

Un petit quart d'heure pour le corps

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Habitation : revue trimestrielle de la section romande de l'Association Suisse pour l'Habitat**

Band (Jahr): **1 (1928)**

Heft 1

PDF erstellt am: **13.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-118874>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Un petit quart d'heure pour le corps

Après nous avoir rendu compte que le corps n'embellit pas par l'emploi de cosmétiques seulement et que la santé n'en a qu'un profit relatif, mais que l'hygiène du corps et le cosmétique réunis par le sport garantissent un bon résultat, personne n'objectera plus contre le quart d'heure pour la culture physique. Seulement la manière de faire et les conséquences s'opposent encore à la réussite. Le mieux c'est deux quarts d'heure par jour, un quart d'heure le matin et un quart d'heure le soir. Le matin elle vous donne la vigueur et le soir, avant de se coucher une lassitude bienfaisante. La gymnastique du matin doit être précédée d'un lavage du corps avec eau de la température de la chambre et puis d'une friction à fond. Le lavage à l'eau froide ne doit être fait que le matin, car le soir on obtiendrait le contraire de ce qui est bon pour le repos de la nuit, la lassitude bienfaisante.

Ces deux quarts d'heure sont si peu, et pourtant d'un si grand effet. On peut en faire une source de jeunesse sans qu'il en coûte rien, sauf le savon et d'articles de toilette généralement en usage.

Zinguerie de Colombier

Mayor, Kunz & Cie.
COLOMBIER (Neuchâtel)

Téléphone 87

Spécialités: **Lessiveuses** fixes ou transportables, construction extra solide et forme agréable.

Tuyaux et coudes plissés pour poêles
Galvanisage à façon au bain chaud

Service prompt et soigné aux meilleures conditions du jour

Demandez catalogue et prix courant.

Union Suisse pour l'Amélioration du Logement

SECTION ROMANDE

Publications.

Normes pour la construction: menuiserie, fermente et taille, portes et fenêtres

7 planches sur papier blanc fr. 1.65

7 planches sur papier calque fr. 2.—

(établies par la Commission romande de normalisation).

Propositions concernant la réglementation de l'extension des villes et la police des constructions au point de vue de l'habitation (établies par la Commission romande de normalisation) fr. 0.20

Etude expérimentale de la transmission de la chaleur par quelques matériaux de construction par A. Dumas, ingénieur, professeur à l'Université de Lausanne. (une brochure de 24 pages, 8 clichés, 5 graphiques) fr. 1.50

(pour les membres de la Section romande fr. 1.20).

Vient de paraître: en vente au Secrétariat de la Section romande U. S. A. L.

«Kleinhäuser» - Petites habitations familiales.

Maisons-types construites sur l'initiative de l'Union suisse pour l'amélioration du Logement. Texte allemand et français, 125 pages, avec illustrations: plans, coupes et façades de maisons exécutées.

Edité sous la direction de H. Eberlé, architecte, Neuland Verlag S. A., Zurich. broché fr. 3.50 (pour les membres de la Section romande fr. 3.—).

S'adresser au Secrétariat de la Section romande de l'Union suisse pour l'Amélioration du Logement
Rue du Lion d'Or 2, Lausanne

Pour les envois par la poste, port en sus. Conditions spéciales pour commandes de plus de 20 exemplaires.

BULLETIN D'ABONNEMENT

Le soussigné, membre de la Société coopérative d'Habitation Lausanne, désire s'abonner au journal de l'Habitation en Suisse, et demande à recevoir le subside de fr. 1.50 alloué par la Société.

Nom Prénom

Profession

Adresse

Lausanne, le

Signature:

A envoyer au secrétaire de la Société coopérative d'Habitation, Lausanne.

BULLETIN D'ABONNEMENT

Le soussigné déclare s'abonner pour un an au prix de frs. 6.— à la Revue

L'HABITATION

Organe de l'Union suisse pour l'amélioration du logement

Nom:

Adresse exacte:

Signature et date:

..... le 128

A envoyer avec affranchissement de 5 cts. à l'Administration de l'HABITATION, Baeckerstrasse 38, Zurich 4.