

12 MAR 1936

NUESTROS

HOGARES



REVISTA MENSUAL
EXCEPTO JULIO Y AGOSTO



Año VIII- 2.ª Epoca-Núm. 14

Suscripción: 4 ptas. al año

SEMESTRE: 2,50 PESETAS

Se reparte gratis a las Asociadas

SUMARIO

- Quisiéramos que lo leyera el nuevo Ministro de Instrucción pública.
- Cartas a una novia, por el doctor Fausto.
- Del ambiente (La educación y la cultura surgiendo de las funciones del hogar), por José Sánchez Anido.
- De cocina, por E. H. S.
- De nuestras lecturas, por Luz Salazar. Noticias.
- Sección Práctica (El cuidado de los muebles de madera), por M. V. J.
- Si no tiene V. labor empezada... (Cuello-pechero de entretiem-po), por Luz.
- De la Asociación.
- Sección Metodológica (Del V Congreso de Enseñanzas del Hogar en Berlín), por Manuela Pérez.
- Revistas.-Libros recibidos.-Correspondencia abierta.
- Folleín encuadernable: «Organización científica del trabajo doméstico», por D. José Mallart.

Abril

1935



Laboratorio y cocina en una Escuela del Hogar alemana (Véase el artículo de la «Sección Metodológica».)

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 Re-tortillo y D.^a Elisa López Alvarez.

COMITE EFECTIVO

Presidente Excmo. Sr. D. José Sánchez Anido.—Madrid.
Vicepresidente 1.^a Dra. González Barrios.—Madrid.
Idem 2.^a Srta. Dolores Nogués, de la Normal de Avila.
Secretaria general Srta. María Victoria Jiménez, de la Normal de Segovia.
Tesorera D.^a Consuelo Aleixandre, del Grupo Ruiz Zorrilla, de Madrid.
Vicesecretaria-Contadora D.^a Inés Crespo, Regente de la Normal de Guadalajara.
Vocales D.^a Pilar Huguet, Ilma. Sra. D.^a Asunción Rincón, D.^a Camila V. de Subirá, D.^a Julieta Farrés de Gil, D.^a María Carriedo, D.^a Elvira M. Ostendí, D.^a Irene Rasines, D.^a Paz Alfaya y don 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.^a 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); señora Concha Alfaya, Sra. de la Riva, Sra. Vila, Srta. Crozart. Srta. J. López y D. L. Marcos, de Segovia; Srta. A. M. de la Huerga (Bernardos, Segovia).

Lea V. y propague esta Revista
Si quiere que perdure suscribase 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.^a Luz Salazar

Precio: 30 céntimos

Folleto núm. 2

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

por D.^a 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, Pi 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

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



Quisiéramos que lo leyera el nuevo Ministro de Instrucción Pública

Con gran satisfacción vemos que van extendiéndose las Escuelas Maternales por España. Con doble satisfacción las veríamos crear si se completasen con lo que debiera ser su natural complemento: las enseñanzas del Hogar.

Los pequeños que constituyen la matrícula de las Escuelas Maternales necesitan calor de hogar, ambiente de casa, alimentación adecuada, cuidados de Puericultura, educación familiar, todo en suma de lo que constituye la base de las Escuelas del Hogar.

Bastaría para transformarlas iniciar en estas enseñanzas a las maestras de las Escuelas Maternales que ya no lo estuviesen mediante un curso normal permanente por el que fuesen pasando y a medida que este personal estuviese capacitado podría abrirse en sus respectivas escuelas matrícula para que las jóvenes aprendiesen a ser amas de casa y madres de familia, atendiendo las necesidades de los pequeñuelos y recibiendo a la par las lecciones teóricas y prácticas de las maestras de la escuela, ya capacitadas para ello.

La instalación podría ser la misma de las Escuelas Maternales ya que en ellas ha de haber cocina y «nurserie». Las alumnas habrían de permanecer en ellas el mismo tiempo que los niños, recibiendo por turno, o después, las clases teóricas.

Estas enseñanzas abrirían un porvenir a muchas muchachas, como ha ocurrido con las visitadoras de Puericultura. Un diploma que acredite haber cursado uno o dos años en una escuela del Hogar y maternal podría habilitar para el cuidado de niños, la regencia de hogares, pensiones, restaurantes, cantinas, hoteles, balnearios, etc.

El curso normal para preparación del personal, podría funcionar en vacaciones: uno o dos meses durante dos años, como se hace en Bélgica y en Francia, a fin de no desplazar a maestras y profesoras de sus tareas docentes; en las Escuelas Normales del Norte de España podría haber alguna en que instalarlo, a no ser que se habilite para ello algún edificio disponible como ha ocurrido con la Universidad de Verano. Existen ya en España profesoras y maestras capacitadas para dar estos cursos y dispuestas a darlos sin gratificación.

Si el nuevo Ministro de Instrucción Pública acometiese esta empresa, merecería bien de la Patria y nos redimiría del atraso que en este respecto estamos con relación a los demás países civilizados, no sólo de Europa, sino de América y aun de Africa.

Si V. E. se decidiera...

CARTAS A UNA NOVIA ⁽¹⁾

CARTA DÉCIMACUARTA

La lactancia artificial, amiga Teresita, es el procedimiento de alimentación del niño que ofrece mayores inconvenientes y más graves peligros. Permite la ausencia de la madre, cuyos cuidados son tan indispensables para la vida del recién nacido y hace posible la contaminación de la leche por elementos productores de numerosas y graves enfermedades.

No obstante, en la práctica estamos obligados con relativa frecuencia a autorizarla, pero siempre bajo nuestra inmediata vigilancia y dirección.

La leche es un medio particularmente fértil para el desarrollo de numerosas especies microbianas que pueden infectar las vías digestivas del lactante.

Durante mucho tiempo se ha procurado lograr la esterilización de la leche por medio del calor, y en la hora actual contamos con algunos procedimientos que son suficientemente eficaces, a condición de practicarlos con una extraordinaria escrupulosidad, no siempre compatible con el servicio doméstico. Por eso me permito aconsejarte que si tienes la desgracia de verte precisada a recurrir para lactar a tu hijo al sistema artificial, no dejes absolutamente a nadie intervenir en la preparación del alimento de tu hijo. Debes hacerlo por tí misma.

Los procedimientos de esterilización de la leche más comúnmente empleados son la ebullición simple, la ebullición al baño-maría o procedimiento de Soxhlet, la pasteurización y la esterilización al autoclave.

La ebullición a 100°C. destruye todos los microbios; pero no ataca a los esporos, que son como la semilla y, por tanto, pueden posteriormente volver a desarrollarse. Para obtener la ebullición verdadera hace falta, cuando «sube la leche», lo que se efectúa a los 80°, cortar con una cuchara la espuma que tiende a salir del recipiente. La leche debe conservarse en el mismo depósito donde haya sido hervida. Será colocada en un sitio fresco y deberá ser consumida en un plazo máximo de veinticuatro horas.

La esterilización al baño-maría se practica con el aparato ideado por Soxhlet, que consiste en un recipiente metálico provisto de su correspondiente tapadera y de un aparato metálico, especie de jaula portafrascos, para sostener el número de ellos necesario para utilizar una cada vez que haya que alimentar al niño. El agua del recipiente debe cubrir por lo menos las dos terceras partes de la altura de los frascos que van provistos de su correspondiente arandela de caucho.

Para hacerlo funcionar, se mide en cada frasco la cantidad necesaria para cada vez, y se introducen en el depósito de agua que se pone a hervir, teniéndola así durante cuarenta y cinco minutos, al cabo de los cuales se le hará enfriar todo lo más rápidamente posible. En el transcurso de este enfriamiento, las arandelas de caucho se adhieren fuertemente por razón del vacío que se produce en el interior de los frascos, quedando por tanto, perfectamente tapados.

La pasteurización y esterilización al autoclave son métodos sólo utilizables industrialmente. Por eso me abstengo de molestar tu atención describiéndolos.

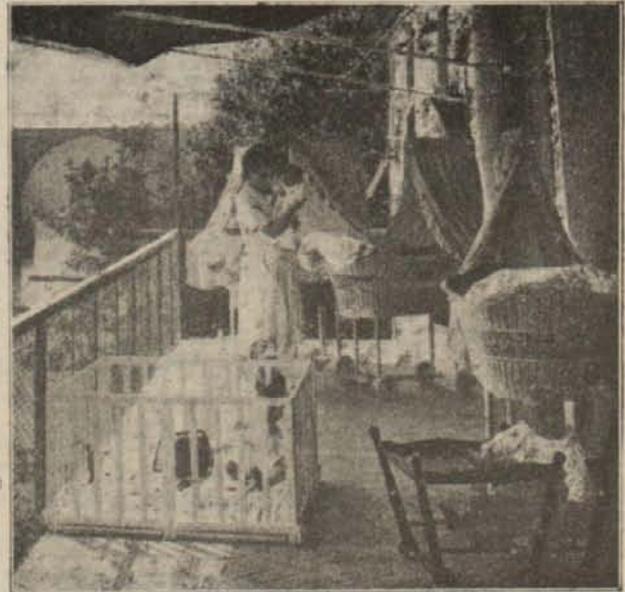
No necesito decirte, que los frascos del aparato Soxhlet, como los biberones, deben ser cuidadosamente

fregados y hervidos antes de echar en ellos la leche.

La leche no debe ser dada jamás al niño sino después de habernos asegurado cuidadosamente por el olor y el gusto de que no está alterada.

Cualquiera que sea el procedimiento para esterilizar la leche, debemos tener en cuenta siempre que el calor la modifica tanto más cuanto más elevada es la composición de la misma llegando a destruir los elementos denominados *vitaminas*, que se consideran indispensables para la nutrición. Por eso debe ser preferido el procedimiento de Soxhlet.

La llamada leche en conserva ha sufrido, además de la necesaria esterilización, ciertas modificaciones en su estado físico. El uso de estas leches está en la actualidad bastante extendido.



Guardería infantil en una fábrica italiana
(De la Revista «Educazione ed Economia Doméstica»)

La leche homogeneizada ha sufrido una especie de trituración de los glóbulos lechosos, obligándoles a atravesar por unos filtros especiales. Estos glóbulos se aproximan por su tamaño a los de la leche de mujer. Entonces se la somete a la esterilización y se administra como las otras leches.

La leche condensada se obtiene extrayendo de la leche una gran parte del agua que contiene, en parte por el calor y en parte por el vacío. Contiene un 12 por 100 de azúcar y es comparable a las leches que han sufrido un calor demasiado elevado.

La leche desecada, en polvo, es como su nombre indica: una leche que ha sufrido la extracción total de su agua de constitución. Es muy fácilmente digerible, ofreciendo casi la absoluta seguridad de su esterilización.

Existe en el mercado una clase de leche a la que se la ha desprovisto de una proporción de su cantidad de grasa, en cantidad proporcional a la edad del niño.

Perdona que me haya extendido demasiado en esta carta. En las próximas continuará hablándote de la lactancia artificial tu buen amigo el

DR. FAUSTO

(1) Véase el número anterior.

DE LA AMBIENTE

LA EDUCACION Y LA CULTURA SUR-
GIENDO DE LAS FUNCIONES DEL
HOGAR

La Asociación de las Ciencias del Hogar, continuando sin desmayos su labor de difusión, ha organizado en Madrid, en «Unión Radio», un cursillo de cuatro conferencias en las que han intervenido tan prestigiosas personalidades como los Sres. Mallart, Nogués y la Doctora González Barrio, interviniendo también con una el que esto escribe, la cual tenía por tema: «La educación renovadora de la familia. Las funciones del hogar instrumento de educación y de cultura general». He de inspirarme en ese pensamiento para hacer aquí algunas consideraciones.

Como es sabido, es la familia célula o germen de la vida social.

La familia debe ser la formadora de una humanidad más benévola, más cordial, más justa.

De ella deben salir los buenos ciudadanos, los padres verdaderamente educadores, los jóvenes de uno u otro sexo plenos de ideales sociales.

¿Se han de conseguir estos altos fines con la incultura, la ineducación, el trabajo rutinario, el egoísmo sordido, el gusto grosero o la sumisión servil a ridículos árbitros de la moda? No hay más que la educación y la cultura para regenerarla, preparando al efecto a la juventud, sobre todo a la juventud femenina, porque es la mujer el centro del hogar, de donde parten la dirección, el impulso, la organización, el buen tono de la vida familiar. Buen tono, que no es la elegancia como fin esencial de la vida, sino como gracia y distinción que la embellecen, como arte exquisito, fruto natural de un profundo cultivo del espíritu.

Lo primero que se oye decir cuando se trata de la vida familiar es que la mujer debe ser activa, económica, previsora, conciliadora y otras cualidades más; pero, por lo general, no nos dicen cómo se consigue ese milagro, y no parece sino que la mujer viene al mundo acompañada de esas cualidades como Minerva salió armada de todas armas de la cabeza de Júpiter. La educación actuando sobre las personas desde la cuna, llega a dotarlas de buenos hábitos, que gradualmente van determinando aquellas cualidades.

Todas las naciones cultas tienen una organización de las Enseñanzas del Hogar. Algunas empiezan a admitirlas en los centros universitarios. Bélgica tiene un Instituto Normal Superior de Economía Doméstica Agrícola, famoso por sus enseñanzas, famoso por la fusión de clases sociales que en él se realiza plenamente, famoso también por sus métodos de educación. Sabios eminentes, generales condecorados en la Gran Guerra, políticos destacados, personalidades de la vida elegante figuran en los Congresos del Hogar y en propagandas relativas a estas materias. ¿Por qué razón en nuestro país no hay organización oficial de estas enseñanzas, ni una mediana difusión de la acción particular, ni se ven probabilidades de que cambien las cosas fácilmente?

¿Por qué han de seguir siendo exclusivamente empíricas las funciones de la casa? La vida total de la familia y el trabajo doméstico deben estar organizados científicamente, y la mujer, a quien compete esta organización se convierte por ello en jefe de empresa. ¿Cómo puede llevar a cabo esta función tan difícil sin un estudio previo teórico-práctico?

La Mecánica aplicada a los trabajos domésticos enseña cómo con las máquinas y aparatos se ahorran tiempo y esfuerzo, se resta rudeza al trabajo, liberando con ello a la mujer humilde y aumentando comodidad a la mujer rica. La Mecánica, como técnica científica aplicada a la casa, sería un refinamiento mejorador del hogar. Por otra parte, la práctica de las labores, orientada por las ciencias sociales, educa en la modestia, en la disciplina voluntaria y permite apreciar cuánto valen los sacrificios y virtudes de la directora del hogar.

Si el ejercicio de la actividad doméstica es motor de educación, requiere a la vez conocimientos basados en la ciencia, que al levantar la familia, elevan a la vez a sus servidores. El centro familiar en donde más compleja debería ser la cultura es la cocina. Sin embargo, por una constante rutina, por preocupaciones ancestrales y por un sentido retrógrado de la vida, la función de la cocina es una función socialmente inferior. Si las funciones familiares se han de caracterizar por su inferioridad espiritual, malparada queda la familia. Las operaciones que en la cocina se realizan, obedecen a principios y leyes que son objeto de las ciencias físicas, químicas, mecánicas, económicas y biológicas. La cocina es conservadora del cuerpo humano, fomentadora de sus energías, reparadora de sus pérdidas. Ha de conocer el que cocina cómo eso se realiza. Al averiguar la cocinera la adulteración de una sustancia alimenticia, verifica un análisis científico y se eleva a la categoría de un investigador.

En el hogar se cría y educa al niño, y la puericultura, que combate la mortalidad infantil, y la pedagogía que enseña los métodos conducentes a la formación de buenos hábitos, hacen de la mujer la redentora de la vida física y moral de la infancia. Vestir no es sólo cubrir el cuerpo; es conservar su resistencia y vitalidad, es adquirir conocimientos útiles sobre las sustancias que forman el vestido. En la vivienda hemos de ver la higiene y lo que representa la luz, el aire, el calor, la economía, el lugar de colaboración familiar, de alegría común, de delicada poesía. Pero, al mismo tiempo servirá para recordar los lugares horribles donde se desarrolla la vida de tantos desgraciados, y ante la dueña de casa surgirá el problema de la vivienda pobre y el deber de la asistencia social.

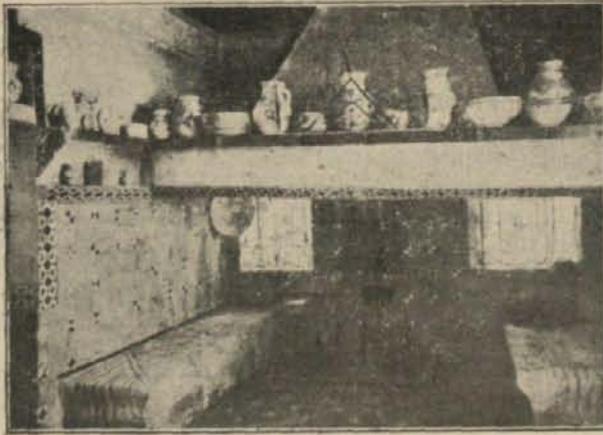
Hay en la casa el problema de la administración, que obedece a leyes económicas objeto de la Economía social y de las Finanzas. No perder nada; aprovechar lo útil; reparar enseguida deterioros; manejar las cosas con cuidado; conservarlas en su natural duración; hacer el presupuesto. Es decir, la mujer ha de ser el ministro de Economía y de la Hacienda familiares. La mujer ha de ser artista en su persona, en la de sus hijos, en el interior de la casa, envolviendo la familia en un ambiente de gracia, de buen gusto, de armonía.

Ciencias biológicas, sociales, pedagógicas, económicas, todas han de contribuir a formar la mujer de su casa partiendo de las realidades de la vida constituidas por las funciones del hogar, para llegar a conseguir un elevado sentido de espiritualidad que el mundo necesita.

JOSÉ SANCHEZ ANIDO

Presidente de la Asociación de Ciencias del Hogar

DECOCIÓN DE NUESTRAS LECTURAS



ZANAHORIAS A LA CREMA

Se cuecen en caldo, cortadas en rodajas. Una vez cocidas, se les echa mantequilla o nata, perejil picado, zumo de limón, un poco de pimienta y una yema batida; la salsa queda como una crema.

Es un plato de gran valor nutritivo y muy rico en vitaminas.

BUDIN DE SALMON (SIN SALMON)

Ingredientes.—Pescadilla o merluza (medio kilo de tomate o una lata grande), dos huevos.

Técnica.—Se cuece el pescado, se le quitan las espinas y pellejo y se desmenuza. Se fríe el tomate triturándolo bien. Se mezcla con el tomate, de lo que toma el color del salmón y se echan los huevos bien batidos, procurando quede una masa homogénea. Se engrasa el molde y se cuaja al horno al baño-maría. Para sacarlo mejor conviene poner un papel de estraza en el fondo. Después de volcado se echa salsa mahonesa encima.

SOUFFLÉ DE NARANJA

Para seis personas.

6 naranjas, 60 gramos de mantequilla, 45 gramos de azúcar, 45 gramos de harina, 3 huevos, 1 vasito de vino generoso. Se corta cada naranja por mitad, se exprime sin romper la cáscara (lo mejor es con un exprimelimon) y se mezcla el zumo que resulte con la copita de vino, se derrite la mantequilla en un cacito, se añade la harina y el jugo que tenemos preparado y se deja hervir hasta que se espese; se separa y se deja enfriar, se añade el azúcar y las yemas una a una, batiéndolo bien; por último se agregan las claras batidas a punto de nieve, se rellenan las cáscaras con esta crema, después de quitarlas la pulpa interior y hacerles unos piquitos en el borde, y se meten en el horno fuerte 10 a 12 minutos hasta que sube. Sírvese inmediatamente.

E. H. S.

**INSCRIBASE EN LA ASOCIACION
CIENCIAS DEL HOGAR**

(Véase la página 4.ª de las cubiertas)

Clase de Metodología de la Física y de la Química. Escuela Normal del Magisterio primario de Murcia

Es una recopilación de los trabajos prácticos de Metodología de estas materias. Cada alumna o alumno normalista expone en el libro con claridad, sencillez, y en ocasiones, con atrayente estilo, la lección práctica que le correspondió desenvolver ante los escolares; sencillos dibujos y experiencias, cuantas son precisas, hechas a veces con material improvisado, completan la labor. Es grato consignar que la brevedad preside cada relato.

Ordenado por grados, se desenvuelve todo el programa con orientación pedagógica, tan asequible al auditorio infantil que el cometido de «enseñar deleitando» se cumple a satisfacción.

La segunda parte de la obra se dedica a los diarios de clase, a las excursiones y visitas a fábricas, resumiendo las enseñanzas científicas que de ellas se deducen, y termina con algunos guiones de las charlas dadas en las clases de adultos, por los alumnos de las dos últimas promociones. Corre también a cargo de los normalistas su redacción, siempre breve y en algunos casos, en jugoso estilo.

Es toda la obra, expresión fiel de la concienzuda labor que D.^ª Primitiva López, Profesora de estas enseñanzas, desarrolla en sus clases y de la feliz orientación que sabe darles. Quizá como galardón a sus méritos, la Excma. Diputación de Murcia ha procedido generosamente, editando el libro que, propagado, podrá ser útil guía para todos los maestros y más especialmente para los rurales, por ser adonde más se precisa que lleguen los aires de fuera, dadas las condiciones en que han de desenvolverse.

Algunas erratas que el lector sabrá subsanar, han escapado a la corrección de pruebas.

Luz SALAZAR

Madrid Marzo 1935.

NOTICIAS

Con satisfacción vemos reaparecer en Valladolid la simpática revista «El Ama de Casa», que comparte con NUESTROS HOGARES la tarea formativa de nuestras mujeres para su más alta misión. En ella se anuncia la inauguración de la Residencia Escuela Hogar que suponemos viene a substituir a la Granja Profesional Femenina.

En un país como el nuestro donde tanto escasean esta clase de instituciones, es consolador ver abrir un centro más, al que deseamos muchos éxitos.

La *American Home Economics Association*, en atenta carta a la que contestaremos en cuanto tengamos los datos que pide, desea costear una beca para una alumna extranjera, esto es no norteamericana que en EE. UU. o en otro país conveniente quiera ampliar su formación en Enseñanzas del Hogar.

Desea asimismo enviar su cuestionario a cuantas personas u organizaciones se ocupen de estos asuntos en España.

Rogamos a nuestros consocios a quienes interese envíen sus señas, bien a la Dirección de NUESTROS HOGARES, bien directamente a Miss Atwater, Secretary, 617 Mills Building Washington D. C. (Estados Unidos).

SECCIÓN PRÁCTICA

EL CUIDADO DE LOS MUEBLES
DE MADERA

Una de las cosas que peor efecto hace en una casa, por limpia que esté, son los muebles y puertas arañadas o manchadas, con señales de agua o de la grasa de las manos. Hay casas en las que los muebles parecen siempre viejos, por falta de un cuidado especial que no consiste solo en limpiarles el polvo.

Para hablar de la conservación de los muebles haremos antes una clasificación de éstos según la forma de estar tratada la madera.

Los muebles que pudiéramos llamar tradicionales están barnizados, generalmente, a muñeca, lo que les da un aspecto brillante. La aplicación continuada de las manos empaña el brillo y a veces una gota de agua que no se enjugó a tiempo deja una señal.

Otras veces, sobre todo cuando el barniz no es a muñeca, sino simplemente aplicado con pincel, como ocurre en muebles económicos barnizados, se hacen en ellos rayas con gran facilidad como resultado de cualquier roce.¹

Los muebles pueden ser también encerados; después de darles color (o dejándolos en el color mismo de la madera cuando se trata de maderas finas) se frotan con aguarrás y cera, dejándola secar para sacarles luego con el paño ese lustre sedoso semimate que los hace tan atractivos. De este tipo son los llamados muebles de estilo español, ricos en tallas y adornos.

Por último la moda ha impuesto otros muebles de líneas sobrias y geométricas, pintados al esmalte en colores agrios y de fuerte contraste (rojos con bordes negros, azul intenso, verde claro, verde gris, etc., etc.)

Quedan, por fin, los clásicos muebles de pino, de madera de su color, sin barnizar, pintar ni encerar, propios de cocinas, cuartos de plancha, roperos, etc., que cada día son más raros porque van siendo sustituidos por muebles esmaltados.

Cada una de estas clases de muebles se cuidan de modo diferente.

Los muebles barnizados se pueden limpiar impregnando una muñequilla en una mezcla a partes iguales, de aceite común y vinagre, bien batidos. Después de frotados con ella, se les saca brillo con una franela.

En los muebles encerados se frotan primero las manchas con una lija fina, hasta hacerlas desaparecer. Después se les aplica cera disuelta en aguarrás (encáustico), se deja evaporar un poco y luego se frota también con una franela. Si el mueble es muy oscuro, hay que echar en el aguarrás un poco de anilina antes de añadir la cera.

Como la preparación del encáustico está expuesta a no pocos peligros, sobre todo dejado en manos inexpertas, por la inflamabilidad del aguarrás, peligro que aumenta si se substituye éste por gasolina, mucho más

inflamable, indicaremos que bajo ningún pretexto se acerque al fuego el recipiente que los contenga, ni se manipule con luz artificial que no sea eléctrica.

La proporción puede ser de 30 gramos de cera para medio litro de aguarrás.

Para disolver la cera en el aguarrás se puede dejar caer gota a gota sobre él la cera fundida. Como ésta se derrite a poca temperatura (unos 44 grados centígrados) se puede aplicar el trozo de cera (es siempre de mejor calidad la cera virgen que las pastillas o panes comerciales) con la mano izquierda a una plancha caliente que se sostenga verticalmente con la derecha sobre el recipiente del aguarrás, pero a 20 o 30 centímetros de altura de éste para que no le llegue el calor. La cera resbalará por la superficie de la plancha y caerá al recipiente. De vez en cuando se suspende la operación para que no se caliente el aguarrás con el calor de la cera. Es un exceso de precaución, pero debe hacerse. Déjese reposar 24 horas.

También se puede conseguir el mismo resultado raspando la cera sobre el aguarrás, pero en este caso para la disolución completa hacen falta unos ocho días de reposo.

De este modo se evitan los terribles accidentes que ensombrecen con frecuencia en la prensa la crónica de sucesos. Si el ama de casa no se puede ocupar personalmente de prepararlo, es preferible que se adquiera un encáustico comercial, que resulta bien, pero más caro, naturalmente.

Los muebles esmaltados requieren un cuidado extremo. Las rayas sólo se quitan con nueva aplicación de esmalte. La huella de las manos, que los oscurece y que sobre las puertas especialmente produce un efecto deplorable, se quitan lavándolas ligeramente con un paño o esponja mojado en una lejía débil. Esta se hace cociendo en agua una muñequilla que contenga ceniza vegetal, rica en sales de sosa y potasa, que desengrasan sin deteriorar la pintura, con tal de que se aclare después perfectamente con agua limpia y se seque bien con un paño.

En cuanto a los muebles de pino en su color, basta el clásico fregado con estropajo o cepillo. Como ingrediente para adicionar al agua se recomienda la sosa o los polvos de gas (hipoclorito de cal). El jabón ennegrece la madera y la arena, la araña. Aclárese bien; pero con poca agua cada vez, pues el exceso de ésta ennegrece también la madera.

M. V. J.

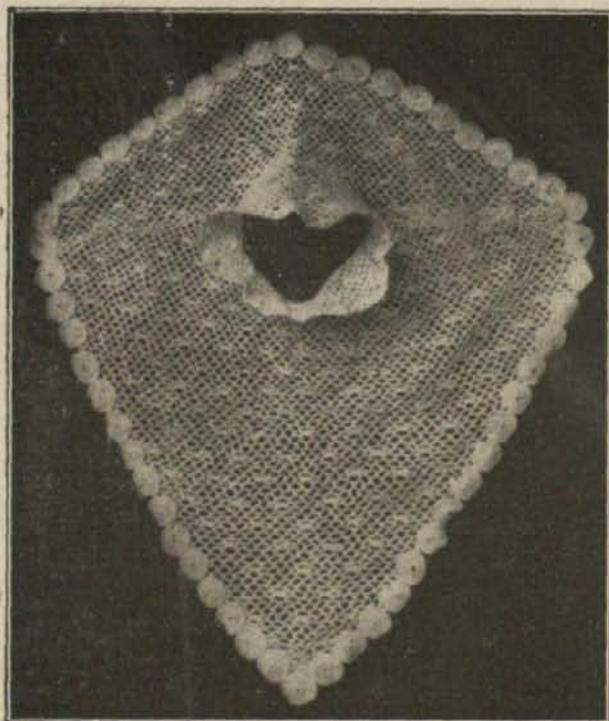
**Esta Revista se reparte gratis
a las asociadas**

SI NO TIENE V. LABOR EMPEZADA...

CUELLO-PECHERO DE ENTRETIMIENTO

Materiales.—Sobra con un ovillo o madeja de lana fina. El presentado es blanco. Ganchillo delgado.

Se empieza por la punta: se hacen diez cadenas; se mete el ganchillo en la séptima y se hace medio punto;



(Cliché Gil)

cinco cadenas más, para enlazar con la décima. Quedan dos agujeros. Al empezar cada vuelta se hacen siete cadenas que se cierran en círculo, es para aumentar un agujero. Se sube entonces la lana con el ganchillo, haciendo medios puntos, dos veces, y se empiezan cinco cadenas que se unen a la tercera de cada agujero y así se continúan todas las vueltas. Quedará un agujero más en cada una. Se sigue creciendo con el patrón a la vista, distanciando los crecidos a medida que sea preciso.

En la cuarta vuelta, se hacen cinco medias patas (punto festón) dentro del tercer agujero, precedidas y seguidas de dos cadenas que unen respectivamente con el tercer punto de los agujeros anterior y posterior. El motivo se repite cada tres agujeros y cada cuatro vueltas, cuidando de que formen triángulo.

La tira del cuello se hace por separado, de análoga manera, finalizándola con un piquillo sencillo.

Los redondeles no son mayores que una peseta: se hacen cinco cadenas, se cierran, se cubren con medios puntos que se continúan hasta tener cinco vueltas completas.

Se arma sobre el patrón. El modelo está abierto en el lado izquierdo, abrocha con botones y llega casi a la cintura.

LUZ.

Madrid, Abril 1935.

DE LA ASOCIACION

La Escuela del Hogar «Concepción Arenal» en Valladolid

El Ayuntamiento de aquella capital ha aprobado una moción de la Alcaldía para estudiar los medios de proporcionar local y prestar ayuda a la Escuela del Hogar fundada por el Comité provincial de nuestra Asociación.

Nos congratulamos de que vuelva a resurgir aquella Escuela después de las vicisitudes sufridas.

Curso por correspondencia para las asociadas numerarias

El Comité Central, en su sesión de Marzo, tomó el acuerdo de organizar para las asociadas numerarias de toda España un curso por correspondencia que comprenderá: Higiene de la alimentación y cocina razonada. Cuidado de ropas (lavado, planchado y quitamanchas). Organización del trabajo doméstico. Puericultura. Cuidado de enfermos. Educación familiar. Arte decorativo aplicado al hogar, etc. Dirigirán el cursillo en estas diversas especialidades los miembros del Comité señoras y señoritas Nogués, Aleixandre, Rasines, Alfaya, Jiménez y Sr. Sánchez Anido. Las asociadas maestras tendrán otra

sección relativa a las Enseñanzas del Hogar en la Escuela Primaria a cargo de la Directora del grupo «Joaquín Costa» de Madrid, Srta. Carriedo. Este curso se dará gratis para las socias numerarias, que sólo tendrán que abonar los gastos de franqueo. Las agregadas y suscriptoras, que deseen participar del cursillo abonarán además 6 pesetas en concepto de matrícula. Las peticiones podrán enviarse hasta el 31 de Mayo a la Secretaria general de la Asociación Srta. Victoria Jiménez, plaza de los Huertos, 1, Segovia.

Para participar del cursillo es necesario estar al corriente en el pago.

Cursillos para maestras

Con la cooperación de las asociadas de las respectivas provincias proyectamos dos cursillos de orientación en Enseñanzas del Hogar aplicadas a la Escuela primaria en Valencia y Logroño, respectivamente.

Lecciones ambulantes

Dentro de este mes se dará una en la Asociación de Antiguas Alumnas de la Escuela de Carbonero el Mayor (Segovia) a cargo de la Presidente de aquel Comité provincial Srta. Jiménez.

PROPAGUE V. NUESTRA REVISTA

SECCIÓN METODOLÓGICA

Del Congreso Internacional de Enseñanzas del Hogar en Berlín

Una gran Institución de Enseñanzas Doméstica y Profesional Femenina

El deseo de controlar mi labor profesional y de mejorarla con nuevas adquisiciones me ha impulsado a realizar durante mis vacaciones estivales un pequeño viaje por Francia, Suiza y Alemania cuyo objeto principal ha sido concurrir al V Congreso Internacional de Enseñanzas del Hogar y visitar al paso escuelas de esta especialidad.

¡Qué de cosas se han ofrecido a mi consideración! No me atrevo a asegurar que todo ha sido de mi agrado, pero sí, que en conjunto la impresión es excelente.

Desde luego he podido comprobar por mi misma un hecho: la atención y esmero que tanto la acción privada como la oficial ponen en los países del norte y centro de Europa en la formación racional de las jóvenes para la vida del hogar. Numerosas son las escuelas que de todos los tipos y grados se destinan en ellos a este aspecto de la enseñanza; desde la modesta escuelita rural hasta la escuela normal de enseñanza doméstica para la preparación del profesorado, pasando por todos los grados intermedios.

Tarea larga sería la de exponer detalladamente cuanto en este orden he visto. A título de información citaré algunos datos para estímulo de quienes puedan o deban preocuparse de estas cuestiones.

El cantón de Friburgo (Suiza) cuenta con 50 escuelas ménagères sobre 60 localidades que lo integran y una Escuela Normal en la capital.

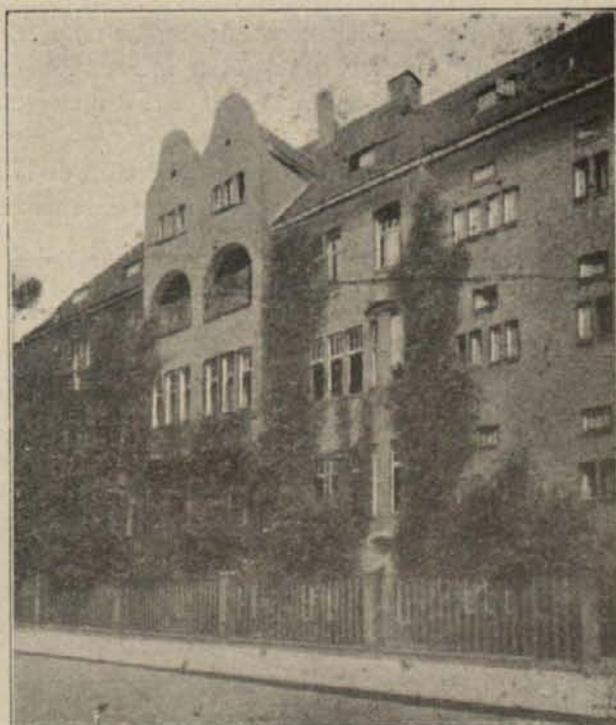
En Munich hay un gran centro de Enseñanza doméstica fundado y sostenido por una sociedad femenina, en el cual además de todas las enseñanzas corrientes en estas escuelas hay una clase especial de cocina para enfermos donde se confeccionan platos para toda suerte de regímenes dietéticos que se sirven a módicos precios en un restaurant anejo a la Escuela, y aún se preparan los alimentos según prescripción facultativa, a los comensales que lo solicitan.

En esta ciudad existe también la Escuela «Princesa Arnulf» de carácter oficial, en la que funciona una escuela del hogar y un seminario o escuela normal. El edificio que ocupa es algo soberbio; para formarse una idea de lo que es, basta decir que aparte de innumerables clases de cultura general y de labores domésticas, tiene cinco de cocina dotadas todas del más variado, abundante y moderno material. Cuenta además con internado.

Superan a estas instituciones las que visité en la capital de Alemania con ocasión del Congreso y de una de las cuales me voy a ocupar. Es esta la «PESTALOZZI FROEBEL HAUS» (Casa de Froebel Pestalozzi); fundada en 1860 por Henriette Schrader y Hedwig Heyl y

destinada a la preparación de las jóvenes para su futura misión de directoras de un hogar y para todas las profesiones domésticas.

Ocupa un vastísimo edificio de líneas sencillas pero elegantes con un hermoso patio central de forma irregular rodeado de pequeños jardincillos.



Edificio de la Pestalozzi Fröbelhaus

Amplios ventanales iluminan sus casi incontables dependencias en las que las flores con acierto elegidas y algunos grabados constituyen el único ornato, imprimiéndoles una nota alegre y de delicado gusto.

La Pestalozzi Froebel Haus se divide en cuatro grandes secciones la *P. F. H.*—I-II-III-IV.

Estas a su vez se subdividen en otras que pudiéramos llamar subsecciones.

La *P. F. H.* I comprende las siguientes:

- 1.—Instituciones culturales.
- 2.—Un hogar para escolares de fuera de la localidad. (Hogar Victoria).
- 4.—Una escuela de madres.
- 5.—Un negociado u oficina para la colocación de las alumnas aventajadas.

La *P. F. H.* II abarca:

- 1.—Cursos profesionales de enseñanza doméstica.
- 2.—Cursos de cultura profesional doméstica.

3.—Enseñanzas por asignaturas sueltas o grupos análogos, por ejecutar trabajos de aguja, corte, etc.

4.—Un hogar o pensión para alumnas forasteras (Hogar Isabel).

5.—Dos restaurantes, uno para alumnas y otro para personas ajenas al establecimiento.

La P. F. H. III consta:

1.—Escuela femenina nacional-socialista.

2.—Un internado.

La P. F. H. IV constituye un centro de cultura superior denominado Seminario de Berlín para trabajos sociales.

Entre las Instituciones de la sección 1.^a figuran como más interesantes un seminario de jardineras de la infancia, otro ídem de ayas o institutrices, otro de profesoras de labores y una escuela de cuidadoras de niños.

En la sección II ofrecen especial interés los cursos profesionales de ocupaciones domésticas que están integrados por:

Escuelas A y B, para gobierno y dirección de la casa.

Cursos semestrales y cursos breves de enseñanza doméstica.

Escuela superior de profesiones femeninas.

Otras modalidades de la enseñanza profesional.

Esta sección por referirse de un modo especial a la educación de las muchachas para la vida del hogar, fué la que atrajo más mi atención, singularmente, las escuelas A y B, cuya finalidad, según el reglamento de las mismas, es «preparar amas de casa conscientes de su misión, activas y mujeres útiles a la vez a la comunidad del pueblo alemán».

Los cursos que en ellas se siguen, que pueden ser semestrales y anuales, comprenden enseñanzas prácticas y teóricas.

Enseñanzas prácticas de la escuela A

Cocina, hornería, preparación de alimentos para sanos y enfermos.

Entretenimiento de las habitaciones, mobiliario, servicio de mesa.

Jardinería y cuidado de plantas.

Trabajos de aguja, lencería, corte y confección.

Lavado y planchado.

Cuidado de niños pequeños y de enfermos.

Música, Dibujo, Gimnasia y juegos.

Idem teóricas

Conocimientos relacionados con la vida del individuo y de la sociedad.

Estudio de la alimentación.

Higiene individual y pública.

Nociones de Economía política.

Contabilidad doméstica.

Para ser admitidas a estos cursos es preciso tener catorce años cumplidos y presentar un certificado de haber cursado estudios en el Liceo o en la Escuela media.

En estas escuelas se da a las Enseñanzas del Hogar un fundamento esencialmente científico y alcanzan la

máxima eficacia tanto por la aplicación de métodos modernos como por estar al frente de las clases personal especializado en cada materia y disponer de material abundantísimo de los más variados tipos.

Algo verdaderamente sugestivo son las salas destinadas a las prácticas de cuidar niños.

En una de ellas vemos a una señorita preparando la merienda, consistente en leche con foscao o algún producto análogo; en otra, en torno de una mesa, 12 o 14 pequeñuelos de sonrosadas mejillas y dorados cabellos, toman con fruición el ágape preparado, mientras una



Cuidado de unos recién nacidos

linda alumna atiende solícita a sus demandas; en otra tercera sala, una muchachita ayuda a unos pequeños a limpiar sus juguetes y a lavarse; en otra, visten a los pequeñines y finalmente en los jardincillos, observamos varios grupos de rapazuelos rodeando a jovencitas que les entretienen con narraciones y juegos.

No dudamos que las jóvenes así educadas, sabrán dirigir con plena responsabilidad un hogar y llenar con alegría los deberes que la maternidad impone, guiando inteligentemente la educación de sus hijos.

Después de ver ésta y otras instituciones que aún la superan, vuelvo los ojos a mi amada patria y un sentimiento, mezcla de dolor e impotencia, invade mi ánimo al considerar que pese al esfuerzo y entusiasmo que una reducida minoría ponemos en esta causa, no logramos sacudir la indiferencia de la opinión ni conseguir todo el apoyo necesario de las esferas oficiales. Esperamos sin embargo que algún día, sino por convencimiento, por no hacer un triste papel ante otros pueblos civilizados, se dará impulso a estas enseñanzas, elevándolas al rango que por su importancia y por los beneficios que su difusión reporta a la familia y a la sociedad, merecen.

MANUELA PEREZ

Profesora de la Escuela Normal del Magisterio primario de Lérida

ATLANTIC
PENSIÓN ELEGANTE



AVENIDA DE EDUARDO DATO, 29
MADRID

HIGIENE DEL APARATO CIRCULATORIO (ACCION DEL TABACO SOBRE EL MISMO)

De la interesante Colección «TROZOS DE HIGIENE MODERNA»

Por el Dr. ORESTES CENDRERO

Catedrático en el Instituto de Santander

El uso de estos folletos en las escuelas ha sido recomendado por el Ministerio de Instrucción Pública («Gaceta» de 18 de Mayo de 1934)

Recomendamos el folleto a las amas de casa, en cuya familia haya fumadores empedernidos y a los maestros para las clases de adultos principalmente.

Su precio es de 30 céntimos

De venta en las principales Librerías

Los pedidos al depositario D. Enrique Prieto. Preciados, 48, moderno. - Madrid

R E V I S T A S

EN LENGUA ESPAÑOLA

REVISTA DE ORGANIZACIÓN CIENTÍFICA DEL TRABAJO. — Barcelona-Madrid. — Sumario del número de Diciembre de 1934: C. Madariaga: Desmovilización industrial. J. D. Segorreta: Cómo pueden evitarse definitivamente los conflictos de orden económico. José Mallart: La vitalización de la Agricultura en España. G. Palacios: La lucha contra la crisis y el paro en 1934. A. Melián: Problemas médicos de la orientación y la selección profesionales. Documentos. Hechos comentados. Información. Bibliografía.

EL AMA DE CASA. — Valladolid. — Sumario del número de Marzo y Abril de 1935. — Residencia Escuela del Hogar. Sed instruídas en Religión. La vida divina de vuestros hijos. La habitación del niño. De las alteraciones de la leche. Medidas de la manga. El conejo. De cocina. La ciencia del gobierno doméstico, etc.

EN LENGUA FRANCESA

LA FAMILLE HEUREUSE. — París. — Sumario del número de Marzo: Juicios. Para leer en las veladas. Transformación de un abrigo en vestido (con patrones). Zurcidos en Tul. Camita de niño. Qué hacer con nuestras hijas: la «taqui-meca» etc.

EN LENGUA ITALIANA

EDUCAZIONE ED ECONOMIA DOMESTICA. — Bérgamo. — Sumario del número de Marzo de 1935: Nuestros concursos. ¿Cómo se prepara el alimento de un diabético? ¿Cómo se guisa el arroz en su provincia? La alimentación y las enfermedades: el pan. Sobre la elección y la preparación del arroz. La fruta en los diabéticos. La olla exprés. ¡Memento! Verdaderas y saludables palabras de vida. El decálogo de la buena mujer. Un buen gallo productor. Cuidados a las plantas. La curruca. De cocina. Noticias, etc.

L'AZIONE DELLE MASSAIE RURALI. — Roma. — Sumario del número de Marzo. Lo que pueden hacer las amas de casa por el progreso de la Avicultura. La construcción de zarzos para la cría del gusano de seda. Capullos a bajo precio. Los tejidos caseros. Moreras de poca altura. El almendro. El ama de casa en el mercado, etc.

DOMUS RUSTICA. — Milán. — Sumario del número de

Su abono termina el mes
le rogamos mande su importe por giro postal
o en sellos, para no interrumpir el envío de la
Revista

Marzo: El Evangelio de la Montaña. Los enemigos de la casa rural. Charla ictiológica. Margaritonas. Meteorología popular. La mujer en los campos. Respetar los niños. Cómo se cultivan los guisantes. Lechería doméstica. La labor mensual, etc.

EN LENGUA INGLESA

JOURNAL OF HOME ECONOMICS. — Baltimore. — Sumario del número de Marzo de 1935. Historia de la alimentación en los Estados Unidos. El bienestar rural social. Extensión docente. Los vegetales en el régimen. Problemas para la profesora de Economía Doméstica. — Signos de los tiempos. Editoriales. Investigaciones. Libros y periódicos, etc.

Bibliografía de Ciencias del Hogar

Dr. Vander. — «Cómo prolongar la juventud y curar la arterioesclerosis». 120 páginas con grabados, 4 pesetas. Sintés, editor. Barcelona.

Instituto Nacional de Previsión. — «El Seguro de Maternidad». 194 páginas. Grabados y gráficos. Madrid.

E. Ayala. — «Cunicultura». — 97 páginas y un anejo. Con grabados. Dirección general de Agricultura.

S. Castelló. — «Las palomas domésticas». — 132 páginas con grabados. Dirección general de Agricultura.

J. Renault. — «Consejos a los padres (Curso de Pedagogía Familiar)». 230 páginas, 5 pesetas. Madrid.

Correspondencia abierta

A. Nogués. — Madrid. — Recibidas cuartillas. Gracias y saludos.

M. P. Solsona. — Lérida. — Recibida carta explicativa. Irá respuesta y recibo correspondiente.

O. Cendrero. — Santander. — Mil gracias por su autorización de la que procuraremos no abusar.

T. Recas. — Gerona. — Recibida carta. Celebro resultara a su gusto. Envío a Figueras un número porque el de Noviembre se agotó. Remitiremos otra vez a la señora G. del Busto los números extraviados. Convendrá que reclame en Correos.

L. Lucha. — Orense. — Recibida carta. Procuraré complacer a su compañero remitiendo a usted artículo pedido. Entonces le escribiré.



A los que se interesan por el Hogar Español

Las nuevas corrientes de la vida imponen una renovación de los Hogares para evitar su disolución y con ella la disgregación de la familia, base de la sociedad.

Es preciso que el Hogar español se renueve sin perder sus tradicionales virtudes, mediante una preparación adecuada de la mujer como ama de casa y madre de la familia, haciendo compatibles estos deberes con sus modernas actividades.

Si está V. conforme con nuestro programa, ayúdenos. Ingrese hoy mismo en la

Asociación Española para la Difusión de las Ciencias del Hogar

(Cuota individual, 10 pesetas al año; colectiva, 25 pesetas).

Además de la satisfacción que le produzca cooperar a una obra de tan alta transcendencia social, disfrutará de las siguientes ventajas: a) Recibirá GRATIS esta Revista. b) Recibirá GRATIS las publicaciones de la Asociación en forma encuadernable. c) Podrá leer GRATIS las Revistas con las que sostenemos intercambio. Tendrá derecho a participar GRATUITAMENTE de los cursillos que organice la Asociación. Podrá insertar GRATIS un anuncio por año en esta Revista, a favor suyo o de tercera persona.

Si no desea ser asociado, hágase a lo menos suscriptor a NUESTROS HOGARES (4 pesetas al año)

Envíe el adjunto BOLETIN DE ADHESION, en sobre abierto, como impresos, al Sr. Presidente D. José S. Anido.-General Oraá, 17, Madrid, o a la Secretaria Srta. M.^a V.^a Jiménez.-Huertos, 1, Segovia.

D. Profesión

Domicilio: Provincia

Población calle n.º

Desea ser: Asociado numerario (1). Subscriptor (1), por la cuota fijada, que envía por giro postal o en sellos (1).

(1) Táchese lo que no convenga. Escríbase con letra muy clara.

Los asociados mandaràn su cuota a la Tesorera D.^a C. Aleixandre.—Conde de Aranda, 6, Madrid.

Los subscriptores mandaràn su abono a la Admón. de Nuestrros Hogares Av. de Dato, 29, Pensión Atlántic. Madrid.

Cupón para las socias agregadas que vayan teniendo independencia económica

Nombre de asociada agregada:

Señas:

Deseo pasar a:

Asociada numeraria (10 pesetas al año). Véanse las ventajas más arriba.

A suscriptora (4 pesetas al año)

(Táchese lo que no convenga y envíese en sobre abierto, como impresos, a la Secretaria de la Asociación Española para la difusión de las Ciencias del Hogar.—Plaza de los Huertos, 1.—SEGOVIA

Para las asociadas y suscriptoras

Aviso de cambios de domicilio

Nombre y apellidos

Domicilio antiguo

Nuevas señas

Envíese a la Administración en sobre abierto como impresos.

CUPON

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 Iefe se-
ñora Aleixandre, Conde de Aranda, 6, Madrid.

Segovia, Imp. de Carlos Martín