*Brochure exclusivement
destinée au conseil de direction et aux professeurs
de nos grandes maisons d'éducation*

Le champ de l'Hygiène est vaste. Des volumes nombreux ont été publiés traitant de ses différents aspects. Tâchons d'en éliminer les côtés un peu abstraits et de le réduire à sa plus simple expression.

Quels sont donc les principaux auxiliaires de la santé?

Ce sont certainement ces éléments et ces pratiques dont l'absence chez un sujet entraîne la mort à courte échéance; l'air, la lumière, l'eau, l'alimentation et en pays froid le vêtement. D'autres auxiliaires de la santé moins essentiels mais très importants sont le travail, le repos, la récréation, le sommeil, le logement, la propreté. Comme on le voit nous ne surchargeons pas; nous restons dans le simple et le plausible.

L'air

Nous pourrions bien ici le définir, en donner la composition, dire par exemple qu'il contient environ 79% d'azote et 20% d'oxygène puis pousser l'étude jusqu'au rôle que l'un et l'autre de ces corps simples jouent conjointement ou séparément à l'économie humaine; mais nous n'en ferons rien.

Nous savons que l'air est le premier agent de l'exercice physique. Il en faut. Il en faut constamment, et il importe qu'il soit aussi pur que possible.

Où donc se le procurer? Autant que faire se peut là où il est généralement pur c'est-à-dire en dehors des habitations et des édifices. Mais, me dira-t-on on ne peut certes pas vivre en plein air douze mois de l'année? C'est juste. Et l'importance d'une ventilation à l'intérieur, d'un renouvellement d'air aussi constant que possible se révèle à notre esprit.

Donc, dans les dortoirs, classes, salles d'études, salles de récréations, réfectoires, toutes pièces où vingt, cinquante, cent élèves sont réunis durant des heures, il serait souverainement