

IL

COLLABORATORE

DELLE DAME

GIORNALE SPECIALE DI LAVORI DA DONNE.

I BAGNI DI MARE

Al mare, al mare! ai laghi, ai fiumi, alle sorgenti di chiare, fresche, dolci e pure acque, alle scaturagini delle linfe salutari, ai bacini, alle vasche, e meglio ancora di tutto al mare.

Il bagno di mare per noi veramente non è altro che quello dell'aria aperta, alla libera onda, alla luce diffusa, col cielo per padiglione, con la fina sabbia per letto, colle alghe e le conchiglie per ornamento. L'acqua quindi come Dio ce l'ha data, temprata a' raggi del nostro Sole, sbattuta e tormentata dall'assiduo palpito del mare, che corre e ricorre agli abbracciamenti della terra, e lascia a questa sua sposa per ogni amplesso, un vezzo di corallo e di madreperla.

Per codesti bagni a cui mie belle lettrici siete invitate nella presente stagione, ho creduto raccogliere delle norme brevi e succinte ben facili ad osservarsi essendomi troppo cara la vostra salute e la vostra floridezza.

Bisognerà far precedere il bagno marino da qualesuno di acqua dolce, onde detergere e preparare la cute all'altro più attivo. Dopo essersi soffermati alquanto al luogo del bagno di mare, si proceda lentamente a svestirsi e a far passare un drappo ruvidetto su tutto il corpo. Appressatosi all'acqua se ne raccolga un poco nel cavo della mano praticando alcune aspersioni sulle varie parti del corpo, e specialmente sul petto; poi si discende gradatamente e senza soffermarsi, fino a che la gola arrivi al fior d'acqua.

I risoluti omettono le aspersioni e si precipitano a tutto corpo nell'acqua. L'impressione n'è brusca e penetrante, ma equabile in tutto il corpo e fugacissima. Però non si sa consigliare, anzi s'interdice assolutamente a coloro che tendono all'apoplezia, a' vizi di cuore, allo sputo di sangue ec.

Si usa coprirsi il capo di una cuffia di taffetà o d'altra sostanza impermeabile a garentire i capelli dal contatto dell'onda marina. Ma cotesto è improvvido costume, chè si concentra per esso troppo calorico al capo, il quale è poi anche sottratto all'azione del bagno freddo. Una reticella di seta o d'altro basta tenere il crine raccolto; e quanto alla ruvidezza che l'acqua v'induce, la si toglie facilmente lavando con acqua dolce e tiepida lasciandolo di poi con qualche cosmetico. S'abbia poi per fermo che l'ac-

qua salata non altera punto la bellezza dei capelli, nè arreca onta alcuna al loro colore, nè alla loro quantità e morbidezza.

Il saper nuotare è cosa preziosissima per ogni lato: dal lato filantropico a salvare sè ed altrui; dal lato igienico a rendere più elastica la fibra, più risolti i muscoli, più alacri i movimenti, più fidente la coscienza, più tenaci i propositi, più deliberati gl'impresimenti. Dal lato curativo si schiva per esso quel tremito, quei brividi, quei crampi, quel malessere che prende quelli che stagnano in una vasca, o che siedono immobili sulla spiaggia sognando vortici, abissi e precipizi, e che rimontano poi dal bagno pallidi, sparuti, tremanti di fiacchezza e di freddo, anelanti al letto, al riposo, al sonno, mentre gl'instancabili tormentatori dell'acqua si vestono più agili, più robusti, più alacri che per lo innanzi, e anelano ben altro che al letto, cioè a un buon passeggio e a un buon pasto.

Però non è consigliato l'immediato passeggio dopo il bagno, e meno ancora di sollecitarlo e di produrlo fino a spremere il sudore dal corpo.

Bisogna asciugarsi con ogni diligenza appena sortito dal bagno, ed aver cura di non soffregare rudemente la cute e irritarla e riscaldarla, facendole perdere in breve quella riposata freschezza e quella pastosità guadagnata dal bagno.

L'ora più opportuna pel bagno è subordinata alle vicende della marea: miglior tempo è quello del flusso in cui l'acqua è più ricca de' principi attivi, più temperata e più efficace. Il periodo di tempo dalle ore 11 antimeridiane alle 7 pomeridiane sarà il più opportuno.

La durata media del bagno è da mezz'ora ad un'ora, sino ad un'ora e mezza e non più. Però questa norma è subordinata alla tolleranza individuale, e viene anche precipitata da quel brivido che si dice *di ritorno o secondario*, simile a quello che si provò nella prima immersione.

Sul numero de' bagni nulla si può stabilire di preciso, tenuto riguardo al fisico della persona, alle infermità che soffre, ed alla di lui sofferenza nell'acqua; ad ogni modo volendo pur gittar sulla carta una cifra, e nella mente delle mie lettrici una norma, dirò che il numero di 30 o 40 bagni sarà una misura media, e questa cifra potrà essere menomata, ma non però di tanto da scendere a meno di 20, chè altrimenti si ritengono pressochè nulli.

Gioverà di quando in quando serbarsi un giorno libero, interruzione questa che quasi sempre viene necessitata da qualche burrasca, da qualche squilibrio d'atmosfera, e da qualche incomoduzzo accidentale.

Gli è certo che la cura balneare è abbastanza gaia, svariata, vivace, ma è pur sempre una cura. Necessario quindi avere alcune avvertenze in proposito del regime di vita. Il vitto sia pure il solito ma sia parco di misura; e siccome la cura acuisce di solito l'appetito, così converrà cibarsi più di frequente, ma più misuratamente. Ciò che importa si è di non discendere nel bagno a stomaco digiuno; nè a stomaco gravato da cibi, e a digestione incompiuta. Così pure giova non assidersi a mensa subito dopo il bagno, chè la temperatura della zuppa e delle altre vivande sarebbe troppo sproporzionata a quella indotta poco prima dal bagno.

Le gite infine in barca, in vettura o pedestri nelle ore fresche del mattino e della sera sono indicatissime durante la cura de' bagni e meglio forse dell'equitazione, che nella stagione estiva riesce sempre esercizio un po' troppo sudorifero e affaticante.

A voi dunque, mie care lettrici, dopo un sì breve catechismo di precetti

facili ad osservare come dapprincipio mi faceva a dire, correte, volate come uno stormo di alcioni a quel golfo, a quel bacino, a quelle riviere, a quelle città bagnate dal mare, ed ivi non obbliate chi scriveva per voi queste poche massime.

MODE

Dr. G. G.

Comunque al momento tutti corrono alla campagna per ripararsi sotto l'ombra de' salici e delle quercie dagl'infocati raggi del sole, ed avessero seco loro menate tutte le più fresche innovazioni della moda; pure noi abbiamo preso nota di alcune confezioni che sollecitamente andiamo ad indicarvi.

De' cappelli di crino ornati di deliziose fettucce di taffetà a mille righe di colore lilla e bianco, verde e bianco, rosa e bianco, o bianco e nero per mezzo duolo sono di una leggerezza e di un genere distinto. Una tale novità però non toglie punto la piazza alla paglia Belgia, a quella di riso, ed a quella d'Italia, che sono e saranno sempre in voga con la sola variante del modello.

Per le robe poi: la vita resta montata per toletta di città, sia a taglio rotondo, sia a cinque punte ciò che è sempre grazioso e comodissimo. Come ancora restano in gran voga le robe con vita aperta al davanti, avente il lato dritto sovrapposto al sinistro a forma di croce, come indicammo nel nostro ultimo numero allo articolo di mode.

Come genere di guarnizione, sono eliminate del tutto le tre balzane facendosi uso invece di piccole balzanette di dieci centimetri di altezza montanti dallo estremo sino al ginocchio, ed altre robe si guarniscono di cinque balzane di media grandezza.

Le maniche sono sempre variate: le une si fanno larghe, aperte e con piccolo gonfiotto superiore; le altre a tanti piccoli gonfiotti dall'alto in basso e con rivollo, e da ultimo di quelle buffanti e strette al polso come quelle ultime che asseguammo alle robe d'inverno e delle quali ne dammo il modello.

Per le confezioni poi si porta, per toletta ricercata, la mantelletta al punto di guipure circondata da una gran balzana dello stesso genere a larghe pieghe, che covre tutta la roba.

Per mezza toletta poi le mantellette di taffetà nero o dello stesso guipure assai meno ricche delle precedenti, e le mantellette a scialli in mussolina bianca, che sono rivenute in favore.

Infine per le robe scollate sono adottati i fisciò *Marie Antoinette*, Luigi XIII ed altri capricciosi modelli.

DESCRIZIONE DEL FIGURINO

TOLETTA DA BALLO.—Roba in tarlatano bianco a sette balzane ripiegate a gonfiotto con maniche corte guarnite di un merletto. Berta aggrappata sulla spalla seguitando a tre piegoni, e terminando a punta davanti e rotonda alla spalla, ornata di una larga blonda. Vita a quattro punte, ed un mazzolino di fiori fermato sul petto.

Una treccia amaranto ed oro compone l'acconciatura del capo.

TOLETTA DI VISITA.—Cappello in doppio crespo bianco ornato di taffetà malva, di piccole blonde bianche, e guarnito al di sotto da un rametto di fiorellini *cériage*.

Roba di granatina a doppia gonna, la seconda delle quali un poco rialzata sui fianchi e guarnite entrambe di un riccione di taffetà a colore. La vita montata è a quattro punte, e le maniche composte di due gonfiotti e di due balzane ornate come il basso, e vengono terminate da sotto-maniche buffanti di tullo con polsino di merletto.

Maniera di rimettere il Velluto al pristino stato.

Basta esporre il rovescio del velluto all'azione del vapore dell'acqua bollente per ridonare allo stesso la primiera freschezza. Intanto se il pelame ne fosse di troppo maltrattato, bisognerà prendere un ferro da stirare piuttosto caldo, ricovrirlo d'un pannolino bagnato, e poggiarvi di sopra il velluto con la parte rovescia, e mentre una persona sostiene un tale apparecchio, istantaneamente un'altra con scovetta alquanto dura fregherà a contro pelo il velluto fino a che non avrà ripigliato il pristino stato.

SPIEGAZIONE DELLE TAVOLE.

TAVOLA I. — RICAMI BIANCHI.

- | | |
|---|---|
| N. 1. Porta biglietti da ricamarsi in laccio d'oro sul velluto. | |
| N. 2. Disegno per contornare una saeccia di <i>blouse</i> al punto di catene. | |
| N. 3. Corona; <i>plumetis</i> . | |
| N. 4. <i>V. N.</i> Cifre intrecciate al <i>plumetis</i> . | |
| N. 5. Bordo per sottogonna al punto inglese e punto di <i>festone</i> . | |
| N. 6. Davanti di un pantofalo da ricamarsi in laccio d'oro. | |
| N. 7. Didietro del suddetto. | |
| N. 8. Federa o cusciniere corrispondente al disegno del lenzuolo indicato nella tavola di ricami bianchi del fascicolo ultimo sotto il n. 11. | |
| N. 9. Angolo con scudi pel ripetuto lenzuolo giusta la nostra promessa del mese scorso, non avendo potuto, per | manca di piazza, situare sulla presente tavola il disegno del mazzolino di fiori per gli angoli dello stesso lenzuolo, che ci riserbiamo pubblicarlo nella ventura distribuzione. |
| | N. 10. Piccolo bordo per strisce volanti; inglese, <i>molinelli</i> e punto di <i>festone</i> . |
| | N. 11. <i>P. S.</i> Cifre intrecciate al punto inglese, <i>plumetis</i> e punto di <i>scala</i> . |
| | N. 12. <i>O. T.</i> <i>plumetis</i> . |
| | N. 13. Borsa da tabacco da fumo; lavoro in laccio d'oro. |
| | N. 14. Piccolo bordo; <i>plumetis</i> e punto di <i>festone</i> . |
| | N. 15. Piccola borsa per monete; lavoro in laccio d'oro. |
| | N. 16. <i>Matilde</i> ; punto di <i>rose</i> . |

RICAMO SUL GIACONET

Collo al punto inglese e punto di *festone*.

SCIARADA

Lungi è il primo da noi, ma lungi assai,
Cui lambe il piè l'oriental marina,
L'altro possente fa obbliare i guai,
Umil sen vive per lo più in cantina;
Se dell'intiero l'estro divin t'invade,
Addio miei logogrifi, addio sciarade.

Spiegazione della Sciarada precedente — Arco - lajo.



M. F. P. P. P. P. P.

Louis Scherer
Luglio 1857

IL COLLABORATORE DELLE DAME
Giornale Speciale di lavori da Donne

