

**Zeitschrift:** Le pays du dimanche  
**Herausgeber:** Le pays du dimanche  
**Band:** [8] (1905)  
**Heft:** 48

**Artikel:** L'hygiène de l'hiver  
**Autor:** d'Araules, Jean  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-255619>

#### 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:** 23.01.2026

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

cuvées ; pour le cidre, les auges à piler, les broyeurs, le pressoir et aussi les pompes et les cuves. Ses dimensions dépendent évidemment de l'importance de l'exploitation. Il faut pouvoir se mouvoir à l'aise entre le pressoir, les cuves et le reste du matériel et au besoin y faire entrer les chars chargés de la récolte. Si on peut adosser le cuvier à un talus sur lequel passe un chemin à hauteur des cuves, on ménagera dans le mur des ouvertures par lesquelles on déchargera le raisin ou les pommes. C'est ainsi qu'on tâchera d'avoir encore un réservoir à eau propre situé à un niveau assez élevé pour que l'eau puisse être amenée directement dans les cuves.

Le cuvier est établi dans un lieu sain, bien aéré et éloigné des fumiers et des accumulations de matières fermentescibles. Dans les pays chauds, on tâche d'abriter le cuvier du côté du midi, soit en l'adosant à un coteau situé de ce côté-là, soit soit en le protégeant par un rideau d'arbres, car il est indispensable que la vendange se trouve dans un milieu de 25° en moyenne, l'ébullition du vin s'opérant trop lentement au-dessous de 20° et trop vite au-dessus de 30° et imparfaitement dans les deux cas.

Au contraire, dans les pays du nord-ouest, du nord et de l'est, où la chaleur n'est jamais très forte, on abrite le cuvier du côté septentrional et on dispose les ouvertures du côté du midi.

L'intérieur du cuvier doit être cimenté avec inclinaison pour qu'on puisse laver à grande eau et donner à celle-ci un écoulement parfait.

Dans les grandes exploitations viticoles, on construit aujourd'hui beaucoup de cuves en ciment avec revêtement intérieur en verre ; on obtient ainsi comme d'immenses bouteilles très faciles à tenir propres et qui reviennent moins cher que les cuves en bois dès qu'on arrive à une grande contenance.

Pour le cidre, on commence à prôner là où on récolte beaucoup de pommes et où le logement des fûts est difficile, l'établissement de grandes cuves pareilles où le cidre peut même se conserver. On le tire au moyen d'une clef et, en haut, à l'emplacement de la bonde, existe un trou d'homme par lequel on peut extraire la lie ; pas de mauvais goût, logement insignifiant, pas de crainte d'incendie et conservation assurée pendant plusieurs années. La construction de ces sortes de citernes revient à 5 ou 6 fr. la barrique et, dans les années où la récolte s'annonce abondante, — ce n'est pas, hélas ! cette année-ci, — et où la barrique coûte 8 ou 10 fr., on a bientôt fait de recouvrir la dépense d'installation.

La propreté la plus méticuleuse est une des conditions essentielles de la bonne fabrication du vin et du cidre. Pour le cidre, par exemple, le meilleur moyen de se débarrasser de la plaie du ferment acétique consiste à entretenir dans un état parfait de netteté, au point de vue de la saleté comme à celui de l'odeur, les locaux et le matériel qui servent à la fabrication.

L'auge à piler, les broyeurs, pressoirs, cuves, pompes, seront lavés à grande eau ou nettoyés à fond avant chaque campagne.

Les cuves ou foudres ont dû être méchés au souffre plusieurs fois dans le courant de l'année. Quand il s'agit de futailles, on peut se trouver en présence de plusieurs cas. Si l'on a des fûts neufs, n'ayant jamais servi, il est indispensable de leur faire subir une préparation spéciale : l'étuvage à la vapeur, si l'on a les moyens de le pratiquer, ou l'étuvage à l'eau bouillante. On verse par la bonde 7 à 8 litres d'eau bouillante, on ferme hermétiquement et on rince en agitant énergiquement dans tous les sens. On jette l'eau déjà chargée des principes solubles, des mucillages de bois, de l'albumine végétale, etc., et on recommence jusqu'à ce que l'eau bouillante ne sorte plus colorée. On rince ensuite à l'eau froide et on met à égoutter la bonde dessous.

Pour les futailles qui ont déjà contenu du vin ou du cidre, le méchage est, comme pour les cuves et les foudres, la meilleure des précautions. Au moment d'entonner le nouveau liquide, on aura soin d'exposer à l'air le fût débondé, afin de chasser l'acide sulfureux. Dans tous les cas, d'énergiques rinçages sont le complément de tout traitement.

Au moment de l'entonnage des vins blancs, on peut se trouver à court de fûts neufs ou de fûts n'ayant précédemment contenu que du vin blanc, on peut alors utiliser les fûts à vin rouge, bien qu'il soit bon de ne pas se mettre dans cette nécessité. On rince le fût rouge à l'eau chaude, puis on

le fait égoutter, on y introduit ensuite un kilo de chaux vive en petits fragments, on les promène partout à l'intérieur et on ajoute un peu d'eau. Bien fermer, rouler le fût et attendre. Au bout d'une heure, rincer avec soin avec plusieurs eaux.

Les tonneaux ayant contenu du vin peuvent sans inconvénient loger du cidre, mais ils doivent, au préalable, être soumis à un nettoyage dans ces conditions : on les défonce par un bout, on en râcle tout l'intérieur pour les débarrasser du tartre qui tapisse les douves et on les traite avec de l'eau additionnée d'un dixième d'acide sulfureux.

On peut encore dérougir les barriques au moyen d'une lessive d'eau bouillante avec 20 litres d'eau et deux kilos de cristaux de soude. On vide au bout de quelque temps et on rince à l'eau claire. Dans l'un et l'autre cas, le bois peut rester rouge mais il ne communique pas sa coloration.

LONDINIÈRES,  
professeur d'agriculture.

### L'hygiène de l'hiver.

Conseils de saison. — Pour se garantir du froid. — Encore un préjugé. — Les maladies engendrées par le froid. — Les vêtements et les chaussures d'hiver.

Aux approches de l'hiver, il nous a paru intéressant de consacrer une causerie au froid et d'indiquer les moyens pratiques de s'en préserver.

Il est indéniable que l'homme primitif, chassant les bêtes sauvages pour se nourrir de leur chair, fut naturellement amené à se vêtir de leurs dépouilles pour se préserver des atteintes du froid. De là l'origine des vêtements.

Le vêtement s'est perfectionné à travers les âges, mais toutes ses transformations tendirent toujours vers un seul but : préserver le corps des grandes chaleurs ou des froids rigoureux et le maintenir à une température uniforme.

Bien souvent il nous est arrivé d'entendre dire : « Habituez-vous au froid, car le froid endurcit. » N'en croyez rien. Ce dictum est complètement faux et fut trop souvent funeste aux personnes qui eurent le malheur d'y croire pour qu'un doute subsiste encore à son égard.

Bon nombre de maladies sont engendrées par le froid et l'on ne saurait trop se précautionner contre cet ennemi de notre santé.

La sensibilité au froid variant suivant la nature de l'individu, il appartient donc à chacun de se vêtir en conséquence.

Pourtant la sensibilité au froid varie suivant l'âge. Chez l'enfant sain et robuste, on constate une plus grande indifférence au froid que chez l'adulte. Il ne faut pas, cependant, abuser de ce privilège de l'enfance et asservir votre progéniture aux caprices de la mode. L'enfant qui joue jambes ou bras nus ne sent pas les morsures du froid tant qu'il est en mouvement ; mais, à peine est-il immobile que bientôt il grelotte. Le visage et les parties du corps en contact direct avec l'air deviennent violacées. La brusque transition du froid au chaud occasionne de graves désordres dans l'organisme et les toux obstinées, les coqueluches, les angines et les fluxions de poitrine en sont les conséquences directes et parfois mortelles. Les douleurs rhumatismales de l'âge mur n'ont pas d'autre origine.

L'homme souffre, en général, moins du froid que la femme et on a constaté que les personnes maigres étaient plus friileuses que les personnes grosses. A ce sujet, disons tout de suite qu'il n'y a pas généralité.

On a pu constater que le froid est plus supportable lorsque le temps est calme que lorsqu'il vente très fort ; en effet, lorsqu'il fait du vent, le froid s'insinue dans les vêtements et refroidit la couche d'air chaud en contact avec l'épiderme. De là, abaissement subit et sensible de la température et, par suite, sensation de froid très vive.

Partant de là, il faut donc que tout vêtement soit confectionné de façon à emmagasiner autour du corps une couche d'air qui, s'échauffant, protègera l'épiderme contre l'air froid du dehors.

Voyons maintenant quels sont les meilleurs vêtements d'hiver les plus propres à garantir du froid et les plus commodes au point de vue de l'hygiène.

Comme linge de corps, on portera d'abord un gilet de flanelle qui descendra jusqu'à la naissance des cuisses ; on pourra également le faire descendre jusqu'au bas-ventre, car souvent, le froid agit non seulement sur les poumons, mais encore sur les intestins. Si le gilet est trop court, on y remédie par l'emploi d'une ceinture de laine ou de flanelle appliquée à même la peau et non par dessus le pantalon comme le font beaucoup d'ouvriers des villes.

La flanelle a, sur le coton, cet avantage d'absorber la sueur, sans occasionner pour cela le refroidissement du corps.

Se vêtir d'une chemise de flanelle est également une excellente précaution, de même pour une chemise de coton.

Les vêtements de laine sont, à tous points de vue, préférables

aux vêtements de coton. Si, par eux-mêmes, ils ne communiquent absolument pas de chaleur au corps, au moins l'empêchent-ils de perdre sa chaleur propre.

Il est prouvé, depuis longtemps, que la coloration des étoffes influe considérablement sur leurs propriétés hygiéniques ; aussi, contrairement à l'usage, devrait-on se vêtir, en hiver, d'étoffes claires au lieu de se vêtir d'étoffes sombres qui, au lieu de conserver la chaleur au corps, la laissent rayonner à l'extérieur.

Le cou, en hiver, demande aussi protection car, chez certaines personnes, les morsures du froid peuvent provoquer le coryza, le rhume de cerveau, le rhume de poitrine et la bronchite. De même, l'impression du froid sur les oreilles peut amener des écoulements très graves pouvant devenir une cause de surdité complète. On ne saurait donc trop, par un froid très vif, se garantir les oreilles au moyen d'une casquette à rabats ou d'un capuchon.

Pour le travailleur des champs, rien n'est préférable à une peau de mouton, de chèvre ou de loup. Ces fourrures sont de beaucoup préférables aux vêtements de cuir ou de caoutchouc qui provoquent une transpiration incommodante pendant le travail et dangereuse si l'on se repose.

Une très bonne pratique est l'emploi des bas et des chaussettes de laine, à cause de leur souplesse et de leur facilité à absorber la sueur.

On ne saurait trop recommander au cultivateur l'emploi de la graisse ou du suif pour l'entretien de sa chaussure ; la matière grasse empêchera l'humidité de pénétrer le cuir et d'occasionner des refroidissements douloureux dans les extrémités inférieures.

Jean d'ARAULES.

## RECETTES CULINAIRES

### Cervelle d'agneau à la romaine.

Faire cuire dans une eau, légèrement acidulée et salée, deux cervelles d'agneau. Les égoutter, les couper chacune en trois ou quatre tranches. Les assaisonner d'une petite cuillerée d'huile, d'un filet de vinaigre, sel, poivre et une pincée de persil haché.

Les tremper dans de la pâte à frire et les faire frire à friture très chaude. Les égoutter et les dresser sur un lit d'épinards en branches, étuvés au beurre et mélangés de quelques filets d'anchois dessalés et coupés en petits dés.

On peut rehausser le style de ce plat en ajoutant quelques petites tranches de jambon sautées à la poêle.

### Salade d'oranges.

Prenez de belles oranges, coupez-les par tranches minces dans leur largeur ; ôtez les pépins sans détériorer les tranches. Mettez ces tranches ou rondelles dans un compotier avec sucre dessus et sucre dessous. Versez dessus eau-de-vie ou rhum, et servez.

## RECETTES ET CONSEILS

### Digestibilité du lait cru, bouilli ou pasteurisé.

MM. Dranc et Price ont procédé récemment, à la station expérimentale agricole du Maryland, à des essais comparatifs sur la digestibilité du lait suivant qu'il est à l'état naturel, cru ou bien bouilli, ou encore pasteurisé ; ils alimentaient des veaux durant quinze jours avec ces trois sortes de lait. Ils sont arrivés à cette constatation que les veaux digèrent plus aisément le lait à l'état naturel que le lait pasteurisé ou bouilli, et que fréquemment le lait bouilli cause chez eux des troubles digestifs. Le coefficient de digestibilité de la protéine du lait naturel a diminué de 1,8 pour cent par la pasteurisation et de 7,53 par l'ébullition ; pour le beurre, ce coefficient a baissé respectivement de 2,55 et de 1,42 pour cent.

## ÉCHOS

### La résurrection des poissons.

Il y a une dizaine d'années, les naturalistes d'Europe et d'Amérique accueillirent avec incrédulité les récits d'un explorateur qui exposait, entre autres choses nouvelles pour la science, l'ensemble de faits suivants :

Chaque hiver, régulièrement, certaines rivières de l'Alaska sont gelées jusqu'au fond de leur lit ; il n'y reste pas une goutte de liquide. Que deviennent les poissons qui, comme on sait, pullulent dans ces cours d'eau des terres arctiques ?

D'après nos naturalistes, ceux qui n'avaient pas pris la précaution d'émigrer à temps vers une eau profonde, mouraient. L'explorateur soutenait au contraire que ces poissons entraient en léthargie au début de l'hiver, qu'ils se congelaient en même temps que l'eau environnante, et qu'ils revenaient à la vie à l'approche de l'été, au dégel.

C'est l'explorateur qui avait raison ! Des recherches scientifiques, entreprises l'hiver dernier en Alaska, ont confirmé que, dans le fond des rivières, la glace est pour ainsi dire « farcie » de poissons endormis. Il est prouvé, en outre, qu'on peut obtenir artificiellement le même résultat, en prenant quelques précautions : la principale consiste à ne pas exposer au soleil le poisson endormi dans sa glace.

Une société vient de se former à Tacoma pour exploiter cette découverte ; les poissons de l'Alaska seront soumis à un procédé de congélation, transportés ensuite en Europe et rappelés à la vie.

## Camille Saint-Saëns.

(Prononcez son nom : *Saint Sanss.*)

Ce grand musicien français a fêté le 9 octobre son septantième anniversaire. Il fut un favori de l'art : il a donné son premier concert de piano alors qu'il n'avait pas encore dix ans et fait exécuter sa première symphonie à l'âge de seize ans.



Camille Saint-Saëns.

Né à Paris en 1835, il a suivi au Conservatoire les classes de piano et d'orgue avec Halévy. En 1851, il obtenait le premier prix ; deux ans plus tard, la place d'organiste à l'église Saint-Merri, et, en 1858, il était organiste à la Madeleine, tout en restant professeur à l'Ecole de musique religieuse.

Il a beaucoup composé. Il a écrit pour le piano et pour l'orgue : des sonates, des quatuors, quatre concertos, des poèmes symphoniques : — *Le rouet d'Omphale*, *Phaëton*, *la Danse macabre*, *la Jeunesse d'Hercule*, — des oratorios : — *Noël*, *le Déuge*, *la Lyre et la Harpe*, *le Psautre XVIII*. — Il s'est mis tard au théâtre. Il y donna neufs opéras dont : — *Le Timbre d'argent*, *La Princesse jaune*, *Etienne Marcel*, *Samson et Dalila*. — Il a écrit la musique pour des œuvres antiques : *L'Antigone*, de Sophocle, *Déjanire*, *Parysatys*, qui ont été représentées sur l'amphithéâtre de Béziers.

Musicien d'essence classique, ses œuvres sont parmi les plus fortes qu'a produites l'art français à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle. Sa musique est d'une écriture savante, pleine d'ampleur et de brillante clarté.

Saint-Saëns a fait aussi de la critique musicale, des vers, des comédies ; il s'est même occupé d'anatomie et de philosophie.

## DEVINETTE



Où est le châtelain ?