

vivre autant que le comporte votre nature, ne veillez jamais au-delà de dix heures du soir. Aujourd'hui, par une aberration commune, mais sévèrement punie, on veut unir au prestige des travaux sérieux la jouissance des plaisirs vulgaires. On est homme du monde par delà minuit, et l'on se réveille savant, magistrat, écrivain...en attendant que la nature, accablée de ce double fardeau, se venge du génie lui-même par un idiotisme qui attriste l'imagination."

**L'église Saint-Joachim.**

Parlant de l'église de Saint-Joachim, érigée à Rome en souvenir du jubilé épiscopal de Léon XIII, voici ce que dit la *Semaine religieuse* de Québec :

"M. l'abbé Burgidon, qui est le directeur général de l'Œuvre, a donné dernièrement la liste complète des diocèses qui ont envoyé leur offrande. On voit par cette liste que le Canada a fait plus que sa part, puisqu'il figure au troisième rang avec sa petite population de deux millions de catholiques.

"Nous donnons les statistiques les plus intéressantes du tableau qui a été publié, en y ajoutant la population catholique de chaque pays :

	Pop. cath.	Offrandes.
France.....	35,500,000...	\$32,124 00
Italie.....	26,800,000...	8,000 00
CANADA.....	2,000,000...	5,700 00
Autriche-Hongrie.....	24,000,000...	3,884 00
Espagne.....	16,500,000...	2,468 00
Allemagne.....	15,000,000...	1,242 00
Etats-Unis.....	10,000,000...	1,200 55

"D'autres pays, comme l'Angleterre, la Belgique, la Suisse, etc., ont donné chacun quelques centaines de piastres. D'autres enfin n'ont rien donné.

"Voici maintenant le compte rendu des contributions des diocèses du Canada :

"Québec, \$1,400; Montréal, \$1,221; Saint-Hyacinthe, \$828; Ottawa, \$690; Rimouski, \$434; Nicolet, \$416; Sher-

brooke, \$371; Pontiac, \$172; Saint-Boniface, \$141; Saint-Albert, \$20. Total : \$5,700.

"Notre pays figure donc avec honneur en cette circonstance, et il faut remarquer que jusqu'à présent, les collectes ont été faites seulement dans les provinces ecclésiastiques de Québec, Montréal, Ottawa et Saint-Boniface. Celles de Toronto, Kingston et Halifax n'ont pas encore envoyé leurs contributions."

**Hygiène.**

**LES RHUMES.**

Question de saison. Il y a des gens qui s'enrhument toujours ; il y en a qui ne s'enrhument jamais. Ceux qui ont la spécialité des rhumes, on les connaît bien ; ce sont les arthritiques, les lymphatiques, les scrofuleux, les débilités, etc. Quoi qu'ils fassent, par les temps brumeux et humides, au coin du feu ou au grand air, ils contracteront leur petite bronchite ; heureux encore si elle reste petite et ne grandit pas. C'est une conséquence forcée de la constitution individuelle. Il ne faut pas trop se plaindre, parce qu'il vaut mieux encore un rhume bénin qu'une poussée de rhumatisme, de goutte, d'eczéma et autres affections ordinaires aux arthritiques. Heureux quelquefois les simples enrhumés ! D'ailleurs avec une hygiène bien entendue, avec quelques préventifs, on peut arriver très souvent à enrayer le mal et à l'empêcher de se développer.

En général, la bronchite commune commence par une irritation des voies respiratoires, par un coryza. Il faut vite soigner le coryza et empêcher l'inflammation de descendre jusqu'aux bronches. En langage vulgaire on dit : "Prenez garde que votre rhume ne vous tombe sur la poitrine." C'est vrai. Il convient d'éviter