiéramos en esta Sección sugerir posibilidades de dar enseñanzas del hogar en los distintos medios docentes y sociales. A ese fin daremos cuenta de ensayos, proyectos, planes y programas, tipos de organización que pueden establecerse etc. etc., y tendremos siempre un placer en resolver consultas de nuestras asociadas en relación con este asunto, esperando y contando al propio tiempo con su colaboración.

## Del V Congreso de Enseñanzas del Hogar en Berlín

### IV

#### CONCLUSIONES

1.º El Congreso está satisfecho de hacer constar que las conclusiones formuladas en las reuniones precedentes y singularmente en la de Roma referentes a las enseñanzas del Hogar en general, se hallan en plena realización.

2.º El Congreso insiste sobre la necesidad urgente de formar mujeres que posean, además de los conocimientos domésticos y sociales, un concepto socialmente justo de sus deberes, que estén penetradas de la importancia de su misión sublime y prontas a colaborar generosamente y sin reservas en el plan de la creación, a fin de educar la generación que exigen las circunstancias actuales: hombres decididos a afrontar alegremente los riesgos de la existencia y hacer frente a las dificultades cotidianas y prontos a asumir todas sus responsabilidades individuales, familiares y sociales.

3.º Esta educación supone una sólida formación religiosa y moral que no puede darse sino por maestros verdaderamente calificados que se consagren a su tarea con toda su alma y que trabajen en estrecha colaboración con la Familia, la Iglesia y el Estado.

4.º Con respeto a la aplicación de los datos científicos a las enseñanzas del Hogar, el Congreso estima que éstas deben tener a su servicio los datos suministrados por todas las ciencias que contribuyan a hacer comprender la vida en sus múltiples manifestaciones.

5.º El Congreso pone de manifiesto que es indispensable conceder un lugar distinguido a las ciencias morales y sociales que están en un grado tan eminente como las ciencias naturales, puesto que el hombre es el centro de la creación y el rey de la Naturaleza.

6.º La conservación del patrimonio moral y espiri-

tual de la humanidad exige que se restablezca la escala de los valores, afirmando la primacía del espiritual.

7.º La enseñanza así comprendida contribuirá a anclar a las alumnas en su medio natural al enseñarles a observarlo, a admirarlo y a amarlo.

8.º Respecto a la racionalización de los trabajos del Hogar, el Congreso anima todas las iniciativas de orden técnico o metódico que contribuyan a descansar a la mujer en sus trabajos domésticos con el fin de procurarle ratos de ocio indispensables para el desenvolvimiento armónico de sus facultades y para que le quede tiempo para llenar plenamente su papel familiar y social.

La racionalización no debe sin embargo suprimir el gusto por el esfuerzo ni debe despreciar las tareas oscuras y humildes, no debe buscarse para evitar la mano de obra y debe tenerse allá donde el ejemplo es generador de trabajo y de admiración.

9.º La familia es el medio por excelencia donde los niños deben de adquirir el hábito y el gusto por el trabajo.

10.º Por último, a propósito del aprendizaje doméstico, el Congreso afirma la nobleza incomparable del trabajo manual en el cuadro familiar y aplaude los esfuerzos hechos para restituir al trabajo doméstico su alta significación moral y social. Estima como condición de esta restauración moral la vuelta a una vida familiar que realice de una manera efectiva una verdadera comunidad doméstica para todos los que viven en el mismo hogar. Como procedimiento práctico se debe asimilar el período de práctica doméstica familiar a los aprendizajes de profesiones, confiriéndole los mismos caracteres: contrato, exámenes y diploma profesional.

11.º El Congreso desea que el período de práctica doméstica familiar se realice cada vez más, puesto que la familia tanto urbana como rural, ofrece las mejores condiciones para el aprendizaje de la vida.

## DE LA ASOCIACION

### COMITÉ CENTRAL

#### Memoria de la Secretaría general correspondiente al año 1934

Durante el año que termina la Asociación ha proseguido sus trabajos con el ritmo acostumbrado, moviéndose en medio de la apatía y la incompreensión del ambiente. La iniciativa de los cursillos de enseñanzas del Hogar, inaugurados en Madrid por la Asociación con el nombre de «Institución Concepción Sáiz», no dió los frutos que se esperaban; las alumnas no tuvieron constancia para seguir paso a paso un cursillo de varios meses (Octubre a Marzo) y por falta de asistencia hubo que dejar de dar algunas de las enseñanzas anunciadas. Indudablemente, hay que hacer ambiente previo, cosa harto difícil en un medio y época de frivolidad tan acentuada como la actual.

Por otro lado, se ha intentado con éxito, la transformación de nuestro modesto boletín HOGAR, en una revista ilustrada, que por exigencias del derecho de propiedad intelectual hubo de titularse NUESTROS HOGARES. Encomendada su dirección a quien ésto escribe, se ha procurado darle todo el desarrollo compatible con nuestros modestos medios, habiendo fallado solamente en gran parte el aspecto de publicidad. Lejos de su finalidad la idea de lucro, aspira únicamente a su difusión por los hogares españoles, a fin de ir formando ambiente favorable a los ideales de nuestra Asociación, de la cual continúa siendo órgano.

En este sentido, la Asociación ha ayudado pecuniariamente a la Revista hasta el límite de sus posibilidades.

Para acrecentar su difusión, se han admitido suscripciones al precio irrisorio de 4 pesetas al año.

Tanto para llenar los fines que se persiguen cuanto para aumentar los ingresos que permitan mejorar la Revista, se hace preciso que nuestros consocios activen la



# R E V I S T A S

EN LENGUA FRANCESA

*L'Enseignement Ménager*, Friburgo (Suiza).—Sumario del número de Noviembre-Diciembre 1934: En la Exposición del V Congreso internacional de enseñanzas del Hogar en Berlín.—El progreso en trabajos del Hogar (noticias del 2.º año de prácticas de Hogar, organizado en la Escuela Normal de enseñanza técnica de París, por Mmes. Belime Laugier y Pouillot.)—Concursos de habilidad en Varsovia.—La copa de la animosa labradora en el Congreso internacional de Agricultura en Budapest, el pasado Junio. Tomaron parte, concursantes de Rumania, Hungría, Italia, Polonia, Alemania, Francia, Checoslovaquia y Suiza. De 22 ejercicios, fueron elegidos los cinco siguientes:

1.º Fregado de vajilla para 12 invitados; 2.º Corte y preparación de un delantal para un niño de tres años; 3.º Confección de un bizcocho; 4.º Análisis de leche y preparación de un pesado de un kilo, y 5.º Ocupar al aire libre a niños de cuatro a cinco años durante veinte minutos.

El próximo concurso, se celebrará en Bélgica en 1935.

Contiene también este número noticias de diversos países, tales como un cursillo de perfeccionamiento de maestras del Hogar en Inglaterra; de Siam, cuya reina, además de hacer en París su licenciatura en Derecho, posee una excelente preparación para el Hogar que se esfuerza en difundir en su país al alcance de todos; de Egipto, donde existe la escuela profesional y de Hogar fundada por la señora Hoda Charaut en el Cairo; de una asamblea de profesoras de enseñanzas del Hogar en los Estados Unidos, de la enseñanza doméstico agrícola en Holanda, de la creación en el Instituto de Investigación doméstica en Rumanía, de un curso normal de especialistas en cocina, planchado y ornamentación para las escuelas de Hogar. Trae también abundante bibliografía, a través de las Revistas, etc.

*La Femme a la Campagne*, Lyon.—Sumario del número de Diciembre de 1934: Felices Pascuas. El Adviento, ¿De dónde vienes, Pastora? (Letra y música.)—Nuestras recetas de cocina.—Historieta verdadera.—Actas de la reunión de estudios de las Asociaciones Femeninas.—Patrones de camión para invierno.—Los oficios de la mujer: cría de caracoles, ranas y cangrejos, conejos de Indias, etc. Nuestra encuesta: la personalidad femenina en el campo y en la ciudad.—El trigo.—El ama de casa enfermera.—Amores de ultratumba.—La educación para el hogar.—Bibliografía.—Cursos de enseñanzas del hogar. La mujer india. Conjunto escocés para deportes de invierno. Índice del año 1934

*La Famille heureuse*, París.—Sumario del número de Diciembre de 1934: Nuestras ideas sobre la felicidad. Cuento de Navidad: Reveillon.—Postres de la estación.—Nacimiento y árbol de Navidad para los niños. Puericultura: el carnet de mamá.—Dos lindos objetos para aguinaldo.—La encuadernación, etc.

EN LENGUA ITALIANA

*Educazione ed Economia Doméstica*, Bérgamo.—Sumario del número de Diciembre de 1931: El día de la madre y del niño.—El noviciado casero.—La misión de la mujer.—Cómo escoger los regalos.—La alimentación en la diabetes: prórroga del concurso.—Para los deportistas y los obesos. Conocimientos útiles a las amas de casa.—Limpieza del linoleum.—Las falsificaciones del café. De cocina.—La miel.—Algunas normas prácticas para cuidar la cocina.—La moda y la protección a los pájaros.—La firma del avicultor.—Botiquín de urgencia, etc.

*Domus Rustica*, Milán.—Número de Diciembre de 1934: Leyenda de Navidad. La casa rural.—Navidad en la cocina.—Plantas que no fructifican.—Concurso de cultivo de huerto.—Flores de invierno: la *Phyllis Ericoides*. La labor mensual. Curso de economía doméstica y práctica agraria por correspondencia.

*L'Azione delle Massaie Rurali*, Roma.—Diciembre 1934: Disposiciones para el encasillado de amas de casa rurales.—Amas de casa.—Para la asistencia de las amas de casa rurales. El acuerdo con la entidad nacional fascista de la cooperación para la asistencia técnica de tipo cooperativo.—Ojeada al mundo.—Labores de Diciembre: en la casa, en el corral, en el vergel, en el huerto.—Prevención de enfermedades reumáticas. Los seguros de vida ¿no interesan a los rurales?—Notas agrícolas. El semillero.—El «Vinsanto».—Cómo envejecer los vinos.—El consumo de uvas: medios de conservarlas.—El perdón (cuento).—Del huerto a la cocina.—Notas de mercados.

EN LENGUA INGLESA

*Journal of Home Economics*, Baltimore (EE. UU.).—Sumario del número de Diciembre de 1934.—Estudio por los ra-

yos X de los trastornos de la nutrición.—Criterio para valorar el material demostrativo en la Enseñanza de la Alimentación.—Standards para productos agrícolas.—Graduadas de «College» y gerencia de restaurants.—Signos de los tiempos.—Editoriales.—Investigaciones.—Libros y periódicos.—Noticias.

EN LENGUA ESPAÑOLA

*Revista de Organización Científica del Trabajo*, Barcelona-Madrid.—Sumario del número 25 (Septiembre de 1934).—La remuneración del trabajo de los contra maestres, por A. Layret.—La centralización de trabajo en las instituciones oficiales de Psicotecnia y Orientación Profesional, por J. Mallart.—Como utilizar para la orientación profesional el último año de escolaridad, por M. Rodrigo.—La disciplina en el trabajo y en el aprendizaje, por R. del Castillo.—Documentos.—Hechos comentados.—Información.—Bibliografía.

## N O T I C I A S

Durante las pasadas vacaciones se ha celebrado un cursillo de iniciación a la técnica de alfombras de nudo, dirigido por nuestra entusiasta coasociada señora Huguet, en sustitución del anunciado, que no pudo celebrarse por diversas causas, especificadas en la Memoria de Secretaría que va en otro lugar de este número.

El Comité Central se complace en hacer público su testimonio de agradecimiento a la señora Huguet.

El 26 de Diciembre último falleció en Madrid, víctima de rápida enfermedad, doña Antonia Martínez, madre de nuestra activa coasociada señorita Luisa Alonso, a quien así como a sus familiares, reteramos nuestro sentido pésame.

Con la cooperación de Unión Radio de Madrid la Asociación ha organizado un ciclo de conferencias de divulgación a cargo de distinguidos coasociados nuestros.

Tomarán parte en ellas, don José Mallart, del Instituto Psicotécnico, que hablará sobre *Organización Científica del Trabajo Doméstico*, el Inspector don Agustín Nogués: *Hacia una nueva vida del Hogar: rutinarismo y ciencia*; Dra. González Barrios, Jefe del Laboratorio del Instituto Rublo: *La leche en el Hogar: sus ventajas y sus peligros*. También nuestro Presidente señor Sánchez Anido desarrollará el tema: *Educación y familia*.

La emisora Radio Segovia ha requerido a la Directora de aquella Escuela del Hogar señorita Jiménez para dar un cursillo de conferencias ante el micrófono. Comenzarán el 16 de Enero con la titulada: *Para qué sirven las Ciencias del Hogar*.

## Ventajas que disfrutan las asociadas

Además de la satisfacción que produce cooperar a la obra de mejoramiento del hogar, las asociadas disfrutan de las siguientes ventajas:

- 1.º Reciben gratis la revista.
- 2.º Reciben gratis las publicaciones editadas en forma encuadernable.
- 3.º Tienen derecho al préstamo de revistas en las condiciones que en otro lugar se indican.
- 4.º Pueden participar de los cursillos que organiza la Asociación, gratuita o semigratuitamente.
- 5.º Las socias numerarias tienen derecho a la inserción gratuita de un anuncio al año en esta Revista, a favor suyo o de una tercera persona.

# Asociación Española para la difusión de las Ciencias del Hogar



¡El hogar se deshace! ¡Ayudadnos a sostenerlo y mejorarlo!

- 1.º Con vuestras cuotas.
- 2.º Con vuestra propaganda.
- 3.º Acudiendo a los cursos y conferencias que organiza la Asociación.
- 4.º Ayudando a sostener la Revista con anuncios y suscripciones.

## PEDID REGLAMENTO A

General Oráa, 17.-Madrid o Plaza de los Huertos, 1.-Segovia

### Asociáos:

CONTRIBUIREIS ASI A LA MEJORA DE LOS HOGARES ESPAÑOLES

## Perfumería y Papelería

San Bernardo, 123.-MADRID

Gran surtido en artículos de limpieza  
a precios muy económicos

(Frente al Metro Quevedo)

## Publicaciones de la Escuela del Hogar de Segovia

### La electricidad en el hogar

Folleto de sumo interés para las amas de casa

Precio para el público: 40 céntimos.

A las asociadas y suscriptoras de NUESTROS HOGARES 30 céntimos

Pedidos a Plazuela de los Huertos, núm. 1 (Escuela del Hogar)—SEGOVIA

### Para las asociadas y suscriptoras

#### Aviso de cambios de domicilio

Nombre y apellidos .....

Domicilio antiguo .....

.....

Nuevas señas .....

.....

Envfese a la Administración en sobre abierto como impresos.

### CUPÓN

Para nuestro concurso *La opinión de los solteros*  
**VOTO DE LAS SOLTERAS**

¿Qué opinión de las publicadas en  
*Nuestros Hogares* le merece mejor concep-  
to? (1)

Nombre y apellido de la votante .....

Domicilio .....

Población .....

Indíquese en letra clara el nombre del opinante  
y envíese el adjunto cupón a la Redactora Jefe se-  
ñora Aleixandre, Conde de Aranda, 6, Madrid.

Segovia. Imp. de Carlos Martín