Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 17 (1987)

Heft: 11

Rubrik: La nature, paradis de la retraite : novembre

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

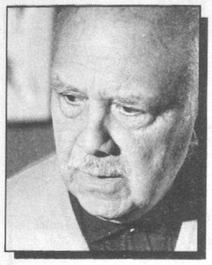
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch



PAUL VINCENT

LA NATURE, PARADIS DE LA RETRAITE

Novembre

La Nature, c'est le renouveau du troisième âge: un petit jardin, un mini-poulailler et les retraités de chez nous peuvent vivre plus heureux et plus longtemps.
Un retraité, notre collaborateur Paul Vincent, 74 ans, nous fait part, pendant les douze mois de l'année, de son expérience de petit rentier à la campagne – son bonheur sur terre. Voici son «aventure» de novembre.

Novembre est là. Je m'arrête pour observer le ciel qui gribouille ses nuages. J'aime guetter le départ du pigeon ramier, en attendant – vers la fin du mois – l'exil de la corneille.
Les coteaux marrons qui dominent notre «domaine» ressemblent à du velours côtelé: c'est le plein temps des labours et le soc des charrues luit sur le fil des derniers rayons du jour.
La Toussaint s'est passée au cimetière. A l'automne, c'est encore un grand jardin et les tombes en fleurs ressemblent à des plates-bandes. Tout le village s'est «chrysanthémisé».
Il est vrai que même en dehors du cimetière, l'automne prend la force de jouer encore au printemps. Dans les alpages desertés par les troupeaux depuis la Saint-Michel, des gentianes bleues trouvent le moyen de fleurir avant la neige, en faisant de la cohabitation avec des trolles. Dans le jardin, ma femme a découvert les derniers petits pois en fleurs. Ils n'ont pas eu le temps de mûrir et ils se chauffent frileusement aux derniers rayons, leurs branches emmêlées pleines de frisettes de blancheur.
Novembre, c'est le troisième âge du potager. Pour les mettre à l'abri du gel qui guette, j'arrache les dernières carottes pour les enfouir dans des caisses de sable... Je tire les poireaux selon les besoins. J'abrite sous cloche le repiquage des plants de salade semés en octobre. Je lie les dernières scaroles pour qu'elles blanchissent en paix. Je rentre en cave les cardons, les céleris, les chicorées, les blettes, les fenouils comme dans un centre de retraite végétale, et je recouvre de pailleux les légumes qui restent en pleine terre, comme une petite fille pose des couvertures de laine sur les genoux d'hiver des pépés frileux. Le jardin des légumes est le rentier de l'automne. Il diminue son souffle en attendant la jouvence du printemps.
Comme promis, j'ai amené mes petits-enfants à la grande foire de la Saint-Martin pour choisir mes pintades. Je prends la race des pintades grises: elles ont la queue retombante «à la perdrix».
C'est la morte-saison des poules. Les pigeons et les lapins se résignent à l'hibernation sexuelle. Barbichonnette oublie le bouc et le jeune cochon «Groin-Groin» grommelle ses digestions.
Les abeilles ont beau «en écraser» comme dit mon petit Raphaël, novembre n'est que le temps du demi-repos apicole: j'installe des haies brise-vent: l'an prochain, elles offriront en même temps de l'ombre et du pollen à «mes» ouvrières.
Entre un sirop de prunelles et une compote d'églantier, ma femme joue à la guérisseuse familiale, en ramassant les écorces et les feuilles des arbres. «L'écorce de saule», dit-elle, «ranime les fonctions intestinales. Celle de la bourdaine se contente d'être un purgatif léger. En décoction, l'écorce de sureau soulage les œdèmes.»
Ma sorcière de la sève est aussi sensible au monde mouvant et fragile des feuilles. Appliquées sur les seins, les feuilles d'aune arrêtent la montée du lait. Bassiner un lit avec des feuilles de bouleau apaise l'arthritisme: elles font transpirer la fièvre. Chez le chataignier, elles sont anti-coqueluche. Les feuilles de chêne adoucissent l'angine quand elles sont macérées dans du vin rouge. Celles du noyer sont aussi toniques que dépuratives. Quant aux feuilles du frêne, elles donnent un «champagne» forestier: la frênette.
Je n'ai pas besoin d'en boire pour oublier la mauvaise saison: je songe moins au réveillon de Noël qu'au réveil du printemps...

P. V.

(Décembre au prochain numéro).

Malentendants

venez essayer la toute nouvelle aide auditive «intra-auriculaire»

Appareils discrets et simples, cachés dans l'oreille

E. Tharin

Fournisseur conventionnel de l'Assurance-invalidité

Avenue de France 23, 1004 Lausanne - Tél. 021/24 07 07

Maison de repos

«Les Laurelles»

RECONNUE PAR LES ASSURANCES, SIGNATAIRE DE LA CONVENTION VAUDOISE
POSSIBILITÉ PRESTATIONS COMPLÉMENTAIRES.
Direction: **Famille Bovay**, depuis 1964.
Ouverte à tous les médecins.
Infirmières diplômées, veilleuses, cuisine soignée.
Régimes, aides et soins sans supplément.
Chambres individuelles avec ou sans bains, WC, téléphone, sortie direct, télédiffusion, TV.
Situation: calme, tea-room à 20 m.
Parc à voitures, ascenseur, vue, jardin.

1820 Territet-Montreux
Av. de Collonge 9
✆ (021) 963 0 967
Arrêt de bus Les Laurelles: (à 30 mètres)
Gare à 5 minutes