

**Zeitschrift:** Le conteur vaudois : journal de la Suisse romande  
**Band:** 3 (1865)  
**Heft:** 14

**Artikel:** Délassement hygiénique  
**Autor:** S.B.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-178013>

#### **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:** 26.01.2026

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

gare depuis la ville ou vice-versa ; par la surface du sol, par la profondeur, c'est-à-dire par tunnel, ou par l'air atmosphérique. Le chemin par la surface du sol a un grand inconvénient, celui d'être fort cher, de couper, morceler et abîmer de magnifiques campagnes et des terrains d'une grande valeur. Le chemin aérien, au moyen de ballons fixés à des câbles, aurait son avantage, mais il projetterait une ombre bien grande sur les pampres qui mûrissent sur ces coteaux, et cela coûterait sans doute de grosses indemnités ! Pour toutes ces raisons, je préférerais un tunnel.

*Cinquième ingénieur.* Vous m'avez volé mon idée. Cependant je suis sûr que vous pensez au tunnel qui aboutirait à l'ancienne poste ; celui-là je le repousse ; il serait trop en pente, et offrirait trop peu d'espace à l'entrée et à la sortie. Je préférerais beaucoup un tunnel horizontal qui aboutirait, selon mes calculs, à 50 pieds plus bas que le lit du Flon, au centre réel de la ville, aux environs de la place du Pont. De là, quelques escaliers seulement rendraient hommes et bagages, sans la moindre fatigue, au milieu de la ville. Cela forcerait l'autorité à faire enfin quelques frais pour l'embellissement de ces quartiers industriels si intéressants et si déshérités jusqu'ici.

*Sixième ingénieur.* Mes chers collègues, il y a du bon dans toutes vos idées, mais elles sont exagérées. Permettez-moi de vous proposer un tracé unique, qui ne sera, il est vrai, ni plat ni direct ; peut-être même qu'on n'y passera pas beaucoup ; du moins aussi longtemps qu'on n'aura pas démolie l'ancienne poste, le Casino et l'église de St-François, ce qui doit arriver une fois. Ce tracé passerait en diagonale par le cœur de *Beau Séjour* et donnerait à cette magnifique propriété sa véritable valeur ; de là il se dirigerait par de forts remblais et en coupant deux fois la descente pavée, sur la gare. Je crois que c'est le tracé de l'avenir, parce qu'il tient le juste milieu entre vos opinions.

*Septième ingénieur.* Messieurs, puisque c'est maintenant à mon tour, permettez-moi de résumer vos opinions, en ma qualité de président. Le tracé aérien pourra toujours se faire : les ballons se gonflent avec du gaz à éclairage, cela dépendra uniquement des conditions que voudra bien faire la société du gaz. Les tracés souterrains méritent d'être étudiés et obtiendront peut-être une fois la préférence. Cependant, vu l'obscurité qui y régnera, ils n'excluront pas les autres routes. Les routes actuelles ont des défauts, mais on ne peut pas les supprimer, elles resteront donc. Tâchons d'en construire de nouvelles qui s'éloignent autant que possible des anciennes et qui deviennent en quelque sorte les boulevards et les artères d'une ville nouvelle. Je suis pour un tracé par Clos-Java ; mais comme la population du Maupas criera certainement que c'est trop éloigné, il me semble indispensable, afin de préparer un tracé à l'occident, qui relie ces quartiers avec la gare, de commencer par bâtir Montbenon : et j'en fais la proposition formelle.

A la votation, il fut convenu qu'on ferait de nouvelles études avant de prendre un parti définitif. Cependant, et afin de faciliter les projets ultérieurs, il fut décidé à l'unanimité que l'on conseillerait de bâtir Montbenon !

Et voilà pourquoi l'on veut à tout prix acheter *Riant-Site* !

\*\*\*

### Délassement hygiénique.

En lisant dans un journal le projet de transformer en promenade et jardin d'hiver les arcades du Grand Pont, et la mordante satire qui en a été faite par le plus malin des correspondants du *Conteur*, il m'est venu une idée dont la réalisation est des plus faciles et dont le résultat serait bien meilleur pour la santé qu'une simple promenade. Bien que la promenade ait son utilité et qu'elle soit recommandée à toutes les personnes qui mènent une vie sédentaire, il est reconnu qu'elle n'exerce pas nos membres d'une manière suffisante.

Pour remédier à ce défaut d'exercice, on a conseillé la *gymnastique de chambre*, et l'on a publié sur ce sujet un excellent ouvrage. Mais ces exercices gymnastiques sont en général faits avec trop peu de régularité et bientôt abandonnés ; ils conviennent plutôt à des gens malades qu'à des gens en santé. Il faut, pour donner de la vie à ces exercices, des séances régulières, il faut un peu de stimulant, un peu d'émulation ; en un mot il faut que ces exercices, adaptés à l'âge et au sexe, soient faits en société.

Réunissez-vous par groupes de dix à quinze personnes, adressez-vous à M. Villard, au Valentin, lequel a fait construire, on dirait exprès pour vous, une grande et belle salle, munie de tout ce qu'il faut pour faire des exercices gymnastiques. Essayez, comme nous l'avons fait, et, j'en suis sûr, vous aurez lieu de vous en féliciter.

Dans le premier acte, les exercices préliminaires propres à donner l'entrain nécessaire sont faits au son de la musique, ce qui ne tarde pas à amener le rire sur toutes les physionomies. — Impossible au pédagogue le mieux cuirassé de se retenir. Aussi tout le monde rit, c'est décidé, et les bons mots pluvent à l'envi. N'allez pas vous fâcher, prenez-les du bon côté. Il y a plus là que l'exercice si salutaire des bras et des jambes, il y a aussi une certaine gymnastique du caractère.

Si nous avions le temps, nous pourrions bien vous citer une cinquantaine de classes de personnes à qui la gymnastique serait bonne, nous en parlerons dans un prochain numéro.

S. B.

### Ma bourse.

(Air: *Dans un grenier, qu'on est bien à vingt ans.*)

Oh ! ce matin, je m'éveillai bien triste !

Est-on joyeux quand on n'a plus un sou ?