

**www.e-rara.ch**

## **La Suisse balnéaire et climatique**

**La Harpe, Eugène de**

**Zürich, 1897**

**ETH-Bibliothek Zürich**

Shelf Mark: Rar 1753

Persistent Link: <https://doi.org/10.3931/e-rara-15559>

Chapitre II. Le Valais.

---

### **www.e-rara.ch**

Die Plattform e-rara.ch macht die in Schweizer Bibliotheken vorhandenen Drucke online verfügbar. Das Spektrum reicht von Büchern über Karten bis zu illustrierten Materialien – von den Anfängen des Buchdrucks bis ins 20. Jahrhundert.

e-rara.ch provides online access to rare books available in Swiss libraries. The holdings extend from books and maps to illustrated material – from the beginnings of printing to the 20th century.

e-rara.ch met en ligne des reproductions numériques d'imprimés conservés dans les bibliothèques de Suisse. L'éventail va des livres aux documents iconographiques en passant par les cartes – des débuts de l'imprimerie jusqu'au 20e siècle.

e-rara.ch mette a disposizione in rete le edizioni antiche conservate nelle biblioteche svizzere. La collezione comprende libri, carte geografiche e materiale illustrato che risalgono agli inizi della tipografia fino ad arrivare al XX secolo.

---

**Nutzungsbedingungen** Dieses Digitalisat kann kostenfrei heruntergeladen werden. Die Lizenzierungsart und die Nutzungsbedingungen sind individuell zu jedem Dokument in den Titelinformationen angegeben. Für weitere Informationen siehe auch [Link]

**Terms of Use** This digital copy can be downloaded free of charge. The type of licensing and the terms of use are indicated in the title information for each document individually. For further information please refer to the terms of use on [Link]

**Conditions d'utilisation** Ce document numérique peut être téléchargé gratuitement. Son statut juridique et ses conditions d'utilisation sont précisés dans sa notice détaillée. Pour de plus amples informations, voir [Link]

**Condizioni di utilizzo** Questo documento può essere scaricato gratuitamente. Il tipo di licenza e le condizioni di utilizzo sono indicate nella notizia bibliografica del singolo documento. Per ulteriori informazioni vedi anche [Link]

## CHAPITRE II

### Le Valais.

Le Valais comprend les deux versants de la vallée du Rhône depuis sa source jusqu'à St-Maurice, et, plus bas, la rive gauche du fleuve seulement jusqu'au lac Léman, la rive droite étant territoire vaudois. Cette vallée, longue de 167 km., offre les aspects les plus variés, depuis les rives du lac et les marécages des bouches du Rhône jusqu'aux pâturages alpestres et aux sommets couverts de glaciers. On peut diviser le pays en deux parties bien distinctes, la grande vallée du Rhône et les vallées latérales. La première se divise à son tour en deux parties, savoir du lac à Brigue, et de Brigue au glacier du Rhône. Du lac à Brigue, la vallée s'élève très graduellement; comptant 375 m. d'altitude au Bouveret, elle en a 684 seulement à Brigue, soit une différence de 309 m. sur une longueur de 112 km. Du Bouveret à Martigny, la vallée court du nord-ouest au sud-est; elle présente à St-Maurice, entre les contreforts de la Dent du Midi et ceux des Alpes vaudoises, un étranglement qui ne laisse place qu'au Rhône. A Martigny, la vallée s'infléchit à angle droit sur sa direction primitive et court du sud-ouest au nord-est jusqu'à sa terminaison. La vallée du Rhône a jusqu'à 4 km. de largeur en certains endroits. Le Rhône y roulait autrefois ses eaux d'une manière désordonnée, ruinant les cultures par ses inondations et ses ravages et rendant le pays insalubre. Depuis son endiguement rationnel, l'agriculture fait des progrès incessants et les affections paludéennes ont diminué. La seconde partie de la vallée du Rhône, de Brigue au Glacier, a tous les caractères d'une vallée alpestre; elle est formée d'étages successifs que le Rhône traverse avec la rapidité d'un torrent. De nombreux villages s'y trouvent dispersés.

Le Valais est entouré de tous côtés par les montagnes et communique avec le monde civilisé par l'étroit passage de St-Maurice, où le Rhône dispute la place à la route. C'est aussi par là que pénètre le chemin de fer Genève-St-Gingolph-Bouveret, qui se soude à St-Maurice à la ligne venant de Lausanne; il remonte toute la vallée jusqu'à Brigue, future tête du tunnel du Simplon. Deux grandes routes ont été créées du côté de l'est: celle de la *Furka*, venant d'Andermatt, et celle du *Simplon*,

venant d'Italie. Nombreux sont les sentiers qui traversent au nord et au sud les cols des montagnes; parmi les plus importants, citons deux chemins à mulets qui relient, le premier Louèche à l'Oberland bernois par la *Gemmi*, le second Martigny à l'Italie par le *Grand St-Bernard* (route carrossable en construction). Un chemin de fer de pénétration a été établi en 1891 dans la vallée de la Viège, reliant la gare de ce nom à *Zermatt*.

Les deux versants de la vallée du Rhône sont loin de présenter la même configuration. Sur le versant sud, nous trouvons une foule de vallées latérales qui s'étendent fort loin avant de se terminer au pied des hautes montagnes. Citons, parmi les principales, les vals d'*Illiez*, d'*Entremont* avec le val de *Bagnes*, d'*Hérens*, d'*Anniviers*, de *St-Nicolas*, de *Saas*. La plupart de ces vallées intéressent les malades aussi bien que les touristes, car elles contiennent un nombre considérable de localités élevées d'un accès facile, pourvues de bons hôtels, et pouvant être utilisées comme stations climatériques. Les torrents qui les arrosent apportent au Rhône l'eau de fusion des glaciers en quantité énorme, et avec une violence souvent redoutable, grossissant ainsi sans cesse le fleuve; de nombreux travaux de défense ont dû rectifier leur lit dans la plaine.

Le versant nord de la vallée du Rhône offre des vallées beaucoup moins longues que celles dont nous venons de parler; elles ont aussi moins d'importance et sont moins peuplées. C'est sur ce versant, exposé aux rayons d'un soleil que l'on peut qualifier de tropical, que l'on devrait chercher, entre 1300 et 1500 m. d'altitude, une station d'hiver pour les phtisiques, d'autant plus que, comme nous le verrons bientôt, la zone de Martigny à Brigue est une des plus sèches, sinon la plus sèche des Alpes suisses.

Le climat de la vallée du Rhône est extrêmement chaud en été; d'une part les montagnes arrêtent les vents du nord, de l'autre le soleil chauffe fortement la plaine et les pentes du versant nord, lesquelles sont souvent nues et arides. Seul, le Rhône tend en été à abaisser la température par son eau froide et par le courant d'air rafraîchissant qui s'élève de son lit vers les parties les plus chaudes des montagnes. Le Valais est de toute la Suisse la contrée la plus sèche, plus sèche même que le Tessin qui est plus chaud, mais a des pluies plus abondantes; le Valais dépasse aussi en été le Tessin, de juin en octobre, pour le nombre des *jours clairs*. Pour l'année on compte 145 jours clairs à Martigny contre 139 à Lugano. La *nébulosité moyenne* est à Martigny 4.1, à Sion 4.3, à Lugano 4.4. De Martigny à Brigue, la vallée et les montagnes environnantes offrent un minimum de pluie, 70 cm. environ, quantité bien inférieure à celle des régions de même altitude en Suisse, qui recueillent environ 1 m. d'eau. Les vents du sud-ouest, qui apportent la pluie, s'en débarrassent sur les massifs montagneux

des rives du lac Léman. En outre, du fond de la vallée du Rhône, aride et surchauffée par le soleil, s'élèvent le long des montagnes des courants d'air chaud qui repoussent les nuages ou les dissipent en échauffant l'air dans les régions élevées.

De ce pays chaud et sec, constitué par le fond de la vallée du Rhône, le climat se modifie graduellement à mesure que l'on s'enfonce dans les vallées latérales. Voici à titre d'exemples, les moyennes de *Sion*, *Louèche-les-Bains* et *St-Bernard*.

Localités	Altitude	Année	Printemps	Été	Au-tomme	Hiver	Pluie
Sion . . . . .	540m.	40.64	41.2	49.3	40.5	4.2	607
Louèche-les-Bains . .	4415	4.8	3.7	13.6	5.3	-3.3	765
St-Bernard. . . . .	2478	-1.2	-2.4	6.0	-0.6	-8.2	1240

L'étendue des excursions thermométriques annuelles est considérable : ainsi à Sion on a noté -14 et +31.4, à Martigny -19.8 et +33. Au point de vue du régime des vents, on peut faire remarquer, outre la sécheresse relative des vents du sud-ouest, dont nous avons parlé plus haut, la fréquence du foehn, qui se fait sentir très violemment dans cette région.

Le climat du Valais est donc rude, la vallée a des extrêmes de froid et de chaud considérables; le sol est peu fertile, tantôt par sa nature, tantôt par suite du manque d'eau. C'est dans ce milieu que vit une population de cent mille âmes environ, parlant français ou patois français jusqu'à Sierre, allemand au delà de cette ville.

La densité de la population est de 19 au km. carré; de tous les autres cantons suisses, Uri et les Grisons seuls ont une densité encore inférieure. Deux fléaux, le *crétinisme* et la *fièvre intermittente*, ont de tout temps frappé cette population; ils sont heureusement en voie de disparaître depuis l'endiguement du Rhône et le développement des chemins de fer et des voies de communication. Le crétinisme est d'ailleurs aussi en forte diminution depuis que la civilisation a pénétré dans les vallées, que les mariages ont cessé de se faire uniquement entre gens du même village, et que les conditions de la vie se sont améliorées d'une façon générale. La *fièvre intermittente* se fait sentir dans la plaine du Rhône; on en compte encore de nombreux cas de Sion à Sierre, mais le Haut-Valais en est indemne. De Sion à Martigny, les cas de malaria augmentent de fréquence jusqu'aux environs de Fully, où elle atteint son maximum pour diminuer entre Martigny et St-Maurice. Enfin de ce dernier lieu au lac Léman, elle accuse un nouveau maximum (*Lombard*). L'endiguement du Rhône a amené dans cet état de choses une amélioration sensible par le fait que chaque année des terrains autrefois incultes et marécageux sont mis en culture. Notons encore que le Valais vient au troisième rang parmi les cantons suisses sous le rapport des décès par la

*phtisie pulmonaire* (146 sur 1000 décès, la moyenne étant 108 pour toute la Suisse).

Il faut admirer la ténacité, la persévérance des Valaisans, quelque regrettable que soit la routine dans laquelle ils sont encore plongés. Ils ne reculent pas devant des travaux immenses et des plus pénibles pour amener de l'eau dans les régions stériles. Dans ces dernières années, la culture de la vigne a pris un développement considérable. Sans cesse en lutte contre les éléments, contre un fleuve, des torrents furieux, une chaleur torride ou des avalanches destructrices, demandant leur nourriture à des terrains marécageux dans la plaine ou trop élevés pour être fertiles, les Valaisans ont eu jusqu'à nos jours une existence assurément rude et précaire. L'endiguement du Rhône, la création des routes et du railway, le développement de nombreuses stations d'étrangers ont ouvert un nouvel avenir à cette race énergique.

Le canton du Valais compte, outre de nombreuses stations d'été, dont plusieurs stations d'altitude, trois bains importants: *Morgins*, *Saxon* et *Louèche*. Comme stations d'hiver, on ne peut citer que *Sierre* et *Montana*. Il est curieux de constater que presque toutes les stations d'été sont situées dans les vallées méridionales du pays. Au nord du Rhône il y en a fort peu, *Montana*, *Louèche* et, plus loin, *Belalp*, *Riederalp*, etc. Ce fait est dû sans doute à ce que les vallées nord sont moins peuplées et d'un accès plus difficile que les autres.

Nous décrirons les stations du Valais en remontant le cours du Rhône.

**St-Gingolph**, 377 m. (T). Village situé à l'extrême frontière ouest du canton (la moitié du village est sur territoire français), au bord du lac Léman (débarcadère des bateaux à vapeur et station du chemin de fer Genève-St-Maurice), dans une très agréable position. Il est exposé au nord et a par conséquent un climat favorable pour un *séjour d'été*. Belles forêts à proximité du village. Cette localité possède, en outre, deux sources minérales intéressantes par leur composition. L'une contient, par litre, 1.72 gr. de substances solides, entre autres 1.36 de sulfate de chaux, 0.23 de bicarbonate de magnésie, 0.11 de sulfate de magnésie. La seconde contient, par litre, un total de 1.65 gr. de sels, entre autres 0.27 de carbonate de chaux, 0.95 de sulfate de chaux, 0.15 de sulfate de magnésie et 0.23 de carbonate de magnésie. Ces eaux sont diurétiques, et purgatives au début de la cure.

Le *Val d'Illiez* s'ouvre au sud-ouest de *Monthey*, village à 6 km. de Bex, sur la rive gauche du Rhône. Cette vallée a 17 km. de longueur; elle est fertile et bien boisée dans sa partie supérieure. En la remontant depuis la vallée du Rhône, on rencontre successivement *Troistorrents*, 763 m. (T), et *Val d'Illiez*, 959 m. (T), deux villages desservis par la voiture postale de Champéry. *Simple séjours d'été*.

**Champéry, 1052 m. (T).** *Station climatérique d'été. Eau alcaline sulfureuse.* Saison : juin à septembre.

ITINÉRAIRE. — Station de *Monthey* du chemin de fer Bouveret-St-Maurice. De *Monthey* à *Champéry*, diligence en 3 h. 1/4 (2 fr. 80 c.) On peut aussi prendre le chemin de fer de *Lausanne* à *Brigue* jusqu'à *St-Triphon*; de là, voiture postale jusqu'à *Monthey* (53 c.).

*Champéry*, situé au centre du *Val d'Illiez*, est une station climatérique qui prend de jour en jour plus d'importance. Voici le résumé d'une note obligeamment fournie par le Dr *de Messtral* : *Champéry* est placé sur un plateau couvert de prairies et adossé à des parois verdoyantes exposées au sud-est. A peu de distance à l'est du village, elles s'inclinent brusquement vers le lit de la *Vièze*. De l'autre côté de ce torrent, le sol se relève en pentes escarpées qui se terminent par l'énorme masse rocheuse de la *Dent du Midi* (3260 m.). *Champéry* se compose de beaux et grands chalets échelonnés le long de la route postale. Belle église catholique avec curieux clocher. Chapelle protestante pour les cultes français et anglais; 600 habitants. L'air de *Champéry* est pur et léger et remarquablement calme, grâce à la ceinture de hautes montagnes qui l'entoure; on n'y sent pas le vent du nord. Il existe une source sulfureuse alcaline et lithinée. L'eau sort d'un schiste noir, compacte, à l'altitude de 1350 m.; elle est remarquablement claire, complètement incolore quand elle est fraîchement puisée, et possède une odeur et une saveur prononcées d'hydrogène sulfuré. Température, 10.5°. Débit : 280 litres par jour. Forte réaction alcaline à la source. L'eau contient une grande quantité d'hydrogène sulfuré, 40.3 cent. cubes, presque entièrement combiné à la soude pour former le sulfhydrate de sodium (NaSH). Il y a aussi de la lithine. Analyse de *Brun*, 1886; eau, un litre :

Sulfhydrate de sodium . . . . .	0.0973	Chlorure de sodium . . . . .	0.0037
Bicarbonate de soude . . . . .	0.8096	Sulfate de soude . . . . .	0.0164
Carbonate de chaux . . . . .	0.0214	Lithine . . . . .	traces import.
Carbonate de magnésie . . . . .	0.0112	Silice . . . . .	0.0087
Carbonate de protoxyde de fer . . . . .	0.0021	Matières organiques . . . . .	traces
		Total . . . . .	0.9703
Gaz libres : Azote . . . . .			21.4 cent. cubes
			Hydrogène sulfuré . . . . . 1.9

L'eau de *Champéry* est donc alcaline, sulfurée, sodique et lithinée, contenant près d'un gramme de bicarbonate de soude et un décigramme de sulfhydrate de sodium. Elle s'adresse comme agent thérapeutique aux principales maladies traitées par les sulfureux; elle est surtout efficace dans les affections de l'appareil respiratoire, *bronchite chronique*, *asthme emphysème*, *laryngites*. Enfin la présence de la lithine justifie son emploi contre la *gravelle*.

Le climat de *Champéry*, dit *Lombard*, est plutôt tempéré, peu variable et cependant tout à fait alpestre, très favorable aux convalescents, aux enfants chétifs et scrofuleux et aux

gastralgiques. Les promenades et les excursions sont nombreuses.

**Morgins**, 1343 m. (altitude de l'hôtel, carte Siegfried), (T.) *Eau sulfatée calcique ferrugineuse. Station d'altitude.* Saison, 15 juin à fin septembre.

ITINÉRAIRE. — Station de *Monthey* (voir Champéry); de là à Morgins, 2 h. 4/2 à pied, 3 h. 1/2 en voiture.

Les bains de Morgins se trouvent dans la vallée de ce nom, elle-même un embranchement occidental du Val d'Illiez, que l'on quitte à *Troistorrents*. La vallée est très verte et boisée, les forêts de sapins arrivant jusque dans le voisinage immédiat de l'hôtel. La vue est bornée par les montagnes avoisinantes, mais on parvient sans trop de peine, en s'élevant sur les sommets voisins, à de charmants points de vue.

L'eau ferrugineuse jaillit à quelque distance de l'établissement, où elle est amenée par un tuyau de bois. L'eau, incolore, a un goût légèrement styptique. Température 7.5°. Analyse de *Bischoff*, pour un litre d'eau :

Sulfate de chaux . . . . .	2.470	Chlorure de sodium . . . . .	0.0125
Sulfate de magnésie . . . . .	0.048	Carbonate de fer . . . . .	0.0075
Carbonate de magnésie . . . . .	0.438	Total . . . . .	2.6760
Acide carbonique . . . . .	quantité indéterminée		

C'est donc une eau faiblement *ferrugineuse* (moins d'un centigramme de sel de fer), et très fortement chargée de *sulfate de chaux* (environ 2.5 gr.). D'après une analyse de *Franc*, 1852, l'eau contiendrait 0.20 de carbonate de fer au litre (?). Il est bien à regretter que la seule eau ferrugineuse qui jaillisse à une altitude élevée dans la région soit aussi chargée de gypse, ce qui la rend parfois indigeste. Quoi qu'il en soit, on l'administre à la dose de 2 à 6 verres par jour, pure ou coupée de lait, ou de petit lait. L'eau donne quelquefois de la diarrhée; en général, elle est bien tolérée. L'établissement comprend des cabines de *bains* et de *douches* de tout genre.

Morgins, n'étant pas à proximité de montagnes couvertes de neiges ou de glaciers et étant protégé contre les vents du nord et de l'ouest par des montagnes, doit avoir un climat doux. Le mois de juillet a, pour les années 1856 à 1859, une moyenne de 16.5°; maximum 27°, minimum 6.2°. Une brise rafraîchissante souffle presque journellement de 10 à 4 heures.

INDICATIONS. — Morgins est avant tout une station d'*anémiques*, de *chloro-anémiques*; outre l'eau minérale à l'intérieur, ces malades prendront des bains et surtout des douches. Bains de tout genre, bain électrique. Cure de lait, etc. L'eau et le climat ont une excellente action sur la *scrofule*, les catarrhes de la *muqueuse gastrique* et *intestinale*, là où une action styptique est désirable. Le climat convient aux affections des *voies respiratoires*, à l'*asthme nerveux*. CONTRE-INDICATIONS : *Affections cardiaques*.

**Salvan**, 925 m. (T.), **Fins-Hauts**, 1237 m. (T.). *Stations climatiques d'été*.

ITINÉRAIRE.— Station de *Vernayaz*, ligne de Lausanne-Brigue. De là, chemin praticable aux petites voitures; 1 h. 1/2 jusqu'à Salvan, et 1 h. 1/2 de Salvan à Fins-Hauts.

Salvan se trouve placé sur un plateau élevé de 470 m. au-dessus de la vallée du Rhône, appuyé à l'ouest à la montagne et borné à l'est par une profonde coupure où passe le torrent du Trient, avant de déboucher dans la plaine du Rhône par de curieuses gorges, voisines de Vernayaz. Le chemin de Vernayaz à Salvan gravit le flanc escarpé de la montagne en faisant un grand nombre de lacets perdus dans la verdure et traversant maintes fois un petit ruisseau. Salvan est très agréablement situé, sur une terrasse exposée au soleil et abritée des vents. Cette terrasse est creusée en cuvette largement ouverte et inclinée vers l'est; les maisons sont disposées en demi-cercle au pied d'un mamelon boisé qui s'élève au nord-est du village; la végétation est belle, la position ouverte et riante, et le soleil a largement accès sur la station. La température est égale, sans variations trop étendues; aussi la saison est-elle longue, de mai en octobre. Séjour simple et tranquille.

Entre Salvan et Fins-Hauts se trouvent *les Marécottes*, sur un plateau, à 1091 m., et *les Granges*, 1044 m. *Simple séjour d'été.*

*Fins-Hauts* a 1237 m. d'altitude; son climat est donc plus alpestre, son air plus vif et plus tonique que celui de Salvan. Le village est situé au pied des montagnes de Bel-Oiseau (2624 m.) et de la Barmaz, au-dessus du confluent de l'Eau-Noire et du Trient, deux torrents sauvages. Il s'allonge sur la route de Chamonix, sur une pente rapide, regardant l'est, qui descend jusqu'au torrent. Vis-à-vis de Fins-Hauts, du côté de l'est, se trouve l'ouverture de la vallée du Trient, qui aboutit au glacier du même nom. Par cette ouverture, l'air du glacier s'écoule et se fait sentir jusqu'à Fins-Hauts, dont il rafraîchit la température, mais où il cause parfois du brouillard.

Fins-Hauts n'offre d'autre promenade à peu près horizontale que la route de Chamonix; en revanche, il y a un grand nombre de promenades et de courses alpestres. S'il n'y a guère d'ombre dans le village, on arrive en quelques minutes dans une fort belle forêt.

Salvan et Fins-Hauts sont de plus en plus en faveur vu leur altitude modérée, leur excellent air, leur simplicité et le bon marché de leurs pensions. Il est seulement regrettable que le chemin qui conduit à Fins-Hauts soit difficile en certains endroits.

A *Martigny*, à quelques kilomètres à l'est de Vernayaz, s'ouvre la vallée de la *Dranse*, qui se ramifie en trois vallées secondaires, savoir, en allant de l'ouest à l'est, le val *Ferret*, le val d'*Entremont* (conduisant au *St-Bernard*), et le val de *Bagnes*. Ces vallées, qui offrent au touriste de nombreux buts d'excursion, renferment plusieurs localités où l'on peut séjourner en été. Ainsi, sur le chemin du *St-Bernard*, *Orsières*, 882 m. (diligence depuis Martigny), *Liddes* 1338 m., *Bourg-St-Pierre* 1633 m. Dans le val de Bagnes, *Fionnay*, 1497 m., est favorable à un séjour climatique.

Au fond du val Ferret, à 2051 m. d'altitude, jaillit une source abondante bicarbonatée sodique et calcique, légèrement gazeuse. Analyse de *Brunner*,

pour un litre: minéralisation totale 1.41 gr., dont 67 centigr. de carbonate de calcium, 48 de carbonate de magnésium, 41 de carbonate de sodium et 4 d'oxyde de fer et d'aluminium.

**Champex, 1465 m. (T.) Station d'altitude.**

ITINÉRAIRE. — Station de *Martigny*, sur la ligne Lausanne-Brigue; de là jusqu'à *Orsières*, voiture postale (3 h. 1/2, 2 fr. 70 c.); d'*Orsières* à *Champex*, montée rude en 2 h., à pied ou à cheval. On peut aussi aller en voiture de *Martigny* jusqu'aux *Vallettes* (4 h. 1/2), sur la route d'*Orsières*; de là, sentier jusqu'à *Champex* (2 h. 3/4).

*Champex*, vallon placé entre la pyramide du *Catogne* à l'est, les rochers du massif du *Trient* à l'ouest, est un asile champêtre et tranquille pour un *séjour d'été*, auprès d'un petit lac entouré de sapins, de vertes prairies, de belles montagnes. *Champex* convient à ceux qui désirent jouir, loin du bruit de la foule, de l'air et de la solitude des montagnes. Il est difficile de voir quelque chose de plus alpestre que ce petit lac dominé par des cimes rocheuses. *Champex* semble destiné spécialement aux fatigués, aux surmenés de l'intelligence, à certains névropathes. Mais sa situation encaissée lui donne un climat plus chaud et moins tonique qu'on ne le croirait d'après son altitude. Il est regrettable que le chemin carrossable n'arrive pas jusqu'à *Champex*.

**SAXON-LES-BAINS, 476 m. (T.) Eau calcaire iodo-bromurée.** Saison : 1<sup>er</sup> juin à 15 octobre.

ITINÉRAIRE. — Station de la ligne Lausanne-Brigue.

Le village de *Saxon* et l'établissement des bains sont situés sur la rive gauche du *Rhône*, au pied de la montagne de la *Pierre-à-Voir*, dans une région autrefois très marécageuse, mais qui a été notablement assainie par la correction du *Rhône* et par les cultures. *Saxon* est devenu depuis peu, grâce à une fabrique de conserves, un centre de culture maraîchère. Le village se trouve dans la zone de sécheresse relative qui s'étend de *Martigny* à *Brigue*. La chaleur y est excessive en été; elle est heureusement tempérée par le vent de la vallée, qui souffle de l'ouest régulièrement de 11 h. du matin à 4 h. du soir.

L'établissement de bains possède des baignoires où l'eau minérale est chauffée par circulation de vapeur. *Piscine* avec eau froide à 15 ou 18°. *Douches* de tous genres, installées récemment dans deux salles spéciales. L'eau est employée aussi en *pulvérisations* et *inhalations* (pharyngites, laryngites), *douches nasales* (ozène), etc.

La source de *Saxon* jaillit au pied des derniers contreforts de la *Pierre-à-Voir*. Elle portait autrefois le nom de *Fontaine chaude*, *Fontaine aux Croix* (à cause de nombreuses croix plantées autour d'elle en guise d'ex-voto). Elle était d'une grande abondance, 500 m. cubes en 24 heures. Elle est tombée à 300 à la suite du tremblement de terre de 1855, qui a fortement éprouvé tout le Valais. Vers 1840 seulement, le Dr *Claivaz*, de *Martigny*, commença à utiliser l'eau minérale d'une manière rationnelle, en faisant aussi procéder aux travaux de captage les plus essentiels. La source a une température de 23 à 25°;

son débit varie beaucoup, de 120 à 470 litres à la minute, suivant les saisons et les années ; la température en revanche est à peu près constante. L'eau est claire, inodore, sans goût particulier ; parfois on perçoit une odeur iodée autour du bassin de la source, qui est due à la décomposition de l'eau dans le terrain avoisinant ou dans le canal de fuite. La source a attiré sur elle, il y a quelque quarante ans, l'attention de nombreux savants. En effet, vers 1852, *Cesati* et *Pignant*, médecin à Saxon, étudièrent la roche d'où sort l'eau, y découvrirent de l'iode, et constatèrent aussi la présence de ce métalloïde dans l'eau minérale. Mais ils'en faut de beaucoup qu'il y soit toujours présent ; parfois il manque, et sa présence a été niée par *Morin*. *Rivier* et *Fellenberg* étudièrent l'eau en 1853, et établirent la réalité de la présence de l'iode, comme aussi le fait qu'il manque parfois, sans qu'on puisse déterminer la cause et la durée probable de l'absence de ce corps. Ainsi, le 25 janvier 1853, *Rivier* et *Fellenberg* constatent à midi, 24 mgr. d'iode par litre ; le 26, à 7 h. 45 min., absence totale d'iode ; de même à 2 h. ; à 4 h. 45 min., 17 mgr., à 6 h. 45 min., 31 mgr. Le titre d'iode a varié d'après leurs recherches de 0 à 98 mgr. *Dénérias*, qui, en 1888, a examiné l'eau d'une façon méthodique (trois fois par jour pendant deux mois), a également constaté dans la teneur en iode des intermittences qui n'ont pas dépassé deux à trois jours. Le chiffre indiqué plus loin dans l'analyse d'O. Henry doit donc être considéré comme une moyenne de nombreuses analyses. Les recherches chimiques ont décelé la présence de l'iode en quantité notable dans la roche d'où jaillissent les griffons, dans un banc de dolomie ou cargneule ; celle-ci en renferme, d'après *Rivier*, 1.56 gr. par kg. de roche desséchée. Il y est distribué au hasard et lavé irrégulièrement par les filets d'eau de la source, ce qui explique les variations du titre d'iode. Analyse d'O. Henry, pour un litre d'eau :

Bicarbonate de chaux . . . . .	0.3200	Sel de potasse . . . . .	0.0040
Bicarbonate de magnésie . . . . .	0.0290	Acide silicique et alumine . . . . .	0.0500
Iodure de calcium . . . . .	0.1400	Phosphate terreux } . . . . .	traces
Iodure de magnésium } . . . . .			
Bromure de magnésium } . . . . .	0.0410	Sel ammoniacal . . . . .	traces
Bromure de calcium . . . . .			
Chlorure de sodium . . . . .	0.0190	Sesquioxide de fer . . . . .	0.0040
Sulfate de chaux . . . . .	0.0200	Manganèse . . . . .	traces
Sulfate de magnésie . . . . .	0.2900	Matière organique azotée (acide crénique sans doute) . . . . .	traces
Sulfate de soude . . . . .	0.0640	Total . . . . .	0.9480

Acide carbonique libre, hydrogène sulfuré . . . traces

Soit, calculé en métalloïdes purs, 9 cgr. d'iode et 3 cgr. de brome au litre.

Une nouvelle analyse de *Gondoin* (1891) a donné comme résultat : minéralisation totale 66 cgr., dont 24 mgr. d'iodure de magnésium (ou 22 mgr. d'iode). Absence de bromures.

En résumé, l'eau de Saxon est alcaline, et contient surtout des bicarbonates de chaux (32 cgr.) et de magnésie (3 cgr.), et du sulfate de magnésie (environ 3 cgr.) ; quant à l'iode, il varie de 0 à 14 cgr. d'iode pur par litre. On a voulu voir, chose étrange, dans la petite quantité de chlorure de sodium un avantage, tant au point de vue du goût de l'eau qu'à celui de sa plus grande

digestibilité. L'eau est digérée d'ailleurs sans aucune difficulté; elle excite l'appétit, constipe plutôt qu'elle ne purge, augmente la diurèse; l'urine donne souvent, au début de la cure, des dépôts d'urates très importants. La cure hâte le retour des règles. Les bains donnent une légère poussée, rougeurs sans importance ou éruptions de courte durée.

L'eau est bue par verrées, portées progressivement au nombre de 8, 10 par jour, et au delà, jusqu'à 28 même, c'est-à-dire 5 litres, sans préjudice de l'eau bue à table, dit *Bergeret*.

INDICATIONS. — *Reichenbach* établit 5 groupes d'affections par lesquelles Saxon est utile: 1° *Goutte*, simple ou jointe à l'obésité, *rhumatisme*, *névralgie rhumatismale* ou *syphilitique*. Le rhumatisme déformant est amélioré. Ici l'augmentation de la diurèse a une excellente influence; l'eau diminue la production de l'acide urique; on prend des bains de deux heures par jour. Le climat sec de Saxon est favorable à ces malades. 2° *Manifestations lymphatiques* ou *scrofuleuses*, *engorgements glandulaires*, *périostites*, *catarrhe des muqueuses*, notamment de celle des *organes génitaux féminins*; *eczéma*, *impétigo*, *ecthyma*, et *pemphigus*. Le *goitre* est rapidement guéri ou amélioré. Ce sont les porteurs de goitre et de glandes lymphatiques hypertrophiées qui constituent la majeure partie des malades à Saxon. 3° *Syphilis*, manifestations tardives et formes invétérées, *exostoses*, *douleurs ostéocopes*, *syphilomes*, *gommes*, etc. 4° *Psoriasis*, traité ici comme à Louèche par les bains prolongés (ainsi que d'ailleurs les autres dermatoses citées plus haut); deux bains par jour, plus ou moins longs. 5° *Obésité*. On a employé aussi, comme topique sur les *plaies* de mauvaise nature, la poudre de la roche dolomitique d'où sort l'eau minérale.

Cure de *raisins* dès le commencement de septembre. Cure de *lait*.

BIBLIOGRAPHIE. — *Reichenbach*, Indications de S., 1886. *Dénériaux*, Notices sur les bains de S., 1887, 1890, et circulaire, 1889. Guide à S., 1892.

**Sion**, 521 m. (T.). *Cure de raisins*. Sion, station du chemin de fer Lausanne-Brigue, est la capitale du canton du Valais (environ 6000 habitants). Ville pittoresque sur la rive droite du Rhône, au pied de collines escarpées, surmontées par les châteaux de Tourbillon et de Valère. Les montagnes qui se dressent au nord de Sion l'abritent contre les vents froids et leurs pentes sont fortement chauffées par le soleil. Les pluies sont peu abondantes (environ 750 mm. d'eau par an). La température moyenne de Sion est élevée, 10.6 (printemps 11.2, été 19.3, automne 10.5, hiver 1.2). L'été est sec et brûlant. Le minimum moyen en hiver est — 11.9; le maximum moyen en été 29.5. La chaleur exceptionnellement élevée de cette région du Valais empêche de séjourner à Sion en été. Nombre de ses habitants émigrent pendant cette saison *aux Mayens* (voir ci-dessous). En revanche, en automne, Sion est une station favorable à la *cure de raisins*. Les raisins du Valais doivent au soleil brûlant qui les dore des

qualités exceptionnelles, surtout une grande quantité de sucre. Aussi peut-on les recommander spécialement pour faire la cure. Ils sont l'objet d'un commerce d'exportation considérable.

Au sud de Sion, sur la rive gauche du Rhône et sur le flanc sud de la vallée, se trouvent les **Mayens de Sion**, à 1300 m. environ (T.), agréable séjour d'été au milieu des mélèzes et des sapins. De nombreuses familles de Sion y possèdent des chalets où elles vont passer quelques jours pendant la période chaude de l'année. Il existe aussi une pension d'étrangers. On s'y rend depuis Sion par *Vex*, en trois heures (chemin de voitures jusqu'à Vex ; de là, chemin à mulets). Les Mayens ont un climat très recommandable à cause de la sécheresse de l'air, de l'absence de pluie, de la clarté du ciel. A conseiller aux malades qui peuvent affronter les difficultés du chemin.

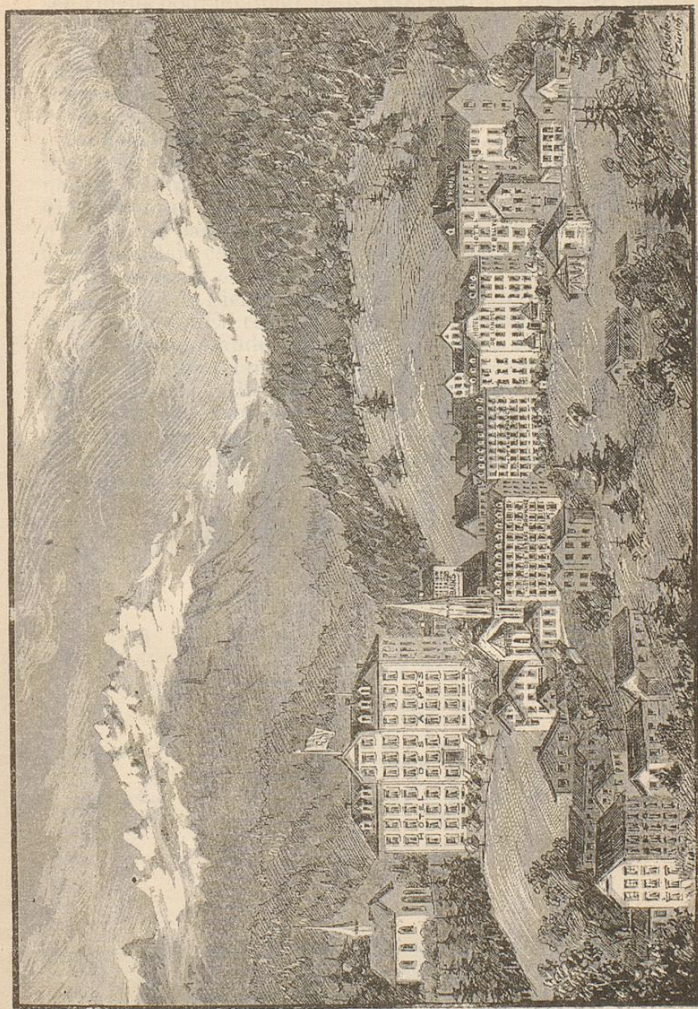
Le **val d'Héremence** débouche au sud de Sion dans la vallée du Rhône ; il est arrosé par la Borgne, et offre une grande variété de sites pittoresques. Il se divise bientôt en deux ; son embranchement oriental porte le nom de *val d'Hérens*, et renferme deux stations intéressantes au point de vue médical : *Evolène* et *Arolla*. A six heures de Sion (voiture postale, 6 fr. 40), se trouve **Evolène**, 1378 m. (T.), au milieu d'une verte vallée encadrée par de hautes montagnes, dont la *Dent-Blanche* (4364 m.), aux glaciers étincelants, est la plus remarquable. *Station d'altitude*. Source légèrement ferrugineuse. Trois heures et demie plus loin, dans le val d'**Arolla**, embranchement occidental du val d'Hérens, on a construit, à 2003 m. d'altitude, deux hôtels (T.) C'est un séjour très recherché pendant les quelques semaines qui constituent l'été à cette élévation. On peut le conseiller aux personnes fatiguées ayant besoin de l'air vif et très tonique de cette altitude ; mais le climat est rude et sujet à de fréquentes variations, aussi des précautions sont-elles nécessaires.

**Sierre**. 541 m. (T.). *Station climatique d'automne et d'hiver*.

ITINÉRAIRE. — Station du chemin de fer Lausanne-Brigue.

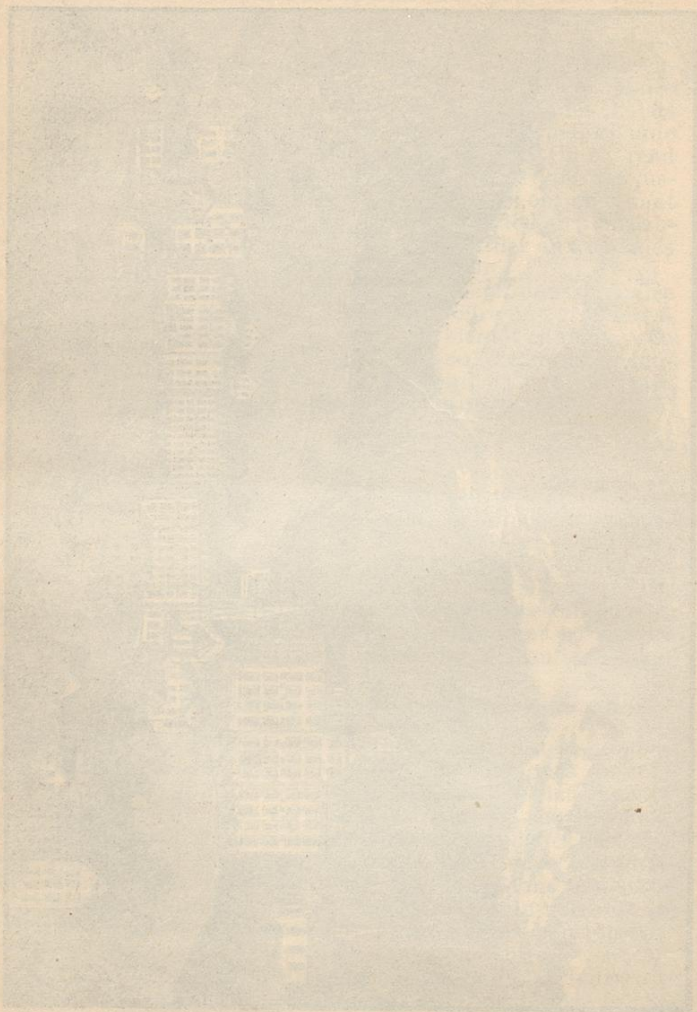
Petite ville sur la rive droite du Rhône, dont elle est éloignée de 2 km., admirablement protégée par les montagnes du côté du nord, de l'est et de l'ouest, et en même temps bien exposée au soleil du côté du midi. La plaine du Rhône est coupée en cet endroit par des collines aux formes bizarres, aux flancs abrupts, entre lesquelles se trouvent deux petits lacs. Sierre est adossée aux montagnes de la rive droite du Rhône, dans une sorte de demi-cuvette elliptique très allongée dirigée du nord-est au sud-ouest, et fermant l'accès des vents de ces côtés-là. On trouve aussi à Sierre une certaine protection contre le vent qui remonte journellement la vallée du Rhône (en été surtout), par le beau temps. Au sud, la vallée du Rhône est fermée par de hautes montagnes qui diminuent la durée de l'insolation en hiver ; toutefois, la vallée d'Anniviers, qui s'ouvre exactement au sud de Sierre, fait une large ouverture dans cette muraille.

Sierre est encore tout à fait primitive au point de vue des



**Louèche les Bains (Valais).**

(John) King and Johnson



distractions. Cependant, les étrangers y viennent en hiver non seulement pour le climat, mais aussi pour s'y livrer aux sports de cette saison, « luge » (petit traineau), patinage.

Le CLIMAT mérite une mention spéciale. Sierre se trouve dans la zone de sécheresse qui s'étend de Martigny à Brigue. La sécheresse de l'air, fait, avec la protection contre les vents froids, la caractéristique de cette station.

La TEMPÉRATURE de l'hiver est élevée, les jours clairs nombreux (97 beaux jours de novembre à mai et 34 avec pluie ou neige). Nébulosité moyenne 4,3. Le brouillard est pour ainsi dire inconnu, il plane quelquefois au-dessus de la ville, mais n'y descend pas. Au printemps, les mois de février, mars et avril sont déjà chauds et plus secs que dans nombre de stations d'altitude égale ou plus basse.

Le climat de Sierre mériterait d'être établi par des observations précises. En résumé, il est sec et tonique.

On le recommandera dans les *bronchites chroniques* avec expectoration abondante, la *dyspepsie*, le *rhumatisme*, certaines *albuminuries*, la disposition à la *tuberculose*, la *convalescence*. Depuis quelques années, Sierre reçoit un nombre croissant de demi-malades et de fatigués qui viennent s'y reposer en automne et au printemps. On y fait aussi la *cure de raisins*.

**Montana, 1511 m. (T.) Station d'altitude d'été et d'hiver.**

ITINÉRAIRE. — Station de chemin de fer de Sierre; de là, 2 h. 1/2 à pied ou à mulet; la majeure partie du chemin peut être faite en petite voiture.

Montana est un hôtel situé au nord-ouest de Sierre, au-dessus du village de même nom, sur les pentes des montagnes de la rive droite du Rhône. En ce point, ces pentes forment une vaste terrasse de 4 km carrés, creusée en cuvette et renfermant plusieurs étangs. C'est à la limite orientale de ce plateau, et à quelques mètres d'une superbe forêt de mélèzes séculaires, que l'hôtel a été bâti. La vue est fort belle, les promenades et excursions sont nombreuses. Le climat est très favorable, l'insolation prolongée, en hiver aussi. Montana sera sans doute de plus en plus apprécié quand on pourra s'y rendre plus aisément par une bonne route carrossable.

Au sud de Sierre, sur la rive gauche du Rhône, s'ouvre la longue vallée d'Anniviers, arrosée par la *Navisence*. En 4 h. 1/2 (chemin carrossable), on parvient à **Vissoye, 1220 m. (T.)**, agréable *séjour d'été*. A l'est de Vissoye, sur le flanc escarpé de la vallée, à 1675 m., se trouve **St-Luc (T.)**, *station d'altitude*; air très tonique, vue splendide et charmants environs. On y parvient par un chemin à mulets depuis Vissoye (1 h. de très rude montée), ou bien directement depuis Sierre en 5 h. Trois heures de marche au sud de Vissoye conduisent à **Zinal, 1678 m. (T.)**, *station d'été* très fréquentée, par les touristes principalement.

**LOÛCHE-LES-BAINS** ou *Loèche-les-Bains* (en allemand *Bad Leuk*), 1411 m. (T.). *Eau thermale sulfatée calcique. Station d'altitude*. Saison: 15 mai au 1<sup>er</sup> octobre.

ITINÉRAIRE. — Station de *Louèche-la Souste* de la ligne Lausanne-Brigue. De là aux Bains, 3 h. à 3 h. 1/2 en voiture, 2 h. 1/2 à pied (voiture postale, 8 fr. 95 c.,

voiture particulière, 1 cheval 6-10 fr., 2 chevaux 20-25 fr.) On peut aussi arriver à Louèche par Berne-Thoune-Spiez-Kandersteg et le passage de la *Gemini* (en voiture de Spiez à Kandersteg, à cheval jusqu'au sommet du col; de là à pied seulement (4 h.  $\frac{1}{2}$ ) jusqu'à Louèche: total 6 h. de Kandersteg à Louèche). De l'Italie, on gagne Louèche par le Simplon; en diligence de *Domo Dossola à Brigue*, (9 h.  $\frac{1}{2}$ , 46 fr. 05 c.); de Brigue à Louèche-la Souste, 53 minutes en chemin de fer.

*Pharmacie. 3 médecins. Eglise catholique, église protestante, anglaise et française. Station météorologique.*

Louèche-les-Bains est un village alpestre de 700 habitants, situé dans la vallée de la Dala, torrent qui se jette dans le Rhône à peu de distance de la station de Louèche-la Souste. Les bains se trouvent au nord de cette gare, à 7.5 km. en ligne droite, et lui sont reliés par une belle route de 15 km. de longueur totale. Le village est à cheval sur la Dala; sur la rive gauche, les hôtels, les établissements de bains avec l'église et quelques maisons; sur l'autre, la majeure partie du village, composé exclusivement de chalets. Louèche est entouré de toutes parts, sauf au sud et au nord-est, de montagnes aux pentes abruptes; au sud, la vallée se dirige vers le Rhône, au nord-est, elle se relève graduellement jusqu'au col de glacier qui la sépare de la vallée de Lœtschen. Au nord-ouest se dresse une gigantesque paroi de rochers presque verticale, haute de 800 m. au-dessus de la vallée, appelée la *Gemmi*; on y a taillé dans le roc un sentier pittoresque et hardi, qui est une des curiosités des Alpes suisses.

Les premières mentions écrites des bains de Louèche datent du XIV<sup>me</sup> siècle. Cent ans plus tard, l'évêque *Jost de Sillinen*, puis le célèbre cardinal *Schinner*, firent construire ou réparer des bains et des auberges. En 1546, un auteur, *Münster*, se plaint de ce que le manque d'une bonne route empêche les malades de se rendre aux bains; on y parvenait, non sans dangers, par un sentier à mulets, qui n'a fait place à la route actuelle qu'au milieu du XIX<sup>me</sup> siècle. Le développement de la station a été entravé de tous temps par un phénomène naturel aussi redoutable qu'il est difficile à prévoir et à combattre, les avalanches. Elles ont ruiné à plusieurs reprises les bains, notamment en 1518, en 1719, où tout fut rasé et anéanti, en 1720, en 1756, en 1767. Après le désastre de 1719, les habitants émigrèrent de la rive gauche de la Dala sur la droite. Un barrage a été établi à la fin du siècle dernier, puis amélioré en 1829, à peu de distance au-dessus des bains; long de 250 m., large de 8 à 10, haut de 5 à 6, il est couvert de mélèzes. Plus récemment en 1878, on a construit de solides barrages dans les régions élevées d'où la neige s'élance sur la vallée, et mis ainsi définitivement un terme, on peut l'espérer, aux ravages des avalanches. L'événement capital de ce siècle a été la construction de la belle route carrossable, terminée en 1851.

Les *sources thermales* sont au nombre d'une vingtaine. Les principales sont: la source *St-Laurent*, qui se trouve sous le sol de la place du village; débit, plus de 70 m. cubes à l'heure; eau limpide à 51.35°. La source du *Bain de pieds* se trouve à

peu de distance au-dessus et au nord-est de la précédente; température, 43°; elle sert aux douches, de même qu'une partie de la *source des Pauvres*, 46-48°, dont l'autre partie est jointe à l'eau de la *source des Guérisons*, pour alimenter le bain des Alpes. Cette dernière jaillit un peu plus haut, à 10 minutes de la source St-Laurent, au bord de la Dala; elle a une température de 47°. Une source remarquable est la *Roosquelle*, au-dessous du village, au bord de la grande route; elle fournit à la minute environ 500 litres d'eau à 47,2° (1889). Son eau est grisâtre, fortement chargée de gaz (surtout de l'azote), dont les grosses bulles viennent sans cesse éclater à la surface de l'eau. Une grande piscine sera construite ici pour les touristes visitant les bains.

L'eau de la source St-Laurent, qui sert de type des eaux de la station, est limpide, inodore; son goût est fade, presque nul, légèrement ferrugineux. Analyse de *Lunge*, 1885, pour 1 litre d'eau:

Sulfate de calcium . . . . .	4.4286	Chlorure de lithium . . . . .	0.0003
Sulfate de magnésium . . . . .	0.2694	Chlorure d'ammonium . . . . .	0.0004
Sulfate de sodium . . . . .	0.0874	Alumine . . . . .	0.0005
Sulfate de strontium . . . . .	0.0049	Silice . . . . .	0.0302
Carbonate de calcium . . . . .	0.0965	Arsenic, carbonate de cuivre,	
Carbonate de magnésium . . . . .	0.0206	sulfate de baryum, phos-	
Carbonate ferreux . . . . .	0.0001	phate de calcium, fluorure	
Carbonate de manganèse . . . . .	0.0002	de calcium, acide azotique,	
Chlorure de sodium . . . . .	0.0042	substances organiques . . .	traces
Chlorure de potassium . . . . .	0.0442	Total . . . . .	4.9476

Gaz libres : Acide carbonique . . . . . 4.97 cent. cubes.  
Oxygène . . . . . 0.66  
Azote . . . . . 7.21

Les principaux éléments de l'eau sont donc le *sulfate de chaux* (environ 1.5 gr.), le *sulfate de magnésie* (25 cgr.), le *carbonate de chaux* (10 cgr.), le *sulfate de soude* (8 cgr.), la *silice* (3 cgr.) On a décelé la présence de l'*arsenic* en si faible quantité qu'il n'a pas d'importance, même pour l'eau prise en boisson. En résumé, *eau sulfatée calcique* fortement thermale, jaillissant à une *altitude élevée*, telle est la caractéristique de Louèche. L'eau n'est pas sulfureuse, comme on le dit souvent par erreur.

Les bains de première classe sont placés à peu de distance de la source St-Laurent. Ils communiquent tous par des galeries fermées avec les hôtels voisins, circonstance très favorable aux malades en cas de mauvais temps. Chaque bain se compose d'un certain nombre de piscines ou « carrés » où, suivant une coutume plusieurs fois séculaire, on prend les bains en commun (cette coutume a aussi existé à Baden et se retrouve encore aujourd'hui à Ragatz-Pfäfers). Toutefois, depuis 1886, les messieurs sont séparés des dames. Les bains ont aussi un certain nombre de piscines particulières pour les baigneurs qui doivent ou désirent être isolés. En outre, quelques cabines particulières avec baignoires. Le *Grand Bain* a 2 vastes piscines, les plus grandes de Louèche, le bain *Werra* 4, le bain *Neuf*, 2. Le bain de troisième classe, dit de *St-Laurent* (2 piscines), dans le voisinage immédiat de la source, a été reconstruit en 1887. Le *Bain des Alpes* se trouve à 200 m. au nord-est de la source

St-Laurent. Il a trois piscines. Partout, douches chaudes en communication avec les piscines.

Un sixième bain, dit de l'*Hôpital*, rebâti en 1879 (2 piscines) est destiné aux pauvres qui peuvent y faire la cure à prix très réduit.

*Installations hydrothérapiques* complètes, au Grand Bain, pour hommes et femmes; douches de tout genre. Eau froide 7°; eau chaude naturelle 40°, avec forte pression.

La cure de Louèche se fait suivant une pratique absolument empirique, consacrée par une longue expérience. Le bain se donne à une température de 34 à 35°, uniforme pour tous les « carrés ». Il serait à désirer que l'on eût des « carrés » à plusieurs températures, de manière à pouvoir varier non seulement la durée, mais aussi la chaleur du bain. D'ailleurs, on peut avoir dans les carrés particuliers la température que l'on désire. Le bain, d'une  $\frac{1}{2}$  à 1 h. au début, est porté plus ou moins rapidement, suivant la susceptibilité du malade, à 3, 4, 6 h. par jour, et même davantage, et maintenu à ce maximum pendant un certain nombre de jours. On a critiqué ce mode de procéder, qui représente, a-t-on dit, une coutume surannée; mais on a oublié qu'il est l'expression d'une méthode scientifique, celle des bains prolongés. L'altitude de Louèche, avec ses propriétés toniques et fortifiantes, permet d'appliquer cette méthode sans trop fatiguer le malade. Ce qui est suranné et erroné, c'est de faire prendre ces bains prolongés à tous les malades indistinctement; il faut adapter la cure au malade, et non le malade à la cure, et mesurer les heures de bain avec discernement. Il semble d'ailleurs que la longueur des bains tend actuellement à diminuer, sauf pour les affections de la peau (voir plus loin quelques détails sur les bains courts).

Au bout d'un laps de temps qui varie de 3 à 20 jours, en général vers le 10<sup>me</sup> ou 12<sup>me</sup> jours, le baigneur présente les premiers signes de la *poussée*, exanthème balnéaire qui, sans être spécial à Louèche (on le voit à Baden, Lavey, Schinznach, etc), ne se présente pas ailleurs avec toute la force et toute la régularité qu'il a dans cette station, sans doute parce que nulle part ailleurs les bains ne sont aussi systématiquement prolongés. La poussée manque parfois, dans 9 à 10 % des cas, d'après mon expérience. Elle débute à la face interne des bras et des cuisses et affecte les formes les plus diverses, depuis le simple érythème jusqu'au pseudo-eczéma suintant, avec tuméfaction de la peau rendant les mouvements difficiles et douloureux. Elle augmente pendant 3 à 5 jours, reste stationnaire pendant 2 à 10 jours et décroît plus ou moins vite. Elle s'accompagne de phénomènes dits critiques, embarras gastrique, dépôts dans les urines, parfois diarrhée ou fièvre. La fatigue, l'anorexie, le prurit, souvent intense, sont la règle presque générale. La congestion cutanée accompagnée d'une vive chaleur, fait paraître le bain froid et l'on voit les baigneurs réclamer le réchauffement d'une eau qu'ils avaient jusqu'alors trouvée trop chaude. La poussée

se termine par disparition graduelle de l'exanthème, suivie de desquamation. C'est elle qui détermine la quantité et la diminution des heures de bain, car à partir du moment où elle a eu son maximum, on suit sa décroissance en diminuant les heures de bain (on « débaigne », suivant l'expression consacrée). Il en résulte que la cure de Louèche dépasse souvent, et parfois même de beaucoup, les vingt-et-un jours des cures de bains classiques. J'estime que l'on doit compter de 25 à 30 jours, si l'on ne veut pas partir avec des restes de poussée, chose sinon dangereuse, du moins désagréable.

Quelle est la signification de la poussée ? Elle était autrefois considérée à tort comme spécifique. Elle est l'expression de la forte irritation de la peau par l'eau de Louèche ; il se produit une modification profonde dans les conditions de circulation, de nutrition de la peau ; peut-être même aussi les terminaisons des nerfs cutanés sont-elle modifiées par cette macération prolongée.

INDICATIONS de la cure de Louèche par les bains prolongés.  
 — Avant tout, les affections de la peau. C'est pour elles que les eaux se sont acquises de tout temps une réputation exceptionnelle : A) *Formes humides des dermatoses*, ou famille de l'*eczéma*, *eczéma*, *herpès*, *lichen*, *impétigo*, *ecthyma*, *pemphigus* ; en outre, *scrofulides*, *ulcères atoniques*, *variqueux*. L'*eczéma* chronique se trouve particulièrement bien des eaux de Louèche ; l'*eczéma* aigu, en revanche, éprouve souvent après quelques bains une recrudescence d'intensité. L'*eczéma* aigu qui vient d'être guéri ne peut faire la cure de Louèche qu'avec la plus grande circonspection et des bains fort courts. Les cas où il y a répétition continuelle de poussées aiguës, par exemple chaque année au printemps ou en hiver, me semblent aussi moins favorables que le véritable *eczéma* chronique avec squames. Ce dernier est souvent amélioré, même dans ses formes les plus rebelles, par exemple à la paume de la main, forme qui, on le sait, plonge parfois les infortunés malades dans le désespoir. Autres formes qui bénéficient de la cure d'une façon souvent surprenante : l'*eczéma scrofuléux*, l'*eczéma des jeunes gens*. B) *Affections sèches de la peau*, *prurigo*, *pityriasis*, *ichthyose*, etc. Les eaux ont en pareil cas une action plutôt symptomatique et palliative. Dans le *psoriasis*, on obtient le nettoyage de la peau et la disparition des efflorescences pour un temps plus ou moins long, même dans des cas graves. Il n'est pas plus curable à Louèche que par aucune médication connue. Mais l'amélioration réelle, et parfois persistant longtemps, que les psoriasiques trouvent à Louèche, les engage à revenir se baigner dans ces eaux en cas de récurrence. D'autres malades, résignés à être incurables, demandent aux eaux une action sédative sur leur système nerveux. C) *Erysipèles récidivants* (qui sont si souvent à la tête des pseudo-eczémas), *érythèmes*, *urticaire chronique*. D) Affections des glandes cutanées, *acné*, *couperose*, *furoncles* ; elles bénéficient aussi de la

cure de Louèche, mais par ce fait qu'elle hâte la maturation des glandes prêtes à constituer la papule acnéique ou le furoncle, et qu'elle modifie la circulation cutanée. Je n'ai vu aucun résultat quelconque dans un cas d'*acné ponctuée typique*. E) Les bains courts peuvent être fort utiles contre le prurit de la peau, les *démangeaisons* consécutives à l'eczéma.

En résumé, Louèche est en premier lieu un bain d'eczéma teux, en second lieu, de psoriasiques. Certains eczémas, rebelles à toute médication, s'y amendent ou s'y guérissent.

AUTRES INDICATIONS des bains prolongés : *rhumatismes, rhumatisme chronique* avec déformations *arthritiques* ou *goutteuses*, *contractures* et *raideurs articulaires*, *paralysies, névralgies rhumatismales, paralysies du système nerveux périphérique*, qui ne sont pas la suite d'hémorragie cérébrale. Les rhumatisants forment, après les malades de la peau, le plus important contingent de baigneurs à Louèche. Cette eau chaude, ce bain prolongé leur vont admirablement, mais ils doivent choisir avec soin le meilleur moment de la saison, c'est-à-dire le mois de juillet, pour faire la cure. *Catarrhes chroniques des muqueuses* ; affections chroniques des organes du *petit bassin chez la femme, exsudats, périmétrites, congestion utérine, involution défectueuse*. Ajoutons-y les nombreuses *névralgies* des organes du *petit bassin* et de la *région génitale* chez la femme, suites d'affections présentes ou disparues en laissant derrière elles des résidus plus ou moins considérables. L'eau a, en pareil cas, une influence calmante, comme celle de Nérès. Enfin, les modifications heureuses produites par les eaux de Louèche sur les catarrhes de la *muqueuse utérine* expliquent sans doute la réputation qu'elles ont de guérir la *sterilité*.

Comme beaucoup d'autres sources chaudes et notamment de sources sulfureuses, celles de Louèche servent de pierre de touche en cas de *syphilis supposée guérie*. Les manifestations cutanées de cette maladie doivent disparaître pendant la cure chez les malades blanchis mais non guéris, sous l'influence des bains chauds et longtemps prolongés. En revanche, ces eaux sont contre-indiquées en cas d'accidents spécifiques en pleine évolution.

CONTRE-INDICATIONS des bains prolongés : *affections cardiaques* ; elles se trouvent fort mal du climat et des bains ; *tuberculose* ; *tendance à l'apoplexie* ; *congestion céphalique* ; *débilité extrême* ; *faiblesse* ; *anémie* ; *eczéma aigu* ; *couperose* et *affections congestives* de la face.

Il est bon de dire qu'à côté des bains prolongés, on prescrit à Louèche des bains de toute durée, de 20 minutes à  $\frac{3}{4}$  h. ou 1 h., surtout pour obtenir un effet sédatif dans certaines *affections nerveuses* et chez les malades à qui le séjour à la montagne, désirable pour une raison quelconque, donne de l'insomnie, de l'excitation. On les a conseillés aussi en cas

d'anémie et de faiblesse ; mais j'estime que pour ces malades il est préférable de remplacer les bains par les pratiques de l'*hydrothérapie*, la station étant pourvue d'installations des plus modernes. L'attention des médecins devrait se porter sur les bains de Louèche comme moyen de sédation du système nerveux, le climat agissant d'autre part comme tonique et reconstituant ; il y a là une combinaison qui peut être utile pour nombre de maladies.

Depuis quelques années, le service de l'hydrothérapie et celui de la *douche-massage*, appliquée par les doucheurs d'Aix, ont pris une grande importance à la suite des perfectionnements considérables apportés dans ce domaine.

*Emploi de l'eau de Louèche à l'intérieur.* Elle est bue, soit seule, soit surtout concurremment avec le traitement balnéaire, par verrees, à jeun, soit chaude, soit après l'avoir laissé refroidir, dans certains cas où elle est mal supportée chaude. Elle stimule les sécrétions urinaires et sudorales. En général bien tolérée par l'estomac, elle constipe quelquefois ; dans d'autres cas, elle donne au début un peu de diarrhée. L'eau a beaucoup d'analogie avec celle de Weissenbourg (voir ce nom) ; elle est encore plus sulfatée (1.42 gr. de sulfate de chaux au lieu de 95 cgr. à Weissenbourg) et plus calcaire (9 cgr. de carbonate de chaux contre 3 cgr.). *Schnyder* a fait ressortir que les sulfates salins purgatifs représentent à Weissenbourg 36 % des sels calcaires, tandis qu'à Louèche ce chiffre n'est que 23 % ; ce serait la raison pour laquelle l'eau de Louèche ne peut pas être utilisée dans le même but thérapeutique que celle de Weissenbourg. Je crois qu'il faut chercher les ressemblances ou dissemblances thérapeutiques plutôt dans la différence des climats que dans l'analyse des eaux. Si c'est l'eau qui est utile à Weissenbourg, on peut se servir également bien des eaux de Louèche, pour des maladies des voies respiratoires auxquelles le climat serait favorable (voir plus loin).

On a conseillé l'eau dans les *dyspepsies*, les *hémorrhoides*, les *diarrhées chroniques*. Je la prescris surtout aux *rhumatisants* et aux *goutteux*, pour augmenter la diurèse. Ses qualités diurétiques, sa composition, analogues à celles de l'eau de Contrexéville (source froide contenant entre autres éléments 1.74 gr. de sels calcaires), font comprendre son utilité dans les *affections catarrhales des voies urinaires*.

**Louèche, station d'altitude.** Si Louèche est une station de bains, c'est aussi une station de haute montagne. Situé à 1411 m., en plein soleil, au milieu de prairies, à proximité de forêts de sapins et de mélèzes, le village présente de grands avantages comme facilité d'accès, logements, etc. Voici les éléments du climat de Louèche pour les 4 mois d'été, calculés d'après les observations faites à la station météorologique depuis 1885. Le *baromètre* est en moyenne à 646.5 ; ses variations sont peu étendues.

Mois	Température moyenne					Humid. relat. moyen.			
	7 h.	1 h.	9 h.	Min. absolu	Max. absolu	7 h.	1 h.	9 h.	Min. moy.
Juin . . . . .	13.9	15.7	11.2	4.4	24.0	66	50	67	29
Juillet . . . . .	12.0	18.1	13.0	3.4	24.7	72	50	66	31
Août . . . . .	10.6	16.5	11.9	3.0	23.7	75	56	69	32
Septembre . . . . .	8.7	14.3	9.6	4.1	20.9	76	65	76	41

L'humidité relative est donc faible en général et surtout le matin et le soir, ce qui est dû à ce que la température ne s'abaisse pas à ces heures-là d'une façon notable.

*Pluie.* Moyenne: juin 93, juillet 130, août 109, septembre 83, total 415 millim. La moyenne de l'année est de 765 millim., chiffre très faible pour l'altitude.

*Etat du ciel.* On compte en moyenne, sur 122 jours d'été :

	Juin	Juillet	Août	Septembre	Total
Jours clairs. . . . .	9	10	13	15	47
Jours couverts sans pluie . . . . .	9	8	6	4	27
Jours où il a plu . . . . .	12	13	12	11	48

Le *brouillard* sans pluie est rare; deux jours en moyenne en juillet et autant en août.

*Vents.* Encaissée de toutes parts par des montagnes qui dépassent la vallée de plus de 1000 m., Louèche a un régime de vents tout spécial, et les indications de la girouette ont peu de valeur; seuls, les nuages peuvent être utiles pour juger des courants aériens. Le seul vent qui ait normalement accès dans la vallée est celui du nord-est, qui y souffle très souvent et amène le beau temps. Le vent du nord-ouest, fréquemment noté aussi, n'est qu'un remous du précédent qui se produit contre les hauts rochers de la vallée, du côté de l'ouest. Le vent du sud-ouest se fait sentir en remontant la vallée depuis celle du Rhône. Les autres directions du vent sont absolument exceptionnelles, le fohn notamment n'est pas perçu, alors qu'on voit les nuages poussés avec rapidité par ce vent vers le nord-ouest.

Toutefois, l'air n'est pas calme à Louèche; en général, par le beau temps, s'il ne souffle pas un vent du nord-est pur ou modifié en nord-ouest, comme je viens de le dire, on constate l'existence d'un vent de la vallée, parfois très fort, remontant vers les rochers et semblant venir du sud-ouest. Aussi est-il rare que, même lors de la plus forte chaleur, l'air soit lourd. Dans la forêt, l'air est calme; c'est un asile facile à trouver.

En résumé, les minima et maxima montrent bien les variations considérables de la température, comme on peut s'y attendre dans une vallée à pareille altitude; le minimum tombe en général sur le matin; au milieu du jour, le soleil est brûlant; les nuits sont fraîches. Vu le climat variable de l'été il est nécessaire, pour un séjour à Louèche, de se munir de vêtements chauds: un pardessus, des sous-vêtements en tricot sont souvent fort utiles. Nous avons vu que l'humidité est faible, même la nuit. Après la pluie et le brouillard, l'air sèche vite; dès que le soleil plonge dans la vallée. Le brouillard se présente avec la pluie;

sous forme de nuages remontant depuis la vallée du Rhône : le brouillard sans pluie n'est pas fréquent. L'insolation est forte, les pentes s'échauffent aisément aux rayons du soleil, d'autant plus qu'à l'ouest et au nord-ouest elles sont constituées par des rochers dépourvus de végétation.

L'air est sec, tonique, excitant. Il convient aux natures *lymphatiques*, *molles*, *pâteuses*, aux *scrofuleux* qui ont besoin d'être fortement stimulés, aux *anémiques* ; l'hydrothérapie, jointe au climat, fera beaucoup de bien en pareil cas. Les *convalescents*, les *fatigués* trouvent aussi dans ce climat un remède efficace, ainsi que les personnes souffrant de fatigue cérébrale et d'épuisement nerveux. La tranquillité de la vallée et de la vie contribuent aussi à leur amélioration. Une nombreuse catégorie de malades à qui l'altitude peut être souvent utile, ce sont ceux qui sont atteints d'*affections chroniques des voies respiratoires*, disposition à la phthisie, bronchite des sommets, lésions succédant à la pneumonie, phthisie au début, résidus pleurétiques. Les hémorragies pulmonaires ne sont pas, on le sait, plus fréquentes à la montagne qu'à la plaine (voir Davos). En revanche, on déconseillera Louèche aux *emphysémateux*, aux *asthmatiques*, aux sujets atteints de *bronchiec-tasie* et d'*affections cardiaques* organiques.

La saison est fort courte à Louèche, tout au plus juin, juillet, août ; septembre, qui est en général beau, est déjà un peu froid et ses journées sont courtes. Le soleil, qui se lève aux plus longs jours à 7 h. environ et se couche à 5 h., ne se lève plus au commencement de septembre qu'à 8  $\frac{1}{4}$  h. et se couche déjà à 4  $\frac{1}{2}$  h. La période la plus favorable pour un séjour ou une cure de bains s'étend de la fin de juin au milieu d'août, alors que les jours augmentent ou tout au moins diminuent peu encore. C'est aussi pendant le mois de juillet que Louèche est le plus fréquenté par les baigneurs : on y rencontre beaucoup de Français et de Suisses français, des Italiens, quelques Allemands et Anglais ; le nombre de ceux-ci tend à augmenter.

Avec les excellentes conditions que Louèche présente sans contredit, réunissant deux facteurs thérapeutiques efficaces, thermes très chauds et altitude, il devrait avoir une place de premier ordre parmi les stations balnéaires. Il est évident que l'on a trop compté sur la cure classique, et que l'on n'a pas su jusqu'ici profiter comme on le pourrait des torrents d'eau chaude qui jaillissent en ce beau pays.

Une nouvelle ère s'est d'ailleurs ouverte pour la station en 1896, les hôtels et bains ayant passé dans les mains d'une société entreprenante qui a déjà réalisé, et réalisera encore, des perfectionnements de tout genre. Les piscines recevront de l'eau refroidie courante, amélioration indispensable de nos jours pour le bain en commun ; on créera une piscine à nager avec l'eau de la Roosquelle. Sans abandonner la cure traditionnelle, bonne pour certains cas, on a créé une division de bains de baignoires pour les nombreuses personnes que la promiscuité

des carrés éloigne de ces bains. On installe des bains de tout genre, entre autres des bains d'eau chargée d'acide carbonique. On pourra faire aussi la cure de lait, de petit lait. D'importantes améliorations ont été apportées aux hôtels; des vérandahs vitrées ont été créées pour les jours pluvieux. Il a été, aussi pourvu par la création d'un Kursaal, par un excellent orchestre, par des jeux, un hall de gymnastique, etc., à la distraction des hôtes de la station. Louèche ne tardera pas à prendre, parmi les eaux thermales, la place qui lui est assignée à juste titre par son altitude et son climat.

BIBLIOGRAPHIE. — *E. de La Harpe*, Louèche-les-Bains et ses eaux thermales. 1893. *Grillet*, Louèche-Bains, 1866. On trouvera la liste des nombreux travaux écrits sur Louèche dans la brochure *Statistique du Bain des Pauvres*, Sion, 1883.

En remontant la vallée du Rhône, nous trouvons sur la rive gauche du fleuve l'ouverture de la vallée de *Tourtemagne*, longue d'une vingtaine de kilomètres. **Gruben**, 1847 m., à 4 h. de marche de *Tourtemagne* (T. et station de chemin de fer, à 5 km de *Louèche-la Souste*), est un séjour d'altitude considérable, très bien situé. On n'y parvient qu'à pied ou à cheval.

— La vallée de *Lœtschen* s'ouvre sur la rive droite du Rhône, à peu de distance de *Tourtemagne*. On y pénètre depuis la station de chemin de fer de *Gampel* (à 4 km. de *Tourtemagne*), par un mauvais chemin praticable d'abord pour petites voitures, plus loin, pour chevaux seulement. **Ried**, 1509 m., à 4 h. de *Gampel*, est admirablement situé au sein d'une nature grandiose, au pied du *Bietschhorn*. On peut y séjourner en été dans des conditions simples, mais suffisantes.

La vallée de la *Viège* s'ouvre sur la rive gauche du Rhône, à *Viège* (T., station de chemin de fer à 11 km. de *Gampel* et 8 de *Brigue*, et tête de la nouvelle ligne de chemin de fer aboutissant à *Zermatt*). Cette vallée se dirige vers le sud; elle se bifurque à *Stalden*. Son embranchement occidental, le *val de St-Nicolas*, renferme entre autres villages *Graechen*, l'endroit de la Suisse où il pleut le moins, **St-Nicolas** (1164 m. T.), **Randa**, (1444 m., T.), ces deux derniers séjours d'été et stations de la ligne *Viège-Zermatt*.

**Zermatt**, 1620 m. (T.). *Station d'altitude*.

ITINÉRAIRE. Terminus d'un chemin de fer (en partie à crémaillère) qui se détache à *Viège* de la ligne *Lausanne-Brigue*.

C'est un village de chalets au-dessus duquel plane la gigantesque silhouette du *Cervin*. La vallée est couverte de pâturages, les forêts sont peu éloignées. La vue de *Zermatt* compte parmi les plus grandioses de la Suisse. *Zermatt* a un air tonique et vivifiant, mais variable, à cause de l'altitude et de la proximité d'un grand nombre de glaciers. Une station météorologique fonctionne à *Zermatt* depuis peu. Voici le résumé des températures moyennes de 1888 et 1889, pour l'été seulement. Température moyenne de l'année, 2.3.

Mois	7 h.	4 h.	9 h.	Mois	Min.	Max.	Néb. moy.
Juin . . . . .	9.8	15.5	9.4	11.1	4.0	21.7	5.8
Juillet . . . . .	8.0	15.6	9.1	10.6	1.6	22.7	4.3
Août . . . . .	7.9	15.3	9.0	10.3	0.4	22.7	4.0
Septembre . . . . .	5.2	12.3	6.9	7.8	-1.9	18.1	4.6



Viège-ZERMATT Railway

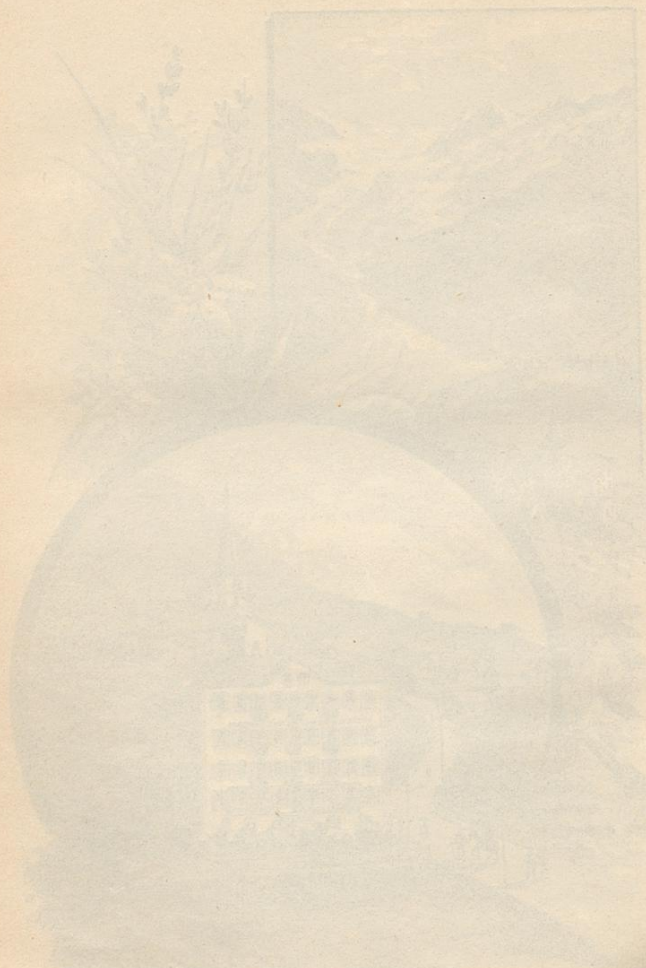
THE GREAT PACIFIC COAST ROUTE  
SAN FRANCISCO TO LOS ANGELES  
AND SEASIDE



THE PACIFIC COAST RAILWAY



Hôtel-Pension Weisshorn à RANDA,  
Vallée de Zermatt.



Hôtel-Pension Weisshorn à RANDA  
Vallée de Nermatz

La chute d'eau est remarquablement faible (679 millim., année entière); pour les 4 mois d'été, 269 millim. Zermatt participe donc encore à la zone de sécheresse valaisanne. L'atmosphère est tranquille, 83 % des observations notant le calme; les vents les plus fréquents sont ceux du sud-ouest 5 %, et du nord-est 4 %. Enfin, l'état général du temps est caractérisé comme suit, pour les mois de juin à septembre :

Année	Jours			
	clairs	couverts	avec brouillard	avec pluie
1888	31	31	20	55
1889	40	22	12	44

Dans ces deux années il est tombé de la neige 2 fois en juin et 3 fois en septembre. En résumé, Zermatt a une température plutôt basse; d'ailleurs, de plus longues observations sont nécessaires, l'année 1888 ayant été exceptionnellement mauvaise. L'air est calme, la nébulosité est faible, mais les brouillards sont plus fréquents en été qu'en hiver. Zermatt paraît être en définitive un séjour favorable aux malades qui peuvent supporter l'air sec, tonique, mais variable, de cette altitude. Zermatt sera, grâce au chemin de fer, l'une des stations élevées de la Suisse occidentale les plus faciles à atteindre. Un nouvel avenir l'attend peut-être comme sanatorium. Lombard conseille Zermatt aux cachectiques et aux personnes débilitées par une longue réclusion.

Plus haut que Zermatt se trouvent l'hôtel **Riffelalp**, 2227 m. (T.), et le **Riffelhaus**, 2569 m. (T.), deux établissements où des personnes en bonne santé, mais temporairement fatiguées et ne craignant pas le bruit des touristes, pourront séjourner avec avantage.

L'embranchement oriental de la vallée de la Viège (voir page 122) conduit par un chemin à mulets à :

**Saas-Grund**, 1562 m. (T.), à 5 h. de Viège, puis à **Saas-Fée**, 1778 m. (T.) *Stations d'altitude.*

ITINÉRAIRE. — Station de Stalden, ligne de chemin de fer Viège-Zermatt. De là, bon chemin de mulets, 4 h. jusqu'à Saas-Grund, 4 h. 3/4 jusqu'à Saas-Fée.

Deux localités moins envahies par le flot des touristes que Zermatt. Saas-Grund possède une source *sulfatée calcique*, en grand honneur autrefois, inutilisée aujourd'hui.

**Saas-Fée** a une position très remarquable. Le village est placé sur une terrasse couverte de prairies, inclinée du côté du nord et de l'est. Au sud-ouest se dresse abruptement à peu de distance le *Glacier de Fée*, qui surplombe pour ainsi dire la vallée. Plus loin, de hauts sommets couverts de neige forment un demi-cercle superbe. Au sud-est, le ruisseau formé par les eaux du glacier passe dans une profonde gorge. Là aussi, à quelques minutes du village, se trouve une forêt de fort beaux mélèzes. Du côté de l'ouest, les pentes, nues ou portant de rares mélèzes centenaires, se relèvent rapidement. En un mot, c'est le tableau de la grande nature alpestre.

Cette altitude et cette proximité de grands glaciers font comprendre que Saas-Fée est un séjour tonique, excitant, qui

ne doit être recherché que par les sujets d'ailleurs bien portants, mais fatigués, ou par des personnes anémiques ou nerveuses déjà acclimatées à la montagne, des neurasthéniques par exemple ayant fait un séjour préalable à une altitude élevée. Il faut surtout prendre garde à Saas à la chute d'air froid qui a lieu le soir avec une grande intensité du glacier sur le village.

**Brigue**, 684 m. (T.), est actuellement le terminus de la voie ferrée en Valais et le point de départ des diligences du Simplon. C'est un gros bourg dont le climat est fort doux; la végétation méridionale des environs en est la preuve. A *Gamsen*, près de Brigue, existe une *eau thermale (30°) sulfatée calcique* faible, anciennement connue, puisqu'on la voit déjà mentionnée en 1471, puis abandonnée à la suite d'un tremblement de terre, et de nouveau captée et utilisée de nos jours. La source jaillit sur la rive droite du Rhône, à quelques mètres au-dessus du niveau du fleuve. C'est une eau faiblement minéralisée, 0.67 par litre, contenant surtout du sulfate de chaux (27 cgr.), du sulfate de soude (19 cgr.), du chlorure de sodium (17 cgr.).

**Bérisal**, 1526 m. (T.), sur la route du Simplon, à 14 km. de Brigue (diligence 2 <sup>3</sup>/<sub>4</sub> h., 3 fr. 15). Agréable *séjour d'été, station d'altitude*. Le climat de Bérisal tient encore de celui de la zone sèche qui s'étend de Martigny à Brigue. Le village est situé à mi-chemin entre Brigue et l'hospice du Simplon; on trouve de belles promenades dans les environs. La grande route est ombragée de bouleaux et de mélèzes; dans les forêts voisines du village existent des sentiers de faible pente, avec des bancs. Le massif du Simplon offre de nombreux buts d'excursion aux amateurs de courses alpestres. Malgré l'altitude, on est à Bérisal à proximité immédiate du railway, car en 1 h. on descend à Brigue en voiture.

**Belalp**, 2137 m. (T.), à 4 <sup>1</sup>/<sub>2</sub> h. au nord de Brigue (chemin à mulets). Station très élevée dans une position admirable; belle vue, à proximité du glacier d'Aletsch. Séjour favori de nombreux Anglais.

La vallée du Rhône prend à partir de Brigue tous les caractères d'une haute vallée alpestre, en même temps que le nom de *vallée de Conches*. Elle offre une assez forte pente moyenne, puisque de Brigue, 684 m., à la *Furka*, 2436 m., on ne compte que 40 km. Cette pente est d'ailleurs inégalement répartie en terrasses peu inclinées, séparées par des pentes plus raides que la route traverse en lacets, par exemple à Grengiols, à Fiesch, à Oberwald.

**Riederalp**, 1933 m. (T.). *Station d'altitude*, située au nord-ouest de Brigue, au-dessus du village de *Mareil* (780 m.) On s'y rend en 3 h. depuis ce village (chemin à mulets), en passant par *Ried*. Situation splendide, protégée contre les vents du nord par une colline. L'air est vivifiant, il y a de belles promenades dans les prairies, au milieu de la grande nature alpestre.

La **Riederfurka**, 2000 m. (Téléphone), est à 20 min. au-dessus de

Riederalp, sur le sentier qui conduit à Belalp. Saison à partir du 10 juin pour Riederalp, 15 juillet pour la Riederfurka.

La route qui remonte la vallée de Conches passe par **Lax** (1048 m.) et arrive à **Fiesch**, 1071 m. (T.). De là, un sentier à mulets conduit dans la direction du nord, en 3½ h., à l'**Hôtel Jungfrau** sur l'**Eggishorn**, 2193 m. (T.), dans une situation abritée contre les vents du nord; belle vue. Son altitude est considérable. Aussi *Lombard* estime-t-il que c'est un des séjours alpins les plus pittoresques, mais aussi les plus éprouvants pour les constitutions délicates et impressionnables. De l'hôtel au sommet de l'Eggishorn, 2 h. de marche; on y jouit d'un des plus beaux panoramas de la Suisse entière, notamment de la vue du glacier d'Aletsch et du lac de Merjelen.

Sur le flanc oriental de la vallée du Rhône, entre Moerel et Lax, se trouve l'ouverture de la *vallée de Binn*, qui s'étend dans la direction de l'ouest jusqu'au pied de hauts glaciers. On compte 3½ h. (à pied ou à cheval) depuis Fiesch à **Binn**, 1389 m. (téléphone), village au centre de la vallée avec une belle vue. Simple *séjour d'été*.

Au delà de Fiesch, en remontant la vallée, on traverse *Münstert*, 1390 m. (T.), *Ulrichen*, 1349 m. (T.), *Oberwald*, 1370 m. (T.), et l'on arrive tout près de la source du Rhône, à l'hôtel du *Glacier du Rhône*, 1761 m. (T.), plus fréquenté par les touristes qu' par des personnes désireuses d'y faire un séjour prolongé.

Tous ces villages du Haut-Valais peuvent être utilisés pour séjour d'été, dans des conditions simples. Ulrichen possède une source sulfureuse.

Enfin, à 2½ h. de marche dans la direction du nord-est à partir de l'hôtel du Glacier du Rhône, on arrive au **col de la Furka**, avec l'hôtel du même nom, à 2436 m. d'altitude (T.). La belle route qui y conduit, et qui a sur la « cascade » du glacier du Rhône une vue splendide, descend sur le versant oriental ou uranais pour aboutir à *Andermatt* (voir ce nom).

Il existe un service de diligence depuis Brigue au Glacier du Rhône en 7 h. 45 min. (40 fr. 80 c.), desservant les localités mentionnées plus haut; un autre, du Glacier à Andermatt, par la Furka (5 h. 45 min., 9 fr. 45 c.); un troisième enfin, du Glacier à Meiringen par la Grimsel (5 h., 9 fr. 30 c.).