

L'air est inodore, insipide, invisible sous un petit volume, azuré sous de grandes masses. Il est pesant, compressible, élastique. Sa composition chimie est invariable et formée de :

O. Oxygène .20.93 en vol. - 23.43 par poids.
Az. Azote...79.07 " - 76.87 " " "

L'air contient aussi de la vapeur d'eau en quantité minimum et un peu d'acide carbonique dans la proportion de 4 à 6 dix-millième. Il se renouvelle et se reconstitue incessamment par les échanges résultant des phénomènes de la végétation et de la vie animale.

L'air peut acquérir certaines qualités que lui communiquent certains principes dont il est le véhicule ; elles sont la lumière, la chaleur et l'électricité.

DE LA LUMIÈRE.—La lumière est l'agent impondérable qui rend les objets visibles. Elle est indispensable à l'homme pour son développement et sa santé. Elle agit sur l'ensemble de la constitution en stimulant la circulation et le système nerveux. En effet voyez l'enfant privé de la lumière solaire : il s'étiole, il pâlit ; son sang s'appauvrit ; puis, à la suite de toutes les modifications que subissent les principaux éléments du sang, on voit se développer chez ce malheureux le lymphatisme, la scrofule, la consommation, avec toutes leurs terribles conséquences. La privation de la lumière produit des effets analogues sur les plantes.

Une lumière trop éclatante irrite l'œil, affaiblit la vue et peut même l'abolir. Un travail prolongé à une lumière insuffisante peut aussi amener différents troubles de la vue. Une orientation suffisamment lumineuse est donc une nécessité très impérieuse pour l'hygiène de la vue.

La vie de l'homme est donc étroitement dépendante de la lumière qui favo-

rise et précipite les actes nutritifs, et tonifie le système nerveux et la peau. L'enfant, cette fleur humaine, a besoin de plus de soleil que les autres fleurs. Sa vigueur, son incarnat, l'harmonieuse perfection de ses formes ne se trouvent que dans les atmosphères vivement imprégnées de lumière.

La lumière artificielle ne peut suppléer au moindre rayon du soleil. Il est aujourd'hui bien prouvé que la lumière ordinaire est nécessaire au maintien de la santé. Ouvrons lui largement nos fenêtres, et allons souvent la chercher à la campagne là où elle déploie la plus grande somme de ses effets salutaires.

DE LA TEMPÉRATURE.—L'homme est soumis à deux sources distinctes de température : sa température propre, résultat de la respiration, qui est invariable dans l'état de santé, en moyenne de 37°5, et qui ne peut pas s'élever ou s'abaisser de plusieurs degrés sans danger ; la température de l'air atmosphérique qui varie suivant les saisons et les différentes régions du globe.

L'homme dans l'état de santé possède la propriété de conserver une température toujours la même, et trouve en lui-même le moyen de résister au froid et à la chaleur. Il doit ce privilège d'une part à l'énergie des fonctions de la respiration, et d'autre part à l'activité de la respiration pulmonaire et cutanée.

La résistance au froid chez l'homme est due à l'absorption plus considérable de l'oxygène de l'air par le poumon, ce qui active les combustions dans l'intérieur de nos organes et par conséquent accélère la circulation. L'homme, avec une alimentation convenablement choisie, des vêtements chauds et épais et de l'exercice, est capable de supporter des froids extraordinaires. Cependant, quand le froid