

Recettes et conseils utiles

On doit toujours se lever de table avec un restant d'appétit.
La sobriété seule prévient et guérit souvent bien des maladies.
L'intempérance tue ou appesantit nos facultés intellectuelles. Après un repas copieux, on a moins d'esprit dans le cerveau; on est plus animal et moins homme.
En hiver, une nourriture substantielle; en été, une nourriture plus légère.

1927 OCTOBRE

1 S	De la Ste-Vierge
2 D	XVII ^e apr. PENT. et 1 d'Oct.
3 L	De la fête.
4 M	S. François d'Assise, conf., dbl. maj.
5 M	SS. Placide et ses Comp. mart.
6 J	S. Bruno, conf.
7 V	TRES SAINT ROSAIRE, dbl. 2 cl.

SOLEIL LUNE

Lev. Cou.	Lev. Cou.
5 45 5 26	
5 46 5 24	
5 48 5 22 9 02	
5 49 5 20	
5 50 5 18	
5 52 5 16	
5 53 5 14	

Recettes et conseils utiles

L'estomac est inconstant, l'uniformité le gêne, et la Providence semble avoir voulu lui donner raison en nous donnant à chaque saison les aliments qui doivent entrer dans cette variété.
Les aliments malsains et l'intempérance produisent beaucoup de maladies. On ne peut douter que le bon ou le mauvais état de la constitution du corps dépende presque entièrement du régime. Le régime est donc d'une grande importance pour la santé.

Page de la Coopérative Fédérée de Québec.

LES CHANTIERS

Marché dont les cultivateurs devraient profiter

Le Progrès du Saguenay, à la suite d'une série d'articles nous faisant voir les conditions qui règnent dans les chantiers du Lac St-Jean, émet certaines suggestions qui sont de nature à intéresser chacun de nos lecteurs.

"10—Il faudrait s'appliquer à faire comprendre à un grand nombre de cultivateurs qu'ils perdent beaucoup plus qu'ils ne gagnent à aller au chantier. Les embaucheurs de chantiers devraient, de leur côté, donner la préférence, lors des engagements, aux journaliers, aux colons et à certains cultivateurs ayant besoin urgent de revenu additionnel.

"20—Les femmes ne devraient aller au chantier que par exception; les enfants ne devraient JAMAIS y mettre les pieds.

"30—Les mesureurs de bois devraient être surveillés de très près par l'autorité provinciale dont ils relèvent.

"40—Le Gouvernement fédéral, qui, par une législation spéciale, protège les faibles contre les usuriers, ne pourrait-il pas venir au secours des pauvres bucherons qui sont victimes, en forêt, d'un monopole commercial souvent, peu humain?

"50—Les cultivateurs—par l'Union Catholique des Cultivateurs, par la Coopérative Fédérée ou autrement,—ne devraient-ils pas chercher à obtenir auprès des compagnies et des grands entrepreneurs la préférence pour tous leurs produits et s'appliquer à mériter cette préférence, s'ils ne la méritent pas encore en tous les points?

"60—La population des chantiers étant probablement trop flottante pour y constituer de véritables syndicats professionnels, n'y aurait-il pas moyen de faire au moins, sous l'impulsion de quelques amis sincères du peuple—non de vulgaires démagogues—certaines organisations qui auraient pour but et pour effet de stabiliser les salaires, de protéger les bucherons contre toute exploitation en même temps que de les engager à servir leurs patrons avec beaucoup plus de conscience?

"70—Tout le monde ne devrait-il pas appuyer les curés qui ont plus que les autres, jusqu'ici, essayé de guérir chez leurs paroissiens la "maladie" d'aller au chantier chaque hiver?

"80—Pourquoi les compagnies, les entrepreneurs, les associations et le public ne s'uniraient-ils pas pour fournir aux ouvriers en forêt un peu de lecture instructive, saine et distrayante?"

Ces huit suggestions intéressent surtout les bucherons, mais il s'en dégage quelques unes dont le cultivateur peut tirer avantage.

On fait ressortir que les cultivateurs n'ont peut-être pas toujours cherché à obtenir auprès des compagnies et des grands entrepreneurs la préférence pour tous leurs produits et ne se sont pas "appliqués à mériter cette préférence, s'ils ne la méritent pas encore en tous points."

Les chantiers de notre province constituent un marché important sur lequel nous pourrions écouler une foule de produits agricoles. On sait que bon nombre de ces chantiers s'alimentent ailleurs que chez nous. La cause de ceci est attribuable au fait que, dans bien des cas, l'on a fourni une marchandise inférieure et qu'une fois trompés les entrepreneurs se sont adressés ailleurs pour ce dont ils avaient besoin.

Certains cultivateurs s'imaginent trop facilement que la vente d'un produit se limite à obtenir un prix donné pour tel article. Vendre c'est conclure un marché, et un marché suppose deux intéressés qui tous deux doivent être satisfaits. Cette satisfaction mutuelle est nécessaire si l'on vise à faire des ventes qui nous en attirent d'autres. Il est donc indispensable que l'on ne vende que des produits de première qualité et que l'on se fasse payer nos produits suivant leur valeur sans essayer de passer parmi les bons ceux qui devraient être classés parmi les rebuts.

Cela suppose de la part du cultivateur la volonté de toujours donner satisfaction à celui à qui il vend. Un acheteur qui n'est pas satisfait d'un marché, en conclut rarement un autre avec la même personne et il cherche ailleurs un produit tel qu'il le désire.

Nous pourrions attribuer à cette cause le fait que certains entrepreneurs n'achètent pas chez nous les produits dont ils ont besoin. Mais il y en a une autre. Ces grandes compagnies préfèrent acheter en grandes quantités. Or les cultivateurs qui aiment trop souvent à vendre individuellement ne sont capables de fournir que de faibles quantités d'un produit donné et les entrepreneurs donnent la préférence aux organisations en mesure de leur donner satisfaction sous ce rapport. Les frais de transport et de manipulation se trouvent sensiblement diminués et l'on comprend que les compagnies ont tout intérêt à se les éviter.

Le Progrès du Saguenay fait ressortir le rôle que pourrait jouer l'Union Catholique des Cultivateurs ou la Coopérative Fédérée auprès des Compagnies et des entrepreneurs afin de les encourager à donner la préférence à nos cultivateurs. La Coopérative Fédérée a déjà fait passablement de travail dans ce sens. Beaucoup d'entrepreneurs de la Province achètent par l'entremise de la Coopérative; et grâce aux démarches qu'elle fait dans ce sens, nous pouvons nous attendre à voir augmenter le nombre des chantiers qui s'alimentent avec des provisions venant des fermes de notre province.

Les cultivateurs, en coopérant avec cette organisation, peuvent faire beaucoup. La coopération dans la production; comme dans la préparation et l'emballage des produits, de concert avec la coopération dans la vente, sera toujours une des conditions essentielles de laquelle dépendra le succès de notre agriculture. Pour produire avec profit, il faut vendre avec profit et, quoi que disent ses adversaires, la Coopérative Fédérée de Québec est encore l'organisation qui ait fait le plus dans la Province pour améliorer les conditions de vente de nos produits agricoles. Chacun se doit donc de ne pas ménager son concours à cette organisation, dont les activités s'étendent à tout ce qui intéresse le commerce de nos produits agricoles.

Poids des meules de fromage

Degré de maturation

Un point sur lequel nos acheteurs étrangers attirent parfois notre attention, est celui de l'uniformité des meules de fromage.

Nous constatons que les fabricants ne sont peut-être pas toujours assez particuliers sous ce rapport et qu'ils nous envoient parfois des meules variant assez sensiblement dans le poids.

La meule que les acheteurs désirent est celle de 82 livres. Ce poids est celui qui donne le plus de satisfaction.

On conçoit que la grosseur d'une meule ne peut avoir que fort peu d'influence sur la qualité même du fromage, surtout si cette différence n'est que de quelques livres, mais les acheteurs, pour juger de la valeur d'un produit ne s'attachent pas uniquement à en connaître la qualité. L'emballage et l'apparence générale comptent pour beaucoup; l'uniformité est une des qualités à laquelle ils tiennent le plus, et dans certains cas nous les voyons parfois sacrifier un peu sur la qualité pour l'uniformité. Ils tiennent donc beaucoup à l'uniformité dans le poids et nous avons tout intérêt à nous conformer à leurs exigences ainsi qu'à celles du marché.

Certains fabricants nous envoient parfois du fromage avant qu'il ne soit suffisamment mûri. Il est arrivé dernièrement que nous ayons dû retarder l'envoi des remises pour cette raison. On sait que nous ne pouvons pas peser correctement un fromage qui n'est pas parvenu au degré de maturation voulu. Il se produit toujours pendant la maturation une évaporation qui diminue le poids du fromage.

A présent que la température est quelque peu plus froide nous conseillons aux fabricants de donner un peu plus de temps à la maturation. On sait que la chaleur hâte quelque peu ce procédé et qu'il est quelque peu retardé lorsque la température est plus froide. Si les fabricants n'y portent attention ils s'exposent à envoyer sur le marché un produit mal préparé. Ils ont tout à y gagner en faisant mûrir le fromage chez eux et en ne l'exposant pas aux inconvénients du transport avant qu'il ne soit complètement à point.

Quelques fabricants oublient de se servir des "feuilards" (Scale-board) ou encore ils n'en mettent qu'à un bout de la meule de fromage.

Le but de ces "feuilards" est d'empêcher la moisissure et le collage du fromage. Il est donc de la plus grande importance que les fabricants ne négligent pas d'en mettre un au fond de la boîte, ainsi qu'un autre en dessus.

En plus de protéger le fromage, ils lui donnent en même temps un cachet de propriété et de fini qui complète avantageusement l'emballage.

LE BULLETIN DE I
Grains de sa

Nous mettons les en garde contre un pré-mercant de chevaux re actuellement les se fait héberger et vo bon matin lève le pied sa carte. On nous dit est d'un blond-roux, peau de paille et hat bleue.

La meilleure mine s'épuiser. Un jour arr a plus de minéral à puits. Il n'y a alors faire. On ne peut pas l'or dans une mine po à en extraire.

Le sol, lui, ne s'épu pourvu qu'on lui rende de fertilisants les él la récolte en extrait.

Chaque ferme vau que n'importe quelle

Le sacre de Sa Gr Omer Plante, évêque Dobero et Auxiliaire donné lieu à une gr monie dans la vieille

Eczéma. "Ma fille s ma depuis près de quat féréments traitements n'avai lager," écrit Mme A. H Mich. "Elle alla de sui l'emploi du Novoro du Les résultats remarqu par l'usage de ce fameu beux sont dus à son act ganes d'assimilation et C'est le fortifiant du cor mandez pas aux drogu agents spéciaux le fourr ment du laboratoire Fahnney & Sons Co., Chi Livré exempt de douan

Hudson's

Comp

Incorporée le 2 ma LA PLUS ANCIENNE MA LE COMMERCE

FOURRURES V

A cause de notre situation dans le Commerce de Four entier, nous sommes contin sition de payer le plus hau ché. Si les prix ne sont p nous retournerons les penu dépens.

Adresses les expéditions

Hudson's Bay C 100 rue McGill, MC

Rockefeller faire de l'A

Rockefeller disait j personne travailla peut pas faire b Quand vous utilis distance pour ache dre, d'autres trava dant que vous dir

Naturellement vo plissez davantage.

Faites du téléphone votre ven-deur.

