

LA MÈRE

ET

L'ENFANT

LA FAMILLE

LE FOYER

L'ÉCOLLE

LA MÈRE

L'ENFANT

L'ÉDUCATION



Diminuer le chiffre de la mortalité infantile, en enseignant à la jeune mère les choses nécessaires à la santé, et en la guidant auprès de son enfant malade, tel est le but que je me suis proposé, telle est la pensée qui a fait naître LA MÈRE ET L'ENFANT.

SEVERIN LACHAPELLE, M. D.

Professeur de médecine légale, d'Hygiène et des maladies des enfants à l'Université Laval. Médecin des enfants et professeur de la clinique des enfants à l'Hôpital Notre-Dame.

Le journal paraît le 10 de chaque mois.

Prix de l'abonnement : Un an, \$2 ; Six mois, \$1.00 ; Trois mois, 50 cts., invariablement payable d'avance.

Toute question concernant la rédaction ou l'administration devra être adressée à
SEVERIN LACHAPELLE, M. D., Boîte B. P. 1754, MONTRÉAL.



NOURRITURE AU LAIT DE NESTLÉ.

Cette nourriture est reconnue en Europe et en Amérique la meilleure pour les enfants.

Elle sert de préventif du Choléra des enfants.

Elle est préparée à l'eau seulement, évitant ainsi le danger du lait impur et malade.

Sur demande, un échantillon est envoyé, suffisant pour trois bouteilles (nourrices) de lait.

THOMAS LEEMING & CO.,

25 RUE ST-PIERRE, MONTREAL.

SOMMAIRE

Avantage offert à tout le monde.—Récapitulation des trois premiers numéros ou guide pratique de la mère.—Comment nourrir les enfants (*suite*).—Filtrons l'eau.—Le premier bain.—Encore les deshérités.—Le vomissement dans la coqueluche.—Le travail des enfants dans les manufactures.—Bébé Mimi.—La mère qui va nourrir et qui nourrit.—Le soulier de Nounou.

La Fameuse Source Ste-Geneviève.

On obtient cette eau minérale naturelle bien connue et de valeur, d'une source près du village pittoresque de Ste-Geneviève, magnifiquement situé sur les bords de la rivière Batiscan, à soixante-quinze milles au-delà de Québec; on peut s'y rendre chaque jour par les bateaux de la compagnie de navigation du Richelieu, de Montréal ou de Québec. C'est l'eau saline médicinale la plus puissante du Canada et elle est grandement recommandée par la faculté médicale pour les maladies suivantes :

Maladies de Bright, diabète, calcul ou pierre dans la vessie, urèthre, inflammation du col de la vessie ou des rognons, hémorrhagie des rognons, hémorrhoides, faiblesse des femmes, paralysie.

Albuminurie, urine bilieuse ou brûlante, épai ss. trouble, difficulté d'uriner, indigestion, dyspepsie, foie févreur, flatuosité, tendance à l'hydropisie, douleurs dans les rognons et les reins.

Voici une classe de maladies qui se rattachent beaucoup et qui ont la même origine, qui ont été dans une foule de cas grandement soulagés ou tout à fait guéries par la puissance et l'usage abondant de cette eau minérale. Cette eau peut à bon droit être surnommée le "remède spécifique de la nature" pour cette nombreuse classe de maladies qui affligent l'humanité et qui, comme les statistiques médicales le démontrent, sont la cause de la moitié des cas de décès.

Toutes commandes promptement remplies.

Dépôt général d'Eaux Minérales : 8 Côte du Beaver Hall, Montréal, A. POULIN & Cie.

LA MÈRE et L'ENFANT

AVANTAGE OFFERT A TOUT LE MONDE.

Les conditions spéciales suivantes sont proposées pour un groupe d'abonnés.

20	ABONNÉES, \$1.50 CHAQUE	- - -	\$30.00
40	" 1.00 "	- - -	40.00

Toute personne nous envoyant la somme de \$30.00 a droit à une remise de \$6.00, et à une remise de \$8.00 sur la somme de \$40.00 ; c'est-à-dire que nous lui donnons un cinquième de l'abonnement.

Nous prenons ce moyen de faire pénétrer partout LA MÈRE ET L'ENFANT, convaincu que nous sommes que — comme nous le disait une abonnée. — " Lorsque ce journal sera connu il sera apprécié."

RÉCAPITULATION DES TROIS PREMIERS NUMÉROS OU GUIDE PRATIQUE DE LA MÈRE.

NUMÉRO DE MAI :

Le but du journal.—L'enfant a besoin de boire de l'eau.—Le lait doit être le seul aliment du nouveau-né.—Il suffit à l'alimentation.—Comment administrer les remèdes aux enfants?—L'allaitement ne prédispose pas aux maladies des seins.—Comment traiter ces derniers?—Comment administrer l'opium aux enfants?—Comment les purger?—La mère doit toujours consentir à l'opération du croup.

NUMÉRO DE JUIN :

Pourquoi ne pas soigner les petits comme les grands?—Le traitement des scrofuleux, lymphatiques, etc.—Quelle est la différence entre le croup et le faux croup?—Comment donner un bain de pieds, faire un cataplasme, etc.—Quelle doit être la pharmacie de la mère?—Comment traiter la constipation de la première enfance?—La varicelle ne protège pas contre la picote.—Il faut être bien prudent lorsque l'on joue avec les enfants.

NUMÉRO DE JUILLET :

Le lait doit être donné dans une certaine proportion et selon une méthode régulière.—Le lait de la mère doit être analysé.—L'âge auquel on doit donner une nourriture artificielle à l'enfant.—Quels doivent être les aliments artificiels?—Quels sont les moyens de prévenir le choléra chez les enfants?—Comment traiter les convulsions? Comment prévenir les maladies des yeux des nouveaux-nés?—Comment traiter la diarrhée?—La diarrhée des enfants comme toutes les diarrhées, guérit après quelques jours de traitement : demandez votre médecin au plutôt.—L'amour maternel doit sauver l'enfant.

Comme on peut le voir, cette publication est d'une utilité première, et doit avoir sa place dans chaque maison où il y a une mère et un enfant. Les conditions d'abonnement sont avantageuses. S'adresser à Boîte de Poste 1754, Montréal.

Nous avertissons toutes les personnes qui ont reçu notre journal, qu'elles sont considérées comme abonnées, 1o si elles ne le renvoient pas ; 2o si renvoyant trois numéros reçus elles ne nous en font pas parvenir en même temps le prix.

COMMENT NOURRIR LES ENFANTS

(Suite)



C'est bien l'occasion de dire ce que l'on doit penser des nombreux aliments que le commerce offre à la mère qui croit que son enfant n'a pas assez du lait pour le nourrir et le fortifier.

La réclame est ingénieuse ; Sainte Beuve a dit que l'avenir du commerce était à la contrefaçon ; contrefaire, c'est-à-dire faire la même chose, imiter ; eh bien ! croit-on que l'on puisse imiter le lait de la mère !! Voyons quelle est la mère qui va croire cela.

Je comprends que l'on imite les produits artificiels, mais les produits naturels : allons donc. On vous trompe lorsque l'on vient vous dire que dans cette bouteille ou dans cette boîte, c'est du lait maternel condensé ; vaudrait tout aussi bien dire que cette bouteille et cette boîte sont une imitation réelle des réservoirs naturels dans lesquels l'enfant affamé va puiser sa nourriture.

Non, messieurs les chimistes, ces préparations que vous recommandez ne sont pas telles que vous voulez bien le faire croire ; elles ont passé par des laboratoires non payés pour parler, et l'on a tiré la conclusion d'après l'analyse, que la plupart, sinon toutes, contenaient des ingrédients qui ne devaient pas s'y trouver et étaient complètement dépourvues des principes essentiels qu'elles se vantaient de posséder.

Et puis, il n'y a pas que le laboratoire qui a parlé, (1) la clinique, le médecin ont observé tous les deux ; à l'Hôpital et il a été conclu comme chez le chimiste honnête : les mauvais effets constatés le plus souvent obligent de ne pas recommander ces préparations trompeuses : les bébés mignons que l'on rencontre sur les cartes de la réclame, n'ont jamais acquis leur apparence de bonne santé au moyen du Liebig food, etc. Cependant il est important qu'un enfant puisse avoir à sa disposition une nourriture toute prête ; celle de Nestlé préparée au lait est tellement recommandée par les autorités médicales les plus compétentes que nous sommes obligé de faire exception pour cette préparation qui réunit à un haut degré les éléments réparateurs et nutritifs nécessaires.

L'arrowroot dont on fait un si grand usage doit être considérée comme nuisible vu la grande quantité d'amidon qu'elle contient.

Churchill et bien d'autres avec lui recommandent *la gelée de pain*. On la prépare de la manière suivante : on prend la mie du pain rassis, on la sépare en petits morceaux, et on la recouvre d'eau chaude, puis on laisse tremper pendant quelque temps. Ensuite on égoutte et on ajoute de l'eau fraîche que l'on fait bouillir jusqu'à ce que le pain devienne bien mou ; l'on

(1) Roth.

enlève alors l'eau, et le pain en refroidissant forme une gelée que l'on fait manger mêlée au lait.

Le thé de bœuf préparé au moyen de la bouteille trempant dans l'eau chaude contient des sels en quantité et est contraire pendant la saison chaude, ou il y a tendance à la diarrhée. On se souviendra toujours que le bouillon de veau donne aussi la diarrhée, tandis que celui de mouton amène la constipation.

Disons ici que la meilleure manière de préparer le thé de bœuf est de mettre une livre de maigre de bœuf dans une chopine d'eau froide ; on y ajoute dix gouttes d'acide hydrochlorique dilué ; on laisse bouillir doucement pendant trois heures en agitant de temps en temps. C'est tout.

Ce qui doit nous régler dans l'alimentation de l'enfant est l'apparence de bien être ou de développement acquis de plus en plus chaque jour, et pour assurer ce bien-être, nous devons toujours nous souvenir que pour le petit enfant comme pour l'adulte la nourriture ne saurait être invariablement la même pour tous : votre nature se révolte à la pensée de tel plat ou de tel autre ; cette révolte ne saurait s'expliquer ; c'est antipathie incompréhensible comme peuvent l'être certaines sympathies ; or cette loi existe chez l'enfant, sinon au même degré, à un certain degré suffisant pour qu'elle mérite d'être respectée.

Cela étant donné, un changement de nourriture peut être suffisant pour donner à l'enfant l'élan de croissance que cherche l'œil inquiet de la mère.

L'enfant peut rester pendant un certain temps dans un état stationnaire qui n'est pas la maladie, mais qui n'est pas non plus la santé, dans tout son

épanouissement naturel. On constatera cet état plus ou moins apparent au moyen de la pesée. A ce sujet disons de suite qu'une augmentation d'une demi-once à une once par jour pendant les 4 à 5 premiers mois est le résultat que la pesée doit nous donner ; pendant le reste de l'année une augmentation quotidienne de une demi-once devra satisfaire : ces chiffres constituent une bonne ligne de nutrition et peuvent servir de base à la quantité rationnelle d'aliments : chaque fois que ces chiffres feront défaut pendant quelques jours, modifiez l'alimentation et l'ordre sera rétabli, et la croissance reprendra sa marche progressive.

C'est ainsi que, à mesure que l'enfant se développe, on pourra ajouter à son alimentation et la quantité et la variété des mets qui doivent entrer dans son menu friand : le pain bis, les biscuits soda et le beurre, la pomme de terre arrosée d'une sauce non épicée, la viande de bœuf, la cuisse du poulet viendront tour à tour éveiller l'appétit et éprouver les forces acquises.

Mais puisque nous avons voulu adopter une méthode sévère concernant l'alimentation et de laquelle nous ne voulons pas que la mère s'éloigne, nous croyons nécessaire de donner ici un échantillon du menu que la mère doit servir à notre nouveau convive. Je l'emprunte à une autorité américaine.

Premier repas, 6 a.m.—Une tasse de lait avec biscuit à la crème ou une tranche de pain beurré.

Deuxième repas, 8 a.m.—Pain bis dans un lait riche.

Troisième repas, 12 a.m.—Une tranche de pain au beurre avec un demiard de thé de bœuf, ou de bouillon de mouton ou de poulet.

Quatrième repas, 4 p.m.—Un grand

verre de lait avec biscuit ou pain au beurre.

Cinquième repas, 8 p.m.—Un verre de lait avec pain ou biscuits.

Voilà pour la première partie de la deuxième année.

Mais notre enfant a seize mois, sa musculature se développe, son ossature a besoin de se solidifier pour porter la masse grasseuse acquise, le menu doit être modifié.

Premier repas, 6 a.m.—Pain ou biscuits dans un demiard de lait.

Deuxième repas, 8 a.m.—Une cuillerée à soupe de fleur d'avoine, biscuit de froment avec du lait et une couple de tranches de pain au beurre.

Troisième repas, 12 a.m.—Pain et beurre, lait et un œuf cuit légèrement.

Quatrième repas, 4 p.m.—Un morceau de bœuf à moitié cuit que l'enfant sucera ; patates écrasées dans la sauce, pain et lait et un peu de gelée de pain ou de riz.

Cinquième repas, 8 p.m.—Lait et pain ou biscuit.

En hiver on pourra avancer d'une heure ces deux repas.

Maintenant, nous sommes arrivés à la fin de la première enfance : le petit garçon commence à jouer au soldat, la petite fille à la mère ; leur place à tous deux a déjà été prise au salon, il faut la leur donner aussi à la table commune ; ils ont les vingt dents de la première dentition, que faut-il de plus ?

(A continuer)

FILTRONS L'EAU

AUL doute que l'analyse constate que notre eau n'a pas toute la pureté requise. En attendant que l'autorité ait pris les mesures nécessaires pour lui rendre son état virginal, il n'y a qu'une chose à faire et qui s'impose à tout le monde, c'est de filtrer l'eau avant d'en faire usage.

Le filtre, ou la fontaine-filtre, agit en retenant ou en détruisant les matières étrangères ou nuisibles.

Il n'y a pas d'objet dont l'usage soit plus obligatoire à l'heure qu'il est, et nous le demandons surtout au nom des petits enfants, qui l'eau est non seulement un breuvage mais une nourriture.

La fontaine-filtre que nous trouvons sur le marché à Montréal, est celle de George Cheavin, son prix modique la met à la portée de toutes les familles.

LE PREMIER BAIN



ES bains hygiéniques n'ont guère d'adversaires, parmi les médecins du moins ; ils ont seulement des partisans plus ou moins ardents. Le premier des bains hygiéniques est donné à l'enfant aussitôt après la section et la ligature du cordon.

C'est un bain de nettoyage, qui a pour but de commencer à enlever le dossier épidermique et sébacé de la peau. Il suffit de "cinq minutes" pour laver la peau avec une éponge propre, molle et fine, pendant qu'une seconde personne tient l'enfant avec une main sous le siège, l'autre, les doigts écartés, embrassant la région dorsale, l'index sous l'une des aisselles et le pouce sous l'autre.

La température du bain doit avoir été mesurée "avec un thermomètre." Pour le premier bain 35 degrés est une température convenable. Biedert nous semble un peu imprudent de conseiller 32 degrés dès la naissance ; il est vrai que cet auteur vise l'endurcissement des enfants. Mais, avant de penser à endurcir les nouveaux-nés, il n'est pas mauvais de les laisser vivre, en ne les exposant pas à contracter, dès le début de leur vie, quelque refroidissement préjudiciable. Un bain à 35 degrés produit déjà un petit abaissement de température de 0°,5 en moyenne.

Pendant que l'enfant est frotté dans le bain, des serviettes fines, une flanelle chauffent devant le feu, et servent à l'essuyer très minutieusement dès qu'on le retire de l'eau. Toutes les parties du corps doivent être "essuyées" ; c'est l'évaporation de l'eau sur certains points de la surface cutanée qui peut être une des causes du coryza que prennent quelques enfants dès le premier bain, et l'on ne saurait trop insister sur les inconvénients très notables du coryza au début de la vie.

Après ce premier bain, quelques auteurs conseillent de laisser passer trois ou quatre semaines avant de soumettre l'enfant à l'usage régulier des bains généraux. Pendant ce laps de temps, on se contenterait des "lavages à l'éponge" exécutés lestement une heure et demie après la précédente tétée, et, autant que possible, un certain temps après le réveil, pour ne pas procurer à ce système nerveux impressionnable une trop désagréable surprise en le faisant passer brusquement de la tiédeur du berceau aux caresses toujours un peu brutales de l'éponge.

Pour les lotions, on peut employer l'eau simple dégourdie, additionnée de quelques gouttes d'un alcoolat ou d'un vinaigre aromatique. La décoction de feuilles de noyer est recommandée par M. J. Simon, à cause de ses propriétés astringentes, quand la peau est particulièrement délicate.

Le lavage terminé, on saupoudre avec soin tous les plis de flexion avec la poudre de lycopode, d'amidon, de bismuth, de talc. Se méfier des poudres de riz parfumées, et surtout colorées,

qui peuvent contenir quelques ingrédients irritants.

Les bains pendant la première année ne seront ni trop fréquents, ni trop prolongés, ni trop chauds. Dr KARL.

ENCORE LES DÉSHÉRITÉS

DANS le numéro de juin, nous avons conseillé le traitement interne qu'il faut faire suivre à ceux-là que nous avons appelés les déshérités, c'est-à-dire à cette nombreuse petite troupe de scrofuleux, lymphatiques, rachitiques, que l'on reconnaît à l'apparence chétive, aux difformités quelquefois qui la caractérisent, difformités dues au ramollissement du squelette. La Phosphatine de Fallière est la préparation qui a son indication dans ces cas, nous pouvons ajouter que nous avons dans notre commerce une préparation équivalente et plus à la portée de toutes les bourses, par la modicité du prix, car malheureusement nos médicaments français sont bien souvent inabordables sous ce rapport, cette pré-

paration est Phillips' Wheat Phosphates.

Outre le traitement intérieur, il y a un traitement extérieur que nous conseillons Selferskjold (je ne puis donner la prononciation). Ce traitement consiste dans le massage répété chaque jour, pendant dix à quinze minutes. Ce massage, ou frottement avec la main ou une étoffe quelconque doit se faire sur tout le corps. Le traitement dure de six à huit semaines : le résultat est satisfaisant quand il n'y a pas germe héréditaire.

Allons pauvres petits infirmes, petits patira, il y a du courage chez vos amis les médecins, qu'il y ait de l'espérance là dans votre cœur et celui de votre mère.

La chaux contenu dans le lait sert à la formation des os. Il est prouvé que la chaux qui se trouve dans le lait de vache est absorbé par l'enfant trois fois moins que la chaux du lait de la mère. Or on sait que lorsque cette substance fait défaut, toutes sortes d'infirmités du squelette surviennent. Cette seule considération n'est-elle pas suffisante pour que la mère nourrisse son enfant de son propre lait ?

LE VOMISSEMENT DANS LA COQUELUCHE



Le vomissement est un symptôme de la coqueluche, symptôme qui manque souvent il est vrai, mais qui se montre dans un bon nombre de cas, parfaitement simple d'ailleurs, et qui ne paraît pas l'aggraver parce qu'il se produit en définitif à espaces assez éloignés. Il survient, à la fin de la quinte, surtout si cette dernière saisit l'enfant alors qu'il a l'estomac rempli par les aliments. On est porté à l'attribuer aux secousses auxquelles l'estomac se trouve soumis, par le fait qu'il survient à la fin des quintes et qu'en général son apparition, surtout comme complication, ne se voit que dans les coqueluches intenses. J'ai observé aussi d'une manière certaine, dans des familles dont je soignais tous les enfants, que ceux qui avaient l'estomac habituellement moins bon, étaient de petits mangeurs délicats et vomissaient facilement pour la moindre cause, en temps ordinaire, avaient, pendant leur coqueluche, des vomissements bien plus fréquents.

En général, un enfant atteint de coqueluche doit faire des repas légers et répétés, par conséquent plus souvent qu'en temps ordinaire. Pour ceux qui vomissent, il faut donner la préférence aux aliments liquides et en avoir tou-

jours de prêts à leur offrir immédiatement après la quinte qui vient de leur faire rendre ce qu'ils avaient dans l'estomac. Le matin, avant de faire manger ces enfants, il faut attendre qu'ils aient eu plusieurs quintes sous peine de voir leur premier déjeuner complètement rejeté; dans la journée, il faut les faire manger après qu'ils viennent d'avoir une quinte un peu considérable, dans l'espérance que n'en ayant pas d'autres pendant un certain temps, ils garderont l'aliment qui leur a été donné.

C'est effectivement ce qui a lieu, sauf pour quelques-uns, qui vomissent, même dans l'intervalle des quintes. Certains agents paraissent avoir une action heureuse pour modérer le vomissement, ainsi le café; aussi est-il bon d'en avoir toujours sous la main, pour en donner une cuillerée à café ou à dessert, aussitôt que l'enfant a pris son repas ou immédiatement avant. Ce café doit être donné très chaud ou glacé. Quand il y a une irritation manifeste de l'estomac, il faut tâtonner, si je puis dire, et essayer de différents agents pour la calmer. Ainsi, une demi-goutte ou une goutte de laudanum dans une cuillerée à café d'eau sucrée, trois ou quatre fois par jour, quelques minutes avant de faire manger. La glace et les eaux chargées d'acide carbonique peuvent aussi rendre des services dans ces cas.

Parmi les aliments qui seront le

mieux supportés, il faut citer le lait, les gelées, le consommé américain, etc.

Enfin si l'enfant se nourrissait tout à fait insuffisamment par l'estomac, il faudrait recourir aux lavements avec 3 ou 4 cuillerées de peptone, données 3 fois par jour. Ils sont bien mieux tolérés qu'on ne pense généralement.

Aux vomissements se joint souvent

la diarrhée qui peut d'ailleurs exister sans eux, diarrhée catharrale, qui a une très grande tendance à passer à l'état chronique et contre laquelle il faut diriger les moyens employés en pareille circonstance. Il importe beaucoup de l'arrêter parce qu'elle est pour les petits malades une cause d'épuisement très active. Dr ARCHAMBAULT.

LE TRAVAIL DES ENFANTS DANS LES MANUFACTURES

UNE délégation, composée de plusieurs directeurs d'une filature de coton, s'est rendue l'autre jour auprès de l'honorable Premier de la province de Québec, pour lui demander d'amender l'acte concernant le travail, de manière à ce qu'il soit permis d'employer dans leurs manufactures des enfants au-dessous de 14 ans.

La raison donnée est la rareté de la main-d'œuvre dans certaines localités.

La question est à l'étude et réponse sera faite à la prochaine session à Québec.

Nous nous permettons de dire au gouvernement qui nous régit : vous allez répondre, non ! et voici pourquoi.

Le développement normal de l'homme ne peut se faire que d'après certaines lois ; on ne peut enfreindre ces lois impunément.

Que faut-il pour assurer la croissance naturelle de l'enfant et faire de cet être frêle d'aujourd'hui le citoyen fort et vigoureux de demain ? Il faut respecter

ces lois. Quelles sont-elles ? Nous allons le voir.

La vie peut être partagée en trois époques bien distinctes : la première, époque de croissance, la deuxième, époque stationnaire, la troisième, époque de décrépitude : dans cette dernière l'homme est irrésistiblement entraîné vers la terre, dit Victor Hugo, — mais nous n'avons à nous occuper ici que de la première, époque de croissance.

• L'époque de croissance s'étend jusqu'à vingt et un ans : avant cet âge, l'homme est enfant ; la loi le prive de sa liberté, et la patrie le trouve trop faible pour en faire un soldat.

L'homme se cultive comme une plante ; tous les deux ont besoin d'air, de lumière, d'éléments nutritifs, et d'une *direction physique* qui assurera la conservation du type primitif.

La plante dans l'obscurité se penche avidement vers le soleil pour boire ses rayons ; si elle en est complètement privée, elle s'étiole ; ainsi en est-il de l'homme.



Il y a plus que cela chez l'homme. L'homme est composé de différents tissus, il y a les muscles, les os ; il est composé de différents organes ; or ces tissus et ces organes ne se développent pas tous au même degré, d'une manière uniforme aux différents âges de la croissance.

C'est de dix à vingt ans que les os et les muscles se forment, que le squelette surtout se fortifie, comme c'est au delà de vingt ans que le cerveau s'organisera et que ses brillantes qualités pourront s'équilibrer.

Le squelette, c'est-à-dire la charpente humaine, se consolide, se fixe donc, dans ces quelques années que les physiologistes appellent adolescence, et les poètes le printemps de la vie.

Eh bien, cette consolidation de squelette, de la charpente humaine, doit se faire sur tous les points de ce squelette, de cette charpente ; il doit y avoir harmonie dans la multiplication des mouvements ; ces dernières doivent s'exercer partout ; ils ne sauraient être répétés longtemps sur une partie sans qu'une autre ou que les autres en souffrent.

Cette vérité est tellement admise aujourd'hui que l'on comprend que les exercices ordinaires tels que la marche, le saut, la course, etc., sont bien plus avantageux pour le développement physique des individus, parce qu'ils exercent toutes les parties de l'ossature et de la musculature humaines, que les différents exercices de gymnastiques dont l'action est plus localisée à une partie du corps, selon le genre de gymnastique employé.

Le travail de la vie, de la croissance, étant compris, la conclusion est facile à tirer, quant à ce qui concerne le travail de l'enfant dans les manufactures.

La loi permet de faire travailler un enfant de quatorze ans. Si cette loi doit être amendée, ce n'est certainement pas en faveur du patron fort, mais en faveur du jeune ouvrier faible ; c'est-à-dire qu'elle devra être amendée de manière que l'enfant ait acquis un développement plus complet avant d'être assujéti à la servitude routinière du travail.

Qu'en ferez-vous : en effet, messieurs les législateurs, de cet être faible, si vous lui permettez, poussé par la cupidité des parents ou du manufacturier, beaucoup plus que par ses instincts naturels, qu'en ferez-vous en effet, si la machine de l'atelier s'en empare ; vous enrayerez la marche de sa croissance. Cette croissance au lieu de se faire selon les lois de la nature en deviera ; cet enfant au lieu de grandir, le pas ferme, le maintien noble, la cambrure fière, le regard en haut, ne grandira pas, parce que sa marche ne sera pas sûre, la position de son corps sera incertaine, et sa tête restera penchée vers la terre au dehors de l'atelier, comme elle l'est toujours vers l'ouvrage au-dedans.

En effet l'arbre reste plié du côté qu'il a penché le plus, ainsi de l'enfant, ainsi de l'homme, et si l'arbre plié jeune, qui pourra le redresser plus tard ?

Les os de l'enfant plient, comme une branche verte, et les difformités physiques chez lui sont le résultat inévitable des positions qui s'éloignent de la position naturelle. Et comment la chose n'arrivera-t-elle pas fatalement à l'atelier, puisque nous la constatons à l'école.

À l'école nous voyons les déviations latérales de la moelle épinière, qu'on appelle *scoliose*, résultat de la position assise d'un enfant sur un banc et à une

table, qui ne sont pas proportionnés à sa taille; et la même chose ne se rencontrerait pas à l'atelier? Beaucoup plus: à l'école l'enfant est dans une position passive, à l'atelier il est dans une position active. Donc les mauvais effets s'accroîtraient davantage.

Quels sont ces mauvais effets? Les déviations de la colonne vertébrale, avons-nous dit, qui nous donnent tous ces types malheureux de la famille trop nombreuse, des bossus, des boiteux, etc. Est-ce tout? Non. Les déviations du squelette ne se font pas sans trouble des organes par pression ou autrement. Voilà le vrai danger, le mal réel!! Les poumons et le cœur ne sauraient bien fonctionner alors, et les maladies fatalement incurables de ces organes en sont le résultat naturel: La position vicieuse, l'absence d'un air peu vivificateur, plus que cela, la présence d'un air surchargé de matières étrangères, etc., tout cela a pour effet de multiplier le nombre de ces malades, appelés poitrinaires chez qui l'on trouve cette continuelle espérance de toujours vivre, et que l'on voit pourtant toujours mourir si jeunes.

Ah oui! la prospérité d'une industrie obtenue au prix de tant de sacrifices ne saurait être désiré. Le sang du peuple peut être versé sur le champ de

bataille, donné généreusement pour le triomphe d'une cause sainte; mais de grâce qu'il ne serve pas à colorer le sang appauvri du riche: que ce dernier meure d'anémie, que m'importe, mais qu'il n'assassine pas avant de mourir.

La conclusion donc au point de vue scientifique, nous n'avons pas d'autre point de vue à traiter ici, est que la protection doit être accordée à l'enfant si l'on veut que l'enfant devienne un homme et fasse honneur à la nation.

Il est cependant une distinction importante que nous devons faire en terminant ces quelques lignes de protestation, distinction qui nous oblige de protester encore plus énergiquement, la voici: Dans ces manufactures les petites filles sont employées plus que les petits garçons. Ce que nous avons dit s'applique encore plus à cet être frêle, à ce sexe faible, qui semble ne devoir pencher que pour s'appuyer sur l'homme, et non pour être asservie, esclave blanche résignée, au mouvement automatique du mécanisme de l'outillage. Pour cet être surtout, nous demandons protection. Que la jeune fille soit autant que possible près de la mère, afin qu'elle apprenne de celle-ci à devenir et à rester toujours la gardienne et l'ange du foyer.



BÈBE, MIMI

Elle marche de l'air d'une grande personne
 Sans s'appuyer aux murs ni broncher en chemin,
 Petite, oh ! si petite, oh ! tellement mignonne
 Qu'une rose serait un fardeau dans sa main.

Petite, oh ! tellement petite et fine et frêle
 Qu'une fleur de muguet cacherait ses genoux,
 Avec cela coquette, et quand nous parlons d'elle
 Elle a, se retournant, des sourires pour nous.

Ses cheveux d'or, filés menus par une fée,
 Sont roulés en frisons : si légers, — il faut voir ! —
 Si légers que j'ai cru qu'elle s'était coiffée
 De ses petits doigts fins, elle-même au miroir !

Enfin, ayant horreur d'un corsage qui monte,
 Elle est décolletée et d'un air ingénu
 Elle mentre, oui vraiment ! sans embarras, sans honte !
 A deux ans ! ses bras blancs et son sein demi-nu !

O despote adorable, enfant, tête suave,
 Regard du rouge-gorge étonné, grand œil noir,
 Ton père est ton vassal, ta mère est ton esclave !
 Ce que tu veux, tu n'as qu'à parler pour l'avoir !

Petite à s'en moquer, sa menotte commande,
 Fillette, et tiens, vois-tu, tel est le cœur humain,
 Mes soucis sont bien lourds et ma joie bien grande,
 Et je sens que cela tiendrait tout dans ta main !

JEAN AICARD.

(*La Jeune Revue*).

LA MÈRE QUI VA NOURRIR ET QUI NOURRIT

Nous avons, dans un premier article donné quelques conseils à la mère qui va nourrir. On nous a demandé qu'est-ce que nous conseillions à la jeune mère qui se prépare avec anxiété à l'allaitement de l'enfant et qui est épouvantée des gerçures. Voici :

Dans les derniers mois qui précèdent cette fonction importante — qui est au commencement une corvée dont la mère aussi bien que l'enfant, ne veut bien souvent plus se passer à la fin, — il est nécessaire d'étirer fréquemment les bouts de sein, en opérant une succion au moyen d'une pompe à lait, et de laver celui-ci chaque jour avec de l'eau modérément froide, ce qui en même temps contribue à le durcir.

Nous recommandons aussi, à cet effet de l'humecter avec de l'alcool.

Ces soins de propreté doivent être continués minutieusement après la naissance. A chaque tétée surtout, il ne faut jamais oublier de bien assécher le bout du sein avec un chiffon de toile souple. Si vous négligez cette sempiternelle précaution, les gerçures seront causées par l'irritation causée par le lait qui ramollit la peau et la déchire en fermentant.

Nous avons dit aussi que les morsures des dents développent le muguet, maladie de la bouche du petit nourrisson, caractérisée par des ulcères blanchâtres que l'on fait disparaître avec le miel borax. Eh bien ! cette petite

maladie, ce muguet, est causée plutôt par le lait fermenté du bout de sein que l'on aura négligé de bien entretenir. Pensez donc au mal qu'une précaution bien simple pourrait facilement prévenir.

Quel est le régime de la mère qui nourrit ?

Le savant a analysé le sang de la mère, et a constaté contre la croyance ordinaire qu'il était plus pauvre que le sang de la femme qui n'est pas mère. La diète sévère n'a donc pas sa raison d'être pendant plusieurs jours après la naissance de l'enfant. Il faut venir au secours de notre malade au plutôt, et refaire son sang affaibli ou perdu.

L'alimentation sera donc riche dès les premiers jours : *la mère doit prendre autant de nourriture qu'elle peut en assimiler ; mais elle ne doit pas en prendre davantage.* Plusieurs seront surpris peut être de cette ordonnance qui doit être rigoureusement suivie.

Une autre raison en faveur de l'enfant.

L'expérience nous prouve que les nourrices affamées ont un lait insuffisant. Vous allez donc compromettre les jours de celui qui vous est si cher en suivant la vieille et malheureuse routine des neuf jours de ridicule privation.

L'analyse, — sur laquelle nous nous basons toujours autant que possible pour établir nos prescriptions — nous dit aussi que les nourrices fatiguées par

un excès de travail ont aussi un lait insuffisamment nutritif : on devra donc craindre la fatigue.

Et que l'on se souvienne bien qu'il ne faut pas une forte occupation pour amener alors ce résultat fâcheux : notre travailleuse ne saurait faire quelque mouvement sans sentir son sang s'agi-

ter, son cœur palpiter, et des bouffées de chaleur monter vers son cerveau. Gare à vous.

Que votre préoccupation unique, soit l'élevage de votre enfant. Mangez pour lui ; buvez pour lui ; pour lui faites le sacrifice d'un travail pénible, d'un plaisir désiré.

LE SOULIER DE NOUNOU

Fx ce temps-là, j'étais grand comme une bouteille. Mes parents, me voyant si petit, s'étaient résignés à me laisser le plus longtemps possible à la campagne, chez ma nourrice.

Je ne songeais pas à m'en plaindre. Je connaissais à peine mes parents, et j'adorais Nounou, qui me le rendait de toutes ses forces et me gâtait à ce point que je n'ai jamais pu m'en remettre. Elle m'appelait son petit mouton blanc. Je ne la quittais pas d'une semelle, je lui imposais tous mes caprices, je la tyrannisais. Nounou acceptait tout, trouvait tout charmant, et se bornait à répondre aux observations de son mari qui eût voulu qu'elle me corrigât :

—Oh ! le pauvre chéri, ça viendra toujours assez tôt qu'on lui fera de la peine.

Bonne Nounou ! Je l'entends encore me défendre ; à trente ans de distance, je reconnaîtrais sa voix entre mille, et tenez ! tout à l'heure, l'un de vous ayant laissé tombé le nom de Noël, j'avais

sentí soudain frissonner à mon oreille l'écho lent et triste de la berceuse que chaque soir, durant trois ans, penchée sur mon berceau, elle récitait comme une prière :

Dormez, les petits enfants !
Dormez sous vos rideaux blancs !
Dormez, l'ange vous regarde !
Dormez, la mère vous garde !

Or, vers les derniers mois de mon séjour chez elle, je remarquai qu'elle s'étudiait moins à me gâter. J'étais toujours son petit mouton blanc, mais elle me faisait maintenant attendre ses caresses ; parfois il m'arrivait de trépi-gner sans qu'elle parût s'en apercevoir, tout entière à je ne sais quel rêve dont ma jalousie précoce s'exaspérait.

—Je vois bien que tu ne m'aimes plus ! lui disais-je alors. Tu penses à un autre mouton blanc... Eh bien ! achète-le, et tu verras.

Brusquement, elle me prenait dans ses bras, et je sentais, sous ses baisers,

une grosse larme descendre de ses yeux sur ma joue. Quand elle me rendait ma liberté, je voyais toujours que son mari riait en dessous, et je l'appelais : vilain ! en lui tirant la langue.

La veille de Noël, j'eus un gros chagrin. Nounou, que je n'avais jamais quittée, m'envoya dormir chez une voi-

ne lui permettrait pas de venir. Tu es si gentil, vois-tu, mon petit mouton blanc, que Jésus ne voudrait plus te quitter, et ça ferait pleurer sa mère.

Cette raison, surtout la pensée que la mère du petit Jésus l'empêcherait de venir, me toucha.

—Eh bien ! je m'en vais, répondis-je,



Je revis mon rêve de la nuit :.....

sine. Je me débattis comme un beau diable, j'allai, dans mes rages, jusqu'à mordre le mari de Nounou !

—Ecoute, me dit-elle doucement. Cette nuit, c'est Noël, tu sais, la nuit où le petit Jésus vient mettre des jouets dans ton soulier. Eh bien ! sa maman m'a fait savoir que si tu restais ici elle

mais dis-bien à Jésus que je veux un grand, grand jouet, grand comme moi.

Un moment, mon soulier étant tout petit, je songeai à mettre celui du mari dans la cheminée ; mais celui-là encore ne me parut pas de taille à contenir le cadeau de Jésus. Et, mes yeux étant tombés sur le berceau :

—Tiens ! m'écriai-je en le montrant, mets-le dans la cheminée, tu diras au petit Jésus que c'est ton soulier, à toi, Nounou.

Le mari se mit à rire. Nounou murmura en joignant les mains :—Oh ! le trésor !—et je me laissai conduire chez le voisin. J'y dormis mal. Toute la nuit, je vis défiler dans l'ombre des Jésus auréolés, portant dans leurs bras des poupées plus grandes qu'eux.

Au matin, je me fis habiller, et je courus chez Nounou. La maison était silencieuse : ma nourrice reposait toute blanche dans son grand lit. Sans bruit, j'allai au berceau, j'écartai doucement les rideaux, et je vis...

Je revis mon rêve de la nuit : dans le berceau dormait une des poupées roses qui avaient traversé mon sommeil, entre les bras des petits Jésus sortant à la queue-leu-leu de la cheminée. Je poussai un cri de ravissement qui réveilla Nounou :

—Prends garde ! me dit-elle, en jetant ses deux mains de mon côté.

Ah ! bien, oui, prends garde ! La poupée était à moi, je la reconnaissais bien ; déjà je l'avais prise dans mes bras et je me disposais à m'élaner dehors pour la montrer à tout le village,

quand tout à coup, elle se mit à pleurer. J'en fus à la fois si étonné et si heureux, que je faillis la laisser tomber. Heureusement le mari entra, qui me l'enleva et la remplaça dans le berceau.

—Ah ! mais, c'est ma poupée ! criai-je en tapant du pied, je la veux.

Et, pleurant de rage, je courus cacher mes larmes dans l'oreiller de Nounou.

—Ne pleure pas ! ne pleure pas ! tu me fais mal, me dit Nounou, d'une voix si faible que je relevai la tête pour la regarder, effaré. Ce n'est pas une poupée comme les autres, vois-tu, c'est... c'est...

—Qu'est-ce que c'est ? demandai-je impatient. Comment l'appelle-t-on, celle-là ?

Le mari se mit à rire, franchement, cette fois, et me répondit :

—La petite sœur.

Et, me laissant à mes réflexions, il s'approcha de Nounou qui lui tendit les mains, et je les vis s'embrasser longuement.

Huit jours après, on me ramena chez mes parents—et me voici ! acheva notre conteur, en retrouvant son air gouailleur.

ALCIDE JOLLIVET.

Un encouragement pour nos abonnées.

L'abonnement étant payable d'avance, nous offrons à nos abonnées une consultation par écrit, ou à notre bureau, 3530, rue Notre-Dame, 1312, Téléphone Fédéral. Heures de bureau : la matinée, jusqu'à une heure p. m.

Nous croyons que pour atteindre notre but, il nous faut nous imposer ce sacrifice.

Les pauvres non abonnées auront toujours droit à la consultation dans notre service à l'Hôpital Notre-Dame.

JOHNSTON'S
FLUID BEEF



— LE —

Régénérateur
de la Force

LA PLUS PARFAITE DES NOURRITURES CONCENTRÉES.

Stimulant. Fortifiant.

La seule viande qui contient tous les éléments de force.

Agréable au goût. Indispensable dans les maladies.

Avantageux dans la cuisine domestique.

Spécialité des Maladies des Enfants

Dr SEVERIN LACHAPPELLE

NO. 3530, RUE NOTRE-DAME, SAINT-HENRI.

Heures de bureau.—Toute la matinée jusqu'à 1 heure P.M.

Pour les pauvres.—Tous les jours à l'Hôpital Notre-Dame, à 2 heures P.M.

Toute consultation par correspondance devra être accompagnée de la somme de un dollar.

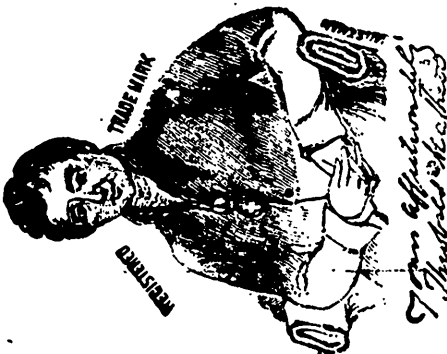
Nouvelle FONTAINE-FILTRE de George Cheavin

H. F. JACKSON, Chimiste, Agent pour le Canada

2263 RUE SAINTE-CATHERINE, MONTREAL

Toute eau à boire doit être filtrée.

LE REMÈDE DU
PERE MATHIEU !



L'ANTIDOTE DE L'ALCOOL ENFIN. TROUVE !

ENCORE UNE DECOUVERTE !

LE REMÈDE DU PERE MATHIEU agit radicalement et promptement l'intempérance et déracine tout désir des liqueurs alcooliques. Le lendemain d'une fête ou de tout abus des liqueurs envivantes, une seule cuillerée à thé sera disparaitre entièrement la dépression mentale et physique. C'est aussi un remède certain pour toute Fièvre, Dyspepsie, Torpeur du Kolt, ayant une cause autre que l'intempérance. *Vendez par les Pharmaciens, \$1.00 la bouteille.*

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

PHARMACIE

— DU —

Dr GUSTAVE DEMERS

2193 RUE NOTRE-DAME
MONTREAL.

Grande spécialité des remèdes de l'Enfance :

- Contre les Convulsions :* Sirop anti-convulsif du docteur Gelineau.
- Contre la Coqueluche :* Sel alimentaire iodo-bromophosphate de Paul Collas.
- Sirop de Dentition :* I. Mousnier, Paris.
- Alimentation de l'Enfant :* Phosphatine Falières.
- Suberine :* Poudre de toilette au liège.
Guérit les rougeurs, les excoriations de la peau, les gerçures des seins.
- Papier Rigollot :* Remplace avec avantage l'emplâtre de moutarde, d'un usage si fréquent chez les enfants.

ETC., ETC., ETC.

PHARMACIE DU DOCTEUR GUSTAVE DEMERS

2193 RUE NOTRE-DAME, MONTREAL.

On s'abonne ici au journal LA MÈRE ET L'ENFANT.

Tirage du mois d'Aout, No 4, 2500 copies.

F.-X. LESSARD, Imprimeur.

Imprimé par "l'Imprimerie du Commerce," 27, rue Fortification.