**Zeitschrift:** Le pays du dimanche
**Herausgeber:** Le pays du dimanche
**Band:** [8] (1905)
**Heft:** 24

**Artikel:** Mots de la fin
**Autor:** [s.n.]
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-255296

**Nutzungsbedingungen**
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 12.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

## L'HYGIÈNE DANS LA FAMILLE

### L'aération de nos demeures.

L'air est un élément essentiel à notre vie et dont la nécessité est de tous les instants. Il importe donc de savoir l'utiliser dans toute sa pureté et d'en tirer le meilleur parti possible.

L'air s'use au fur et à mesure qu'il nous sert.

N'avez-vous pas remarqué que la respiration d'une autre personne est désagréable à recevoir ? C'est que tout air qui sort des poumons humains est corrompu. Ne restez donc pas trop longtemps dans des pièces trop petites, dont l'air ne se renouvelle pas, sans ouvrir les fenêtres. Ne dormez pas en cachant votre tête sous vos draps. Vous vous empoisonneriez vous même, au moins en partie. Il faut renouveler souvent l'air que vous respirez.

Lorsque l'air ne peut pas être renouvelé, comme dans les églises, les grandes salles de réunions, les architectes y ont pourvu en plaçant les voûtes ou les plafonds très haut. Si les salles sont trop petites ou la société trop nombreuse, on éprouve un malaise qui vient du manque d'air respirable. Si vous aviez à préparer chez vous une réunion un peu nombreuse pour vos pièces, ne manquez pas de ménager des moyens de renouveler l'air en prenant toutes les précautions que j'indiquerai bientôt.

De même, pendant la nuit, surtout si l'on couche plusieurs dans une même chambre, il est avantageux de conserver la fenêtre ouverte — s'il ne fait pas très froid, — mais encore, je le répète, avec des précautions dont je parlerai plus loin.

Nous ne sommes pas seuls à user de l'air ; nos bougies, nos lampes, notre feu, les matières qui se corrompent en consomment comme nous. Il ne faut donc pas trop se calfeutrer dans une chambre où il y a de la lumière et du feu. Il ne faut laisser autour de soi aucune matière en train de se pourrir.

En dehors de ces cas, l'air peut être corrompu par des exhalaisons fétides, par des gaz impropres à la respiration, comme l'acide carbonique qui se dégage des foyers et de nous mêmes, par l'oxyde de carbone qui est un poison mortel même en petite quantité. Ces deux gaz prennent naissance dans nos foyers et se répandent dans les appartements lorsque le tirage de la cheminée est insuffisant.

Il faut se défier beaucoup des poêles, surtout de ceux qui ont un faible tirage. On les aime cependant, parce qu'ils donnent peu de peine, mais que d'accidents ils ont occasionnés !

Il y a un moyen bien simple de savoir si l'acide carbonique se dégage dans une chambre close ; c'est d'y tenir de petits animaux sur le plancher. Si l'acide carbonique est en excès, comme il est plus lourd que l'air, les animaux sont les premiers à s'en apercevoir et à donner l'alarme par le malaise qu'ils manifestent. Il est donc très bon d'ouvrir de temps en temps les fenêtres des pièces chauffées par des poêles. Mais il ne suffit pas d'obvier provisoirement aux inconvénients que je viens de signaler. Il faut, de temps en temps, aérer toutes les parties de nos demeures. Toutefois comme cette opération n'est pas sans présenter quelques difficultés, je me permets d'insister sur les précautions à prendre.

L'air n'est pas partout d'une température uniforme. Ici il est chaud, là il est froid. Et si un courant d'air froid vient vous atteindre, il peut causer en nous les plus graves désordres. D'autre part, l'air extérieur peut se charger de poussières dangereuses pour la santé (je compte revenir d'une façon complète sur ce sujet).

La Providence — qui fait si bien toutes choses — nous a prémunis contre ces deux inconvénients en nous donnant un petit appareil destiné à réchauffer l'air et à le nettoyer avant que celui-ci arrive dans nos poumons. Ce sont nos fosses nasales. Evitez donc de respirer par la bouche.

Quand vous êtes dans votre chambre, que ce soit la nuit ou le jour, évitez que le courant d'air n'aille sur vous, mais dirigez-le du côté opposé à la place que vous occupez. Autrement, gare à vos yeux, si vous dormez la nuit avec un courant d'air se portant sur vous ! Gare aux rhumatismes si vous êtes en face d'une croisée entrebâillée ! Une croisée largement ouverte peut être sans danger ; une croisée entr'ouverte est toujours dangereuse. On peut aérer une pièce indirectement en la mettant en rapport avec uue autre pièce qui reçoit l'air du dehors. C'est ce que l'on fait pour les malades.

Mais revenons à l'aération générale. Aussitôt levé le matin, ouvrez largement les fenêtres. Si vous pouvez sans inconvénient faire un courant d'air, dans lequel naturellement vous ne resterez pas et auquel vous n'exposerez personne, ce sera très bien. Sinon, contentez-vous d'ouvrir les fenêtres, c'est suffisant.

Après votre chambre, aérez de même toutes les autres pièces, y compris celle où l'on ne passe pas la nuit. Vous savez par expérience combien il est désagréable d'entrer le matin dans une maison qui n'a pas été aérée.

## L'AGRICULTURE

### Services que peut rendre un châssis.

Le châssis est indispensable dans la culture maraîchère et florale, aussi y est-il d'un emploi constant. Il n'en est pas de même à la campagne, car ici la place fait rarement défaut et l'on est peu habitué à produire vite.

Il y a là une habitude fort préjudiciable aux intérêts de nos vaillantes populations rurales. C'est ce que nous allons essayer de démontrer.

Disons d'abord que dans une ferme, tous les éléments du succès sont moins coûteux que dans une ville : main-d'œuvre, fumier de cheval, feuilles mortes, etc.

Supposons donc une couche établie dans la partie la plus chaude et la plus éclairée du jardin. Dès le mois de février, on pourra semer : 1° *laitues* et *romaines* hâtives ; 2° *choux d'York*, pour remplacer le semis d'automne quelquefois perdu ; 3° *choux Milan* hâtifs, *choux cabus* d'été, pour succéder à ceux de printemps ; 4° *poireaux* d'été pour ne pas en manquer à l'époque où ceux plantés l'été précédent monteront ; 5° quelques graines de *choux-fleurs* hâtifs, pour planter en place en avril.

Lorsque les graines ainsi semées seront levées, on donnera de l'air pendant 4 à 5 heures par jour, de 10 heures du matin à 3 heures de l'après-midi. On donnera quelques bassinages si cela est nécessaire.

En fin mars ou commencement avril, les plants ayant été fortement aérés seront suffisamment robustes pour pouvoir vivre à l'air libre.

On se servira alors du châssis pour recouvrir les semis de fleurs annuelles délicates qui ont besoin d'un peu d'abri, notamment la nuit, pour bien se développer, tels les *zinnias*, les *reines marguerites*, les *balsamines*, les *giroflées quarantaines*, les *résédas*, etc.

En mai, le châssis pourra revenir abriter la première couche, — les plants ayant été mis en place, — sur laquelle on sèmera quelques graines de *melons*, et dont les autres seront placés soit sur des couches sourdes et sous cloches, soit sous châssis.

En fin juin, le coffre pourra être enlevé et placé à l'ombre pour recevoir des graines de *pensées*, de *silènes*, de *myosotis*, qui fleuriront au printemps suivant.

En fin septembre, on placera le châssis sur les melons tardifs dont la maturité n'avance pas.

En octobre et novembre, on pourra planter quelques *laitues gotte* sur la vieille couche et qui donneront leurs produits pommés en décembre. On peut encore placer le châssis sur des *carottes grelots*, dans le but d'obtenir des *carottes nouvelles* tout l'hiver.

En hiver, le châssis placé sur la partie d'une planche d'*oseille* permettra d'en cueillir quelques feuilles si recherchées par les ménagères.

Comme nous venons de le voir, le châssis est utile en tout temps. Il permet, avec l'aide des paillassons, d'éviter les changements brusques de température si préjudiciables aux cultures. Enfin, lorsque la couche est démontée, on obtient du bon terreau dont l'utilité est si grande pour les cultures florales en pots et pour la culture maraîchère.

Georges DOMBALLE.

## MOTS DE LA FIN

Au tribunal correctionnel :

Le président à un malfaiteur qui vient d'encaisser deux ans de prison :

— Vous n'avez rien à ajouter ?

— Non, mon président, je retrancherais plutôt.