Hygiène-économie domestique n°1

Numéro d'inventaire : 2015.8.3170 Auteur(s) : Jeanne Bourbonnais Type de document : travail d'élève

Période de création : 2e quart 20e siècle Date de création : 1934 (entre) / 1935 (et) Matériau(x) et technique(s) : papier

Description: Cahier cousu, couverture papier bleu rayé noir, 1ère de couverture avec un motif de blason (12 x 14 env.) à fond bleu avec les 3 tours et les 3 fleurs de lys formés par de fines rayures noires, à l'intérieur "Hygiène n°1" manuscrit à l'encre violette, au-dessus en lettres capitales "Ville de Tours" et en bas du blason "Ecole ...", "M... Direct...", "Cahier ..." non complétés. 4ème de couverture avec un petit motif au centre reprenant le blason de Tours sur fond noir, en bas de la couverture "M. Gambier, Libraire, Papeterie, Tours",. Réglure seyès, encre violette.

Mesures: hauteur: 22,5 cm; largeur: 17,5 cm

Notes: Cahier de leçons d'hygiène et d'économie domestique: La maison / propreté du corps / L'appareil locomoteur / Hygiène de la digestion / appareil circulatoire / Appareil respiratoire / Les microbes, les maladies contagieuses / Le système nerveux / Hygiène des organes des sens / Les boissons / L'alcoolisme / Hygiène des bébés / Confection des menues / Principes élémentaires de cuisine / Médecine familiales / Linge et vêtements / Ustensiles de cuisine. Plusieurs cahiers de la même année.

Mots-clés : Éducation à la santé et à la sexualité **Filière** : Lycée et collège classique et moderne

Autres descriptions : Nombre de pages : Non paginé

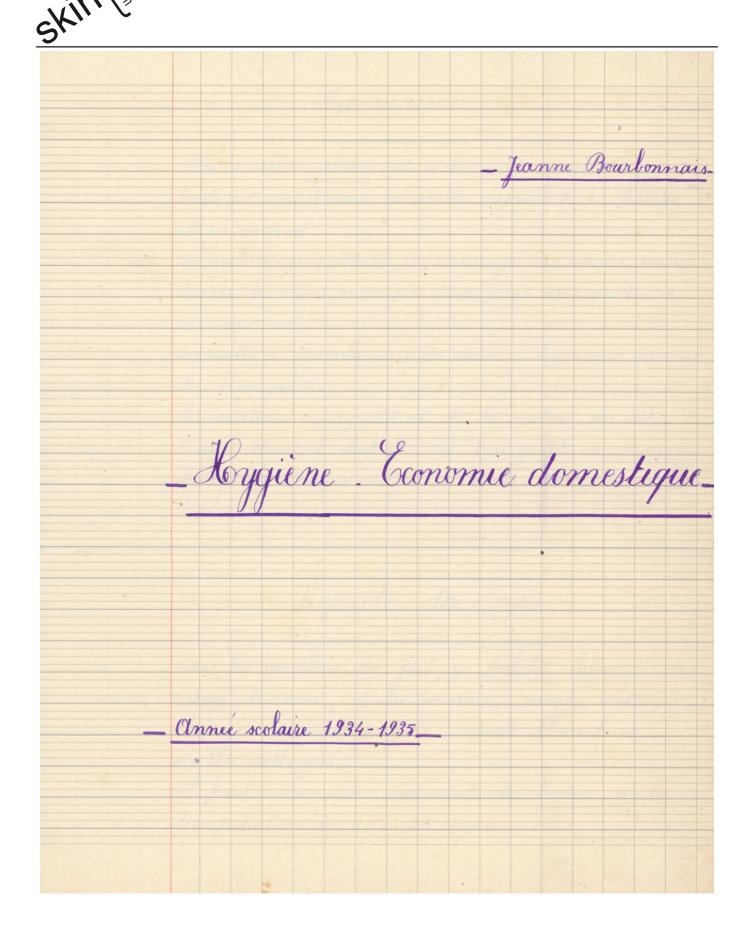
Commentaire pagination: 40 p. manuscrites sur 44 p. Les p. 32 et 33 collées ensemble.

Langue: Français

couv. ill.

Lieux: Tours

1/4



3	
	La maison
	Une maison salubre est siche, airie, ensoleillée, cons-
Andrewski Aki	truite sur un terrain permeable, exposée de préférence
	est on on oust.
	on évite les rues étroites, le voisinage des usines, on re-
	cherche les artres mais pas trop près on construit
	sur une cave.
	On vuille à l'écoulement des eaux. Les murs doivent être bien joints.
	Les materiaux dépendent de la nature du sol.
	L'ameublement doit être de bon goeit sans sur -
	charge d'ornements et on évite les tapis et les tentures.
•	Proprete' du corps
	Cous les moltins on fait sa toilette: l'avage du
	visage du cou, et des mains _ ongles nettoyés _ cheveux brosses et peignés _ dents blanchies _
	cheveux brosses et peignes - dents blanchies -
	active factory gets.
	Il faut prendre souvent des baines à la température de 33 à 35 degrés.
1	

Exportar los artículos del museo Subtítulo del PDF

Les mains sont nettoques plusieurs fois par	Hygiene de la digestion
jours, et les dents après chaque repas.	
Le sommeil indispensable varie avec le	Les besoins de notre de notre de organisme se
climat, la saison, l'age, le genre de travail,	nomment fain et soil
climat, la saison, l'âge, le genre de travuil, le tempirament.	Les aliments renge en 4 catégories doivent être
	unis dans une alimentation varie qui ne doit
	pas être trop carnei. trois aliments sont consi-
L'appareil locomoteur	dérès comme complete : le pain, mais surtout le
" Le squelette, alimentation riche en calcaire et en phospha."	lait et les geufs. On purt se nouver tris hun avec des legumes, des fruits, auf lait, pain, et
te - évitez les mauvaises attetiedes corriger	Lure (regime végétariens ou lacto végétatriens)
celles que l'on prend dans la l'exercice de la	Le régime alimentaire varie avec l'age la saison et
profession - porter du vitements amples	Le regime alimentaire varie avec l'àge, la saison et le travail.
	Les aliments préférables sont ceux qui sont à la p
mucles - alimentation appropriée au travail - évitez le	nutritif et peu conteux, il faut qu'ils sount diges
surmenage qui intoxique les muscles - pour	tif it simples, mais il ne faut pas sacrifier sa
éviter la fatique et y résistir, on fait de l'en-	santi pour à une économie mal comprise.
trainement sans exagirer	The state of the s
	Il faut donner à l'appareil digestif de bonn
exercices: marche, nattation _ tennis, le volant _ balle	habitudes.
exercices: marche, noettation - tennis, le volant - balle cannotage - jardinage -	Pour avoir une home disestion: bun mastique
	les haliments ne nas laire usage de l'aprè
maladies ! fracture _ luxation _ entorse _ rum rhuma.	Pour avoir une bonne dijestion : bun mastique les haliments, ne pas faire usage de l'appre tirk . faire un peu d'exercice avant et apre le repas, mais onodéré . en évitant les repordis.
maladies fracture _ luxation _ entorse _ rum rhuma.	Le repas mais modère, en évilant les rehordis