

les observations qui précèdent ne soient aisément accueillies et suivies d'effet. Je vous serai reconnaissant de me tenir au courant des mesures que vous aurez prises pour qu'il en soit ainsi.

Recevez, Monsieur le Recteur, l'assurance de ma considération très distinguée,

*Le ministre de l'Instruction publique
et des Beaux-Arts,*

LÉON BOURGEOIS.

Causerie scientifique

Bains de propreté en général

Les bains et les ablutions ont, entre autres avantages, celui de débarrasser la peau des résidus laissés à sa surface, soit par la *matière grasse* contenue dans de petites glandes cutanées, soit par l'*évaporation de la sueur*, qui laisse un dépôt de matière saline et de matière animale, soit par la *sécrétion de l'épiderme*.

Les bains chauds sont par excellence les bains de propreté. Dans ce cas, on peut y ajouter du savon ou de la potasse du commerce (125 à 250 grammes); ces substances favorisent le détachement des résidus qui salissent la peau. Les bains chauds sont aussi très utiles comme calmants, soit à la suite de grandes fatigues, soit dans les cas de surexcitabilité nerveuse. On doit prendre les bains à jeun, ou quand la digestion est terminée, c'est-à-dire trois à quatre heures après le repas; autrement, l'on s'expose à des indigestions souvent dangereuses. A défaut de baignoire, on peut employer tout autre vase de dimensions suffisantes, tantôt une cuve à lessive, recouverte d'un drap solidement fixé, qui trempe dans l'eau et sert de siège élastique au baigneur.

La température à laquelle il convient de prendre les bains chauds varie suivant la sensibilité de chaque individu. La température moyenne est de 32 degrés centigrades: mais la chaleur du bain peut varier entre 28 et 37 degrés; à 28 degrés, c'est un bain tiède; au-des-

sous, c'est un bain frais; au-dessus de 35 degrés c'est un bain très chaud.

Il faut prendre garde aux refroidissements après le bain, et voilà pourquoi l'on recommande, surtout aux vieillards, de s'en abstenir surtout dans les grands froids de l'hiver, ou du moins de n'en user alors qu'avec de grandes précautions.

L'emploi du linge de corps, qui prit naissance vers le quinzième ou le seizième siècle, a rendu les bains moins nécessaires chez nous que chez les anciens. Cependant on ne saurait trop les recommander, comme tous les autres soins de propreté. Qu'on se souvienne toujours bien d'une grande vérité, c'est que la propreté est la première condition de la santé. Les personnes grasses ne devront pas abuser des bains chauds, dont l'usage fait engraisser en relâchant la peau.

Notice nécrologique

La paroisse de St. Nicolas vient de perdre l'un de ses plus braves citoyens par la mort de M. Gabriel Desrochers, arrivée le sept de janvier courant, à l'âge de 78 ans. Il a occupé toutes les charges d'honneur auxquelles un cultivateur puisse aspirer. Nous croirions manquer à la reconnaissance en ne signalant pas que c'est lui qui, en 1849, engageait ses collègues, les commissaires de St. Nicolas, à nous donner une place d'écoles dans cette paroisse, bien que nous ne fussions encore qu'un enfant. Depuis lors, nous avons suivi le cours des événements, et nous croyons avoir accompli une tâche utile dans l'enseignement de la jeunesse.

Nous regrettons beaucoup qu'une indisposition nous ait empêché d'assister aux funérailles de ce vénérable citoyen. Nous prions Madame Desrochers et ses enfants d'accepter nos plus sincères condoléances.