La principale raison pour laquelle tant de jeunes filles meurent entre 12 et 20 ans, c'est qu'on les tient trop enfermées. La vie en plein air leur est absolument nécessaire. Elles doivent passer une grande partie de leur temps au soleil et à l'air pur. Un exercice régulier à l'air libre est bienfaisant, surtout depuis 11 à 12 ans jusqu'à 15 ou 16. C'est l'âge où le corps passe par des transformations capitales et où la croissance est rapide. Pour marcher, ou jouer, ou travailler au dehors comme c'est nécessaire, la jeune fille doit avoir de vêtements simples, sains, de solides chaussures, des robes courtes, larges et légères, un chapeau léger, une liberté absolue de mouvements ; pour le mauvais temps, qui ne doit pas la retenir à la maison, elle aura des habits chauds, des mitaines, des souliers à l'abri de l'eau.

Les mères devraient se montrer moins soucieuses d'observer, dans l'éducation de leurs filles, les règles de la mode et de l'usage. Si une jeune fille a la santé délicate, les parents, au lieu de prendre les mesures d'hygiène indispensables pour la fortifier, la bourrent de drogues et l'accablent de précautions minutieuses. Trois réglemens devraient surtout être prescrits aux mères : 1. Donnez à vos filles la vie en plein air ; 2. Encouragez-les à vivre en plein air ; 3. Forcez-les à vivre en plein air.

Rien n'est plus important : de l'air et du soleil ! Un petit enfant n'est pas plutôt capable de marcher qu'il manifeste le désir instinctif de sortir. En quittant le sein de sa mère, il veut se revivifier au sein de l'atmosphère.

On doit placer le plus possible les enfants en harmonie avec la nature ; c'est le seul moyen d'éviter et de vaincre les difficultés futures.

Dr NÉBO.

QUESTIONS ET RÉPONSES

Q.—L'année a-t-elle une durée fixe ?

R.—Non ; elle varie de 38 secondes au-dessus et au-dessous de sa durée moyenne. Elle a lentement diminué depuis le commencement de notre ère. Ainsi, un centenaire de nos jours a réellement vécu 20 minutes de moins qu'un centenaire du temps de l'empereur chinois Hoang-Ti. La plus courte durée de l'année