

# JOURNAL DE MONACO

JOURNAL HEBDOMADAIRE

Bulletin Officiel de la Principauté

PARAISANT LE MARDI

**ABONNEMENTS :**

MONACO — FRANCE — ALGERIE — TUNISIE  
Un an, 12 fr. : Six mois, 6 fr. : Trois mois, 3 fr.  
Pour l'ÉTRANGER, les frais de poste en sus.  
Les Abonnements partent des 1<sup>er</sup> et 16 de chaque mois.

**DIRECTION et REDACTION :**

au Ministère d'État

**ADMINISTRATION :**

à l'Imprimerie de Monaco, place de la Visitation.

**INSERTIONS :**

Annonces : 0 fr. 75 la ligne.  
Pour les autres insertions, on traite de gré à gré.  
S'adresser au Gérant, place de la Visitation.

**SOMMAIRE.****MAISON SOUVERAINE :**

Service funèbre à la mémoire des Princes défunts.

**AVIS ET COMMUNIQUÉS :**

Avis d'enquête.

**ÉCHOS ET NOUVELLES :**

Exposition de Chrysanthèmes.

Etat des jugements du Tribunal Correctionnel.

**VARIÉTÉS :**

L'Education physique de nos jours, par M. Albert  
Mouyade, professeur de Gymnastique au Lycée.

**MAISON SOUVERAINE**

Selon l'usage, un Service solennel sera célébré à la Cathédrale, le samedi 4 novembre prochain, à 10 heures du matin, à la mémoire des Princes défunts.

**AVIS & COMMUNIQUÉS****AVIS D'ENQUÊTE**

Le Maire de la Ville de Monaco a l'honneur d'informer les habitants qu'une demande a été faite par M. Paul Cioco, à l'effet d'être autorisé à exploiter une imprimerie au n° 15 de la rue Caroline, à la Condamine.

En conséquence, le dossier de cette affaire sera déposé à la Mairie pendant dix jours, à compter d'aujourd'hui 30 octobre courant.

Les personnes qui pourraient avoir des réclamations à faire au sujet de cette exploitation, sont invitées à prendre connaissance du dossier et à soumettre au Secrétariat de la Mairie leurs observations et réclamations.

Monaco, le 30 octobre 1922.

Le Maire, ALEX. MÉDECIN.

**ÉCHOS & NOUVELLES**

Vendredi dernier, a eu lieu, dans le hall du Palais des Beaux-Arts, l'inauguration de l'Exposition des Chrysanthèmes provenant des cultures de la Société des Bains de Mer.

M. Agliany, chef des cultures de la S. B. M. et ses collaborateurs, MM. Bocca, Hemery, Tirard, Vandelli et Maulandi ont droit à toutes les félicitations pour les merveilles qu'ils ont réalisées et qui attireront jusqu'au 2 novembre, au Palais des Beaux-Arts, tous les amateurs de ces fleurs somptueuses de l'automne.

S. Exc. le Ministre d'État et toutes les personnalités de la Principauté assistaient à l'inauguration.

Pendant toute l'après-midi, un excellent orchestre, dissimulé dans la tribune, a fait entendre un agréable programme de concert.

**TRIBUNAL CORRECTIONNEL**

Dans son audience du 24 octobre 1922, le Tribunal Correctionnel a prononcé les jugements ci-après :

M. J.-B.-H.-J., courtier en immeubles, né le 30 mars 1897, à Nice (Alpes-Maritimes), demeurant à Nice. — Emission frauduleuse de chèque : un mois de prison. Condamné à payer au sieur Melchiorre François, la somme de 1.930 francs de dommages-intérêts (partie civile).

F. M.-G., domestique, né le 24 décembre 1903, à Pigna, province de Port-Maurice (Italie), ayant demeuré à Monaco. — Vol : deux mois de prison.

**VARIÉTÉS****L'Education physique de nos jours**

Le rôle de l'éducation physique dans le développement de l'individu et dans la conservation de la race, trop longtemps méconnu, est maintenant l'objet des préoccupations des éducateurs, des hygiénistes, des sociologues. Il a gain de cause auprès des parents et il a suscité chez les jeunes gens, jadis indifférents ou dédaigneux, un enthousiasme qu'il y a lieu parfois de réfréner et toujours de guider.

Les notes suivantes, qui ne prétendent à rien innover, sont destinées à rappeler les règles, la méthode qui doivent être observées pour que la culture physique donne tout son fruit, à signaler les erreurs, les excès trop fréquents, qui vont à l'encontre du but poursuivi, épuisant l'organisme qu'on se propose de fortifier, enfin à mettre l'entraînement musculaire et particulièrement le sport, à la vraie place qu'ils doivent occuper dans l'éducation générale de l'individu et de la race.

**I. — L'Enfant.**

En ce qui concerne l'enfance, nous envisagerons deux groupes : 1° de 4 à 12 ans (avant la puberté) ; 2° de 12 à 17 ans.

Dans le premier groupe, les exercices doivent être les mêmes pour les filles et les garçons, car ils n'ont d'autre but que le développement harmonieux de la charpente du corps, l'augmentation de la capacité respiratoire et le redressement des déformations que peuvent produire une sédentarité trop grande et les mauvaises attitudes scolaires. A cet âge là, pas de sports, pas d'exercices longs et fatigants, mais des jeux, beaucoup de jeux et quelques exercices correctifs.

Si les parents veulent avoir de beaux enfants, sains et robustes, ils devraient chaque jour les obliger à faire les quatre choses suivantes : 1° La toilette du muscle ; 2° Des jeux collectifs ; 3° Des exercices correctifs ; 4° Observer strictement les règles de l'hygiène.

**TOILETTE DU MUSCLE.** — La toilette du muscle consiste à faire chaque matin, au saut du lit, dans le costume le plus simple, quelques exercices d'assouplissement ayant pour effet d'activer la circulation du sang qui s'est ralentie pendant le

sommeil. Ces exercices ne dureront pas plus de dix minutes ; ils comprendront des mouvements de bras et de jambes, des exercices du tronc (flexion, extension et rotation), et surtout des mouvements de jambe dans tous les sens, étant couché sur le dos. Ces derniers exercices ont en effet pour but de développer les muscles abdominaux et sont un excellent remède contre la constipation ; ils ont leur place tout indiquée dans la toilette matinale parce que l'enfant, une fois sorti de sa chambre à coucher, n'aura plus l'occasion de les faire sous peine de salir ses vêtements et de se rendre ridicule. Après ces mouvements, il pourra faire quelques sautilllements destinés à amener un très léger essoufflement et la leçon se terminera par quelques exercices respiratoires exécutés devant la fenêtre ouverte, lentement, profondément et autant que possible en laissant la bouche fermée (respiration nasale : excellent moyen pour les parents de se rendre compte si l'enfant n'a pas des végétations dans le nez, qui entravent la croissance et sont la cause de fréquentes bronchites).

Après ces dix minutes d'exercice, l'idéal serait de prendre immédiatement une douche froide ; mais si l'on ne peut le faire, soit par défaut d'organisation, soit par raison de santé (défense du docteur pour certains cas), une bonne friction sèche amènera le même résultat, c'est à dire l'accélération de la circulation du sang déjà provoquée par l'exercice. Le sang lavera le muscle de ses impuretés, entrainera les déchets et toxines, et amènera de nouveaux aliments aux cellules musculaires.

La toilette du muscle rendra l'enfant gai et dispos ; il s'habillera avec entrain et prendra son petit déjeuner de bon appétit. Au début, il faudra que les parents y tiennent la main et obligent l'enfant à cette toilette du muscle, mais bientôt l'enfant la fera tellement volontiers que dans son esprit il n'y aura plus de différence entre la toilette du muscle et celle du visage. Et qu'on n'aille pas croire que ce sera du temps perdu ; l'enfant sera plus vite prêt à partir de chez lui après ces dix minutes d'exercices que s'il était encore à moitié endormi et il ne sera pas nécessaire de le faire lever plus tôt, pour cela, que d'habitude.

**LES JEUX COLLECTIFS.** — A l'école, l'enfant doit jouer pendant les trop rares récréations que permettent les programmes chargés de l'enseignement. Le jeu est indispensable aux enfants. Il suffit d'assister à la sortie d'une école, d'entendre l'explosion de rires, de cris suivis de folles gambades pour se rendre compte que le jeu est une nécessité physique pour l'enfant. C'est pourquoi, dans la leçon de gymnastique actuellement en usage dans les écoles, une grande part a été faite

aux jeux. Une bonne moitié de la leçon est consacrée à des exercices amusants, choisis de façon à faire travailler tous les groupes musculaires du corps. Le philosophe anglais Herbert Spencer disait en parlant de la gymnastique : « Comme on avait défendu l'exercice spontané et qu'on voyait trop les effets de l'absence d'exercices, on a adopté un système d'exercices factices : la gymnastique. Que cela vaille mieux que rien, nous l'admettons ; mais que ce soit un équivalent du jeu, nous le nions formellement. » A l'époque où Spencer écrivait ces lignes, la gymnastique n'était pas ce qu'elle est aujourd'hui, car, loin d'amuser les enfants, elle était bien souvent une véritable corvée pour ceux-ci. Aujourd'hui, nous avons compris la nécessité du jeu ; laissons donc jouer nos enfants chaque fois qu'ils le peuvent, ils y gagneront la gaieté, la vivacité et la santé.

**LES EXERCICES CORRECTIFS.** — Mais si nous avons introduit, avec juste raison, les jeux dans la gymnastique actuelle, nous n'avons pas pour cela complètement renoncé aux exercices traités de factices par Spencer et que nous appelons correctifs. Il faut considérer que l'enfant à l'école reste 5 ou 6 heures par jour dans une immobilité presque complète. Un enfant qui écrit a le dos voûté, les épaules ramenées en avant, la poitrine creuse et souvent son buste penche davantage d'un côté plus que de l'autre. Il en résulte peu à peu, si l'éducation physique n'intervient pas, une tendance à se voûter et des déviations de la colonne vertébrale qui, facilement guérissables au début, peuvent devenir par la suite une véritable infirmité. C'est une erreur assez répandue de croire que les déviations de la colonne vertébrale se corrigent toutes seules avec la croissance de l'enfant ; elles ont au contraire une tendance à s'accroître et peuvent entraîner des déviations de la cage thoracique et du bassin.

Pour remédier à cet état de choses, la leçon de gymnastique actuelle comprend des exercices correctifs qui ont pour but de rendre à la colonne vertébrale sa courbure normale et de fortifier les muscles du dos ; ceux-ci, en se contractant, amènent en arrière la tête de l'humérus, ce qui a pour résultat de faire porter les épaules en arrière et par conséquent d'élargir la poitrine.

**L'HYGIÈNE.** — Si avec cela nous observons les règles de l'hygiène, nous aurons des enfants bien faits et bien portants. Mais l'hygiène ne consiste pas seulement dans les soins de propreté de la peau ; la nourriture et le vêtement en font aussi partie.

Si tout le monde est d'accord aujourd'hui sur la nécessité de la propreté de la peau, il n'en est pas de même pour le vêtement et la nourriture. Il existe deux préjugés très répandus qui consistent à limiter trop parcimonieusement la nourriture des enfants et à laisser certaines parties de leur corps (bras et jambes) nues, même en hiver, sous prétexte de les endurcir au froid.

On ne songe pas assez que l'enfant doit par son alimentation non seulement réparer les pertes de son organisme (comme les grandes personnes) mais encore subvenir aux besoins de la croissance. D'autre part, une partie des aliments qui devrait servir à la croissance de l'enfant est dépensée à produire des calories nécessaires pour maintenir le corps à une température constante. Donc si l'enfant n'est pas assez couvert et si son corps a plusieurs parties exposées au froid du

dehors, une partie de son alimentation sera perdue pour la croissance. Voilà pourquoi il faut laisser nos enfants manger suivant leur appétit, car l'appétit obéit à un instinct qui connaît mieux que nous les besoins du moment de l'organisme de l'enfant ; et il faut renoncer à cette coutume bizarre des jambes nues pendant l'hiver ; la toilette du muscle et la douche matinale endurciront mieux l'enfant contre le froid que l'habitude des bras ou des jambes nues.

## II. — L'Adolescent.

Dans le deuxième groupe (enfants de 12 à 17 ans), il nous faut faire une différence dans l'éducation physique des garçons et celle des filles.

I. — Pour les garçons de cet âge, nous maintiendrons les jeux et les exercices correctifs, mais à cela nous devons ajouter les exercices d'application de ce qu'on appelait jadis la gymnastique utilitaire.

C'est ainsi que la méthode actuelle, tout en laissant une large place aux jeux et aux exercices correctifs, prescrit des exercices de marche, de grimper, de course, de lever ou porter, de saut, de lancer et enfin d'attaque et défense. Ces sept séries d'exercices, données sous la forme de mouvements rythmés ou sous la forme de jeux, constituent une leçon complète d'éducation physique, c'est-à-dire une leçon faisant travailler tous les groupes musculaires de notre corps et développant nos qualités physiques parallèlement à nos facultés intellectuelles. On peut les graduer suivant la force de l'élève et l'on peut facilement établir une progression où les efforts augmentent graduellement d'intensité.

Cette méthode présente de plus l'avantage de préparer les jeunes gens aux sports qu'ils pourront aborder sans danger vers 17 ans. A ce moment, développés par plusieurs années d'éducation physique rationnelle, ils auront des poumons solides, une cage thoracique souple et large, ils seront entraînés progressivement à l'effort, ils pourront s'ils le veulent devenir de bons athlètes.

II. — Chez les filles, nous arrivons à un moment où l'enfant se transforme, où l'organisme se modifie énormément, et nous devons être très circonspects pour tout ce qui concerne les exercices physiques. La méthode doit différer de celle des garçons parce que les buts diffèrent. L'éducation physique doit donner au garçon la force, le courage, la résistance à la douleur et à la fatigue ; aux filles, elle devra donner la santé, la grâce et la beauté du corps. Il est certain qu'une jeune fille de 16 ans devrait savoir courir, sauter et nager comme un jeune homme du même âge. Mais pour ce qui est de grimper, de porter ou de lever de lourds fardeaux, de lancer divers projectiles, de faire des exercices violents d'attaque et de défense, elle sort dans ce cas de son rôle futur ; la femme, ayant sa mission au foyer familial, n'a pas besoin d'être un athlète, mais se doit à elle-même d'être gracieuse et bien faite pour avoir des enfants gracieux et forts.

Nous remplacerons donc, dans l'éducation physique féminine, les exercices violents par des danses esthétiques et des exercices d'assouplissement basés sur la méthode des mouvements arrondis et continus de l'illustre professeur Demy.

Voilà comment il faut comprendre l'éducation physique de la fillette de 12 à 17 ans ;

1° Continuer la toilette du muscle chaque matin ;

2° Faire tous les jours si possible, ou tous les deux jours au moins, une leçon de gymnastique composée de mouvements arrondis et continus, de jeux impliquant l'action de courir et de sauter, enfin, remplacer par la danse les exercices pénibles des garçons.

Surtout, pas de sports pour les jeunes filles de cet âge. Le sport doit être la conclusion d'une éducation physique bien comprise et ne doit pas être abordé avant la formation complète de l'individu, sous peine de dangers sérieux pour l'organisme.

III. — Pour les deux sexes, il n'est pas de bonne éducation physique sans un contrôle sérieux des résultats obtenus. Que l'enfant pratique les exercices physiques dans un établissement de l'enseignement public, dans une société de gymnastique ou chez lui, le contrôle médical s'impose et la collaboration du docteur avec le directeur de l'exercice est indispensable.

Rien n'est plus délicat qu'un organisme humain à l'époque de la puberté. Si l'exercice n'est pas surveillé de très près, il peut alors devenir funeste.

Tous ceux qui, de par leurs fonctions, sont en rapport constant avec les enfants, vous diront que l'élève traverse, vers 13 ou 14 ans, une crise de paresse intellectuelle et physique plus ou moins longue suivant les individus. Cette paresse est une défense de l'organisme : la transformation subie à ce moment par l'enfant absorbe toutes les forces disponibles de son corps ; tout travail intense, physique ou intellectuel, contrarie dans une certaine mesure le travail de la nature. Voilà pourquoi, à cette période critique pour les deux sexes, l'examen médical et la collaboration du docteur s'imposent.

Dans certains établissements d'instruction publique, chaque élève possède sa fiche physiologique et passe une visite médicale trimestrielle. L'examen du poids, de la taille, de la capacité thoracique de l'enfant, etc., sont de précieuses indications sur la bonne marche de son développement physique.

Souhaitons que cet usage, encore peu répandu, devienne obligatoire dans toutes les écoles et les sociétés privées, car, sans contrôle des résultats, l'éducation physique peut devenir dangereuse pour certains enfants.

Il faudrait pouvoir dire et répéter souvent aux parents que l'éducation physique de l'enfant ne doit pas être considérée comme une partie négligeable de son éducation générale, car la santé est le premier de tous les biens et l'enfant ne peut l'obtenir dans l'oisiveté musculaire.

## III. — L'Adulte.

a) **Les sports.** — L'éducation physique de l'adulte diffère sensiblement de celle de l'enfant. De 18 à 40 ans, c'est l'âge du sport. Cela ne signifie pas qu'à cet âge tout le monde doive se lancer dans le sport.

S'il était permis à un ignorant, sachant tout juste lire et écrire, d'étudier la médecine et de l'exercer, il ferait probablement un piètre médecin et n'aurait la confiance de personne : c'est que, n'ayant pas reçu une éducation intellectuelle suffisante, il n'aurait pu comprendre ce qu'on enseigne à la Faculté de Médecine, ou (ce qui est pire) l'aurait compris tout de travers. — Il est également vrai qu'un jeune homme faible et non préparé aux sports par une éducation physique convenable fera un mauvais sportman et risquera

fort de voir sa santé compromise par des exercices qui font du bien à ceux qui sont plus robustes que lui. C'est malheureusement ce qui arrive trop souvent de nos jours : l'adolescent se jette à corps perdu dans le sport sans se préoccuper de savoir si son organisme pourra supporter les efforts qu'il en exige.

Or, le sport ne doit pas être abordé sans précautions. Il faut avoir déjà un développement physique suffisant et une certaine capacité musculaire pour le pratiquer sans danger. Si la force musculaire du sujet est insuffisante, nous aurons à craindre les déchirures de muscles, les hernies, des défaillances pouvant amener des accidents ; si l'organisme est faible, nous aurons à craindre les bronchites, les pneumonies, la tuberculose, les palpitations de cœur et surtout l'hypertrophie cardiaque. A notre époque de sports à outrance, les Conseils de révision signalent une trop grande proportion de cardiaques chez qui la faiblesse de cet organe essentiel provient du surmenage sportif. Il faut donc un cœur et des poumons solides dans une cage thoracique large et souple, pour faire du sport. A moins d'être un sujet exceptionnel, on n'obtient pas ces avantages sans une éducation physique préalable.

Considérons d'autre part que le sport est (et doit être) un plaisir ; comme tel, on le choisit d'après ses goûts personnels. Or, nos préférences vont toujours au sport pour lequel nous avons le plus d'aptitude naturelle, à celui dans lequel nous avons des chances de briller. Il en résulte une spécialisation dans l'exercice physique dont les résultats seront le développement excessif de la catégorie de muscles qui travaille. Si nous n'avons déjà le corps développé harmonieusement par l'éducation physique, cette spécialisation sera nuisible à notre esthétique et à notre développement physique, car nous fortifions précisément les muscles les plus forts de notre corps et nous laissons les plus faibles dans le relâchement.

Il faut donc écarter les gens faibles du sport ; ils ne devront s'y risquer qu'après avis du médecin et après une culture physique préalable.

Si le sport est pratiqué par un homme normal, les résultats obtenus peuvent être considérés au double point de vue physique et moral.

Comme résultats physiques, il faut d'abord nettement distinguer l'effet hygiénique (commun à tous les sports) et l'effet local (particulier à chacun d'eux.)

Tout exercice physique, quel qu'il soit, a pour résultat de produire dans les muscles en travail une quantité d'acide carbonique proportionnelle à l'intensité de l'exercice et à la masse musculaire mise en jeu. Cet acide carbonique, entraîné par le sang, vient exciter le bulbe rachidien (placé à la base du crâne) qui actionne les muscles éleveurs de la cage thoracique. Il en résulte une accélération de la respiration (et aussi de la circulation) qui sera d'autant plus intense que la quantité d'acide carbonique produite par l'exercice musculaire sera plus grande. C'est ce qui constitue l'effet hygiénique de l'exercice : une respiration activée déplisse toutes les alvéoles pulmonaires, les nettoie de leurs impuretés ; une circulation plus active débarrasse notre organisme de ses déchets et apporte à nos cellules de nouveaux aliments. Voilà pourquoi tous les sports, quels qu'ils soient, ont un effet hygiénique réel, à la condition toutefois de ne pas être pratiqués avec excès. En effet, si l'exercice est trop intense

ou dure trop longtemps, il peut arriver que la quantité d'acide carbonique dépasse le pouvoir éliminateur du poumon et que les déchets organiques produits dans les cellules musculaires soient en trop grande quantité pour être entraînés rapidement par le sang : il en résultera des malaises connus sous les noms d'essoufflement et de courbatures. Ces malaises plus ou moins violents sont un avertissement de la nature que nous ne devons pas négliger si nous voulons conserver à l'exercice son effet hygiénique.

En dehors de l'effet hygiénique et indépendamment de celui-ci, chaque sport en particulier a un effet local sur un groupe de muscles bien déterminé.

Il en résulte qu'un sport unique amène peu à peu un déséquilibre dans le développement musculaire.

Si nous considérons quelques athlètes spécialisés dans un sport, nous verrons les coureurs avec des épaules grêles et des cuisses fortes, les gymnastes aux agrès et les haltérophiles avec de puissants muscles des bras et de la région supérieure du tronc, mais pécant quelquefois par la base, c'est-à-dire ayant les jambes et les cuisses peu développées. Un sauteur présente des cuisses hypertrophiées et le bas de la jambe desséché ; une danseuse, au contraire, a généralement les mollets très développés. Donc, chaque sport produit un effet local parce que, quoiqu'on en dise, il n'y a presque pas de sports complets.

On cite parfois la natation, la boxe française et le canotage comme sports complets.

Pour ce dernier, il faut remarquer l'absence totale des mouvements latéraux du tronc : les bras, les jambes, les muscles du dos et les extenseurs de la colonne vertébrale travaillent dans le canotage, mais les obliques de l'abdomen (si importants dans le système musculaire) ne se contractent jamais, car l'étroitesse des embarcations empêche le rameur de se pencher sur le côté et de se tourner à droite ou à gauche, sous peine de chavirer.

Pour la boxe, il est regrettable que la faveur du public soit allée à la boxe anglaise plutôt qu'à la boxe française, car cette dernière faisait travailler tous les muscles du corps.

Quant à la natation, c'est réellement le sport le plus complet qui existe et c'est aussi le plus hygiénique ; son seul défaut, c'est qu'il ne peut être pratiqué partout et en toute saison.

Il est donc à souhaiter que l'on ne se borne pas à un sport unique. On ne peut cependant les pratiquer tous, car certains nous déplaisent et le sport doit être par définition un plaisir. Mais sans tomber d'un excès dans l'autre, il est parfaitement possible de se livrer à deux ou trois sports se complétant dans leurs effets locaux et choisis parmi ceux qui nous sont les plus agréables : un amateur de course à pied qui ferait aussi des poids ou de la gymnastique aux agrès se livrerait ainsi à deux sports complémentaires qui développeraient son corps d'une façon harmonieuse et complète.

J'ajouterai que la natation et la boxe devraient être pratiquées par tout le monde, car ces deux sports, indépendamment de leurs effets hygiéniques esthétiques, offrent de plus l'avantage d'être très utiles dans certaines circonstances de la vie : Il n'est pas d'éducation physique complète sans qu'on sache nager et se défendre au besoin.

Le Sport a des résultats moraux aussi appréciables que les résultats physiques. Celui qui pratique les sports sait très bien que tous les excès lui sont nuisibles : il boira peu, fumera peu ou pas du tout, mènera une vie hygiénique pour se maintenir en bonne forme. Il préférera les distractions saines au grand air à celle du cabaret où l'on s'empoisonne par l'alcool et l'air vicié.

Le Sport est le plus grand adversaire de l'alcoolisme, et à ce titre il mérite les encouragements de tous ceux que préoccupe l'avenir de notre race et de notre pays.

Il ne faut pas oublier que nous transmettons à nos enfants nos qualités physiques et morales, que notre capital de santé et de vertu est augmenté par la vie sportive et que notre descendance profitera des progrès obtenus par chacun de nous dans le domaine physique et moral.

Mais, comme l'excès en tout est un défaut, il ne faut pas donner aux sports plus d'importance qu'il ne convient et ne pas croire surtout que leur but est de faire de nous des champions. Considérons le sport comme une distraction utile et nécessaire. Il ne doit pas devenir un moyen d'existence ou de richesse, une source d'orgueil ou de revenus, si l'on veut en conserver le bénéfice moral. Que certains individus, mieux doués que d'autres en fassent un métier, c'est leur affaire et je suis loin de les en blâmer ; mais le but de la masse doit rester la recherche d'une saine distraction.

En présence des résultats physiques et moraux des sports, nous pouvons affirmer que n'importe lequel d'entre eux (si l'on n'en fait pas un abus) est préférable à l'oisiveté musculaire qui nous rend presque impotents vers l'âge de 40 ans. Ne nous croyons pas des sportsmen parce que nous assistons à des courses de chevaux ou d'automobiles, mais pratiquons nous-mêmes un ou plusieurs sports.

Quant aux faibles, à qui le Sport est provisoirement défendu par le médecin, ils devront, par un effort de volonté, se développer progressivement avec l'éducation physique des enfants, et ils pourront bientôt pratiquer le sport de leur choix s'ils ne sont pas atteints d'une affection chronique (tuberculose ou maladie de cœur) leur interdisant à jamais les exercices pénibles.

(A suivre.)

#### CESSION DE FONDS DE COMMERCE (Première Insertion.)

Suivant acte sous seings privés, en date à Monte Carlo du 27 octobre 1922, enregistré, M<sup>me</sup> DELIGNY Marie, logeuse en garni, demeurant à Monte Carlo, 17, boulevard des Moulins, a vendu à M. et M<sup>me</sup> Ephrem VILLE, née LARUE, logeurs en garni, demeurant 17, boulevard des Moulins, à Monte Carlo, le fonds de commerce de chambres meublées qu'elle exploitait au n<sup>o</sup> 17, boulevard des Moulins, dans un immeuble dénommé Villa Hélène.

Avis est donné aux créanciers de M<sup>me</sup> Deligny Marie, s'il en existe, d'avoir à former opposition sur le prix de la vente dans le délai de dix jours, à compter de la date de l'insertion qui fera suite à la présente, entre les mains de M. SCOTTO, gérant de l'immeuble, au domicile élu à cet effet, 11, rue Plati, à Monaco, sous peine de forclusion.

#### CESSION DE FONDS DE COMMERCE (Premier Avis.)

Suivant acte sous seing privé en date du 20 juillet 1922, enregistré, M. Eugène TEISSIER a acquis de M<sup>me</sup> veuve VANOTÉGEN, le fonds de commerce dit : *Hôtel de Marseille et de l'Univers*, sis 3, rue Florestine, Monaco.

Faire opposition, s'il y a lieu, au fonds vendu, dans les délais légaux.

AGENCE COMMERCIALE  
20, rue Caroline, Monaco.

**CESSION DE FONDS DE COMMERCE**  
(Première Insertion.)

Suivant acte sous seing privé, en date à Monaco du dix-huit octobre 1922, enregistré,

M. Jean MIGLIA, demeurant à Monaco, boulevard de l'Ouest, 15, maison Ginocchio, a vendu :

A M. Joseph-Galilée MASCAROTTI, commerçant, demeurant à Monte Carlo, rue des Roses, maison Mascarotti,

Le fonds de commerce de Bar-Restaurant et Comestibles, exploité à Monaco, au numéro 15 du boulevard de l'Ouest, sous le nom de *Bar Comestibles Riviera*.

Le dit fonds comprenant la clientèle, l'achalandage y attaché, le nom commercial, le matériel servant à son exploitation et le droit au bail des lieux où s'exploite le dit commerce.

Avis est donné aux créanciers, s'il en existe, d'avoir à former opposition sur le prix de la vente, au domicile élu à cet effet, en l'Agence Commerciale, dans les délais légaux, sous peine de forclusion.

**VENTE DE FONDS DE COMMERCE**  
(Premier Avis.)

M<sup>me</sup> Joséphine ANDREANI, veuve de M. MARENZONI, a vendu à MM. ANDREANI Louis et MARENGO Frédéric, le fonds de commerce de lingerie, chemiserie pour hommes et dames, articles de parfumerie, fabrication et vente d'articles tricotés, qu'elle exploitait à Monaco, 45, rue Grimaldi,

Faire opposition, s'il y a lieu, au fonds vendu, dans les délais légaux.

**1<sup>er</sup> AVIS**

M. Joseph BECCUTTI, chauffeur, demeurant à Monte Carlo, villa La Radiouse, a acquis de M<sup>lle</sup> Marguerite FAUTRIER un matériel d'automobile servant à l'exploitation du taxi-auto n° 59.

Faire opposition, s'il y a lieu, entre les mains de l'acquéreur, dans les délais légaux.

**1<sup>er</sup> AVIS**

M. ARMANDI Joseph-Jules ayant cédé le fonds de commerce de Reliure-Dorure qu'il exploitait 1, avenue Crovetto, les créanciers présumés sont invités à faire opposition à cette adresse.

Étude de M<sup>e</sup> AUGUSTE SETTIMO, notaire,  
41, rue Grimaldi, Monaco.

**CESSION DE FONDS DE COMMERCE**  
(Deuxième Insertion.)

Suivant acte reçu par M<sup>e</sup> Auguste Settimo, notaire à Monaco, le dix-sept octobre mil neuf cent vingt-deux,

M. Modeste VITRY, hôtelier, et M<sup>me</sup> Agathe-Marie HAUTEMONT, son épouse, demeurant ensemble à Monaco, rue Albert, numéro 6, ont vendu :

A M. Henri GUIOT-DESVAENNES et à M<sup>me</sup> France JOLY, son épouse, demeurant précédemment à Lyon,

Le fonds de commerce d'hôtel, restaurant et bar, exploité à Monaco, quartier de la Condamine, rue Albert, numéro 6, et connu sous le nom de *Hôtel de Bordeaux*.

Avis est donné aux créanciers de M. et M<sup>me</sup> Vitry, s'il en existe, d'avoir à former opposition sur le prix de la vente, au domicile élu à cet effet, en l'Étude de M<sup>e</sup> Auguste Settimo, notaire, dans le délai de dix jours à compter de la date de la présente insertion, sous peine de ne pouvoir critiquer le paiement effectué en dehors d'eux.

Monaco, le 31 octobre 1922.

Signé : A. SETTIMO.

Étude de M<sup>e</sup> ALEXANDRE EYMIN,  
docteur en droit, notaire,  
2, rue du Tribunal, Monaco.

**CESSION DE FONDS DE COMMERCE**  
(Deuxième Insertion.)

Suivant acte reçu par M<sup>e</sup> Alexandre Eymin, docteur en droit, notaire à Monaco, soussigné, le dix-neuf octobre mil neuf cent vingt-deux, M. Arthur SASSERNO et

M<sup>me</sup> Marie-Antoinette BOYER, son épouse, demeurant ensemble à Nice, rue Dabray, 49, ont acquis :

De M. Joseph GAMBÉY, limonadier, et M<sup>me</sup> Joséphine JOURDAN, son épouse, demeurant ensemble à Monaco, avenue du Castelleretto,

Le fonds de commerce de buvette qu'ils exploitaient à Monaco, quartier de la Condamine, à l'angle de l'avenue du Castelleretto et de l'escalier rejoignant la rue de la Turbie, sous la dénomination de « *Bar Marabout* » ; le dit fonds comprenant : la clientèle, le nom commercial ou enseigne, les meubles, objets mobiliers, ustensiles et le matériel servant à son exploitation, et le droit au bail de l'immeuble où le fonds est exploité.

Les créanciers de M. et M<sup>me</sup> Gambey, s'il en existe, sont invités, sous peine de ne pouvoir critiquer le paiement qui serait fait en dehors d'eux, à faire opposition sur le prix de la dite cession, au domicile à cet effet élu, à Monaco, en l'étude de M<sup>e</sup> Eymin, notaire soussigné, avant l'expiration d'un délai de dix jours, à compter de la date de la présente insertion.

Monaco, le 31 octobre 1922.

Signé : ALEX. EYMIN.

AGENCE COMMERCIALE, 20, rue Caroline, Monaco.

**DISSOLUTION DE SOCIÉTÉ**  
(Deuxième Avis.)

Par acte sous seing privé, enregistré, la Société en nom collectif Paul AIGUIER - Zéphir VITRANT, pour l'exploitation d'un commerce de fruits et primeurs à la commission, en gros et demi-gros, au n° 8 de la rue Imberty, est dissoute à dater du premier octobre 1922 et M. VITRANT Zéphir reste seul propriétaire à partir de cette date.

Faire opposition, s'il y a lieu, dans les délais légaux, entre les mains de l'Agence Commerciale, 20, rue Caroline, domicile élu par les parties.

**2<sup>e</sup> AVIS**

Par acte sous seing privé, en date à Monaco du 24 octobre 1922, enregistré, M. RAIMONDO Laurent, commerçant, a vendu à M. OTTERLI Paul, un matériel complet de cabine qu'il exploitait au Marché de la Condamine.

Faire opposition, dans les délais légaux, entre les mains de M. Scotto, au domicile élu à cet effet, 1, rue du Port, à Monaco, sous peine de forclusion.

**2<sup>e</sup> AVIS**

M. SETTIMO Louis ayant vendu à M<sup>me</sup> veuve TACCHINI Anna, demeurant à Cap d'Ail, maison Gastaud, un attelage, faire opposition, s'il y a lieu, dans les délais légaux.

**GREFFE GÉNÉRAL DE MONACO**

**Extrait**

D'un jugement contradictoire, rendu par le Tribunal Civil de première instance de la Principauté de Monaco, le 3 août 1922, enregistré,

Entre le Sieur François ROUX, employé de Banque, demeurant à Monte Carlo,

Et la Dame Antoinette-Marie-Joséphine ROUX, née OPERTO, son épouse, demeurant à Monte Carlo;

Il a été extrait littéralement ce qui suit :

« Prononce le divorce entre les époux Roux-Operto, « à leurs torts et griefs réciproques. »

Pour extrait conforme, délivré en exécution de l'article 18 de l'Ordonnance Souveraine du 3 juillet 1907, modifiée par celle du 11 juin 1909.

Monaco, le 27 octobre 1922.

Le Greffier en Chef, A. Cioco.

L'ARGUS DE LA PRESSE\* publie une nouvelle édition de **NOMENCLATURE des journaux en langue française paraissant dans le monde entier**. C'est un travail méthodique et patient, qui contient plus de 5.000 noms de périodiques, en même temps qu'il rend hommage à la Presse Française.

\* 37, rue Bergère, Paris (IX<sup>e</sup>).

**CRÉDIT MOBILIER DE MONACO**

**VENTES**

L'Administration du Crédit Mobilier (ex Mont-de-Piété) a l'honneur d'informer le public qu'il sera procédé, le

**Mercredi 15 Novembre 1922,**

de 10 h. 1/2 à midi et de 14 h. 1/2 à 17 h., dans la salle de ventes du Crédit Mobilier, 15, avenue des Fleurs, Monte Carlo, à la vente aux enchères publiques des nantissements déposés pendant les mois de juillet, août et septembre 1921, non dégagés ou renouvelés, consistant en : bijoux, brillants, perles, pierres précieuses, montres, argenterie et objets divers.

**CRÉDIT HYPOTHÉCAIRE DE MONACO**

**ÉMISSION DE BONS DU TRÉSOR FRANÇAIS**

**500 fr. et 5.000 fr. 6 %**  
(Exempts d'Impôts)

REMBOURSABLES AU GRÉ DU PORTEUR :  
le 25 septembre 1925, au pair ; le 25 septembre 1927, à 507, 50 pour les Bons de 500 francs et 5.075 fr. pour les Bons de 5.000 francs.

PRIX D'ÉMISSION :

99,50 pour cent du Capital nominal, soit 497,50 pour les Bons de 500 francs et 4.975 fr. pour les Bons de 5.000 francs.

INTÉRÊT ANNUEL :

30 fr. pour les Bons de 500 francs et 300 fr. pour les Bons de 5.000 francs, payable par portions égales de 15 fr. et 150 fr., les 25 mars et 25 septembre de chaque année.

Le Crédit Hypothécaire de Monaco reçoit les souscriptions SANS FRAIS.

**BULLETIN**  
DES

**OPPOSITIONS SUR LES TITRES AU PORTEUR**

**Titres frappés d'opposition.**

Exploit de M<sup>e</sup> Vialon, huissier à Monaco, en date du 3 novembre 1921. Un Cinquième d'Action de la Société Anonyme des Bains de Mer et du Cercle des Étrangers de Monaco, portant le numéro 19386.

Exploit de M<sup>e</sup> Vialon, huissier à Monaco, en date du 19 novembre 1921. Trois Cinquièmes d'Actions de la Société Anonyme des Bains de Mer et du Cercle des Étrangers de Monaco, portant les numéros 35729, 35730 et 35731.

Exploit de M<sup>e</sup> Ch. Soccal, huissier à Monaco, en date du 23 novembre 1921. Une Action de la Société Anonyme des Bains de Mer et du Cercle des Étrangers de Monaco, portant le numéro 44478.

Exploit de M<sup>e</sup> Vialon, huissier à Monaco, en date du 23 décembre 1921. Deux Obligations de la Société Anonyme des Bains de Mer et du Cercle des Étrangers de Monaco, portant les numéros 68451 et 68452.

Exploit de M<sup>e</sup> Vialon, huissier à Monaco, en date du 17 janvier 1922. Une Action de la Société Anonyme des Bains de Mer et du Cercle des Étrangers de Monaco, portant le n° 58783.

Exploit de M<sup>e</sup> Ch. Soccal, huissier à Monaco, en date du 7 octobre 1922. Un Cinquième d'Action de la Société Anonyme des Bains de Mer et du Cercle des Étrangers de Monaco, portant le numéro 84019.

**Mainlevées d'opposition.**

Du 14 novembre 1921. Cinq Actions de la Société Anonyme des Bains de Mer et du Cercle des Étrangers de Monaco, portant les numéros 44994, 52322, 52323, 52556 et 52997.

Exploit de M<sup>e</sup> Soccal, huissier à Monaco, en date du 30 janvier 1922. Une Action de la Société Anonyme des Bains de Mer et du Cercle des Étrangers de Monaco, portant le n° 19985.

Exploit de M<sup>e</sup> Vialon, huissier à Monaco, en date du 10 mai 1922. Deux Actions de la Société Anonyme des Bains de Mer et du Cercle des Étrangers de Monaco, portant les numéros 49904 et 55560.

Exploit de M<sup>e</sup> Soccal, huissier à Monaco, du 9 octobre 1922. Cinquante Cinquièmes d'Actions de la Société Anonyme des Bains de Mer et du Cercle des Étrangers à Monaco, portant les numéros 62931 à 62980 inclus.

**Titres frappés de déchéance.**

Du 31 octobre 1922. Une Obligation de la Société Anonyme des Bains de Mer et du Cercle des Étrangers à Monaco, portant le numéro 131684.