

Technical and Bibliographic Notes / Notes techniques et bibliographiques

Canadiana.org has attempted to obtain the best copy available for scanning. Features of this copy which may be bibliographically unique, which may alter any of the images in the reproduction, or which may significantly change the usual method of scanning are checked below.

Canadiana.org a numérisé le meilleur exemplaire qu'il lui a été possible de se procurer. Les détails de cet exemplaire qui sont peut-être uniques du point de vue bibliographique, qui peuvent modifier une image reproduite, ou qui peuvent exiger une modification dans la méthode normale de numérisation sont indiqués ci-dessous.

- Coloured covers /
Couverture de couleur
- Covers damaged /
Couverture endommagée
- Covers restored and/or laminated /
Couverture restaurée et/ou pelliculée
- Cover title missing /
Le titre de couverture manque
- Coloured maps /
Cartes géographiques en couleur
- Coloured ink (i.e. other than blue or black) /
Encre de couleur (i.e. autre que bleue ou noire)
- Coloured plates and/or illustrations /
Planches et/ou illustrations en couleur
- Bound with other material /
Relié avec d'autres documents
- Only edition available /
Seule édition disponible
- Tight binding may cause shadows or distortion
along interior margin / La reliure serrée peut
causer de l'ombre ou de la distorsion le long de la
marge intérieure.

- Coloured pages / Pages de couleur
- Pages damaged / Pages endommagées
- Pages restored and/or laminated /
Pages restaurées et/ou pelliculées
- Pages discoloured, stained or foxed/
Pages décolorées, tachetées ou piquées
- Pages detached / Pages détachées
- Showthrough / Transparence
- Quality of print varies /
Qualité inégale de l'impression
- Includes supplementary materials /
Comprend du matériel supplémentaire
- Blank leaves added during restorations may
appear within the text. Whenever possible, these
have been omitted from scanning / Il se peut que
certaines pages blanches ajoutées lors d'une
restauration apparaissent dans le texte, mais,
lorsque cela était possible, ces pages n'ont pas
été numérisées.

Additional comments /
Commentaires supplémentaires:

Pagination continue.

JOURNAL D'Hygiène Populaire

ORGANE OFFICIEL
DU
CONSEIL PROVINCIAL D'HYGIENE
ET DE LA
SOCIETE D'HYGIENE DE LA PROVINCE DE QUEBEC

Redacteur en chef: **Dr J.-I. DESROCHES.**

CONSEIL PROVINCIAL D'HYGIENE

E. PERSILLIER-LACHAPELLE, M. D, président,	Montréal.
R.-F. RINFRET, M. D,	Québec.
H.-R. GRAY, L. P,	Montréal.
C.-E. LEMIEUX, M. D,	Québec.
J.-B. GARNEAU, M. D,	Sainte-Anne de la Pérade.
R.-L. MACDONNELL, M. D,	Montréal.
L'honorable A.-H. PAQUET, M. D,	Saint-Cuthbert.
ELZÉAR PELLETIER, M. D, secrétaire,	Montréal.
J.-A. BEAUDRY, M. D, inspecteur-médical,	Montréal.

BUREAU DE LA SOCIÉTÉ D'HYGIÈNE

Président: M. J.-L. Archambault.—Vice-Présidents: MM. C.-A. Pihier et J.-L.-V. Cléroux.—Secrétaire-Général: M. J.-I. Desroches.—Trésorier: J.-Z. Resther.—Membres du Conseil d'Administration: MM. J.-W. Mount, N. Fafard, A.-A. Foucher, H.-R. Gray, C.-N. Barry, S. Lachance, E. Vanier, Ls Laberge.

Tout ce qui concerne la rédaction et l'administration du journal doit être adressé au

Dr J.-I. DESROCHES, No 76, rue Saint-Gabriel, en Boite 2027, P.O., Montreal.

REVUE MENSUELLE

Prix de l'abonnement: \$1.50 par année, payable d'avance.

Ce Journal est adressé gratuitement à MM. les Curés et aux Conseils Municipaux de cette Province.

IMPRIMERIE W. F. DANIEL, Coin des rues St-Gabriel et Ste-Thérèse.

COLLABORATEURS

MM. les Docteurs A.-T. Brosseau, W.-H. Hingston, J.-A. Laramée, A.-B. La-Rocque, H.-E. Desrosiers, A. Lamarche, L. Laberge, S. Duval, J.-E. Berthelot, S. Lachapelle, A. Piché, G. Archambault, F.-C.-T. Lamoureux, J.-A. Le Blanc, J.-D. Gauthier, A. Laporte, H. Jeannotte, J.-E. Tremblay, J. Pelletier, A.-J.-B. Rolland ; M. L.-H. Archambault, avocat ; MM. F.-B. La Vallée et J. Haynes, ingénieurs civils, de Montréal. M. le docteur Ed. Gauvreau, de Québec. M. le docteur M. J. Palardy, de Saint-Hugues. M. le docteur A.-F. Brisson, de Laprairie.

DE FRANCE : MM. les docteurs C. Degoix, F. Brémond, Jos. de Pietra Santa, de Paris ; M. le docteur Lavrand, de Lille ; M. Wagner, architecte, de Grenoble.

D'ESPAGNE : MM. les docteurs Tolosa Latour, Don Benito Aviles de Madrid ; MM. les docteurs G. Gélabert, Pedro Garcia Faria, Viara Y Carreras, de Barcelone ; Don E. Estada, ingénieur, de Palma ; Don Manuel de Lujan y Garcia, Capitain de ingénieur, de Guadalajara.

D'ITALIE : MM. les docteurs S. Zinno, Magotta, Alfonso Montefusco, Bifulcor H. Caro, Luigi Maramaldi, de Naples ; M. le docteur G. Galli, de Plaisance, M. le docteur G Bardaloni de Fano ; M. le docteur Carlo Giorgiéri, de Florence ;

DE TURQUIE : MM. les docteurs D. Péchédimaldji, D. Utudjian, Violi, le colonel Bonkowski Bey, chimiste, de Constantinople.

DU GRAND-DUCHÉ DE FINLANDE : M. le docteur A. Palmberg, de Bor-ga ; M. le docteur Asp, de Helsingfors.

DE HONGRIE : M. le docteur Joseph Korosi, de Budapesth.

DE ROUMANIE : M. le docteur J. Félix, de Bucharest.

D'IRLANDE : M. le Dr A. Harkin, de Belfast.

DE SUISSE : M. le docteur W. Schulthess, de Zurich.

DE GRECE : M. le docteur Zinnis, d'Athènes.

D'AFRIQUE : M. le docteur E.-L. Bertherand, d'Alger.

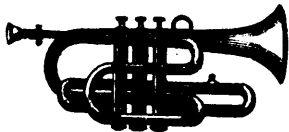
Notre Correspondant en Europe est M. A. HAMON, 132, Avenue de Clichy, Paris.

A. AUGER

33, RUE ST-JEAN, 33

FACTEUR ET RÉPARATEUR

D'Instruments de Musique



Cornets, Clarinettes, etc.

constamment en main un grand assortiment d'appareils et fournitures de musique tels que

RESSORTS,
EMBOUCHURES,
CAPS et CHAPEAUX de Pistons,
CLEFS,
LIÈGES, Etc., Etc.

Doreur et argenteur : chaînes, breloques, montres, etc.

Instrumente d'occasion achetés et échangés.

A. HURTEAU & Frere

MARCHANDS DÉ

Bois de Sciage

92 RUE SANGUINET

MONTREAL.

CLOS :

Coin des rues SANGUINET et DORCHESTER

Bell Telephone, No 6243.

Federal Telephone, No 1647.

Bassin WELLINGTON, en face des Bureaux
du Grand Tronc.

Bell Telephone, No 1404.

JOURNAL D'HYGIÈNE POPULAIRE

VOL. VI.

MONTREAL, AOUT 1889.

No 4.

SOMMAIRE

Lettres aux Médecins de la province de Québec, avec un blanc de rapport concernant les maladies contagieuses.—Lettres aux Secrétaires-Trésoriers de toutes les municipalités, avec un blanc de rapport sanitaire pour chacune d'elles.—Chronique de l'hygiène en Europe.—Par monts et par vaux.—Catéchisme d'hygiène privée.—Le sommeil.—Le filtre Maignen.—Le petit Médecin des Familles —De l'emploi des tuyaux en plomb pour la conduite des eaux alimentaires.

BULLETIN DU CONSEIL PROVINCIAL D'HYGIÈNE

—:0:—

Monsieur le Docteur,

Mr le Secrétaire-Trésorier de votre Municipalité est chargé de vous remettre, avec la présente, un Cahier qui vous est spécialement destiné. Ce cahier contient certaines questions concernant les " Maladies contagieuses " ; il forme la suite (Art. 11) du Rapport Sanitaire dont la première partie est entre les mains du Secrétaire-Trésorier.

Ces questions, auxquelles vous êtes invité à répondre (dans l'espace laissé en blanc après chacune d'elles), touchent des points d'hygiène sur lesquels il importe beaucoup, au Conseil Provincial, d'être renseigné aussi exactement que possible.

En vous adressant ce Cahier-Questionnaire, comme à la personne la plus compétente pour donner tous les renseignements en cette matière, ce Bureau sollicite votre bienveillante participation, dans ses recherches sur l'état sanitaire actuel de cette Province.

Cette participation, M. le Docteur, vous fournira l'heureuse occasion de faire bénéficier l'Hygiène publique de toutes les suggestions, remarques et observations que l'expérience pourra vous inspirer ; car, par position et par état, vous êtes en mesure, plus que personne, de juger et d'apprécier les besoins sanitaires de votre localité.

Ce sera donc toujours avec plaisir et reconnaissance que le Conseil Provincial recevra, de votre part, toutes communications propres à l'éclairer et à l'aider dans l'accomplissement de la tâche qui lui incombe : *la vulgarisation des connaissances pratiques de l'Hygiène parmi notre population, et l'application des moyens propres à protéger la santé et la vie.* Dans ce travail si utile et si important, le Conseil Provincial est sûr d'avance de votre intelligent concours et de votre généreux appui.

Si vous êtes le médecin pratiquant d'une ou de plusieurs Municipalités avoisinantes (où ne réside aucun confrère praticien), vous recevrez alors du Secrétaire-Trésorier de chacune d'elles, autant de Cahiers Questionnaires, que vous voudrez bien remplir, en indiquant sur chacun le nom respectif de la Municipalité dont il co. tient le rapport.

Le ou vers le 28 septembre prochain, vous voudrez bien remettre au Secrétaire-Trésorier votre Cahier portant votre nom et qualité. Si vous avez reçu plusieurs

Cahiers, vous voudrez bien les signer et les remettre à chaque Secrétaire-Trésorier qui vous les aura transmis.

Persuadé d'avance, Monsieur le Docteur, que vous vous rendrez au désir du Conseil Provincial d'Hygiène, en vous associant à son œuvre et en lui prêtant l'aide qu'il attend de votre obligeance et de votre amour pour le bien être de la société, je vous prie d'agréer l'hommage de ma parfaite considération.

ELZÉAR PELLETIER,

Secrétaire.

RAPPORT SANITAIRE

ART. 11.—MALADIES CONTAGIEUSES.

1. Dans quel temps de l'année y a-t-il eu le plus de maladies contagieuses dans votre localité ?
2. Laquelle des maladies suivantes : variole (picote), diphtérie, scarlatine, fièvre typhoïde, a dominé le plus dans votre localité ?
3. Ces maladies contagieuses paraissent-elles avoir été apportées dans votre localité par des étrangers ou des visiteurs ?
4. Combien de fois depuis 18 mois, y a-t-il eu épidémie de ces maladies, et lesquelles de ces maladies ont été ainsi épidémiques ?
5. Y a-t-il, dans votre localité, un ou des endroits où ces maladies contagieuses apparaissent de préférence ?
6. Si oui, dites où sont situés ces endroits, et quelles sont les maladies qui paraissent y dominer.
7. Veuillez donner, si vous les connaissez, les causes qui peuvent expliquer la provenance des maladies contagieuses dans votre localité.
8. Veuillez donner, si vous les connaissez, les causes qui peuvent expliquer la propagation des maladies contagieuses dans votre localité.
9. Pourriez-vous dire si ces maladies contagieuses, quelles qu'elles soient, paraissent avoir suivi une marche, une direction quelconque dans votre région ?
10. Combien de temps les différentes épidémies que vous avez observées depuis les derniers 18 mois, ont-elles duré en moyenne ?
11. Quelle a été la durée moyenne pour chaque maladie ?
12. La vaccination est-elle en vigueur ?
13. Combien y en a-t-il qui soient vaccinés sur le total de la population ?
14. D'après votre expérience et vos observations, avez-vous remarqué que certaines maladies étaient plus fréquentes aujourd'hui qu'autrefois, et d'autres moins fréquentes ? Dites quelles sont ces maladies.
15. Dites tout ce que vous pouvez avoir remarqué au sujet des maladies contagieuses, et qui ne soit pas mentionné dans cet article.
16. Veuillez faire les remarques et les suggestions que vous croyez utiles dans l'intérêt de la santé publique de votre localité.

Monsieur le Secrétaire-Trésorier,

Parmi les nombreux devoirs qui incombent au Conseil Provincial d'Hygiène, l'un des plus importants est, sans contredit, celui de se bien renseigner, de temps à autre, sur l'état sanitaire de cette Province. Aussi la Loi (51-52 Vict. Ch. 47, Sec. 5.) lui donne-t-elle, en même temps que le droit, le pouvoir de prendre tous les moyens convenables pour avoir ces renseignements si utiles dans l'intérêt de la santé publique.

C'est dans ce but que le Conseil Provincial d'Hygiène a résolu de s'adresser directement à tous les Conseils Municipaux, pour obtenir de chacun d'eux toutes les informations qui sont de nature à le renseigner, et dont l'ensemble lui fournira un aperçu général et complet de la situation topographique et hygiénique de cette Province.

Mais un travail aussi important exigerait un temps trop considérable, et présenterait bien des difficultés s'il devait être fait par le Conseil lui-même. C'est pourquoi, le Conseil a cru nécessaire d'en confier l'exécution à des collaborateurs intelligents. Sous les circonstances, il ne croit pas mieux faire que de s'adresser au Secrétaire-Trésorier de chaque Municipalité.

En effet, la position que vous occupez dans la Municipalité, la connaissance intime que vous avez des individus, des familles et des lieux, les relations d'affaires que vous entretenez constamment avec tout le monde, vous mettent plus en état que tout autre de donner toutes les informations dont ce Conseil a besoin.

Comptant donc sur votre bienveillant concours dans l'accomplissement d'une œuvre aussi patriotique qu'humanitaire, le Conseil a préparé lui-même par série, et d'une manière aussi pratique que possible, tous les sujets sur lesquels il a particulièrement besoin d'être renseigné. Pour vous épargner le plus de travail possible, toutes les questions sont faites de telle sorte que vous pouvez répondre à chacune d'elles en très peu de mots, et sans faire trop de recherches.

Dans le Cahier-Questionnaire qui vous est adressé, vous êtes prié d'écrire le renseignement demandé dans l'espace laissé en blanc après chaque question. Veuillez remarquer, Monsieur le Secrétaire-Trésorier, que le Conseil ne veut nullement vous imposer l'obligation d'une réponse exacte à toutes les questions qui vous sont faites, mais il en désire une aussi fidèle que possible, et au meilleur de votre connaissance. Toutefois, s'il y a des questions auxquelles vous ne pouvez pas répondre, soit parce que le sujet ne s'applique pas à votre localité, soit parce que vous n'avez pas les renseignements requis, vous laisserez les réponses en blanc. Dans ce dernier cas cependant, vous voudrez bien chercher à vous renseigner auprès de Mr le Curé, ou de Mr le Ministre, ou de Messieurs les Médecins.

Quant à ce qui a spécialement rapport à l'hygiène publique, Art. 10, vous voudrez bien, s'il y a un Bureau Local d'Hygiène et si vous n'en faites pas partie, transmettre votre Cahier au Secrétaire de ce Bureau d'Hygiène, pour qu'il puisse répondre lui-même à ces questions. Toutefois, comme Secrétaire du Conseil Municipal, vous pourriez répondre vous-même aux questions 10, 25, 26, et 29 de l'Article 10.

Vous recevrez, en même temps que le Cahier-Questionnaire qui vous est destiné, trois autres Cahiers spécialement rédigés pour les Médecins de votre Municipalité. Vous voudrez bien faire remise d'un exemplaire à chacun d'eux. Chaque Médecin est prié de vous remettre ce Cahier, une fois qu'il l'aura rempli, afin que vous ne fassiez qu'un seul envoi, à ce Bureau, de tous les documents concernant votre Municipalité.

Dans le cas où vous auriez reçu plus de Cahiers qu'il y a de Médecins résidents, vous voudrez bien renvoyer le surplus en même temps que les documents. Au contraire, si vous n'avez pas le nombre suffisant, vous voudrez bien en informer ce Bureau, qui se fera un plaisir d'y pourvoir immédiatement. S'il n'y a pas de

Médecin dans votre Municipalité, vous voudrez bien faire parvenir un Cahier à chaque Médecin qui vient y traiter habituellement.

Ce Bureau vous accorde un mois pour vous permettre de recueillir toutes les informations demandées. Au 30 Septembre prochain, vous voudrez bien mettre sous la bande ci-incluse, toute préparée, adressée et estampillée d'avance, et votre Cahier portant votre signature, et celui ou ceux des Médecins, et expédier le tout par la malle.

Enfin, le Conseil Provincial ne doute pas que, comprenant toute l'importance et la nécessité du service que vous êtes appelé à rendre dans l'intérêt public, vous vous fassiez un devoir et un plaisir d'exécuter ce travail, qu'il sollicite de votre bonne volonté.

Veuillez agréer, Monsieur le Secrétaire, l'hommage de ma considération.

ELZÉAR PELLETIER,

Secrétaire.

ART. 1. — SITUATION ET TOPOGRAPHIE

1. Y a-t-il, dans ou sur les limites de votre municipalité, des montagnes ou des coteaux ? Si oui, dites leur hauteur et leur étendue approximativement.

2. Y a-t-il, dans ou sur les limites de votre Municipalité, des forêts ou de grands bois ? Si oui, dites leur étendue et l'espèce de bois qui y domine.

3. Y a-t-il, dans ou sur les limites de votre Municipalité, des lacs ou des étangs ? Si oui, dites-en la profondeur et la direction par rapport au village. Dites si les étangs sont situés dans des carrières. Dites si l'eau de ces lacs ou de ces étangs est courante et potable.

4. Y a-t-il, dans ou sur les limites de votre Municipalité, des rivières ou des cours d'eau de quelqu'importance ? Si oui, dites-en la direction, la largeur et la profondeur moyenne. Dites si l'eau y est bien courante, si l'eau en est potable, claire ou boueuse (si elle est boueuse, dites pour quelle raison). Dites si les bords de cette rivière ou de ce cours d'eau sont bas ou élevés.

5. Ces rivières ou cours d'eau traversent-ils la ville ou le village ? Si non, passent-ils bien près ? A quelle distance ?

6. Les eaux de ces rivières ou cours d'eau charrient-elles des débris ou des matières quelconques ? Si oui, dites de quelle espèce sont ces débris, ces matières. Dites si ces débris ou matières sont déposés sur les bords.

7. Ces rivières ou cours d'eau viennent-ils souvent à sec, et dans quel temps de l'année viennent-ils à sec ?

8. Leurs hautes eaux se répandent-elles au loin sur une grande étendue, et quelle étendue couvrent-elles ?

9. Y a-t-il des digues ou des *dames* sur le parcours de ces rivières ou cours d'eau, et combien y en a-t-il ?

10. Y a-t-il, dans ou sur les limites de votre Municipalité, des marais, des terres-basses ou des bas-fonds ? Si oui, dites-en l'étendue et la situation dans la localité.

11. Y a-t-il toujours dans ces endroits de l'eau stagnante et croupissante ?

12. Lorsqu'ils se dessèchent, restent-ils cependant toujours humides dans les parties basses ? S'en échappe-t-il quelquefois des mauvaises odeurs ?

13. Quelle est la nature du sol en général ? Est-il sablonneux, argileux, rocailleux ? En creusant la terre, trouve-t-on le tuf ou le roc à une grande profondeur ?

14. Le terrain est-il généralement plat et uni ou bien est-il accidenté, inégal, montagneux, et coupé par des ruisseaux ou des ravins ?

15. Y a-t-il des carrières de pierre, de marbre ou autres dans votre localité ?

16. Combien y a-t-il de ponts publics dans votre municipalité ?

ART. 2. — HABITATIONS.

1. Combien y a-t-il de maisons à peu près dans la Municipalité, et combien, sur ce nombre, forment le village ?

2. Combien à peu près sont inoccupées ?

3. Combien de rues y a-t-il ?

4. Quelle est la longueur totale des rues mises bout à bout ?

5. Quelle est la largeur moyenne des rues ?

6. Y a-t-il beaucoup de plantations d'arbres ?

7. Les maisons sont-elles en général assez spacieuses ?

8. Y a-t-il des maisons trop encombrées par le grand nombre des occupants ? Combien de ces maisons y a-t-il ?

9. Quelle est la population approximative de votre municipalité ? Si votre municipalité est composée d'un village et d'une campagne, donnez séparément la population du village et de la campagne.

10. Les maisons, dans la ville ou dans le village, sont-elles généralement isolées les unes des autres ou bien se touchent-elles en bloc ?

11. Toutes les maisons ont-elles des caves ?

12. Quelle hauteur ont les caves en moyenne ?

13. Les caves sont-elles humides généralement ?

14. Y a-t-il des maisons dans les caves desquelles se trouvent des sources d'eau, ou des puits ? Combien ?

15. Y a-t-il des maisons dans les caves desquelles il y ait des fosses-d'aisances fixes (des trous dans le sol) ? Combien ?

16. Y a-t-il des maisons dans les caves desquelles se trouvent des puisards à eaux sales ? Combien ?

17. Se sert-on du gaz ou de l'huile de charbon pour l'éclairage dans les maisons ?

18. Quels sont les principaux défauts que vous remarquez dans les maisons de votre municipalité, au point de vue sanitaire ?

(A continuer)

CHRONIQUE DE L'HYGIENE EN EUROPE

Alimentation des soldats et prisonniers.—Alcoolisme d'un enfant.—Qualités de l'eau potable.—Acide acétique comme antiseptique.—Falsifications des pâtes alimentaires.—Les égouts.—Service sanitaire de Barcelone.—Suicide.—Le lait à Paris.—Purification des fleuves.—Gaz de naphthaline.—Variole et vaccination.—Assainissement des villes et utilisation des eaux d'égout.—Étuve à désinfection.—L'Hygiène en Allemagne.—Chauffage des voitures au charbon.—Drainage des maisons.—Des filtres.—Empoisonnement par de vieux poissons.—Mortalité en 1888 dans les principales villes.

Le Dr Herpain publie, dans le *Mouvement hygiénique*, une étude fort intéressante sur l'alimentation des soldats et des prisonniers. Il conclut : 1. Que les graines des légumineuses constituent un aliment fort inférieur à la viande de boucherie ; 2. Qu'elles sont cependant riches en albuminoïde végétale, emprisonnée dans des cellules en partie réfractaires aux sucs de l'estomac et de l'intestin ; 3. Que les préparations culinaires de ces légumineuses sont de digestion longue et laborieuse ; 4. Que, mélangées à des aliments azotés du règne animal, elles nuisent à leur dissociation et à leur assimilation ; 5. Que, au contraire, combinées, en proportions définies, à des aliments féculents, et surtout aux pommes de terre, elles facilitent l'assimilation d'une quantité importante d'amidon, qui était rejetée avant cette addition.

Relativement au pain, le Dr Herpain dit, que pour les militaires et les détenus on doit donner la préférence au pain de froment bluté au vingtième. Le son qu'il renferme suffit pour lui conserver des qualités laxatives, et pour ne pas le dépouiller de traces de diastase et d'un autre principe (céréaline), doués de la

propriété de rendre soluble l'amidon hydraté, et de faciliter les réactions digestives.

* * Le Dr H.-A. Hunter, rapporte (*British medical journal*) le cas d'un enfant de 3 ans, atteint d'alcoolisme à la suite de l'absorption d'une pinte d'eau-de-vie brune. A l'examen, le médecin trouva à l'enfant une haleine stercoreuse, une odeur alcoolique, les pupilles dilatées, le pouls faible et irrégulier, et un état comateux. Le Dr Hunter, à l'aide d'une pompe stomacale, retira l'alcool de l'estomac, et y injecta du café très fort. L'enfant guérit, mais il eut une stomatite et un catarrhe de l'estomac. Parents, ne laissez point des alcools sous les mains de vos enfants, si vous voulez éviter des accidents semblables à ceux dont fut témoin le médecin anglais.

* * *L'Herald of Health* nous apprend les qualités que doit posséder l'eau pour être bonne. Elle doit être claire, sans matières en suspension, fraîche (pas plus de 15 degrés) ; elle doit contenir les éléments de l'air atmosphérique, l'oxygène en proportion plus grande qu'il n'y en a dans l'air ; elle ne doit pas renfermer plus de 20 milligrammes de matières organiques par litre. Les substances organiques azotées qui se trouvent dans l'eau ne doivent pas donner plus de 0,1 milligramme d'ammoniaque par litre. Elle ne doit renfermer ni nitrates, ni sulfates, ni hydrogène sulfuré ; à l'exception du fer, de l'aluminium et du magnésium, aucun métal précipitable par l'acide sulfhydrique ou par le sulfhydrate d'ammoniaque ne doit s'y trouver. L'eau ne doit pas prendre un goût déplaisant quand elle est renfermée. Elle ne doit contenir ni saprophytes ni leptotrix ; les bactéries doivent y être en quantité insignifiante.

Additionnée de sucre blanc, l'eau ne devra pas donner naissance à des champignons ; elle ne doit pas contenir des bactéries liquéfiant la gélatine dans un délai de huit jours.

* * D'après Engellmann (*Rivista italiana di Terapia e Igiene*), l'acide acétique est un agent antiseptique des plus puissants dans le traitement de la diphtérie. Il a le grand avantage de pouvoir être employé, sans danger, en solutions très concentrées, de ne pas attaquer fortement les métaux comme le sublimé. L'auteur l'emploie en solution à 3 ou à 5 0/0. L'acide acétique est un désinfectant aussi puissant que l'acide phénique.

* * M. François Coreil, dans les *Annales d'hygiène publique*, signale les diverses falsifications des pâtes alimentaires, et surtout leur coloration artificielle au moyen de substances toxiques ou dangereuses, telles que le jaune de binitronaphtol, l'acide picrique, etc. Les pâtes alimentaires sont aussi souvent additionnées de farines de riz, de maïs, de fécule de pomme de terre, qui ont des propriétés alibiles moindres que la farine de froment. Ces additions, toutefois, ne sont pas dangereuses ; mais que nos lectrices se préservent, elles et leur famille, des pâtes d'un beau jaune. Car elles sont colorées avec des toxiques le plus souvent.

* * A la Société de médecine publique de Reims. M. Portevin a fait sur les égouts une intéressante communication que rapporte la *Revue sanitaire de la Province*. Il préconise les égouts à petite section, construits en tuyaux de grès vernissé. Le nettoyage de ces égouts se fait par chasses d'eau automatiques. Ce système de canalisation est employé

avec succès à Berlin et dans d'autres villes, d'Amérique notamment. Son grand avantage est de présenter un prix peu élevé de premier établissement.

* * La municipalité de Barcelone vient d'organiser le service sanitaire de cette ville. Ce corps médical de santé est formé de quatre commissions, ayant dans leurs attributions, d'après l'*Independencia Medica*, l'hygiène des rues, des écoles, des maisons meublées, des marchés, des vacheries, des cafés, des crèches, des aliments, des égouts, des eaux potables, des théâtres, des cimetières, des maladies contagieuses, etc. Le corps municipal de santé est composé de quarante-neuf hygiénistes, tous médecins, appointés de 1 800 francs par an.

* * Le suicide, considéré comme maladie sociale, a fait l'objet d'une publication du docteur Sarabia Pardo, récompensée par la Société espagnole d'hygiène. La *Higiene* donne les conclusions suivantes de l'auteur : " L'hygiène sociologique réclame : 1. l'étude sérieuse de tout ce qui concerne la vie économique des peuples ; 2. l'application des moyens trouvés par cette étude ; 3. l'enseignement à tous des préceptes de morale, indiquant les droits et les devoirs de chacun par rapport à ses semblables, de façon à réprimer l'impétuosité des passions, et à produire le bien-être physique des peuples, c'est-à-dire la synthèse des aspirations de l'hygiène moderne."

* * Paris, d'après M. Pabst (*Revue internationale des falsifications*), consomme en moyenne 300 000 litres de lait par jour. Selon les analyses faites au Laboratoire municipal, 16 0/0 environ de ces laits sont mouillés ou écrémés. En 1881, il y en avait 50 0/0 ; on voit que,

depuis l'institution du Laboratoire municipal, la fraude a considérablement diminué. Le prix du litre varie de 20 centimes à 1 franc, suivant la qualité.

. Notre savant ami, le docteur F. Caro, relate, dans cette même *Revue*, les conclusions de l'Académie de médecine de Madrid concernant la saccharine. 1. La substitution de la saccharine au sucre, glucose, etc., ou son mélange, constitue une adultération; 2. on doit prohiber et punir les adultérations; 3. prohiber l'entrée en Espagne des aliments préparés avec de la saccharine; 4. surcharger les droits de douane et d'octroi de la saccharine.

. Trois facteurs exercent leur action pour purifier les fleuves des eaux d'égout qui les souillent : l'atténuation, le dépôt et l'oxydation. Cette dernière est le facteur le plus efficace. D'après les études de M. R. Hering, rapportées par le *Gesund heit Ingenieur*, un fleuve doit avoir un courant d'au moins 150 à 200 pieds cubes d'eau à la minute, pour purifier les eaux d'égout de 1000 habitants.

. En Suisse, l'emploi du gaz extrait de la naphthaline se répand beaucoup comme force motrice. Il coûte moins cher et n'est pas fuligineux comme le gaz d'éclairage; seulement il contient cinq fois plus d'oxyde de carbone, corps très toxique et inodore. Une commission chargée d'examiner cette question a préconisé les mesures suivantes : 1. Tubes et robinets parfaitement hermétiques; 2. rendre le gaz odorant au moyen d'une substance (nitrobenzol); 3. ventilation active pour enlever les produits de la combustion. Telles sont les mesures que nous lisons dans le *Giornale della Reale Societa italiana d'Igiene*.

. Le Dr Dujardin-Beumetz a consacré une de ses conférences de l'hôpital Cochin à la vaccination anti-variologique. Le *Bulletin général de thérapeutique* la relate *in extenso*. Il nous apprend que dans l'empire allemand la mortalité par variole a presque complètement disparu, grâce à la vaccination.

La loi de 1874 veut que la vaccination soit obligatoire pour tous les enfants de douze ans. Dans Berlin, depuis 1885, il n'y a pas eu un seul décès variolique, tandis qu'à Paris, il y en a eu de 3 à 17 par 100 000 habitants. En France, la vaccine est obligatoire dans l'armée, et il n'y a presque plus de mortalité; à Zurich, tant qu'on a observé la loi, la variole ne causait que peu de décès, depuis, leur nombre a presque été décuplé. On voit par ce qui précède, l'importance de la vaccination et du bénéfice que les individus en retirent.

. L'assainissement des villes et l'utilisation des eaux d'égout sont toujours des questions de la plus haute importance; aussi croyons-nous rendre service à nos lecteurs en donnant, d'après la *Revue sanitaire de la province*, l'opinion des Drs Arnould, Bertin-Sans, Layet, Poincaré et Rollet, professeurs d'hygiène aux facultés de médecine de Lille, Montpellier, Bordeaux, Nancy et Lyon.

Ces savants sont partisans du tout à l'égout, et de l'utilisation agricole des eaux vannes. Pour eux, les fosses fixes ou mobiles, l'épuration chimique ou l'envoi des eaux d'égout dans les fleuves, sont tout à fait contraires aux principes les plus élémentaires de l'hygiène.

. D'après les travaux de Koch, d'Esmarch, d'Overbeck de Meijer, dit le Dr Tomkins, dans le *Public Health*, la vapeur employée d'une manière conve-

nable est le moyen le plus efficace pour opérer la désinfection. Les conditions suivantes doivent être remplies par l'étuve, pour qu'elle constitue un bon appareil : 1. l'efficacité de l'étuve doit être, autant que possible, indépendante de l'ouvrier qui en a le soin ; 2. la chaleur doit rapidement pénétrer dans les objets à désinfecter ; 3. les matières ne doivent pas être détériorées par la chaleur ; 4. celle-ci doit être répartie également dans toutes les parties de l'appareil ; 5. la température doit se maintenir également ; 6. il ne doit pas y avoir de condensation dans l'étuve ; 7. l'air et la vapeur doivent s'échapper rapidement quand on ventille l'étuve.

* * * L'Allemagne, nous apprend le Dr Casper dans le *Progrès Médical*, fait tous ses efforts pour favoriser les études d'hygiène. Trois universités seulement n'avaient pas de chaire d'hygiène spéciale, savoir : Bosen, Kœnigsberg et Kiel. Aujourd'hui, cette dernière en possède une dont est chargé le privat docent Dr Bernard Fisher. C'est un bactériologue distingué, qui a prouvé que la phosphorescence de la mer est due à un bacille. Il a fait des cultures à Berlin avec ces bacilles lumineux. Il a réussi à utiliser en photographie le pouvoir éclairant de ces microbes, et a pu photographier des cultures phosphorescentes, rien qu'en utilisant la lumière propre de ces cultures.

Le Dr Ducor publie, dans le *Journal de Médecine de Paris*, un intéressant travail sur le danger du chauffage au charbon des voitures publiques. Il a été le témoin d'un grand nombre de cas d'intoxication de ce genre ; il en rapporte trois. De ses observations, ce médecin conclut que les phénomènes d'asphyxie observés par lui paraissent

atténués quand la température s'abaisse ; si la combustion est rapide, il se forme surtout de l'acide carbonique ; si elle est lente, ce sera de l'oxyde de carbone. C'est par un temps peu froid que l'on observe le maximum de production de ce gaz. Les symptômes éprouvés par les personnes intoxiquées sont généralement des nausées, de la céphalalgie, des picotements de la gorge et des paupières, de la compression aux tempes, des sifflements et des bourdonnements dans les oreilles, des éblouissements, et de la tendance au sommeil. Le chauffage des voitures au charbon est donc défectueux ; il faut apporter un autre système : eau chaude ou réchaud à charbon, ne communiquant qu'avec l'extérieur de la voiture.

* * * L'ingénieur V. Cerasoli publie, dans le *Bulletin della commissione speciale d'Igiene di Roma*, une très intéressante étude sur les moyens qui doivent être employés pour empêcher les conduites d'eau potable d'être souillées par les eaux des water-closets. Il conseille, avec tous les ingénieurs sanitaires anglais, de ne pas brancher directement la conduite d'eau de lavage de water-closets sur la conduite d'eau potable ; un réservoir de chasse doit être intercalé et rompre la continuité ; en outre la conduite d'amenée d'eau au réservoir doit être terminée par un siphon en S, de façon que les gaz de water-closets ne puissent pénétrer dans la conduite d'eau.

A. HAMON.

Par monts et par vaux

L'hygiène Pratique et la Science Libre de Paris. -- Cette intéressante publication hebdomadaire de notre sympathique col-

lègue et excellent ami, M. Joseph de Pietra Santa, est entrée au commencement d'août, dans sa IXe année d'existence. A cette occasion, ce journal a pris un essor nouveau dans la voie du progrès.

“ Dans cette nouvelle direction, il deviendra un véritable conseiller utile et agréable allant partout, en France comme à l'Étranger, porter la quintessence des conceptions scientifiques qui assurent à notre cher pays une prépondérance réelle sur ses rivaux. ”

Puis il ajoute :

“ Au travail donc, sans plus de sa'malechs, et sachons porter haut et ferme le drapeau de la foi, de l'indépendance et de la justice, en luttant sans pitié et sans trêve contre la routine, les préjugés et le charlatanisme, amis de la vérité et de la lumière. ”

A cette occasion, nous adressons à notre Collègue, nos plus sympathiques félicitations pour le noble travail accompli. Le passé est une garantie pour l'avenir.

Nos meilleurs souhaits de succès.

*** * * CATÉCHISME D'HYGIÈNE PRIVÉE.**
—Plusieurs libraires de Montréal nous informent que des demandes de ce catéchisme d'hygiène privée leur sont faites. Nous nous empressons d'annoncer que ce petit traité d'hygiène est présentement sous presse, et sera prêt dans la première semaine de septembre.

Nous constatons avec bonheur, que l'hygiène fait du progrès dans l'éducation de la jeunesse, grâce à la saine et intelligente interprétation de notre clergé. Nous sommes convaincu, qu'avant longtemps, l'hygiène sera enseignée dans toutes les maisons d'éducation de notre Province. De ce jour le triomphe de la science de l'hygiène sera un fait accompli au sein de notre population. Alors le

peuple en retirera d'éminents avantages pour son bien-être social.

*** * * Réproduction.**—Un journal de Bordeaux, France, “ *l'Hygiène de la Famille*, reproduit notre Catéchisme d'Hygiène Privée. C'est une nouvelle preuve que ce que nous écrivons dans ce petit traité est de la saine hygiène.

*** * * Le voile de crêpe.**—L'autre jour, un monsieur abbé me disait : M. le rédacteur du *Journal d'Hygiène Populaire*, ne pensez-vous pas que l'usage du voile de crêpe ne soit nuisible à la santé de la femme ?

La note était juste. En effet l'usage, du voile en général et surtout du voile de crêpe est anti-hygiénique. Il suffit, pour s'en convaincre, de savoir que le voile gêne la respiration en ne permettant pas suffisamment à l'air confiné de se renouveler. Dans ces conditions, la femme respire un air vicié, dangereux. Il s'ensuit, par un usage prolongé du voile, que la femme ressent des vertiges, de la céphalalgie une gêne de la respiration et de la circulation, des syncopes. Enfin la chlorose, cette débilité générale, enlève à la femme sa santé et le plaisir de vivre.

Mes chères lectrices, écoutez bien la voix de l'hygienc, et ne faites plus usage du voile de crêpe.

*** * *** On lit dans la “ Médecine Contemporaine ” de Paris :

L'hygiène populaire au Canada.—Nos chers compatriotes du Canada, dont la France ne cessera de déplorer la perte, ont fondé depuis déjà assez longtemps, le *Journal d'Hygiène Populaire*, dont le rédacteur en chef est le Dr J. I. DESROCHES. Notre savant confrère, M. Hamon consacre, dans le *Journal d'Hygiène* de M. de Pietra-Santa, les lignes

suivantes, auxquelles nous sommes heureux de nous associer :

“ Conseil provincial d'hygiène au Canada.

“ Dans ce journal, nous avons annoncé la création d'un Conseil provincial d'hygiène dans la province de Québec. Ce Conseil n'a cessé de travailler à l'œuvre sanitaire. Il vient de décider que le *Journal d'Hygiène Populaire* de notre ami Desroches sera son organe officiel et publiera tous ses travaux, ses décisions. Nous félicitons vivement le Conseil provincial d'hygiène, d'avoir choisi le vaillant journal de notre collègue ; la science sanitaire au Canada ne fera qu'y gagner.”

DR J. I. D.

CATÉCHISME

D'HYGIÈNE PRIVÉE

CHAPITRE VI

Des Boissons

Définition des boissons.—L'eau.—L'alcool.—Le vin.—La bière.—Le thé.—Le café.—Le chocolat.

Q. Qu'entendez-vous par boisson ?

R. Tout liquide que l'on prend comme aliment s'appelle boisson alimentaire ; nous trouvons l'eau, l'alcool, le vin, la bière, le thé, le café, le chocolat.

Q. L'eau est-elle nécessaire à notre organisme ?

R. L'eau est l'aliment le plus considérable qui entre dans la composition du corps humain. Elle fait à elle seule les deux-tiers du poids total de notre organisme. Elle entre dans la composition de notre sang à raison de quatre vingts parties pour cent. Le Créateur, en distribuant l'eau par tout l'univers, a voulu en

faire un aliment indispensable à l'entretien de la vie.

Q. Quelles sont les qualités de l'eau potable ?

R. Une eau, pour être potable et bonne, doit être limpide, légère, inodore, insipide, agréable. Elle doit dissoudre le savon sans former de grumaux, cuire les légumes secs, bouillir sans se troubler, ne contenir aucune matière organique. La prudence exige de ne jamais utiliser une eau sans en connaître la composition chimique.

Q. Comment s'obtient l'alcool ?

R. L'alcool est le produit de la fermentation que subissent les matières végétales qui contiennent du sucre. La qualité varie suivant la provenance. La plupart des boissons alcooliques sont pernicieuses à la santé publique.

Q. Quelle est l'action de l'alcool sur l'homme.

R. L'alcool est un aliment très combustible : introduit dans notre organisme, il le stimule en le consumant, et laisse dans tous nos tissus des altérations profondes. Ingéré à fortes doses, l'alcool détermine des désordres nerveux considérables. Pris en excès, il produit l'ivresse, qui porte une si terrible atteinte aux plus belles facultés de l'homme. L'alcool est le poison intellectuel par excellence. C'est avec raison que l'on dit : “ l'alcoolisme, voilà l'ennemi. ”

Q. Avec quoi se fabrique le vin ?

R. Le vin se fabrique avec le fruit de la vigne. Mais le sol où pousse la vigne exerce une influence modificatrice sur la composition chimique des raisins : ce qui constitue les nombreuses espèces de vins qui sont livrées à la consommation. Enfin, la grande variété des vins que procure un même raisin provient de la manière dont on les prépare.

Q. Quelle est l'action du vin sur l'homme ?

R. Le vin est à la fois un aliment, un excitant et un tonique. Il présente une grande valeur nutritive, et il constitue un précieux auxiliaire à l'alimentation, à condition, toutefois, d'être pris à dose modérée. Les excès répétés du vin produisent l'alcoolisme. La femme boira peu de vin. Il doit être rejeté de l'alimentation de l'enfant. Mais il convient à l'adulte et au vieillard.

Q. Comment la bière est-elle fabriquée ?

R. On fabrique la bière avec du houblon et certaines matières végétales, telles que l'orge, le froment, l'avoine, le seigle, le maïs, le riz, la pomme de terre, etc. Mais l'orge est la matière végétale généralement employée.

Q. La bière est-elle bonne pour la santé ?

R. La bière a une certaine valeur nutritive. C'est un aliment réparateur et respiratoire à la fois, toutes les bières contiennent une plus ou moins grande quantité d'alcool. Elles peuvent déterminer l'ivresse, comme toutes les boissons alcooliques. L'abus de la bière a les plus terribles conséquences.

Q. Qu'est-ce que le thé ?

R. Le thé provient de la feuille d'un arbrisseau, toujours vert, originaire de la Chine et du Japon. Son usage est répandu chez tous les peuples. Ses propriétés excitantes et nutritives en font une boisson très recherchée. Les thés verts sont meilleurs que les thés noirs. L'abus de cette boisson alimentaire détermine des désordres nerveux redoutables. Les personnes nerveuses et les enfants ne doivent pas en user.

Q. Qu'est-ce que le café ?

Le café est la semence d'un arbrisseau, originaire de la Haute-Egypte. Cultivé

sur différents points du Globe, le caféier produit les variétés nombreuses de café que nous trouvons dans le commerce. Mais celui qui vient de l'Arabie, appelé Moka, est le plus estimé.

Q. Quelle est la valeur nutritive du café ?

R. Le café est un aliment réparateur ayant des propriétés stimulantes remarquables. Il procure cette gaieté expansive bien connue de ceux qui en font usage. Il facilite considérablement la digestion. Chez les personnes nerveuses et les jeunes enfants, le café produit des effets fâcheux, et pour lesquels son usage doit être défendu.

Q. Avec quoi se fabrique le chocolat ?

R. Le chocolat est un mélange de cacao et de sucre ; il est généralement aromatisé à la vanille. La qualité du chocolat dépend du choix que l'on fait du cacao, et de la qualité du sucre que l'on emploie.

Q. Le chocolat est-il un aliment très nourrissant ?

R. Le chocolat est un aliment très nourrissant, mais dont la digestion n'est pas aisée, à cause des matières grasses qu'il renferme. Préparé à l'eau, le chocolat est plus digestible que fait au lait. Associé au thé ou au café, le chocolat constitue un mélange alimentaire très aromatique et très savoureux, qui convient mieux à la plupart des estomacs.

CHAPITRE VII

Du Régime

Le régime et la santé.—Les appétits.—La ration.
—Les repas.—La digestion.

Q. Qu'est-ce que le régime ?

R. Le mot régime veut dire bon gouvernement de la vie physique, morale

et intellectuelle. Mais il sert ordinairement à désigner l'ensemble des règles hygiéniques qui président à l'alimentation de l'homme; c'est la définition que nous lui consacrerons dans ce chapitre.

Q. Le régime exerce-t-il une influence sur la santé?

R. La santé est l'exercice régulier et facile de tous nos organes. Mais le fonctionnement de nos organes entraîne sans cesse une dépense de force et une usure de tissus. L'aliment que nous prenons, répare ces pertes de notre organisme. Le régime qui régit notre alimentation, a donc une importance capitale sur la santé. En effet le médecin constate tous les jours que l'abus de la table est cause d'une foule de maladies qui affligent notre humanité. Il importe donc de se bien graver dans la mémoire cette vérité hygiénique et morale: "il faut manger pour vivre, et non vivre pour manger."

Q. Quelle est la meilleure manière de bien se nourrir?

R. Pour satisfaire aux besoins de la nutrition de notre corps, il importe de bien établir une distinction entre l'appétit de l'estomac, la faim, la gourmandise et la fringale. L'appétit de l'estomac constitue un désir de manger, qui se fait sentir aussitôt que la digestion du dernier repas est terminée, retardons-nous alors de prendre des aliments, ce désir devient pressant, c'est la faim. L'homme qui prend plaisir à manger avec avidité et excès, immole sa santé à la table de la gourmandise. Il faut bien se garder d'en contracter l'habitude, car une fois prise, elle devient impérieuse. La fringale est une faim vive, subite, mais accidentelle. Elle indique une maladie de l'estomac, qu'il ne faut pas satisfaire.

Q. Qu'entendez-vous par la ration alimentaire?

R. La ration alimentaire consiste dans la quantité et la qualité des aliments nécessaires à l'homme pour se bien porter. Cette ration varie suivant le genre de vie de chaque individu. L'homme qui travaille a besoin d'une alimentation plus considérable et plus azotée que celui qui mène une vie oisive ou sédentaire. D'ailleurs un sentiment instinctif avertit toujours l'homme de la manière dont il doit agir en pareil cas.

Q. La régularité des repas est-elle importante?

R. La régularité dans les repas est une des conditions d'une bonne digestion. Ainsi il faut bien déjeuner au commencement de la journée, bien dîner à midi, et souper légèrement à la chute du jour. Les intervalles entre les repas doivent être de six heures au maximum.

Q. Que devons-nous faire au moment du repas, pendant et après?

R. Au commencement du repas, il convient de faire trêve avec les occupations sérieuses de l'esprit, et d'avoir à sa table cet hôte aimable: la gâté. Il faut aussi se rappeler que l'estomac, pour bien digérer, a besoin d'un surcroît d'activité nerveuse et sanguine. Se livre-t-on à un exercice violent ou à un travail d'esprit, le sang et l'afflux nerveux se retirent de l'estomac pour d'autres organes. Dans ces conditions, la digestion est impossible ou incomplète. Il faut donc préparer la digestion par la *gâté*, et la respecter au moins durant une heure, en se livrant à des distractions calmes et agréables.

CHAPITRE VIII

L'hygiène de la peau

L'hygiène de la peau.—Les fonctions de la peau.
—La malpropreté.—Les soins de propreté.—
Les bains.

Q. Quelle est l'importance hygiénique de la propreté de la peau ?

R. La propreté de la peau est absolument nécessaire à la conservation de la santé, comme elle est inséparable de la dignité de l'homme. L'eau, que le Créateur a mise à la disposition de tous, aguerrit nos nerfs, leur donne la force, l'énergie, la fierté. C'est pourquoi l'hygiène proclame la propreté comme une vertu privée, et aussi comme une vertu sociale : l'homme est solidaire de la santé d'autrui comme il est responsable de la sienne propre.

Q. Quelles sont les principales fonctions de la peau ?

R. La peau, cette enveloppe protectrice de l'homme, constitue le siège du tact. Comme le poumon, la peau respire, absorbe de l'oxygène de l'air, exhale de l'acide carbonique et des vapeurs d'eau. La peau sert aussi de soupape de sûreté pour conserver à l'homme sa température normale. L'hygiène de la peau assure l'exercice régulier de ces fonctions. La propreté de la peau mérite donc de notre part une surveillance de tous les jours.

Q. A quoi expose la malpropreté ?

R. La malpropreté corporelle entravant les fonctions de la peau, trouble le jeu normal de la machine humaine, et la prédispose aux maladies de toutes sortes, et surtout aux maladies contagieuses et épidémiques. Nous en avons un exemple frappant en Orient, où la malpropreté des peuples alimente le choléra, cette maladie si meurtrière.

Q. Enumérez les soins de propreté qu'on doit donner à la peau ?

R. D'abord l'eau et le savon sont les principaux agents de la propreté. Le visage, le cou, les oreilles doivent être lavés à l'eau froide tous les jours ; les mains au moins deux fois par jour, matin

et soir. Les dents se conservent par la propreté. Les cheveux exigent chaque jour l'action du peigne et de la brosse. Les ongles seront tenus pas trop courts ni trop longs, et très nets. Il convient de se laver les pieds une fois par semaine en hiver, et plusieurs fois pendant l'été. Enfin pour purifier la peau du corps de toutes ses souillures, le bain est nécessaire toutes les semaines durant les chaleurs, et une fois par mois aux temps froids.

Q. Quels sont les préceptes hygiéniques du bain ?

R. Le bain froid et le bain frais conviennent à la jeunesse et à l'adulte ; le bain tiède aux jeunes enfants. Des milliers de personnes ont trouvé la mort en se plongeant dans l'eau aussitôt après le repas, ou pendant que le corps était couvert de sueur. Aussi il ne faut jamais prendre de bain que trois ou quatre heures après le dernier repas ; ne jamais en prendre aussitôt après un violent exercice. La durée moyenne du bain est de 20 minutes environ.

CHAPITRE IX

Des Vêtements

L'utilité des vêtements.—La principale qualité des vêtements.—Leur forme.—Les soins de propreté.—Le lit.

Q. A quoi servent les vêtements ?

R. L'homme, à cause de la finesse et de la délicatesse de sa peau, a besoin de se protéger contre la puissance des agents extérieurs, le froid, la chaleur, la lumière, l'humidité, en se couvrant de vêtements. Par le vêtement, l'homme est, dans la création, le seul être, qui puisse habiter tous les points du Globe. Le vêtement constitue donc une question importante en hygiène.

Q. Quelle est la principale qualité des vêtements ?

R. Un vêtement, pour être bien hygiénique, doit être mauvais conducteur de la chaleur. Possédant cette qualité, le vêtement empêche à la fois la chaleur du corps de se répandre en dehors, et celle du dehors de pénétrer dans l'organisme. Ainsi fabriqués, les vêtements qui protègent contre le froid, garantissent aussi de la chaleur.

Q. Énumérez les principales substances qui entrent dans la fabrication des vêtements, en suivant l'ordre de la conductibilité de la chaleur, du plus au moins ?

R. Les principales substances qui constituent nos vêtements, se trouvent dans l'ordre suivant, par rapport au pouvoir conducteur de la chaleur : le lin, le coton, la soie, la laine, le caoutchouc, les peaux d'animaux. La couleur des vêtements exerce aussi une influence très variée à l'égard de la chaleur : les couleurs foncées sont plus perméables à la chaleur que les couleurs pâles.

Q. Tous nos vêtements ont-ils les mêmes propriétés hygrométriques ?

R. Toutes les substances qui entrent dans la fabrication de nos vêtements ont des propriétés hygrométriques différentes. Entre autres substances nous signalons le coton, la toile de chanvre, qui s'imprègnent facilement d'eau, mais qui ont la propriété de laisser évaporer l'eau très rapidement, exposant ainsi à un brusque et dangereux refroidissement. La laine au contraire se sature d'avantage d'eau, retient l'eau en plus grande quantité dans ses mailles : puis l'eau, en s'évaporant, refroidit le tissu d'une manière lente, sans produire une dépression de la chaleur au corps. De là la supériorité de l'usage de la laine.

Q. Quelle forme doivent avoir les vêtements ?

R. La forme des vêtements est toujours en rapport avec les différentes parties qu'ils doivent couvrir. D'une manière générale, il faut que les vêtements ne compriment aucune partie du corps, pour ne pas gêner les mouvements, la circulation du sang, la respiration, la digestion. L'observance de cette loi est obligatoire en hygiène pour le développement corporel et la conservation de la santé.

Q. Est-il dangereux de négliger la propreté dans les vêtements ?

R. La propreté dans les vêtements est un devoir qu'il est dangereux de négliger. Le linge de corps, qui absorbe les produits de la transpiration, a besoin d'être fréquemment renouvelé, afin de maintenir les fonctions si importantes de la peau. Les habits, les pantalons, les coiffures, doivent être fréquemment brossés, secoués, nettoyés, pour enlever toutes les souillures qui les recouvrent, et qui sauvent les facteurs de maladies contagieuses. La propreté des vêtements est une règle d'hygiène obligatoire au premier chef.

Q. Maintenant parlez-nous du lit dans ses conditions hygiéniques ?

R. Le lit est le vêtement de l'homme qui dort, de l'homme qui se repose des fatigues du jour. A ce titre, l'hygiène recommande particulièrement l'usage du sommier métallique élastique ; les matelas en crin, en laine ou en varech ; l'aération du lit chaque matin, avant sa réfection, durant une heure au moins. Les draps de lits doivent être changés au moins tous les quinze jours. Après une maladie, la désinfection du matelas ou du lit de plume et des oreillers sont de rigueur. Enfin il ne faut pas perdre de vue que le lit exerce une influence considérable sur notre existence : la vie et la mort y passent alternativement.

Dr J. I. DESROCHES.

LE SOMMEIL

Le sommeil est la suspension momentanée de l'activité physique et intellectuelle. " Le sommeil, dit Shakespeare, qui, de l'écheveau emmêlé de nos maux, fait une pelote de soie unie, le sommeil, douce mort de la vie de chaque jour, bain après le dur travail, baume des âmes blessées, est le mets le plus nourrissant dans le repas de la vie. "

Le sommeil est au cerveau ce que le repas est aux muscles. L'homme ne peut se soustraire à la loi de périodicité, qui veut que tout organe, après avoir été en activité, suspende son action, et se repose pendant un laps de temps proportionnel à la durée du travail. Si la fatigue est trop grande, les fonctions de l'organe surmené sont troublées, et il peut en résulter des maladies ; c'est ainsi que les muscles sont pris de courbature, et que le cerveau est exposé à l'inflammation. Aussi la fièvre cérébrale est-elle fréquente chez les enfants intelligents dont on charge trop la mémoire. Casimir Delavigne l'a dit : " *Quand ils ont trop d'esprit, les enfants vivent peu.* "

Pour empêcher, suivant une expression proverbiale, *la lame d'user le fourreau*, on fera donc bien de méditer cette pensée de Plutarque : " Distribuée avec modération, l'eau nourrit les plantes ; prodiguée avec excès, elle les étouffe. Il en est de même de l'esprit : un travail mesuré contribue à son accroissement ; il est abattu par l'excès du travail. "

Le sommeil est un besoin aussi impérieux que la faim et la soif. Il n'est pas étonnant que l'on ait fait de la privation du sommeil un moyen de supplice. Les Romains infligèrent cette cruelle torture à Persée, dernier roi de Macédoine, et

les Carthaginois privèrent Régulus de ses paupières pour l'empêcher de dormir.

Quel moment faut-il choisir pour le sommeil ? Un proverbe allemand a dit : " *Une heure de sommeil avant minuit en vaut deux du matin.* " Hufeland ajoute : " L'homme ne jouit jamais de son existence avec autant de pureté et de perfection que par une belle matinée ; celui qui ne profite pas de ce beau moment perd la jeunesse de sa vie. " En effet, le sommeil de la nuit repose mieux que celui du jour. Aussi a-t-on renoncé, dans l'armée à l'idée de substituer les étapes de nuit à celles de jour, au moment des chaleurs excessives, parce qu'on a remarqué que la marche nocturne augmentait la fatigue et était plus lente. C'est avec raison que Bacon disait que les nuits passées abrègent les jours. Le peintre Girodet, qui travaillait la nuit, portant sur sa tête un immense chapeau garni de bougies, usa sa vie par ce régime. De même, l'astronome Lacaille, qui passait les nuits à observer le ciel, la tête ajustée sur une fourche pour résister à la fatigue, mourut épuisé, à l'âge de quarante-neuf ans.

Dr WITKOWSKI.

LE FILTRE MAIGNEN

M. Maignen, de Paris, a eu l'amabilité de nous envoyer un filtre de son invention, système " cottage. " Nous offrons à M. Maignen nos plus sincères remerciements pour cet intéressant envoi.

Le filtre Maignen a une grande valeur hygiénique. Soumis à des expériences sérieuses, surtout par un jury à l'exposition d'hygiène de Londres, qui a eu lieu dans ces dernières années, il a donné d'heureux résultats.

L'organe essentiel du filtrage est un tissu d'amiante, sur lequel on dépose une couche de charbon spécial, carbo-calcis, en poudre impalpable, en le mélangeant avec la première eau versée dans le filtre. On ajoute une certaine quantité de carbo-calcis granulé pour augmenter la puissance purificatrice du filtre et en retarder l'encrassement. Toutes les parties de ce filtre sont mobiles, elles peuvent être facilement examinées, nettoyées et remises en place.

La question du filtrage de l'eau a, en hygiène, une suprême importance. On sait combien les eaux potables sont exposées aux souillures de toutes sortes. Ainsi chargées de nombreuses impuretés, les eaux potables prennent un caractère absolument nocif; surtout si elles ont des produits de la décomposition des matières animales et végétales, ou de toute substance excrémentielle.

M. le docteur Vallin, de Paris, dans son rapport sur l'exposition d'hygiène de Londres, dit :

" Le filtre Maignen agit d'une façon à la fois chimique et physique, et, outre une clarification complète, il a pour effet de retenir les matières en dissolution dans l'eau."

C'est un excellent témoignage de la part d'un hygiéniste éminent en faveur du filtre Maignen, que nous recommandons fortement à nos lecteurs.

DR J. I. D.

LE PETIT MEDECIN DES FAMILLES

Notre savant et très sympathique Collègue, M. Degoix, de Paris, écrit, dans son intéressant journal "*Le Petit Médecin des Familles*", ce qui suit, à l'occasion de notre Catéchisme d'Hygiène Privée.

" Quelques abonnés nous ont déjà

réclamé la suite du Catéchisme d'Hygiène Privée, s'étonnant de voir la publication interrompue. Que nos chères lectrices soient sans inquiétude. Nous publierons ici ce catéchisme entièrement, comme nous avons publié les remarquables Leçons d'hygiène de notre savant Confrère Desroches. "

Permettez-moi de vous dire, M. le docteur, que vos chères lectrices sont très aimables. Grand Dieu, je changerais bien ma position contre la vôtre. Mais je n'en suis nullement jaloux, puisque vous avez l'amabilité de m'introduire en aussi charmante compagnie. Aussi je vous adresse mes plus cordiales félicitations pour avoir su gagner le cœur de de la femme de France à la cause de l'hygiène, cette science qui est appelée à régénérer les peuples, en élevant l'intelligence par l'étude, et en moralisant le cœur par la réalité et la certitude du bien accompli. Le motif de l'hygiène étant : " de donner à la vie de tous les jours le mobile le plus élevé, en se rendant utile et à soi-même et à ses semblables " (P. de Piétra-Santa). ;

Et la femme n'est-elle pas l'éducatrice de l'homme !

Mes sentiments de parfaite considération.

Dr J. I. D.

DE L'EMPLOI DES TUYAUX EN PLOMB POUR LA CONDUITE DES EAUX ALIMENTAIRES

CHAPITRE IV

Historique de la question des tuyaux de plomb pour conduites d'eau.

Il est du devoir d'un gouvernement protecteur, de prévenir, s'il le peut, le développement des maladies saturnines.

(Tanquerel des Planches).

En 1872, commença, dans la presse politique et scientifique de Paris, une

compagne contre le plomb employé pour la conduite des eaux potables. Un ingénieur des mines, De Laval, fit une pétition au Conseil municipal de Paris pour en demander la proscription. Elle fut signée par *neuf cent sept* médecins de cette ville, parmi lesquels nombre de membres de l'Institut ou de l'Académie de médecine, de médecins des hôpitaux et de professeurs de la Faculté. Cette campagne si ardente, qui continua jusque vers juillet 1874, avait été appelée GUERRE AU PLOMB par Belgrand. Les Drs Ricard 112, Cousin 113, Fœx 114, Trappennard 115, Bordier 116, etc., s'érigèrent en adversaires de plomb.

Il se publiait des articles anonymes ou signés de publicistes tels que Brok, D'Aunay, De Laval, etc, dans la *Financé nouvelle*, le *Figaro*, le *Paris Journal*, la *Liberté*, le *Bien public*, l'*Avenir national*, l'*Ordre*, l'*Assemblée nationale*, etc. A l'Académie des sciences, de nombreuses communications étaient faites; nous les avons citées dans le Chapitre I. Cette guerre au plomb n'aboutit pas, les partisans de ce métal furent vainqueurs.

En province, les conseils d'hygiène s'en occupèrent quelque peu; ainsi

111—Pétition au conseil municipal de Paris, à l'effet d'obtenir la proscription des tuyaux en plomb pour la conduite et la distribution des eaux destinées aux usages alimentaires.—Paris 1873.

112—Courrier—18 janvier—Paris 1874.

113—Courrier des tribunaux—8, 15, 22 mars—5, 12 avril—Paris 1874.

114—Mouvement médical—p. 618—Paris 1873.

115—Mouvement médical—p. 677—Paris 1873.

116—Courrier des tribunaux—19 juillet—Paris 1874.

117—Rapport sur les travaux des conseils d'hygiène publique et de salubrité de la Charente-Inférieure en 1873—La Rochelle 1874.

celui de Saintes 117 se prononçait contre les tuyaux, tandis que celui de la Sarthe 118 se déclarait pour. A Rouen, le Pr Clouet 119 épousait les idées des pétitionnaires, et le Conseil d'Hygiène de la Seine-Inférieure 120 déclarait que les eaux calcaires étaient sans action sur le plomb. C'était aussi l'opinion de celui de la Seine 121.

A Bordeaux, Carles 122 fit des expériences avec les eaux de la distribution, il trouva du plomb en minime quantité, et conclut de là à l'innocuité.

En 1876-77, Gautier et Wilm 123 firent des recherches sur l'action des eaux de Paris sur le plomb. Ils terminèrent leur rapport par ces mots: D'une manière générale, nous concluons qu'il serait préférable de renoncer à l'usage du plomb pour les conduites d'eaux potables."

En 1888, le Pr A. Gautier reprenait la question devant l'Académie de médecine 124. Il rapporte là les analyses et les recherches qu'il avait faites sur les eaux de Paris. La presse scientifique et politique cite ce magni-

118 Rapport sur les travaux des Conseils d'Hygiène publique et de salubrité de la Sarthe en 1873-74—p. 12 et 127—Le Mans 1876.

119—Bulletin de la Société industrielle de Rouen—p. 35-53—Rouen 1873.

120—Travaux du Conseil Central d'Hygiène publique et de salubrité de la Seine-Inférieure en 1874—Rouen 1875.

121—Rapport général sur les travaux du Conseil d'Hygiène et de salubrité de la Seine de 1872 à 1877—p. 57-72—Paris 1881.

122—Bordeaux médical—p. 61—Bordeaux 1874.

123—Recherche du plomb dans les eaux de la Seine et de la Vanne ayant séjourné dans des tuyaux de plomb—Lithographie—Mai—Paris 1877.

124—Bulletin de l'Académie de médecine—p. 1325-1362 et p. 1373-1374—Paris 1881.

fique travail, soit en s'y associant, soit en le critiquant.

En 1882, appelant de nouveau l'attention du public sur ce sujet, nous publiions, dans l'*Hygiène pour tous* 125 et le *Foncier* 126, une série d'articles concluant à la proscription de ces conduites. En 1883, le Pr Gautier faisait paraître un ouvrage 127 devenu classique, où il écrivait : "Le remplacement des tuyaux de plomb de nos grandes villes, à partir des canalisations de fontes de nos rues par des tuyaux doublés d'étain ou vernis à l'intérieur serait une bonne mesure, qui mettrait nos eaux potables à l'abri de tout soupçon."

En 1884, nous publiions une étude 128 assez complète de cette question; en même temps, nous faisons une communication à la société française d'Hygiène 129. Dans la discussion qui suivit, et à laquelle prirent part les Drs Marié Davy, de Pietra-Santa, Landur, Schlumberger, Cacheux, il fut admis, contrairement à notre opinion, que les eaux calcaires avaient très peu d'action sur le plomb, et que les doses infinitésimales ne présentaient point de danger.

La presse politique: *Figaro*, *Clairon*, *Petit Parisien*, *Gil Blas*, *Intransigeant*, *Mot d'ordre*, *Opinion*, *Petit Republicain*, *Petit Colon*, etc, insérèrent de longs articles traitant de notre

125—Hygiène pour tous—avril à juin—Paris 1882.

126—Le Foncier—Juillet à Octobre—Paris 1882.

127—Le cuivre et le plomb dans l'alimentation et l'industrie—p. 150-172—Paris 1883.

128—Etude sur les eaux potables et le plomb—Paris 1884

129—Journal d'Hygiène—p. 170 et 220—Paris 1884.

130—Cosmos-les-Mondes—26 janvier, 1 mars, 3 mai, 26 juillet—Paris 1884.

étude. Les rédacteurs scientifiques ou médicaux de ces journaux, sauf ceux de l'*Intransigeant*, approuvèrent et défendirent nos idées. Dans le *Cosmos les Mondes* 130, le *Journal d'Hygiène* et le *Journal Barral* 132, nous insérions plusieurs articles relatant les expériences faites à l'étranger, et qui venaient confirmer notre manière de voir.

Le Conseil d'Hygiène de la Loire-Inférieure 138 déclara que : "l'emploi des tuyaux de plomb constitue une violation des lois les plus élémentaires de l'hygiène."

La Société Nationale des Architectes de France 134 émettait le vœu de leur proscription, tandis que les Conseils d'Hygiène de la Vienne 135, de l'Allier 136, du Lot 137, du Loiret 138, étaient d'avis que ces conduites peuvent être employées partout où les eaux distribuées sont calcaires. Ceux du Morbihan 139, d'Alger 140, ne concluaient pas tandis que celui de Saône-et-Loire 141 approuvait notre manière de voir.

131 Journal d'Hygiène—p. 173-175 et p. 492; 575-576—Paris 1885.

132—Le Journal Barral—p. 34, 56, 77, 143, 306-1885—p. 115, 167—Paris 1886.

133—Lettre du Vice-Président, Dr Malherbe, à M. Hamon—15 mars—Nantes 1883.

134—L'Architecte—15 octobre—Paris 1884.

135—Recueil des travaux du conseil central d'hygiène et de salubrité de la Vienne en 1886—p. 6-11—Poitiers 1887.

136—Séance du 20 juin 1884—Albertville.

137 Séance du 27 Juin 1885—Cahors.

138—Séance de 1884—Lettre du secrétaire du conseil, Rabourdin à M. Hamon—11 mars—Orléans 1888.

139—Séances des 6 mars, 2 mai et 3 juin 1884—Vannes.

140—Séance du 12 Juin 1884—Alger.

141—Lettre du Préfet de Saône-et-Loire à M. Hamon—31 mars 1888—Macon.

Dans la *Revue d'Hygiène et de Police sanitaire* 142, l'*Hygiène pratique* 143, il était publié plusieurs articles dont quelques uns concluaient sans restriction au non-emploi des tuyaux de plomb.

A. HAMON, Paris.

142—*Revue d'Hygiène et de Police sanitaire*—20 février—20 avril—Paris 1884.

143—*Hygiène Pratique*—18 mai 1884—26 septembre—31 octobre—Paris 1886.

A TRAVERS L'EXPOSITION

LA RUE DU CAIRE

Une des curiosités dont l'Exposition fourmille, et qui attire, on peut le dire hardiment, la grande majorité des visiteurs, c'est cette intéressante "rue du Caire", si habilement ressuscitée, en plein Champ-de-Mars, près de l'avenue Suffren, par un archéologue distingué, le baron Delort de Gléon.

Rien de pittoresque comme ce coin vivant de la vieille Egypte, reconstruit avec des parties de mosquées et de maisons les plus caractéristiques d'une époque très reculée.

Ses bazars et ses cafés à porte basse, ses boutiques et ses terrasses, ses minarets légers, ses moucharabihs mystérieuses et coquettes, vraies dentelles de bois d'un art exquis, ses mosquées aux larges bandes horizontales rouges et blanches, et ses baies ornées de coquilles à stalactites, constituent un tableau saisissant et féérique, auquel il ne manque que l'horizon lointain du Nil, ponctué de caravanes, de rivages ensoleillés, de pélicans blancs et de flamants roses s'en volant vers le ciel bleu.

Au fond de cafés bizarres, grince le taraboucka aux sons monotones et stridents ; accroupi devant sa boutique, un barbier au turban vert sollicite l'honneur de vous raser selon les rites du Coran ; des marchands exotiques étalent avec flegme devant vous des curiosités innombrables, tandis que des âniers, en galabieh bleue et babouches rouges, vous assourdissent de cris gutturaux pour vous inviter à enfourcher leurs petits baudets égyptiens, qui ne sont pas, comme les nôtres, des maudits recevant des coups de trique, mais des animaux choyés et aimés par leurs maîtres.

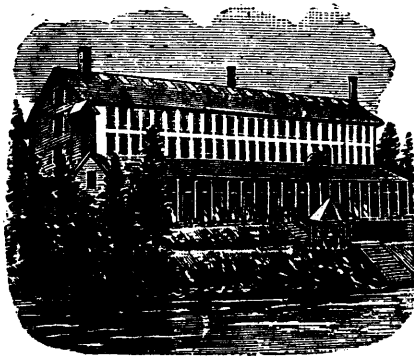
Les ânes d'Egypte ! comme mon sympathique confrère Fulbert-Dumonteil a su les juger poétiquement et justement ! Ecoutez-le plutôt, chers lecteurs, et vous verrez s'il n'est pas dans le vrai !

"L'âne d'Egypte est robuste et grand, de formes élégantes et d'une robe presque blanche. Sa queue nerveuse fait sans cesse le balancier, comme si elle cherchait toujours les mouches d'Egypte, et sa longue oreille, frémissante et souple, semble écouter les bruits confus du désert. On dirait qu'un mirage d'Orient se reflète dans son grand œil noir de mule espagnole. ●

"Son trot est rapide et sûr, son pied solide, infatigable. Son origine remonte aux temps les plus lointains. Sur les frontons des temples antiques, entre l'ibis et l'épervier, il profile ses oreilles vénérées, qui ont entendu le cliquetis formidable des armées de Sésostri ; il a été monté par les Pharaons et par les Ptolémées ; par une belle soirée du ciel égyptien, il a traîné peut être le char familial de Cléopâtre, endormie sur l'épaule du bel Antoine.

DR KARL.

(A continuer)



Hotel des Sources St-Leon

ST-LEON, P. Q.

L'un des plus splendides du Canada, est ouvert aux touristes, durant l'été, le 1er Juin. Les propriétaires ont retenu le service de l'un des cuisiniers les plus compétents de Montréal. Ceux qui souffrent de rhumatisme, de névralgie, d'indigestion, etc., etc., trouveront une guérison certaine en faisant usage des eaux des sources de St-Léon. Bateaux, tables de billard, jeux de croquet, etc., etc. Des voitures conduiront les hôtes à leur arrivée à chaque train à Louiseville.

☞ Pour les prix, adressez-vous à *La Cie d'Eau Minérale de St-Léon*, propriétaire.

Tous les samedis il y a des trains d'excursions spéciaux par le chemin de fer canadien du Pacifique.

C. E. R. LANGLOIS, gérant.

Emulsion Jubile d'Huile de Foie de Morue de Norvege AUX HYPOPHOSPHITES

Elle contient 50 pour cent d'huile pure de foie de morue de Norvège. De composition constante, elle est facilement acceptée par les malades et très bien supportée par les estomacs les plus délicats. Cette heureuse émulsion se recommande par les principaux effets suivants : Augmentation d'appétit, diminution de la toux, régularisation de la digestion et des selles, retour des forces et du sommeil. Applications thérapeutiques : Bronchites, Consomption, Scrofule, Rachitisme, Lymphatisme, Faiblesse, etc. PHARMACIE JUBILE.

R. CARRIERE, Chimiste, Droguiste

Téléphone, — 6041.

☞ Dépôt dans toutes les pharmacies.

No 1341, RUE STE-CATHERINE, MONTREAL.

Chemins de fer et routes, aqueducs, égouts, ponts, arpentages publics et particuliers, subdivisions cadastrales. }

{ Plans et devis pour constructions civiles et religieuses, établissements industriels, constructions privées. Expertises, arbitrages, expropriations.

J. EMILE VANIER

Ingenieur Civil et Sanitaire, Arpenteur Provincial, Architecte

BUREAUX : No 61, RUE SAINT-JACQUES, — — — MONTREAL

BREVETS D'INVENTION, Marques de Commerce, Dessins de Fabriques, Droits d'Auteur, Canada et étranger.

Les Corporations et le public sont respectueusement invitées à correspondre.

LE VIN DE MESSE " INGHAM & Co. "

Le vin, cette liqueur si précieuse obtenue par la fermentation du jus ou du moût du raisin, est au si vieux que l'homme. De temps immémorial, le vin de la vigne a toujours été considéré à la fois comme un aliment, un excitant et un tonique. En effet, la plupart des principes que le vin renferme se trouvent dans notre organisme. On comprend alors l'action importante du vin dans notre alimentation. Mais, de nos jours, la falsification des vins est très répandue chez tous les peuples. Et généralement parlant, on peut dire, quand on achète un vin, qu'on ne sait s'il n'est pas falsifié. C'est pourquoi il intéresse l'acheteur de connaître ceux que la chimie a trouvés purs. Ainsi le vin de messe " INGHAM & Co. " est un vin reconnu incontestablement pur, puisqu'il est destiné au Saint Sacrifice de la messe. D'ailleurs, des certificats de Son Eminence le cardinal Taschereau et de Sa Grandeur l'Archevêque de Montréal, en sont une sûre garantie.

Nos lecteurs trouveront le VIN DE MESSE " INGHAM & Co. " chez **Chs Lacaille & Cie**, seuls agents autorisés pour la vente en gros de ce Vin, à Montreal ; Importateurs d'Epicerias, Vins et Liqueurs en gros, No 329 Rue ST-PAUL, et No 14 Rue DIDIER, Montréal. En vente aussi chez les principaux Epiciers.

LE REMÈDE DU
PERE MATHIEU



*7 ans d'expérience
à l'usage de ce médicament*

L'ANTIDOTE DE L'ALCOOL ENFIN TROUVE!

ENCORE UNE DÉCOUVERTE!

LE REMÈDE DU PERE MATHIEU

guérit radicalement et promptement l'insomnie et détruit tout désir des liqueurs alcooliques. Le lendemain d'une fête ou de tout abus des liqueurs enivrantes, une seule cuillerée à thé de ce médicament enlève la dépression mentale et physique. C'est aussi un remède certain pour toute fièvre, dyspepsie, Torpéur du Foie, ayant une cause autre que l'intempérance. *Vendu par les Pharmaciens, \$1.00 la bouteille.*

S. LACHANCE, seul propriétaire,
1538 et 1540 Rue Ste-Catherine, Montréal.

MAISON FONDÉE EN 1859.

HENRY R. GRAY,

CHIMISTE-PHARMACIEN

**144, - RUE ST-LAURENT, - 144
MONTREAL.**

*Médecins, Hôpitaux, Dispensaires, Couvents, Collèges, Universités,
etc., fournis de Drogues, Appareils chimiques à conditions
libérales, au prix du gros, qualité garantie.*

Guérison souvent, et Amélioration Toujours

DE

**LA CHORÉE, DE L'HYSTÉRIE,
DES CRISES NERVEUSES, DE LA DANSE DE ST-GUY**
Du Nervosisme qui fatigue si souvent

LES FEMMES AU MOMENT DE LA MENSTRUATION
ET DE

L'ÉPILEPSIE

PAR LES

DRAGÉES GELINEAU

Cette médication est en vente dans les principales pharmacies du Canada et chez

J. MOUSNIER Pharmacien
A SCEAUX, près Paris, FRANCE.