

*Sainte-Croix*; *Les Rasses* (1108 m.), à trois heures et demie de voiture d'Yverdon.

*Charmey* (900 m.).

*Montbarry* (825 m.), à une demi-heure de Bulle.

STATIONS VAUDOISES. — *Glion* (600 m.), chemin de fer funiculaire de Territet aux rochers de Naye.

*Mont-Fleuri*, à une demi-heure de Territet.

*Les Avants* (985 m.), hôtel climatérique propice pour un séjour d'hiver et d'été, dans un vallon très abrité, adossé à un contrefort de la dent de Jaman; insolation considérable en hiver; air très sec. Relié à Montreux par un chemin de fer électrique qui aboutit d'autre part à Zweisimmen.

*Caux* (1100 m.), sur le funiculaire de Territet aux rochers de Naye.

*Corbeyrier* (986 m.), à deux heures de voiture d'Aigle. Station d'été et d'hiver.

*Château-d'Œx* (990 m.). Station d'été et d'hiver, à une heure trois quarts de Montreux, dans la vallée de la Sarine (chemin de fer électrique de Montreux à Zweisimmen, par Montbovon).

*Rougemont* (1000 m.), à 6,5 kilomètres de Château-d'Œx.

STATIONS VALAISANES. — *Salvan* (925 m.), sur la route de Vernayaz à Martigny.

*Saint-Nicolas* (1164 m.), sur le chemin de fer de Viège à Zermatt.

STATIONS DES GRISONS ET DE L'ENGADINE. — *Tarasp-Schulz* (1244 m.).

*Klosters* (1125 m.), sur le chemin de fer de Landquart à Davos. Climat doux; séjour de printemps, pour les malades ayant séjourné en hiver à Davos et à Arosa.

*Waldhaus-Flims* (1102 m.). Sur la route de Reichenau à Gæschenen.

*Sarvis* (950 m.), sur le chemin de fer de Landquart à Davos; climat doux.

STATIONS BERNOISES. — *Grindelwald* (1057 m.). Séjour d'été et d'hiver.

*Weissenburg* (849 m.), à une heure de chemin de fer de Spiez. Eaux sulfatées calciques et magnésiennes.

*Eschi* (859 m.), à une heure et demie de Spiez.

STATIONS DU GROUPE DU RIGHI ET DU TITLIS. — *Azenstein* (710 m.), à une heure de voiture de Brunnen.

*Seelisberg* (845 m.), une heure et demie de voiture, depuis Treib (lac de Lucerne).

*Engelberg* (1019 m.), à une heure trente de Stanz (chemin de fer électrique).

*Burgenstock* (870 m.), funiculaire (quinze minutes), depuis Kehrsiten (lac de Lucerne).

*Schönfels* (958 m.), à une heure et demie de Zug (Hydrothérapie).

*Nieder-Rickenbach* (1162 m.), près Stanz. Chemin de fer électrique jusqu'à Büren, puis chemin de mulets.

*Uetliberg* (860 m.), sur la montagne qui domine Zurich (trente minutes de chemin de fer).

STATIONS DES CANTONS DE GLARIS, SAINT-GALL ET APPENZEL. — *Weissbad* (819 m.), à trois quarts d'heure d'Appenzell.

*Heiden* (804 m.), chemin de fer à crémaillère, depuis Rorschach.

*Trogen* (954 m.).

*Gäis* (958 m.), etc.

Les climats maritimes ont joui d'une vogue bien antérieure à celle des « climats d'altitude ». Les voyages en mer étaient recommandés dans l'antiquité (Celse) et nombre d'Anglais privilégiés de la fortune ont retrouvé la santé, à la suite de longues croisières, notamment en Océanie et sur les côtes de l'Afrique méridionale (colonie du Cap); les voyages en Chine, au Japon, aux Indes, aux Antilles ne sont pas recommandables, en raison des chaleurs excessives que les malades ont à supporter.

« Je suis convaincu, écrivait Laënnec, que dans l'état actuel de la science, nous n'avons pas encore de meilleurs moyens à opposer à la phtisie que la navigation et l'habitation aux bords de la mer dans un climat doux.... »

En réalité, pas plus que l'air des altitudes, l'air de la mer n'est un spécifique de la tuberculose; ce ne sont pas les traces insignifiantes de brome et d'iode qu'il contient, ni celles de chlorure de sodium qui peuvent lui conférer des propriétés spéciales. L'air de la mer est salubre parce qu'il est pur. Il paraît cependant influencer particulièrement les tuberculeux des sujets jeunes, scrofulo-lymphatiques, atteints de tuberculose ostéo-articulaire, tandis qu'il convient mal, ainsi que l'air des grandes altitudes, d'ailleurs, aux tuberculeux arthritiques, aux nerveux, aux tuberculeux fébricitants en général.

Le séjour dans les îles permet aux malades d'utiliser au maximum l'air marin. *Madère, les Canaries, Corfou, Malte, la Corse, les Baléares, l'île de Wight*, sont les îles fréquentées par les tuberculeux; mais le plus grand nombre des malades ne peuvent séjourner que sur les côtes du continent. Il y a d'ailleurs lieu d'établir une distinction entre les différentes zones maritimes, et de faire une place à part au climat maritime méditerranéen.

Pour être bien toléré, le climat maritime doit offrir, autant que possible, l'uniformité de la température et de l'état hygrométrique, la rareté des vents, la douceur de l'air, caractères que l'on trouve sur le littoral Atlantique, notamment à Arcachon. Quant au climat méditerranéen, il possède plutôt les avantages d'un climat continental. Le climat maritime du nord de la France (de Brest à Dunkerque) ne présente aucun avantage pour les tuberculeux: l'humidité est trop grande, surtout en hiver, les pluies sont fréquentes, les vents variables et souvent violents; la température est basse et les hivers sont rudes.

Le littoral de la Méditerranée, la côte d'Azur, jouit depuis longtemps d'une réputation universelle, auprès des malades qui vont en hiver y chercher la chaleur et le soleil, attribuant à ces deux éléments l'influence décisive dans leur amélioration ou leur guérison. En réalité, les avantages de ce climat résident uniquement dans la facilité offerte aux malades aisés de faire la cure d'air, pendant la saison d'hiver, au milieu d'une contrée pittoresque, parfumée de mille