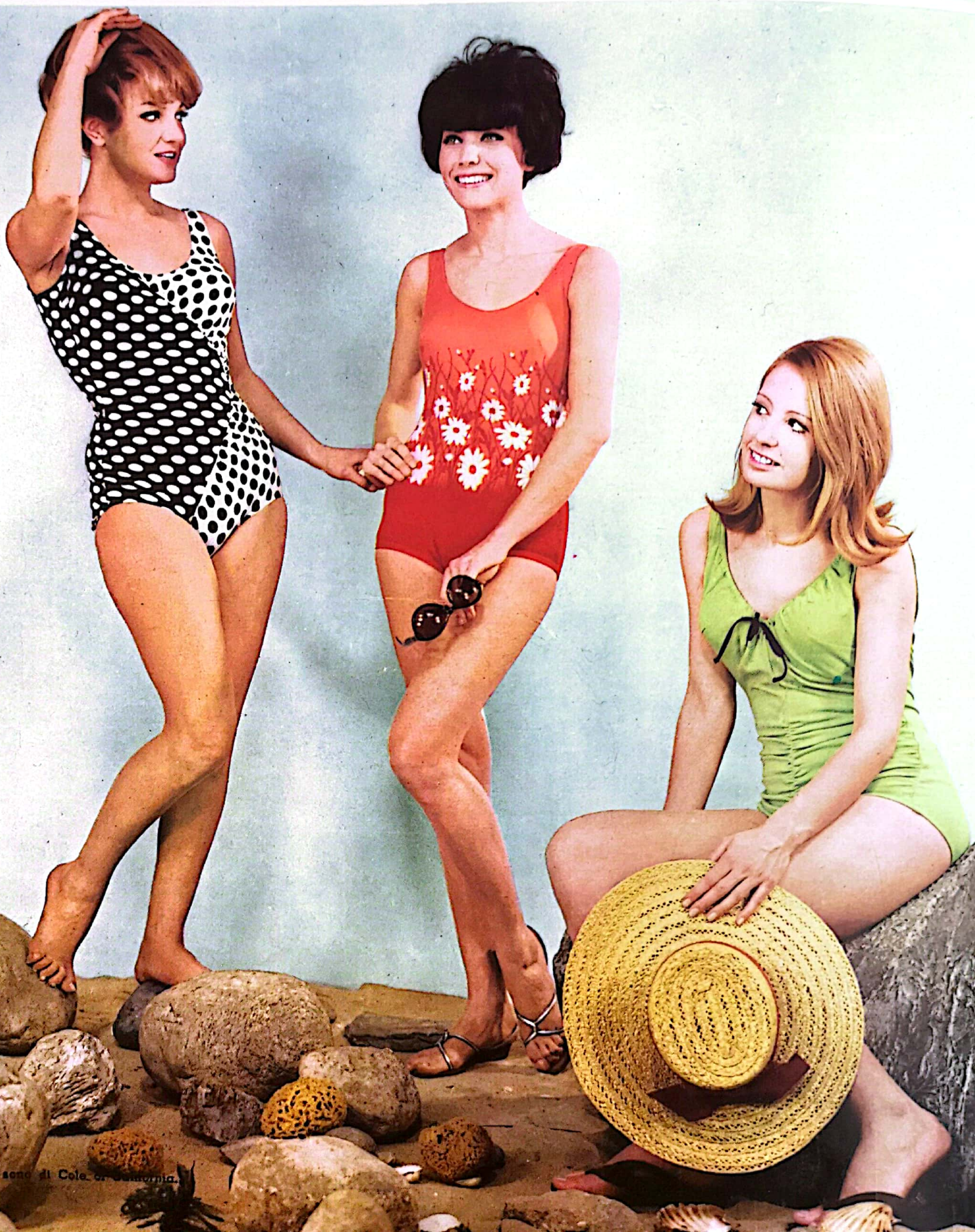


# IL COSTUME



# DA BAGNO

**S**i avvicina sempre di più l'estate e con l'estate tanti problemi di abbigliamento da risolvere.

Sì, perché anche se le nostre vacanze si ridurranno a soli 15 giorni, noi pensiamo e ci preoccupiamo soprattutto di quei giorni, i più attesi, i più sospirati, i più importanti, forse, di tutto l'anno.

Se abbiamo scelto il mare come meta delle vacanze, il problema del costume da bagno è uno dei primi a porsi. Ci proviamo quello vecchio davanti allo specchio e ci appare un po' scolorito, forse un po' stretto, un po'... passato di moda e tutt'altro che smagliante sulla nostra pelle ancora bianca. Bisogna proprio comprarne uno nuovo, bello, colorato, «sensazionale»; gli aggettivi per questo indumento non sono mai troppi, le qualità che vorremmo racchiudesse sono innumerevoli. Ma è giusto, perché in fondo il costume da bagno è l'acquisto più importante della stagione. E, aggiungiamo noi, non è certo il più facile.

## SCEGLIERE CON ASTUZIA

In questo periodo le vetrine dei negozi di abbigliamento sono allettanti e, in genere, straripano di costumi da bagno. Ne esistono infatti moltissimi e tanto diversi l'uno dall'altro per modello, tessuto, colore, che quasi non ci si raccapezza più. Bisogna quindi scegliere con attenzione qual è, fra i tanti, il modello che fa per noi. Il costume da bagno moderno non è più tanto sincero e neppure troppo rivelatore come quelli che si usavano qualche tempo fa; al contrario, è malizioso, spesso pieno di segreti, di astuzie, di risorse che aiutano a risolvere brillantemente molti problemi di linea e che mettono in risalto, sottolineandola abilmente, la bellezza femminile. Scegliere il costume da bagno non è perciò soltanto problema di eleganza, ma soprattutto problema di bellezza. Guardiamoci allo specchio con occhio critico, meglio ancora con occhio severo; c'è qualcosa

che non va nella nostra figura? Forse il seno è un po' scarso? Forse c'è un inizio di cellulite? Forse i fianchi sono un po' troppo robusti? Sinceramente, forse è proprio così. Ebbene, questi piccoli difetti si possono mimetizzare con un costume da bagno giusto; si tratta solo di trovarlo, fra i molti che esistono in commercio. Vi consigliamo di provarne tanti finché non troverete esattamente quello che fa per voi; provateli senza stancarvi e senza lasciarvi intimidire dalla commessa del negozio, che è spesso molto ottimista su quello che stanno per comprare le clienti.

Se non siete certe che i costumi che avete provato facciano al caso vostro, se non vi ci sentite a vostro agio, ricominciate a cercare.

## INTERO O A DUE PEZZI?

Sulle spiagge, in questi ultimi anni, si vedono molti costumi a due pezzi. Purtroppo, però, in moltissimi casi questi costumi sono mal portati, cioè indossati da ragazze e signore che starebbero cento volte meglio con un costume intero, ben studiato per loro. Il due pezzi (specialmente il bikini, cioè il due pezzi formato ridotto) è molto difficile da portare bene e, poiché è più vistoso del costume intero, spesso attrae l'attenzione su qualche piccolo difetto della figura che con un costume intero sarebbe facilmente mimetizzato. Il due pezzi, si dice, è più comodo per prendere il sole, fa sentire più sciolte, più libere, meno «costrette». Ciò è vero solo in parte: infatti oggi i costumi interi sono realizzati in tessuti leggeri e morbidi che non li rendono affatto caldi o fastidiosi. Inoltre, sono molto più pratici e sicuri per nuotare e, soprattutto, sono più eleganti. Il due pezzi, perciò, è riservato esclusivamente a chi ha figura perfetta (gambe lunghe, busto proporzionato, fianchi esili ma non troppo, vita sottile, stomaco e ventre piatti). Se in coscienza non vi sentite e non vi vedete perfette, rinunciatevi. Potrete adottare invece uno dei

modernissimi costumi «finti due pezzi», cioè costumi interi che simulano maglietta e calzoncini nel gioco di righe, di colori contrastanti, di disegni. Le fantasie sono molte e i risultati sono sempre divertenti e brillanti.

## I TESSUTI

I tessuti più adatti per confezionare i costumi da bagno sono quelli elasticizzati: infatti aderiscono alla figura modellandola, sono indeformabili, irrestringibili, molto resistenti e asciugano in brevissimo tempo. Oltre a questi pregi fondamentali, i moderni tessuti elasticizzati (filanca, helanca, ecc.), frutto delle più recenti scoperte in fatto di filati artificiali, hanno qualità di leggerezza e di morbidezza sconosciute a quelli (come il lastex) coi quali si fabbricarono i primi costumi da bagno, massicci e poco cedevoli. Oggi invece questi tessuti, morbidi e leggeri, consentono drappaggi, tagli ricercati, modelli sempre più perfetti, assicurando sempre una linea elegante e sottile. Molto importante è anche la parte interna del costume: rinforzi, fodere di sostegno sapientemente distribuite, specialmente sul davanti, in corrispondenza dei fianchi, del ventre, del seno, garantiscono a qualunque figura, anche alle più robuste, una linea armoniosa. Il reggiseno è di solito incorporato, in modo da assicurare una forma del seno sempre naturale e sostenuta, anche dopo le nuotate e i tuffi più spericolati.

## UN COLORE O TANTI COLORI?

I colori uniti, specialmente se vivi e decisi, sono i più indicati a brillare sotto il sole e a far splendere l'abbronzatura. Il nero è molto elegante e ha il pregio di snellire la figura; è consigliabile a chi non si abbronzia facilmente ed è invece meno adatto a chi ha carnagione scurissima. Il bianco è molto difficile da portare anche se estremamente raffinato: esige una abbronzatura intensa e perfetta, una figura snella (come tutti i colori chiari tende a ingrossare) e deve essere sempre impeccabile. Tutti gli altri colori sono belli sotto il sole; la scelta dipende, oltre che da gusti personali, soprattutto dal grado di abbronzatura della pelle. I colori più adatti sono, come abbiamo detto, quelli brillanti: verde acceso, rosso-lacca, gial-

lo-sole, arancio, blu-mare, turchese. Fra i costumi in tessuto stampato ve ne sono di molto belli e originali; anche alcuni disegni e certe fantasie possono aiutare. Le righe, per esempio, quando sono verticali e piuttosto fitte allungano e assottigliano la figura, quando sono orizzontali tendono invece ad allargare: quelle diagonali assottigliano, i quadretti e i pois stanno bene soprattutto alle più giovani, i disegni minuti su fondo scuro snelliscono.

## SE AVETE...

... molto seno, scegliete un costume senza tagli sotto il seno, con bretelle laterali piuttosto larghe e munito di reggiseno incorporato a coppe ben divise; ... schiena robusta, attenzione alle scollature che stringono sul dietro perché facilmente si formano i famosi «rotolini» di grasso. Preferite scollature ampie e profonde che arrivino fino alla vita;

... fianchi pronunciati, scegliete un costume in tessuto elasticizzato molto aderente, con gonnellino diritto e possibilmente una fantasia a righe verticali; ... cosce pesanti, è indispensabile coprirle con un costume a gonnellino piatto che nasconda l'attaccatura delle cosce;

... stomaco sporgente, rinunciate assolutamente al due pezzi e scegliete un costume intero con rinforzo interno o stecche leggere che comprimano bene il punto cruciale;

... vita larga, adottate un originale costume intero con fianchi aperti, che forma cioè un finto due pezzi e crea un effetto ottico che assottiglia notevolmente il punto di vita;

... poco seno, scegliete un costume con reggiseno ben modellato e foderato o leggermente imbottito a coppe ben scostate e spalline laterali;

... schiena molto magra, adottate uno dei moderni costumi «castigati» con scollatura alta e poco pronunciata, bretelle larghe che nascondono le ossa sporgenti;

... fianchi stretti, scegliete un costume finto due pezzi con bustino in tinta unita scura e mutandine a righe orizzontali, o a disegni che diano risalto alla parte inferiore del costume, oppure un costume con gonnellino arricciato o finito a volants;

... spalle strette, scegliete un costume con scollatura ampia a barchetta o con spalline laterali, oppure con piccola manica.

# LA NASCITA DI UN BAMBINO

**E'** nato un bambino: i genitori godano in pieno della loro felicità, senza mostrarsi dispiaciuti perché è nata una femmina invece di un maschio o perché è stata delusa per la terza volta la speranza di avere una femmina. Parenti e amici partecipano alla gioia dei genitori, ma senza essere invadenti, senza esprimere giudizi e pareri che potrebbero urtarne la suscettibilità. La nascita di un bimbo è sempre un avvenimento meraviglioso, che va gustato in tutta la sua poesia, senza essere turbato da alcunché di sgradevole.

## La dichiarazione di nascita

Entro dieci giorni dalla nascita si deve provvedere, alla dichiarazione del neonato all'Ufficio di Stato civile del Comune in cui è avvenuta la nascita. Se si tratta di gemelli, questi verranno dichiarati nell'ordine in cui sono venuti alla luce. Il padre si presenterà con due testimoni, indicherà il luogo, il giorno e l'ora della nascita, ed esibirà il certificato del medico o della levatrice, il libretto di matrimonio o un altro documento di identità. Alcune cliniche si assumono l'incarico di svolgere questa pratica, lasciando il padre libero di ammirare indisturbato il proprio figlio.

## La scelta del nome

La scelta del nome dipende dal gusto dei genitori e dalla tradizione, che talvolta vuole che venga dato al neonato il nome dei nonni o del padrino o della madrina. È consigliabile evitare, se non si vuole che da grande il neonato soffra di terribili complessi, i nomi astrusi e rarissimi, quelli di personaggi politici in auge e i nomi che, uniti al cognome, possono dar luogo a cacofonie o a spiacevoli associazioni di idee.

## Le visite alla puerpera

Prima di far visita alla giovane madre è bene avvertirla per non arrivare in momenti poco opportuni. È cortese non presentarsi a mani vuote: si possono offrire dei fiori (avendo cura di sceglierli fra quelli non profumati) o qualcosa di utile e di grazioso per il neonato (scarpine, bavaglini, coprifasce ricamati, spazzolina e pettine, carillon per la culla, ecc.). La puerpera aprirà il pacchetto in presenza della persona che ha portato il dono e ringrazierà con entusiasmo anche se si tratta della decima spazzolina della giornata.

## I commenti

È una dimenticanza gravissima non chiedere di vedere il neonato. Qualunque sia il suo aspetto, sarà bene trovarlo graziosissimo ed evitare di uscire con frasi di questo tipo « Io sono sincera, i neonati mi sembrano piccole scimmie ».

Davanti ai genitori e ai parenti in gara nel cercare di scorgere le somiglianze, è consigliabile non dire scherzosamente: « Ha le stesse orecchiette a sventola di suo padre ». Questo tipo di sincerità non è mai apprezzato dai genitori in estasi.

## Le partecipazioni

Si può partecipare la nascita a una stretta cerchia di amici con qualche telefonata o un biglietto scritto a mano. A chi preferisce le partecipazioni stampate, si raccomanda di evitare le formule fantasiose e di non lasciarsi trasportare dalla gioia dell'evento comunicando il peso e la bellezza del neonato. Sarà sufficiente una semplice formula. Per esempio:

Giovanni e Maria Rossi  
annunciano con gioia la nascita di  
Paolo  
Milano, 17 luglio 1965

«**B**eata te che sei così alta! ». « Certo, con una statura come la tua ci si possono permettere molte cose: seguire da vicino le proposte più ardite della moda e avere qualche chilo in più...! ». Ecco alcune frasi che una donna che supera il metro e settanta d'altezza si sente ripetere con una certa frequenza da altre donne che, di solito, non raggiungono i 60 centimetri sopra il metro.

È vero: bisogna riconoscere che una statura da indossatrice ha i suoi vantaggi. Un tempo, al contrario, chi era molto alta aveva poche probabilità di essere considerata bella e fortunata: la « donna ideale » era, di volta in volta, sottile o rotondetta, ma sempre piuttosto piccola.

Oggi i gusti sono cambiati e la donna alta, decisamente alta, è di gran moda. Il tipo nordico e slanciato ha conquistato l'ammirazione anche dell'uomo latino, che di rado è altissimo. Senza contare poi che l'alta statura è una delle qualità essenziali richieste per intraprendere una delle carriere femminili più ambite: quella dell'indossatrice. A parte qualche sarto francese che preferisce per determinati modelli « mannequins » quasi piccole, le più note indossatrici superano tutte il metro e settanta. È indubbio, infatti, che qualsiasi modello acquista più risalto se è indossato da una donna alta e slanciata.

## UN PO' DI MATEMATICA

Ma quand'è che una donna può essere considerata alta? E quando « troppo » alta? A questo proposito è necessario distinguere: è noto che la statura media nei Paesi latini è decisamente inferiore a quella dei Paesi nordici, perciò bisogna sempre tener presente questa media nazionale. In Italia fino a qualche decennio fa, una donna di m 1,70 di statura era già considerata alta. Si è tuttavia verificato, negli ultimi anni, un generale fenomeno di aumento di statura nei giovanissimi, rispetto alle vecchie generazioni. E ciò per varie ragioni, fra le quali una migliore e più completa alimentazione, una maggior diffusione degli sport e della vita all'aria aperta. Insomma, la statura media nel nostro Paese è aumentata di alcuni centimetri e numerose ragazze superano con disinvoltura il metro e settanta (che poi, col tacco, diventa almeno

un metro e settantacinque). Ma oltre questa statura? Non sono moltissime, è vero, le donne che si avvicinano al metro e ottanta, ma ci sono. E sono quelle più facilmente vittime di complessi e di problemi: quelle che spesso scrivono all'esperta di bellezza o di moda della rivista preferita esordendo così: « Sono troppo alta... ».

A queste lettrici dedichiamo alcuni suggerimenti che tuttavia, ne siamo sicure, saranno utili anche alle lettrici « alte ma non troppo ».

# L'ELEGANZA

## CONOSCERE LE INSIDIE PER COMBATTERLE

Prima di entrare nel vivo dell'argomento che ci interessa, passiamo rapidamente in rassegna i pericoli che minacciano la bellezza e quindi l'eleganza della donna alta. È impossibile, infatti, parlare di eleganza senza tener conto dell'armonia delle proporzioni e della grazia del portamento, due requisiti senza i quali anche un abbigliamento scelto con oculatezza e buon gusto perderebbe ogni fascino.

La bellezza della donna alta o altissima è continuamente minacciata, perché ogni difetto è tanto più vistoso ed evidente, quanto più alta è la statura. Volete un esempio? In una donna di statura normale che abbia le spalle magre e ossute questo difetto può passare inosservato: ma se una donna altissima si ritrova le spalle ossute, diventa, chissà perché, un « attacca-panni ». Un portamento sgraziato (spalle curve, passo marziale, ecc.) è senz'altro un difetto anche nella donna piccola, ma lo è con maggior evidenza nella donna altissima, che rischia sempre di essere o troppo dinoccolata o troppo rigida. Questi esempi possono bastare a dare un'idea di come sia importante per la donna alta sorvegliare con molta cura, pazienza e costanza il suo aspetto, il suo modo di muoversi, di camminare, di atteggiarsi. E infine, è importantissimo che la donna altissima impari a vestirsi: è questo uno dei mezzi più efficaci a sua disposizione per trasformarsi in una donna affascinante. Con un'intelligente scelta del proprio guarda-

roba in tutti i suoi particolari, con uno studio attento della propria figura, con una sorveglianza assidua del proprio peso è possibile minimizzare i difetti, dare risalto alle proprie doti e crearsi un proprio stile, trasformando così, quello che poteva sembrare un « handicap » (l'eccesso di statura) in un prezioso elemento di fascino.

### FEMMINILITÀ (MA NON TROPPIA)

Requisito fondamentale per la donna altissima: essere fem-

# DELLA DONNA ALTA



minile. Femminile non solo nel modo di fare, di parlare, di muoversi, ma soprattutto nel modo di vestire. Proibiti perciò gli abiti troppo sportivi e mascholini, i tacchi bassi, lo stile « militare » che la renderebbero inevitabilmente legnosa e rigida. D'altra parte bisognerà fare attenzione a non cadere nell'eccesso opposto abbondando di particolari frivoli e leziosi, come nastri, gonne arricciate, volants, eccetera. Lo stile bambolina non si addice alla donna alta.

NO	SI
— ai tacchi a spillo	— agli abiti spezzati e bicolori
— alle scarpe piatte, completamente senza tacco	— ai motivi che tagliano la figura (cinture, balze, carré, ecc.)
— alle scarpe molto appuntite che allungano il piede	— ai tailleur a giacca lunga, ai tre quarti
— alle borse molto piccole, che risulterebbero sproporzionate	— agli scozzesi, agli stampati
— ai tailleur a giacca cortissima	— ma anche ai disegni minuti, ai quadretti, ecc.
— alle pettinature troppo lisce e spioventi	— ai colli alti e drappeggiati, anche a quelli montanti
— ai colori molto ingenui e zuccherosi: rosa, celeste, lilla	— ai gioielli fantasia, alle collane a più giri
— agli abiti di taglio troppo rigido e maschile	— ai colori intensi e scuri
— ai gioielli piccolissimi e ingenui, come spille a forma di bestiolina, di funghetto, di damina, ecc.	— ai cappelli importanti, a tesa larga
— alle righe verticali, che allungano ancor più la figura	— ai tacchi di altezza media (4-6 cm)
— ai cappelli molto voluminosi	— alle scarpe semplici e classiche, sempre di colore scuro, per non allungare il piede
— agli abiti troppo lunghi	— alle righe orizzontali
— ai pantaloncini cortissimi	— alla vita bassa, stile 1925
— alle abbottonature prolungate	— agli abiti lunghi appena sotto il ginocchio
— ai nastri fra i capelli e ad altri particolari « infantili » (volants, pizzi, ecc.)	— ai pantaloni lunghi con bluse e golf portati sopra, per non accentuare la lunghezza delle gambe
	— agli abiti a tunica

Tenete sempre presente queste indicazioni ma, soprattutto, osservatevi con cura e studiate il vostro tipo. E quello dall'ossatura forte, che spesso si avvantaggia notevolmente con qualche chilo in più che ne ammorbidisce la figura? O quello dall'ossatura minuta che invece ha tutta la convenienza a rendere più evidente la sua struttura longilinea? Stabilito il vostro tipo sceglierete un abbigliamento adatto a valorizzare le caratteristiche che lo distinguono.

### QUALCHE CONSIGLIO ALLE DONNE...

ALTE E MAGRE	ALTE E FLORIDE
— adottate senza timori le cinture importanti	— preferite i tessuti secchi e leggeri, a trama rasata
— fate collezione di pullover e maglioni lavorati ai ferri con lana grossa e soffice	— portate abitualmente una guepière
— portate abitualmente una fascia elastica e un reggiseno leggermente imbottito	— adottate con frequenza scollature a V, a uomo e colli scostati
— concedetevi una pelliccia a pelo folto e lungo (castoro, marmotta, opossum, ecc.) magari non intera, ma a tre quarti	— non stancatevi delle semplici tuniche girocollo di linea appoggiata e scivolata
— adottate in ogni occasione uno stile fluido e morbido	— rinunciate ai boleri, alle giacche cortissime e sciancrate.
	— scegliete una pelliccia a pelo rasato e piatto (astrakan, breitschwanz, cavallino, ecc.)

### E PER FINIRE

Vi facciamo una raccomandazione: insieme all'abbigliamento ricordatevi di curare il trucco, la pettinatura, la bellezza delle mani. Preferite le pettinature morbide, non troppo gonfie né troppo lisce, che dovrete cercare di tenere sempre in ordine. Il vostro trucco sia discreto ma sapiente, in modo da valorizzare al massimo il volto.