

LA CRISE !

Des sacrifices sans noms sont faits pour la défense de la liberté du monde assailli par l'Allemand qui déclare se battre pour son "existence." N'oublions pas cette autre crise dans laquelle le sort du terrible trafic des liqueurs subjugué maintenant par les nécessités de la guerre se bat aussi pour existence.

La prohibition doit être maintenant fortifiée d'une manière imprenable aux moyens de l'application vigoureuse de la loi en préparation du combat à venir quand la prohibition devra être finalement ratifiée ou repétée par les votes du peuple dans plusieurs provinces, y compris le Nouveau-Brunswick.

L'Alberta, le Saskatchewan, le Manitoba, la Nouvelle-Ecosse et le Nouveau-Brunswick ont adopté la prohibition durant la guerre. L'Ile du Prince-Edouard a joint de ses bienfaits depuis 1901. La grande majorité des districts de Québec sont "secs". C'est la situation aujourd'hui mais rappelez-vous que la crise viendra après la guerre.

La valeur totale de nourriture détruite par le commerce de boisson en 1916 était approximativement \$7,244,090.22. Ajouté à cela la perte immense des facilités de transportation entravée et retardée en transportant ce grain à la destruction et encore en transportant le produit des brasseries et des distilleries pour faire des hommes moins capables à cette heure solennelle.

Record Splendide de l'Ontario

Depuis le 16 septembre 1916, l'Ontario a joui de l'application efficace de la prohibition à l'exception de quelques districts seulement. L'anti-prohibitioniste le plus hardi n'attend pas le retour du grave malheur de ce commerce dans l'Ontario. Voici des chiffres montrant les résultats dans les plus grandes villes de l'Ontario pour les derniers trois mois de 1915 à 1916.

ARRESTATIONS POUR IVRESSE

	Sous Licence 1915	Sous Prohibition 1916
Toronto	2,908	953
Ottawa	286	234
Hamilton	498	61
London	367	144
Brantford	152	16

Note. — "Il est à noter qu'Ottawa n'a pas une grande réduction dans les arrestations pour ivresse. Il est peut-être étrange qu'elle montre aucune réduction dans le record d'ivresse, vu qu'elle est séparée de la ville incendiée de Hull par la rivière seulement." — PIONEER, Toronto.

Que votre district soit sous la nouvelle loi prohibitive, ou sous l'Acte de Tempérance du Canada, aidez nous à stimuler toute la force de l'opinion publique pour l'application vigilante de la prohibition dans toute la province.

Dominion Temperance Alliance BRANCHE DU NOUVEAU-BRUNSWICK

DONALD FRASER, Président, Plaster Rock, N. B.
Rev. THOS. MARSHALL, Vice Président, Fredericton, N. B.
W. G. CLARK, Trésorier, Fredericton, N. B.
Rev. H.-C. ARCHER, Secrétaire Exécutif, Fredericton, N. B.

Savoir manger

Il n'y a rien de plus élémentaire que de savoir manger ; pourtant ils sont très rares ceux qui mangent comme il faut. Aussi, les dyspeptiques sont légion. On mange mal, avec cette conséquence que l'on digère mal et que les organes tels que l'estomac, la foie, les rognons, astreints à un travail trop lourd, finissent par ne plus fonctionner. La nutrition générale se fait peu ou point, le sang s'appauvrit, les nerfs faiblissent, la vie s'use. Et grand nombre de personnes traitent une vie languissante, parce qu'elles ont désappris l'art de manger.

Avec un régime raisonné, il n'y a pas de dyspepsie qui tienne. Les troubles d'estomac et d'intestins, la dépression nerveuse et l'insomnie, les maux de tête, tous ces dérangements de l'organisme disparaissent quand on sait manger.

Un estomac brisé n'est pas mis en bon état dans quelques jours. Il faut des semaines et des mois d'un régime sévère. L'organe doit d'abord être reposé, puis renforcé. Graduellement, il acquiert la faculté de transformer en nourriture assimila-

ble, les aliments qu'il reçoit ; mais si une imprudence vient de nouveau y causer une dépression, on ne regagne l'avantage perdu qu'à force de patience et de fermeté.

Le lait est l'aliment par excellence des personnes à digestion pénible. Mais elles doivent le prendre très frais et surtout à petites gorgées. Lentement, à mesure que l'estomac acquiert des forces, on a ensuite recours aux œufs peu cuits, à la viande rôtie, etc. Mais la transition d'un régime à un autre doit se faire avec prudence il faut habituer l'estomac à telle ou telle nourriture, en mangeant d'abord très peu.

Règle générale, on mange trop, et on mange trop vite. On oublie que la digestion doit se faire dans la bouche avant de se faire dans l'estomac. S'il faut varier la nourriture, pour donner à l'organisme des aliments renfermant tous les sucres et sels nécessaires à la conservation de la vie, il ne faut pas recourir à toute sorte de mets compliqués d'une digestion ingrate. A force de vouloir satisfaire le caprice et la gourmandise, on en est venu à inventer des mets qui mettent l'esto-

mas au supplice. Plus de simplicité serait de mise. Les mêmes aliments ne sont pas bons pour tout le monde. L'homme

qui dépense beaucoup d'énergie musculaire peut absorber plus de viande que celui qui se tient immobile à un bureau tout le long du jour. Aller au froid et au grand air est requis plus d'aliments, gras que travailler à la chaleur. Un seul bon repas chaque jour doit être suffisant. Qu'on se contente ensuite de légères collations. Habitué que l'on est à manger beaucoup, on trouve cela dur de jeuner un peu ; mais on ne tarde pas à s'en porter mieux. Il ne faut pas manger lorsqu'on est fatigué, et il ne faut pas se fatiguer, immédiatement après avoir mangé.

O mon beau Canada !

Le dernier numéro du PASSE-TEMPS (579) contient HUIT morceaux de musique dont voici les titres :

1. O mon beau Canada, chant patriotique inédit.
 2. Ma chère Mignonne, confidence amoureuse.
 3. Légèrement, gavotte pour le piano.
 4. Parlons Français, solo et chœur.
 5. Oh ! qui me passera le bois, solo et chœur arrangé par J. O. L.
 6. En Attendant, chanson comique de Désaugiers.
 7. La Sainte Vierge, lai canadien d'origine française.
 8. Les Gondoliers de Venise, pour le piano par Mendelssohn.
- Un numéro, 5 sous ; par la poste 6 sous. Abonnement, un an, Canada, \$1 50 ; États-Unis, \$2 00 Adresse : L "Passe Temps", 16 Craig St, Montréal.

À la Public

J'informe le public que je représente la maison **Gault Arc Metal Co.** de l'Ontario, manufacturier de Bardeau en acier pour couvertures de bâtisses et de tôle pour finir l'extérieur et l'intérieur des maisons.

J'achete aussi la laine que je paierai 42 cts la livre, lavée, et 32 cts la livre, non lavée.

JOS. J. MARTIN,
18-16 St-Jacques, N. B.

On nous apprend que M. J. W. Hall vient de recevoir un char de magnifiques chevaux et juments.



"MADE IN CANADA"

ACHETEZ une FORD A VOTRE FEMME

La Ford est aussi facile à opérer qu'un poêle à cuisine. Des mille et des mille femmes et filles mènent la FORD pour aller au magasin, pour faire des visites, pour aller au théâtre, pour mener les enfants à l'école, pour voyager à la campagne. Vous ne pouvez pas faire un cadeau à votre femme qui sera plus apprécié que ce char moderne que l'on rencontre partout grâce à sa supériorité.



"MADE IN CANADA"

GARAGE FORD

Rue Victoria, EDMUNDSTON

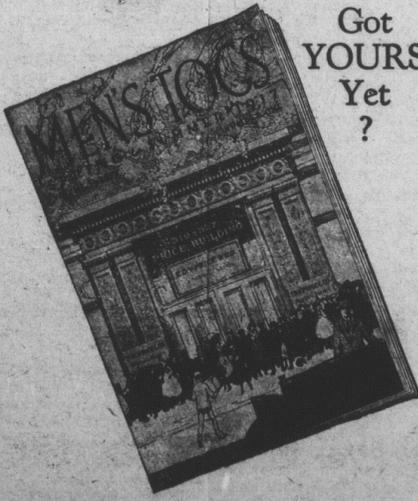
Vous trouverez là tout ce qu'il vous faut pour l'Auto Ford. Toutes les parties, toutes les huiles nécessaires, et si vous avez à faire faire des réparages à votre auto, le tout sera fait avec vitesse et vous donnera pleine et entière satisfaction.

J'ai toujours à la disposition du public des chars de seconde main à des conditions faciles. J'échangerai aussi des chars neufs pour des chars de seconde main pour lesquels j'allouerai les meilleurs prix.

N'oubliez pas l'endroit : Rue VICTORIA, **D. M. Martin, Pro.**
Agent pour le Comté de Madawaska



Got
YOURS
Yet
?



What you need

Your Book of Correct Styles

Of course, you're going to buy new clothes for Spring. And, certainly, you'll want to know "what's what" before placing your order. If you haven't your copy be sure to let us know and we'll have ED. V. PRICE & CO. send you one.

THOMAS HEBERT,
Madawaska, Maine.

SIROP DE GOUDRON ET D'HUILE DE FOIE DE MORUE DE

Mathieu
CASSE LA TOUX

Gros flacons. — En vente partout.
CIE. J. L. MATHIEU, Prop., SHERBROOKE P. Q.
Fabricant aussi les Poudres Nervines de Mathieu, le meilleur remède contre les maux de tête, la Névralgie et les Rhumes d'Été.



Avis aux Fumeurs

Monsieur, Dans le but de donner l'avantage à nos correspondants de connaître les qualités de nos tabacs, nous avons décidé sur réception de une piastre d'expédier par maille à nos frais quatre livres de tabac No 1 garanti, c'est à dire

- 1 livre de Grand Havane
- 1 livre de Grand Rouge,
- 1 livre de Grand Bleu fort,
- 1 livre de Belgique fort,

Ces quatre qualités de tabac sont ce qu'il y a de mieux sur le marché un fumeur qui fume de ces tabacs, fume avec satisfaction alors nous osons croire que vous n'hésitez pas à nous donner cette petite commande d'essai et nous sommes assurés que vous aurez satisfaction et que vous deviendrez notre client régulier.

Espérant d'être favorisé de votre commande sous peu,

Nous demeurons
vos bien dévoués,
J. PINET TOBACCO,
Villeray, Montréal,
P. Qué.

Si l'on va tout au fond des choses, a dit Jules Lemaitre, on trouvera que le véritable et le principal objet des réunions mondaines, c'est l'exhibition de la femme, accommodée, attifée, harnachée, habillée ou déshabillée de la meilleure façon possible pour charmer les yeux des hommes et pour les tenter.

Le Docteur Z. Vézina, de Fraserville, spécialiste pour les yeux, nez, gorge et oreilles viendra à Edmundston tous les deuxièmes et quatrièmes lundi et mardi de chaque mois, et se rendra à la disposition de ceux qui voudront le consulter, du lundi midi au mardi soir, chez Monsieur Jos Gagné près de l'Hôtel Royal.