

BIBLIOGRAPHIE

La Fin du Martyre de l'Obèse

PAR LE DOCTEUR A. HEMMERDINGER

On a beaucoup écrit, dans ces dernières années surtout, sur l'hygiène alimentaire et les inconvénients d'une alimentation trop riche. Le Docteur Victor PAUCHET, en particulier, a publié quatre ouvrages d'hygiène générale, dont plusieurs chapitres sont consacrés à l'intoxication chronique qui résulte de l'habitude d'une table trop copieuse. Des hygiénistes ont prétendu combattre cette intoxication et l'obésité, qui en est une forme, par des régimes spéciaux: restriction alimentaire quantitative, jeûne périodique, végétarisme, recherche des menus insipides, etc. Tout cela est fort bien, mais suppose un esprit de sacrifice, une force de volonté que bien peu possèdent et le tort de ces régimes est d'exiger des renoncements souvent aussi pénibles que les maux dont on prétend se garantir. Les vertus ascétiques ne sont pas données à tous — heureusement, serait-on tenté d'ajouter.

D'ailleurs les régimes proposés sont-ils efficaces contre l'obésité? Pas toujours. Souvent les auteurs se sont bornés à des indications générales trop vagues pour que chacun puisse en faire une application particulière à son propre cas. Des erreurs ont été commises sur le pouvoir «obésifiant» des divers aliments. Enfin on n'a pas porté une attention suffisante aux dangers d'un amaigrissement mal conduit.

Le docteur HEMMERDINGER a voulu reprendre la question d'un point de vue plus pratique en même temps que plus rationnel et plus scientifique. Il apporte une notion nouvelle, le «coefficient obésigène», véritable unité pratique de mesure,

grâce à laquelle chacun peut déterminer lui-même avec facilité les menus qui lui conviennent. Car il ne s'agit plus de régimes, de disciplines fastidieuses et pénibles. Le docteur HEMMERDINGER comprend et admet les plaisirs de la table. Le tout est de ne pas abuser et d'établir convenablement ses menus, selon son tempérament, son âge, ses dépenses musculaires et... sa bourse. Son mérite est de nous donner des exemples de menus hygiéniques variés, qui conviendront aux palais les plus raffinés et qu'acceptera toute cuisinière digne de ce nom.

Une autre originalité de l'ouvrage, c'est le ton plaisant et humoristique de l'exposé. Nous ne sommes pas habitués à ce genre à la fois scientifique et badin. C'est de la vulgarisation précise et agréable. C'est du Victor Pauchet revu par Henri Béraud.

Tous les obèses devront naturellement le lire, et aussi ceux que guette l'adiposité aux environs de la quarantaine — et

ils sont légers. Mais inversement, grâce aux facilités qu'offre l'emploi du coefficient obésigène, ceux qui tracassent une maigreur invétérée y trouveront aussi le moyen de s'étoffer... à volonté.

Les médecins eux-mêmes, malgré la forme vulgarisatrice de l'ouvrage, y trouveront, spécialement dans les chapitres qui leurs sont destinés, des indications utiles au traitement de leurs malades obèses.

C'est un livre que tout le monde a intérêt à connaître.

Un volume broché (présentation originale). Prix. 7 fr. 50. Aux Editions J. OLIVEN, 65, Avenue de La Bourdonnais, PARIS

Inondations à St-Marc

Les fortes pluies de ces jours-ci ont déterminé une crue de la rivière qui traverse la ville de St-Marc. Celle-ci a été inondée. Le pont sur la dite rivière est complètement détruit.

M. Guerrier, préfet, et sa famille, qui habitent le voisinage de la rivière, ont été sauvés miraculeusement. Au cours d'un accident de personnes heureusement.

La communication, entre les deux parties de la ville, interrompue pendant quelques heures, a été rétablie. La population, un moment inquiète et troublée, a repris son calme.

Le gouvernement a adressé, par l'intermédiaire du préfet, des condoléances à la population. Nous y joignons nos vœux en priant nos amis de St-Marc de recevoir l'expression renouvelée de toute notre sympathie.

Dernière heure

Une dépêche télégraphique annonce que le pont de Agua-mouch, à l'entrée de Hinche a été emporté par les eaux de la rivière du même nom.

A St Marc, le pont Pivert a été détruit, de même que le pont du chemin de fer. Il y a un mort à Lacombe. Plusieurs maisonnettes ont été détruites. Les routes sont irranchissables. Toutes les communications sont interceptées.

MORUBIASE. Rachitisme, Lymphatisme, Croissance, Bronchites, Anémies. Extrait de Foie de Morue (Irradié, Vitaminé, sans corps gras) sous forme de Pilules et Granulé.

A louer. Pour la saison ou à l'année, maison à Pétionville. Pour renseignements, s'adresser à Mr de VENDEGIS, avenue King.

Toutes les Polices DE LA HOME INSURANCE Co comprennent la Protection contre la Foudre sans augmentation de taux Eug. Le Bossé & Co Agents Généraux

DECURLER. Le moyen préféré et le plus singulier pour rendre les cheveux lisses et doux. Decurler est absolument inoffensif, la chevelure reste naturelle et tient bien. Decurler est une pâte éprouvée et recommandée depuis de nombreuses années. Decurler atteint toujours son but à cause de sa bonne composition. Decurler Son emploi est aussi agréable et a autant de succès, que le produit est peu remarquable. En vente seulement chez: Geo. C. Bohne à côté du Grand Hôtel de France. Prix: le grand pot, Or 1,00; le moyen pot, Or 0,70 cts.

HAITIANA. Ciné-Taldy. DEMAIN SOIR 4 HEURES 1/2. Le merveilleux film: Au Service du Tzar. Entrée: 0,50; Balcon: 1,00. A 8 HEURES. Une comédie charmante, légère, pleine de gaieté, se déroulant dans les merveilleux paysages de la Côte d'Azur: La Femme du Voisin. mise en scène de Jacques Baroncelli admirablement interprété par Dolly Davis, Suzy Pierson, André Roanne et Fernand Fabre. On commencera par un Eclair-Journal sonore et parlant. Entrée: 2, 3, 4 gourdes.

Ciné-Variétés. DEMAIN SOIR L'INDOMPTÉE avec John Crawford. Entrée: 2 et 3 gourdes.

Eno soulage l'estomac acide. La paresse intestinale est la cause ordinaire de la désagréable acidité. Repoussez-la vite, agréablement, en buvant un verre de pétillant ENO'S "Fruit Salt". Prenez ENO régulièrement pour corriger cet état. ENO débarrasse le système des lourds déchets et prévient ainsi l'accumulation des poisons qui forment l'acidité. ENO'S "FRUIT SALT"

EN FAVEUR DE L'INDUSTRIE NATIONALE

Nous extrayons de notre confrère «La Phalange du Nord» la lettre suivante de M. Louis Mercier qui contient une excellente suggestion, à laquelle nous avons précédemment fait allusion:

Monsieur le Directeur,

Permettez-moi de vous soumettre un projet dont la réalisation peut fournir du travail à au moins quelques centaines d'haïtiens, ce qui serait, dans les temps actuels, absolument appréciable.

On commence à fabriquer des chapeaux du pays, solides et beaux. On les fait en paille de riz, en latanier, en pite.

Il faudrait pouvoir étendre cette industrie, imposer en quelque sorte aux haïtiens l'usage de ces chapeaux. Ce qui me semble facile.

D'abord nous avons en Haïti 80.000 élèves qui fréquentent nos écoles. A ces écoliers, ne pourrait-on pas conseiller de ne porter que des chapeaux fabriqués en Haïti? Chaque établissement scolaire choisirait un modèle qui serait partie de l'uniforme. Il y aurait le chapeau de tous les jours et celui du dimanche.

Je connais au Cap des personnes qui s'engageraient à fournir autant de ces chapeaux qu'on en commanderait, et à soigner leur travail.

Au lieu de faire venir de l'étranger les casquettes et les chapeaux qui coûtent assez cher, il est facile d'introduire surtout dans la gent scolaire, la bonne habitude de porter des chapeaux faits en Haïti.

Et puis on établirait, pour tous les haïtiens en général, un jour ou une semaine même du chapeau haïtien. On accorderait un délai raisonnable pour permettre aux plus humbles de nos compatriotes d'acheter le petit chapeau du pays. Tous les journaux, au moins une fois par semaine, feraient une propagande pour nos chapeaux et montreraient la nécessité pour nos compatriotes de ne porter le jour ou la semaine convenus que des chapeaux du pays.

«L'Éclaireur» de chaque journal dénoncerait les haïtiens qui n'auraient pas obéi à la consigne.

Et ce serait beau de ne voir pendant quelques jours que des chapeaux du pays portés par nos femmes et nos hommes, nos vieillards, aussi bien que nos enfants.

Quand on pense que de nombreux ouvriers haïtiens profiteraient de cette aubaine, que nous pourrions nous-mêmes, à partir de ce moment, contracter la bonne habitude de nous servir de chapeaux faits en Haïti, avec des produits haïtiens, par des mains haïtiennes, à l'usage

Chambre des Députés

Séance du 3 juin 1932

La séance est ouverte à 10 heures 20; il n'y a pas de procès-verbaux prêts et la lecture de la correspondance épuise le deuxième point de l'ordre du jour.

Le président Loubeau attire l'attention de ses collègues sur un message de l'Exécutif qui sera discuté à la plus prochaine séance.

La Chambre vote enfin les quelques articles réservés de la Loi sur le Bien Rural de Famille, et l'ensemble de la Loi est ensuite voté.

Les députés Zamor et Laguerre donnent lecture de deux rapports de Comités: le premier sur la circulation des véhicules, le second sur la réorganisation de la Direction générale des Travaux Publics.

Le député Anglade effectue le dépôt d'un projet de Loi sur la pension civile.

C'est une loi de 30 articles, dont les principaux sont: 1o la suppression de l'acceptation du Conseiller Financier de la demande de pension; 2o la constitution d'une caisse de retraite et enfin 3o le remboursement de la retenue aux employés qui auraient atteint l'âge de la mise à la retraite sans avoir le temps de service exigé par la Loi.

La séance est levée, plus rien n'ayant été à l'ordre du jour.

CONCERT CARMEN BROUARD-MAGLOIRE

N'oubliez pas que c'est ce soir qu'aura lieu au Cercle Bellevue la soirée musicale organisée par Mme Carmen-Brouard Magloire et ses élèves au profit des œuvres de l'Association Haïtienne des Infirmités Diplômées. Si l'on considère que des milliers de nos enfants vivent dans la gêne et dans la misère, et que tout en assistant à un vrai régal artistique, on aura l'occasion de soulager la grande détresse actuelle, on n'hésitera pas à se rendre en toute soirée au Cercle-Bellevue. Le talent de Mme Carmen-Brouard Magloire est trop connu pour que nous la recommandions au public.

Le prix d'entrée est fixé à 2 gourdes.

Les haïtiens, on ne peut qu'encourager ce projet.

Lancez, Mr le Directeur, l'idée. Revenez souvent sur la question. Intéressez-y tous nos confrères de la presse. Quand nous aurons obtenu gain de cause, nous donnerons un nouveau projet. Quelle bonne pâture pour un journal que ces questions économiques que nous délaissions pour notre plus grand malheur!

Recevez, Mr le Directeur, mes hommages. MERCIER

Un grand voleur reparait

Le public doit se souvenir d'un grand voleur de bêtes, qui, il y a à peu près plus de trois ans, dévastait la région comprise de Mariani à la plaine de Léogâne. Condamné à trois ans de prison, il bénéficia de sa mise en liberté lorsque le premier Secrétaire d'Etat de la Justice du gouvernement actuel libéra un grand nombre de prisonniers sous prétexte qu'il y avait trop de détenus à la prison de Port-au-Prince.

C'est le nommé Marc Damas. Le lieutenant Modé, étonné du changement brusque survenu dans le genre de vie de ce malheureux, le prit en filature fit une descente de lieux en sa demeure à Thor et trouva dans sa cour un bon nombre de chevaux, mules, ânes. Interrogé sur la présence de ces animaux chez lui, Damas répondit qu'il en avait fait l'acquisition régulièrement et qu'il en détenait les papiers. Il communiqua au lieutenant Modé des certificats de vente dont les lettres des étampes ne correspondaient nullement à celles que portaient les bêtes. Il fut arrêté et une enquête se fait actuellement pour fixer la complicité probable du chef de la police rurale de Bizoton, le nommé Pharamon.

Selon toutes probabilités, ces vols ont été commis dans le Sud, car tous les certificats sont datés de Bânet. Parmi les bêtes présentant une réelle valeur se trouvent trois mules portant les étampes C. C., C. B. et E. M. Ceux qui ont perdu ces bêtes pourront aider la Police à établir définitivement la culpabilité du malfaiteur pour que la Justice le mette enfin en lieu sûr pour la quiétude de nos braves campagnards.

CONSTIPATION PASTILLES MIRATON. Le seul remède de CHATEL GUYON. Agréable, doux et agréable.

EMULSION SAINT-PIERRE. Aux Hypophosphites de Chaux et Soude. l'Huile de Foie de Morue. Agréable au goût et facilement digestible elle est le complexe réparateur de la Nutrition par excellence. Laboratoires REGAGNON & Cie Pharmaciens. Agent Général pour l'Exportation: Ch. MAGNANT 37, rue Davioud - PARIS-16