# Champions et alcool

Autor(en): **Besancet, L.**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin**

Band (Jahr): **8 (1951)**

Heft 11

PDF erstellt am: **31.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-996582

**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**

*L'équipe s'est brillamment comportée, relate la presse, tenant tête aux as de la montagne.*

*Le monde de la solitude glacée, celui qui ne se livre qu'au prix de rudes efforts, Louis l'affectionnait. Bien sûr, son monde, il le sentait quand, serrant le manche à balai, les ailes de son appareil battaient l'air des hauteurs. Mais le garçon des Bioux, de la Vallée de Joux, né au bord du Lac ceint de forêt, restait lié à son domaine.*

*Aspiré par ses études à Lausanne, il gravit les échelons jusqu'aux degrés de l'Université. Il s'oriente vers la géologie. Toucher à trois mondes : le ciel, la terre, le sous-sol, tenir entre ses mains les rênes de ce triple attelage, quel calme souverain dût-il habiter chez son conducteur !*

*Son visage éclate de santé. Nul signe de sécheresse de trait; plutôt des joues bien irriguées de vie. Son regard se pose sur vous comme le soleil d'été s'imprime sur l'eau du Lac.*

*Un philosophe grec dit des pierres qu'elles sont muettes, qu'elles parlent ou qu'elles chantent. Le regard de Louis chante. La jeunesse d'abord; puis l'expression propre aux êtres virils côtoyant l'effort à toute heure de leur vie; des yeux qui s'ouvrent vers un idéal qu'une humanité piétine sans relâche. Ce masque volontaire habite un corps d'athlète, aguerri aux sports. Il nage, s'adonne à la gymnastique, à l'athlétisme. L'hiver, il foule les champs de neige de Suisse, d'Autriche ou d'ailleurs, en champion.*

*Ce corps, tissé d'esprit et de chair, plongé dans ces multiples éléments de la terre, se préparait à voler plus haut, à gagner le monde que les jeunes hommes tâtonnent en aveugles dans leurs actes.*

*Louis Berney, chef de file de la jeunesse, était l'un d'eux. Être le maître d'un avion-fusée, n'était-ce pas son rêve secrètement caressé ! Il l'avait réalisé peu après son passage au Gros-Bois, ce printemps.*

*Les fils du tissage se sont rompus. Le vol, à la rencontre des horizons supra-terrestres, est à jamais consommé. Une énigme pour nous.*

*Gardez en votre cœur, vous qui l'avez connu, le souvenir de son passage et de son éternelle jeunesse.*

La Forge, Aigle, 26 octobre 1951.

*CLAUDE.*

# CHAMPIONS ET ALCOOL

Le numéro d'août de notre journal a été particulièrement apprécié par nos lecteurs, avertis des dangers auxquels s'expose quiconque consomme de l'alcool.

Ceux qui ignoraient nos préoccupations à cet égard, auront lu avec non moins d'intérêt les témoignages catégoriques des grands « champions » de l'heure.

La valeur de cette argumentation étant indiscutable, il ne reste aux intéressés qu'à faire usage de ces expériences et d'en tirer profit en s'appliquant, durant les périodes d'entraînement intense, par une abstention totale d'alcool et de tabac, sous n'importe quelle forme, en vue de la meilleure réussite possible. De l'application de cette règle dépendra le succès de leur effort physique.

Les grands champions, c'est entendu, constituent une catégorie particulière d'individus. Mais la majorité des sportifs qui n'aspirent pas à atteindre un record, sont-ils convaincus que pour eux aussi la règle de l'abstinence soit tout aussi favorable ? L'affirmative est un fait certain et la recommandation de Bibi TORRIANI, appliquée sur lui-même d'abord, puis chez ses juniors de Davos, constitue une preuve « irréfutable » de la meilleure qualification, résultant de l'abstention de l'alcool et du tabac.

Après en avoir donné la preuve, il en cite le moyen, particulièrement accessible à la jeunesse :

« Il suffit de ne pas commencer ».

Prévenir vaut mieux que guérir, dirons-nous aussi.

Prenons son témoignage au sérieux et allons droit au but. Ne nous laissons pas influencer par les opinions divergentes ou par les jouisseurs emportant leur alcool jusque sur les plus hautes sommités de nos Alpes. L'alpiniste averti n'approuvera jamais cette consommation abusive d'alcool sur nos grands sommets. La théorie du coup de fouet a fait son temps. Du reste, à un vieux comme à un jeune cheval, l'avoine a toujours produit meilleur effet que le coup de fouet.

Nous disposons actuellement de nombreux produits fortifiant le corps, désaltérant à souhait et redonnant après le suprême effort le sentiment de disponibilité parfaite, qu'il serait vain de rechercher dans une fiole d'alcool ou de vin. Pour prévenir les surprises en haute altitude, nous recommandons d'emporter :

du sucre en morceaux,

des fruits secs,

du café noir chaud, dans un thermos soigneusement protégé,

des citrons,

du sucre de raisin,

quelques tablettes d'ovosport.

Il nous est arrivé de remettre sur pieds des indisposés par l'altitude ou l'épuisement, en leur faisant consommer successivement une dizaine de morceaux de sucre ou absorber quelques gobelets de café noir chaud.

En outre, mieux que la bouteille de blanc en cabane, faites-vous préparer un pot de thé de menthe. D'abord, les feuilles sèches pèseront moins dans votre sac durant toute la montée. Ensuite, l'effet de cette boisson réchauffante sera très favorable à la digestion rendue souvent plus difficile après les efforts fournis pour monter. Il arrive aussi que l'eau fasse défaut sur l'arête de rocher ou en varappe. Les citrons et les fruits secs seront alors les bienvenus.

La pratique de l'abstinence totale ne m'a jamais handicapé, ni en montagne, ni au service militaire. Bien au contraire, l'état de disponibilité constante est une chose très appréciée des supérieurs. L'effort de volonté, nécessaire à qui veut pratiquer l'abstinence, produira finalement chez celui qui s'y entraîne des qualités accrues de caractère, d'endurance et de persévérance, qu'il lui sera facile de mettre en valeur, dans n'importe quelle circonstance de sa vie, et dont il sera lui-même le premier bénéficiaire.

**L. Besancet.**