

## Les bienfaits de l'hygiène. N°6, les boissons hygiéniques

**Numéro d'inventaire** : 2023.35.30

**Auteur(s)** : Camille Charier

**Type de document** : couverture de cahier

**Éditeur** : C. Charier, éditeur

**Période de création** : 1er quart 20e siècle

**Date de création** : 1905 (restituée)

**Collection** : Collection C. Charier

**Inscriptions** :

- lieu d'édition inscrit : Saumur
- tampon : Ville du Havre : école communale. Fournitures gratuites

**Matériau(x) et technique(s)** : papier

**Description** : Couverture de cahier. Recto comportant une illustration en gris au centre et une illustration en violet en haut et à droite. Verso imprimé en gris.

**Mesures** : hauteur : 22,2 cm ; largeur : 17,6 cm (couverture de cahier fermée)

**Notes** : Deux textes au verso : - Les boissons hygiéniques. - N°6 par Er. Richa, anagramme de Charier : "l'alcool est le poison moderne", "le vin doit être absorbé avec réserve". Autres boissons traitées : la bière, le cidre, le café, le café au lait, la chicorée, le thé, la limonade. - Médecine pratique : définitions de contagieuses, contusion, convulsions des enfants, coqueluche, cors aux pieds.

**Mots-clés** : Protège-cahiers, couvertures de cahiers

Morale (y compris morale corporelle : hygiène)

Éducation à la santé et à la sexualité

**Utilisation / destination** : enseignement, hygiène

**Historique** : La collection C. Charier comprend : 1. Les annales de la Révolution (1789-1799). La France libératrice des peuples . Les héros de l'armée française. Les généraux de la République. Les gloires navales de la France. Le Panthéon des femmes illustres. Les héroïnes de la victoire. Pages d'histoire (Joséphine et Marie-Louise). Récits historiques. Les droits de l'homme, les droits du citoyen. Les devoirs de l'homme, les devoirs du citoyen. La prévoyance et la mutualité. Les ravages de l'alcoolisme. Les bienfaits de l'hygiène ; 2. Les premiers soins (en cas d'accident). La maîtresse de maison (ménage et cuisine). La civilité et le savoir vivre. L'esprit des bêtes. La vie agricole. Le jardin d'acclimatation. Les exercices physiques. Les châteaux historiques. La marine militaire (BNF).

**Représentations** : scène : débit de boisson / Plusieurs personnes, dont une fillette, sont atablées à la terrasse d'un café. Elles sont habillées de tenues élégantes. Le serveur apporte une cafetière, une théière ou une chocolatière. Sur l'enseigne, on peut lire : "Cabaret de la tempérance, boissons hygiéniques".

**Autres descriptions** : Langue : français

Nombre de pages : non paginé

Commentaire pagination : 4 p.

ill. en coul.

## Les Bienfaits de l'Hygiène



Collection C. CHARIER.

N° 6. — Les boissons hygiéniques.



## Les boissons hygiéniques. — N° 6

Si je ne craignais de paraître trop exclusif, je dirais que l'on entend par boissons hygiéniques tout ce qui ne touche pas de près ou de loin à l'alcool. L'alcool, en effet, est le poison moderne, qui exerce principalement ses ravages sur notre pays, et il est en train de paralyser les qualités vitales de notre race.

Si les Français veulent échapper à la dégénérescence physique et intellectuelle, ils doivent s'abstenir avec la dernière rigueur de toutes les boissons spiritueuses et alcooliques. C'est ainsi que même le vin doit être absorbé avec réserve, sans que la quantité par individu ne doive jamais dépasser 70 centilitres par jour.

La *bière* est une boisson saine, légèrement stimulante, tonique et nourrissante, ne fatiguant pas l'estomac, mais facilitant l'embonpoint.

Le *cidre* et le *poiré* sont d'une digestion difficile et peu nutritifs.

Le *café* est un breuvage aromatique qui possède une réelle valeur alimentaire, en plus de ses propriétés digestives et stimulantes; ces dernières font qu'il doit être interdit aux enfants et aux personnes nerveuses.

Le café au lait peut faciliter l'anémie chez les personnes qui n'ont pas une alimentation suffisamment tonique.

La *chicorée*, qu'on mélange souvent au café, a une propriété laxative.

Le *thé* est un stimulant et un antidépresseur comme le café; il est moins nutritif et plus excitant, principalement le thé noir.

La *limonade* est une boisson acidulée, d'un goût agréable et ne présentant aucun inconvénient quand on la prend modérément et non d'une façon continue.

ER. RICH.

## MÉDECINE PRATIQUE (suite)

**Contagieuses (maladies).** — Sont dues à un germe transmissible d'un individu à un autre (excréments, contact, vie en commun) ou par l'eau (fièvre typhoïde, choléra), ou par l'air (tuberculose, grippe). Les mesures préservatives sont : la désinfection des selles, des crachats, des vêtements, des appartements. Boire de l'eau bouillie. Inoculations antirabiques (rage).

**Contusion.** — Vulgairement appelée « bleu ». N'est autre chose qu'une *ecchymose* provoquée à la suite d'un choc. Le *traitement* consiste dans le repos de la partie contuse; compresses fraîches, aiguës d'arnica ou d'alcool camphré; massage superficiel et doux. On empêche quelquefois la bosse de se former, à l'aide d'une pièce de 5 francs appliquée au point contusionné et tenue par un bandage serré. Voir **Plaies**.

**Convulsions des enfants.** — Causées par la dentition ou la présence de vers intestinaux. Se manifestent par des cris de l'enfant, la raideur des membres, la fixité du regard, grincements de dents. *Traitement* : En attendant le médecin, tenir l'enfant à l'air, donner un lavement, faire respirer un peu d'éther.

**Coqueluche.** — Maladie contagieuse et épidémique caractérisée par des accès de toux, accompagnée d'une inspiration sifflante. La période d'incubation est d'une semaine. Au début, ce semble être un simple rhume. Bientôt la toux est plus accentuée, surtout la nuit. Puis elle devient convulsive, quinteuse jusqu'à perdre haleine. L'enfant a les traits bouffis et les yeux larmoyants. Peut amener des complications : convulsions, fluxions de poitrine, hernies. *Traitement* : Isoler le malade des autres enfants; café, air pur, ceinture de flanelle. Changer d'air au bout de 3 semaines ou un mois. Consulter un médecin.

**Cors aux pieds.** — Le meilleur moyen d'éviter les cors aux pieds est de n'employer que des chaussures larges, de manière à y être à l'aise. Sinon leur présence est très douloureuse. On les combat par un emplâtre de savon noir et d'alcool; ou bien appliquer durant une semaine 10 gr. de collodion pour 1 gr. d'acide salicylique; puis ensuite des bains de pieds chauds, prolongés.

C. CHARIER, éditeur, à Saumur.