

- الماء كل اربع وعشرين ساعة اي قدحين مع كل طعام
- ٣ ان يجتنبن الماء كولات التي تكثر فيها البهارات لانها تساعد على حدوث التجمعات في الوجه
- ٤ ان لا يحضرن أكثر من مآدبتين في الشهر
- ٥ ان يتمتعن امتناعاً تاماً عن الاكل قبل النوم لانه يفقد طلاوة الوجه نظراً لعدم تمام الهضم
- ٦ ان يتمتعن عن استعمال النقاب الخيطي (فواليت) لانه يحمل جلد الوجه كثير الاحساس
- ٧ ان يتعهدين بعدم المطالعة في الفراش او في قطار سكة الحديد حتى لا تتعب العين

تذخير المنزل

بينما كنا نفتكر في انتخاب موضوع نكتبه في هذا الباب اتفق ان طالعنا في مجلة المتتطف نبرة عن الغسل يتلوها نصائح للنساء رأيناها حريصة بالنشر في الحساء لما فيها من الفوائد المهمة لمديرات امور المنازل

طرق الغسل

ان غسل الثياب عادة قديمة جداً للناس فيه مذاهب مختلفة فطرق الغسل في بلادنا تكاد تكون واحدة في المدن والضياع الا حيث بعد الماء عن الضياع فهناك تذهب النساء الى مجاري المياه ويغسلن الثياب عندها. ومن اغرب ما عثرنا عليه من طرق الغسل ان بعض الجرمانين لا يغسلون ثيابهم الا مرة او مرتين في السنة ويكون يوم الغسل او ايام الغسل عندهم كعيد للعائلة كلها ويوم فرح وطرب. والغسل في بلاد الهند منوط بالرجال والنساء واسمه بالغتهم ذوبي يرث هذه الصناعة عن ابيه وجدهم ويرثها الصخر الذي يغسل الثياب عليه فيحمل الثياب من بيوت زبائنه وينضي بها

الى النهر مسافة اميال فيعطسها في مائه ثم يضعها على الصخر الذي ورثه من اسلافه
ويخبطها بالمخاض فينظف او ينظف ما يبقى منها سالماً بعد خبطه العنيف
والنساء في اوربا يغسلن الثياب عند الانهر غالباً ولكل منهن صندوق على حافة
النهر محشو بالبن وله ثلاثة جوانب فقط فتركع عليه المرأة وتضع الثياب على حجر او ح
وتجملها بخياط او تدلكها بنجر حتى تنظف ولا تفرك بالهابون الا القدر منها الذي لا
ينظف بالخط او بالدلك . وقيل ان النساء في فرنسا مغرمات بالغسل على هذه الصورة
حتى انهن لا يبنين في بيوتهن اما كن للغسل ولا يغسلن ثيابهن في المغسل العمومية
التي انشئت في بعض المدن

نصائح للنساء

- ١ الصابون العالي ارفع من الرخيص . فان الصابون الجيد العالي رابعه ما .
والصابون الرخيص ثلاثة ارباعه ما .
- ٢ يجب ان لا تغسل كل الثياب معاً بل تقسم الى اقسام فالخرج والتول والشاش
تغسل وحدها والبياض وحده والاشيات الملوثة وحدها وهلم جرا
- ٣ يجب ان تغسل الثياب حالما تتوسخ اي لا تترك . وسخة مدة طويلة
- ٤ يفضل ان تنقع كل الثياب البيضاء بالماء المزوج بقليل من الصفوة او الصودا
قبل الغسل بليلة فان ذلك يسهل تنظيفها
- اذا كان ماء الغسل بارداً لم تزل الاوساخ عن الثياب الا بصعوبة . واذا كان
شديد الحرارة فقد لا تزل ابدأ بل تثبت بين الياف الثياب وعليه فيجب ان يكون
معتدل الحرارة
- ٦ يجب ان لا تغلى الثياب الا بعد ازالة الاوساخ عنها ولا تغلى اكثر من ربع
ساعة في الماء الذي فيه قليل من الصابون
- ٧ آثار الجبر والحديد تزال عن الثياب بالحامض الاكساليك او اكسالات البوتاسا
- ٨ الفلانا تغسل باء ناعم خال من الصفوة لا صودا فيه ولا بوتاسا لان القلاويات
(كالصودا والبوتاسا) تصفر الانسجة الصوفية وتسحكها وان كانت تسهل ازالة الوسخ عنها