

Ce mouvement élargit la capacité en soulevant les côtes et produit une inspiration.

On abaisse ensuite les bras et on les presse doucement, mais fermement pendant deux secondes, contre les côtés de la poitrine. Ce mouvement diminue la cavité de la poitrine en pressant sur les côtés et produit une expiration forcée.

Ces manœuvres doivent être répétées alternativement, hardiment, et avec persévérance, quinze fois par minute ;

3^e Ranimez la sensibilité générale, soit par des frictions, soit en faisant respirer de l'eau vinaigrée ;

4^e Surtout ne vous découragez pas. La mort n'est quelquefois qu'apparente ;

5^e S'il s'agit d'un noyé, couchez-le sur le côté droit. Inclinez légèrement sa tête en la soutenant par le front, écarter les mâchoires et vous faciliterez ainsi la sortie de l'eau qui pourrait s'être introduite par la bouche et les narines. Ne le maintenez pas longtemps la tête basse, dans la crainte d'une congestion cérébrale.

Les rhumes sont produits par le refroidissement des pieds, de la tête, de la gorge, de la poitrine ou de toute autre partie du corps, mais surtout par la respiration d'un air froid et humide.

Les personnes qui s'enrhument facilement font bien de placer un mouchoir devant la bouche lorsqu'elles quittent une chambre chaude pour sortir par un temps froid et pluvieux.

Un rhume, si léger qu'il soit, ne doit jamais être négligé ; il peut se propager aux poumons et déterminer une fluxion de poitrine.

1^o Évitez autant que possible, le matin, en vous lavant, d'introduire de l'eau froide dans le nez ;

2^o Ne sortez pas par un temps froid et humide sans faire de légères frictions à la base du nez avec un corps gras.

La grippe, la fluxion de poitrine, la pleurésie et les autres affections des voies respiratoires nécessitent le secours du médecin.

Dr A. J.

L'instruction religieuse dans les écoles primaires en Angleterre.

En Angleterre, avant 1870, dans toutes les écoles primaires, l'instruction religieuse faisait partie nécessaire de l'enseignement. Les lois de 1870, 1876 et 1880 vinrent modifier cet état de choses, non point comme en France, par esprit d'hostilité à la religion, mais parce qu'en Angleterre, depuis l'établissement du protestantisme, les sectes religieuses se sont multipliées à l'infini, et qu'il semblait de plus en plus difficile de donner l'instruction religieuse dans des écoles où cinq, six et même davantage de ces sectes avaient des partisans.

Une commission royale fut nommée par le gouvernement anglais, au mois de janvier 1886, pour étudier les effets de la législation nouvelle, qui avait institué en Angleterre une sorte d'enseignement neutre. Cette commission vient de terminer ses travaux et de publier son rapport définitif.

Elle comptait dans son sein des membres de la chambre des lords et de la chambre des communes, des fonctionnaires du ministère de l'instruction publique, des inspecteurs de l'enseignement officiel et de l'enseignement privé, des professeurs et des instituteurs, des délégués des principales sociétés d'éducation, prêtres et laïques, catholiques, protestants et dissidents, nobles, bourgeois et simples ouvriers. Aussi a-t-on pu dire, à juste titre, qu'elle était appelée à refléter fidèlement l'opinion moyenne du pays tout entier, ce qui ajoute encore à la valeur des conclusions formulées par la commission royale, après plus de cent séances consacrées à recueillir et à contrôler un nombre considérable de dépositions orales et écrites, émanées des autorités les plus compétentes.

Parmi ces conclusions, celles qui ont trait à l'instruction morale et religieuse