

**Imperméabilise
les Empeignes**

conserve

**Le POLI-
L'ÉTANCHÉITÉ-
la RÉSISTANCE**

**POLI
À CHAUSSURES
NUGGET**

**Sommaire du rapport annuel
Chemin de fer National du Canada**

L'hon. M. R.-J. Manion, ministre des chemins de fer et canaux a déposé hier, sur la table du greffier des Communes, le rapport annuel du Chemin de fer national du Canada, le premier signé par les membres du Comité de régie, MM. Fullerton, Labelle et Morrow.

Comparés avec les revenus bruts d'exploitation en 1933 ceux de 1934 accusent, dit le rapport, une augmentation de \$16,382,759, ou de 11%. Cette augmentation signifie une réduction du déficit en liquide de \$10,547,500. "L'encouragement du public est très satisfaisant" ajoutent les régisseurs, "et nous nous attendons à une augmentation continue du trafic. Il ne faut pas oublier cependant que les revenus en 1934 furent de \$91,000,000, ou de \$1,750,000, par semaine inférieurs à la moyenne de revenus durant la période de dix ans allant de 1923 à 1932 et bien qu'il y ait eu progrès en 1934 c'est encore le faible volume de trafic qui est notre plus sérieux problème de transport. L'augmentation de 11% dans les revenus bruts du Canadien National se compare à une augmentation moyenne de 5.7% accusée par les réseaux américains de première classe.

Voici le résultat de l'exploitation durant l'année 1934:

Revenus bruts.....	\$164,902,501.
Frais d'exploitation.....	151,936,078.

Revenu net.....\$ 12,966,423.

Les taxes et les loyers et les autres déboursés en argent s'élèvent à \$5,562,577 et l'intérêt sur la dette fondée due au public s'élève à \$55,811,745. Provision faite pour ces frais et autres débits le Réseau a accusé un déficit en liquide, pour l'année, de \$48,407,900., une amélioration de \$10,547,488.

Nous regrettons vivement ne pouvoir consacrer plus d'espace dans ce numéro à l'étude de ce rapport très intéressant, où nous voyons, non sans plaisir, que l'ère des déficits semble chose du passé. Nous ne pouvons cependant taire les activités du Service de colonisation du réseau ferroviaire de l'État, lequel de concert avec les gouvernements provinciaux a contribué à l'établissement de 2,963 familles d'agriculteurs sur 335,126 acres de terre.

Bon nombre des familles ainsi rétablies sur des lots de colonisation proviennent des centres urbains, où ces gens avaient tenté faire fortune, nos municipalités de ville sont de ce fait soulagées d'autant de personnes qui vivaient aux frais de l'État sans rien produire.

D'un mardi à l'autre

Pour la première fois dans l'histoire, le Pape adressera la parole au monde entier, au moyen de la radio, lorsque du haut de son balcon il bénira l'univers le jour de Pâques au matin, 21 avril.

"Une nouvelle guerre" a déclaré Sa Sainteté Pie XI, au consistoire tenu pour approuver la canonisation des bienheureux Jean Fisher et Thomas Morus d'Angleterre, serait un crime horrible et une folle manifestation de colère. Cependant les pays européens ne parlent que renforcer les forces navales et de terre; on mobilise les troupes de part et d'autre. Une conférence pour la paix serait prochainement tenue en Angleterre où tous les pays de l'Europe seraient convoqués. Cela, avec les sages avis du Très Saint Père, mettra peut-être un terme à la folie des armements.

Des démarches auraient été faites par l'hon. M. Adélard Godbout auprès de la Commission fédérale des Marchés pour que la province de Québec soit comprise dans le plan de mise en vente des pommes de terre.

Deux médecins nommés par le gouvernement provincial procéderont dès maintenant à l'examen des membres des familles acceptées par la Société diocésaine de colonisation pour aller s'établir sur des terres neuves. 75 enquêtes avaient été complétées à la fin de la semaine dernière dans la ville de Québec.

M. Jean-Charles Magnan, B.S.A., directeur des cercles de Jeunes Agriculteurs a répété devant un auditoire invité par Les Prévoyants du Canada, la conférence qu'il a donnée récemment à Sainte-Anne de la Pocatière sur son voyage dans les Antilles au cours de l'hiver dernier.

L'Académie Française, vient d'accorder à la Révérende Sœur St-Valérien, supérieure générale de la Congrégation de Notre-Dame, la médaille d'or de l'Académie, pour les services rendus à la langue française par sa communauté.

Le sous-ministre des finances, M. le Dr. W. C. Clark a soumis au comité parlementaire d'Ottawa, la semaine dernière un programme en vertu duquel une somme de \$50,000,000 serait affectée à la construction de bons logements. On estime que ce vaste plan de construction d'habitations salubres absorberait un grand nombre de chômeurs.

Une nouvelle tragédie s'est déroulée à la mine Tétreault à Montauban. Deux employés ont été ensevelis sous un éboulement de pierre. Les victimes sont M. Opésime Thibault de St-Rémi du Lac au Sable et M. Alexandre Parent de St-Ubalde. Le premier a été écrasé à mort; le second transporté à l'Hôtel-Dieu de Québec est sous les soins de médecins qui espèrent encore le sauver en dépit de la gravité des blessures que M. Parent s'est infligées.

Timbres du jubilé. A l'occasion du jubilé du Roi George V, le Canada, comme tous les autres pays de l'Empire, émettra une série spéciale de timbres-poste. Il y aura un timbre vert (un sou) à l'effigie de la petite princesse Elizabeth, un brun de deux sous à celle du duc d'York, un rouge de trois sous à celle de Leurs Majestés le Roi et la Reine, un bleu de cinq sous à celle du prince de Galles, un vert de dix sous représentant le château de Windsor; un bleu de treize sous illustrant le yacht royal "Britannia".

SECTION FEMININE

Où en sommes-nous au sujet du cancer

La question du cancer est plus que jamais à l'ordre du jour.

Rien à cela d'étonnant. Le nombre des victimes qui succombent à cette affection devient d'année en année véritablement effarant.

On a connu le cancer dès la plus haute antiquité, et nul doute qu'on en ait de tout temps cherché la cure.

L'insuccès à peu près constant des premières thérapeutiques a permis l'établissement de la vieille légende qui veut que tout cancer soit incurable. Nous sommes à l'heure actuelle en mesure d'affirmer que cette affection, sous certaines conditions, peut être parfaitement guérie et, même, que le nombre des guérisons serait considérablement augmenté si le diagnostic précoce de l'affection était toujours réalisé.

S'il est vrai de dire que pas plus que nos prédécesseurs nous ne connaissons les causes déterminantes du cancer, il convient d'ajouter que nos moyens de le combattre se sont singulièrement multipliés. Procédés opératoires de plus en plus minutieux, opérations pratiquées de bonne heure et largement comprises, usage surabondant des propriétés destructives du radium et des rayons X, voilà tout un arsenal largement ouvert au médecin pour entreprendre une lutte pour laquelle toutes les chances ne sont pas comme autrefois du côté de la maladie. Mais pour que cette lutte soit une victoire, il faut un certain nombre de circonstances dont il est malheureusement difficile de réaliser un ensemble complet.

Diagnostic précoce avec contrôle de laboratoire, intervention chirurgicale immédiate et largement pratiquée, application éclairée, selon le cas, de radium ou de rayons X, persistance dans le traitement et surveillance soutenue du malade en vue de récidive possible, voilà quelles sont les conditions d'une cure du cancer.

Cette thérapeutique a d'autant plus de chances de réussir qu'elle sera l'œuvre de spécialistes avertis et préparés de longue main.

Le nombre de ces compétences est actuellement à la hauteur de la tâche.

Ce qu'il faut c'est de les aider en leur fournissant, aussi largement que possible, les moyens de recherche et le matériel coûteux, mais indispensable, des thérapeutiques les plus récentes.

On l'a compris en haut lieu. A l'exemple de notre roi bien-aimé, son représentant chez nous, avec la collaboration de sa gracieuse compagne, a fait le geste qu'on attendait sous les circonstances.

C'est à nous tous qu'il appartient d'y répondre avec toute la générosité que l'on retrouve en ce pays dès qu'il s'agit d'humanité et de progrès.

T. PARIZEAU,
Doyen de la Faculté de médecine
de l'Université de Montréal.

GRATIS

Montres, Aluminium, Coutellerie, Coton, Violon, Accordéon, plusieurs autres cadeaux, donnés gratuitement aux personnes qui vendront 200 ou 100 ou 50 paquets de graines, à 6 cts chacun.

Demandez aujourd'hui les graines et le Catalogue

ALLEN NOUVEAUTÉS, St-Zacharie, Qué.

Ottawa fera frapper une pièce d'un dollar en argent portant l'effigie du roi Georges V, au revers on voit le dessin d'un canot indien doublant une île

L'hygiène de l'alimentation

La mauvaise digestion est responsable des trois quarts des maladies dont souffre l'humanité.

On mange trop; on mange trop vite; on mange trop d'aliments différents au même repas. Le résultat, c'est que l'appareil digestif, astreint à une tâche trop lourde, fonctionne mal; et l'organisme entier dépérit.

Pour revenir à une méthode plus rationnelle d'alimentation, il faut: prendre presque complètement la viande et y substituer le poisson, les œufs, le fromage, le lait, le beurre, la crème, les céréales, les légumes; manger à des heures régulières, sans satisfaire tous les caprices de l'appétit; bien mastiquer les aliments et éviter de boire pendant que la première phase de la digestion s'accomplit dans la bouche; se borner à quelques mets seulement au même repas.

Il est important de se rappeler que certains aliments, de digestion facile en eux-mêmes, deviennent absolument indigestes lorsqu'on les mélanges avec d'autres aliments. Voici, à ce sujet, des conseils généraux qu'il est bon de connaître:—

Il faut éviter de manger, au même repas: du lait avec des légumes, avec des fruits acides ou avec du sucre; des œufs ou des matières grasses avec des amandes ou des noix; des céréales ou des féculents avec des fruits acides; des fruits doux avec des fruits acides.

Par contre, les mélanges les plus rationnels sont les suivants: le lait avec l'un ou l'autre des aliments suivants: les œufs, les céréales, les graisses, les fruits doux; les œufs avec soit le lait, les fruits doux, les légumes, les graisses, les céréales, voire même les fruits acides ou le sucre; les graisses c'est-à-dire, le beurre, la crème, les huiles, avec les céréales ou les légumes, puis aussi avec le lait, les fruits doux, le sucre et les fruits de toutes sortes; les céréales avec le lait, les graisses, les œufs, les légumes et les fruits doux ou le sucre; les légumes, c'est-à-dire les salades, épinards, pois, carottes, panais, avec les graisses d'abord, ou encore avec les œufs, les céréales, les fruits doux; les fruits acides avec les graisses, les œufs ou le sucre; fruits doux avec les œufs, le lait, les graisses, les céréales, les légumes ou le sucre; enfin, le sucre ou ses dérivés avec les œufs, les graisses, les céréales et les fruits.

Il va sans dire que la nomenclature ci-dessus n'a pas la prétention de donner le dernier mot sur tous les mélanges désirables ou indésirables. On y trouvera quand même de très précieuses indications.

Voici d'autres conseils à l'usage de ceux qui veulent améliorer leur digestion et assurer à leur organisme le maximum possible d'assimilation:

S'abstenir complètement d'alcool, de liqueurs, de café, de thé, de remèdes et de tabac.

Recourir à une alimentation composée de lait, d'œufs, de légumes et fruits doux, en ayant soin, lorsqu'il y a acidité excessive de l'estomac, d'éviter l'usage des céréales, du pain blanc, des sucreries, des viandes.

Faire cuire les légumes dans leur jus pour ne pas perdre les sels minéraux qu'ils contiennent.

plantée de deux épinettes, un voyageur à l'arrière et un indien à l'avant. La distribution du nouveau dollar se fera par la Banque du Canada par l'entremise de ses propres agences et des banques à charte du Canada.

LE SACRÉ

Publication autorisée par la Bonne Presse
Prendre un abonnement à...

Pourtant, il pousse un cri:—
—Lucien!
A quoi un autre cri-fait écho:—
—Jean!
— tombent aux bras l'un de l'autre.
— Lucien, ils pleurent de joie sous le regard impénétrable de l'abbé Cim.
Et quand, longuement, ils se regardent, ils se disent:—
—amende honorable et que C. arraché à Rosel la promesse qu'il lui, il était guéri et bien guéri. C. rongea son cœur, ils se mettaient à soulagés, légers, envisageant la première fois depuis longtemps main avec une sérénité délicieuse.
—Le *Benedicite*, mes enfants, savez-vous, Lucien?
—Lucien, tout fier, répond:—
—Oui, je le sais. Mlle Andrieu me l'a appris là-bas, à Blédhine.
—André! là-bas? demande Lucien.
—Elle est donc partie?
—Ah! oui, c'est vrai, tu ne l'as pas vu?
—Il va falloir que je t'explique.
—Pendant que la vieille servante apportait le potage, se demandant tout cela veut dire, quels sont les gens un peu exaltés que l'abbé Cim.
—Jean revenu. Pardonné, suite France si peux. Fiançailles, retour. Amitiés.
—FRA

Andrée pousse un cri de joie et le télégramme brandi à bout de bras court en dansant jusqu'à la porte. Devant les Sœurs réunies pour commodage, elle va, vient, transfigure.
—Vite, vite, mes Sœurs, mes Sœurs! Je pars, je pars tout de suite. Regardez ce qui m'arrive.
—N'était sa joie, les Braves seraient terrorisées. L'une appelle l'autre, elle lit la dépêche et se la montre. Les plus pressées déchiffrent l'épaulé de leur voisine. Les autres s'éclairent. C'est un concert de clameurs.
—Oh! que nous sommes heureuses! Le bon Dieu vous a exaucés, vous êtes sûres! Vous le méritez, vous le méritez!
—Il vous faut partir sans regret pour nous, car peut-être vous reverrons plus, petite Andrée, nous allons être si contents de vous.
—Nous vivrons chaque minute que vous vivrez.
—J'en suis bien touchée.

FATIGUEE et IRRITÉE

VOUS êtes-vous jamais sentie nerveuse? travail de l'esprit est-il un fardeau pour vous? Prenez le *Composé Végétal* de E. L. Wood. Mme M. de Wood B., dit:—
faible et épuisée. Une voisine m'a fait porter votre *Composé Végétal*. Je n'ai fait tant de bien que je n'aurais pu le faire maintenant au retour de l'étranger. Achetez-en une bouteille maintenant. C'est peut-être exactement le remède qu'il VOUS faut.

Essayez le **COMPOSÉ VÉGÉTAL** de E. L. Wood.

VIEIL OR, VIEUX BIEN

Jones, Bagues, dents en or, pièces d'or, lingots, etc. Le plus haut prix payé. Le once pour 9 karats, \$5.00 pour 10 karats. Envoyez votre paquet par mail. Argent retourné de suite. Si vous n'acceptez pas le prix payé, votre argent sera retourné, maille payée. **LA RAFFINE** Canadienne-Française. L'EST. 74 rue St-Joseph. App.