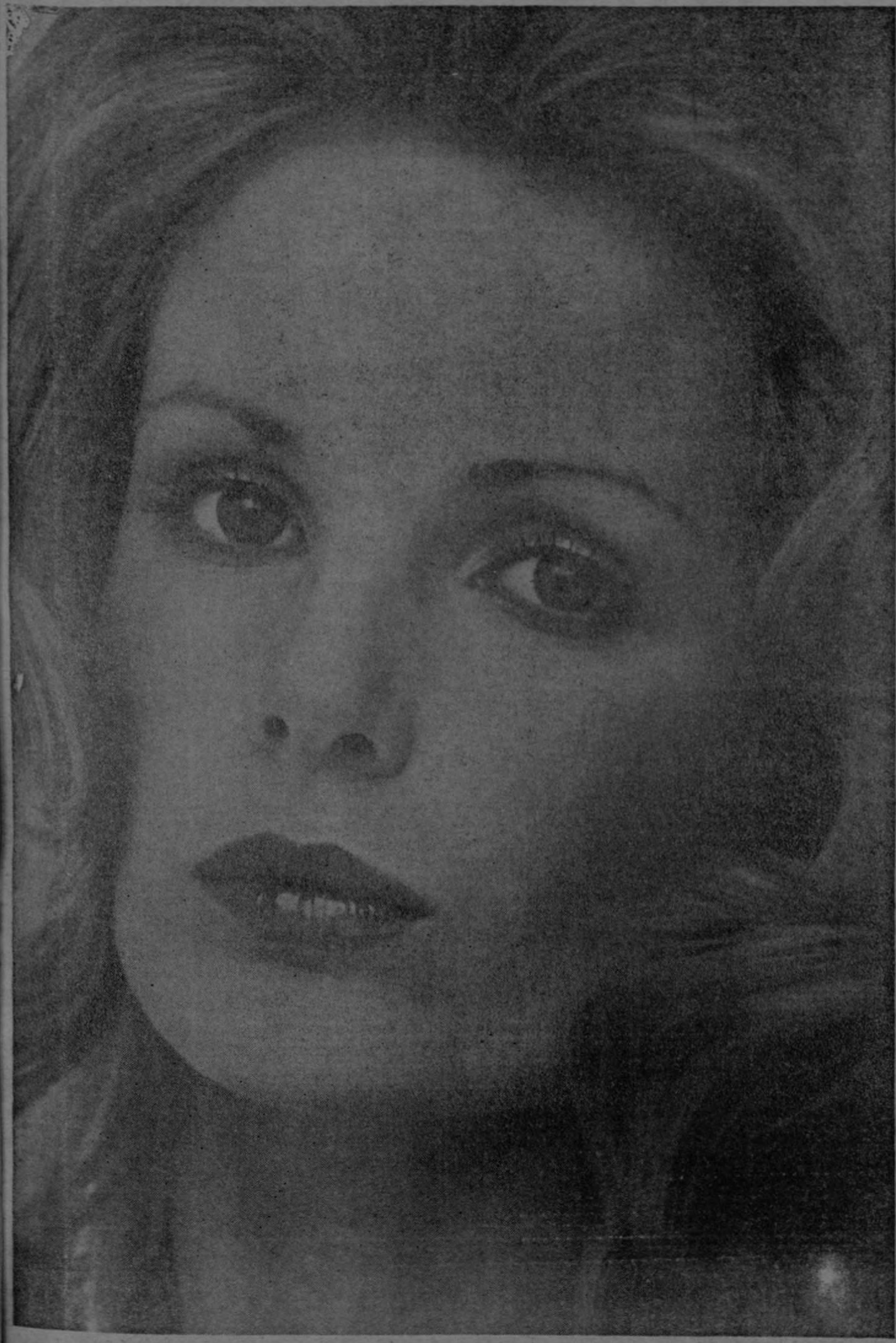


Abanico

Domingo 20 de Febrero de 1972 - Número 158

- ◆ *Reportajes*
- ◆ *Moda*
- ◆ *Belleza*
- ◆ *Hogar*
- ◆ *Literatura*
- ◆ *Arte*



Preparadnos el beso
raíz del mundo,
flor que en la flor
extiende el firmamento.

Preparadnos los brazos,
curvas de eternidad
para abarcarnos.

Preparadnos los ojos,
rasgos hondos de Dios
para besarnos en la luz.

Preparadnos la fruta,
curva palabra,
secreto de la luz
hacia los labios.

Preparadnos la flor,
girante vida,
señal de las orillas
infinitas.

(Fragmentos)
Laureano Albán

Mariamalia de Berrocal

DIRECTORA

Mercedes Borrásé S.

EDITORA

LA PRENSA LIBRE
el diario de la tarde

CARMEN NARANJO

Fragmentos de "Idioma del Invierno"

Llueve en esta ciudad
llueve... lluvia polvo envidia
llueve noches y días
llueve sonidos de otras lluvias

Pongo marfil y no va
en esta ciudad no hay marfil
pongo oro y no dice
en esta ciudad no hay oro
pongo plata y no rima
en esta ciudad no hay plata
pongo el idioma de la lluvia
agua aguacero aguazal
pongo paraguas y sombrillas
pongo garúa y llego a mi ciudad.

Y no pongo nada
y lo quito todo
terrazas y luces
balcones y torres
y quedan las lluvias.

Hoy llueve como siempre
desde tan temprano que no sé
cómo empezó a llover
quizás sea sólo una figura
de rituales grifos de agua
danzando en sonido de gotas
ríos en ventanas y en calles
ojos turbios detrás del alba
y el largo vitral del invierno
con verdes manos reumáticas.
Del agua abstracta
alfombra de yerba
terrazza de algas
salió ese sueño
de cielos y barcas.

Yo lluevo porque amo
lluevo vertical mi regreso
y no fecundo espigas

a veces lluevo palabrerías
cuando llover no puedo
tanta lluvia de tantas cosas
gotas y gotas de miseria
en la ceremonia del viaje
sobre la memoria del agua.

Llueve en esta ciudad
sin iconos ni clavicordios
llueve tan semejante
que deja de llover lloviendo

Bajo la lluvia esbelta
recto declive de la línea
escampan soledades
cántaros de hojas mojadas
sin ruido de recuerdos
como delfines invisibles
en el escenario del juego
o en la tocatta inmóvil
de espejismos en espejos
por el filo de aguas cristalinas.

Lluvia de vidrios rotos
por dolientes escombros
de lágrimas y polvo
velan desnudas momias
con líricos desvelos.

Ciudad con perfil de agua
rastros líquidos de espejos
donde miro dobleces
de tantos hombres vegetales
temerosos de luz
sobre la tierra alambrada
de tantos hombres minerales
con quieto miedo a las campanas
que osan acusar cantando
la inútil propiedad del polvo.

Liebres y flechas gotean
por catedrales de mar
y el pez de la agilidad
rompe temporadas
de nácar yodo y sal.

Clarín de luna llena
claraboyas de los espacios
solfea claridades
de imanes por pasión invierno
que de tierra y lluvia
y de lluvia y tierra pesabres
nacen pájaros y caballos
rosas de misterio y de amor
y viene tu mano a mi mano
en luminosas soledades.

Velocidad y grito
mágico poder de la lluvia
grotesco ejército
y en la retaguardia la muerte

De la gota y la gota
el charco se hizo serpiente
un ritmo de marea
cobrando altura de grito
empezó a gulumear
nidos de subterráneas fuentes
y ni cerraduras ni rejas
ni letanías ni el santo santo

amurallaron las corrientes
desatada gimnasia del agua.
Sin bombas ni tiros
ni los lanzallamas
sólo mar de barro
y las piedras peces
hizo guerra el agua.
Y era manto manubrio
caía en metáforas simples
de telones y brillos
corría en decires de camino
tan semejante a la vida
y tan yendo dulce a la muerte
era espejo de gorriones
gracia transparente del velo
velero de balsas ancladas
cortejo silente de luces.
Se hizo puñales
tan blandos tan fieros
como el dormir
de venas abiertas
por filtros de muerte.

Brutalidad del mando
ay los alaridos del agua
ay la orgía del diluvio
ahogos sucios de lodo
escombros de recuerdos
ay las navajas de la lluvia
llanos de barro sin pájaros
montañas de lodo y piedra
hombres con grietas de lágrimas
y el cielo con requiems de fuente.



Rudolf Werner Ackermann

"Acantos", dibujo a rayas.

Página

CULTURAL

A cargo de Marianela Sotela de Berrocal

Mensaje del Movimiento Familiar Cristiano

San José, 15 de febrero 1972.

Sra. Mariamalia de Berrocal
Suplemento ABANICO

Le adjuntamos la carta recibida de uno de los asistentes a un curso Pre-Matrimonial de los que se imparten en este Centro.

Le agradeceríamos mucho la publicara en su tan leído Suplemento ABANICO, para hacer ver la labor que se realiza en este Centro.

Agradeciendo a usted la atención que le preste la saluda atentamente,

MARIETTA DE ZURIGA
(Secretaria de CIF)

—OoO—

San José, 9 de febrero de 1972.

Señores
Miembros del CIF.

Por este medio de comunicación indirecta, hago llegar hasta ustedes mi saludo y mis felicitaciones.

También para hacerles recordar que toda buena acción, tiene su premio y DIOS sabrá pre-

miarlos por este método que tienen de orientar y educar (por qué no decirlo así) a tantos inocentes, maliciosos y enfermos sexuales, como somos nosotros los jóvenes, que queremos lo que no sabemos y deseamos lo que desconocemos.

Por nuestro medio ambiente vamos cultivando la morbosidad y dando rienda suelta a lo que tanto el físico como el intelecto carcomen en nuestra vida, eliminando la fuerza de voluntad y arrastrándonos por un caos equivocado.

Tengo veinte años y cuatro meses en los cuales nadie me habló tan claro y tan preciso, a excepción de mi madre que me orientó en parte pero claro dejando muchos resquicios y dudas sin responder, me crié en un ambiente más o menos morboso y poco humano, mis compañeros y yo dialogábamos de muchas cosas, con cierta malicia sin un fin creativo o instructivo, eso bastó para recoger frutos perdidos.

Ahora recordando las explicaciones ahí impartidas, estoy seguro de haber madurado más de lo que logré en el resto de mi vida pasada.

Veo ahora el verdadero hilo de la vida, y procuraré llevarla a cabo como DIOS manda, tengo ya una base para empezar, un esquema en donde apoyarme, cosa que desconocí en mi infancia y en mi pubertad.

En las explicaciones no tengo dudas por lo tanto no hay preguntas que hacer, nosotros ponemos el interés, ustedes la sencillez, la verdad y la facilidad de palabra. En fin ustedes son didácticos y autodidácticos porque introducen y exponen, son modernos por lo actual, generosos por esta tarea voluntaria y de buena fe, breves por la rapidez con que explican y entendidos por la facilidad de darse a entender sin mitos ni acertijos.

Que DIOS los bendiga a todos.

J. M. V. M.



Para sus UNIFORMES de la ESCUELA CATOLICA ACTIVA

CONTAMOS CON TODA
LA LINEA COMPLETA

DOCOMA BLANCO 36 Pulg. ancho
DOCOMA BLANCO 45 Pulg. ancho
DOCOMA BLANCO 48 Pulg. ancho
CHINILLA AZUL 45 Pulg. ancho
CHINILLA AZUL 45 Pulg. ancho
(DANPRES)
LINO SERRANO AZUL 45 Pulg.
ancho
SINCATEX VERDE 58 Pulg. ancho
LINO POLIESTER VERDE 58 Pulg.
ancho
DACRON CHINILLA 60 Pulg. ancho
DACRON CUADROS VERDES Y
ROJOS 60 Pulg. ancho
DACRON CHARCOL 60 Pulg. ancho
CALCETINES AZULES
"TRICOTEX"
MEDIAS BLANCAS DEL 5 AL 10
"TRICOTEX"
BLUSAS "MANHATTAN" blancas
BUFANDAS



ESCUELA CATOLICA ACTIVA

Calle 30 sur - Avenidas 6 y 10 - Barrio San Bosco

San José — Teléfono: 22-69-36

ENSEÑANZA BILINGÜE

INGLES - ESPAÑOL
ALUMNADO MIXTO
KINDERGARTEN MATERNAL -
4 AÑOS
PREPARATORIA - 5 AÑOS
PRIMERO A SEXTO GRADOS
SERVICIO DE COMEDOR
BUSES EN LA CIUDAD, HEREDIA,
ALAJUELA, ESCAZU Y SANTA ANA

Colegio Bilingüe de San Judas Tadeo

(St. Jude's Bilingual High School)
Sección de Secundaria de la
Escuela Católica Activa

DE 1º A 5º AÑOS

Clases especiales de piano, guitarra y
ballet.

TIENDA
El GLOBO S.A.

AVENIDA CENTRAL, San José, Costa Rica.

que usted debe saber

Cortinas y visillos

En la mayoría de los casos, la colocación de cortinas contribuye a lograr un clima de intimidad y de calor, y a menudo también de alegría, ya que al tamizar la luz y un poco también el sonido, consiguen darnos esa sensación de serenidad y descanso de la que tan necesitamos en esta época. Sin embargo, el problema de qué tela pondremos, cómo lo haremos y cómo lo tonaremos, nos supone muchas cavilaciones.

Según su forma y su abertura, las soluciones pueden ser diferentes. Existen algunas reglas fundamentales que en un principio pueden servir para todas; una de ellas se refiere a las dimensiones. Los visillos deben tener una anchura, al menos, igual a tres veces el hueco; el largo debe quedar a tres centímetros del suelo, con un dobladillo de unos veinte centímetros con dos o tres dobleces.

La anchura de las cortinas que van sobre los visillos debe ser como dos veces la del hueco a cubrir; y el largo debe pasar de dos a cinco centímetros del suelo, descansando por tanto sobre él, esto es importante pues es muy antiestético que queden colgando en el vacío.

Modo de tomar las medidas

Para los visillos hay que contar con cinco centímetros más de altura para el dobladillo de arriba y cuarenta centímetros más para el de abajo al que se harán dos o tres dobleces. Si se desea colocar medios visillos, esto no cubrirá más que las dos terceras partes de la ventana. Para el ancho han de tenerse en cuenta los frunces; puede ser incluso tres veces la anchura de la hoja de la ventana.

Para la costura hay que tener en cuenta que la fricción de los hilos de estos tejidos exige naturalmente el empleo de hilos muy delgados pero a la vez fuertes. Un hilo de mucho cuerpo corta rápidamente el tejido; por la misma razón se debe emplear también aguja muy fina y coser a pequeñas puntadas, preferentemente a mano, de modo que se vaya regulando la tensión de las mismas.

Para hacer el trabajo con máquina de coser, debe ponerse la tela entre dos papeles de seda, que la protegen, y, al quitar estos, la costura queda perfecta; no es difícil seguir estos cuidados especiales y si merece la pena el resultado.

Para colgarlos, tenemos el sistema de la varilla metálica extensible que se introduce por un galón fuerte que habremos cosido en la parte de arriba; esta varilla se quita para lavarlos, quedando lisos y cómodos para la plancha; éste es uno de los

sistemas más simples. También se pueden poner, sobre galón que se cose tres o cuatro centímetros más abajo del borde del dobladillo superior, anillas ligeras de pequeño diámetro, que la cabeza del visillo oculta totalmente; o poner un galón que tiene dos jaretas por las que se introducen dos cordones,

uno arriba y otro abajo; al tirar de estos cordones se frunce a voluntad y sobre este galón se cosen unos ganchos o corchetes que luego se enganchan al riel.

Pero todo esto está superado con los galones preparados que se compran en las tiendas; los diferentes en

ellos y que ya llevan las aberturas para ir colocando simplemente los ganchos especiales que según como los coloquemos nos dan el pliegue perfecto y que una vez colgados en el riel y con un cordón sabiamente atado, funcionan a la maravilla...

El cordón

Este cordón sirve para visillos y cortinas, debe pasar por una polea y para medir se debe contar dos veces el ancho de riel, más dos veces el alto desde el suelo al riel, más cincuenta centímetros para hacer el nudo resultante. Se ata a las lengüetas metálicas del centro del riel.

Si usted desea "Algo diferente"



EN TELAS PARA CORTINAS

Nosotros lo tenemos!

Entre el gran surtido que tenemos de telas para cortina, usted encontrará esa tela "algo diferente" que busca.

Telas lisas y telas estampadas, telas claras y telas oscuras, telas livianas y telas gruesas, telas alegres y telas serias... telas escogidas por la originalidad de sus diseños y la calidad de sus tejidos.

Si desea "Algo diferente" ... nosotros lo tenemos.

DEPARTAMENTO DE TAPICERIA Y CORTINAS

Yamuni
BEJOS M. YAMUNI E HIJOS LTDA.
TELEFONO 21-22-21- APARTADO 10024
AVENIDA CENTRAL



Sea usted bella

Por Mary Sue Miller



Los cabellos con problemas

Los problemas más difíciles del cabello usualmente responden al cuidado correcto. Ud. puede tener una idea de sus métodos con testando "Verdad" o "Falso" a estas pruebas:

Los hábitos de salud tienen que ver con la condición y apariencia de su cabello: VERDAD. Los buenos hábitos de salud son tan básicos para un cabello bonito como para todo su cuerpo. Los esenciales son una dieta balanceada, dormir suficiente, ejercicio adecuado, aire puro y champús correctos.

El cabello seco no debe lavarse frecuentemente. FALSO. Aunque las trenzas secas de rareza lucen tan brillantes como las gra-

sientas, deben ser lavadas sobre un programa de una semana a 10 días para quitarles polvo y alguna caspa. El champú debe ser un producto formulado para el cabello seco. Si está incorporado a un tratamiento correctivo, mucho mejor. De otro modo, el lavado debe ir precedido de un tratamiento de acondicionamiento o seguido de un enjuague condicional.

El cepillado empeora la condición grasiata. FALSO. El cepillado trae la grasa del cuero cabelludo a la superficie, donde puede lavarse más fácilmente.

Ideal para adelgazar...



Piel suave y limpia...

como una rosa...



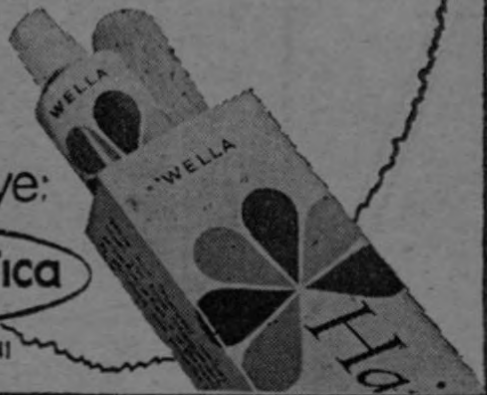
CREMA DEPILATORIA de WELLA

DEPILA CON CARICIA

Distribuye:

Farma-Tica LTDA

TEL. 22-11-41



NUEVA
pearson sakrin
LA SACARINA LIQUIDA

Tamaño Pequeño.
500 dosis de dos gotas c/u.

Tamaño Grande.
1250 dosis de dos gotas c/u.



- sin calorías
- el sabor perfecto
- no es amarga
- no contiene ciclamatos
- no contiene sodio ni sal
- comodo envase plástico

•cada gota equivale a una cucharadita de azúcar

PEARSON SAKRIN
Pídala hoy mismo en farmacias y supermercados.

PANTY HOSE

Channel

con la transparencia que ellas prefieren!

Esta página querida lectora,
es para tu hijo.
En ella queremos imprimir,
semana tras semana,
millones y millones
de letras que habrán
de llenar de interés
y de ilusión sus ratos libres,
en forma de cuentos,
consejos, concursos, curiosidades,
mensajes educativos

Página Infantil

Por María —



-Pasatiempos-

Forman las hojas mi ser,
produzco fruto invisible
y hay muchos
que me devoran
aunque no soy comestible.

Pesa y no es tendero
reparte lo que no es suyo
no es tu padre y te castiga
no es perro, y cuida lo tuyo.

EL LIBRO.

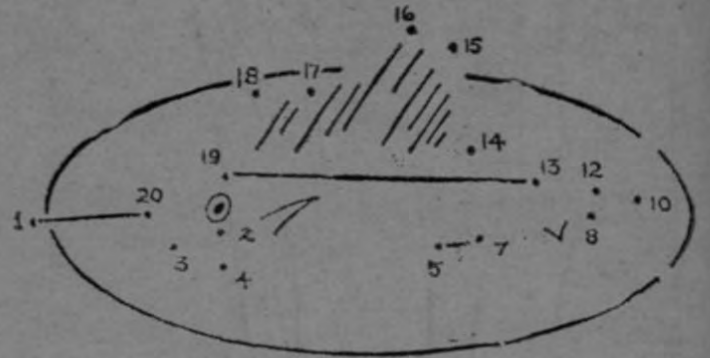
EL JUEZ.

DE BUEN HUMOR

Le dice el maestro a Pepito:
—Pepito, cuánto es 8 x 5?
—Cuarenta —contesta Pepito.
—Y 5 x 8 —preguntó otra vez el
maestro.
—Tacuarén —contestó Pepito.

dos en el suelo:
—¡Qué linda estrella esa! ¿Cómo hi-
ciera yo para ir hasta allá?
—Muy fácil —dice el otro— yo ten-
go un foco, lo prendo y usted sube por el
chorro de luz hasta la estrella.
—Ah sí, usted cree que soy tonto?
—contestó el otro—. Lo que usted quiere
es apagar el foco cuando yo esté arriba
y que me caiga.

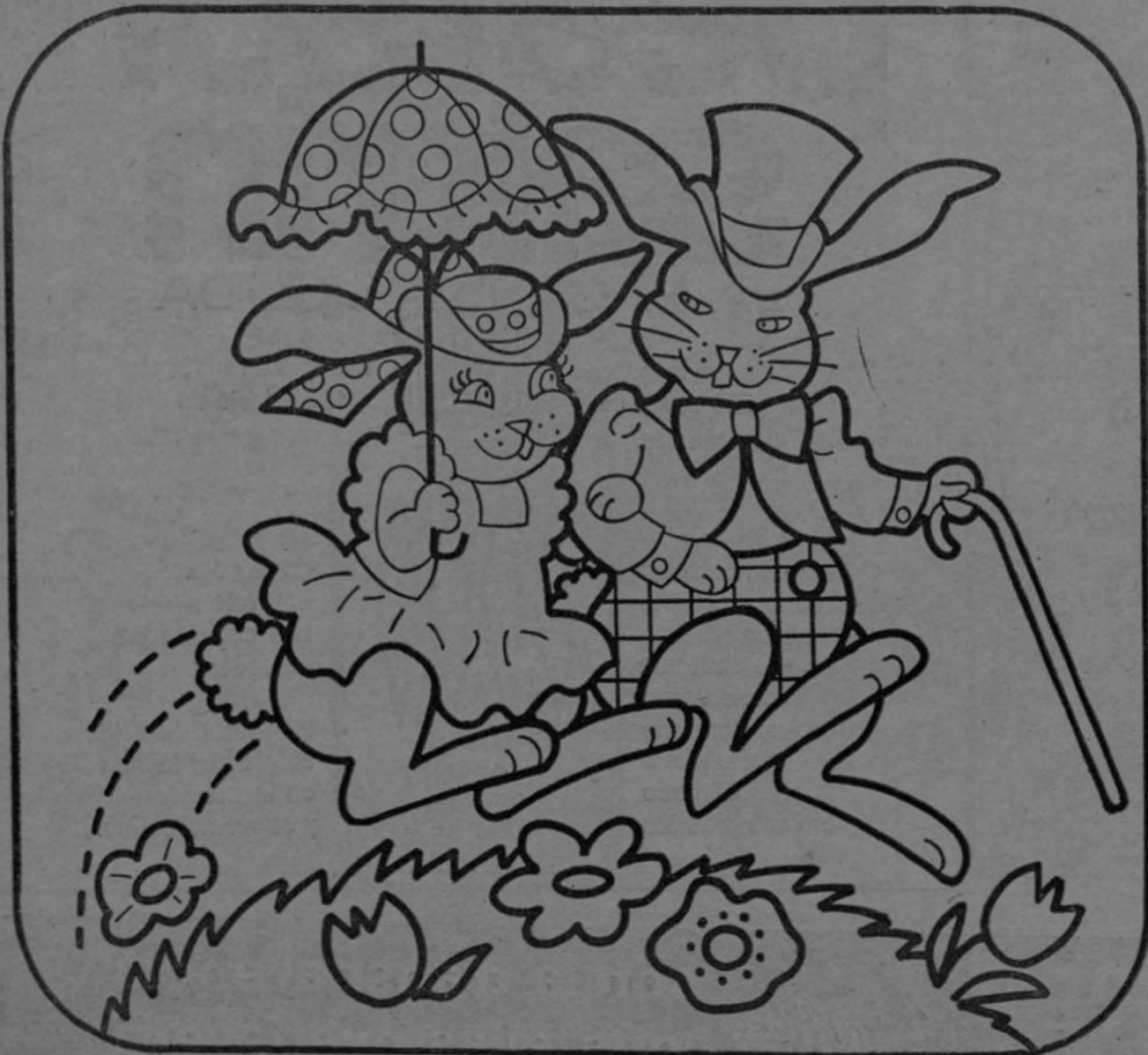
Estaban una noche dos locos acosta-



Juguemos con la ayuda del lápiz

¿QUE HAY EN ESTA ESCENA DE PUNTOS

¿Qué cosa misteriosa se esconde en este diagrama?
Para averiguarlo, simplemente dibuje una línea con-
tinua desde el punto 1 al 2, etc.
Si lo hace bien y tiene paciencia, podrá descubrir el
dibujo sorpresa.



Dibujo para colorear

Por la ladera de una monta-
ña llena toda de florecitas
de los más variados colores,
bajan brincando felices papá
y mamá conejo.

La conejita estrena vesti-
do y se protege del sol con
alegre sombrilla. Y qué ele-
gante el señor Conejo! Aun-
que brinca más de la cuenta,
no se le cae el sombrero por
que lo tiene bien prensado
entre sus dos orejas. Y qué
orgulloso está de su bastón.

Papá y mamá conejo les
envían a ustedes, amiguitos,
un recado a través de esta
Página Infantil.

“Pinten por favor nuestros
vestidos nuevos! Los estre-
namos antes de que los hu-
bieran pintado pero... Nunca
es tarde!

Y se deben ver bonitos en
colores... Gracias por el fa-
vor que nos hacen. Si nos pin-
tan con cuidado, les prome-
temos no ensuciarnos y guar-
dar los vestidos para que nos
duren mucho. Hasta luego!”

Nuestros



NIÑOS



Atención, ya el bebé es un personaje!

El niño ha nacido y su mundo va ensanchándose por momentos. No hay que creer, sobre todo si el niño es bueno, que basta con que no lllore para que su salud esté completa.

El niño necesita amor y sobre todo, atención. La atención se ve sintetizada en los pequeños detalles de su cuarto. Colgando sobre la cuna pueden alternarse pequeños objetos, que despertarán su interés y su atención.

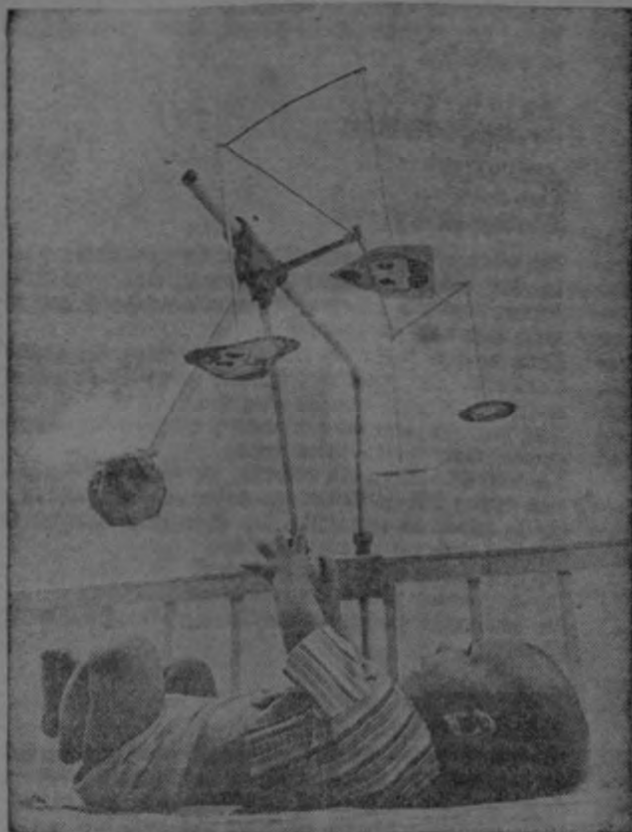
Esta es una manera, también, de saber si todas las facultades del niño están alerta. Si el bebé no sigue el movimiento de los objetos que pa-

san ante su vista hay que consultar al médico. Si el niño no parece percibir los sonidos, el timbre de la voz, la música, también hay que consultar al médico.

El aseo y sobre todo la selección adecuada de los juguetes infantiles va en beneficio del bebé. No hay que llenarle la cuna de muchos juguetes. Es preferible alternarlos y guardar los que no se usan en una gaveta o armario cerrado, para que no se empolven.

De ser posible es bueno que lleve un récord del crecimiento del niño, su peso, su altura y sobre todo, esos pequeños gestos que simbolizan su despertar a la vida: la primera sonrisa, el primer gorjeo...

Démosles mucha atención, pero sobre todo, mucho amor. Eso es esencial para su desarrollo.



A partir de las tres semanas de nacido, el bebé empieza a despertar. Sus ojitos siguen los movimientos de las personas y va demostrando su inteligencia.

La salida de los dientes

Una joven madre nos dice: "Mi niña de siete meses está nerviosa y tiene calentura. ¿Cree usted que se deba a que le están saliendo los dientes?"

Primero hay que saber si la niña tiene vómito, diarrea, resfrío o cualquiera otro síntoma corriente en los niños.

Le he dicho a esa madre que los niños entre seis meses y dos años de edad están en el período en que salen los dientes y en algunos casos, sufren de calentura.

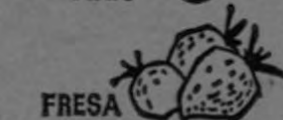
La pregunta en cuestión es muy común. Prácticamente todo médico la recibe. Mi opinión personal es que la salida de los dientes, por sí sola, NO es causa de calentura. Pero hace un tiempo leí un artículo de un famoso pediatra inglés, en que dice que "algunas veces la salida de los dientes es la causa UNICA de calentura en los niños pequeños. En algunos casos, se eleva la temperatura cuando el diente está a punto de salir y desciende a la normal pocas horas después de salido."

De modo que ofrezco aquí esa opinión, por lo que pueda valer.

métale la cuchara... es pura vida!



YOGURT DOS PINOS está de comérselo!



Es el alimento perfecto para todos. Normaliza la digestión, contiene vitaminas, calcio y proteínas. YOGURT DOS PINOS, viene en tres diferentes sabores.

YOGURT DOS PINOS... acidito y sabrosito y si lo quiere dulcito, póngale azúcar al gusto. De cualquier forma... está de comérselo.

Dos Pinos

PANTY HOSE

Channel

usarlo es la "moda"

Embellendiendo tu hogar



CONSEJOS de una amiga CONSEJOS

Por AMALIA
DE MELTZER

Señora
Amalia de Meltzer

Sección "Embellendiendo tu Hogar"
ABANICO - LA PRENSA LIBRE
Distinguida señora:

Deseo felicitarla por los acertados consejos que nos da a las amas de casa en la importante sección a su cargo, en el Suplemento ABANICO, y pedirle consejo sobre mi problema:

Se trata de mi biblioteca. He acondicionado una de las habitaciones de mi casa como biblioteca y sala de TV. Tiene el cielo raso y una pared de madera acanalada y en el paño de pared que queda frente a la puerta, estoy haciendo un mueble en formica para colocar el aparato de televisión, así como estantes para libros y un escritorio empotrado. Mi problema es que no sé cómo combinar los colores. En un principio he pensado en hacer el mueble enchapado en formica blanca y algún tono de lila. Le parece? También he pensado en que las paredes quedarían bien si combinara el blanco con el lila, en un tono más oscu-

ro. En este caso, de qué color podría poner las cortinas. La madera va barnizada. Si no le parece bien mi combinación de colores, le agradecería mucho me indicara otros más apropiados. Además no sé si hay formica en lila. Muchas gracias por su ayuda.

Jeannete de González

RESPUESTA:
Estimada señora de González:
Yo le recomendaría hacer los muebles que me describe en madera natural y barnizada. Las porciones de pared que le quedan, se verían muy bien en blanco hueso. Las cortinas en este caso podrían ir estampadas: fondo blanco con dibujos en café, naranja y turquesa o alguna otra combinación similar. Si la habitación lleva algún mueble tapizado, como lo serían la silla del escritorio, algún silloncito, sofá o cojines; éstos podrían ir en uno o dos de los colores fuertes contenidos en el diseño de la cortina.

Señora
Amalia de Meltzer
ABANICO
S. J.

Doña Amalia:
Creo que nadie mejor que Ud. para aconsejarme acerca de los muebles que debo poner en el recibidor.

Es pequeño. Se abre la puerta de entrada y está Ud. en esa parte de la casa, para mí muy importante. Paredes de cemento color marfil, pisos de terrazo, marfil con pintas en cacao, cielo de madera barnizada. Necesito una idea bonita y original, que sea algo acogedor. Le agradezco su consejo. Atentamente,

Cristina de Bolaños

RESPUESTA:
Estimada señora:
Una mesita con dos silloncitos le quedarán muy bien. Un espejo en la pared, dará más amplitud al recibidor.

Sra.
Amalia de Meltzer.

ABANICO
San José.
Distinguida señora:

En vista de la paciencia que tiene usted para atender todas nuestras peticiones, vuelvo a solicitar su consejo, ya que en anteriores ocasiones han sido tan valiosa ayuda. Esta vez se trata de mi cocina: tiene un aspecto desolado. Es pequeña, quiero pintarla y ponerle cortinas, o algo que la alegre un poco. Las paredes son de cemento y el piso de mosaico crema con jaspes color cacao. Le refrigeradora es celeste, la cocina es blanca con todos los switches en color negro y el sobre de la mesa es amarillo. Le digo esto porque son colores que no puedo cambiar. De qué color pinto las paredes? De qué color pinto los muebles? De qué color pongo la cortinita y de qué clase? Gracias,

Gladys

RESPUESTA:
Estimada Sra.:
Le recomiendo un color marfil para las paredes de su cocina. Los muebles se verán mejor en madera natural u oscura barnizados mate. Si va a usar formica, podría escoger una que hay en color café jaspeada, imitando madera. La cortina quedará muy bien de volantes, algo coqueto para alegrar su cocina. De marquissete o nylon en marfil liso o moteado. Si es moteado podría buscar un fondo marfil con el dibujo en amarillo o celeste.

AVISO IMPORTANTE

Rogamos encarecidamente a las lectoras y amigas de esta columna, hacer sus consultas por correo, ya que la gentil señora Amalia de Meltzer se ve imposibilitada, por sus múltiples actividades, a responder consultas en forma personal.

Aprovechamos esta oportunidad para agradecer la predilección de nuestras lectoras por la sección de decoración del Suplemento ABANICO.

La Redacción

Disimulos decorativos

Una apariencia contemporánea bonita es difícil de lograr cuando una habitación está recargada de una arquitectura torpe y anticuada. Un efecto estilizado se hace también difícil debido a tales protuberancias como un radiador feo o una unidad grande para aire acondicionado.

Estos obstáculos pueden vencerse con una técnica decorativa hábil, como fue demostrada por un famoso diseñador al tratar de la sala un apartamiento con tales dificultades. Diseñó un tratamiento



Un radiador feo y un acondicionador de aire protuberante, son hábilmente ocultados a través de un diseño decorativo inteligente en este salón.

to para una ventana que complementó la decoración y disimuló completamente sus protuberancias.

Construyó un marco de tablillas de cuatro pulgadas, cubiertas con tela texturada para cortinas y

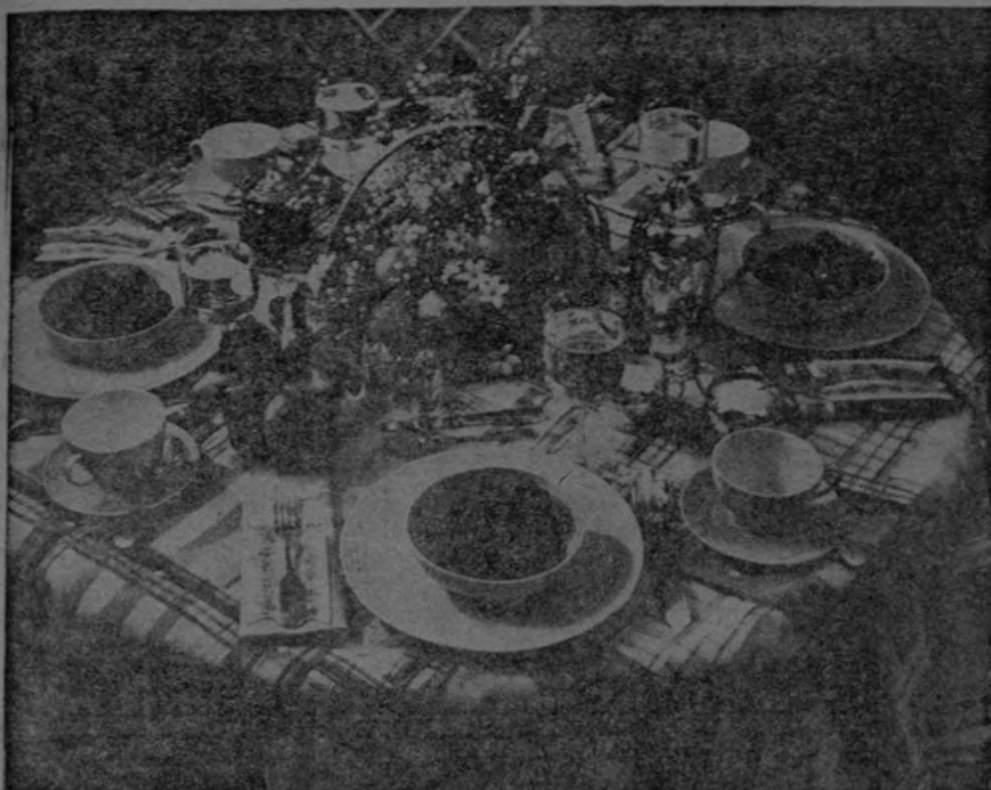
fijó tres de éstas, del mismo color, entre los divisores del marco total.

Las cortinas tienen el

Decoración interior

toque acabado elegante de varillas de madera de tres cuarto de pulgadas y colgadas con unas cadenas pequeñas de metal.

El radiador y el acondicionador de aire debajo de la ventana han sido tratados con habilidad. Aquí unas puertas corredizas, en el mismo acabado de madera como en las varillas de las cortinas, cubren el radiador y las persianas del acondicionador de aire, señalando aún más la definición vertical creada por los divisores.



Una diseñadora ha creado esta mesa, tan linda como la primavera, para demostrar algunos de los diseños de las colecciones nuevas.

Mesas bien decoradas

Una buena comida debe ser un festín para la vista, así como para el paladar. Pero muchas personas decoran sus mesas con la misma combinación de cubiertos, vajilla y cristalería, sin preocuparse mucho por el impacto total de la apariencia.

Hoy la mayoría de los diseñadores profesionales hacen hincapié en la apariencia de la mesa o improvisan imaginativamente cuando ponen una mesa, o más precisamente, cuando la decoran. Este concepto de la mesa decorada ha estimulado la tendencia hacia el desarrollo de una apariencia total provocativa. Mantelès, cubiertos, cristales, vajilla y piezas de centro y todos los elementos comprendidos, son seleccionados en la mente.

Una compañía que ha añadido recientemente dos colecciones nuevas y extensas, una vajilla y una cristalería, está promoviendo la apariencia total como medio de lograr un estilo muy personal. Pero esta compañía no emplea la idea total de un modo conformista, más bien apunta hacia una mezcla distinguida, producida por la combinación de elementos. Para demostrar esto, la compañía buscó a dos diseñadores bien conocidos para que crearan mesas "totales" para una exhibición en Nueva York.

Las mesas demostraron la selección de color, textura y estilo de los diseñadores, con la colocación de un mantel de organdí bordado sobre fieltro púrpura y el agregado de un centro de mesa en forma de cesto de plata, con cristal rojo.

La otra mesa es de aspecto más formal: Una mesa para ocho personas, con los mismos cubiertos y cristalería de la anterior, pero con una apariencia más formal y moderna. Los platos tienen bordes de azul cobalto; este color audaz se repite en las servilletas de lino azul y verde, colocadas como un diseño de abanico en anillos de plata esterlina.

CORTINEROS KIRSCH S. A.

TEL.: 21-29-38

La única organización especializada en

CORTINAS

al servicio de la belleza de su hogar



CONFIENOS LA CONFECCION DE SUS CORTINAS Y DISFRUTE DE LA INDISCUTIBLE CALIDAD DE

Kirsch

Cotizamos sin compromiso alguno para usted, y le ofrecemos extenso surtido en

Telas

Cortineros KIRSCH S. A.

75 yrs. al Oeste de LA PRENSA LIBRE Teléfono: 21-29-38 — Apartado 4360

PANTY HOSE

Channel

en el color que usted prefiera!

En lugares cerrados
o campos abiertos,
en cualquier lado
en donde se organiza
un festival de música rock,
todos acudiremos para aplaudir
a nuestros favoritos
y que el triunfo sea del mejor.

ritmo nuevo

Por MARIO ZARAGOZA B.



El domingo 13 de febrero, tuvo lugar en la ciudad de Alajuela el 3er. Festival de la serie Sonido 72.

Se inició a las 10.25 a.m. con la presentación del trío Izquierda Erótica, que nos brindó tres interpretaciones de Grand Funk, inclusive su tema de siempre "Paranoia". Este trío toca muy bien, pero da la impresión de ser un grupo momentáneo, no perdurable. Esperamos que eso no sea cierto y que continúen con "sus versiones" de Grand Funk. No estaría mal que sacaran algunas versiones propias.



Para el festival nos habían prometido un conjunto sorpresa... y vaya si fue una sorpresa. El Gimnasio tembló bajo sus ritmos, y aún cuando su eco dejó de escucharse, nosotros seguíamos temblando de emoción y de alegría; habíamos reconocido a Los Alamos, quienes dieron la mejor presentación del festival. Johnny Dixon —primera voz y alma del grupo— cantó perfecto, mientras los demás integrantes del conjunto interpretaban magistralmente "Vehículo" o "Nadie en quien confiar". Quiero aprovechar para hacer una aclaración: "Vehículo" es de The Ides of March y no de Chicago como dijeron por ahí.

HOY las 10 más populares

- 1—Asunto familiar
 - 2—Nadie en quien confiar
 - 3—Hazme sonreír
 - 4—Tren de la paz
 - 5—Todo el mundo es todo
 - 6—Canción de amor
 - 7—Déjame decirte
 - 8—Aimless Lady
 - 9—Tu movida
 - 10—Ella es una dama
- V.I.P.—Imagina

- Sly & Family Stone
Santana
Chicago
Cat Stevens
Santana
Three Dog Nighth
Fórmula 5
Grand Funk
Yes
Tom Jones
JHON LENNON

HIT "Imagina"

Por John Lennon

Imagina que no hay paraíso,
es fácil si haces un esfuerzo,
que no hay infierno abajo de
nosotros
y sobre nosotros solo el cielo.

Imagina a toda la gente
viviendo el momento.

Imagina que no hay países
no es difícil hacerlo
nada por lo cual matar o morir
y tampoco ninguna religión.

Imagina a toda la gente
viviendo la vida en paz.

Imagina ninguna posesión
me pregunto si puedes,
ninguna necesidad de cultivar,
ni hambre.
La hermandad entre los hombres.

Imagina a toda la gente
compartiendo el mundo.

Tú puedes decir que soy un
soñador.
pero no soy el único
espero que algún día te nos unas
y el mundo sea solo uno.

...Y Alajuela escuchó música

El sonido de Los Alamos es perfecto: es limpio, agradable, sencillo y a la vez elegante, etc. Realmente se ganaron a todos. Ojalá aprovechen esto y sigan tocando en esa forma, a ver si les oímos el 29; allá en El Zapote.

Continuó el festival con la presentación de Blood Intersection, que ahora es un trío y sus canciones tres veces más largas. Antes de comenzar ya les falló un amplificador, y en media actuación tuvieron un problema con la batería; pero aún con todo, tocaron bien, mejor de lo que muchos esperábamos, aunque la gente no se lanzó a la tarima como en el pasado festival de Los Patines.

Luego le tocó el turno a Crisis, quienes nos volvieron a levantar del suelo y nos pusieron a bailar sus alegres ritmos. Estuvieron muy bien.

Inmediatamente después apareció ese maravilloso conjunto clasificado por la provincia de Heredia para la eliminatorio final; me refiero a Reflexions, quienes nos demostraron sus grandes posibilidades para clasificar, y para clasificar como finalistas, pues aunque la batería temblaba bajo los

fuerzas "toques" de Ronald Alvarado, sonó muy bien, grandioso.

A eso de la 1 p.m. finalizaba el festival con la actuación de la Banda de la Manzana, quienes aunque se encontraban "en casa", no rindieron el máximo, y no lo hicieron porque les sobra confianza y "atenimiento" y les falta energía y fuerza. Uno se cansa de escuchar siempre las mismas canciones; y si no son las mismas pues son muy parecidas. Ya es hora de que SUS cerebros trabajen y de que COMPONGAN melodías propias, y no versiones propias. Tocar bien es importante y la Banda toca bien; sería un tonto el que lo niegue, pero un conjunto de su "alcance" debería preocuparse por componer y no sólo por tocar. Ojalá en el Zapote escuchemos algunas interpretaciones propias, pero... PROPIAS no imitaciones.

En resumidas cuentas, el festival estuvo bien. Habrán asistido unas 600 personas y se habrá recaudado unos ₡ 3.000 en taquilla.

La plaza de toros de Zapote tiene cupo para 8.000 personas. Habrá 8.000 jóvenes en Costa Rica. La respuesta... el día 29 en Zapote.

La moto es un peligro; si no, pregúnteselo a mi ojo derecho STOP Shocks STOP abrió el camino a mininoticias juveniles STOP Shocks STOP saluda a nuevos mininoticieros STOP Alvaro Fernández regresó de USA, pero el Submarino Amarillo se quedó allá STOP El Concierto más grande de la Historia del Rock... es como encabeza la revista Pelo un reportaje sobre la actuación de Harrison, Clapton, Bob Dylan, Leon Russell, Badfinger, Ringo Star y Billy Preston en el Madison Square Garden, en beneficio de los niños bengalíes. Sería muy provechoso que todos lo leyéramos STOP Carlos Lico, autor de sus propias interpretaciones hace magia en sus shows STOP En el Centro Musical está un disco muy bueno del 8th DAY; no estaría de más darse una vuelta por ahí y escucharlo STOP Una cosa es apasionarse, y otra, pasarse STOP En Rica no pide discos; se los mandan y hay que conformarse. ¿Pero en Rica no pide discos; se los mandan y hay que conformarse. ¿Pero queremos uno que los "señores" no nos dan? Nos quedamos con las ganas. ¿Qué se podría hacer? STOP A Bloody Chicago le faltan unos cuantos "posters" ¿Quién se los presta? STOP La música es creación de un pueblo. El compositor tan sólo la arregla STOP, STOP, STOP

Shoks

El escándalo

De vez en cuando el mundo de la publicidad nos ofrece alguna lección interesantísima, a través de la cual podemos intuir los cambios que se están produciendo en la mentalidad del hombre de hoy —o por lo menos, de algunos hombres.

Pienso, por ejemplo, en un curioso anuncio aparecido en la revista "Play-boy", la famosa publicación "para hombres" conocida —de vista o de oídas— en todos los países.

El anuncio en la "frívola" revista ha sido puesto por la Orden de la Santísima Trinidad de los Estados Unidos, para intentar remediar la progresiva escasez de vocaciones sacerdotales. La inserción, a página entera, ha costado mil dólares.

Según el reverendo Joseph Lupo, director de vocaciones de la Orden, la eficacia de esta publicidad ha sido "abrumadora", puesto que se estaban recibiendo infinidad de cartas y los resultados eran evidentemente satisfactorios. Hay un dato significativo, digno de tenerse en cuenta: la misma Orden, con anterioridad, había puesto anuncios en revistas tan serias como "Time", "Newsweek" y "Life" sin resultado positivo alguno.

Creo que el padre Lupo ha hecho honor a su apellido, actuando en este caso con la astucia del lobo, metiéndose en la boca del ídem. Porque desde un punto de vista teórico u oficial, el "Play-boy" tiene que ser campo enemigo para una cierta mentalidad religiosa, como lo prueba que este anuncio haya provocado críticas en algunos medios católicos. Sin duda se consideraba, en cambio, que "Time", "Newsweek" y "Life", tan respetables, eran campo amigo. El error ha quedado al descubierto.

A mí me parece que el secreto está claro. Estas revistas sólidas, cuya ambición consiste en ser útiles, informativas, etc., van dirigidas a una gente que posee ya un ideal de vida. Precisamente este tipo de revistas constituye una de las fuerzas propagandísticas más poderosas de nuestro tiempo, puesto que se dedican a impregnar a la opinión pública a favor de un determinado estilo de progreso personal, familiar y colectivo, a favor de unos objetivos existenciales muy concretos. Frente a la técnica, la planificación, etc., como armas del éxito, la vocación no suele merecer de estas revistas atención alguna. Y huelga decir la vocación religiosa...

En cambio, las revistas frívolas y lujosamente decadentes, por ser precisamente la quintaesencia, el espejo más refinado de aquel mismo ideal de vida, reflejan por exageración —o sea por contraste— la vaciedad, el escaso interés de los objetivos que se proponen a la sociedad. Es posible, pues, que el éxito de "Play-boy" sea un índice de la insatisfacción más o menos consciente que invade a determinadas personas. Por auténtica inquietud o por esnobismo, es comprensible que el anuncio de la Orden de la Santísima Trinidad haya despertado interés.

Si para algo se necesita imaginación... es para hacerse cargo de la realidad. El padre Lupo ha demostrado poseer esta básica aptitud publicitaria. Y la realidad es que no hay revistas para gente buena y revistas para gente mala, porque sencillamente para dicha Orden —para cualquier organización que se haya propuesto una misión religiosa— no hay buenos ni malos. Hay un mercado general de vocaciones posibles, y un estudio de este mercado indicaría sin duda que no se encontrarán tanto entre los lectores autosatisfechos y "razonables" de las revistas moralmente tranquilizadoras, como entre los lectores más o menos angustiados —porque es así— de las revistas inquietantes.

¿Que ofrecer una vida sacerdotal en las mismas páginas que ofrecen los últimos modelos de mechero o de calzoncillos puede ser escandaloso? Claro que sí. En nuestra sociedad, la vocación religiosa es por definición un escándalo, un motivo de desconcierto y de asombro. Como lo es el idealismo político, social o humanitario. La rutina nunca es escandalosa. Ni el egoísmo. Ni el conformismo.

(P.S. — Sería interesante saber si el inteligente dueño del "Play-boy" le ha pedido al inteligente director de vocaciones padre Lupo que le permita insertar un anuncio de su famosa revista en las publicaciones de la Orden).



Hola! Nos permite un momento?

Querida amiga:

Sabemos que es usted una persona muy ocupada. Por eso vamos a hablarle sobre algo que le interesa ahorrándonos los prólogos. Vamos al grano:

- Quiere que le REGALEN un suplemento?
- Quiere que sea rico en material y en papel color?
- Quiere además que se lo encuadernen GRATUITAMENTE?
- Quiere que ese suplemento se acuerde de sus hijos?
- Le gustan las entrevistas y reportajes, las columnas de modas y cine, las páginas culturales, los consejos de belleza, la decoración del hogar, la música "pop", el mundo de los adultos y el de la gente joven?
- Quiere coleccionar las recetas de Doña Nannie?
- Quiere que pensemos por usted un menú para cada semana?
- Quiere una columna en la que se publiquen sus propias opiniones y cartas?
- Le interesa una encuesta sobre diversos aspectos del hogar y el matrimonio?
- Quiere tener a mano los más prácticos consejos para su casa?
- Quiere un medio de difusión para su obra literaria, artística o social?
- Quiere, en resumidas cuentas, un suplemento que sea

VERDADERAMENTE SUYO?

Entonces, querida amiga, suscríbese a

LA PRENSA LIBRE
el diario de la tarde

y colecciona

Abanico

"La enciclopedia periodística del ama de casa".

PANTY HOSE

Chanel

económico
y de superior calidad!

El arte de saber vivir

Para jóvenes

Stella

VI

Caminar bien intencionados y recto hacia un ideal es noble destino del hombre y de la mujer. Jóvenes han de hacer juntos la jornada de la vida como compañeros finos, esforzados, decentes, sin rivalidades odiosas, sin intenciones malévolas, quiándose y protegiéndose como hermanos, después como esposos.

Se suceden las estaciones de la vida: la primavera alegre, de divina inocencia. El verano cálido, que dora los trigales con el peso de la mieses, comienza a poblar de nidos la enramada y hay aletear de avechitas responsables, padres y madres que cumplen con los deberes de progenitores. El otoño vacía sus uvas en el lagar, y mozos y mozas pueden ya saborear el vino bien ganado. El invierno... tarea cumplida. Los árboles que entregaron sus hojas, los osos y otros animales duermen el sueño invernal. Los ancianos descansan dulcemente o rinden ante el Hacedor su tarea cumplida, presentando lo mucho o lo poco que lograron a la hueste juvenil que los sigue valientemente, luchando y procreando hijos cada vez más perfectos, más sabios, más buenos.

Secretos: no mirar al suelo. Fijar la mente en una estrella. Arrojar el lastre de vicios y pasiones para alivianar el cuerpo y subir cada día una gradita más. El aire de la cumbre es mágico y allí se puede soñar en firme, atrapar mariposas de luz, intuiciones, pensamientos creadores, preñados de eternidad.

No se oculten en sótanos a provocarse visiones demoniacas, macabras, mortales. Sueñen sueños bellos, positivos, creadores. No se atenten con una droga lasciva y dañina, con unas hojas que no les van a dar buen fruto, ni ninguno. Cultiven en los jardines del buen éxito las flores bellas del pensamiento, el laurel con que se corona a la juventud que sabe forjar su destino, sabedores de que el futuro le pertenece.



Si conquistó al que es hoy su esposo con gentil presencia, no se complazca ahora redecillas espesas, máscaras de cremas!

sus encantos y dulzura, así como con su en "asustarlo" por las noches con horribles

Se porta Ud. correctamente con su esposo?

Si ha casado contigo, habiéndote visto siempre como a una novia fresca y graciosa. No le depara sorpresas: nada de cremas por la noche, ni rulos, redecillas y menos papel higiénico alrededor del nuevo peinado.

El cuidar la propia belleza es como adquirir una cantidad de acciones seguras en la bolsa; garantizar la conservación de un aspecto juvenil, evita amargas comparaciones en el futuro y confiere la seguridad que permite afrontar, con mayor fuerza, las pequeñas crisis.

Por otro lado la mujer inteligente no se

deja conducir a comprar cada semana un producto distinto, con la esperanza de cambiar de rostro.

Si ha encontrado todo lo que precisa para mantener la piel elástica y juvenil continuará el tratamiento con confianza y constancia; de no ser así, debe elegir productos más adecuados a su caso.

No se pondrá en ridículo adoptando peinados de jovencita cuando haya pasado de los cuarenta, ni mostrará pesar por envejecer. Con habilidad, puede mantenerse siempre fresca y de acuerdo con su propia edad.

El menú



de la semana

Preparar un menú balanceado, sabroso y variado, es todo un arte. En esta columna, con el fin de aliviarles sus tareas hogareñas, ofreceremos todas las semanas un menú completo, que podrán modificar según las necesidades particulares o los gustos de cada familia.

LUNES

Desayuno:
Jugo de limón dulce
huevos revueltos con tocino
pan tostado
té o café.

Almuerzo:
Ensalada de repollo, tomate, rabanitos
carne molida en molde
puré de papas
plátano maduro en miel.

Cena:
Enchiladas de masa en salsa de tomate
arroz blanco
dulce de coco.

MARTES

Desayuno:
Jugo de naranja
avena en leche con tajadas de banano
té o café.

Almuerzo:
Ensalada de zanahoria, remolacha,

chile dulce (en vinagre y aceite)
chop suey
ensalada de frutas
café.

Cena:
Empanaditas de plátano maduro (frijol, queso o carne)
arroz blanco
gelatina.

MIÉRCOLES

Desayuno:
Jugo de limón ácido
huevos fritos
pan tostado
té o café.

Almuerzo:
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria rallada
bistec empanizado
papas a la francesa
tajadas de piña.

Cena:
Olla de carne
gelatina.

JUEVES

Desayuno:
Jugo de pera
corn flakes con leche y fruta
té o café.

Almuerzo:
Ensalada de tajadas de tomate, remolacha y cebolla
carne sudada en salsa
puré de papas.

Cena:
Huevos a la ranchera
pastel de manzana.

VIERNES

Desayuno:
Jugo de naranja con zanahoria
huevos en torta
pancitos calientes
té o café.

Almuerzo:
Ensalada de repollo, tomate
chuletas de pescado al horno
arroz blanco con petit pois
frijoles arreglados.

Cena:
Garbanzos bien arreglados con tocino y papas
flan.

SABADO

Desayuno:
Tajadas de papaya
pan queques con miel
té o café.

Almuerzo:
Ensalada mixta (tomate, pepino, lechuga, apio, culantro, etc)
hamburguesas en salsa de tomate
arroz
frijoles molidos.

Cena:
Tamalitos de verdura
helados con gelatina.

DOMINGO

Desayuno:
Jugo de naranja con zanahoria
huevos fritos con jamón
pan partido al horno con polvo de queso
té o café.

Almuerzo:
Ensalada rusa
pollo empanizado
papas a la francesa
ensalada de frutas con helados.

Cena:
Repostería variada
té o café.

Belleza después de los cuarenta

Por Edyth Thornton McLeod

"Mi cabello es muy seco. No puedo soportar una peluca. Son demasiado caliente. ¿Qué puedo hacer ahora con mi cabello seco?" "Esto pregunta una lectora.

Primero, láveselo cuidadosamente y cerciórese de enjuagárselo bien séquelo con una toalla y después dese un masaje en el cuero cabelludo con aceite cosmético. Dese el masaje sobre el cuero cabelludo, no en el cabello, ce pillelo con la cabeza hacia abajo. Use un repilto de cerdas legítimas, las sintéticas solo hacen que su cabello "vuele" más. Cuando se arregle el cabello, aplíquese un poco de acondicionador con la punta de los dedos. Si su cabello es gris, use el ungüento acondicionador azul, que le da un realce encantador. Si sigue este programa vencerá la sequedad de su cabello.

Tengo calambres en las piernas cuando despierto en la mañana. ¿Qué puedo hacer sobre esto? Si tuviera que trabajar en una oficina no podría hacerlo. Yo trabajo en la casa".

Cuando vaya a acostarse, dese un baño caliente usando una taza de sal de higuera. Envuelva las piernas en una frazada de lana debajo de la sábana. Cuando se levante en la mañana, aplique se linimento. Consiga uno de la clase nueva. Pregúntele a su boticario. Siempre dese masaje en las piernas cuando tome su baño. Si usted está en la menopausia (los calambres son entonces frecuentes) pídale a su médico una droga para aliviar los calambres.

"Mi cabello es bastante es caso y a los sesenta y cinco años de edad me gustaría probar algo nuevo. No me gusta el cabello postizo.

¿De qué otra manera puedo arreglarle el mío.

Por qué no se compra una peluca que usted pueda arreglar en un estilo de turbante? esto es elegante y usualmente muy conveniente.

Use algunos ganchos y broches con joyas de fantasía, especialmente en la casa y para por la noche.

Una señora nos escribe diciendo: "Cree usted realmente que una mujer puede tener gozar de la vida después de los cuarenta años? Usted escribe sobre este tema, pero desearía saber si verdaderamente cree en lo que dice"

Sí: puedo asegurarle a esta señora y a todas las mujeres que me leen que escribo, y también doy conferencias, acerca de la vida de las mujeres después de los cuarenta años, de los intereses que pueden desarrollar y la satisfacción que les pueden dar.

Cuando cumplimos cuarenta años, sentimos orgullo a la vez que preocupación. Hemos llegado a un punto en que podemos enorgullecernos de la tarea que hayamos realizado, pero a la vez sentimos inquietud por el futuro.



La actriz Susan Strasberg nos da aquí su secreto para dormirse instantáneamente, y otros consejos.

DESDE HOLLYWOOD...

SUSAN STRASBERG

Por Lydia Lane

HOLLYWOOD, — Susan Strasberg, cuyo padre y su escuela dramática iniciaron la carrera de muchos actores famosos, ya era una estrella a los 16 años de edad. Esta responsabilidad extrajo más de Susan de lo que se imaginaba en aquella época.

Cuando miro mis fotografías, la tensión se ve en mi cara. En mi adolescencia tomaba píldoras para dormir, hasta que me di cuenta que se estaba convirtiendo en un hábito. Yo era muy nerviosa, y el insomnio era un problema. Después de parar la medicina, encontré que el té caliente con un poquito de coñac en él, me ayudaba. Pero ahora me duermo tan pronto apago la luz".

Mientras almorzábamos en un estudio donde Susan tiene una parte muy dramática en una serie de televisión, vi en ella una tranquilidad que era una nueva extensión de su personalidad. Tenía el mismo entusiasmo, sus respuestas vinieron con el mismo avalúo brillante de la pre-

gunta, pero su voz y sus maneras reflejaron una nueva actitud hacia la vida. Dijo.

"Acabo de terminar un curso sobre la mecánica de la mente que tiene que ver con el control del pensamiento. Cuando se aprende a organizar la energía, se aprende cómo lograr una meta. Realizar mi potencial ha sido una experiencia satisfactoria para mí. Es una gran diferencia poder dormir a voluntad. Puedo dormir siestas pequeñas en el estudio y mantenerme fresca aún durante largos períodos de trabajo".

Susan está más esbelta que antes de casarse. Nos reímos sobre la última vez que nos encontramos, poco después del nacimiento de su hija Susan estaba reduciendo 17 libras que le sobraban. Ahora ella mantiene su peso balanceando sus requisitos diarios. Después de todo, es el combustible sobrante el que causa problemas.

Las reglas para reducir que Susan ha hecho para ella fueron tan efectivas que no pasó mucho tiempo sin

que volviera a usar la talla 3. "Yo fui muy estricta en seguir las", dice. Estas eran:

1.— Nunca dejar de desayunar, es alimento que usted quemará, esto es, las calorías.

2.— Limite sus porciones a la mitad de lo que estaba acostumbrada.

3.— Evite almidones y dulces.

4.— Nunca pase un día sin ejercitarse.

La mayoría de las muchachas pequeñas parecen que tienen dificultad con su imagen de la moda, pero no Susan. Ella es elegante: confeso que se dio buena cuenta de la moda en Italia. "Descubrí allí que podía ponerme cualquier cosa siempre y cuando fuera mi talla. Realmente no hay nada que no pueda usar, siempre y cuando el diseño y los accesorios estén en proporción con mi tamaño". Cierta consejo que Helen Hayes le dio ha sido muy útil: "Usted puede ser muy pequeña, pero tiene que pensar grande".

Cápsulas de belleza

Exclusivo para "ABANICO"

¿Qué le ocurre a la gente? ¿Se siente incómoda? Si el mundo se le viene encima, escápece. Destine un poco de tiempo para aislarse, con sus pensamientos. Despeje su mente de las tensiones y relájese. tome un agradable baño caliente. Esto le relaja los músculos y le hace sentirse bien.

Después de un relajante baño caliente, una ducha fresca le hará volver a la realidad, refrescada y lista para enfrentar al mundo. La ducha fría es importante además para cerrar los poros que ha dilatado el calor. Esto le ayuda a evitar esa desagradable condición de las espinillas.

Para evitar que el maquillaje se agriete y se desprenda, aplique una capa delgada de humedecedor, debajo del maquillaje.

Una solución fantástica para la sequedad de la piel causada por el invierno y que alterará también el verano es la aplicación de manteca de cacao. Esto cura la sequedad de la piel, evita que se formen arrugas y además huele bien.

Las uñas resacas y quebradas pueden protegerse aplicando en la noche un poco de aceite de olivas. Con esta técnica se suaviza la cutícula, lo cual permite que se empuje fácilmente hacia atrás. esto es mucho mejor que cortarla.

¡Nuevo!

Bolsas inmensas en colores bellos y bordados con cuentas. También son nuevas las bolsas de "gamuza peluda" que vienen de Italia. Otras bolsas de lona doble son elegantes.

Cinturones.

En las tinas elegantes, los cinturones hacen juego con las bolsas. Los cinturones son anchos, y si usted tiene una cintura delgada, son para usted.

Elegantes;

Las modas tienden hacia la apariencia elegante. Eso es bueno puesto que no lo hemos visto por mucho tiempo. Sombreros inmensos, envueltos con velos y flores, se ven en eventos importantes, tales como bodas.

¡Sea astuta!

Los flecos son tan importantes que una señora que conozco tenía un vestido de tela de punto muy atractivo. Ella adornó el dobladillo con flecos de lana como de dos pulgadas de ancho. Lucía tan atractivo.

Mire su ropero y vea lo que puede salvar. Las cintas se pueden usar de la misma manera.

¡Los hombros!

Tuvimos una insinuación en el mundo de la moda sobre los hombros anchos. Ya informé sobre esto. ¡Los hombros anchos están aquí!

Lucen raros a primera vista pero estimulan la figura.

RECETAS a cargo de DOÑA MANNIE *de Revista Femenina*

PUDIN DE ZANAHORIA

- 1 taza de harina cernida
- 1 cucharadita de polvo de hornear
- 1 cucharadita de azúcar
- 1 cucharadita de clavo de olor de Mc. Cormick
- 1 cucharadita de canela de Mc. Cormick
- 1 cucharadita de nuez moscada de Mc. Cormick
- 2 cucharadas de margarina a temperatura ambiente
- 4 zanahorias cortadas en trocitos
- 2 papas medianas cortadas en trocitos
- 1 taza de pasas sin semillas
- 1 taza de nueces (opcional)
- 2 huevos

Engrase un molde y enharínelo. Cierna todos los ingredientes secos y colóquelos en un recipiente. Licúe la zanahoria hasta que quede bien picada (hasta obtener una taza). Licúe también en esta forma las papas, una vez licuadas las pasas; colóquelas en un recipiente aparte.

Coloque en la licuadora los huevos y la margarina y licúe hasta que quede bien cremoso. Incorpore esta mezcla a los ingredientes secos ya cernidos, lo mismo que la zanahoria y las pasas, y el resto de los ingredientes.

Ponga la mezcla en el molde engrasado previamente y tape bien con papel encerado. Cocine a baño maría por 1½ a 2 horas. Sírvalos con crema chantilly.

ENSALADA DE PAPAS CON NATILLA

- 1¾ libra de papa cocida y picada
- 1 cucharada de perejil
- 1 cebolla picada en rodajas finitas
- 1 latita de jamón del diablo
- ¾ cucharadita de sal
- ½ cucharadita de aji-no-moto
- ¼ cucharadita de pimienta Mc. Cormick
- 1¼ taza de natilla Dos Pinos

Mezcle todos los ingredientes bien. Sírvalo acompañado de unos tomates cortados en forma de flor sobre una cama de lechuga y petit pois.

ENSALADA MEDITERRANEA

- 2 latas de atún en aceite vegetal
- 1 libra de garbanzos cocidos
- 1 lata de 15 onzas de palmito en rebanadas
- 1 taza de apio picado
- ½ taza de aceitunas en rebanadas
- ½ cucharadita de sal
- 2/3 tazas de salsa rosa (½ mayonesa, ½ tomate)
- 2 tomates pelados y cortados

Mezcle el atún, garbanzos, palmito, apio, y aceitunas en un recipiente. Rocíe con sal y luego agregue la salsa rosa, mueva ligeramente. Sírvalo adornada con lechuga y gajitos de tomate.

MOLDE PARA CENA FRIA

- 1 sobre gelatina sin sabor
- ¼ taza de agua fría
- ½ taza de queso crema
- ½ taza de mayonesa
- ¼ taza de apio picado
- ¼ taza de aceitunas picadas
- ¼ taza de chile verde picado
- ¼ taza de cebolla picada
- ¼ taza de pimienta morrón
- 2 huevos duros picaditos
- 1 lata de atún en pedacitos
- 1 paquete de sopa de tomate

Disuelva la gelatina en agua fría. Prepare la sopa de tomate en dos tazas de agua. Cuando la sopa está hirviendo agréguele la gelatina, hasta que se disuelva. Agregue el queso crema, la mayonesa y demás ingredientes. Mezcle bien. Coloque en una bandeja en el centro Antipastos Génova. Decore con tajadas de jamón, mortadela, queso y panecitos.

La adolescente da una fiesta



Una jovencita escribe: "Voy a dar una fiesta para mis amigas antes de que nos separemos para regresar a clases. Mi madre dice que lo tendré que hacer todo yo misma. Será la primera vez. Estoy nerviosa. ¿Tiene algunas sugerencias?"

La respuesta: El secreto de entretener, y muchas adultas desearían saberlo, es hacer algo sencillo, sin complicaciones. Si usted se pone nerviosa sobre el resultado, se va a sentir intranquila y llena de ansiedad. Y eso causará que usted actúe nerviosa con sus invitados, como una gallina con sus pollitos. Esto desalienta la fiesta desde el comienzo. Los invitados no se sienten con ganas de divertirse: sólo pueden sentirse como en sus casas y divertirse si usted se asienta y se divierte también.

Para dar una fiesta, deje que su sentido de diversión salga a la superficie.

No hay nada como eso para demostrar una preparación hábil y el trato de los invitados. Aquí tiene una idea de entretenimiento, como para que se entusiasme:

Trate de hacer la fiesta sencilla, con un toque de imaginación. Por ejemplo, pruebe unas albondiguitas de carne en palillos de bambú... Haga todas las preparaciones posibles por anticipado en cuanto a los refrescos, decoraciones y servicio...

Tenga un plan flexible

de entretenimientos, con algunos discos fonográficos nuevos, etc.

El día antes de la fiesta, arréglese el cabello y las uñas...

Vístase para la ocasión, de manera que tenga 15 minutos libres antes de que lleguen los invitados... Salude a éstos a medida que van llegando y presente a los que no se conocen enseguida... Comparta su atención, nunca se reúna con unos pocos seleccionados... Haga que se mezclen los tímidos.

De esa manera estará segura de lograr una fiesta de 4 estrellas.

Los pollos

Pues en este matrimonio el tonto era el marido y la lista la mujer. La mujer iba al mercado, regateaba las ventas, compraba los menesteres y mandaba en la casería. Y fue una vez al mercado y le encargó a su marido que cuidase de los pollos, que eran muchos.

No los pierdas de vista -le dijo- porque anda una raposa por el monte.

Y púsose el marido a discurrir: Pues el sitio más seguro para que no se los lleve la raposa es el medio del río, que es muy hondo!

Y reunió los polluelos, los amarró por el pico, los llevó a medio de río y allí los sujetó con unas piedras.

Por fortuna, dio la vuelta muy pronto la mujer, se enteró del suceso, puso el grito

en las nubes, se fue al agua y sacó vivos un gran número de pollos; se los volvió a entregar a su marido y le dijo lo siguiente:

—Déjalos en el pollero, que si te huele a tí no viene la raposa.

Pero marchó la mujer y púsose el marido a discurrir: Y si la raposa me huele y me come? Y si en vez de los pollos muero yo?

Y para evitar el riesgo abandonó los pollos, se metió en su casa, puso todas las trancas a las puertas y echó todas las llaves... Llegó en tanto, la raposa, mató los pollos mejores, cargó lo que pudo y se marchó.

Cuando volvió la mujer y se enteró del suceso, los berridos, las injurias, las voces que lanzó se oyeron a tres le

guas del contorno; pero tuvo que marcharse nuevamente, y para ponerse a salvo de desgracias mandó al marido que matara los pocos pollos que le quedaban todavía. Y púsose el marido a discurrir: Si les retuerzo el pescuezo uno por uno, voy a tardar mucho tiempo; mejor es arrojarlos del balcón y de ese modo se estrellarán contra las piedras".

Como lo pensó lo hizo; pero los pollos revolotearon, los vieron unos milanos, se echaron sobre ellos y se los llevaron en las garras...

Cuando volvió la mujer pensó que no hay desgracia en este mundo como la de casarse con un tonto.

(De los cuentos tradicionales asturianos, C. Cabal).

PARA EL HOGAR,

sugerencias

de lectoras

Por: POLLY CRAMER

Exclusivo para "ABANICO"

"Estimada Polly: Para eliminar el problema del deslustre en las placas de bronce de los interruptores que hay en la pared, se deben sacar y aplicarles una capa de barniz incoloro lo mismo que a las cabezas de los tornillos que las aseguran. He descubierto que estas plaquitas en beige o marfil, se ven bien en cualquier habitación de la casa. Por supuesto que debe tenerse cuidado que nadie toque estas partes descubiertas con electricidad, mientras se está pintando las placas. Señora T. D."

"Estimada Polly: Me agradan especialmente los trajes con cuellos blancos o en colores claros. Cuando compro un vestido con estos cuellos, lo saco con mucho cuidado y coso en el borde del cuello algunos broches de presión que luego complemento con la parte restante de ellos en el borde del escote del vestido. Cuando se ensucia el cuello, simplemente lo desabrocho, lavo el cuello y lo vuelvo a abrochar. Esto me economiza bastantes gastos en la limpieza completa de la prenda. Señora R. P."

Cortante oferta

Este cuchillo por sólo

₡ 1.00



Con la compra de una libra de Margarina Nova y ₡ 1.00 adicional obtenga un útil cuchillo de acero inoxidable y mango de madera.

contra tos-ronquera catarro



PASTILLAS LOKEROLO

En su económica cajita ₡245

Distribuidores exclusivos:

Farma-Tica
LTDA.

teléfono 22-11-41 ap.3770

PANTY HOSE *Channel* de venta en todo el país y distribuido por **IMPORTEX S.A.**



"Tiempos modernos" en sesión de gala

El más célebre cómico de todos los tiempos, Charles Chaplin, recibe de manos de su esposa Oona un toque de última hora en su corbata, antes de saludar a la princesa británica Alexandra, en el Hotel Savoy de Londres. La pareja Chaplin asistieron a una invitación a cenar en honor de la princesa, después de la gran gala con fines benéficos en la que se exhibió la película "Tiempos Modernos" — (Wirephoto AP).

Charles Chaplin esperó 15 años para llegar a las "aceras de la fama"

HOLLYWOOD —(AP)— La capital del cine norteamericano ha puesto fin a 14 años de repulsa a Charles Chaplin, y ha accedido a colocar el nombre del célebre actor cómico entre los demás que figuran en las "Aceras de la Fama".

Los directores de la Cámara de Comercio de Hollywood aprobaron ayer por votación de 33 a 3 añadir el nombre de Chaplin a las aceras de terrazo decoradas con estrellas de bronce y granito.

"Creo que la cuestión ha sido exagerada grandemente", dijo Buttop, y añadió que los argumentos de que Chaplin debía ser omitido por presuntas tendencias izquierdistas era cosa del pasado.

Chaplin salió de Estados Unidos con su familia en 1952,

y no regresó a causa de una controversia acerca de sus opiniones políticas.

El mes pasado, el nombre de Chaplin fue considerado para las "Aceras de la Fama". Cuando la Academia de Artes y Ciencias Cinematográficas anunció que el cineasta volvería a Hollywood para aceptar un Oscar Honorario el 10 de abril.

John Kinglsey, uno de los tres miembros de la Cámara que se opuso a la inclusión de Chaplin entre las estrellas de la acera, dijo que uno de los criterios para la selección de los homenajeados es que éstos sean "buenos ciudadanos, que crean en los valores de Estados Unidos". Añadió que en su opinión, Chaplin no corresponde a esa descripción.

PRONTO! De los Super Gigantes del VARIEDADES

Frank y Ross se cansaron de ser vaqueros y decidieron esaltar un benco

William Holden
Ryan O'Neal
Karl Malden

en una producción de Blake Edwards

DOS
VAQUEROS
ERRANTES

METRO-GOLDWYN-MAYER Presenta UNA PRODUCCION BLAKE EDWARDS • WILLIAM HOLDEN • RYAN O'NEAL • KARL MALDEN
En "DOS VAQUEROS ERRANTES" Con LYNN CARLIN y RACHEL ROBERTS • Gulon Cinematografico BLAKE EDWARDS • Dirigida por
BLAKE EDWARDS • Producida por BLAKE EDWARDS y KEN WALES • Musica de JERRY GOLDSMITH en METROCOLOR • PANAVISION® MGM

EN COLORES.

PRONTO REX

La historia de un hombre muy hombre. Y el último de los domadores de caballos salvajes, en una película que le fascinará por el nuevo enfoque que da a estos valientes hombres del Oeste.



LEE MARVIN como
"MONTY WALSH"



co-estrellas
JEANNE MOREAU
JACK PALANCE



Una
Presentación
Distribuida por



escrita por DAVID GOODMAN

de la novela de JACK SCHAEFER dirigida por BILL FRAKER

una producción de LANDERS-ROBERTS
PANAVISION® y TECHNICOLOR®

PANTY HOSE

Channel

lo tiene todo para
la mujer exigente