

dies épidémiques se propagent sur une étendue considérable : ainsi les coups de soleil et les inflammations du cerveau se rencontrent plus fréquemment chez les ouvriers occupés à faucher les foin ou à moissonner les blés.

Tous ceux qui sont destinés à bêcher la terre se trouvent plus exposés aux suppressions de la transpiration, aux irritations et inflammations des poumons, de l'estomac ou des intestins ; alors aussi arrivent les fièvres dites intermittentes, principalement dans les vallons où l'air n'est pas renouvelé et rafraîchi, dans les lieux bas où les eaux stagnent, où les fumiers crouissent, où les feuilles des arbres entassées se putréfient et détruisent, dans cet état de mort et de décomposition, le bien qu'elles avaient produit lorsque, vertes et en pleine végétation, elles chargeaient l'air de leurs exhalaisons saluaires.

Le défaut de linge, la malpropreté, rendent extrêmement communes parmi les habitants des campagnes les maladies de la peau.

Indiquer la cause de la plupart des infirmités qu'ils ont à craindre, c'est leur donner le moyen de les prévenir.

La nature a multiplié dans la campagne les ressources propres à conserver la santé, telles que l'air pur, les eaux fraîches et limpides, les simples qui produisent des sucs saluaires, d'excellent laitage, etc. Mais l'ignorance et les préjugés ont introduit mille usages propres à rendre son retour plus difficile.

L'homme de la campagne est en général ennemi de la diète, qui est cependant le plus sûr moyen de guérison ; il ne comprend pas que ce n'est point ce que l'on entasse dans les intestins qui peut rétablir les forces, mais seulement ce que l'estomac peut digérer. S'il perd l'appétit il s'inquiète davantage.

Puis, si sa maladie se prolonge, si les rechutes se multiplient, il se décourage, s'ennuie des sages lenteurs d'un régime qui l'eût infailliblement rétabli, et se livre aux charlatans. Les remèdes les plus absurdes, les plus âcres, les plus incendiaires, les plus dégoutants sont reçus avec reconnaissance, pourvu qu'ils paraissent nouveaux et peu coûteux. Alors les fioles, les sachets, les baumes, etc., sont mis en usage. Il vaudrait beaucoup mieux ne rien faire du tout que de recourir à de pareils remèdes.

Lorsque les habitants des campagnes sont pris de fièvre ou de malaise, ils doivent faire diète ou au moins diminuer leurs aliments, boire de l'eau pure, que l'on rend plus légère en la transvasant souvent, ne pas s'étouffer sous des couvertures, ouvrir la fenêtre de leurs chambres, écarter la foule des parents et des commères qui viennent, par leur haleine, compromettre encore l'air malsain qu'ils respirent. Lorsque le voisinage le leur permet, qu'ils ne manquent pas d'appeler à leur secours des médecins instruits, qui tous se font un devoir de visiter et de soigner le pauvre comme le riche.

Nous terminons cet article par les avis suivants :

1<sup>o</sup> Que les habitants des campagnes s'exposent le moins possible la tête nue aux chaleurs du soleil.

2<sup>o</sup> Qu'ils aient soin de ne pas boire de l'eau de source, très-froide, lorsqu'ils se trouvent altérés par leurs travaux, mais qu'ils attendent jusqu'à ce qu'ils aient moins chaud ; l'eau mêlée d'un peu de vinaigre est une boisson salubre et qui les délassera beaucoup mieux que toute autre liqueur.

3<sup>o</sup> Que pendant une transpiration, ils évitent de se reposer dans des endroits trop frais ou sur des bancs de pierre, car cette imprudence peut leur causer de violentes coliques et même la mort.

4<sup>o</sup> Ils seront à l'abri des coups de soleil en conservant sur leur tête des chapeaux de paille larges, légers et peu coûteux.

5<sup>o</sup> Ils éviteront les hernies, les douleurs en s'abstenant de lever de trop pesants fardeaux et en diminuant leurs efforts dans le travail.

Ils ne doivent jamais, par ostentation, faire une épreuve inutile de leurs forces, comme de vouloir lever des tonneaux pleins, des charrettes, de courir de façon à perdre haleine et autres folies semblables.

6<sup>o</sup> En modérant leur travail, en continuant par l'exercice de leur corps d'entretenir la transpiration, ils éviteront les rhumes, les érysipèles, les coliques et toutes les maladies du bas-ventre auxquelles ils sont sujets et qui ont pour cause la suppression de la sueur causée par le passage subit du chaud au froid.

Surtout que le dimanche devienne pour eux le jour du Seigneur, le jour du repos, repos qui leur est si nécessaire pour retremper leur moral et chercher dans les joies et les douceurs de la famille un délassement à leurs longs et si pénibles travaux afin de pouvoir sans danger se livrer à de nouvelles fatigues.

7<sup>o</sup> Qu'ils prennent une nourriture saine et évitent de rester des journées entières sans manger, et surtout de trop boire, ce qui est pis encore.

8<sup>o</sup> Qu'après leur travail ils se lavent les mains dans de l'eau froide et les essuient avec un linge très-sec.

9<sup>o</sup> Que de temps en temps ils prennent des bains de pieds, et même de chauds bains de propreté, surtout lorsqu'ils ont le corps encrassé.

### Notions utiles.

#### Moyen de conserver longtemps le blé.

Le grain moisi, qui est aimé au point d'être impropre à aucun usage et qu'on peut à peine moudre dans cet état, recouvre ses bonnes qualités, en l'immergeant simplement dans l'eau bouillante et en l'y laissant jusqu'à ce que l'eau soit refroidie. La quantité de liquide employé doit être double de celle du grain que l'on veut purifier. On enlève les grains qui surnagent, on fait sécher les autres et on leur donne un degré d'amélioration qu'il est difficile de concevoir si l'on n'en fait pas l'essai.

Pour conserver longtemps le blé, il faut le porter au grenier avec la menue paille ; de cette manière il n'a pas besoin d'être retourné avec la pelle, et se conserve toute l'année sans contracter d'humidité et sans se rouiller ; il faut seulement avoir soin de l'apporter bien sec.

#### Moyen infaillible pour purger les greniers des insectes qui, on le sait, y font parfois éprouver de si grandes pertes aux cultivateurs.

Frottez avec des gosses d'ail la pelle à blé, ainsi que des douves de tonneaux que vous mettez dans des tas de blé, et les charançons ne reparaitront plus.

#### Manière de retirer de la récolte des faines les plus grands avantages possibles

L'huile du fruit du hêtre peut rivaliser avec celle que fournit l'olive. Pour cela, il faut user de certaines précautions pour soumettre cette amande au meilleur procédé d'extraction oléagineuse. D'abord, quand on la rapporte, il faut l'étendre dans un lieu sec et aéré et la remuer souvent avec la pelle ; séchée insensiblement et à l'ombre, elle devient meilleure que si on l'eût exposée au soleil ou mise au four ; elle fournit aussi plus d'huile. On vance ensuite pour expulser haricots. Les faines ainsi préparées sont soumises au pressoir. L'expérience a appris qu'il ne faut pas opérer le pilage quand la sève est en mouvement, ni dans les grandes chaleurs, parce qu'alors l'huile est chargée de mucilage ; d'un autre côté, si l'on fait ce travail dans un temps trop froid, il sort moins d'huile. Il est toujours même nécessaire de verser un peu d'eau sur la faine tandis qu'on la broie ; pour pouvoir réussir et tirer les écorces en pâte avec l'amande.

Le pilage terminé, si l'on veut une huile première et excellente, on met la matière froide dans des pressoirs propres à cette destina-

tion. On chauffe le résidu pour le confier ensuite à d'autres presses, ce qui fournit une huile de qualité inférieure. Ceux qui ne tiennent pas à la saveur franche ni à la transparence, placent de prime-abord toute la pâte dans la chaudière, ils obtiennent plus d'huile, mais elle est d'une odeur nauséabonde qui pourtant se corrige un peu en vieillissant. Pour faire passer ce goût plus promptement, ou met une pincée de sel dans une anglaise d'huile, on la remue bien, puis on la laisse reposer pour tirer au clair et la séparer du dépôt.

Il est bon de remarquer que les meules, les étoffes, les presses et tous les ustensiles doivent être nets, afin qu'il ne soient pas infectés de vieille crasse et ne fassent point passer leur mauvais ferment dans l'huile nouvelle.

C'est le même procédé pour l'huile de pavots. Lorsque l'huile est faite, on la laisse reposée dans des vases ou tonnes, pendant trois mois afin de la séparer de son dépôt. Si plus tard on aperçoit encore quelques impuretés, on réitère la même opération trois mois après, pour la bien purifier. Dans les temps où la qualité du fruit n'est pas parfaite ou quand la manipulation, n'est pas assez soignée, il faut laisser reposer plus longtemps, et ne faire le soutirage qu'à six mois d'intervalle.

Le propriétaire qui n'a qu'une petite quantité d'huile de faine, doit la mettre dans des cruches bien bouchées et les enterrer à sa cave. Celui qui en a beaucoup, la renfermera dans des tonnes de bois épais, pour éviter l'extravasation. Une fois que l'huile est purifiée, on se gardera de la remuer ou de la décanter, car elle se conserve mieux en restant bien bouchée et dans un repos parfait.

L'huile de faines bien choisie, exprimée avec soin et en temps convenable, peut servir aux aliments un mois après sa fabrication ; une seule année donner la même bonté que celle de l'huile d'olive ; elle se congèle comme elle ; après deux, elle lui est même supérieure. Bien logée, elle conserve sa qualité au delà de dix-huit mois ; ainsi, on peut sans crainte s'en approvisionner dans les années d'abondance, pour ne pas en être privé quand la faine ou les autres plantes oléagineuses manquent.

Nota. Il serait bien utile, sous tous les rapports, d'avoir un moyen pour dégager la faine de l'écorce qui l'enveloppe, l'huile en aurait beaucoup plus de qualité.

#### Moyen de guérir les bêtes à cornes, enflées par la pature, ou par le tréfle.

On leur fait avaler dix à douze gouttes d'ammoniac ou alcali, étendues dans une bouteille d'eau ; si, après quelques minutes, l'enflure ne diminue pas, on en fait encore prendre une demi-dose.

Si l'on manquait d'ammoniac, on prendrait de l'eau de chaux ou de la lessive de cendres

#### Moyen de conserver les abeilles pendant l'hiver.

Si l'on n'avait que des ruches bien peuplées et riches en miel, on pourrait les laisser à l'air en prenant les précautions d'usage, mais il n'en est pas de même des ruches faibles, qu'on sacrifie à l'entrée de l'hiver, faute de pouvoir les conserver. Cependant, il y a un moyen de ménager ces ruches, qui ne semblent bonnes qu'à être détruites.

Visitez vos ruches au mois de novembre, marquez celles qui n'ont plus que quelques livres de miel, étendez ensuite un drap de grosse toile devant la ruche, enlevez chaque ruche, placez-la au milieu de ce drap, dont vous releverez les quatre coins en les rapprochant, puis serrez fortement à l'aide d'une corde sur la partie supérieure de la ruche, et portez-la au grenier, où vous la suspendrez pour la préserver de l'humidité et des souris ; mais il faut que ce grenier soit obscur et éloigné de tout bruit. Laissez la ruche ainsi suspendue jusqu'au mois de février, sans vous en