

l'aliment suivant à l'entretien des organes, devenant la source de la chaleur et du mouvement. Ration alimentaire ; dangers d'une alimentation insuffisante ; dangers de la suralimentation. Empoisonnement par les substances alimentaires. — Altérations des Aliments par les parasites végétaux ou animaux.

*Plomaines.* — Avantages et dangers des conserves alimentaires, Maladies transmissibles par les aliments.

## VII. HYGIÈNE DE LA PERSONNE.

Soins à donner à la peau, aux cheveux, aux oreilles, aux yeux, aux dents, aux pieds, etc.

Parasites de l'homme et leur mode de destruction. — Nécessité de l'exercice physique ; gymnastique, sports. Maladies qui menacent les hommes qui prennent un exercice insuffisant surtout lorsque l'alimentation est exagérée.

Surménagement physique. — Surménagement psychique.

## VIII. HYGIÈNE DES VÊTEMENTS.

Divers tissus employés dans les vêtements, leur valeur relative au point de vue de l'hygiène ; nécessité de leur propreté et, dans certaines circonstances, de leur désinfection.

## IX. HYGIÈNE DE LA MAISON.

Aération, éclairage, chauffage, propreté ; aménagement des fosses d'aisances. — Désinfection des locaux habités par des personnes atteintes de maladies contagieuses. — Animaux pouvant rendre les maisons incommodes ou insalubres : insectes (punaises-moustiques) ou mammifères (rats, souris, etc).

## X. MALADIES VÉNÉRIENNES.

Leur dangers, pour l'individu, pour sa famille, pour la société.

Insister sur ce fait que les trois grandes plaies qui menacent l'existence de la société sont l'alcoolisme, la tuberculose, les maladies vénériennes.

Cet enseignement de l'hygiène est fait pendant les trois années que dure le cours normal.