

chauts, choux-fleurs, pommes de terre bouillies, fromage. Eau rougie ou bière légère.

Sieste de une heure et demie à quatre heures et demie, deux œufs ou deux cuillerées à soupe de viande crue, ou de poudre de viande, avec un peu de thé ou de grog.

De cinq à sept heures, lectures ou causeries.

A sept heures et demie ou huit heures, dîner. Viande blanche, poisson ou jambon, un légume ou une compote. Se coucher immédiatement après le dîner.

Si c'est possible boire une tasse de lait pendant la nuit.

*Journée du tuberculeux dont la fièvre dépasse 38 degrés.*

Même petit déjeuner que dans le cas précédent. Ne pas marcher, ne pas sortir en voiture. S'installer autant que possible dehors, sous un abri, depuis dix heures du matin jusqu'à une heure avant le coucher du soleil. Puis repos à la chambre. Alimentation comme dans le cas précédent. Pour pouvoir faire cette cure à l'air, il importe à de tels malades d'aller l'été dans les montagnes et l'hiver dans le midi, d'octobre à la fin de mai. Pour eux, il est urgent de fuir l'humidité, surtout celle du soir. Quand ils seront étendus sur une chaise longue, leurs pieds ne devront pas même être frôlés par les rayons du soleil. Ils craindront le vent fort, mais pourront supporter quelquefois avec avantage une brise fraîche. Toutes ces précautions nécessiteront une orientation et une disposition spéciale des guérites, tentes ou kiosques qui les abriteront. Les guérites devront être facilement mobiles. Dans les tentes les quatre pans de toile pourront être tirés, relevés ou abaissés alternativement. Il en sera de même des kiosques, ou bien ils devront être mobiles, sur pivot. Le tuberculeux doit pouvoir éviter le soleil ou le grand vent sans être obligé de se fatiguer en se déplaçant.

Ces malades après avoir passé l'hiver dans le Midi méditerranéen, pourront maintenant passer l'été dans la montagne sans être contraints de subir les fatigues d'un long voyage. A cinq heures de Cannes, de Nice et de Menton, existent deux stations alpestres, dans lesquelles les malades trouveront des installations confortables, et ces deux stations sont Saint-Martin-Vesubie et Torenc.

*Journée du tuberculeux dont la fièvre dépasse 39 degrés.*

Repos jour et nuit dans le lit, la fenêtre ouverte.

Lait, grogs, hachis, quenelles, viande crue ou poudre de viande, œufs, confitures en trois ou quatre repas pendant les vingt-quatre heures.