

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 QUEBEC.

RÉDACTEURS :

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

SOMMAIRE.

L'Hygiène dans l'éducation	Dr J. I. Desroches.
Hygiène du Trappeur	Dr J. M. Beausoleil.
Assainissement de Paris, (<i>Journal d'Hygiène.</i>)	
Les soins hygiéniques dans les Ecoles Suédoises.	Dr Fred. Ecklund.
Les parfums à travers les âges	Eug. Rimmel.
Bibliographie	A. Hamon.
Bulletin Bibliographique	D.

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 SE RÈGENT DE GRE A GRE.

Pour toute information s'adresser au

Dr. J. M. BEAUSOLEIL,

No. 66, RUE ST-DENIS.

Boîte 2027, Bureau de Poste, Montréal.

IMPRIMERIE W. F. DANIEL.

COLLABORATEURS :

Dr. Norbert Fafard,
Dr. Ls. Loberge,
Dr. A. B. Laroque,
J. L. Archambault,
L. H. Archambault,
Dr. H. E. Desrosiers,
Dr. A. Lamarche,
Dr. L. C. Pérois,
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, 26 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.

Notre etc..

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

Agents généraux pour la Puissance :

MONGENAI, BOIVIN & CIE,

No. 338, Rue St-Paul.

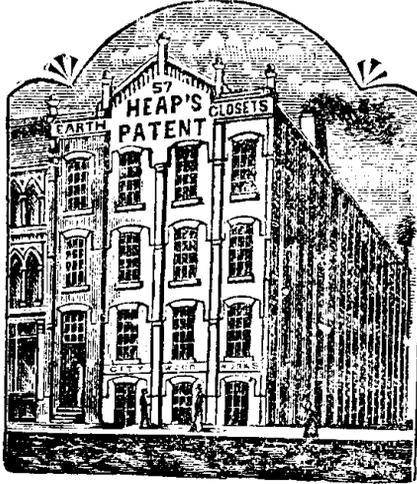
En vente chez LES PRINCIPAUX EPICIERs.

Et chez tous les Pharmaciens.

BREVET DE HEAP.

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

BUREAU CENTRAL
 ET
 SALLES D'ETALAGE
 No. 57,
 Rue Adelaide Ouest,
 TORONTO.



FABRIQUE
 OWEN SOUND ET TORONTO
 Agences à
 OTTAWA, PETERBORO,
 HAMILTON, TC.

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 excréta 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 atteusement préjudiciable. Les nombreux privés sont une cause féconde de maladies, après un certain temps, la saturation du terrain détermine les vits. 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 tennette qui 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'esai.

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 a convalescence de maladies graves.

COMPAGNIE PROPRIÉTAIRE

DU VIN ST. RAPHAEL

A VALENCE (DRÔME) FRANCE.

AGENTS GENERAUX

Pour la Puissance

Furniss, Laviolette & Cie.

81—RUE ST. JACQUES—81

MONTREAL.

EN VENTE CHEZ

LES PRINCIPAUX PHARMACIENS

DE MONTREAL

JOURNAL D'HYGIENE POPULAIRE

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

VOL. II.

MONTRÉAL, 15 DÉCEMBRE 1885.

No. 15.

A NOS ABONNÉS RETARDATAIRES,

Les dépenses qu'entraîne la publication de notre journal, le prix modique 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. On nous permettra de rappeler à nos lecteurs ce que le journal a fait faire de progrès à l'Hygiène. Qu'on tienne compte de notre bon vouloir, de notre part de travail à l'œuvre toute patriotique et chacun, nous en sommes convaincus, s'empressera de faire justice à notre demande au plus tôt. Nous comptons avec nos abonnements pour continuer notre œuvre.

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.

L'HYGIENE DANS L'EDUCATION.

Le rôle que les maisons d'éducation ont à jouer, tous les jours, dans la société est considérable. Le travail intellectuel est devenu, aujourd'hui le lot du plus grand nombre. Les établissements d'instruction que nous avons en Canada en est un fait évident. Chaque jour, les professions intellectuelles se subdivisent, se spécialisent, se multiplient à l'infini, au sein de notre jeune population. Mais le milieu où cette grande partie de la jeunesse qui étudie passe les plus tendres années de son existence est loin d'avoir été doté de toutes les réformes qu'enseigne l'hygiène.

Une réforme est nécessaire. Elle est urgente. Ne négligeons rien pour l'opérer.

Nous sommes en présence d'une question profondément sociale, puisqu'il y va de la vitalité de la nation. Il faut donc l'étudier, en hygiéniste, en observateur, l'analyser dans ses procédés et les régler s'il est possible.

Ne perdons pas de vue que l'hygiène ennoblit les sentiments de l'homme: c'est la culture et l'élévation des âmes et des caractères. En effet, nous ne pouvons nier

que l'hygiène ne coudoie à chaque pas la morale.

Ainsi l'enseignement de l'hygiène dans nos maisons d'éducation s'impose impérieusement pour le perfectionnement physique, intellectuel et moral de l'élève. L'hygiène dans l'éducation réclame toutes nos sollicitudes pour la santé de ces jeunes intelligences qui subissent dans ces établissements d'instruction, pour un temps limité, des conditions favorables ou défavorables.

L'enfant pour assurer son existence a besoin d'air pur, d'activité physique, de nourriture et de sommeil. Ces lois de la nature sont indispensables à l'accroissement de son organisme.

Le travail de l'esprit ennoblit le travail manuel. Le travail de l'esprit est donc bon en lui-même : il fait connaître les moyens de perfectionner la santé et d'éviter les excès de tout genre. Mais sachant que le travail de la pensée est l'expression la élevée de la matière organisée, il a besoin de toutes les forces vives de l'économie.

Il y a donc un équilibre préétabli entre les fonctions physiques et les fonctions intellectuelles. Nous ne pouvons renverser cet état de chose, sans de sérieux inconvénients. Si le travail des muscles a son martyrologe, celui de l'esprit a aussi le sien. Aussi pouvons nous constater, dans nos maisons d'éducation, le défaut d'application de l'hygiène par les conséquences désastreuses sur le physique et le moral et l'intelligence de l'élève, lacune si facile à combler, malheureusement trop ignorée.

Monsieur Tissot énumère de la manière suivante les conditions anti-hygiéniques qui règnent dans la plupart de nos établissements d'instruction : 1o. inaction ; 2o. contention de l'esprit ; 3o. veilles ; 4o. air confiné ; 5o. défaut de culture corporelle ;

6o. travail pendant le repas et peu après ; 7o. résistance aux sollicitations des besoins organiques ; 8o. isolement volontaire.

L'éducateur peut remarquer chez l'élève, les symptômes qui caractérisent cet excès de la labeur de la pensée, et les conditions anti-hygiéniques : pâleur du visage, amaigrissement général, indices d'une sanguinification imparfaite. L'élève ressent aussi un affaiblissement général de toutes les fonctions. Il y a perte d'appétit, torpeur des digestions. Il se sent inapte aux exercices corporels. Il est sujet aux maux de tête. Enfin le travail précoce, la contention intellectuelle prolongée, l'air vicié ont un retentissement sur l'existence entière. C'est que le sang, sans cesse, attiré vers le cerveau ne sert plus l'estomac ni les muscles qui en ont tant besoin pour l'accroissement et la vigueur organique. On peut dire que les résultats intellectuels dépendent des distractions qui viennent récréer les enfants.—Les classes doivent être écourtées, les heures d'études agréablement interrompues par des jeux, promenades et exercices en plein air. Il importe de tenir l'élève toujours en éveil.

Un choix d'éducateurs instruits servent beaucoup l'élève. Ils suppléent pour une large part à ses études.

Il faut en convenir, l'absence de l'hygiène dans l'éducation est la cause de beaucoup de désordres physiques. Il suffit d'observer dans les collèges toutes ces jeunes intelligences empreintes du cachet de la débilité. La réalisation d'une réforme serait donc un progrès social puisqu'il assurerait à la nation des sujets vigoureux.

Une large place doit être réservée aux aptitudes individuelles. La gymnastique réclame droit d'hospitalité dans les collèges. " On dit et on répète que les exercices du corps diminuent les tares organiques, ac

célèrent les mouvements du cœur, et régularisent la circulation, amplifient les mouvements respiratoires et perfectionnent le fonctionnement pulmonaire, facilitent au plus haut point le conflit de l'oxygène et des globules du sang, conflit d'où résultent la nutrition et la vie. Secondairement, la gymnastique redresse la colonne vertébrale, assouplit les articulations, assure l'équilibre de la mécanique humaine et retient même jusqu'à un certain point sur l'être moral et sur la vie affective. Ces effets sont absolument démontrés. D'abord immédiats et passagers, ils se transforment peu à peu, par la force de l'habitude, en organiques définitives. Ces conquêtes se transmettent à la descendance par l'hérédité. La gymnastique est donc littéralement un moyen d'exaltation pour les forces d'un pays." (Dr. Monin.)

Ce n'est pas un corps ni une âme qu'on dresse, mais un homme en donnant à ses muscles toute l'activité qu'ils peuvent déployer.

L'élève devra même, pour écrire, se tenir droit sur son siège afin d'éviter ou de corriger les difformations du tronc.

Passons maintenant à une autre question non moins importante, nous voulons parler des lieux d'aisance. Sans parler de la question de propreté et de décence, ces locaux offrent un danger très réel pour la santé. De ces fosses on a à craindre les infiltrations qui peuvent empoisonner les eaux alimentaires et le sol, devenir une source de maladies, diphtérie, fièvres typhoïdes. etc.

Ces fosses énormes que nécessitent les maisons d'éducation sont des réservoirs contenant des matières putrides dont les émanations méphitiques exercent une influence délétère, par viciation de l'air. Nous conseillons de remplacer partout le

système de fosses à demeures par celui des fosses mobiles à terre sèche.

Nous ne parlerons pas du système des water closets, certainement le meilleur mais impraticable dans la plupart de nos établissements d'instruction.

Les fosses mobiles permettent de réaliser les conditions les plus favorables au point de vue de la salubrité.

Les cabinets d'aisance placés dans l'intérieur devront être veillés avec le plus grand soin au point de vue de la propreté. Il faut faire couler, de temps en temps, une abondante solution de sulfate de fer, etc

Les pièces scolaires doivent être spacieuses, bien aérées par un courant d'air énergique. L'air confiné est un véritable poison qui engendre les névroses, les étourdissements et la débilité. L'élément utile de l'air est l'oxygène : c'est l'activité pulmonaire, l'activité organique. Par la respiration on brûle cet oxygène. Il faut donc, dans les locaux scolaires surtout, un air sans cesse renouvelé par une bonne ventilation.

La myopie dérive de la déféctuosité d'éclairage, exigeant des efforts déréglés d'adaptation et d'accommodation. Les maisons d'éducation, a dit Fonssagrives, sont des fabriques de myopes. Le meilleur système d'éclairage est une lumière latérale et abondante. La lumière artificielle doit être dépourvue de scintillement.

La propreté, "cette pierre angulaire de la santé," s'impose impérieusement où il y a agglomération d'individus. "La propreté et les soins de la peau sont deux objets essentiels à la prolongation de la vie (Hiffeland)." Aussi les bains doivent entrer dans le dévis de toutes les maisons d'éducation. L'usage en est indispensable. "Car

l'eau est à la peau ce que l'air est au poumon."

La nécessité de la propreté scolaire est absolue. La propreté est essentielle à la salubrité. La sécurité de la santé des élèves, exige une surveillance des plus minutieuses de toutes les parties de l'établissement.

Il reste encore beaucoup à dire sur le sujet, mais c'est assez pour aujourd'hui.

Une dernière réflexion pour dire que l'enseignement de l'hygiène dans les maisons d'éducation contribuerait puissamment à former, pour le pays, ces générations fortes, ces éléments vivaces qui seraient la plus sûre garantie de l'élévation de notre nationalité à la hauteur de sa destinée.

DR. J. I. DESROCHES.

HYGIÈNE DU TRAPPEUR.

A Mr. J. M. Fortier Président du club de raquettes

"LE TRAPPEUR"

Celer et audax !

Trappeur !... quel nom magique ! Combien d'impérissables souvenirs il ramène à la mémoire des Canadiens ! Combien de sillons lumineux n'a-t-il pas laissés dans leur histoire ! Combien de faits héroïques, de brillantes découvertes sont dus au courage indomptable de ces hardis trappeurs qui, dans leur soif de voir et de savoir, ont promené leurs pas sur cet immense continent d'Amérique ! Ne furent-ils pas les plus intrépides porte-étendards, les apôtres les plus dévoués de la civilisation ?

Aujourd'hui, il y a peu de tribus sauvages à évangéliser, peu de fleuves majestueux à

découvrir ; mais le génie de l'aventure est encore vivace parmi nous. Tous les ans, de la grande famille canadienne, se détachent de petits groupes de jeunes gens qui, au prix de mille sacrifices, souvent au péril de leur vie, vont chercher des aventures et poursuivre l'inconnu, ce tyran de la jeunesse. Cette disposition est naturelle, c'est un héritage national : tout Canadien est né trappeur.

Ceux d'entre nous, dont le goût est moins prononcé, tentent d'un pas aussi lesté, mais moins hardi, d'imiter l'exemple de leurs ancêtres.

Ils sont des trappeurs en miniature. Plus de lacs enchantés à découvrir, plus de hordes sauvages à dompter. Leurs aspirations sont plus timides, leur ambition plus humble. Leur soif de gloire n'est pas précisément insatiable. Les uns, comme Jacques-Cartier, se contentent de gravir le Mont-Royal, les autres, plus ardents, imitent les Récollets et visitent le Sault. La découverte de Lumpkin est, pour la majorité, un fait de première grandeur.

A tout événement, leur but est louable : ils cherchent dans une récréation saine et un exercice salutaire, à acquérir la santé du corps, si indispensable à la santé de l'esprit. Bravo, messieurs ! à ce titre, permettez-moi d'être des vôtres et recherchons ensemble ce qui constitue l'hygiène du trappeur.

* * *

Les premiers flocons de neige qui couvrent le sol ont une influence magnétique sur le gai trappeur. A la vue de cette manne généreuse que le ciel lui envoie, il sent une irrésistible impulsion de revêtir le costume multicolore, de chausser la raquette et de se lancer dans l'arène. Une

voix intérieure, d'un charme entraînant le commande : vas, vas, dit elle. Et il part, fiévreux, ardent, léger, répandant ses pas capricieux, et par monts et par vaux.

Des éclats de sa voix, il fait retentir la montagne, tantôt par une conversation bruyamment enjouée, tantôt par les refrains passionnés d'un chant patriotique.

Ce genre d'exercice a une influence hygiénique au double point de vue physique et intellectuel. Mais pour être profitable, il faut qu'il soit pris suivant certaines règles que je vais expliquer.

* * *

La marche est le plus hygiénique de tous les exercices, parceque son influence bienfaisante porte sur toutes les grandes fonctions du corps humain, à savoir :

Sur la Respiration.

“ la Circulation.

“ la Désassimilation.

“ la Digestion.

“ L'Énervation.

RESPIRATION.—La marche bien réglée rend la respiration plus fréquente, plus complète; elle accroît le pouvoir absorbant des poumons. Ces organes délicats gagnent en vigueur et absorbent une plus grande quantité d'oxygène. Leur pouvoir excréteur augmente proportionnellement au travail mécanique effectué par les muscles. Ainsi plus d'acide carbonique et de vapeur aqueuse chargée de déchets organiques, sont alors exhalés.

CIRCULATION.—Les efforts musculaires que nécessite la marche, provoquent du côté du cœur des phénomènes de fréquence et de force, qui font qu'une plus grande quantité de sang est lancée par tout l'organisme, mais surtout dans les

muscles, qui deviennent plus fermes, et plus dociles à la volonté.

DESASSIMILATION.—Les pores de la peau sont dilatés, une sueur abondante s'en échappe emportant hors du système une quantité considérable de déchets organiques, eau, sels, acides gras, etc., etc. C'est ainsi qu'une marche de 24 milles, à raison de 4 milles à l'heure, nous fera perdre par la peau et les reins de 3 à 5 livres d'excreta.

DIGESTION.—Les changements qui se passent dans la circulation et la respiration rendent l'absorption des aliments plus prompte, et, le rejet, par toutes voies, des déchets organiques rend l'appétit plus vif et la digestion plus rapide. Mais, pour que la marche produise ces heureux résultats il ne faut pas la faire avant que la digestion soit avancée.

ÉNERVATION.—Au point de vue physiologique, le système nerveux (cerveau, moelle épinière et nerfs qui en émergent) bénéficie énormément des effets salutaires d'une marche bien contrôlée. L'absorption d'éléments nutritifs plus abondants et de meilleure qualité lui donne plus de vigueur, de souplesse, et le rend capable d'une plus grande somme de travail organique, et ce, avec moins d'efforts.

Au point de vue moral, le profit est plus apparent encore. Après quelques semaines d'exercice, on ne se sent plus le même qu'autrefois, énérvé, lâche, ramolli. On sent plus fortement les choses; notre individualité est plus consciente, plus agissante. Elle a gagné en indépendance ce qu'elle a perdu en mollesse. La bonne et franche gaieté succède à l'insouciance mélancolie, l'amour du bon travail à l'indolence.

Tes membres, par la marche, exerçant leur souplesse
Tu rends à l'âme, au corps, la force et l'allégresse

DIÈTE.—Pour obtenir les avantages que nous venons d'énumérer, le *trappeur* devra s'astreindre à une diète spéciale. Il laissera de côté les légumes et les farineux, cause de dyspepsie fatulente, et, préférera les viandes rôties, (bœuf et agneau) ou simplement grillées. Point de condiments. Quant aux boissons, il doit se contenter de chocolat, thé ou café ; la bière ou les vins légers même sont rarement admis. Il bannira irrévocablement les spiritueux, parce que leur influence détruirait les bons effets d'une marche hygiénique. La promenade ne durera pas plus de deux heures.

LE TABAC.—Hélas ! comment proscrire cette plante merveilleuse dont je fais mes délices ! Par quel effort surhumain, puis-je en défendre l'usage à l'aimable et gentil *trappeur* ? Ne serait-ce pas donner de la tête contre un mur de pierre ? Car qui a fumé, fumera !

Quand je dirais que le tabac exerce sur notre organisme une influence pernicieuse, fatale, etc. ; quand je prônerais qu'il émousse la mémoire, assombrit l'humeur, rend lourd, indifférent, paresseux ; quand je déclarerais bien haut que l'esclave de la pipe sera bientôt l'esclave des spiritueux, que la pipe appelle le verre, que le verre ramène à la pipe ; quand je décrirais en paroles de feu les maux redoutables causés par l'abus du tabac : cancéroïdes des lèvres, angine de poitrine, surdité, amaurose et toute la kyrielle des *sics* de la médecine, à quoi me servirait ce luxe d'anathèmes ? Je ne ferais pas école. Je prêcherais dans le désert, et seuls, *ceux qui ne connaissent pas le tabac* prêteraient l'oreille à mes discours. J'abandonne donc ce stérile apostolat et je dis au *trappeur* : si tu aimes à fumer, fume modérément, dans une salle spacieuse, bien ventilée ; l'excès, seul, *bles serait la nature*.

SURMENAGE.—Voilà une expression heu-

reusement imagée qui rend bien compte des excès du *trappeur* irrésolû (y en a-t-il ?) qui, sans motif valable, se mène, se démène et se *surmène* dans des courses follement effrénées. Ces exercices immodérés produisent une suractivité de combustion des tissus, qui prédispose aux affections débilitantes à forme typhoïde. Tantôt ce sont des accidents redoutables, tels que des hémorrhagies, des pleuresies, pneumonies, etc., etc. ; tantôt c'est une dépression profonde du système nerveux, l'intelligence perd de sa vivacité, l'atonie s'empare de l'estomac et la dyspepsie, éclate désastreuse, fatale.

Combien de cas d'asthme, de névralgies cardiaques et d'hypertrophie du cœur sont le fait d'un exercice mal réglementé ! Je vous le demande, *pourquoi courir à la maladie quand on va marcher pour sa santé ?*

De grâce, mettons de l'ordre et de la mesure dans nos pas et comme le bon Lafontaine, *en toutes choses considérons la fin*. C'est à cette condition que la marche à la *raquette* nous procurera la jouissance d'une bonne et belle santé. Voilà le moyen de mettre à profit l'héritage de vigueur physique et intellectuel que nous ont légué nos pères, ces immortels *trappeurs* !

DR. BEAUSOLEIL.

FEUILLES D'ALBUM.

Ce n'est pas un grand avantage d'avoir l'esprit vif, si on ne l'a juste ; la perfection d'une pendule n'est pas d'aller vite, mais d'être réglée.

VAUVENARGUES.

Si vous avez à peser une injure avec un service, ôtez au poids de l'une et ajoutez à celui de l'autre : vous ne serez que juste.

SENEQUE.

ASSAINISSEMENT DE PARIS.

CABINETS D'AISANCES.

ARTICLE PREMIER.— Dans toute maison à construire, il devra y avoir un cabinet d'aisances par appartement, par logement, ou par série de trois chambres louées séparément. Ce cabinet devra toujours être placé soit dans l'appartement ou le logement, soit à proximité du logement ou des chambres desservies, et, dans ce dernier cas, fermer à clef.

Dans les magasins, hôtels, théâtres, usines, écoles et établissements analogues, le nombre des cabinets d'aisances sera déterminé par l'Administration, dans la permission de construire, en prenant pour base le nombre de personnes appelées à faire usage de ces cabinets.

Dans les immeubles indiqués au paragraphe précédent, le propriétaire ou le principal locataire sera responsable de l'entretien en bon état de propreté des cabinets à usage commun.

ART. 2.—Tout cabinet d'aisances devra être muni de réservoirs ou d'appareils branchés sur la canalisation, permettant de fournir dans ce cabinet une quantité d'eau de dix litres, au minimum, par personne et par jour.

ART. 3.—L'eau ainsi livrée dans les cabinets d'aisances devra arriver dans les cuvettes de manière à former une chasse suffisamment vigoureuse. Les appareils qui la distribueront seront examinés et reçus par le Service de l'Assainissement de Paris, avant la mise en pratique.

ART. 4.—Toute cuvette de cabinets d'aisances sera munie d'un appareil for-

mant fermeture hydraulique et permanente.

ART. 5.—Les dispositions des articles 2, 3 et 4 qui précèdent, seront applicables aux cabinets des ateliers, des magasins, des bureaux, et, en général de tous les établissements qui reçoivent une nombreuse population pendant le jour.

Eaux MÉNAGÈRES ET PLUVIALES.

ART. 6.—Il sera placé une inflexion siphonoïde formant fermeture hydraulique, à l'origine supérieure de chacun des tuyaux d'eaux ménagères.

ART. 7.—Les tuyaux de descente des eaux pluviales seront munis d'obturateurs interceptant toute communication directe avec l'atmosphère de l'égoût.

Les tuyaux devront être aérés d'une manière continue.

TUYAUX DE CHUTE ET CONDUITES D'Eaux MÉ-

NAGÈRES ET PLUVIALES.

ART. 8.—Les conduites d'eaux ménagères, les conduites d'eaux pluviales et les tuyaux de chute destinés aux matières de vidanges ne pourront avoir un diamètre inférieur à 0m,08, ni supérieur à 0m,16.

ART. 9.—Les chutes des cabinets d'aisances avec leurs branchements ne pourront être placés sous un angle supérieur à 45° avec la verticale. Chaque tuyau de chute sera prolongé au dessus du toit jusqu'au faitage et librement ouvert à sa partie supérieure.

ART. 10.—La projection des corps solides, débris de cuisine, de vaisselle, etc., dans les conduites d'eaux ménagères et pluviales, ainsi que dans les cuvettes des cabinets d'aisances, est formellement interdite.

Texte adopté par la commission supérieure de l'Assainissement et soumis à l'approbation du Conseil municipal de Paris.

Le Bureau de la Société d'Hygiène a pensé que les importants documents devraient figurer dans le Bulletin.—Journal d'Hygiène, Paris.

ART. 11.—Le tracé des tuyaux secondaires partant du pied des tuyaux de chute et des conduites d'eaux ménagères sera prolongé dans les cours et caves jusqu'au tuyau général d'évacuation.

Il en sera de même pour les conduites des eaux pluviales si le tuyau d'évacuation peut recevoir ces eaux.

Le tracé de ces tuyaux devra être formé de parties rectilignes. A chaque changement de direction ou de pente sera ménagée une tubulure ou un regard de visite et d'aération facilement accessible.

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

ART. 12.—L'évacuation des matières de vidange pourra être faite, soit directement à l'égout public, soit dans une canalisation spéciale. Des arrêtés préfectoraux, pris après avis conforme du Conseil municipal, détermineront les voies dans lesquelles l'un ou l'autre de ces modes d'évacuation pourra être appliqué.

Evacuation directe à l'égout. ART. 13 — Dans les voies publiques où les tuyaux d'évacuation pourront déboucher directement dans l'égout public, les dits tuyaux recevront les tuyaux de chute des cabinets d'aisances, ainsi que les conduites d'eaux ménagères et des descentes d'eaux pluviales.

ART. 14.—Les dits tuyaux d'évacuation auront une pente minima de 0m03 par mètre. Dans les cas exceptionnels où cette pente serait impossible ou difficile à réaliser, l'Administration aura la faculté d'autoriser des pentes plus faibles avec addition de réservoirs de chasse ou autres moyens d'expulsion à établir aux frais et pour le compte des propriétaires.

(à suivre)

LES SOINS HYGIENIQUES

DANS LES ÉCOLES SUÉDOISES

La tendance de la médecine contemporaine est évidemment d'obvier aux maladies, et d'élever une génération plus saine.

La médecine hygiénique et l'hygiène publique ont pris à tâche d'agir sur les jeunes gens, sur la génération croissante. Elles doivent aller les trouver et les surveiller sous le toit paternel, et aussi dans l'école. Généralement, on peut dire que l'enfant depuis la cinquième jusqu'à la vingtième année, passe l'après-midi et la nuit au logis, et les avant-midi sur les bancs de l'école.

À domicile, l'action des autorités ne peut guère s'exercer utilement et par une réglementation ; on ne peut que chercher, dans tous les milieux, à propager les lumières et les connaissances hygiéniques.

Mais l'État et la commune ont un devoir strict : appliquer dans les écoles les doctrines de l'hygiène, et veiller au développement des jeunes générations. L'hygiène scolaire s'est perfectionnée, d'ailleurs, parallèlement à l'hygiène générale.

En Suède, de grands progrès ont été réalisés depuis dix ans, pour l'amélioration sanitaire des écoles, et pour les soins donnés aux écoliers. Dans ce but, la gymnastique suédoise pédagogique a été (on le sait) adoptée dans les écoles, et elle n'a pas encore donné, peut-être, tous les résultats que nous sommes en droit d'en attendre.

Les écoles primaires de la Suède, auparavant si misérables, sont aujourd'hui des maisons magnifiques, claires et spacieuses.

Les lycées ont été améliorés considérablement.

ment, quoiqu'ils laissent encore beaucoup à désirer.

Enfin, on a créé les médecins d'écoles qui surveillent l'état sanitaire des enfants, dans une visite d'inspection qui a lieu quatre fois par an. Ceux de nous qui, il y a quelques décennies, faisaient leurs classes au lycée, se souviennent de ces bancs étroits, laids, tenant à peine aux murs où nos pieds ne touchaient guère le plancher, mais où la bordure du dossier entamait le derrière du cou ou de la tête; de semblables bancs étaient de véritables instruments de torture pour les enfants, qui passaient ainsi sept à huit heures de la journée.

Et la répartition de la lumière! Et l'éclairage misérable des lampes à l'huile! A tous ces inconvénients, on a remédié le plus possible. Mais malgré les réformes, il y a encore bien à faire! Un très grand nombre des écoliers ont l'apparence pâle et hâve; d'aucuns disent même qu'ils sont plus faibles et plus débiles qu'autrefois. « Ils sont trop délectés, disent quelques-uns, leurs bancs sont trop commodes, les coups de bâton sont trop rares, on fait trop grand cas d'eux, on facilite trop leur travail; de là vient leur affaiblissement corporel et intellectuel.—On les fait travailler au-delà de leurs forces, disent au contraire d'autres personnes, il y a surmenage. »

De quel côté est la vérité? Nous allons bien voir.

Le travail récemment publié par le Comité scolaire nommé par le gouvernement nous fournira des lumières d'une haute importance sur les conditions hygiéniques des écoles suédoises. Les résultats ne peuvent cependant être regardés comme absolus, mais bien comme approximatifs. Voici quelques-uns de ces résultats :

Plus de onze mille élèves des écoles pu-

bliques supérieures (un peu plus de cinquante-cinq pour cent) sont parfaitement sains, et quarante-cinq pour cent souffrent de maladies ou de symptômes d'états malsains. Ce n'est pas absolument brillant.

Les élèves de la section professionnelle, et ceux des écoles communales, donnent des résultats statistiques un peu meilleurs (environ soixante pour cent de sains). Dans la section des humanités, la proportion des sains s'abaisse de plus en plus, à mesure qu'on s'avance vers les classes supérieures de l'école.

La myopie est la cause prédominante, et, par malheur, il semble démontré qu'elle est acquise et augmentée pendant le temps qu'on passe à l'école.

Mais, cette affection non comprise, la morbidité des élèves ne s'accroît que très médiocrement pendant le temps des classes.

127 0/0 des élèves des écoles publiques secondaires sont affectés de chlorose; 13.5 0/0 de céphalées souvent violentes. Plus de 6 0/0 des élèves présentent des épistaxis fréquentes.

Assurément il serait très inique d'imputer cette morbidité à l'école elle-même et à ses « desiderata », car, bien des causes y contribuent, comme partout dans la vie sociale. Mais cette morbidité est pour nous un avertissement sérieux de prendre garde, de veiller sur les écoles, et aussi de chercher à supprimer ou à amoindrir les influences nocives. Aussi les commissaires ont-ils fait des projets en ce sens. Nous reviendrons, non-seulement sur ces propositions, mais aussi sur les questions pédagogiques qui concernent la santé des écoliers. C'est un sujet dont les conséquences sont vitales: il faut donc que chaque citoyen s'oriente dans ses parties les plus essentielles.

LES PARFUMS A TRAVERS LES AGES

LES PARFUMS DANS L'ANTIQUITÉ.

L'histoire des parfums est, en quelque sorte, l'histoire même de la civilisation. Leur usage n'a pu jamais être compris et apprécié que par les peuples policés, aux goûts raffinés et délicats; aussi les voyons-nous en honneur, tour à tour, chez les Egyptiens, les Juifs, les Assyriens, les Grecs, les Romains, les Arabes, et enfin chez les Européens de la Renaissance qui, après des siècles de guerre et de barbarie, firent refleurir les arts de la paix.

Les premiers parfums furent obtenus en brûlant des résines et des bois aromatiques, ainsi que l'indique le mot parfum (*per fumum*, à l'aide de la fumée), et cette découverte, due au hasard comme presque toutes les autres, eut sans doute lieu en Arabie, cette terre classique des parfums.

Avec le touchant instinct de reconnaissance qui poussait les peuples primitifs à offrir à leurs divinités les prémices de tous les produits de la terre, les parfums servirent d'abord d'holocauste, et furent bientôt considérés comme le mode de sacrifice le plus agréable à celles qu'ils adoraient.

Les parfums entrèrent dans les rites de toutes les religions, et nous les retrouvons en usage sur les autels de Zoroastre comme sur ceux de Confucius, dans les temples de Memphis comme dans ceux de Jérusalem.

On reconnut bientôt qu'en combattant tout principe délétère ils éloignaient la destruction, et que leurs émanations avaient une action directe et bienfaisante sur l'organisme, et on les appliqua à la conservation de la beauté, en composant des cosmé-

tiques pour préserver les attraits de la femme dans toute leur fraîcheur, et les défendre vaillamment contre les attaques de ce rude adversaire qu'on nomme le temps.

Certains auteurs, tant anciens que modernes, attribuent en outre des qualités nutritives aux odeurs; Criton Galien et Hippocrate ont même placé les parfums parmi les médicaments. Ce dernier eut recours à leur influence pour chasser la peste d'Athènes, après avoir vu échouer tous les autres moyens; des fleurs odorantes suspendues aux maisons et des aromates brûlés dans tous les carrefours eurent bientôt raison du fléau. La pharmacie arabe renferme une foule de parfums, et de nos jours encore certains d'entre eux trouvent leur place dans le Codex.

Pourquoi le parfum ne serait-il pas le contre-poison du miasme? Dans les diverses invasions du choléra, il n'a pas été constaté de décès, à notre connaissance, parmi les nombreux ouvriers employés dans les fabriques de parfumerie à Paris et à Londres; le parfum neutralisait les miasmes. L'usage des parfums dans de certaines proportions est, contrairement à l'opinion de quelques médecins qui leur font une guerre acharnée, bienfaisant à la santé et éminemment prophylactique.

EGYPTIENS. — L'Egypte fut le premier pays qui cultiva les arts de la civilisation, et les parfums y furent connus dès l'antiquité la plus reculée. Sous le règne du constructeur de la grande pyramide, Chéops, qui d'après Manéthon, vivait il y a environ six mille ans, ils figurent déjà dans les peintures, parmi les dons funéraires, et lorsque Joseph fut vendu par ses frères, il fut emmené par des marchands ismaélites qui portaient en Egypte des épices et des parfums; on croit que ce fait se passa sous les rois pasteurs de la dix-septième dynastie.

Les aromates y servirent tout d'abord aux rites religieux, et figurèrent en première ligne parmi les dons offerts à leurs divinités. Tantôt on les brûlait sous formes de pastilles rondes que les prêtres lançaient adroitement sur un encensoir à manche fixe nommé *amschir*, tantôt on les présentait en libation sur les autels, ou en onguents contenus dans des vases de forme particulière.

C'était surtout dans leurs processions religieuses, lors des Panégyries, que les Egyptiens déployaient un luxe inouï de parfums. Les historiens nous donnent les détails d'une solennité de ce genre qui eut lieu sous le règne d'un des Ptolémées, et dans laquelle figuraient 120 enfants portant dans des vases d'or, de l'encens, de la myrrhe et du safran, et une quantité de dromadaires chargés, les uns de 300 livres d'encens, les autres de safran, de cannelle, de cinnamome, d'iris et d'autres précieux aromates.

Le nombre des parfums connus des Egyptiens était fort grand, surtout après leurs conquêtes en Asie, mais il serait difficile de retrouver la synonymie des différentes substances dont il se composaient. L'aromate dont on faisait la plus grande consommation dans les cérémonies religieuses était l'encens, qu'on nommait *netersent* ou divin parfum. Les principaux produits composés étaient le *kapu*, la *myrrh*, le *madjt*, le *téser* le *haken*, substances rarement indigènes, dont la plus grande partie venait de l'Arabie ou des Indes.

Les parfums ne servirent pas exclusivement aux rites sacrés, et trouvèrent bien tôt une nouvelle application. On avait remarqué qu'ils avaient la propriété de conserver les substances animales en

éloignant les parasites qui s'acharnaient à leur destruction; on les employa pour embaumer les corps des morts, et préserver leurs formes presque intactes.

A mesure que les habitudes de luxe s'infiltrèrent dans la vie privée, les Egyptiens, que la chaleur du climat forçait à fréquentes ablutions, cherchèrent à les rendre plus agréables et plus salutaires, en les faisant suivre d'onctions parfumées. Bientôt, ils ne se contentèrent pas de les appliquer à leur toilette, et ils ajoutèrent ce nouvel attrait, à leurs festins, où ils protiguèrent à la fois les fleurs et les parfums pour s'entourer d'une atmosphère embaumée. Les convives, en entrant, recevaient, d'esclaves préposés à ce soin des flots d'essence sur leur tête, ou plutôt sur leur perruque, car ils étaient presque tous rasés; on leur passait ensuite au cou une guirlande de lotus mélangée de crocus et de safran, puis on les conduisait à leur place.

Les parfums jouaient aussi leur rôle dans les pratiques de la magie, auxquelles les Egyptiens aimaient à se livrer dès les temps les plus anciens, et, dans ce but ils prélevaient souvent des aromates en qualité de tribut, sur les nations conquises. L'amour des parfums alla toujours en augmentant en Egypte, et, sous le règne des Ptolémées, ce pays avait atteint une telle perfection dans l'art de leur confection, qu'il fournissait à tout le monde connu; les parfums avaient alors une si grande valeur que les ouvriers employés aux nombreuses fabriques d'Alexandrie étaient dépouillés et visités en sortant de leur travail, pour s'assurer qu'il n'avaient rien caché sous leurs vêtements.

BIBLIOGRAPHIE.

“ Le Bouddhisme selon le canon de l'Eglise du Sud, sous forme de catéchisme ” par Henry S. Olcott, traduction française par D. A. C. — 2ème tirage, vol in-18— Paris 1885—G. Carré, Editeur, 112 Boulevard St-Germain.

Le Bouddhisme qui, à proprement parler, n'est pas une religion, est une philosophie dont les préceptes sont suivis par environ 500 millions d'individus sur les treize cent millions qui vivent sur la terre. Cette philosophie émet diverses règles de conduites, permettant en les suivant d'arriver au bien et à l'état le plus parfait, celui de Nirvana, c'est-à-dire l'état où l'esprit est complètement le maître de la matière. Ces quelques règles concernent l'hygiène; ainsi on doit s'abstenir des boissons enivrantes, de manger en temps inopportun, c'est-à-dire l'après midi, etc. Ce petit catéchisme donne une juste idée de cette philosophie qui, après le Brahmanisme, est la plus ancienne de toutes celles qu'ont suivies les hommes.

La santé.—Journal paraissant par feuille de 4 pages—à Constantinople,—se publie en langue arabe.

Les microbes pathogènes.—Leçons professées par le Dr. C. ARTIGALAS et recueillies par G. MAURANGE, externe des hôpitaux — 1er fascicule—in 8—avec 6 planches en couleur hors texte — Paris, 1885, chez Masson, Editeur, et Bordeaux, chez Duthu, Editeur.

“ Recherches expérimentales sur la viande de cheval et sur les viandes insalubres au point de vue de l'alimentation publique, ”—par M. E. DECROIX, vétérinaire principal de l'armée—brochure in 8—Paris, 1885—J. B. Bailliére, Editeur, 19, rue Hautefeuille. A. HAMON.

BULLETIN BIBLIOGRAPHIQUE.

“Alcool—Physiologie. Pathologie, Médecine Légale,” par le Dr. J. A. PEETERS, médecin-inspecteur de la Colonie d'Aliénés de Ghœel, etc., etc.

Ce mémoire est en réponse à la question suivante, posée par l'Académie royale de Médecine de Belgique :

“ Déterminer en s'appuyant sur des observations précises les effets de l'alcoolisme, au point de vue matériel et psychique, tant sur l'individu que sur la descendance. ”

L'Académie royale de Médecine de Belgique a accordé à ce mémoire, la première mention honorable.

C'est une excellente monographie qui mérite de fixer l'attention de tous les esprits sérieux.

“ Pathologie et Traitement du Choléra Sporadique et Epidémique, ”— Discours prononcé devant la Société Médicale de l'Uster, Belfast. — par le Dr. ALEX. HARKIN brochure in 8o.— Londres et Belfast, 1885—W. Renshaw, Editeur.

Associazione Medica Italiana— “ XI Congresso Generale ” Circolare-Programma — Perugia, 1885— Typographia Boncompagni.

“ Origen del Co'era, y causas de su desarrollo en Europa, 1884 ” — por FELIPE OVILO Y CANALES del Cuerpo de Sanidad Militar..... —Madrid, 1885 —Imprenta de Manuel—G. Hernandez

D.

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.

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 aimant 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 & MONGENAI,

EPICIERS,

1621, RUE NOTRE-DAME, Montreal.

(MAISON FONDÉE EN 1859.)

HENRY R. GRAY,

CHEMISTE-PHARMACIEN.

NO. 144, GRANDE RUE SAINT-LAURENT,

MONTREAL.

Les Hôpitaux, Couvents, Dispensaires et Médecins sont fournis de Drogues et médicaments de première qualité.

J. B. RESTHER,
35 années d'expérience. } Architectes, Evaluateurs, etc.
J. Z. RESTHER, }

J. EMILE VANIER,
Ingénieur Civil, Arpenteur Provincial, ancien Elève de l'Ecole Polytechnique, Directeur de Bureau des arpenteurs de Québec.

RESTHER, RESTHER & VANIER,

INGENIEURS CIVILS ET SANITAIRES,

ARPENTEURS PROVINCIAUX ARCHITECTES.

BUREAUX 5, 6, 7 & 8: NO. 61 RUE ST-JACQUES

MONTREAL.

Brevets d'invention, Marques de Commerce
Dessins de Fabriques, Droits d'Auteur (Canada et Etranger).

Les Corporations et le public sont respectueusement invités à correspondre.

BUREAU PUBLIC D'ANALYSES

C. A. PFISTER
PROFESSEUR DE
PHYSIQUE et de CHIMIE
— A —
L'ECOLE POLYTECHNIQUE
No. 162 Rue Mignonne.
Coin St-Denis.
MONTREAL.

N. FAFARD, M. D.
PROFESSEUR DE
CHIMIE
— A —
L'UNIVERSITE LAVAL
344 Rue Amherst 344
MONTREAL.

Analyses Chimiques Qualitatives et Quantitatives—Essais de Minéraux—Doc-
masie—Substances Pharmaceutiques—Produits Industriels—Denrées Ali-
mentaires et Boissons—Examens Microscopiques—Recherches Toxicolo-
giques, Etc., Etc.

Consultations sur les questions de Chimie et de Physique Industrielles, Etc.

SOUVENIR !

*Nos lecteurs savent qu'il n'y a pas de meil-
leurs souvenirs de famille que la PHOTO-
GRAPHIE de ceux qui nous chers.*

*C'est une seconde mémoire du cœur que nous
mettons sous les yeux de nos parents et de nos
amis. Nous leur présentons aujourd'hui un
artiste de talent,*

Monsieur Henri Larin,

No. 18, Rue St-Laurent, Montreal.