les maisons de roseaux d'autrefois, l'air passait facilement du dehors au dedans et l'on vivait mieux ; et dans les maisons de chêne d'aujourd'hui, l'air ne passe plus, on y vit comme en vase clos ; c'est pourquoi l'air intérieur est toujours impur et l'on y vit mal.

Aussi, tout le monde, à la campagne, fatigué, épuisé par la longue réclusion de l'hiver, soupire-t-il ardemment après le retour du printemps qui va les rendre à la vie. Le printemps, c'est vraiment pour eux le libérateur qui, ouvrant à deux battants les portes de leur prison volontaire, va enfin y faire pénétrer l'air qui les sauve et en chasser les miasmes qui les tuent.

Et que l'on ne croie pas que ce soit là de l'exagération. Les statistiques viennent encore confirmer ce que nous venons d'exposer. On remarque, en effet, que les deux tiers de la mortalité annuelle parmi la classe agricole, correspondent justement à la période de réclusion hibernale, c'est-à-dire, depuis Octobre jusqu'à Avril. Pourquoi donc cette augmentation dans la mortalité pendant cette période néfaste ? N'y a-t-il donc là qu'une simple coïncidence ? Ou bien, faut-il y voir une relation de cause à effet, qui, sans être absolue, n'en est pas moins réelle ? Logiquement, nous sommes en droit de conclure qu'il y a entre ces deux faits un lien évident, ce serait mauvaise foi que de le nier. Nul doute qu'il faille tenir compte des maladies spéciales au climat et aux saisons, qui doivent entrer dans cette statistique comme causes de ces décès ; mais il faut admettre aussi que la vie intérieure contre nature, telle que se la fait le cultivateur pendant l'hiver, est une des causes puissantes de cette mortalité, soit directement soit indirectement. Comment en pourrait-il être autrement ? En suivant ses habitudes routinières, le cultivateur se prive lui et sa famille de l'air absolument nécessaire à l'entretien de la vie et de la santé. On n'enfreint pas impunément les lois de la nature et celle de l'hygiène.

De ce que nous venons d'exposer nous tirerons cette première conclusion : qu'on doit regarder comme un facteur de la mortalité excessive chez la classe agricole *le manque d'air vital suffisant dans l'habitation, surtout en hiver, et cela, par défaut d'aération et de ventilation convenables.*

Dr J. A. BEAUDRY.

L'ART DE RESPIRER

Quand voudra-t-on apprendre à respirer ?

On s'imagine bénévolement qu'on respire à merveille. Quelle illusion ! Nous respirons, presque tous, en dépit du sens commun. J'avance le fait et je vais le prouver.

On peut diviser l'humanité blanche en deux groupes distincts : les gens à visage coloré, les personnes à figure pâle.

Le premier groupe respire généralement d'une manière convenable : il est formé d'habiles sans le savoir. Les personnes à visage coloré ont le sang riche : elles font des inspirations suffisantes et sont douées d'une santé florissante. Les personnes à visage pâle respirent presque toutes très mal. On ne le leur dit pas assez,