Courrier des lecteurs

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Générations plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): **- (2012)**

Heft 36

PDF erstellt am: **04.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

LES RAYMONDISES

Notre ange de service, Raymond Jan, prend de la hauteur. Il nous offre son regard tendre et terriblement lucide.

Chirurgie, est-ce tes tics?

OK, je suis d'accord avec vous. La chirurgie esthétique peut vous être très utile si vous êtes légionnaire romain et que vous sortez d'un «entretien» avec Obélix ou que vous avez confondu le fer à repasser avec le téléphone. Dans ce cas, se faire refaire une oreille ou toute la façade est vraiment nécessaire.

Mais... je lis le dernier *Générations Plus*, page 32, et je me pose cette question: «Qu'est-ce qui pousse tant de monde à s'intéresser à la chirurgie esthétique?» Je parcours l'article en zigzag et mes yeux butent sur des mots barbares: lifting – ondes thermiques – injections de toxine botulique – acide hyaluronique – liposuccion, etc., etc.

Un dénominateur commun émerge: «RAJEUNISSEMENT». Les mots «rides – bajoues – plis et joues émaciées» font tellement peur à certaines personnes qu'elles préfèrent les énormes frais, les risques et les effets secondaires qui découlent d'une intervention chirurgicale. Intervention qui a pour mission de gommer les effets naturels d'un âge mal accepté ou jugé comme un facteur très pénalisant.

Le Centre genevois d'information sur la chirurgie esthétique a le grand mérite de nous informer sur les risques et les mauvaises surprises d'une telle opération. Mais ne serait-il pas plus judicieux de créer un Centre de mise en confiance? Un centre qui nous apprendrait que les seules rides qui ont une influence sur notre vie sont les rides du cœur. Un centre qui nous assurerait qu'un sourire accompagné d'yeux lumineux est totalement gratuit et transforme surtout le regard que les autres ont sur nous. Les petits défauts de notre corps, ce qui à nos yeux peut paraître honteux et tout ce que nous imaginons «moins bien» que l'autre, s'estompent et disparaissent totalement si nous acceptons notre physique.

Je vous le dis, Mesdames, Messieurs, avec le sourire, vous êtes superbes. Pourquoi vouloir tricher? Pourquoi vouloir aller contre le cours du temps? Même si notre société carbure au bluff et que nous croyons faire illusion, notre maître le Temps gagnera sans discussion possible.

Quant à moi, je dois reconnaître que lorsque l'on refermera mon cercueil, cela me fera bien plus plaisir d'entendre «c'est bien dommage, il était sympa...» qu'«il fait vraiment jeune et puis t'as vu comme il est bronzé».

COURRIER DES LECTEURS

G34 A propos des vélos électriques

Un problème de poids

J'ai fait l'acquisition d'un vélo électrique il y a une année environ. Il est indéniable que c'est une aide non négligeable lorsqu'il s'agit d'affronter une côte ou pédaler contre le vent, fréquent en Valais.

Ce que je déplore en revanche c'est un aspect important, je veux parler du POIDS de l'engin. En effet, toutes marques confondues, même en démontant la batterie, le poids se situe toujours plus ou moins autour de 20 kg.

(...)

Etant détenteur d'un abonnement général, je me déplace en transports publics et cela me convient très bien. Pourtant, même si le Valais offre de multiples possibilités de découvertes et de randonnées, l'on a parfois des envies de changer d'air en Suisse, voire à l'étranger. Pourquoi alors, ne pas emporter occasionnellement, son bijou avec soi (ce que j'ai souvent fait auparavant). C'est maintenant que ça se corse pour le caser d'une part, mais surtout pour le suspendre, que se soit dans nos trains directs ou à l'arrière des cars postaux.

Autre problème avec les trains à deux étages qui sont équipés d'un endroit prévu pour les vélos relativement facile d'accès. Le hic, c'est que cette place est très souvent encombrée de choses telles que poussettes, valises, etc. qui n'ont rien à y faire. Autrement dit soulever un poids au risque de se démettre une épaule ou palabrer pour que l'on veuille bien vous faire une place sont autant de désagréments pas particulièrement appréciés. Cela signifie aussi qu'une escapade qui devrait être un moment de plaisir et de détente se transforme en une corvée dont on se serait bien passé. En fait si l'on veut appliquer l'adage: «Va et découvre ton pays», il faut être en possession d'une voiture équipée d'un porte-vélo adéquat ou se rabattre sur la solution de la location d'un vélo à l'endroit où l'on se rend. Notre vélo électrique «dormant» tranquillement, inemployé à la maison.

Je ne regrette malgré tout pas la dépense, cela permet même si l'on n'a plus l'énergie de ses 20 ans, de s'évader dans la nature à son rythme pour se faire du bien et s'accorder quelques instants de bonheur. Dommage – comme toute médaille a son revers – que vous ayez omis dans votre article d'attirer l'attention (avec mes excuses si je tape sur le clou...) sur un problème qui est une contrariété de «poids»...

Jean-Jacques Mäusli,
Sierre (VS)

***Générations Plus* et *Payot Libraire* ont le plaisir d'offrir à**

Jean-Jacques Mäusli

pour son courrier, un bon cadeau d'une valeur de 100 fr. à faire valoir dans toutes les librairies Payot et tous les magasins Nature & Découvertes de Suisse.

Ecrivez-nous à *Générations Plus*, courrier des lecteurs, Fontenailles 16, 1007 Lausanne ou courrier@generationsplus.ch.

PAYOT
LIBRAIRE

G35 A propos de la digestion

Des graines talentueuses

Votre fiche pratique concernant les intestins a retenu mon attention et je vous apporte quelques précisions supplémentaires, concernant le psyllium, un produit que l'on trouve en droguerie.

Les graines de psyllium sont bourrées de... talent! Elles ont des propriétés anti-inflammatoires et font baisser le cholestérol. Mais elles sont surtout connues pour combattre la constipation. Absorbées avec beaucoup d'eau, elles gonflent et stimulent l'activité intestinale. A noter qu'elles agissent également contre la diarrhée, car les graines peuvent aussi fixer beaucoup de liquides.

Prises avec un peu d'eau, elles régularisent les fonctions en absorbant le liquide excédentaire dans l'intestin.

Charles Fayet,
Vevey (VD)

G34 A propos de l'amour, les secrets des couples qui durent

Petit sondage sur l'amour

Amour, mais c'est quoi ce sentiment? Cet état qui bouleverse, qui fait trembler qui fait que le soleil brille les jours de pluie ou qu'il devient invisible même en plein jour. Comment cerner un sentiment si différent pour chacun et de plus en constante mutation. Après moult réflexions, j'ai décidé de me lancer dans un sondage. Tout le monde sonde tout le monde.

Attentive et pleine de bonne volonté, un peu à l'écart, j'épiais l'agitation de la foule, lorsque je les ai repérés. Comme seuls au monde, deux amoureux s'enlaçaient au milieu de l'indifférence générale. J'ai bien regardé autour d'eux, j'ai traqué les ondes spéciales, de toutes mes forces, j'ai scruté l'invisible, une aura... rien. Je me suis approchée.

- Excusez-moi, c'est pour un sondage. Pour vous, l'amour, c'est quoi?

Ils ont éclaté de rire et lui, fanfaronnant et l'emmenant bien vite m'a crié:

- Ça se voit pas, non?

Oui, ça se voyait, mais ce n'était pas ce que je cherchais, ce qui me ferait comprendre, ce qui me rassurerait.

Au même moment, un homme arrivait. Un long manteau râpé, les souliers rabotés, le nez planté sur son chemin.

- Monsieur, pour vous, l'amour c'est quoi?

Il a à peine relevé la tête et il a bougonné.

- Des ennuis supplémentaires et il a continué son chemin.

Pas découragée, je me suis dirigée vers une femme tout échevelée qui d'une main portait un gros sac de commissions et de l'autre, traînait un petit enfant qui ne voulait plus avancer.

- Madame, pour vous l'amour, c'est quoi?

- Ce n'est en tout cas pas la vie que j'ai. Si l'amour existait vraiment, mes soucis seraient divisés par deux et elle continua son chemin.

Bon, je n'avais rien appris que je ne savais déjà, mais, je décidais de continuer mon enquête tous les jours un petit peu. C'est par hasard, au détour d'un chemin, que je les vis arriver. Ils avançaient à petits pas lents, main dans la main; leurs yeux brillaient tandis que leurs visages un peu chiffonnés respiraient la sérénité. Il lui parlait et elle, ben, elle riait. Elle avait un rire de jeune fille. Elle était habillée comme un arc-en-ciel avec un drôle de petit bonnet vert qui dansait sur ses cheveux blancs. Elle s'était faite belle pour lui. Lui, il était tout pimpant. Le pli des pantalons au cordeau, les souliers rutilants, emmitouflé dans une jaquette bariolée tricotée par elle. Il était comme habillé d'amour. Je n'ai pas résisté.

- Excusez-moi, mais vous avez l'air si heureux, vous devez avoir trouvé le secret. Pour vous, l'amour c'est quoi?

Ils se sont assis sur un banc tout proche et, en même temps:

- Oh! Ma petite dame, ce n'est pas aussi simple que ça. L'amour, c'est capricieux, ça s'endort puis... ça oublie. C'est exigeant, c'est fatigant, ça peut même rendre fou. C'est aussi parfois comme une drogue qui vous rend esclave puis... quelques fois il se fait magicien et alors... il nous donne des ailes, mais il sait aussi se faire lourd comme un poids énorme. N'oubliez jamais, ma petite dame, que comme patron, il n'y a pas plus exigeant. Car il faut travailler tous les jours, même le dimanche, et avec lui, il n'y a pas de vacances; pour le garder, pour l'apprivoiser, pour l'amadouer, pour le charmer, l'étonner, il faut se faire poète, Don Juan. Ah, j'oubliais! Il faut surtout être vrai, rire et pleurer ensemble.

Elle, elle approuvait en hochant la tête, ce qui faisait que le petit chapeau vert, perché sur ses cheveux blancs, dansait de plus belle. Puis, l'homme lui prit la main et sérieusement, il a dit:

- Ma petite dame, dites aux jeunes amoureux que, peut-être, l'amour réussi c'est lorsqu'à notre âge, main dans la main, nous pouvons nous retourner sur le chemin de notre vie et que nous y voyons briller depuis des années nos deux traces bien parallèles et si, parfois, on n'en voit qu'une, c'est tout simplement parce qu'un des deux portait l'autre lorsque son ciel se faisait trop lourd.

Nicole Besse Monnard
Les Marécottes (VS)