

Vamos...



¡Pruebe Tampax!

SIN FAJAS · SIN ALFILERES
SIN COMPRESAS · SIN OLOR

Cerquita de usted, en las farmacias y tiendas para señoras, se vende un moderno producto. Millones de damas dependen de él durante "ciertos días" del mes. Da protección sanitaria sin necesidad de usar molestas fajas, alfileres o compresas externas. Usted debiera realmente ensayarlo. Se llama Tampax.

Inventado por un médico, Tampax no se nota una vez puesto. Cada Tampax viene comprimido en un delicado aplicador individual. Elaborado de algodón quirúrgico puro. Absorbencia máxima en un tamaño diminuto. Se inserta con comodidad. Se cambia y desecha con rapidez y facilidad.

Como se usa internamente, Tampax no ocasiona olor ni roce. No abulta bajo la ropa ni revela líneas delatoras. Puede dejarse puesto durante el baño. Se vende en farmacias y tiendas para señoras. Lo suficiente para un mes cabe en su bolsillo.

Existe en tres absorbencias: Super, Regular y Junior.



Ideado por un médico.
Usado ahora por millones de mujeres.

ENVIE ESTE CUPON HOY MISMO

Enfermera María Rosa
LABORATORIOS DESLAND
Teruel, 22 - Madrid (20)

Sírvase enviarme gratuitamente una caja de 5 TAMPAX con instrucciones completas. Adjunto remito 10 pesetas en sellos de correo para gastos de envío.

Nombre _____
Dirección _____
Población _____

triunfo

Ella

Por CARMEN VAZQUEZ-VIGO

NAVIDAD EN LA NIEVE

POR qué no aprovechar las vacaciones de Navidad para pasar unos días en la nieve? El verano está aún muy lejos y tanto el organismo como el espíritu agradecerán este descanso suplementario, en un ambiente distinto del habitual y lejos de las oficinas, de las salas de espectáculos atestadas de gente. Las que sepan esquiar disfrutarán doblemente de sus vacaciones. Las que no, pueden decidirse a aprender. Es un deporte muy completo y no demasiado difícil. Lo que hace falta es flexibilidad, sentido del equilibrio y... del humor. Esto último para no tomar los primeros fracasos por el lado trágico y pensar que caerse, si no es muy elegante, también puede ser divertido.

Lo primero que debe hacer la futura esquiadora es:

escoger un buen equipo

los zapatos

Es el punto esencial. No importa que otro accesorio sea de relativa calidad. Los zapatos merecen que se les dedique la mayor parte del presupuesto «nieves» y que sean realmente buenos. Siendo así facilitarán la práctica del deporte y su duración será ilimitada. Conviene escogerlos de suela muy rígida y no usarlos para andar, sino para lo que han sido especialmente estudiados: para esquiar.

Es útil untarlos de grasa de vez en cuando, pero sin excesos. La grasa acabaría ablandando el cuero. Por la noche, introducir dentro de ellos unas hormas especiales, para que no se deformen al secarse o, en su defecto, rellenarlos de papel.

los calcetines

Lo mejor es usar dos pares superpuestos. Primero unos de nylon y encima otros gruesos, de lana.

los pantalones

En tejido extensible y muy estrechos: no sólo porque están de moda, sino porque ofrecen menos resistencia al aire cuanto más pegados al cuerpo estén. Debajo de ellos, un «collant» de algodón, lana o nylon. Estos últimos tienen la ventaja de que secan con mayor rapidez.

el jersey

En esta prenda caben todas las fantasías y todos los gustos. Lo im-

La piel —o las nuevas fibras sintéticas, que crean «pieles» de extraordinario atractivo a precios asequibles— es elemento elegante y apropiado en la nieve. En el modelo, chaleco sin mangas sobre un conjunto de jersey y pantalón azul.





Los jerseys a rayas horizontales no ensanchan necesariamente la figura. Si los colores están hábilmente combinados, pueden llevarse sin ningún temor.



Los dibujos tipo «jacquard» están muy de moda. Esta chaqueta blanca los luce en dos grecas anchas, en las que se combinan dos tonos de verde y rojo vivo.

portante es que sea abrigado y confortable, como los modelos que presentamos, confeccionados en Dralón.

el anorak

Escogerlo de tela impermeable —nylon o tergal—, con cremallera, y que pueda ajustarse bien en las caderas.

los esquies

En todas las estaciones de montaña se pueden alquilar y habrá un experto que aconseje la medida o tipo apropiado a cada esquiadora. Sin embargo, no estará de más saber que los esquies cortos son más cómodos de usar, pero menos estables y que la buena medida es la que corresponde a la del brazo con la mano extendida.

antes de la partida

- Acostumbrar los músculos al esfuerzo que les espera haciendo unos minutos de gimnasia diaria; flexiones hacia abajo y hacia adelante sobre las puntas de los pies y respiraciones profundas.
- Preparar el cutis para que resista sin perjuicio el frío, el viento y el sol, aplicando una buena crema cada noche y un tónico que

contraiga los vasos capilares e impida que, con el cambio de temperatura, aparezcan en el rostro antiestéticas venillas rojas.

- Ofrecer al cabello un buen corte y un baño de crema. De este modo será más fácil de peinar y resistirá mejor el ataque del aire frío.

una vez en la nieve

- No salir jamás sin haber aplicado antes sobre la cara y cuello una crema protectora.
- No extremar los baños de sol. El bonito color tostado que se adquiere en las alturas va casi siempre acompañado de arrugas más evidentes.
- No dejar de pintarse los labios con una barra muy grasa, para evitar la desecación y las grietas.
- No lavarse la cara con agua y jabón, sino limpiarla con una crema o leche apropiada al tipo de cutis.

y también...

- No llevar en las maletas las preocupaciones de todos los días. Ya habrá tiempo de encontrarlas al regreso, cuando las vacaciones hayan terminado, o recibir la sorpresa de que sus causas han desaparecido por sí solas. Esto, a veces, ocurre. Y si no es así, por lo menos habremos pasado una semana de verdadero descanso.



Una ligera torcadura no será motivo para impedir un paseo en trineo. La media que «camufla» la pierna accidentada hace juego con el gracioso gorro.