

avec un couvre-pied en calicot, sont ce qu'il y a de mieux à employer. *Employez toujours des draps dans le lit*, de même que vous portez toujours du linge sur votre corps.

Les *lits* doivent être brassés et exposés à l'air libre pendant une heure dans la matinée ; les fenêtres et les persiennes doivent être aussi ouvertes, afin d'établir une bonne ventilation. Durant l'été, il vaut mieux que les chambres à coucher soient sans tapis et ne contiennent que les meubles nécessaires. La *propreté*, la *ventilation* et le *soleil* sont encore plus importants dans une chambre à coucher que dans une autre. Les lits en fer et les matelas métalliques ne coûtent guère plus cher et sont bien plus hygiéniques que les lits en bois.

La *mansarde* doit être regardée comme un cabinet au travers duquel l'air vicié de la maison trouve son chemin au dehors ; par conséquent, soyez sûr qu'elle aie une fenêtre et qu'elle soit bien éclairée. Laissez la fenêtre largement ouverte toute la saison. S'il le faut, mettez-y des barreaux ; mais rappelez-vous que la ventilation libre de la mansarde rend la maison plus fraîche en été et l'air plus pur en hiver.

Les *citernes* et les *puits* ne doivent jamais être placés en dedans des murs de fondation d'une maison. Si la chose est déjà faite, empêchez l'humidité et l'odeur en les recouvrant de pierre et de ciment, et placez la trappe en dehors des murs.

La meilleure forme à donner aux *citernes* est celle d'un œuf, le petit bout en haut, et si elles sont en brique ou en pierre on doit les cimenter en dehors et en dedans. Lorsqu'elles sont creusées dans de la glaise forte, il suffit de les doubler d'une bonne épaisseur de ciment. Non seulement cette forme en œuf est la plus forte, mais elle ramasse les sédiments vers le fond sur un petit espace, et ne laisse de place au sommet que pour la trappe et les tuyaux, ce qui empêche les saletés et la vermine de pénétrer. Quand la chose est possible, il vaut mieux *filtrer l'eau de pluie* avant qu'elle n'entre dans la citerne. Les filtres placés dans la citerne même sont difficiles à nettoyer. On peut les faire en brique et les remplir de charbon cassé par petits morceaux et débarrassé de toute poussière, ou mieux encore de paille, de sable et de gravier ; mais il ne faut pas qu'ils soient situés sous l'eau, au contraire, bien au-dessus et faciles à enlever pour le nettoyage. *Un filtre qu'on ne nettoie pas souvent est encore plus nuisible qu'utile.* Le tuyau de distribution doit monter jusqu'à un pied du fond et être recourbé, de manière à ce que le mouvement de l'eau ne remue pas le sédiment. On doit nettoyer les citernes après la première pluie du printemps (celle qui lave le toit) et après la chute des feuilles en automne.

*Les puits et l'eau de puits.*—Un puits trop superficiel est facilement souillé par les eaux de lessive, les fumiers et les cabinets privés. Le danger est le même pour les puits qui ne sont pas protégés par des murs de ciment, ou mieux dont le tuyau n'est pas entouré de terre glaise et de pierre, et ne dépasse pas d'une manière suffisante la surface du sol. Les puits artésiens, que l'on fait de cette manière, donnent en général une eau de boisson bonne et pure.

*En dehors de la maison, les causes de l'impureté de l'air et de l'eau sont, par ordre d'importance, les cabinets privés, les eaux de lessive, les tas de fumiers et les déchets.* Les cabinets doivent être nettoyés et le contenu déposé sur les terres en culture ; on remplit ensuite le tout avec de la terre propre, on met à leur place des latrines à terre sèche et l'on prend la résolution formelle de ne jamais tolérer un pareil danger sur sa propriété.

Le *tas de fumier* doit toujours être placé de manière à ne pas s'égoutter dans le puits. Si la chose est impossible, on le place sur un lit de terre glaise bien battue, et on le protège par une couverture. Dans tous les cas, il faut transporter le fumier aussi souvent que possible sur la terre.

Les *restants de cuisine*, quand ils ne servent pas à l'engrais des animaux, doivent être brûlés dans le poêle ou enterrés dans le jardin.

Lorsqu'il n'y a pas de canaux publics, il est bon de distribuer les eaux de