Zeitschrift: Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes

Herausgeber: Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

Band: 41 (1933)

Heft: 5

Artikel: L'éducation hygiénique de la jeunesse

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-973701

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: 05.12.2025

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

nisme de la distribution, plutôt qu'à celui de l'opportunité de parer à l'éventualité, (que rien n'autorise évidemment à déclarer impossible), d'une baisse subite de la production agricole à travers le monde, et si catastrophique que l'humanité se trouverait au bout de ses ressources.

Nous en avons dit assez pour montrer tout l'intérêt qui s'attache aux travaux dont le livre de M. Kawan est le fruit et la gratitude qui est due à ceux qui en ont assumé la publication. Puissent d'autres études suivre, élargissant le champ de l'enquête, scrutant encore les phénomènes et les liens qui s'établissent entre eux et éclairant utilement l'opinion sur les grands problèmes évoqués. Problèmes multiples, suggestifs, en partie insolubles dans l'état actuel de nos moyens d'investigation scientifique, nous dit M. Gini, bien dignes en tout cas des meilleurs efforts.

J. Legouis.

(Revue intern. C.-R.)

L'éducation hygiénique de la jeunesse.

Il est certain que ce qu'on a appris pendant sa jeunesse, cela vous reste, cela s'imprime dans le cerveau, et cette graine porte des fruits immédiatement et plus tard pendant toute la vie.

Les principes de l'hygiène individuelle et collective doivent donc être inculqués aux enfants et dès l'âge scolaire. Très judicieusement, le Dr René Sand, conseiller technique de la Ligue des Croix-Rouges, fait ressortir cette nécessité dans une récente publication.

«A l'école, dit-il, l'instituteur consciencieux veille à la propreté du visage, des cheveux, des mains, des vêtements des enfants au moment de leur arrivée quotidienne. Il leur fait prendre les précautions nécessaires s'ils ont les vêtements ou les pieds mouillés. Il organise avant, pendant ou après les leçons, des exercices collectifs de brossage des dents, de mouvements rythmiques, de gymnastique respiratoire et même de mouchage. Il surveille le chauffage et la ventilation. Il exige des enfants qu'ils se couvrent le visage lorsqu'ils toussent ou lorsqu'ils éternuent. Il les empêche de porter à la bouche des objets qui peuvent être souillés. Il dépiste les attitudes vicieuses. Il organise les récréations de manière qu'elles soient pour tous un délassement et un exercice approprié. Eventuellement, il assure la propreté et l'ordre pendant les repas et pendant les douches. Il assiste en toute matière l'infirmière scolaire et le médecin scolaire.»

Voilà pour l'hygiène individuelle à l'école, mais il faut encore intéresser collectivement les enfants à des questions hygiéniques qu'ils sont capables de comprendre et d'appliquer même en dehors des heures de classe, aussi le Dr Sand pense-t-il que les enfants doivent être appelés à entretenir le jardinet de l'école, à organiser un petit musée d'hygiène, à réunir les fonds nécessaires pour l'achat de brosses à dents ou d'une boîte de premiers secours, pour l'établissement de douches, pour la location d'une plaine de jeux, ou encore pour procurer à certains de leurs camarades du lait, des repas, des médicaments, des lunettes, des appareils orthopédiques, etc.

Ces diverses activités tendent à combiner le sens de l'hygiène avec le sens social, et à compléter l'action des pouvoirs publics et des œuvres de bienfaisance privées. On arrive ainsi à obtenir

des enfants qu'ils deviennent des collaborateurs actifs des œuvres existantes, à allumer leur enthousiasme, à susciter leur émulation et leur ingéniosité, et à les faire participer avec joie et entrain à la propagande nécessaire en faveur de l'hygiène appliquée.

Nous serions heureux si cette conception pouvait se généraliser (car nous savons que nombre d'instituteurs et d'institutrices de chez nous dirigent l'attention de leurs élèves du côté des questions hygiéniques), et si, au sein du corps enseignant — en ville comme à la campagne — il se trouvait d'avantage d'animateurs, certains chefs-nés, capables de créer et de diriger des groupements d'enfants dont le but serait de s'intéresser à l'hygiène pratique et aux questions d'entre-aide, dans le désir de former une population saine ayant de nobles sentiments altruistes.

Dr *Ml.*

La formation de l'esprit

Chaque individu a la faculté de transformer son être intellectuel, sa manière de penser, son caractère, et de les reconstituer jusqu'à un certain point. L'organe de la pensée, le cerveau, est sujet à un renouvellement de cellules ininterrompu, et l'individu peut exercer une influence considérable sur cette modification qui s'y opère. Même à un âge avancé, il est possible d'agir encore sur la formation des nouvelles cellules cérébrales.

Celui qui désire sincèrement se libérer de certains travers de son caractère, de certaines dispositions d'esprit défavorables, qui toutes ont leur origine dans la pensée, doit procéder systématiquement de la façon suivante:

On consacre chaque jour un temps déterminé, environ une heure, au recueillement dans la solitude et on s'efforcera de n'évoquer que des pensées agréables et de beaux souvenirs. On ne laissera éclore en soi que de bons sentiments de bienveillance, d'affection désintéressée pour le prochain et on entretiendra sans défaillance cette façon de penser, qui, sans cette occasion, ne serait probablement pas provoquée par les circonstances extérieures. Il importe de se livrer à cet exercice de la pensée et du sentiment aussi régulièrement qu'à un exercice de musique ou de gymnastique. On exerce et fortifie sa volonté par la pensée tout comme on exerce et fortifie ses muscles avec des haltères ou d'autres engins de gymnastique. Peu à peu le temps consacré à cette gymnastique de l'esprit peut être allongé jusqu'à une heure et demie ou deux heures. Au bout d'un mois, on remarquera déjà un étonnant progrès en soi. Ce changement se manifestera par des pensées et des actes spontanés.

La manière de penser et de sentir, à laquelle on se sera astreint régulièrement pendant un temps fixe, aura pour effet une modification graduelle dans la structure des cellules cérébrales. Les cellules qui sont le centre des pensées élevées et nobles se seront développées tandis que celles où résident les instincts mauvais se seront réduites et diminuées. On ne saurait assez apprécier la valeur éducatrice de cet entrainement psychique.

(D'après Prof. *Elmer Gates.*)