

bulletin
du **MOUVEMENT**
PETAIN



**"Pour un Français,
il n'y a pas
d'autre cause
à Défendre
ni à Servir
que celle de la
FRANCE"**
Maréchal PÉTAÏN
— 7-4-41 —

"Ceux qui désirent travailler avec nous doivent savoir qu'ils accomplissent un devoir sans autre récompense que la satisfaction virile d'apporter leur pierre à la grande oeuvre de la Rénovation Française" Maréchal Pétain.

Les Comités Sociaux d'Entreprises

II

Organisation des C. S. E.

Dans chaque établissement occupant plus de 1.000 ouvriers et employés est obligatoirement constitué un comité social d'entreprise. Celui-ci « réalise au premier degré la collaboration sociale et professionnelle entre la direction et le personnel » (Charte du Travail).

En ce qui concerne leur mode, de constitution et de fonctionnement, la Charte n'a rien précisé, se contentant de dire que « leur mode de fonctionnement est laissé à leur propre initiative » et d'établir « qu'ils seront constitués par les représentants des différentes catégories de personnel de l'établissement, en accord avec le chef d'établissement », sans définir comment ces représentants seront mandatés.

La loi prévoit, cependant, que ces C. S. E. sont placés sous le contrôle du comité social local de la profession et que celui-ci doit donner son agrément à leur constitution; ceci traduisant en fait un sentiment de méfiance envers l'employeur; mais, comme les comités locaux ne sont pas encore constitués, ou ne l'étaient pas au moment de la formation des comités d'entreprises, aucun contrôle n'existe et tout arbitraire est possible; c'est d'ailleurs pourquoi le législateur a disposé qu'ils auront un caractère provisoire jusqu'à ce qu'ils soient agréés par le comité local.

Les Comités Sociaux Provisoires d'Établissements

Première phase 1941. Il semble qu'on ait eu l'intention de faire l'expérience du degré « spontané » de bonne volonté des parties en présence, qu'en tous cas, afin de changer tout de suite le climat social, on ait voulu absolument éviter qu'elles ne se braquent dans des attitudes hostiles à priori, en postulant d'abord l'accord du chef d'établissement. Mot d'ordre : éviter d'abord les luttes sociales.

Il s'agissait en effet d'éviter à tout prix que puissent apparaître toutes dissensions qui en ces heures cruciales eussent pu mettre en péril l'unité française menacée. Dans l'état d'extrême faiblesse de la France, la moindre agitation pouvait être mortelle. Il ne convenait pas cependant de s'abuser sur la passivité temporaire et forcé des travailleurs. On pouvait bien prévoir, en effet, que cette contention pourrait réserver un réveil terrible si les ouvriers acquéraient le sentiment de faire seuls les frais de l'opération, ou si celle-ci pouvait être interprétée même momentanément comme une entreprise de réaction sociale. Le Maréchal avait d'ailleurs, à cet égard, pris une position fort nette et ne laissant prise à aucune équivoque : dès le 11 Octobre 1940, il écrivait ceci : « l'ordre nouveau ne peut en aucune manière impliquer un retour même déguisé aux erreurs qui nous ont coûté si cher. On ne saurait davantage y découvrir les traits d'une sorte d'ordre moral ou une revanche des événements de 1936 ».

On a donc obéi d'abord à deux nécessités convergentes qui rendaient au départ les syndicats (tels qu'ils étaient constitués) et l'élection suspects : par les habitudes de lutte revendicatives des syndicats et les troubles dont toute élection pouvait être l'occasion. Elles sont :

- a). la nécessité (et la volonté) première du changement de climat social et l'obligation d'agir vite.
- b). l'impératif né de la guerre et de la défaite.

On a ainsi, d'une part, (16 août 1940) démantelé les grands syndicats en supprimant les confédérations C.G.T. - C.F.T. - C.F.T.C. etc...; d'autre part, et jusqu'en 41, on a repoussé l'idée de désignation des délégués par élections, ou au moins a-t-on déclaré que ce mode de désignation n'était pas souhaitable.

Deuxième phase 1942 : Résistances patronales. Les premiers objectifs ayant été atteints, au moins en partie, ou sporadiquement et après expérience faite, on en revenait, en 1942, à l'élection.

L'apaisement des esprits ou du moins de leurs manifestations visibles ne justifiait plus seuls cette exclusive, et l'expérience ayant démontré que la confiance ouvrière ne pouvait exister en des délégués non librement choisis par elle par voie élective, il était nécessaire de réagir et ceci, promptement, car, dans trop de cas, un patronat (avide de domination), trahissant ou méconnaissant totalement l'esprit de la Charte avait confisqué la réforme.

Parfois on se donnait des airs de « bon patron » en nommant sans consultation quelques « beni-oui-oui » destinés à faire la parade sur les tréteaux paternalistes, à étoffer quelque peu ses institutions paternalistes. Dans ce cas, le personnel s'est contenté de hausser les épaules et s'est désintéressé de la question. (La Charte ne semblait pas apporter de changement).

Ou bien, moins tangentiellement on sabotait en douceur la réforme en la faisant fonctionner défectueusement pour la discréditer au yeux des ouvriers. Certains patrons de combat, même, en dépit du Maréchal, avaient cru pouvoir « prendre leur revanche de 1936 » et brimaient ou simplement congédiaient les délégués, allant même jusqu'à prendre prétexte de la réforme du comité d'entreprise pour en nommer d'autres plus « compréhensifs » et remplacer les délégués élus autrefois, en les déposant de leurs fonctions.

Par ce biais on faisait tomber leur « immunité », déjà très relative, et on les renvoyait en douceur.

La formation d'un C.S.E. était ainsi devenu dans quelques cas une occasion magnifique de coup fourré. (1).

(à suivre)

Jacques MANCEAU 43.885 Kdo. 483 C.

(1). Nouveaux Temps du 9 mai.

LOP 1054 Res

l'amélioration des prairies

NOUS avons tous remarqué le rôle important que l'eau joue dans la production de l'herbe. Elle est indispensable, tout d'abord, pour dissoudre les éléments fertilisants nécessaires aux plantes : en circulant à l'intérieur du sol, elle met ces éléments à la portée des racines; or, les racines des graminées et des légumineuses sont extrêmement développées dans le sol, elles forment un laçis, un véritable feutrage qui nécessite une grande quantité d'eau ; c'est pourquoi les prairies naturelles, prairies de fauche ou herbages à végétation abondante prospèrent mieux dans les sols humides que dans les sols trop secs.

Le rôle de l'eau dans la croissance des plantes se mesure en quelque sorte à l'intensité de l'évaporation par les feuilles. Or, cette évaporation est considérable et pour que se forme la matière même du fourrage il faut que de grandes quantités d'eau tenant en dissolution des principes fertilisants, circulent dans le sol, traversent les organes de la plante et une fois dans les feuilles s'évaporent par la transpiration.

Mais pour jouer ce rôle utile, il faut que l'eau circule portant partout les principes fertilisants et l'oxygène de l'air qui sont si utiles aux plantes. Si au contraire elle reste immobile, elle ne sert plus de véhicule aux aliments de la plante, elle peut même tuer par asphyxie la racine de ces plantes.

Ainsi l'eau courante est utile, l'eau stagnante est nuisible. Nous avons donc avantage à amener partout où l'on peut l'eau courante et à enlever au contraire l'eau stagnante partout où il y en a. De là, là, la nécessité de deux opérations, l'irrigation et le drainage.

— L'IRRIGATION —

L'irrigation aura pour but d'amener l'eau, là, où le besoin s'en fait sentir. Et dans ce procédé deux types se présenteront : l'irrigation par **submersion** et l'irrigation par **déversement**.

Irriation par submersion.

Dans l'irrigation par **submersion** l'eau est amenée sur de grandes surfaces horizontales et recouvre le sol pendant un certain temps. Elle agit de deux façons : d'abord en humectant profondément le terrain et ensuite en apportant une quantité plus ou moins importante de limon, généralement riche en matières fertilisantes.

Nous voyons donc qu'on pourra utiliser ce mode d'irrigation dans les vallées larges et à pente à peine sensible des grandes rivières et des fleuves, et surtout sur les terrains légèrement sablonneux, qui ne peuvent que gagner à ce colmatage artificiel.

Il existe en France des surfaces importantes où cette irrigation s'effectue normalement par le débordement des rivières en temps de crues : la basse vallée de la Saône, la Durance, la Loire, etc...

Mais si nous laissons faire la nature sans la régler, nous courons de gros risques. Alors que l'inondation d'hiver est avantageuse, celle de printemps et d'été pendant la poussée de l'herbe est nuisible

parce qu'elle souille l'herbe et la rend difficilement utilisable.

D'où la nécessité dans ces situations d'effectuer des travaux de défense contre les inondations qui permettent en même temps d'utiliser l'eau des rivières pour créer cette véritable inondation artificielle qu'est l'irrigation par submersion. Les travaux se feront en plaine par des levées de terre, avec, par endroits des prises d'eau et en montagne, des barrages importants avec des canaux souvent d'une très grande longueur.

Les résultats que fournit cette irrigation sont toujours avantageux.

Les eaux elles-mêmes et, à plus forte raison les limons qu'elles charrient sont riches en matières fertilisantes, et par cet apport d'eau par grande quantité, on réalise une véritable fumure.

Il est bien évident que les travaux doivent être complétés par ceux nécessaires pour son évacuation (régularisation de la surface du sol, établissements de fossés de collature et d'un émissaire,) il serait en effet nuisible à la végétation que l'eau restât stagnante en certains points créant de mauvaises plantes nuisibles au bétail.

Le mode d'irrigation que je viens de signaler convient aux surfaces plates et non aux prairies en terrain accidenté.

Il serait utile cependant que celles-ci bénéficient des avantages de l'irrigation. Dans ce cas on utilisera alors l'irrigation par déversement qui ne nécessite pas ou très peu de travaux d'appropriation.

Irriation par déversement.

Ce mode d'apport de l'eau est surtout utilisé sur d'importantes surfaces des régions montagneuses de France, les travaux sont peu considérables. Des barrages ou de simples retenues d'eau rudimentaires permettent de capter l'eau qui est amenée en tête de tout un système de canaux que l'on a intérêt à faire aussi nombreux que possible, les canaux suivent les courbes de niveau du terrain, passant par dessus leur bord, l'eau ruisselle sur la pente, une partie s'infiltre apportant ainsi au sol en même temps que l'humidité une quantité appréciable en matières fertilisantes.

Ce qui joue surtout un rôle important, c'est la teneur des eaux d'irrigations même dans les terrains les plus pauvres en principes fertilisants dont la fumure ainsi apportée au sol n'est pas négligeable.

Les travaux de cette importance, barrage ou simples retenues d'eau, canaux d'amenée de l'eau sont le plus souvent difficiles, sinon impossibles à réaliser par un cultivateur et comme ils intéressent généralement toute une collectivité de propriétaires, ces travaux ne peuvent être effectués que par des groupements, d'où il ressort une fois de plus la nécessité de se grouper.

— ASSAINISSEMENT —

Utilité de l'Assainissement

Autant l'eau courante est nécessaire au développement de la végétation herbacée et a une influence favorable sur la quantité et la qualité de l'herbe produite, autant l'eau stagnante est nuisible et tout doit être mis en œuvre pour la supprimer partout où il s'en trouve.

Nous savons tous que la végétation de mauvaise qualité envahit les prairies trop humides. Les joncs, les carex, les laiches, les menthes, les renoucles, etc..., remplacent les bonnes espèces et ne produisent qu'un fourrage grossier d'une mauvaise qualité. Cet état de choses est la conséquence de la stagnation de l'eau, soit sur la surface du sol, soit à l'intérieur même du sol. Les raisons en sont les suivantes :

La terre gorgée d'eau est privée d'air, les racines des plantes périssent par asphyxie : les réactions biologiques et chimiques indispensables à la vie des plantes ne peuvent s'effectuer faute d'air et d'oxygène; une trop grande proportion d'eau rend la terre froide, la végétation y est tardive et manque d'activité.

Il est évident que si le cultivateur veut par les procédés que j'indiquerai plus loin débarrasser sa prairie de l'eau qui est en surabondance, aussitôt la fixation de l'azote de l'atmosphère s'effectue normalement, d'où augmentation de la fertilité du sol les bonnes plantes reprennent le dessus, le sol se raffermi et il est possible d'y laisser pénétrer les animaux, en un mot tous les avantages sont donc à sa portée.

(à suivre)

DUTHEIL 27.721.

INFORMATIONS

Il a été créé au cours du mois de mai 1943, une chambre des métiers dans les villes ci-dessous :

Besançon pour le département du Doubs.

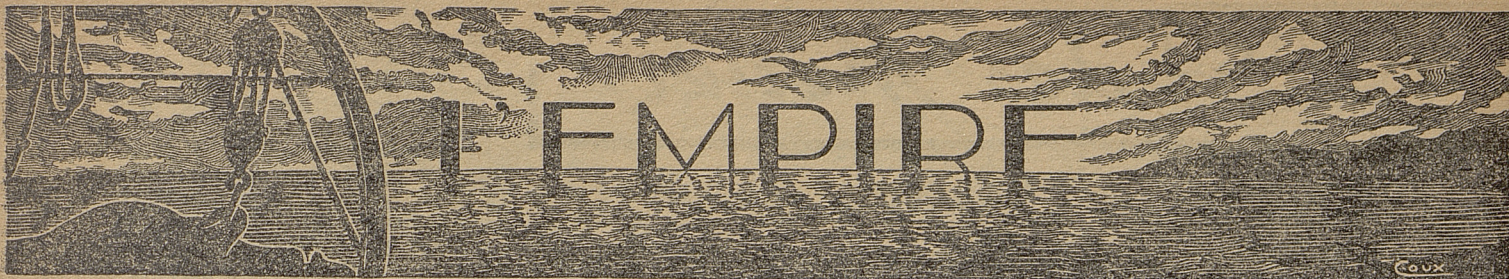
La Rochelle pour le département des Charentes-Maritimes.

Foix pour le département de l'Ariège.

Chacune de ces Chambres groupe : 24 artisans maîtres; 12 artisans compagnons.

Le J.O. du 6 mai 1943 publie la liste des membres de la Commission provisoire d'organisation de la famille professionnelle des Cafés - Hôtels - Restaurants.

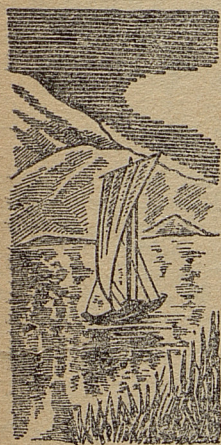
Le J.O. du 5-6 Juillet 1943 porte l'annonce de la Création d'un « Centre de Hautes Etudes Coloniales » — à l'Ecole Nationale de la France d'Outre-Mer —.



L'Indochine Française

TOUT d'abord, quelle politique pratiquer ? Une seule s'impose : Maintenir notre prestige par la lucidité de nos plans, la continuité de notre action, notre confiance dans l'avenir ; ensuite améliorer sans trêve les moyens de production, et par conséquence naturelle le bien être général du pays ; afin de ne favoriser la classe indigène que dans la mesure où celle-ci n'usera pas de son instruction pour exploiter le peuple sous le couvert de notre autorité, et où elle témoignera à notre endroit d'un loyalisme indiscutable.

Nous possédons sur place, dans notre armée, nos administrateurs, nos colons, nos missionnaires, nos services publics, tous les éléments pour exercer le prestige, à condition toutefois que l'autorité se manifeste. Cette impulsion supérieure nécessaire n'est malheureusement pas ce qu'elle doit être, du fait même de l'instabilité du Gouverneur Général. Trop de mesures contradictoires aussi bien dans l'ordre économique que dans l'ordre politique ont été prises par les quelques 35 Gouverneurs Généraux qui depuis 1887 se sont succédés à la tête de la Colonie. Il y faudrait un Lyautéy.



richesses évidentes de la colonie.

L'Indochine n'est pas une colonie pour malchanceux en quête de petits emplois, qui sont tenus par l'indigène mais pour fonctionnaires et surtout pour techniciens du commerce, de l'agriculture et de l'industrie.

De France doivent venir également les capitaux. Il appartient à l'Etat, par une politique judicieuse de prêts à long terme, de concessions gratuites, de facilités diverses d'ouvrir à des jeunes, énergiques et capables, la possibilité de faire à la colonie œuvre utile, tout en s'y créant une situation enviable.

Il faut bien se rendre compte toutefois, que dans un pays, aussi surpeuplé, notre préoccupation doit être d'améliorer le sort de l'indigène. A ce point de vue, toutes les régions, ne sont pas égales. Au Cambodge, peu peuplé, mais suffisant par son riz et son poisson aux besoins rudimentaires de ses

II. Le Peuple - Les Lettrés

habitants, nous ne pouvons appliquer la même politique que dans la riche et croissante Cochinchine qui appelle à elle l'émigration de toutes parts, qu'au Tonkin, surpeuplé dont la population est nettement sous-alimentée, qu'au Laos, encore vierge, où tout est à faire avec une population indolente.

Dans l'ensemble, néanmoins, nous avons affaire à un peuple laborieux et pauvre, intelligent, doux, crédule et faible, un peu menteur, un peu charpateur et très vaniteux, qui du matin au soir trime et peine, marche beaucoup, mange peu, pour le profit d'une classe instruite, arrogante et distante, sans valeur technique, ni administrative réelle, fière de la très rudimentaire culture qu'elle possède et en abusant dans tous les domaines. Ce peuple est patient, endurant, gai malgré sa misère, à longueur de journées le long des routes, sur les sentiers entre les rizières, des files continues d'hommes, de femmes surtout ploient sous de lourds fardeaux. Les femmes pieds nus, vêtues d'un large pantalon et d'une tunique rapiécée, rient et bavardent, sans récriminer contre ce métier de bêtes de somme, tandis que l'homme pêche, travaille ou tire le pousse-pousse. L'un et l'autre cependant mangent peu. Ils s'accroupissent auprès d'un de ces petits restaurants échelonnés le long des routes : cahutes de bambous, dont les éventaires déconcertent par leur indigence : quelques régimes de bananes, des bouts de canne à sucre, des galettes de riz, du poisson séché, des petits bols de saumure et des soucoupes de riz en font tous les frais. Le client en use avec parcimonie, au cours d'une halte entre deux courses ou deux corvées.

Nous devons améliorer la nourriture des indigènes, avant de songer à leur attribuer des droits politiques dont ils n'ont cure. Certes nous avons déjà fait beaucoup en multipliant hôpitaux et dispensaires, mais dans ce domaine il vaut mieux prévenir que d'être appelé à guérir.

Ces humbles files de porteurs, c'est là le symbole du peuple annamite, mais entre ces deux files, sur la chaussée, déambulent fièrement et dédaigneusement les lettrés, jeunes hommes arrogants, distants, dans une tunique de soie noire brochée, chaussés de sandales, et coiffés d'un turban de soie noire. Ils sont munis d'une ombrelle beige ou d'un parapluie noir qu'ils portent orgueilleusement comme l'insigne de leur dignité.

A côté d'eux passe de temps en temps un vieux mandarin à tête fine, en robe de soie, la tête couverte de sa calotte à bouton de cristal. Il porte barbiche et est muni d'une paire de lunettes, protégé du même parasol et toujours traîné dans un pousse par un indigène, le torse nu.

Telle se présente cette classe lettrée et supérieure du Tonkin et de l'Annam qui réclame le pouvoir, l'accession dans notre administration supérieure, l'égalité avec les fonctionnaires français. Que vaut-elle intellectuellement et moralement ?

Une vanité incommensurable amène ces jeunes gens à se soustraire à l'autorité, à se rebiffer contre les observations les plus simples, à refuser de se soumettre au contrôle de leurs heures de travail, à refuser surtout d'entrer sur les chantiers par la même porte que les ouvriers. Cette vanité n'est nullement justifiée, car leurs facultés de compréhension sont limitées. La négation étant chez l'Annamite, une forme d'impolitesse, ils répondent toujours « oui » quand on les interroge. Leur cupidité est extrême ; ils ne sont jamais satisfaits de leur sort, et se croient méconnus, quand munis d'un simple C.E.P., qu'ils considèrent comme un diplôme de valeur, ils ne se voient pas attribuer de gros appointements. Aussi compentent-ils facilement par d'adroits prélèvements clandestins, l'insuffisance de leur salaire, de sorte que l'on ne peut leur confier longtemps et sans contrôle fréquent le manieement des fonds.

A ce premier échelon de la classe instruite vient s'en ajouter un second : celui de ceux qui ont reçu une instruction supérieure en France notamment. Leur orgueil atteint au délire et se manifeste par des élucubrations désopilantes dans le journal qu'ils publient en français à Hanoi. Les articles de tête, où les rédacteurs étalent pêle-mêle et prétentieusement, à propos des plus simples questions, leurs connaissances philosophiques, scientifiques ou sociales, donnent souvent le fou-rire.

Encore s'ils étaient favorables à l'influence française ! Mais outre qu'ils nous sont souvent hostiles, ne pas freiner leurs aspirations, serait livrer à nouveau le pauvre peuple annamite à leur violence et à leur rapacité, en lui enlevant le soutien réel qu'il trouve en nous, et de ce fait, le retourner contre nous, tandis qu'il est manifestement insensible aujourd'hui aux excitations de ces demi-savants orgueilleux.

Collaborons avec l'indigène, protégeons le, voilà le devoir de l'homme blanc ; cette protection, cette collaboration sont d'ailleurs depuis longtemps des faits accomplis ou en voie d'accomplissement.

(à suivre)

G. VIRCONDELET 4896 III C.





Corporation des Bouchers (Suite et Fin)

TITRE VIII

Des arbitrages.

Art. 29. — Les organismes créés par le présent décret sont habilités à arbitrer ou à participer au règlement :

1° Des conflits sociaux individuels ou collectifs dans les conditions prévues aux articles 60 à 65 de la loi du 4 octobre 1941, relative à l'organisation sociale des professions;

2° Des conflits professionnels entre patrons;

3° Des conflits s'élevant entre organismes.

Les règlements intérieurs préciseront la compétence respective de chacun des organismes.

TITRE IX

Des rapports intercorporatifs.

Art. 30. — Les organismes créés par le présent décret peuvent contracter avec les organismes d'autres professions dans le but d'unifier leurs disciplines ou de délimiter leur champ d'action respectif ou commun dans le triple domaine social, économique et financier. Tous les accords doivent être signifiés pour approbation au comité directeur de la corporation nationale. Au cas où ils paraîtraient de nature à donner lieu à des abus ou à des inconvénients graves, celui-ci peut en suspendre l'exécution.

TITRE X

Des rapports avec l'Etat.

Art. 31. — Le ministre secrétaire d'Etat à l'agriculture et au ravitaillement et le secrétaire d'Etat au travail sont représentés au comité directeur de la corporation nationale par un commissaire du Gouvernement. Les projets de règlement intérieur lui sont communiqués. Celui-ci reçoit en outre communication de toutes les décisions prises par les organismes régionaux et national prévus par le présent texte. Il peut faire opposition dans les huit jours et suspendre l'exécution de toute mesure qui lui paraîtrait inconciliable avec l'intérêt public; le délai de huit jours écoulé, la décision est considérée par l'organisme compétent comme exécutoire.

Art. 32. — Les infractions aux décisions prises par les organismes régionaux et national sont constatées, soit à la requête des syndicats, soit directement par les autorités gouvernementales.

Ces infractions donnent lieu aux sanctions corporatives suivantes :

Versement au profit du patrimoine corporatif d'une amende dont le minimum et le maximum seront fixés par le règlement intérieur de chacun des organismes ci-dessus prévus;

Herausgeber : Kgf. - M. Stammlager III A Luckenwalde - Verantwortlich für den gesamten Inhalt: Biron Robert Kgf. 24221 III A — Geprüft durch Hauptmann Torgau — Druck: Gauverlag Mark Brandenburg GmbH. Zweigverlag Luckenwalde, Luckenwalde, Trebbiner Straße 3-4.

Suspension temporaire ou définitive de l'activité professionnelle.

Ces sanctions sont prononcées par le comité permanent départemental, le contrevenant ayant été mis à même de présenter ses moyens de défense selon les modalités du règlement intérieur. Il peut interjeter appel auprès des organismes corporatifs supérieurs et en dernier ressort auprès du commissaire du Gouvernement.

TITRE XI

Dispositions transitoires.

Art. 33. — Dans le délai maximum d'un mois après la date de la publication au *Journal officiel* du présent décret, le ministre secrétaire d'Etat à l'agriculture et au ravitaillement et le secrétaire d'Etat au travail désignent par arrêté le commissaire du Gouvernement et les membres d'une commission provisoire d'organisation de la corporation nationale de la boucherie, ainsi que le président et le vice-président de cette commission.

Cette commission devra, dans un délai de six mois, faire procéder à la constitution des organismes institués par le présent texte. A l'expiration de ce délai, les organismes corporatifs institués par le présent texte posséderont dans la mesure de leurs attributions respectives tous les pouvoirs économiques attribués aux comités d'organisation par la législation, notamment l'article 2 de la loi du 16 août 1940.

Art. 34. — Pendant cette période transitoire, les organisations syndicales existant à la date de la publication du présent texte continueront leur activité. Toutefois, pendant cette période, leur capacité civile sera limitée aux actes de simple administration.

Les biens des organisations dissoutes sont attribués aux organismes institués par le présent texte, la dévolution aura lieu compte tenu des similitudes de but et de circonscription pouvant exister entre organismes anciens et organismes nouveaux.

Art. 35. — Le chef du Gouvernement, le ministre secrétaire d'Etat à l'agriculture et au ravitaillement, le ministre secrétaire d'Etat à la production industrielle et aux communications et le secrétaire d'Etat au travail sont chargés, chacun en ce qui le concerne, de l'exécution du présent décret, qui sera publié au *Journal officiel* de l'Etat français.

Fait à Vichy, le 5 décembre 1942.

Ph. PETAIN.

EDUCATION

Sportive

L'ÉDUCATION PHYSIQUE ET LES SPORTS EN FRANCE

II. "L'ENTRAÎNEMENT" — Bases Physiologiques. (suite)

L'ORGANISME humain contient environ 53% d'eau sous, l'influence, d'un entraînement physique de deux mois, cette quantité peut s'abaisser à 58%; cette déshydratation provient de deux causes : 1° du brassage général causé par le mouvement. 2° diminution de la salure du milieu intérieur; chaque fois que l'organisme abandonne du sel, il perd corrélativement une quantité correspondante d'eau; il y a aussi départ d'eau et de produits d'excrétions qui s'opèrent par le rein, l'intestin et la peau. En résumé, tout le fonctionnement organique est suractivé par l'entraînement. Quant aux graisses pendant l'entraînement, elles sont objet d'une consommation accélérée, il est démontré que les graisses peuvent donner naissance au glycogène aliment primordial du muscle; d'autre part, les poumons agissent sur les graisses, comme le foie sur les albumines et le sucre; le sang en traversant les poumons perd 10% de la graisse qu'il contient; ces données nous expliquent pourquoi les insuffisants pulmonaires deviennent facilement obèses, donc nécessité de pratiquer l'entraînement pour éviter l'empâtement des tissus musculaires.

Influence de l'entraînement sur le cœur et la circulation du sang.

Le cœur étant un muscle, l'entraînement développe ce dernier au même titre que le biceps ou tout autre muscle. En période de travail le rythme cardiaque s'accélère, mais beaucoup moins chez les sujets bien entraînés que chez les sédentaires et la du-

rée du retour au calme cardiaque est plus courte que chez les moins entraînés. Les sujets bien entraînés ont un pouls de repos plus lent que les autres. Chez les sujets sans entraînement et faibles, la pression artérielle fléchit immédiatement au début du travail fourni; au contraire chez les sujets entraînés la pression artérielle s'élève doucement et son élévation est proportionnelle au travail.

Il a été constaté que pendant la séance de travail, les globules rouges et les globules blancs augmentaient considérablement; les globules rouges étant porteurs d'oxygène le mécanisme de l'accroissement des échanges s'accroît. Sous l'influence de l'entraînement l'urée sanguine s'abaisse et se régularise ce qui s'explique par l'accroissement des combustions réduisant l'importance des déchets. Pour une fixation de 2.000 cm³ d'oxygène, les sujets entraînés se contentent d'un débit cardiaque par minute de 20 litres, d'un pouls de 160 et d'un débit par pulsation de 120 cm³, les non entraînés exigent dans les mêmes conditions un débit par minute de 30 litres, un pouls de 180 et un débit par pulsation de 167 cm³. Ici, je ne parlerai pas, faute de place de l'influence de l'entraînement sur le cholestérol sanguin dont il diminue le taux, sur la glycémie, sur l'adrénaline, mais il est une chose à retenir c'est que l'entraînement bien ordonné possède des propriétés régulatrices et désintoxiquantes, il a le droit d'être considéré comme un véritable moyen thérapeutique.

M. VAILLANT 53.205.

