

je tiens caché à votre mère et à vos sœurs. Armez-vous donc de courage pour l'heure où il vous faudra consoler ces infortunées et les soutenir. Devenez dès à présent un homme, un homme fort, courageux, prudent et sage. Devenez dès à présent le chef de la famille, car je crains bien que, même en obtenant du ciel la guérison inespérée, de votre père, il ne vous reste à remplir des devoirs difficiles et de haute importance. Mon ami, une voix secrète me dit là que vous serez digne de ces devoirs et que vous les acquitterez tous, quelque sacrifice qu'ils exigent de votre cœur. Vous joignez à un esprit droit une grande sensibilité et beaucoup de justesse de jugement. Remerciez Dieu de vous avoir accordé ces dons, car vous en aurez besoin."

Là-dessus le médecin s'éloigna rapidement pour cacher son émotion. Il rentra dans la chambre du blessé, prescrivit les soins qu'il fallait lui donner, promit de revenir dans la soirée, et sortit.

Comme la plus importante recommandation faite par le docteur avait été de prescrire, près du malade, un silence et un calme absolu, Emile obtint de sa mère et de ses sœurs qu'elles sortissent de la chambre de monsieur Dorvilliers et qu'elles le laissassent seul avec lui.

Il s'assit donc près de son père, qui ne sortait d'une somnolence douloureuse que pour faire entendre des plaintes entrecoupées ou des paroles pleines du délire de la fièvre et de la douleur.

Vous pouvez sans peine comprendre qu'elles pensées préoccupaient Emile et combien il souffrait. Quoi! le jour où il se trouve au comble de tous ses vœux, le jour où il revient dans sa famille, heureux et fier du résultat brillant de quatre années d'un travail pénible et sans relâche, ce jour-là, qui devait être si doux et si plein de bonheur, il trouve sa famille dans les larmes, son père mourant, son père que Dieu ne lui conservera peut-être même pas; son père (et c'est là la chance la plus heureuse à espérer), son père désormais impotent!... Cette famille, sa mère, trois jeunes sœurs son père n'ont plus d'autre soutien, d'autre espoir que lui!

Voilà ce que disait tout à l'heure le médecin!

Et que fera-t-il, mon Dieu! pour sauver cette famille de sa ruine, pour la soutenir, pour la secourir? Bien des années doivent s'écouler encore avant qu'il puisse rien pour elle, avant qu'il puisse même, hélas! se suffire à lui-même: car, non seulement avant d'obtenir le plus humble grade des ponts et chaussées, il lui faut passer deux ans à l'École Polytechnique, et

un temps égal à l'École des Ponts et chaussées; il est encore obligé de payer une pension et un trousseau dont le prix s'élève à une somme considérable pour lui, pauvre jeune homme sans fortune! Puis, en surmontant tous ces obstacles, en triomphant de toutes ces épreuves, qui doivent durer quatre ans, les honoraires de la place qu'il obtiendra suffiront-ils pour satisfaire aux besoins de sa famille et aux siens? Hélas non! Que faire! quel parti prendre! que résoudre! mon Dieu! que résoudre!

En ce moment le malade s'agita dans son lit, et, soulevant sa tête douce et vénérable, porta autour de lui des regards éteints par la souffrance. Alors, il appela son fils et le reconnut.

(A continuer.)

—:0:—

Nous attirons l'attention de nos nombreux lecteurs sur le nouveau feuillet dont nous commençons aujourd'hui la publication. C'est une œuvre pleine d'intérêt composée en partie de souvenirs de famille, et d'ailleurs les souvenirs d'un "Honorable Homme" ne peuvent manquer d'intéresser un public essentiellement canadien.

—:0:—

HYGIÈNE DE LA FAMILLE.

Nutrition

ALIMENTS HYDROGÈNE-CARBONÉS

Dans cette catégorie sont rangés les corps sucrés, les graisses, les substances féculentes, les herbes, les fruits, les huiles, etc., etc.

Les matières organiques en question sont d'autant plus riches en carbone et hydrogène qu'elles possèdent, en très-petite quantité, le principe azoté.

Les graisses provenant des animaux sont, en général, plus faciles à digérer que les huiles, parce qu'elles s'assimilent parfaitement à la graisse de notre corps.

Pour que les graisses employées dans les aliments réunissent les qualités nécessaires à la nutrition, il faut qu'elles soient fraîches ou conservées dans de bonnes conditions. Dès que, pour une cause ou pour une autre, elles ont acquis un goût rance et aigre, on doit en proscrire l'usage, l'estomac les supportant alors difficilement.

Ce n'est, point par cet organe, mais par les intestins ténus, que les substances en question sont digérées.

Les graisses sont moies lourdes lorsqu'elles sont mélangées avec l'amidon; aussi, depuis les temps les plus reculés jusqu'à nos jours, elles constituent la base d'un grand nombre de compositions culinaires.

Dans beaucoup de pays le beurre est plus en usage que la graisse; mais, pour que cette substance possède les vertus hygiéniques, il faut qu'elle soit bien préparée, bien conservée, et ne contienne pas d'ingrédients étrangers.

Le troisième corps gras dont on fait le plus usage est l'huile. La plus répandue

est celle qui vient de l'olivier; elle est digeste et ne contient aucun élément nuisible à la santé; cependant, la médecine en défend l'usage en plusieurs circonstances. Elle renferme, en grande quantité l'oléine et la margarine qui font partie inhérente du beurre.

Les éléments farineux, les sucreries et l'amidon engendrent de la graisse.

Parmi les produits agricoles qui servent à la nourriture générale, figure principalement la pomme de terre. Ce tubercule fut introduit dans la nourriture humaine par le fameux marchand d'esclaves Jean Hawkins; six années plus tard, le capitaine Franz Drake l'importa en Europe.

La fécondité prodigieuse de la pomme de terre et la facilité de sa culture, contribuèrent puissamment à sa propagation rapide. Aujourd'hui, elle est devenue le principal aliment de la classe pauvre.

La patate contient, cependant, très-peu de substances nutritives; il faut en manger une grande quantité pour pouvoir donner à l'organisme une nourriture plus ou moins substantielle, et fournir un sang que l'on appelle *pauvre*.

Il arrive même que l'estomac des personnes qui se nourrissent exclusivement de ce tubercule, ne peut plus, après un certain temps, digérer les autres aliments, plus nutritifs.—Il est donc bon de n'en pas faire sa principale nourriture.

(La suite au prochain numéro.)

Dr B.

—:0:—

VARIÉTÉS

La scène se passe dans un presbytère, le mercredi des cendres:

Le curé appelant sa ménagère:

—Josephine, tu n'as donc pas épousseté ce matin.

—Non, monsieur, pensant à votre sermon; nous sommes poussière, nous retournerons en poussière, je me suis dit, pourquoi se tuer pour enlever la poussière!

A la bibliothèque du parlement.

Un député: S'il vous plaît, M. Lajoie, me donner un gros livre.

—Quel gros livre?

—Le plus gros s'il vous plaît.

—Mais pourquoi faire?

—Bigre? pour m'asseoir dessus.

On me demandait l'autre jour la différence qu'il y avait entre une pipe à fumer et une terre dans le même cas.

—C'est, répondis-je, qu'avant de fumer une pipe il faut la bourrer, et qu'avant de labourer une terre il faut la fumer.

Voici une épitaphe qui pour n'être pas tout à fait neuve, n'en est pas moins très expressive dans sa brièveté:

Ci-git Charlot le paresseux

Lequel, à son heure dernière,

S'écria "que je suis heureux;

Je vais n'avoir plus rien à faire."

Le mot de l'Enigme du dernier numéro est *Cheroux*.