

un joli logement de
sine. Esbon. Eau et lu-
On préfère personnes
bureau du journal.

tes de comptabilité amé-
garanti. Prosp. gratis.
ert compt., Zurich. 19B

ocat

ener, Bulle.
entation dans les

LIS

vous offrir tous les
a fabrication du
mageries.

du Molésou.

UX Fils
E

s de foin récolté soi-
re qui travaille avec

ES
(Suisse).

beauté Vénus.

comme efficacité pour
la fraîcheur de la jeu-
apprimer sûrement les
seur, tannée, hâle, rou-
unces et toutes les im-
tit.

on fr. 250, où il n'y a
Envoi direct contre rem-
pôt général

IST, Alstätten
(Rheinthal).

emande

ouvrière ou réassu-
se.
Mlle L. Pasquier,
on pour enfants.

vendre

bon fumier.

T. Pauchard, La Tour.

ngagerait

ues garçons émancipés
re dès le début. Se présen-
DALLER, à Broc.

Renommée
ON CAFE
ue SIROCCO

oti à l'électricité.
80 à 1 fr. 50 la livre.
ires au détail :
neaux, abricots et cerises-
onserves :

Verdon-Meuwly
Grand rue 44, Bulle.

brillant d'argent

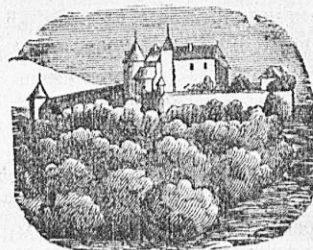
auss, Offenbach
sellement comme le meilleur
midon

donner au linge le cachet
f; d'une supériorité absolue
devants de chemises, cols et

uis TREYVAUD
nd rue 38, Bulle.



LA GRUYÈRE



ABONNEMENTS
Suisse . . . 1 an, Fr. 4.50
» . . . 6 mois, » 2.50
Etranger . . 1 an, » 9.—
» . . . 6 mois, » 5.—
payable d'avance.

Prix du numéro : 5 cent.

On s'abonne dans les
bureaux de poste.

JOURNAL INDÉPENDANT, POLITIQUE ET AGRICOLE

Paraissant le mercredi et le samedi.

Supplément bimensuel gratuit : "L'ÉCHO LITTÉRAIRE."

Imprimerie et Administration : Rue du Tir 131, Bulle.

HORAIRE D'HIVER : BULLE, dép. 6⁰⁷ 10⁰⁰ 2³³ 5⁰⁵ 8⁴⁷ — BULLE, arr. 8⁵⁵ 12⁵⁵ 4²⁵ 8²⁵ 10³²

ANNONCES
District de la Gruyère: une
seule insertion, 15 c.; annon-
ces répétées, 10 c. Canton
et Suisse, 15 c. Etranger,
20 c. la ligne ou son espace.
RÉCLAMES: Suisse, 30 cent.
Etranger, 40 c. la ligne.
S'adr. à l'Agence de pu-
blicité Haasenstein et Vo-
gler, Grand'rue 29, à Bulle,
ou à l'Impr. de La Gruyère

BULLE, le 5 octobre 1906.

Un peu d'hygiène.

La peau est une membrane formée de deux parties fort distinctes: le derme et l'épiderme. Le derme est la partie vivante de la peau, c'est une sorte de feutre rouge, constitué par des filaments très fins, entrecroisés, très élastiques et très résistants. On en fait du cuir, à l'occasion. Le derme est parcouru par des vaisseaux sanguins, des veines, des artères et par d'innombrables filets nerveux formant un réseau très fin, si serré que le moindre coup d'épingle est sensible. Il comporte en outre des glandes sudoripores qui sécrètent la sueur et des glandes cébassées qui laissent écouler une substance grasse, destinée à lubrifier le cheveu ou le poil et à assouplir la peau.

L'épiderme ou couche extérieure de la peau protège le derme. C'est un tissu sec, privé de toute sensibilité, mort, si l'on veut; il se transforme en tissu corné, s'effrite, se détache peu à peu par le frottement et le lavage et s'en va. Les cellules aplaties de l'épiderme sont très abondantes chez les forgerons, les charpentiers et rares chez les lessiveuses et les cuisinières.

Par la peau, nous respirons et nous transpirons d'une façon continue. On ne se doute guère; dans certains milieux, que l'on respire aussi par la peau. C'est certain, pourtant; nous absorbons de l'air par la peau et nous exhalons du gaz carbonique. Cette respiration cutanée représente environ le septième de la respiration totale. Un oiseau enfermé, sauf la tête, dans une boîte pleine d'un gaz irrespirable meurt au bout de deux heures. Un animal dont le corps a été passé au vernis copal trépassé rapidement aussi.

Le rôle le plus important de la peau est la transpiration. Beaucoup de braves gens s'imaginent ne transpirer qu'après avoir couru. Il n'en est rien. Nous transpirons constamment et éliminons ainsi, en moyenne, un litre et quart d'eau par vingt-quatre heures. Cette eau s'échappe par les pores de la peau. Chacun de nous est doté d'environ trois millions de glandes sudoripores. Cela fait deux cents glandes par centimètre carré de peau si l'on évalue la surface du corps à un mètre et demi carré.

Nous ne nous apercevons guère, au repos, de cette puissante activité cutanée. L'eau s'évapore dans les cellules de l'épiderme et s'évapore à mesure. De là, une certaine moiteur de la peau saine, tandis que la peau d'un fiévreux donne plutôt une impression de sécheresse.

Le résultat de cette constante évaporation sur toute la surface du corps est de maintenir en équilibre notre température propre. Comme tout liquide passant à l'état de vapeur ou de gaz, la sueur a besoin de chaleur pour s'évaporer. Elle emprunte au corps qui s'en trouve rafraîchi.

Grâce à la transpiration cutanée, l'homme peut supporter les températures les plus variées. Dans certaines contrées de l'Afrique, il vit à 50° et même 60° centigrades à l'ombre; dans les régions polaires, il supporte aisément 50° de froid. Si l'air est sec, l'homme peut même vivre quelques instants à 100 degrés en transpirant alors un demi-litre d'eau par heure environ. On comprendra maintenant pourquoi, lorsqu'on « sue à grosses gouttes », il faut garder ses vêtements, afin d'éviter un refroidissement trop subit.

Est-il nécessaire, après cela, de dire les soins à prendre pour que la peau puisse jouer son rôle physiologique? Il faut se laver. Mais, dira-t-on, chacun le sait et tout le monde se lave. Allons

donc! Le visage et les mains, peut-être, mais le reste! La réalité est qu'une infime minorité de la population se baigne une fois par semaine. Quant aux autres, ils prennent un bain à la St Jean ou à la Noël, à Pâques ou... à la Trinité.

Il y a des millions d'Européens qui traversent la vie avec cette persuasion que la crainte de l'eau est le commencement de la sagesse.

Il ne s'agit pas de tomber dans l'autre extrême en passant dans l'eau la meilleure partie de son temps. Le défunt curé Kneipp n'est pas notre idole ni notre guide. D'ailleurs ce n'est pas lui, tant s'en faut, qui a inventé la propreté, pas plus que l'hydrothérapie. On a dit du système Kneipp qu'il a du bon et du nouveau, mais ce qu'il a de bon n'est pas nouveau et ce qu'il a de nouveau n'est pas bon! Si l'abbé Kneipp n'avait pas été un saint homme de prêtre, pareille popularité ne lui serait jamais échue en partage; mais nous sommes ainsi faits, notre esprit est parfois si bisornu que nous aimons à recevoir des enseignements de préférence de la bouche de ceux qui n'ont pas qualité pour les donner.

Ainsi donc, pas d'excès! Nous n'avons pas de branchies pour vivre dans des bassins de fontaine ou pour errer dans les ruisseaux comme de vulgaires crapauds en quête de quelque grenouille amie.

Les Anglais nous ont appris à pratiquer le « tub ». Va pour le tub. Mais, au nom de tous les saints du paradis, pas de théories et pas de systèmes.

Que chacun se lave, persuadé qu'en se lavant il ne perd pas son temps. Quant à l'hydrothérapie, c'est une autre affaire. La douche froide au saut du lit est une excellente chose pour beaucoup de gens, mais, de grâce, n'en faisons pas un onzième commandement; les dix autres suffisent à notre

FEUILLETON DE LA GRUYÈRE 17

LE Crime d'Orcival

PAR ÉMILE GABORIAU

— Je veux mieux que ma réputation, allez, affirma La Ripaille, et il y a bien des gens qui ne peuvent pas en dire autant. J'en connais d'aucun, j'en connais d'aucunes surtout. — Il regardait M. Courtois, — qui, si je voulais babiller!... On voit bien des choses quand on court la nuit... Enfin, suffit.

On essaya de le faire expliquer sur ses allusions. En vain.

Lorsqu'on lui demanda où et comment il avait passé la nuit, il répondit que, sorti à dix heures du cabaret, il était allé poser quelques collets dans les bois de Manprévoit et que, vers une heure du matin, il était rentré se coucher.

— A preuve, ajouta-t-il, qu'ils doivent y être encore et que peut-être il y a du gibier de pris.

— Trouveriez-vous un témoin pour affirmer que vous êtes rentré à une heure? demanda le maire qui pensait à la pendule arrêtée à trois heures vingt minutes.

— Je n'en sais, ma foi, rien, répondit inconsciemment le vieux maraudeur, il est même bien possible que mon fils ne se soit pas réveillé quand je me suis couché.

Et comme le juge d'instruction réfléchissait:

— Je devine bien, lui dit-il, que vous allez me mettre en prison jusqu'à ce qu'on ait trouvé les coupables. Si nous étions en hiver, je ne me plaindrais pas trop; on est bien en prison, et il y fait chaud. Mais juste au moment de la chasse, c'est contrariant. Enfin, ce sera une bonne leçon pour Philippe; ça lui apprendra ce qu'il en coûte pour rendre service aux bourgeois.

— Assez! interrompit sévèrement M. Domini. Connaissiez-vous Guespin?

Ce nom éteignit brusquement la verve narquoise de La Ripaille; ses petits yeux gris exprimèrent une singulière inquiétude.

— Certainement, répondit-il d'un ton très embarrassé, nous avons d'aucunes fois fait une partie de cartes, vous comprenez, en sirotant un gloria.

L'inquiétude du bonhomme frappa beaucoup les quatre auditeurs. Le père Plantat particulièrement laissa voir une surprise profonde.

Le vieux maraudeur était trop fin pour ne pas s'apercevoir de l'effet produit.

— Ma foi! tant pis! exclama-t-il, je vais tout vous dire, chacun pour soi; n'est-ce pas? si Guespin a fait le coup, ce n'est pas ça qui le rendra plus noir, et moi je n'en serai pas bien plus mal vu. Je connais ce garçon parce qu'il m'a donné à vendre des fraises et des raisins de la serre du comte, je suppose qu'il les volait, et ce n'est peut-être pas très bien, nous partageons l'argent que j'en retirais.

Le père Plantat ne put retenir un: « Ah! » de satisfaction qui devait vouloir dire: « A la bonne heure! je savais bien! »

Lorsqu'il avait dit qu'on le mettrait en prison, La Ripaille ne s'était pas trompé. Le juge d'instruction maintint son arrestation. C'était au tour de Philippe.

Le pauvre garçon était dans un état à faire pitié; il pleurait à chaudes larmes.

— M'excuser d'un si grand crime, moi! répétait-il.

Interrogé, il dit purement et simplement la vérité, s'excusant toutefois d'avoir osé pénétrer dans le parc en franchissant le fossé.

Lorsqu'on lui demanda à quelle heure son père était rentré, il répondit qu'il n'en savait rien; il s'était couché vers neuf heures et n'avait fait qu'un somme jusqu'au matin.

Il connaissait Guespin pour l'avoir vu venir chez eux à diverses reprises. Il n'ignorait pas que son père faisait des affaires avec le jardinier de M. de Trémorcel, mais

Pour les annonces et réclames s'adresser à l'agence de publicité Haazensteln & Vogler, à Bulle, grand'rue 29, ou au bureau Journal.

La Banque Populaire de la Gruyère, à Bulle

reçoit des dépôts : à terme fixe de 3 et 5 ans à 4 % l'an
en Caisse d'épargne » 4 % »
en Compte-courant créancier » 3 1/2 % »

Elle ouvre des crédits en compte courant aux conditions les plus réduites : sous cautionnement de personnes de toute solvabilité, contre remise de titres hypothécaires, gardance de dam ou valeurs cotées et locales.

Elle escompte et se charge de l'encaissement d'effets, de coupons et de fonds publics remboursables, tant sur la Suisse que sur l'étranger.

Schweiz. Eternitwerke A.-G.

NIEDERURNEN (Glaris) & ZURICH II

Téléphone : Niederurnen. Téléphone : Zurich N° 590.

Télégrammes : Eternitwerke Niederurnen.

Usines et Bureaux à Niederurnen et Zurich II.

Exposition Universelle à Liège 1905 : Frauenfeld 1903 :
Diplôme d'honneur, Médaille d'Or Médaille d'argent.

Nous recommandons :

L'Ardoise Eternit " Fibro-Ciment "
comprimée à haute pression
pour couvertures de tous genres.

Résistant à la gelée et aux intempéries. Durée illimitée. Stupéfiante par sa légèreté et sa résistance à l'ouragan et aux rafales et : pour revêtements extérieurs de façades.

Les Plaques Eternit, légèrement comprimées

pour revêtements intérieurs de murs et de plafonds d'usines, métairies, cuisines, buanderies, cabinets de bains, etc.

Ces plaques Eternit offrent toute sécurité contre le feu, sont isolantes contre la chaleur, le froid et l'humidité. Elles sont avantageusement employées comme isolateurs dans l'électro-technique.

Prix avantageux, défilant toute concurrence. - Travail très soigné.

Garanties des plus larges.

De nombreuses références et attestations de la Suisse et de l'Etranger sont à la disposition de tout acheteur.

La pluie, les influences atmosphériques, les ouragans les plus violents sont inoffensifs, si la pose est exécutée conformément à nos indications.

Pour prospectus, échantillons et tous renseignements, s'adresser à

Schweiz. Eternitwerke A.-G.

Direction : A. Steinbrunner, Niederurnen (Glaris).

La Karlsruhe Société mutuelle d'assurances sur la vie

Kalseruher Lebensversicherung a. G.

Capitaux assurés 700 millions de francs.

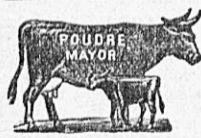
Fortune totale 253 millions de francs.

Tous les bénéfices pour les assurés.

Plus ample incontestabilité et non-déchéance des polices.
Coassurance pour la libération des primes en cas d'invalidité.
Assurance du risque de guerre sans surprime.

Police universelle.

Représentant : M. J. Toffel, à Bulle, Rue de la Promenade 72.



Marque déposée.

POUDRE MAYOR

tonique, dépurative, antiépidémique

POUR LE BETAIL

de B. MAYOR, vétérinaire et pharm. Marque déposée.

Vente en gros : Vve Alf. DELISLE & C^e, fab^{re}, Lausanne et A. PANCHAUD, Vevey
Attention aux contrefaçons. — En vente partout.

Toujours prêts à expédier

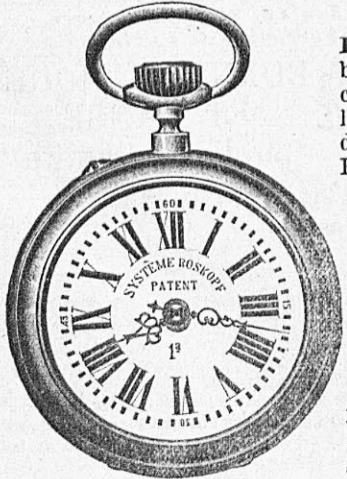
Remontoirs ancrés, très solides et bien réglés. — Grandeur exacte au dessin ci-contre. Chaque montre est munie d'un bulletin de garantie pour 3 ans. En cas d'accident, rhabillage gratis et immédiat.
Fr. 8.50 en nickel ou acier noir.
» 9 50 en nickel décorée cadran couleur.
» 15.— en argent contrôlé et gravé.

Envoi franco contre remboursement par la fabrique

L^s WERRO fils

MONTILIER, près Morat
Maison de confiance fondée en 1896

Atelier spécial pour rhabillages de montres de tous genres, aux prix les plus bas. — On accepte en paiement les vieilles boîtes de montre or et argent.
(H1135F)178



CHAUSSURES CHAUSSURES en tous genres.

Visitez tous le nouveau MAGASIN
Th. Sottas-Thalmann

BULLE en face du Cheval-Blanc BULLE
Maison Barras

Prix modérés. - Réparations promptes et soignées.

Foin en bottes.

La maison soussignée vend environ 3000 tonnes de foin récolté soi-même dans 10 magasins. Seule maison dans ce genre qui travaille avec 12 botteuses.

Adressez-vous en confiance à

RENOLD FRÈRES

marchands de gros, Frauenfeld (Suisse).

Maison Spéciale pour les Cafés

"MERCURE"

Chocolats Suisses et Denrées Coloniales
recommande ses

Mélanges de CAFÉ torréfié

réputés les meilleurs et les plus aromatiques
12 sortes différentes de 80 cts. à fr. 2.— le 1/2 kg.

5 % d'escompte en timbres-rabais. Le café est moulu gratuitement.
Grand choix de Chocolats, Cacaos, Thés, Biscuits, Bonbons, etc.

80 Succursales en Suisse.

Vente directe aux consommateurs.

Expéditions par la poste au dehors.

— Prix courants des cafés et des thés gratis et franco. —
Bureau central à Berne, Schanzenstrasse 6.

A BULLE. Succursale : Place des Alpes 200.

Institut Agricole

PÉROLLES FRIBOURG

Ecole de laiterie. — Cours agricoles d'hiver.

La rentrée est fixée au **lundi 5 novembre**; les cours commenceront le **mardi 6 novembre**, à 8 h. du matin.

Le Directeur : E. de Vevey.

VARICES

jambes ouvertes, plaies, varicelles, excéma, etc.. guérison certaine et prouvée par les

Thés antivariquieux

1 fr. 50 la boîte et

Pommade antivariquieuse

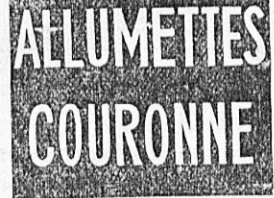
1 fr. le pot.

Envoi partout contre remboursement. **Em. Kornhaber**, herboriste diplômé, Genève, Tour Maitresse 43.

Mises juridiques.

L'Office des faillites de la Gruyère vendra en m^{ises} publiques, **jeudi 4 courant** ainsi que les jours suivants, sur la place de la Promenade une grande quantité de marchandises consistant en étoffes, laines, coton, fil, épicerie, mercerie, etc.

L'Office des faillites de la Gruyère exposera à vendre en m^{ises} publiques, **lundi 8 courant**, dès 2 heures du jour, au domicile de David Abühel, fils au Pâquier, 4 vaches et environ 7000 pieds de foin et regain à consommer sur place.



A la Renommée DU BON CAFE Marque SIROCCO

Café râti à l'électricité, depuis 0 fr. 80 à 1 fr. 50 la livre.

Confitures au détail :

groseilles, pruneaux,abricots et cerises.

Conserves :

haricots, pois, thon, sardines, Beef.

Marie Verdon-Meuwly

Grand rue 44, Bulle.

A louer :

On offre à louer pour de suite et à long terme la propriété du **Champ Barby** à Bulle, d'une contenance d'environ 10 poses avec verger et grange.

Au gré du preneur on lui céderait de plus la moitié du repas de cette année.
S'adresser à **Ernest Genoud**, à Riez. 2267

newly, archiviste

VINGT-CINQUIE



ABONNEMENT

Suisse . . . 1 an, Fr.
» . . . 6 mois, »
Etranger . . 1 an, »
» . . . 6 mois, »
payable d'avance

Prix du numéro : 5 c

On s'abonne dans les bureaux de poste.

BULLE,

La

On sait tout le b
gère au sujet de la
perdu dans les Alpe
morial, la lèpre règ
à l'état très bécin.

rales ont pris, depu
mesures de sécurit
terrible maladie de

On sera même s
est l'une des plaie
vre humanité.

A notre époque
mal sont immenses
avantage que les a
tiques, on comptait
tie en Bretagne, d

— cruelle ironie d
chantées de la côte

A Paris, il y a to
moyenne de dix lé
que mal au moyen

docteur Hallopeau
tion notable, bien
affecte une forme

Ces chiffres son
à certains autres.
lépreux; en Indo

au Japon 50,000 ;
millions d'habitan
iles Hawaï 5000.

Un vieil auteur
toujours exact, hé
« La peau du

FEUILLETO

Crime

Tout en mangeant
ses notes, numérotées
d'une croix certaine
ment significatives
de son rapport.

Il était pent-être
vives de ce lugubre
de ceux qui font pe
d'instruction. Il en
énorme, et il tenait
bles ou tout au mo

Assis l'un près de
Gendron s'entreten
Sauvresy.

M. Courtois, lui,