

1. L'immigration des pays européens où existe le choléra doit être temporairement suspendue.

2. L'on devra ordonner la désinfection complète de tous les objets, sans distinction, appartenant aux immigrants ou aux équipages des vaisseaux ; et que l'on devra exiger que ces vaisseaux soient dans un état de grande propreté avant de leur permettre l'entrée des ports américains.

3. L'on devrait en tout temps exiger cette désinfection et cette propreté : cette mesure aurait pour effet d'empêcher l'importation non seulement du choléra, mais encore des autres maladies contagieuses qui nous arrivent de l'autre hémisphère.

Le Congrès croit que le commerce se fera plus librement, lorsqu'il sera débarrassé des craintes et des ennuis que lui cause la classe immigrante.

Valeur nutritive des huîtres

L'huître acquiert sa plus grande valeur nutritive dans les derniers mois de l'été et c'est au commencement de l'automne qu'elle a acquis ces qualités qui la rendent chère au palais des gourmets.

Un pinte d'huître contient, en moyenne, la même quantité de matières nutritives qu'une pinte de lait, qu'une livre de bœuf maigre, qu'une livre et demie de morue ou que les deux tiers d'une livre de pain. Mais si la quantité de matières nutritives est presque la même, la qualité varie beaucoup.

La viande maigre, le poisson contiennent surtout des substances qui servent à la formation des tissus, comme les os, les muscles, les tendons.

Le pain contient peu de ces matières : il est formé surtout d'amidon et de quelques corps gras ; ces substances servent à produire la chaleur et la force musculaire.

L'huître contient une quantité considérable des principes qui servent à former les tissus, mais elle contient en bien plus grande partie, les éléments qui produisent la force et la chaleur.

Pour sa composition et ses propriétés, l'huître se rapproche beaucoup du lait ; c'est presque un aliment complet :—Il forme les tissus, répare les pertes, augmente la force et la chaleur animale.

DR L.-E. FORTIER.

Les personnes alcooliques

Les personnes portées à s'alcooliser doivent manger beaucoup de fruits. Le fruit détruit le désir de se livrer aux boissons alcooliques. Les oranges, les pommes surtout sont renommées à cet égard ; plus les ivrognes mangent de ces fruits, plus leur désir de boire diminue jusqu'à ce qu'enfin il soit éteint complètement.