

**Zeitschrift:** Le pays du dimanche  
**Herausgeber:** Le pays du dimanche  
**Band:** [8] (1905)  
**Heft:** 27

**Artikel:** Causerie du docteur  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-255337>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 29.03.2025

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

sarments. Visite des greffes pour le serrage dans le Centre et l'Est.

Troisième soufrage et sulfatage.

*Cave.* — Tenir les fûts bien remplis et maintenir dans la cave une température aussi basse que possible.

*Potager.* — Semer carottes, cerfeuil, chicorées et scaroles, choux Milan, choux-fleur et brocolis, épinards, navets, pissenlits, radis, raiponces.

Continuer à tailler les aubergines, concombres, melons et tomates.

Commencer à empailler le céleri. Planter chicorées et scaroles, choux de Bruxelles, choux-fleurs d'automne.

Planter laitues romaines et poireaux d'hiver.

*Verges.* — Continuer pincement et taille en vert, pratiquer la greffe par approche pour combler le vide. Ecussonner à œil dormant les abricotiers, poiriers francs, pommiers et pruniers.

Effeuiller pêcheurs et abricotiers pour faciliter la maturation.

*Elevage.* — Recommencer à donner du fourrage sec aux chevaux, mais continuer aux autres animaux le régime du vert. Faire pâturer les porcs dans les bois et commencer à les nourrir aux glands verts. Préparer l'agnelage d'automne.

Dans le Midi, achever la transhumance des moutons.

Maintenir ou conduire en pays de montagnes les troupeaux sur les plateaux.

Vente des premiers animaux engraisés.

*Basse-cour.* — Redoubler les soins hygiéniques : propreté, aération, boissons fraîches et renouvelées.

Ne plus laisser couvrir les poules.

*Rucher.* — Continuer à récolter le miel et la cire.

Transporter pendant la nuit les ruches près des champs de bruyères ou de sarrasin. Réunir ensemble les ruches faibles.

Elever les reines de réserve.

Nourrir les ruches dont on veut garder les bourdons pour la fécondation des reines de sauveté ; s'il n'y a pas de seconde miellée, donner aux ruches du sirop épais.

À ce propos, disons que tous les bagages à main fabriqués par leur propriétaire, sacs de toile ou d'étamine brodée, etc., sont toujours inélegants, quelque soin que l'on apporte à leur confection.

Est-il poli de regarder les gens avec son face-à-mains ? Evidemment non, si l'on est myope et que l'on ne puisse voir qu'à ce prix, l'on évitera toujours l'insistance, car l'attitude de lorgner a forcément un aspect d'insolence.

Quand doit-on s'asseoir à table ? Immédiatement après que la maîtresse de maison a pris sa place, mais jamais avant. On se lève de même. Cette règle s'applique aussi bien en famille que dans le monde.

La voilette se porte-t-elle avec la toilette habillée ? Oui et non, suivant la circonstance. En visites, on porte la voilette, non pas à une matinée. Le soir, la voilette est proscrite partout, sauf dans les petits théâtres où l'on va en toilette de courses.

La jupe cycliste est-elle plus convenable que le pantalon ? En fait, le pantalon est tout aussi décent, sinon plus, que la jupe. Pourtant les rigoristes estiment la jupe plus convenable.

Le cyclisme étant aujourd'hui un sport solidement ancré dans les mœurs, il nous paraît inutile de dire que c'est un exercice adopté par les femmes du meilleur monde.

Mme Camille PERT.



## CAUSERIE DU DOCTEUR



### Régime d'été.

Il n'est aucun individu, si bien portant qu'il soit, qui ne doive s'astreindre, en temps de chaleur, à certaines précautions. Cent maladies rôdent alors autour de nous, visant le cœur, la tête, les organes digestifs, atteignant parfois l'état général débilite, frappant brutalement d'autres fois de façon si expéditive, que nul secours humain ne saurait être efficace.

Donc, insistons sur la nécessité d'adopter un régime approprié à la période caniculaire. On s'y fera sans difficulté, ainsi que l'on va pouvoir en juger.

Envisageons d'abord le vêtement :

Le meilleur vêtement d'été est le vêtement de flanelle. Il sera ample, léger, et ne comprimera aucune partie du corps, surtout pour l'estomac, le ventre, ni la poitrine. La toile est également bonne, mais à condition que la peau soit protégée par de la laine.

Enfin, nous recommandons en troisième lieu les tissus jerseys qui constitueraient le vêtement idéal si leur confection ne mouillait parfois trop étroitement le corps, gênant ainsi la faculté de dilatation du thorax, en même temps qu'elle supprime la couche d'air interposée, nécessaire à la stabilité de la température extérieure de l'individu. Pas de corset ; pas de faux-cols élevés ; remplacer le premier par une ceinture, les seconds par les cols souples des chemises de tennis. Comme chapeau, de la paille à larges bords à laquelle on adaptera, si besoin est, un couvre-nuque en toile.

En ce qui concerne l'alimentation, user généralement du maigre : poissons frais, légumes cuits, salades, œufs, laitages. Se défier des crustacés, du melon, des légumes crus acides. Préférer

## PETITE CAUSERIE FÉMININE

Peut-on porter un paquet dans la rue ? Sans doute si l'on est en toilette « trotteuse ».

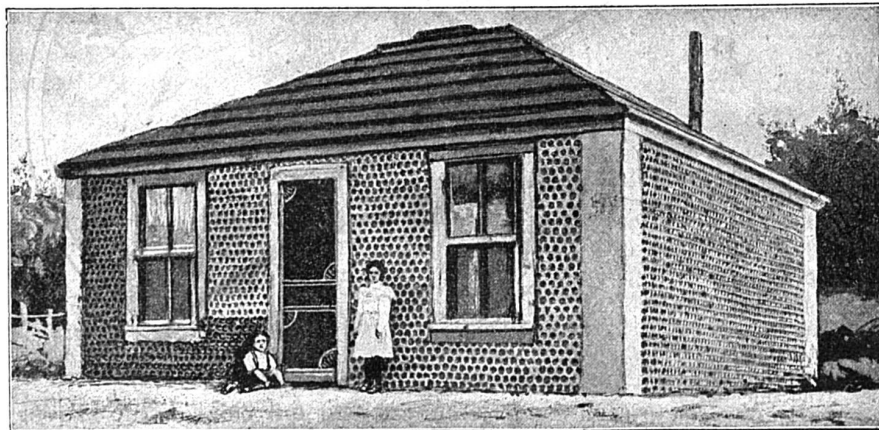
Au contraire, si l'on est en toilette de visite ou de cérémonie, il paraît grotesque de se charger d'emplètes.

En voyage, si l'on a pas de femme de chambre, il est parfaitement reçu de porter son nécessaire, son manteau, etc. Pourtant il est bon de se rappeler que se surcharger de colis, surtout si ceux-ci ne sont pas de la plus entière correction, rappelle les personnages ridicules des pièces du Palais Royal.

### Maison construite avec des bouteilles.

La nécessité rend souvent l'homme ingénieux et inventeur. La preuve en est la maison bâtie entièrement de bouteilles de verre, que représente notre gravure, et qui n'a pas été élevée pour reproduire quelque chose d'original, mais plutôt sous l'empire de la nécessité de son constructeur. Celui-ci est un certain mineur du nom de Ponopah, originaire de l'état du Névéda, dans l'Amérique du Nord. Dans le Névéda, les pierres y sont, paraît-

il, à certains endroits, excessivement rares et à des prix presque inabordable. Par suite de ces circonstances défavorables, ce mineur eût l'idée d'employer des matériaux bon marché, les bouteilles vides qu'il trouvait en grandes quantités dans les restaurants et dans les cantines, qui n'en avaient aucun emploi. Il en fit donc une maisonnette assez spacieuse en reliant les bouteilles entre elles par du ciment et les plaçant de telle manière que les fonds fussent à l'extérieur et les cous à l'intérieur du petit édifice. Les coins de la maison sont formés par des colonnes en bois enduites également d'une forte couche de ciment. La maison a une longueur de 6 mètres sur 5 mètres de largeur ; elle est divisée en deux compartiments dont l'un sert de cuisine et l'autre de chambre à coucher. Le toit est en bois et comme ces murs de verre ont une résistance assez considérable, les poutres sont assez épaisses. On dit que cette maisonnette est bien chaude en hiver ; rien d'étonnant à cela puisque le verre est un très mauvais conducteur de la chaleur. Pour éviter que les bouteilles qui se trouvent près du foyer ne viennent à sauter par suite de la forte chaleur, cet ingénieux mineur a mis une forte couche de ciment entre la paroi et le foyer, qui a pour effet d'isoler ainsi complètement la flamme.



Maison construite avec des bouteilles.



le veau, la volaille blanche aux viandes saignantes, Nous éveillons l'attention contre les préparations de conserves de viandes dont on use assez volontiers en villégiature, lorsque le pays offre peu de ressources, et qui provoquent fréquemment des indispositions.

Boire chaud ou très frais (nous ne disons pas très froid). On se désaltère ainsi beaucoup mieux, et l'on absorbe moins de liquide qu'en buvant à la température des appartements.

Comme régime externe, de l'hydrothérapie excitante : bains de mer, bains froids, douches froides de 30 secondes à jet direct, draps mouillés froids. Adjoindre les frictions aromatique à l'eau de Cologne, au vinaigre, au jus de citron, ou les massages vifs au gant de crin.

En résumé, réagir contre la dépression qui dispose aux affections latentes; stimuler la nutrition; fouetter l'activité: tel doit être le but de chacun.

DOCTEUR J...

POÉSIE

LE LABOURAGE

Dans le jour encore indécis  
Qui boit l'ombre de la marnière,  
Derrière son percheron gris  
Dont le vent gonfle la crinière,  
Le laboureur patient poursuit  
Son rêve en poussant sa charrue,  
L'œil fixé sur le soc qui luit  
Au contact de la terre nue!  
De la terre qui veut l'Effort  
Pour être toujours maternelle;  
Qui nous oppose et nous endort  
Dans sa grande paix éternelle!  
Débarrassé des joncs ardents  
Où les moutons laissent leur laine,  
Des noirs orchis et des chiendents,  
Des herbes folles de la plaine,  
Le sol est prêt à recevoir,  
De nouveau, les semences blondes;  
A faire frissonner d'espoir  
Le flanc des collines fécondes,  
Des souffles passent, attiédies...  
L'horizon des labours s'allume.  
Homme et cheval semblent grandis  
Au bout du sillon brun qui fume,  
Tous deux, dans le printemps vermeil,  
Préparent au sein des cassailles  
Le vaste lit des épousailles  
De la Terre et du grand Soleil!

HUGUES LAPAIRE.

RECETTES ET CONSEILS

Pour reconnaître la chicorée dans le café.

On remplit un verre d'eau, et on jette à la surface le café suspecté mélangé. S'il n'y a pas de fraude, le café restera à la surface de l'eau, si au contraire il y a un mélange de chicorée, immédiatement l'eau absorbe cette dernière, et elle ira au fond du verre en colorant le liquide en jaune.

En examinant la poudre mélangée qui se trouve au fond, on verra qu'elle n'a pas la même consistance que le café: elle est molle et légère, ce qui n'est pas le cas du café qui se trouve en suspension dans l'eau. (Science Pratique).

COIN DE LA MÉNAGÈRE

Veau sauté Marengo.

Prenez du veau dans les parties cartilagineuses; coupez-les en gros dés, les sauter à l'huile, les saupoudrer d'oignon haché, faites roussir 150 gr. de lard, saupoudrez de farine, mouillez au bouillon, cuisez; sauce courte. Dressez votre veau en l'entourant de petits oignons, champignons, versez la sauce par-dessus.

Aloyau de broche aux fonds de céleris.

L'aloyau, autant qu'il est possible, cuit à la broche, les céleris blanchis à l'eau, puis mijotés dans le jus de l'aloyau. Dresser l'aloyau au dernier moment, en découper quelques tranches seulement, comme s'il n'était point coupé. Une saucière de jus à part; les céleris dans un légumier; les arroser avec une partie du jus. Si on se trouvait dans la nécessité de cuire la pièce au four, on la cuirait avec précaution en évitant surtout de lui ajouter ni eau ni bouillon, ce qui fait suer la viande et la rend coriace.



Prince Troubetskoï.

Président du Zemstvo de Moscou, qui, avant les troubles de la Russie avait prévenu le Tzar et l'avait conjuré d'accorder une constitution au peuple russe. Comme on le sait, les zemstvos jouent un grand rôle dans les mouvements révolutionnaires actuels en Russie. Ces zemstvos étaient d'abord une assemblée provinciale établie dans quelques gouvernements russes, composée de commerçants et de paysans pour discuter des questions d'intérêt économique. Grâce aux réformes d'Alexandre II, elles devinrent un corps autonome de chaque province, où des représentants de toutes les conditions sociales furent envoyés. Maint

personnage russe important en a fait partie. Peu à peu l'idée qu'un changement complet de système de gouvernement pouvait amener une amélioration dans l'empire russe, se fit jour dans ces assemblées provinciales. Le tzar resta sourd à toutes ces demandes de réformes. Comme défenseur de ces réformes il faut mentionner ce prince Troubetskoï, président du zemstvo de Moscou. Il a pris une part active aux affaires publiques, ces derniers temps surtout, lorsque, au nom de l'assemblée qu'il préside, il envoya une adresse au tzar et un écrit au prince Swiatopolk-Mirsky dans lesquels il montrait tous les dangers de la situation actuelle et les moyens d'y porter remède.

C'est le prince Troubetskoï qui adressa au tzar un long discours à l'occasion de la réception en audience privée, au palais Alexandria, à Peterhoff, de la députation du congrès des zemstvos de Moscou et des maires, et les représentants de la ville de Saint-Pétersbourg.

Un bohème puise dans le porte-cigare d'un ami:  
— Oh! laissez-moi encore en choisir deux ou trois.  
Ils sont exquis! Où donc les prenez-vous?  
— Moi, je les achète; je ne les prends nulle part!  
fait l'ami, un peu offusqué du sans-gêne.

DEVINETTE



Où est le jeune pêcheur qui vient de me sauver ?

Editeur-imprimeur: G. Moritz  
Gérant de la Société typographique, à Porrentruy