

ALGERIE



Ma mémoire...

ÉTAT ACTUEL

DE

L'ALGÉRIE

GÉOGRAPHIE PHYSIQUE ET POLITIQUE

DE L'ALGÉRIE

1862

DIVISIONS CULTURALES

DU TRAVAIL

— » Les conditions climatiques réagissent sur le physique et le moral des habitants de notre colonie.

» Le travail intellectuel devient difficile pendant les fortes chaleurs, et il faut alors une grande énergie morale pour continuer des études qui exigent une attention soutenue, peut-être même ne sont-elles pas sans quelques inconvénients ; mais en dehors de cette période, on peut en Afrique travailler autant qu'à Paris.

» Il est nécessaire d'appeler l'attention des ouvriers sur la diminution des forces physiques qui suit de près leur arrivée en Algérie ; car le travailleur s'apercevant qu'il est moins fort qu'en France, qu'il se fatigue plus vite, s'inquiète, se décourage. Il croit sa constitution détériorée, alors qu'il n'y a qu'une influence de climat, et la nostalgie le gagne.

» Les règles de l'hygiène prescrivent de ne pas aller aux champs avant le lever du soleil. Que les colons des plaines ne l'oublient jamais. Que jamais aussi ils ne sortent de chez eux l'estomac vide ; ils doivent préférer à tout une soupe avec un verre de vin ou une tasse de café noir. C'est courir à sa perte que de se contenter du verre d'eau-de-vie, sous quelque forme qu'on le déguise.

» Pendant les chaleurs de l'été la sieste est utile : elle a le grand avantage de soustraire le travailleur à l'insolation prolongée. Sous aucun prétexte on ne devra dormir en plein air ou dans des granges remplies de foin nouvellement fauché.

» Tout travailleur devrait, à la fin de sa journée, faire des ablutions de tout le corps. La pratique en est des plus simples : elle consiste à se faire arroser à nu d'un seau d'eau froide et à s'essuyer immédiatement. Que de maladies seraient ainsi prévenues !

VÊTEMENTS

— » Pendant l'hiver, la température commande elle-même ce qu'il convient de faire ; mais l'été, alors que les transpirations sont abondantes, il faut savoir que les vêtements de toile sont toujours dangereux à cause du refroidissement brusque auquel ils exposent le corps. Les habits de laine ou de coton sont les plus convenables. Cependant on peut tolérer la toile dans le milieu du jour, à la condition qu'on prendra le soir des vêtements plus chauds. La coiffure doit avoir des bords assez larges pour garantir complètement la nuque de l'action directe de la lumière solaire : c'est vouloir compromettre sa santé que de négliger ces conseils.

ALIMENTATION.

— » L'arabe est très sobre, a-t-on dit, il faudrait limiter. Mais, quand on y regarde de plus près, on voit que, malheureusement, cette sobriété lui est imposée par la misère, et qu'à l'occasion, il est vorace et glouton. Venons-lui en aide, mais ne l'imitons pas. Il faut à l'européen une nourriture copieuse et fortifiante. La viande est l'aliment par excellence: elle lui est indispensable, au moins une fois par jour; le poisson, cette grande ressource de l'habitant du littoral, ne saurait chez le travailleur la remplacer d'une manière absolue. C'est la viande qui fait la chair et donne les forces.

BOISSONS

— » On peut dire d'une manière générale que les boissons fortement alcoolisées, même prises en mangeant, sont nuisibles ; car il est difficile de garder une sage mesure dans un pays où les chaleurs activent la soif. Un précepte dont il faut se souvenir, c'est que la modération en France est déjà un excès en Algérie. En dehors des repas, il faut boire le moins possible. Le choix des boissons ne doit pas être indifférent. Un usage vulgaire veut qu'on coupe l'eau avec de l'eau-de-vie ou de l'absinthe ; on arrive ainsi, à la fin de la journée; à avoir bu, à petite dose, il est vrai, une assez forte proportion de ces liqueurs, ce qui est pernicieux. Pendant les repas, comme dans l'intervalle, le vin coupé d'eau ou le café noir étendu sont de beaucoup préférables. Mais la bière est une boisson détestable pour l'Algérie : elle rafraîchit, c'est possible, mais elle coupe

l'appétit, rend le tube digestif paresseux et donne bien vite la pituite. Plus que tout autre boisson, la bière éveille le besoin de fumer, cette triste conquête de notre époque.

» Les boissons doivent être très faiblement alcoolisées et légèrement piquantes. Voici une formule qui commence à se répandre : Faire fermenter dans 20 litres d'eau 1,200 grammes de figues coupées ou de raisins secs ou de pommes sèches, en parfumant avec un peu de cannelle, ou de sauge, ou de menthe, etc. Il suffit de laisser le mélange fermenter pendant trois jours. A ce breuvage on ne peut adresser qu'un seul reproche, c'est que, continué pendant longtemps, il rend paresseuses les fonctions digestives, comme le font les eaux de seltz.

BAINS.

— « En général, dit Montaigne, j'estime le baigner salubre et crois que nous encourons nos légères incommodités en notre santé, pour avoir perdu cette coutume. » Le bain est, en effet, un des grands modificateurs de l'économie, car son action ne se borne pas à la surface de la peau. Les habitants du littoral ont à leur disposition les bains de mer ; mais il faut qu'ils sachent que les eaux de la Méditerranée ont une action moins efficace que celles de l'Océan et de la Manche, infériorité qu'elles doivent surtout à leur température plus élevée. D'un autre côté, elles sont plus riches en matières salines. C'est ainsi que sur 100 parties d'eau, la Méditerranée contient 4, 1 de matières salines, tandis que l'Océan atlantique n'en contient que 3, 8, la Manche 3, 6, la Baltique de 1, 6 à 2, 2. Cette composition les rend plus irritantes. Aussi faut-il, en général, ne rester que peu de temps dans le bain,— 5 à 10 minutes environ. .

» Les principales villes possèdent des bains français et des bains maures. En tout temps, le bain tiède doit, être préféré. Nous ne partageons pas pour les bains maures l'enthousiasme de beaucoup d'écrivains. Ce ne sont en réalité, que des bains énervants, sensuels, incompatibles avec nos mœurs et notre caractère. Il faut les réserver pour des malades.

» On a proscrit les bains de rivière sans motifs légitimés. Nous ne pouvons-nous empêcher de faire ressortir combien est nul l'argument tiré des habitudes des Arabes qui, dit-on, ne se baignent jamais dans les rivières. Nous demanderons quels sont les fleuves de l'Algérie qui, en été, ont assez d'eau courante pour permettre à un homme de prendre seulement un bain de pieds? Les plus grands fleuves n'offrent, malheureusement encore, que des lits desséchés, entrecoupés par intervalle de flaques d'eau bourbeuse et fétide. Nous conseillons aux colons de prendre des bains froids ou tièdes le plus souvent possible, et pendant les chaleurs de l'été, nous leur recommandons les ablutions d'eau froide, matin et soir.

FIÈVRES INTERMITTENTES.

— « fin Algérie comme en France, comme dans tous les pays du globe, existent des foyers d'infection paludéenne dont il faut éviter de subir l'influence. On se trouvera bien de ne jamais sortir le matin à jeun et de suivre les prescriptions que nous avons faites pour le règlement de la journée de travail. Dès qu'un accès apparaît, il faut avoir recours au sulfate de quinine, le prendre tous les jours, qu'on ait ou non la fièvre, et le continuer une semaine environ après que le dernier accès a disparu.

Malte-Brun, Victor-Adolphe, Ehrard (ill.). La France illustrée : géographie, histoire, administration et statistique. 1884.

Source gallica.BnF.fr

