



SUZETTE & LA CULTURE PHYSIQUE

CINQUIÈME ET SIXIÈME MOUVEMENTS

Nous appellerons le premier de ces deux-là le mouvement de la belle salutation.

C'est en effet, Suzette, ce que vous allez faire : une salutation jusqu'à terre !

Vous avez déjà entendu employer cette formule, qui est ce que l'on appelle une image. Cela veut dire simplement des saluts extrêmement respectueux.

Vous, vous exécuterez intégralement ce salut-là.

Vos pieds sont toujours bien placés l'un à côté de l'autre. Vous vous tenez bien droite et vous tendez vos bras en l'air, comme si vous alliez vous préparer à plonger.

Tout doucement, sans vous hâter, vous rabaissez vos bras et, en même temps, vous penchez le haut de votre corps.

Il faut que vous redeveniez, des pieds à la taille, un socle, c'est-à-dire une moitié de Suzette absolument immobile.

Il ne faut pas plier les genoux, pour rien au monde.

Et vous continuez à pencher le buste et à ramener vos bras en avant jusqu'à ce que le bout de vos doigts touche le bout de vos pieds. Ça y est ?

Oui ! C'est un mouvement très facile. Ne profitez pas de cela pour aller vite, cela ne servirait plus à rien !

Pour le sixième mouvement, vous allez mettre vos mains aux hanches, toujours en restant bien droite, mais sans raideur.

Soulevez vos talons du sol bien ensemble, comme si vous vouliez vous envoler.

Ne vous envolez pas, pourtant. Continuez à tenir la terre avec le bout de vos pieds, comme si vous vouliez marcher sur le bout des doigts.

Rabaissez lentement vos talons, puis recommencez. C'est un mouvement un peu plus difficile que le précédent, mais vous y arriverez aussi avec un peu de patience.

Il faut, bien entendu, rester à la même place et ne pas chercher votre équilibre en avançant et en reculant.

Trois fois chaque mouvement, chaque matin, Suzette, cela suffira à vous entraîner.



6

étudier gammes et exercices, ils continuaient à jouer, sagement, dans le jardin, se poursuivant en courses folles — tant pis pour les plates-bandes !

Mais, dès que, laissant les ennuyeux exercices, la musicienne commençait une ballade ou une polonaise de Chopin, du fin fond du grand jardin, ils accouraient tous deux, à fond de train.

Et, gravement, ils s'asseyaient de chaque côté de leur maîtresse, l'un à droite, l'autre à gauche, et ils écoutaient, l'air recueilli.

Après tout, c'était de la musique de leur pays avant la libération de la Pologne !

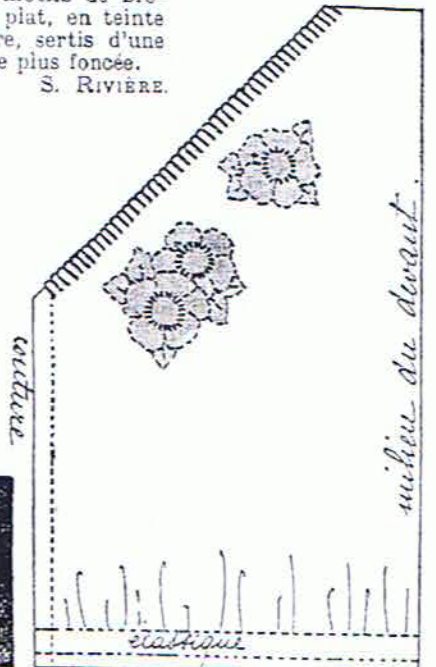
On conte l'histoire d'un peintre qui faisait le portrait de cinq ou six lions et lionnes. Les grands fauves, peu amateurs de peinture, se fâchèrent tout à coup et devinrent fort effrayants. Mais le peintre eut l'idée de se mettre à chanter, d'une voix délicieuse, de charmantes chansons et les bêtes furieuses se couchèrent et écoutèrent d'un air ravi.

PETIT PANTALON POUR BLEUETTE

Voici un petit pantalon pour Bleuette, assorti à la chemise donnée précédemment. Il se compose d'un seul patron, à grandeur d'exécution, mais que vous devez placer sur le tissu plié en quatre. Ainsi, la petite culotte est d'un seul morceau et se met en forme par deux coutures simplement : les deux coutures de côté.

En haut, un petit ourlet où passe un mince élastique. Autour des jambes, autre ourlet, dissimulé par un rang de points de grèbiches, en coton de couleur. Les motifs de broderie se font au passé plat, en teinte claire, sertis d'une ligne plus foncée.

S. RIVIÈRE.



HISTOIRES D'ANIMAUX

LES ANIMAUX ET LA MUSIQUE

Les animaux aiment en général la musique, tout comme les grandes personnes et les petits enfants.

Chez les uns et chez les autres il y a des exceptions, bien entendu.

Fedor et Felia étaient deux magnifiques lévriers russes que l'on pouvait classer parmi les mélomanes distingués.

Quand leur maîtresse se mettait au piano et commençait à

SOLUTIONS DU CONCOURS DES VARIÉTÉS #8

PREMIÈRE QUESTION

Qui ne connaît l'ancien dicton qui nous enseigne qu'entre un arbre et son écorce il ne faut pas mettre la main ?

Quine cône haie lance hie 1 dicte on qui ne houe enseigne K'entre Hun arbre E sonne est corse ile neuf O pas metre lame Ain.

DEUXIÈME QUESTION

Emile, Louis, Henri, Michel, Georges, Pierre, Onésime, André, Adrien, Robert.

Meule, éclipse : Emie.

Lois, moulin : Louis.

Rhin, lime : Henri.

Chalumeau, billes : Michel.

Gorges, ombrelle : Georges.

Repaire, herbier : Pierre.

Croisée, moines : Onésime.

Abbé, rond : André.

Aile, ronde : Adrien.

TROISIÈME QUESTION

A cœur vaillant rien d'impossible.
Un tiens vaut mieux que deux tu l'auras.
A chaque jour suffit sa peine.
Bien faire et laisser dire.

QUATRIÈME QUESTION

Verticalement : Chef, ho, auteur, terre, nounous, iris, ré.
Horizontalement : Chaton, houe, trou, fier, rue, tir, ru, dés.

CINQUIÈME QUESTION

Porte-montre. — Cerf-volant. — Timbre-poste. — Garde-barrière. — Borne-fontaine. — Demi-lune. — Franc-maçon. — Hache-paille. — Mille-fleurs. — Oiseau-mouche. — Quatre-temps. — Rond-point. — Saint-Siège. — Tranche-montagne. — Coupe-gorge. — Pince-nez. — Pique-assiette.

QUESTION SUBSIDIAIRE

Rangés dans l'ordre de préférence voici les noms...

21/01/1937