

### CONSEILS SANITAIRES AUX CULTIVATEURS.

**Air froid et humide.**—Cette température est bien moins avantageuse pour la santé que la saison où l'air est froid et sec. L'automne est toujours accompagné de brouillards et de pluies. Toutes ces circonstances sont donc très-désavantageuses. L'effet des brouillards sur la santé est peut-être moins fâcheux lorsqu'ils sont accompagnés d'une température froide que d'une chaude. C'est à cette saison qu'il conviendra surtout l'emploi, le matin avant de se mettre à l'ouvrage, d'une bonne soupe chaude et d'une tasse de café ou de thé. La stimulation que donne à l'estomac ces diverses substances réchauffe l'intérieure, et détermine une réaction extérieure par toute le corps qui met en mesure de résister au froid humide moins facilement supporté que le froid sec.

Le froid humide, en effet, n'a pas les qualités toniques et fortifiantes qu'à le froid sec. Le sang, sous son influence, circule avec moins de facilité; sa réaction à la peau se fait avec beaucoup plus de difficulté; on a bien plus de peine à se réchauffer par un temps froid et humide que par un temps froid et sec. L'air chargé de vapeur d'eau froide ramollit la peau, affecte péniblement les membranes du nez et les voies respiratoires; de là rhumes de cerveau, catarrhes plus incommodes et plus tenaces que sous les autres températures, retour de douleurs rhumatismales, rechutes de fièvres réglées qui se sont développées pendant l'automne. Aussi ne pourrait-on, sous de telles influences, prendre trop de précautions pour en atténuer les effets. Celle que nous recommanderons principalement s'applique surtout aux vêtements, aux aliments et aux habitations.

**Aux vêtements.**—Ils seront surtout de laine le plus sec possible. Mais l'humidité de l'air se dépose avec plus d'abondance sur les vêtements de cette nature; il sera facile d'obvier à cet inconvénient en portant par dessus une blouse de toile qu'il sera facile de changer au besoin, et de faire sécher promptement. Il est encore certains vêtements imperméables à l'humidité dont il serait très-avantageux de se couvrir en cette circonstance. Nous ne voulons pas parler de ceux en caoutchouc, qui sont d'un prix trop élevé; mais de certains surtout en toile gommée, comme en usent les marins et les pêcheurs, et que l'on trouve à des prix accessibles aux petites bourses chez tous les marchands de confections pour la marine. Comme il n'est guère possible de changer de vêtements dans la journée quand ils sont humides, précaution qui cependant serait de la plus grande utilité, il faudra, au moins le soir, les quitter quand le travail sera fini. C'est la première précaution à prendre avant de se mettre à table. La perspective de se mettre

au lit après le souper ne doit même pas retarder. Tant que l'on travaille avec les vêtements mouillés, les inconvénients ne sont pas bien graves; mais dès qu'on cesse d'agir activement le froid ne tarde pas à saisir le corps, et c'est le moment le plus dangereux. L'approche même d'un bon feu ne suffit pas toujours pour combattre les accidents qui peuvent survenir. Rarement on se réchauffe également; la partie exposée au feu reçoit trop de chaleur; la partie opposée se glace sous l'influence du courant d'air qui se dirige toujours vers la cheminée, et d'ailleurs, il est très-malsain de laisser sécher ses vêtements sur soi, même devant le feu. Il sera donc plus avantageux de changer de vêtements dès en arrivant, de souper puis de se mettre au lit, après s'être préalablement réchauffé au feu, si la chaleur naturelle n'était pas encore suffisamment revenue. Nous ajouterons de plus que les aliments chauds sont toujours plus avantageux dans cette saison au repas du soir. Un bon potage par exemple, est un excellent confortatif, et contribue beaucoup à rétablir la chaleur et à répartir uniformément par tout le corps.

Une précaution qu'il ne faut pas surtout, négliger, c'est de ne prendre, en se levant, ses vêtements que par faitement secs et débarrassés de l'humidité de la veille. Que de rhumatismes, névralgies, catarrhes, coliques, diarrhées, etc., ont été les résultats de cette omission! Les travailleurs ne devront jamais se soustraire à cette impérieuse obligation, tant pour eux-mêmes que pour leurs employés. Il est pour le maître, un devoir de conscience de surveiller ses domestiques et ses apprentis dans l'exécution de cette précaution, de la leur imposer d'une manière formelle; il assume sur lui une grande et pesante responsabilité en n'employant pas tous ses soins pour les garantir des maladies et des infirmités qui sont la suite d'un mauvais régime, d'un manque de précaution. Que de reproches n'ont pas à s'adresser certains patrons qui, nous sommes heureux de le dire, font exception dans nos contrées, que de comptes terribles à rendre un jour devant Dieu de l'abus d'un pouvoir porté jusqu'à exiger d'un de ses semblables un travail souvent au-dessus de ses forces, sans assurer par la plus simple des précautions la santé des gens qui sont sous leurs ordres! Il ne suffit pas de se citer soi-même pour exemple, de rappeler les mêmes circonstances dans lesquelles on s'est trouvé, les précautions qu'on a omises impunément; de faire parade de ménager ses subalternes, de leur fournir souvent le nécessaire; cette affectation de courage et de stoïcisme n'est le plus souvent qu'un honteux moyen de dissimuler une vile cupidité, d'exploiter à son profit des malheureux que la nécessité force à se mettre sous la dépendance des autres.

### TERRIBLE TEMPÊTE DE NEIGE.

Dans la nuit du 14 au 15 de ce mois une furieuse tempête enveloppa les travailleurs employés à la construction du chemin de fer de Winona et St. Pierre, dans le Minnesota, et leur coupant toutes communications avec quelque endroit civilisé. Ce poste comprend 800 hommes qui n'étaient nullement préparés à supporter une telle calamité, vu que dans cette région, la belle saison a coutume de se prolonger jusqu'après le mois de novembre. Il n'y avait que bien peu de provisions dans le magasin, car on entretenait continuellement des communications avec "Sleeping Eye," l'établissement de blancs le plus près.

Aussitôt qu'on apprit cette nouvelle à Winona le Surintendant général de la ligne, partit avec deux locomotives et un train de wagons, mais les bancs de neige étaient si foulés et si épais, et le froid si intense, que samedi matin, ils n'avaient pas encore passé New Ulm. Là, deux autres locomotives furent ajoutées au train qui continua sa route, après avoir pris à bord 150 hommes et des vivres pour un mois. Il fallut se frayer un passage à travers des bancs de neige de 8 ou 10 pieds d'épaisseur et même lorsqu'il n'y en avait pas plus d'un pied, elle était tellement durcie qu'on ne pouvait avancer sans être obligé d'employer les pelles. Dimanche le train n'avait fait que 25 milles; pendant ce temps là, la tempête continuait de sévir avec violence, et aux dernières nouvelles dans la nuit de mardi le train de secours était acculé dans la neige à environ 40 milles à l'ouest de Sleeping Eye, et à 80 milles des travailleurs en détresse.

Jeudi matin, les fils télégraphiques étaient brisés à l'ouest de St. Pierre et les derniers rapports de Winona, dans l'après-midi, annonçaient que le vent avait encore augmenté et qu'il soufflait en ouragan furieux. Depuis six jours la tempête n'avait pas discontinué. On est maintenant sous la triste impression que les hommes qui sont au bout du chemin de fer périront de faim avant qu'on puisse leur porter secours. On ne connaît aucune place accessible où ils pourraient trouver quelque chose, car la ligne est construite jusqu'à une grande distance dans un pays où il n'y a pas un seul habitant, si ce n'est quelques coureurs aventureux et quelques indiens.

Mères, ne laissez jamais vos enfants seuls.— Mercredi dernier, à la Jamaïque, M. et M<sup>de</sup>. Robinson, ayant quelques emplettes à faire, sortirent tous deux, laissant seul leur pauvre enfant qui dormait dans son berceau. Durant leur absence une troupe de rats se jetèrent sur l'enfant et le dévorèrent de la plus horrible manière. Ils lui rongèrent un côté de la figure, une oreille et un œil. Un médecin, appelé immédiatement déclara que le pauvre petit ne pouvait en guérir.