

**Zeitschrift:** Le pays du dimanche  
**Herausgeber:** Le pays du dimanche  
**Band:** 4 (1901)  
**Heft:** 186

**Artikel:** L'hygiène Pratique  
**Autor:** D'Anjou, Renée  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-285480>

### **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:** 14.01.2026

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

domestiques qu'ils soient matineux, consciencieux dans leur travail, vous réussirez même à leur faire soigner convenablement vos bestiaux, mais ce que vous n'obtiendrez que difficilement et avec grand peine, dit avec raison M. Dumuid dans son *Journal Suisse d'agriculture*, c'est que tous les outils et instruments dont ils se servent soient régulièrement nettoyés et remis en place.

En arrivant à la ferme, la journée finie, ils jettent dans un coin l'instrument qu'ils tiennent comme s'ils étaient pressés de s'en débarrasser, ou bien le mettent à sa place rempli de terre, au risque de le retrouver rouillé le lendemain.

Mais s'il y a des ouvriers négligents, que dire des patrons qui tolèrent que des charrettes et des herses restent plusieurs jours de suite dans les champs le soc ou les dents enterrés ? Il n'est pas rare de voir les rouleaux qui pourrissent dans les fossés, les brouettes et les tombereaux rester exposés à la pluie et au soleil, les harnais dans la cour de la ferme ou entassés à l'angle d'un bâtiment. Quant aux petits outils, pelles, pioches, râteaux, etc., combien n'en utilise-t-on pas, ou plutôt combien n'en perd-on pas ? car la plupart du temps ils disparaissent sans qu'on sache où ils ont passé.

Le cultivateur ne doit pas perdre de vue que les petits ruisseaux font les grandes rivières et que par conséquent les petites économies font les grands bénéfices. Dans une ferme, rien ne doit être perdu : tout peut servir, mais si d'un côté on ne doit pas laisser perdre la plus infime paillette du battage et les moindres déjections animales, le cultivateur doit d'un autre côté vouer tous ses soins à conserver tout ce qu'il possède. Un cultivateur soigneux veillera à ce que tous les instruments et outils dont on se sert soient rentrés dans un hangar après avoir reçu les soins de propreté qu'ils réclament.

C'est aussi en revenant du travail qu'il faut s'assurer du bon état de l'outillage, afin que lorsqu'on voudra retourner au travail on retrouve chaque chose à sa place et que l'on ne perde pas son temps à chercher ou à réparer les outils comme c'est souvent le cas.

*Viande.* — On a calculé que le rendement net d'un porc bien engraisé était de 92 p. % du poids vivant. Pour une bête bovine le déchet est de 35 % et va même quelquefois jusqu'à 45 p. %. Pour le mouton le déchet est encore plus considérable. D'expérience faites, il nous a toujours paru que de toutes les viandes de boucherie, celle de mouton est la plus chère.

## L'HYGIÈNE PRATIQUE

### Le Vêtement

Le meilleur moyen de se vêtir sainement serait, avant tout d'être à l'aise au lieu de compliquer sa toilette au point de perdre la liberté harmonieuse des mouvements, mais il faut sacrifier à la Mode... cruelle déesse dont l'inconstance et la fantaisie n'ont pas de bornes. Gracieuse ? rarement, mais elle le paraît toujours quand les yeux y sont habitués et cela vient très vite.

Allez donc porter aujourd'hui de grosses manches, ou des crinolines ou des tournures... La mode actuelle est plus esthétique,

## LE GÉNÉRAL DELAREY



Chef des commandos  
boers du Nord du  
Transvaal

elle dégage mieux l'apparence naturelle, mais elle n'est pas extrêmement conforme à l'hygiène. Enfin, comme il serait plus inutile d'essayer de la détrôner, essayons donc au moins de l'accommoder le plus possible à notre nature et à notre bien-être.

Prenons le premier des vêtements : la chemise. On la fait en toile ou coton, ou soie, ou flanelle. La meilleure serait la plus rugueuse, celle qui exerce sur la peau une action stimulante par le frottement des pores qu'elle nettoie, mais on la rejette comme trop laide au profit de la fine étoffe de batiste ou linon, or ces tissus s'humidifient, se plissent, refroidissent vite et amènent le rhume au premier courant d'air.

Ils sont jolis, mousseux, fous, ils cadrent bien avec l'élégance, ils sont doux comme l'épiderme qu'ils recouvrent, mais ils sont malsains.

La flanelle, l'épaisse et rude flanelle qui grossit, dont l'odeur persiste à travers les étoffes, est infiniment meilleure pour la santé, parce qu'elle reste chaude même étant mouillée, mais elle conserve de graves inconvénients : elle se rétracte, se durcit et n'a plus d'action, aussitôt que ses propriétés absorbantes sont passées, ce qui arrive après absorption des premières sueurs. Elle est d'un blanchissage impossible à la lessive, seul système de nettoyage antiseptique et destructeur des microbes.

De plus, la grosse chemise de flanelle est inélégante, une mondaine ne s'en arrangerait jamais. Le record de l'utile et de l'agréable — sans être extrêmement dispendieux — est la chemise de soie ; elle se fait d'un tissu souple, léger, aisément lavable. Elle dure autant que le linge et est absolument hygiénique. Elle ne refroidit pas la peau et reste tiède même étant moite, elle s'interpose entre l'air extérieur et le corps pour lui éviter les frissons, refroidissements et par suite atteinte de pleurésie, grippe, bronchite, de plus elle est préservatrice des violents courants électriques de l'atmosphère. — On sait que pendant les orages on doit se couvrir de soie.

Aujourd'hui on fabrique une soie artificielle composée chimiquement avec de la cellulose. Pour l'amusement on peut s'en contenter si, toutefois, elle n'est pas forte-

ment éthérisée, ce qui la rend très inflammable, mais pour le vêtement, il faut la rejeter, car elle ne contient pas de propriétés magnétique et physiques de celle due au produit de sécrétion du ver à soie. On la reconnaît au toucher, à la cassure et surtout à l'inflammabilité.

Faut-il maintenant parler des couleurs ? Elles sont exquises et font valoir la peau mais il faut se garder avec soin des substances nuisibles qui les composent et choisir de préférence le blanc et le crème. Les nuances ont une action sur le cerveau, les neurasthéniques, les déments sont souvent exaspérés par la vue de certaines couleurs, le rouge et le vert surtout, tandis que le jaune et le rose sont des calmants.

Il faut donc en déduire que, généralement la couleur est nuisible à la santé, les occultistes vont même jusqu'à prétendre qu'elle est hostile à la chance — à côté de cela on lui donne le symbole de l'Espérance, probablement parce que c'est la couleur du printemps. Le mauve et le rose sont gais et portent à la joie, le bleu conduit au rêve, le jaune à l'orgueil, le blanc à la pureté et toute la gamme des nuances représente la gradation des pensées...

Sans y croire absolument, ne peut-on dans la mesure du possible tenir compte des petites choses qui lient peut-être le bonheur à la vie...

RENÉE D'ANJOU.

## La chaleur à New-York

On publie des détails à la fois pittoresques et terrifiants sur le spectacle qu'offre depuis une quinzaine la cité de New-York.

Les souffrances endurées dépassent l'imagination et les accidents dépassent les prévisions. C'est un véritable sinistre en présence duquel on se trouve, un sinistre qui se répète chaque jour.

L'épouvantable chaleur a commencé le 2 juillet. Le thermomètre enregistra ce jour-là 99 degrés Fahrenheit, record qui, dans tout le siècle dernier, ne fut battu qu'une seule fois, le 7 septembre 1881, où