

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 DE LA

SOCIÉTÉ D'HYGIÈNE DE LA PROVINCE DE QUÉBEC.

RÉDACTEURS :

DR. J. I. DESROCHES. | DR. J. M. BEAUSOLEIL.

SOMMAIRE.

1885-1886	Dr J. I. Desroches.
Assainissement de Paris, (<i>Journal d'Hygiène</i>).	
La femme en voyage	Saint Juirs.
La Femme	Mgr Pinto Campos.
Méthode en Hygiène.....	A. Rouzel.
Fruits en Hygiène.....	Dr Home.
L'Electricité et l'Hygiène.....	Dr de F.
Décatalogue de la santé	Dr J. B. Black.

Le Journal paraît le 1er et le 15 de chaque mois.

Administration.

ABONNEMENT :

\$1.50 PAR ANNÉE, PAYABLE D'AVANCE.

Ce montant peut être remis par lettre enregistrée au

Dr. J. I. DESROCHES,

No. 189, RUE AMHERST.

ANNONCES :

LES CONDITIONS D'ANNONCES DE MOULANT DE CRR A CRR.

Pour toute information s'adresser au

Dr. J. M. BEAUSOLEIL,

No. 66, RUE ST-DENIS.

Boite 2027, Bureau de Poste, Montréal.

IMPRIMERIE W. F. DANIEL.

COLLABORATEURS :

Dr. Norbert Fafard,
Dr. Ls. Laberge,
Dr. A. B. Larocque,
J. L. Archambault,
L. H. Archambeault,
Dr. H. E. Desrosiers,
Dr. A. Lamarche,
Dr. L. C. Prévot.
Dr. A. G. A. Ricard,
Dr. A. Laporte,

A. Hamon, de Paris
Emile Vanier,
Dr. L. J. V. Cléroux,
C. A. Pfister,
Dr. A. A. Foucher,
L. Dagrón Richer,
Dr. T. A. Brisson,
Dr. L. A. Paré,
Léon Leduc.

GOLDIE & McCULLOCH

“GALT SAFE WORKS”

ONT OBTENU POUR LEURS COFFRES FORTS

à l'épreuve du feu et des voleurs.

LES PLUS HAUTES RECOMPENSES

partout où ils es ont exhibés

ET EN 1884 DEUX MEDAILLES D'OR.

J. ALEX. ROBERT,
Agent Local.

ALFRED BENN,
Agent Général.

Entrepot : 298 Rue St-Jacques, Montréal.

AUX MEDECINS ET AU PUBLIC EN GENERAL.

VIN DE SAINT - MICHEL

Hygiénique. Tonique, Reconstituant.

En usage depuis plusieurs siècles dans les Hôpitaux Européens.

Montréal, 20-Septembre 1884.

MESSIEURS MONGENAI, BOIVIN & CIE,

Depuis le mois de mai dernier, j'ai prescrit le **Vin St-Michel** à plus de quatre-vingt malades, tant enfants qu'adultes, affectés de débilité, dyspepsie. Le résultat a été, dans chacun des cas, satisfaisant. Ce Vin est substantiel, nutritif et tonique.

Votre etc.,

DR. J. M. BEAUSOLEIL, 66 Rue St-Denis.

Agents généraux pour la Puissance :

MONGENAI, BOIVIN & CIE,

No. 338, Rue St-Paul.

En vente chez LES PRINCIPAUX EPICIERES.

Et chez tous les Pharmaciens.

AUX GOURMETS!!!

Connaissez-vous L. MEUNIER, le jeune et entreprenant restaurateur de la Rue Notre-Dame ?

Si, non, faites comme moi, allez et dégustez les mets si bien apprêtés et les liqueurs fines qu'il sert avec une profusion aimement princière.

Si, oui, vous faites comme les gens de gout vous allez dîner au

RICHELIEU RESTAURANT,

1564, Rue Notre-Dame, Montréal,

L. MEUNIER, Propriétaire,

EXTRAIT DE BŒUF DU PROFESSEUR LISTON.

Tonique reconstituant par excellence.

Cet extrait est la MEILLEURE préparation du continent américain.

Il est CLAIR, LIMPIDE et ne produit AUCUN DEPOT.

D'une digestion facile, il n'occasionne pas cette chaleur fatigante causée par les préparations du même genre.

Spécialement recommandable aux malades, aux convalescents et à toutes les personnes qui par devoir ou par plaisir sont dans le cas de veiller tard,

AGENTS POUR LA PUISSANCE,

DUFRESNE & MONGENAIS

SPICIERIS,

1621, RUE NOTRE-DAME, Montreal.

LIQUEUR

CONCENTRÉE de GOUDRON de NORVEGE

AUX MÉDECINS ET AU PUBLIC EN GÉNÉRAL.

Nous offrons aujourd'hui aux nombreux lecteurs du *Journal d'Hygiène Populaire* un article supérieur destiné à lui rendre de grands services. Qui de nous, en effet, n'est jamais affecté de quelque trouble des voies respiratoires ou urinaires ? Qui de nous peut se vanter d'être exempt de ces affections maussades qu'on appelle catarrhes, clous, boutons et démangeaisons de la peau. Combien de fois n'avons nous pas constaté, avec une certaine terreur, que nos urines étaient chargées de déchets variés et abondants ?

Dans tous ces cas

LA LIQUEUR DE GOUDRON DE NORVEGE

est la préparation *par excellence* pour ramener notre système à son état normal. Au point de vue hygiénique, cette *Liqueur* a des propriétés véritablement étonnantes. Elle *régularise* les sécrétions, rend la respiration *plus large et plus facile* et *tonifie* le système en général.

Les médecins la prescrivent avec confiance, les clients s'en servent avec profit et le public doit une dette de reconnaissance aux habiles Pharmaciens qui la *dispensent* à un prix modique, à la portée de toutes les bourses.

Bouteille d'une chopine - - - - - 50 centins

Bouteille d'un demiard - - - - - 25 centins.

Seuls agents pour le Canada et les tats-Unis.

LAVIOLETTE & NELSON,

1605 rue Notre Dame et 113 rue St Laurent.

JOURNAL
D'HYGIENE POPULAIRE

ORGANE OFFICIEL DE LA SOCIÉTÉ D'HYGIÈNE DE LA PROVINCE DE QUÉBEC.

VOL. II.

MONTRÉAL, 1er JANVIER 1886.

No. 16.

A NOS ABONNÉS RETARDATAIRES,

Les dépenses qu'entraîne la publication de notre journal, le prix modique^s de l'abonnement, nous obligent à demander à chacun de nos abonnés de nous payer au plus tôt possible ce qui nous est dû. Comme l'ouvrier, nous avons besoin de notre salaire, et c'est nous mettre dans une gêne considérable en ne payant pas d'avance l'abonnement à ce journal.

Nous prions donc instamment nos abonnés retardataires de vouloir bien payer leur abonnement sans plus de retard.

On peut le faire par mandat de Poste à l'ordre du Dr J. I. Desroches, No. 189, rue Amherst.

Mr. Ls. Robitaille pharmacien à Joliette est notre agent pour le district de Joliette.

1885-1886.

Nous venons, pour la deuxième fois offrir à nos abonnés nos plus ardens souhaits de bonheur et de prospérité. Nous disons à l'année défunte : que ton sommeil soit léger, et à l'année vivante, sois heureuse, couronnée d'épis d'or pour le Canada Français.

Hélas ! l'année 1885 emporte dans son linceul bien des pleurs, bien des regrets. Un fléau s'est appesanti sur la province de Québec, sur Montréal en particulier. La variole, la plus hideuse d'entre les maladies, exerce encore ses ravages. Déjà plus de 5000 morts figurent parmi les ruines de 1885.

Que l'année quatre-vingt-cinq serve de leçon à l'année quatre-vingt-six, et fasse disparaître cette coupable indifférence à l'enseignement de l'hygiène. Jusqu'aujourd'hui, un souffle d'insubordination passe sur le pays. Le peuple Canadien cherche à étouffer la voix d'une classe d'hommes qui se font les apôtres de l'hygiène, à l'exemple de cette phalange d'hygiénistes Français, nos frères par la patrie. Ce même peuple

donne pour prétendue raison de ses agissements que nous voulons attenter à la liberté sociale, à la liberté individuelle. Pour mieux nous combattre, on jette le cri de l'émeute, dévergondage social qui démontre qu'on ne comprend pas du tout le caractère de la science hygiénique.

L'affolement des esprits est à l'effervescence, à la licence.

L'hygiène veut la santé et le bonheur de la nation et des individus. Le peuple refuse ces bienfaits, et dans son ignorance il préfère ses misères à l'heureuse « domination de l'hygiène. » C'est un suicide social.

Ainsi, à l'occasion de la nouvelle année, nous faisons appel aux hommes haut placés de se joindre à nous, et venir grossir les rangs de la Société d'Hygiène de la Province de Québec. Vos intérêts physiques, intellectuels et moraux vous le commandent impérieusement.

Notre Société d'Hygiène est une association de prévoyance des maladies qui nous entourent et nous menacent sans cesse. Le journal d'Hygiène Populaire, organe officiel de notre société d'Hygiène, a pour mission l'éducation sanitaire du peuple. Instituteur fidèle nous souhaitons voir notre journal enseigner dans les familles.

La concurrence dans la vie de la santé et de la maladie nécessite une perception très nette de la gravité de notre situation sociale et individuelle. L'Hygiène peut donner cette connaissance. Dans ce vaste champ de la science bygiénique qu'ont ensemencé ou cultivé tant de travailleurs, le public est appelé à y pénétrer pour y cueillir les fruits qui ont muris. Mais le lecteur ordinaire désireux de s'instruire de l'hygiène trouvera dans notre journal un éducateur fidèle l'aidant de ses con-

soils pratiques. Notre Journal, par sa mission, est appelé à pénétrer largement dans tous les rangs de la société.

Le médecin est le débiteur du peuple dans la science hygiénique comme dans la science médicale. Aussi est-il de son devoir de l'étudier et de la vulgariser. Son ignorance en hygiène, créée sur le peuple une sorte d'autocratie malade.

Pour nous maintenir, nous médecins, à la hauteur de notre noble mission, et activer de plus en plus notre zèle, il nous faudrait être tous unis par les liens de la Société d'Hygiène. Alors dans un commun élan nous pourrions arborer bien haut le Labarum de l'Hygiène, qui porte la devise suivante :

PRO PATRIA !

DR J. I. DESROCHES.

ASSAINISSEMENT DE PARIS

ÉVACUATION DES MATIÈRES DE VIDANGE,
DES EAUX MÉNAGÈRES ET DES EAUX PLUVIALES.

(Suite)

Art. 15. — Le diamètre des tuyaux d'évacuation sera fixé, sur la proposition des intéressés, en raison de la pente disponible et du cube à évacuer.

Il ne sera, en aucun cas, inférieur à 0^m16.

Art. 16. — Chaque tuyau d'évacuation sera muni, avant sa sortie de la maison, d'un siphon dont la plongée ne pourra être inférieure à 0^m07 afin d'assurer l'occlusion hermétique et permanente entre la canalisation intérieure et l'égout public.

Les modèles de ces siphons et appareils seront soumis à l'Administration et acceptés par elle. Chaque siphon sera muni d'une tubulure de visite avec fermeture étanche placée en amont de l'inflexion siphonoïde.

Art. 17. — Les tuyaux d'évacuation et les siphons seront en grès vernissé intérieurement. Les joints devront être étanches et exécutés avec le plus grand soin, sans bavure, ni saillie intérieure. L'emploi de la fonte pourra être autorisé dans le cas où l'Administration le jugerait acceptable.

Art. 18. — Les tuyaux d'évacuation seront prolongés dans le branchement particulier jusqu'à l'aplomb de l'égout public.

Art. 19. — Dans toute maison à construire, le branchement particulier d'égout devra être mis en communication avec l'intérieure de l'immeuble et ce branchement devra être fermé par un mur pignon au droit même de l'égout public.

En ce qui concerne les maisons existantes, les propriétaires pourront être autorisés, sur leur demande, à mettre en communication avec l'intérieur de leur immeuble, leur branchement particulier, et à y installer le siphon hydraulique obturateur du conduit d'évacuation, ainsi que le compteur de la distribution d'eau, sous réserve de l'établissement, au droit même de l'égout, d'un mur pignon fermant ce branchement.

ÉVACUATION PAR CANALISATION SPÉCIALE.

Art. 20. — Dans les voies publiques où les matières de vidange et les eaux ménagères ne pourront pas être évacuées directement à l'égout public, des arrêtés spéciaux pris après avis du Conseil municipal, prescriront les dispositions à adopter.

ÉPOQUE DE L'EXÉCUTION DES TRAVAUX.

Art. 21. — Les dispositions du titre Ier, relatives au nombre des cabinets d'aisances, seront immédiatement applicables, en ce qui concerne les maisons à construire. Elles pourront devenir exigibles dans les maisons déjà construites, si la salubrité le reclame, en exécution des lois et règlements existants ou à intervenir sur les logements insalubres.

Les autres dispositions du titre Ier ne seront appliqués que successivement dans les voies indiquées par les arrêtés préfectoraux dont il est question aux articles 12 et 20.

Les propriétaires riverains de ces voies auront un délai maximum de trois ans, compté à partir de la publication des dits arrêtés, pour appliquer les dispositions des articles 2, 3 et 4 du titre Ier, et pourvoir à l'exécution des prescriptions des titres II, III, IV relatifs à l'installation des occlusions hydrauliques et à l'évacuation des vidanges dans les conditions indiquées au présent règlement.

Art. 22. — Dans un délai d'un an, compté à partir de la publication du présent arrêté, les tuyaux de chute des cabinets d'aisances de toutes les maisons devront être prolongés au-dessus du toit, dans les conditions prescrites par l'article 9 du présent règlement.

Art. 23. — Les projets d'établissement de canalisations de maisons déjà construites seront soumis, avant exécution, au Service de l'Assainissement de Paris.

Ils comprendront l'indication détaillée de tous les travaux à exécuter, tant pour la distribution de l'eau alimentaire que pour l'établissement des cabinets d'ai-

sances, et l'évacuation des matières de vidange, eaux ménagères et pluviales.

Vingt jours après le dépôt de ces projets à la Préfecture de la Seine, le constructeur pourra commencer les travaux d'après son projet, s'il ne lui a été notifié aucune injonction.

Après approbation de l'Administration et exécution, les ouvrages ne pourront être mis en service qu'après leur réception par les agents du Service de l'Assainissement de Paris, assisté de l'architecte voyer, lesquels vérifieront si ces ouvrages sont conformes aux projets approuvés et aux dispositions prescrites par le présent règlement.

REDEVANCES

ART. 24.—Conformément à la loi à intervenir, les propriétaires paieront, pour curage et entretien des égouts ou des conduites spéciales, après suppression des fosses fixes, une taxe de 60, francs pour chaque tuyau de chute.

Toutefois, lorsque les tuyaux de chute ne serviront que des logements d'un loyer réel de 500 francs et au-dessous, satisfaisant à toutes les conditions de salubrité et notamment à celles qui sont prescrites par le présent règlement, il pourra être accordé une remise de 30 francs par tuyau de chute sur le chiffre de la redevance indiquée ci-dessus.

Lorsque le tuyau de chute desservira à la fois des logements de 500 francs et au-dessous, établis dans les conditions sus-indiquées, et des logements d'un prix supérieur, la remise de 30 francs sera diminuée proportionnellement au rapport de valeur entre les deux catégories de logements ainsi desservis. Toutefois, dans ce dernier cas, la réduction de taxe ne sera accordée que lorsque le montant des loyers

des logements de 500 francs et au-dessous représentera le quart, au moins, du revenu total de l'immeuble.

La taxe de 60 francs pourra être révisée tous les cinq ans, après délibération du Conseil municipal.

DISPOSITIONS TRANSITOIRES.

ART. 25.—Il ne sera plus accordé d'autorisation pour écoulement des eaux vannes dans les égouts, par l'intermédiaire des tinettes filtrantes, dans les conditions de l'arrêté du 2 juillet 1867, que si le propriétaire dispose sa canalisation et ses appareils de manière à pouvoir effectuer l'écoulement direct et total des matières, soit à l'égout, soit aux tuyaux spéciaux destinés à recevoir les vidanges et les eaux ménagères, dès que l'un ou l'autre de ces modes d'écoulement pourra être pratiqué.

ART. 26.—Dans les immeubles munis actuellement de tinettes filtrantes, il sera fait une révision générale des appareils en service. Les modèles dont les dispositions ne sont pas de nature à garantir une fermeture hermétique et à empêcher tout débordement dans le caveau, et qui n'assurent pas un écoulement direct du trop plein, soit à l'égout, soit à la canalisation publique spéciale, devront être remplacés, aux frais de qui de droit, dans un délai de six mois à partir du jour où le propriétaire sera invité à procéder à ce remplacement.

ART. 27.—Des fosses fixes nouvelles ne pourront être établies que dans les cas à déterminer par l'Administration et lorsque l'absence d'égout, les dispositions de l'égout public ou de la canalisation d'eau, ou toute autre cause, ne permettront pas l'écoulement direct des matières de vidange à l'égout ou dans la canalisation publique spéciale.

ART. 28.— Dans toute fosse existante il devra être établi, après la première vidange, au point bas du radier, au dessous de l'ouverture d'extraction, une cuvette à parois inclinées d'au moins 0m30 de profondeur pour faciliter le *rachèvement*.

ART. 29.— L'installation et la disposition des fosses fixes, des tinettos filtrantes existant actuellement, des tuyaux de chute et d'évent, etc., etc., restent soumises aux prescriptions des ordonnances, arrêtés et règlements en vigueur, en tout ce à quoi il n'est pas dérogé par le présent règlement.

II

ARTICLE PREMIER.— La Ville de Paris est autorisée à percevoir une taxe municipale pour assurer l'évacuation des matières solides et liquides de vidange.

ART. 2.— Cette taxe municipale obligatoire sera établie suivant un tarif fixé par tuyau de chute.

Toutefois, lorsque les tuyaux de chute ne desserviront que des logements d'un loyer réel de 500 francs et au-dessous, satisfaisant à toutes les conditions de salubrité et, notamment, à celles qui sont prescrites par le présent règlement, il pourra être accordé une remise de moitié par tuyau de chute sur le chiffre de la redevance,

Lorsque le tuyau de chute desservira à la fois des logements de 500 francs et au dessous, établis dans les conditions sus-indiquées, et des logements d'un prix supérieur, la remise de moitié sera diminuée proportionnellement au rapport de valeur entre les deux catégories de logements ainsi desservis.

Toutefois, dans ce dernier cas, la réduction de taxe ne sera accordée que lorsque le montant des loyers des logements de 500 francs et au-dessous représentera le quart au moins du revenu total de l'immeuble.

Ce tarif, délibéré au Conseil municipal et approuvé par un décret rendu dans la forme des règlements d'administration publique sera revisable tous les cinq ans.

ART. 3.— Le recouvrement de cette taxe aura lieu comme en matière de contributions directes.

ART. 4.— Tout propriétaire est tenu d'avoir, à chaque étage, un robinet d'eau potable à la disposition constante des locataires qui n'ont pas d'abonnement d'eau dans leur appartement.

Il est tenu, en outre, de placer dans chaque cabinet d'aisances une distribution d'eau pour le lavage des tuyaux de chute, donnant au minimum dix litres d'eau par 24 heures et par habitant faisant usage du cabinet.

PAR MONTS ET PAR VAUX.

QU'EST-CE QUE LA VIE.

« La vie est le contraire de la mort. » (DIDEROT et d'ALEMBERT.)

— « La vie est un principe intérieur d'action. » (Kant)

— « La vie est l'ensemble des fonctions qui résistent à la mort. » (Bichat.)

— « La vie est un double mouvement interne de décomposition à la fois général et continu. » (De Blainville.)

— « La matière n'engendre pas les phénomènes manifestés par la vie ; elle en est le *substratum*, et ne fait que donner aux phénomènes leurs *conditions* de manifestation. (Claude Bernard.)

LA FEMME EN VOYAGE

Parlons un peu de la femme, l'unique, l'admirable, l'éternel sujet, — celui qui nous divise le moins, quand ce n'est pas le plus.

Une excursion récente m'a permis de faire sur la « femme en voyage » quelques remarques qui ont peut-être une certaine actualité à cette époque de déplacement et de villégiature.

Le résultat le plus clair de mes observations, c'est qu'il est temps de détruire la légende qui représente l'Anglaise comme le modèle accompli de la voyageuse. Jamais réputation n'a été moins méritée. L'Anglaise circule, l'Anglaise dévore les kilomètres; elle ne sait pas voyager. Leur voyage n'est qu'une longue lecture. Quelles que soient la beauté de paysage, l'immensité du panorama, et la splendeur du soleil couchant, l'Anglaise ne lève pas son nez et ses lunettes de dessus son livre, uniformément relié en toile rouge. Pour elle, voyager, ce n'est pas regarder. Elle se plonge dans le Bœdecker dès qu'elle a dépassé le pont de Londres, et elle ne cesse de lire que lorsqu'elle est revenue à son point de départ. Si par hasard elle abandonne un moment le livre des lèvres, soyez certains que c'est pour disparaître derrière le *Times*, comme derrière un paravant.

Ce qui fait encore que l'Anglaise n'est pas la voyageuse modèle, c'est qu'elle se déforme à plaisir dès qu'elle se met en route. Agréable chez elle, aimable et souvent jolie, elle laisse tous ces dons naturels dans le cher *home*. Et quand nous

la rencontrons, en Suisse ou ailleurs, nous ne la voyons plus que sur son pied de guerre, — un pied généralement grand et encombrant, — et nous reculons épouvantés par ses incisives toujours menaçantes. Ses yeux, ses doux yeux de pervenche, prennent alors d'étranges duretés à travers le cristal de ses lunettes. Bœdecker recommande les plus grandes précautions pour la vue. Aussi n'ai-je pas rencontré de jeune fille anglaise voyageant sans lorgnon.

L'anglaise touriste adopte toujours un costume spécial. Ce costume peut être très pratique; mais il est absolument disgracieux. Le cache-poussière imperméable cache tout. Il n'y a plus ni gorge, ni taille, ni rien. Est-ce une femme, est-ce un fagot? Vous voyez bien que l'Anglaise ne sait pas voyager, puisque, dès qu'elle voyage, elle n'est plus femme.

Les Allemandes ne voyageant pas encore, si ce n'est pendant les premiers jours de la lune de miel, celles que l'on rencontre actuellement, pendues au bras du jeune mari, étant d'un amour débordant, les yeux dans les yeux, la main dans la main, les lèvres attirées vers les lèvres, elles ne voient rien. Le chemin parcouru ne les intéresse pas. Une seule préoccupation paraît les hanter, celle d'arriver le plus tôt possible à l'hôtel et d'en repartir le plus tard possible. Si le trajet à effectuer dure plus d'une heure, elles mangent comme elles aiment, gloutonnement.

On rencontre peu d'autres Allemandes sur les grands chemins des touristes. Le Teuton économe laisse volontier sa femme à la maison. Faut-il rappeler cette conversation d'un Allemand, conversation dont je n'ai pas eu la primeur.

Quelqu'un lui demandait d'où il venait et où il allait. Lui, naïvement, racontait toutes ses petites affaires :

« — Je me suis marié il y a quinze jours avec Katchen, à qui je faisais la cour depuis trois ans. Nous avons bien envie de faire un voyage ensemble ; mais quand nous avons consulté l'indicateur, nous avons été effrayés par la dépense, et nous avons bien vu que cela nous coûterait trop cher à deux. Alors je suis parti, et je fais mon voyage de nocce tout seul. »

L'Anglaise ne sait pas voyager ; l'Allemande ne voyage pas. Quelle est donc la voyageuse modèle ? Parbleu ! c'est la Française !

Partout où la Française passe, on la reconnaît et on l'admire, parce qu'il ne lui vient pas à l'idée de s'ouïlaidir pour monter dans le train. Avec un art charmant, elle concilie les nécessités du voyage avec les intérêts de sa coquetterie. Elle sait s'habiller solidement et élégamment. Son chapeau, chiffonné par une habile faiseuse, ne craint ni l'averse ni le soleil. Elle en bannit les plumes qui se défrisent et les fleurs qui se décolorent, et elle lui assure avec des étoffes de deux tons bien tranchés un triomphe inaltérable. Il en est de même pour tout son costume. Quelque temps qu'il fasse, la Française n'est jamais fripée. Cela tient un peu au talent de la couturière, et beaucoup à la manière de porter la toilette.

La Française est quelquefois, chez elle, un peu nerveuse, un peu agacée, un peu sensible aux petites contrariétés ; mais quand elle se met en route, elle adopte un caractère en caoutchouc, qui en fait une touriste exquise. Tout lui plaît et tout l'amuse. Pour elle, les accidents ne sont plus que des incidents. Elle est heureuse de partir, heureuse de voyager, et encore plus heureuse de revenir. Toujours jolie la Française devient meilleure en voyageant.

Si le prix du voyageur est à décerner, donnons-le sans hésiter à la Française, qui est sans conteste, dans tous les pays où fleurit le touriste, la joie de l'esprit, la consolation des yeux, et le réconfort du cœur.

SAINTE-JUIRS.

LA FEMME.

Son admirable rôle, dans l'humanité, est ainsi jugé de main de maître par Mgr. Pinto de Campos, évêque du Para, Brésil, dans une page remarquable que nous détachons de son écrivain poétique.

« *L'Hygiène Pratique*, » Paris.

Quelle est cette noble figure qui, après avoir animé de son sang ce nouveau-né, le nourrit, le caresse, lui sourit, lui apprend à balbutier, à marcher et à prier ?

C'est la femme mère.

Qu'elle est cette belle (figure), gracieuse et charmante par l'esprit et par le corps, et dont la perfection révèle la toute puissance de la création ; cette âme pure qui sacrifie souvent ses clans naturels, parce qu'elle croit ce sacrifice nécessaire pour atteindre à la perfection ?

C'est la femme vierge.

Quelle est cette figure sublime, tendre compagne de l'homme, et dans l'adversité et dans la joie, qui le conseille, le guide, l'encourage, l'attendrit, le retient et l'aime ; qui vit en lui et par lui, faite d'amour et de dévouement ?

C'est la femme épouse.

Quelle est cette figure affectueuse qui s'installe au chevet du vieillard, soulage ses douleurs, adoucit ses longues heures de souffrance ; remplace ses yeux (qui ne voient plus), ses oreilles (qui n'entendent plus), sa bouche (qui ne parle plus) ?

C'est la femme fille.

Qu'elle est cette figure héroïque qui traverse les champs de bataille, pareille à l'ange de la paix, pour relever les mourants, sans se soucier ni des balles qui sifflent, ni du canon qui gronde ; cette figure qu'on retrouve toujours lorsqu'il y a des malades à soigner, et des larmes à verser.

C'est la femme Sœur de charité.

Qu'elle est cette fleur parfumée, fragile, délicate, angélique, cette figure vénérable qui acquiert, par la foi, des forces surhumaines et qui entonne les cantiques du Seigneur, au milieu des plus cruels supplices, sachant mourir pour son Dieu, afin de renaître pour l'éternité ?

C'est la femme martyre.

Quelle est la seule figure privilégiée qu'un Dieu ait daigné rendre consubstantielle avec Lui, cette figure que le même Dieu, en se faisant homme, a choisie dans l'humanité, par une mystérieuse antithèse, pour lui accorder l'honneur suprême d'être fille, mère et épouse de la Divinité ?

C'est la femme par excellence.

MGR. PINTO DE CAMPOS.

Nous prions instamment nos abonnés retardataires de vouloir bien payer leur abonnement à ce journal.

LA METHODE EN HYGIENE.

L'hygiène publique a pris beaucoup de développement parmi nous depuis un demi-siècle. En 1844, Michel Lévy reprochait à ses prédécesseurs de ne s'être que peu, ou point, occupés de l'hygiène publique, et de n'avoir considéré l'hygiène que comme une science qui se renferme dans le domaine privé. L'illustre hygiéniste n'aurait pas aujourd'hui à faire le même reproche à nos jeunes générations, et peut-être qu'avant peu on trouvera qu'elle s'en occupent trop. L'excès en tout est un défaut !

Ce n'est pas ici un blâme que nous adressons à nos contemporains ; nous rendons au contraire hommage à leur bonne volonté ; la santé est le premier des biens et la condition de tous les autres, même de la vertu. Mais, précisément pour cette raison, ne nous contentons pas de l'intention, tâchons de faire en sorte que la bonne volonté soit efficace, et qu'elle atteigne le but proposé.

Pour faire le bien, il ne faut pas seulement le vouloir, il faut le connaître, et pouvoir le réaliser. *Vouloir, savoir, pouvoir* voilà le trépied sur lequel doit reposer l'hygiène aussi bien que les autres sciences. Pour faire mieux que nos prédécesseurs, il faut donc tout d'abord savoir ce qu'il y a à faire, et les moyens de le faire.

Qu'on nous permette de poser à ce sujet quelques principes que tout le monde connaît, ils sont si simple ! mais que beaucoup de personnes, et pas des plus ignorantes, oublient ou négligent d'observer, précisément parce qu'ils sont trop simples, et que notre esprit aime à se lancer dans de savantes complications.

Ce qu'il y a à faire, personne ne l'ignore. D'accord avec M. TOUT LE MONDE, M. Bouchardat commence son Traité par les mots suivants : « Le but de l'hygiène est la conservation et le perfectionnement de la santé. » Nous voilà fixes.

Quant aux moyens à employer pour atteindre ce but, il n'est pas si facile de les préciser, et c'est ici que la diversité des opinions se produit.

Pour conserver la santé, il faut connaître ce que les anciens hygiénistes appelaient les choses naturelles (le sujet de l'hygiène de l'homme), les choses non naturelles (le milieu, les modificateurs qui sont favorables à sa conservation), et les choses contre nature (les modificateurs qui nuisent à la santé). En d'autres termes, il faudrait tout connaître, afin d'éviter toutes les nuisances, et de se procurer toutes les jouissances.

Or, chacun sait que nous ne sommes encore qu'à l'ABC de la science universelle. On a dit depuis longtemps, et cela est toujours vrai, que le plus savant physiologiste (à plus forte raison le psychologue est à l'égard de l'homme, comme le commissionnaire qui connaît les rues d'une ville, mais qui ne sait rien de ce qui se passe dans les maisons. Et comme nous ne connaissons le reste de l'univers que par l'intermédiaire de nos sens et de notre intelligence, pour continuer la métaphore, nous connaissons ce qui est hors de nous, comme le susdit commissionnaire connaît les antipodes, par ouï-dire.

Il suit de là que notre santé serait exposée à bien des avaries si la nature, au lieu de préordonner les choses de manière à y pourvoir pour nous dans le plus grand nombre des cas, avait abandonné ce soin à notre intelligence.

Toutefois, la nature n'a pas tout prévu. Elle nous a donné moins d'instinct qu'aux

animaux, mais, en compensation, plus d'intelligence, ce qui nous permet de découvrir, non pas l'essence des choses, ce qui se passe "dans les maisons", mais leurs rapports avec nous, les effets qu'elles produisent sur nous. Ces rapports connus, nous pouvons nous approprier ce qui nous convient, et éloigner ce qui nous est contraire.

Nous sommes ainsi avec les choses, avec les *modificateurs de l'hygiène*, en relation de cause et d'effet. Elles agissent sur nous, nous réagissons sur elles.

La méthode en hygiène consiste donc à observer sur nous-mêmes, et sur les autres, les effets que produisent les divers modificateurs, et à comparer entre eux ces divers effets afin d'en découvrir les lois, les causes.

" *L'étude des causes*, dit M. Bouchardat, *doit être le fondement de l'hygiène*. Plus j'avance, plus je suis convaincu que l'hygiène, pour devenir positive, doit être basée sur l'étiologie."

Etant donnée la diversité des constitutions, des tempéraments, des idiosyncrasies, autant de causes qui font que chaque modificateur produit des effets différents sur chaque individu, il est aisé de comprendre que le premier et le plus sûr de tous les hygiénistes est celui qui s'occupe de soi. Comme la charité, l'hygiène bien ordonnée commence par soi-même.

Il est clair, qu'avec un peu d'attention, chacun de nous peut savoir mieux que tout autre les effets que produisent sur sa santé tels aliments, telles boissons, telles saisons, tels vêtements, tels exercices; tandis qu'il ne peut savoir les effets des mêmes causes sur son voisin que par analogie, méthode qui est très souvent fautive par les raisons qu'on vient de voir.

Telle est la méthode de l'hygiène privée. C'est celle que chacun suit, bien souvent sans s'en douter.

L'hygiène publique ne doit pas, et ne peut pas en suivre d'autre. Tout ce que peuvent faire, au point de vue scientifique, ceux qui s'en occupent, c'est de remonter aux causes par l'observation directe ou indirecte (analogie) des phénomènes ; c'est de chercher quels sont les effets des divers modificateurs sur les divers sujets.

L'hygiène privée est donc la base de l'hygiène publique ; c'est la source où elle doit puiser ses propres principes ; c'est la seule boussole qui puisse la diriger dans ses actes aussi bien que dans ses spéculations.

Il suit de là, qu'il faut laisser dans le domaine de l'hygiène privée tout ce qui peut y rester. La nature a confié à chacun de nous la garde de soi-même, le soin de sa propre conservation, et elle ne pouvait pas choisir un meilleur gardien, ni plus intéressé.

Celui qui voudrait se charger du soin de garder les autres risquerait beaucoup d'être lui-même attaqué, et de ne pouvoir se défendre, empêché qu'il en serait par le fardeau dont il s'est chargé.

Mais ce n'est là que le moindre mal ; il risquerait beaucoup de mal servir son protégé puisque, comme nous l'avons vu, il ne connaît que par analogie son tempérament, sa constitution, etc, et, par conséquent, ne peut savoir quels modificateurs lui conviennent.

Cela étant, quelle est la valeur scientifique de l'hygiène publique ? Que sait-elle, que peut-elle savoir sur les causes de la santé publique, qui se compose des santé particulières ?

C'est d'après cette valeur scientifique que l'on pourra déterminer sa valeur pratique, ce qu'elle *doit* faire, ce qu'elle *peut*

faire, ce qui est nécessairement subordonné à ce qu'elle *sait* faire.

C'est de ce principe, ce qu'elle *sait*, qu'il faudra partir pour décider s'il est convenable de lui laisser remplir les fonctions qu'elle s'est attribuées, s'il est prouvé de lui en confier de nouvelles, s'il est urgent enfin d'instituer une " Direction de la Santé publique relevant du Ministère de l'Intérieur."

Il paraît assez difficile qu'un règlement de police hygiénique, ou d'hygiène policière, fût-il aussi parfait qu'un règlement peut l'être, convienne à tous les individus d'une commune, d'un arrondissement, d'un département ; combien, à plus forte raison, à tous ceux d'un grand pays comme la France. Pourtant, s'il ne convient pas à tous, et partout, on ne voit pas pourquoi ceux qu'il contrarie s'y soumettraient, et, pour les autres, il est au moins superflu.

Faudra-t-il donc user de contrainte, ajouter aux ordonnances du Docteur-Directeur de la Santé publique la sanction de l'amende et de la prison ? Singulier moyen de conserver la santé ! J'aimerais autant voir franchement rétablir les sacrifices humains, car la mort n'est point une souffrance, tout au plus est ce quelquefois une souffrance d'un moment, tandis que la Direction de la Santé publique serait une souffrance perpétuelle pour tout le monde, sans même en excepter les Directeurs.

Nous avons vu que l'hygiène publique a ses principes dans l'hygiène privée. Plus le domaine de l'hygiène publique s'étend, plus celui de l'hygiène privée se restreint. Supposons que l'hygiène publique pourvoie à la nourriture de la société. L'hygiène privée n'aura plus à s'occuper de la valeur nutritive des diverses sortes d'ali-

ments, de leur influence sur les sujets sains ou malades.

L'hygiène publique le fera, dit-on. Les Directeurs et sous Directeurs de la Santé publique auront des laboratoires de chimie bien pourvus, ils feront même des expériences sur les chiens, les cochons, les lapins.

Tout cela est merveilleux en imagination ; c'est grandiose ! On voit déjà nos savants hygiénistes, le bonnet en pain de sucre sur la tête, faisant leurs expériences et promulguant leurs décrets.

Malheureusement, notre pauvre estomac n'est pas une simple cornue de laboratoire. Il n'est pas non plus le même que celui des chiens, des cochons, des lapins. Ces animaux, je l'accorde, s'accoutument assez bien de nos aliments, mais nous ne nous accommoderions peut-être pas des leurs.

C'est une expérience à faire, et je demande que les futurs Directeurs de la Santé publique la fassent sur eux-mêmes, à la face du ciel et de la terre, avant de nous y soumettre, et que, lorsque les électeurs demanderont à leurs candidats : *Que ferez-vous de l'hygiène publique ?* ceux-ci s'engagent (et tiennent mieux leurs promesses qu'ils ne l'ont fait jusqu'à ce jour) à expérimenter sur eux-mêmes la nourriture du bœuf, de l'éléphant, de l'âne ou du bouc.

A. ROUXEL.

LES FRUITS EN HYGIÈNE.

L'usage des fruits peut rendre de signalés services en thérapeutique, de préférence à certains remèdes plus désagréables à prendre, et moins efficaces.

Dans la catégorie des *laxatifs*, les oranges, les figues, les prunes, le tamarin, les mûres, les dattes, les brugnons peuvent être avantageusement utilisés ; les grenades, les mûres de ronces, les framboises, les baies du sumac, l'épine-vinette sont des *astringents* ; les raisins, les poires, les coings, les fraises, les figues de Barbarie, les groseilles à maquereau, les graines de melon sont des *diurétiques* ; les groseilles ordinaires, les courges et le melon sont des *réfrigérants* ; les citrons et les pommes sont des *réfrigérants sédatifs de l'estomac*.

Prise à jeun chaque matin, l'orange agit efficacement comme laxatif, quelquefois même comme purgatif, et tout estomac peut la supporter.

Les grenades sont très astringentes, et excellentes pour le gosier et la luette. L'écorce de la racine du grenadier, sous forme de décoction, est un vermifuge très efficace ; on peut l'utiliser sans crainte pour combattre le ténia.

Les figues ouvertes et fendues sont d'excellents cataplasmes pour les brûlures et les petits abcès.

Les fraises et le citron rendent de véritables services contre le tartre des dents.

Les pommes sont un utile correctif des nausées, du mal de mer, et des vomissements de la grossesse.

Les amandes amères contiennent de l'acide hydrocyanique et arrêtent souvent la toux ; mais elles procurent souvent une sorte d'urticaire semblable aux piqûres d'orties.

L'huile extraite de la noix de coco est souvent substituée à l'huile de foie de morue, et très souvent employée par les médecins allemands dans le traitement de la phthisie.

Les raisins sont très nutritifs et émi-

nemment émollients. La "cure de raisins," par exemple, est très suivie en France et en Suisses pour le traitement des maladies de l'estomac et du foie, la scrofule et la tuberculose. Elle consiste en plusieurs livres de raisin par jour, avec adjonction exclusive de pain et d'eau.

Les coings, outre leurs qualités astringentes, procurent, après leur infusion dans l'eau bouillante, une excellente lotion pour les maladies des yeux.

Dr. HOME.

L'ELECTRICITÉ ET L'HYGIÈNE

On vient de faire, en Angleterre, une nouvelle et curieuse application industrielle de l'électricité. A l'aide de simples décharges électriques, on est parvenu à ce résultat singulier de débarrasser complètement l'air des poussières qu'il porte en suspension, à le filtrer aussi bien, affirme-t-on, que s'il avait passé à travers plusieurs morceaux de ouate. Cette nouvelle a son importance, car dans un certain nombre de fabriques et d'usines on a grand intérêt à dépouiller l'atmosphère des poussières qui s'y accumulent, et souvent aussi à les récolter pour leur faire subir un traitement ultérieur. Cette propriété particulière de l'électricité est évidemment appelée à rendre de grands services à l'industrie et à l'hygiène générale.

M. Henri de Parville, notre collaborateur dans son feuilleton scientifique du « Journa' des Débats, » tire de la nouvelle découverte les conclusions suivantes;

Si le fait est exact, comme on l'affirme,

on pressent facilement tout le parti que l'on pourra en tirer pour l'hygiène et la thérapeutique. Les poussières sont généralement nuisibles; il est même des poussières absolument toxiques dans certaines industries. Un balai aussi énergique que l'électricité serait bien précieux. Enfin, il va de soi que l'air de nos appartements serait vite filtré et épuré par quelques décharges d'électricité. Déjà les décharges électriques assainissent, parce qu'elles dégagent de l'ozone; que ne leur devons-nous pas si elles dépouillent l'atmosphère de nos chambres de germes qui les souillent.

DR. DE F.

DÉCALOGUE DE LA SANTÉ.

- 1o. Respiration d'air pur;
- 2o. Nourriture et boissons saines;
- 3o. Exercice modéré du corps;
- 4o. Vêtements commodes adaptés à la saison;
- 5o. Exercice des fonctions sexuelles en respectant le cours naturel de la reproduction;
- 6o. Habitation dans un climat toujours approprié à sa constitution;
- 7o. Abstention de tout ce qui peut gêner une partie quelconque du corps et de toute substance toxique.
- 8o. Propreté du corps;
- 9o. Quiétude d'esprit, et régularité de sommeil;
- 10o. Pas de mariage consanguins.

DR. J. B. BLACK.

BREVET, DE HEAP.

CABINETS A LA TERRE SECHE OU A LA CENDRE ET COMMUNES INODORES POUR CHAMBRES A COUCHER

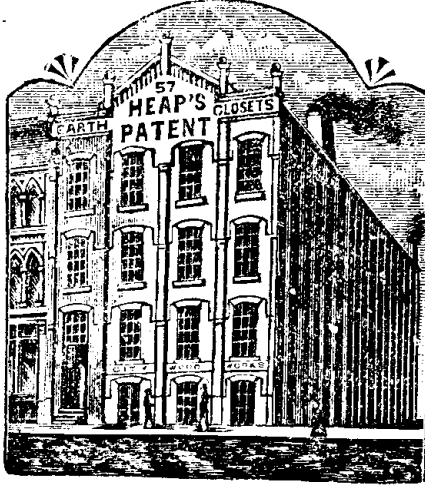
BUREAU CENTRAL

SALLES D'ETALAGE

No. 57,

Rue Adelaide Ouest,

TORONTO.



HAMILTON, TC.

OTTAWA, PETERBORO,

Agences à

OWEN SOUND ET TORONTO,

FABRIQUE

HEAP'S PATENT DRY EARTH OR ASHES CLOSET COY (LIMITED)

William Heap, Dir.-Gerant. | J.B. Taylor, Sec.-Tresorier

Ce sont les seuls parfaits Cabinets à la terre Sèche au Canada.

Plus de 15,000 en usage.—Couronnes 13 Prix [Medailles].

EXTRAIT D'UNE LECTURE DU DR. J. BAKER EDWARDS, ANALYSTE DU REVENU INTERIEUR, DISTRICT DE MONTRÉAL, SUR DES QUESTIONS IMPORTANTES DE SANTÉ.

Il recommanda fortement l'abolition graduelle des fosses fixes et la substitution des closets à la terre sèche dont on enlèverait fréquemment le contenu. Je crois, dit-il, que c'est le moyen le plus pratique et le plus économique inventé jusqu'ici, que l'on emploie la terre, la cendre, ou tout autres matériaux. *La seule objection pratique faite à ce système disparaît dans le closet breveté de W. Heap dans lequel les liquides sont séparés des excreta solides.*

VALEUR DES CLOSETS A LA TERRE SECHE.

L'inventeur les proclame les meilleurs du monde entier, ayant été couronnés 13 fois (prix médaille) dans des compétitions publiques contre les célèbres fabricants, Morrill, Moule et autres à l'Exposition sanitaire de Glasgow en 1883, à l'Exposition Internationale d'Amsterdam en 1883 à l'Exposition sanitaire de Dublin en 1884. Il y en a ci et on peut juger de leur valeur.

EXTRAIT D'UNE LECTURE SUR LES EGOUTS, FAITE PAR ALAN MCDUGAL, C. E. DEVANT L'ASSOCIATION SANITAIRE DE TORONTO.

Le système à la terre sèche est le plus connu La disposition des vidanges des villes et cités sont de deux sortes : 1o Le système d'égouts sec. 2o. Le système à l'eau. La plupart de nos villes sont sous le premier système à Toronto à un degré affreusement préjudiciable. Les nombreux privés sont une cause féconde de maladies, après un certain temps, la saturation du terrain atteint les puits. Les privés sont dans le voisinage des demeures et des puits, c'est la disposition la plus dégoûtante possible. L'enlèvement des vidanges est une source certaine de danger. *Le système à la terre sèche est le meilleur système et si on s'en sert convenablement, ne met pas en danger la santé publique*

Il refusa aux closets à la cendre, le système tienne tel qu'employé à Manchester, Rochdale, Angleterre, et exhiba alors un modèle des closets à la terre sèche brevetés de W Heap tel qu'érigé sur le terrain de l'Exhibition à Toronto. Il avait inspecté ces closets pendant qu'ils étaient à l'usage du public et trouva qu'ils répondaient admirablement au but. Il croit qu'un grand nombre de ces closets sont en usage à Toronto.

(1) Il y avait 4 Closets, 1,128 visiteurs en ont fait l'es ai.

PARENT FRERES,

Agents d'Immeubles et Commissaires Priseurs

SE CHARGENT DE

La Vente de Propriétés et Meubles a domicile

OU DANS LEURS

SALLES D'ENCAN

216 ET 218—RUE ST. JACQUES—216 ET 218

MONTREAL.

VIN ST. RAPHAEL

Nous sommes heureux d'offrir aux lecteurs du JOURNAL D'HYGIÈNE POPULAIRE un article hygiénique de grande valeur.

Les plus hautes autorités médicales en recommandent l'usage à leurs clients et au public en général. Ce vin est par excellence un reconstituant. Il a sur les préparations toniques similaires un avantage qui n'est pas à dédaigner, celui de posséder un bouquet délicieux.

Des expériences sûrement contrôlées indiquent qu'il peut être pris dans la plupart des cas de débilité générale, faiblesse d'estomac, pauvreté du sang et la convalescence de maladies graves.

COMPAGNIE PROPRIÉTAIRE

DU VIN ST. RAPHAEL

A VALENCE (DRÔME) FRANCE.

AGENTS GENERAUX

Pour la Puissance

Furniss, Lavolette & Cie.

81—RUE ST. JACQUES—81

MONTREAL.

EN VENTE CHEZ

LES PRINCIPAUX PHARMACIENS

DE MONTREAL