

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 9 (1979)  
**Heft:** 10

**Rubrik:** Les conseils du médecin : dernière étape

#### **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:** 04.02.2026

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



## Les jeunes parlent aux aînés

Sophie

# «Ah, ces jeunes qui font du stop...»

De retour d'un voyage en Irlande, pays dont je suis tombée amoureuse (je vous en reparlerai), l'idée m'est venue d'aborder un sujet souvent controversé: l'auto-stop.

Le rapport entre l'Irlande et l'auto-stop? Durant notre périple en voiture, nous avons eu maintes occasions de prendre des «stoppeurs» de nationalités très diverses, de la Norvège au Canada en passant par l'Allemagne. En effet, beaucoup de jeunes un peu «fauchés» choisissent ce moyen de locomotion pour visiter un pays. A leurs risques et périls. En discutant avec nos passagers, je me suis rendu compte que cette manière de voyager, bien qu'économique, ne présente de loin pas que des avantages. Deux jeunes filles belges avec qui nous avions sympathisé nous ont raconté qu'elles avaient pris le train jusqu'en Angleterre: «L'auto-stop, en Belgique comme en France et en Suisse, devient très dangereux, surtout pour deux filles. En Irlande, par contre, c'est le monde à l'envers, le paradis: personne ne cherche à nous ennuyer, les gens se mettent en quatre pour nous rendre service...»

Oui, en Irlande, car ce pays est l'un des rares où le savoir-vivre est encore de rigueur et où deux jeunes filles peuvent voyager librement, sans arrière-pensée. En Suisse, la situation est très différente; l'auto-stop est certes un moyen de locomotion bon marché, mais il y a le revers de la médaille: le

charmant monsieur seul qui vous accueille dans sa belle voiture a souvent des intentions secrètes: des banalités qu'il raconte, il en vient à demander suavement: «Vous êtes libre, ce soir? Nous pourrions manger ensemble. J'ai un petit studio qui vous plaira. Vous me plaisez d'ailleurs aussi...»

Et la passagère de se ratatiner de plus en plus sur son siège, ne sachant pas quelle attitude adopter: se taire ou envoyer l'interlocuteur trop empressé sur les roses?

Et puis il y a bien pire: le monsieur, toujours souriant au début de la conversation, qui se fâche tout rouge parce que vous refusez ses avances et qui se met à proférer des injures, voire des menaces...

Je ne suis pas gaie, je sais. Il faut dire qu'ayant été moi-même importunée par de «gentils chauffeurs» qui m'avaient ouvert la porte de leur voiture, je parle en connaissance de cause. J'ai tourné la page «auto-stop» et je ne lève plus le pouce au bord des routes!

En Irlande, par contre, l'auto-stop n'est nullement réservé à une minorité de jeunes plus ou moins marginaux. Au contraire. C'est une manière de voyager reconnue au même titre que le bus ou le train. Tout le monde fait du stop. De la ménagère éreintée par le poids de ses cabas, au gosse de 10 ans qui a manqué son bus, en passant par le grand-père que ses jambes ne soutiennent plus guère. Sans oublier les heureux touristes sac au dos, qui sillonnent le pays.

Nous n'avons pas regretté d'avoir pris nos auto-stoppeurs. Ce fut une façon agréable de nouer des contacts humains et surtout de rendre service à celui qui, parfois, attendait depuis 3 ou 4 heures au bord de la route!

Ce fut aussi une occasion de constater qu'il est encore possible, dans certains pays, de faire de l'auto-stop sans mettre sa vertu ou sa vie en danger.

Un jour peut-être pourra-t-on, en Suisse aussi, voyager en «stop» et cela en sécurité, mais il faudra auparavant que chacun ait appris ce qu'est le respect de l'autre. Utopie?

Sophie Baud

## VOYAGE DE RÊVE...

3 jours  
du 5 au 7.10.1979

EN AUTOCAR...

**l'Alsace**

Fr.

**335.-**

Tout compris

## Les conseils du médecin



Professeur Eric Martin

# Dernière étape

S'aventurer vers les quatre-vingts avec brusquement un sérieux accroc dans une santé jusqu'alors sans histoire, cela incite à faire le bilan d'une existence déjà longue et à réfléchir à la signification d'un avenir certainement limité, dont on ne peut prévoir ni la «consistance» ni la libre disparition. Il importe avant tout de chercher à ne pas trop mal finir l'aventure.

Certes la vie m'a beaucoup donné, j'ai été en toutes choses abondamment privilégié, trop peut-être puisque je n'ai pas eu à fournir l'effort nécessaire à une véritable réussite; mais les circonstances m'ont apporté beaucoup de satisfactions et des expériences enrichissantes, sans qu'elles fussent dues à mes mérites personnels. Je suis encore attaché à la vie par des liens multiples, mais comment ne pas dissimuler une certaine lassitude faite d'un sentiment d'inutilité et d'inaction, car il ne faut pas se leurrer, la société se passe fort bien du quatrième âge.

Juger une vie, apprécier sa réussite est fort difficile car ni la richesse, ni les honneurs, ni les titres ne pèsent dans la balance.

Une première préoccupation est de ne pas peser sur son entourage, sur sa famille, sur les enfants; ne pas être grognon, exigeant, maussade et inerte.

Je ne laisse aucune œuvre de valeur, je n'ai pas l'inspiration, ni le talent pour écrire un roman, et mes souvenirs ne



1188 Gimel  
Tél. 021/74 35 61

1005 Lausanne  
Marterey 15  
Tél. 021/22 14 42

peuvent intéresser qu'un cercle limité de proches. Ce qui ne veut pas dire que je ne tenterai pas de mettre sur du papier ce que j'ai vécu, ce que j'ai espéré, et les quelques succès que j'ai obtenus, ne serait-ce que pour essayer de laisser une image de moi-même, dissiper quelques malentendus et révéler peut-être des aspects inconnus de ma personne.

Mais ce qui importe c'est de continuer à vivre et à bien utiliser le temps qui reste.

Les petits papiers que j'envoie aux journaux n'ont aucune prétention; ma satisfaction est grande de savoir qu'ils sont lus et que parfois ils ont apporté un encouragement. En somme j'ai été un amateur disponible et je crois désintéressé. Je cherche à demeurer un être social, à cultiver l'amitié, à retrouver les anciens, les collègues avec lesquels j'ai en commun tant de souvenirs et qui dans la retraite se sentent unis par une expérience exempte d'amertume et de rivalité. Lorsqu'on a perdu sa compagne, il faut aussi apprécier les amitiés féminines qui apportent à notre solitude une présence dont la qualité est précieuse.

Il ne faut pas se laisser aller à la «déprime» engendrée par l'inaction, les heures longues, la séparation de ceux qui vous étaient chers, les amis et les nombreuses personnes qui sans le savoir, à un moment donné nous ont apporté quelque chose d'essentiel, un geste, une parole, un message.

Pourquoi ne pas cacher une certaine anxiété à l'égard de l'avenir, et en particulier celui des petits enfants, si riches en promesses et dont la jeune personnalité se façonne dans un monde inquiétant, où les vraies valeurs sont escamotées et où sévit la médiocrité.

Il faut utiliser les jours, les semaines, les mois, quelques années peut-être, qui nous sont réservés, à chercher la qualité, c'est-à-dire ce qui apporte un sentiment d'enrichissement, de joie intérieure, de sérénité.

Il y a tant d'existences qui se terminent tristement, interminable étape, où la vie se retire à petits feux. Pour ceux qui ont la chance d'avoir la tête claire et le cœur chaud, il faut faire l'effort et mériter ce privilège.

Certes, nous ne sommes pas entièrement responsables du cours de l'existence et de son achèvement, mais dans la mesure de nos forces et pour «l'honneur d'être un homme» selon l'heureuse formule de Robert Debré, il faut tenir bon jusqu'au bout, et ne pas craindre de témoigner.

D<sup>r</sup> E. M.



**Chatchien  
& Cie**

Myriam Champigny

## **Victimes sans défense**

Les histoires d'animaux ne sont pas toujours faciles à écrire. Il faut se garder de bêtifier et de se complaire dans le récit d'anecdotes trop mièvres. Il ne faut pas non plus attrister le lecteur par des histoires pénibles d'animaux martyrisés. Les amis des bêtes ne le savent que trop: chiens et chats, sans parler de tous nos autres frères à fourrure et à plumes, souffrent, par millions, de la cruauté humaine. Pourtant aujourd'hui — une fois n'est pas coutume — je voudrais partager avec vous ma peine et ma colère.

Un soir de juillet, mon amie Rosa<sup>1</sup> trouve sa vieille chatte «La Puce» couchée sur le flanc, haletante, la bouche pleine de terre. Dans l'épaule un trou sanglant. Une radiographie révèle qu'il ne s'agit pas d'une simple fracture mais que les os sont totalement fracassés. Par ailleurs la blessure ronde prouve que la chatte a été prise comme cible. Et ceci à quelques mètres de chez elle, en plein village. «La Puce» est justement prête à

mettre bas. On sent les petits bouger dans son ventre. Mais elle souffre trop. Le nerf est sectionné, la patte est irréparable. Faire une césarienne? Amputer la jambe entière? Dans son état, elle ne supporterait même pas la narcose. Il faut l'endormir. Rosa et moi sortons de chez le vétérinaire en pleurant. Quelques heures plus tard il nous téléphona pour dire qu'il a trouvé, à l'autopsie, le projectile éclaté: c'est un vrai plomb de chasse tiré par une vraie carabine. Qui a si lâchement attaqué cette brave bête qui, l'an dernier encore, avait adopté le chaton orphelin que je lui avais présenté? Qui a fait souffrir ainsi cette belle tricolore au long poil soyeux, cette chatte si douce et si sage que, pendant treize longues années, Rosa avait tant aimée? «La Puce et moi, on n'avait pas besoin de se parler. On se regardait et on se comprenait» me dit mon amie en retenant ses larmes.

Une deuxième histoire, courte, sinistre: en pleine nuit, une auto s'arrête à l'entrée d'un village. Pendant d'interminables secondes on entend des hurlements de chat. Puis un silence effrayant s'établit. La voiture redémarre à toute allure. On n'arrive pas à déchiffrer le numéro minéralogique. Sur la route, un chat mort, étranglé.

Quant à la troisième histoire, j'ose à peine l'écrire. Il s'agit d'une petite chatte de quatre mois dont je connais très bien les propriétaires qui l'adoraient. Ils l'ont trouvée transpercée par une barre de fer qu'on lui avait enfoncee dans le vagin. Ses mamelles avaient été coupées à la pince.

MC

<sup>1</sup> Voir *Aînés* du mois de mai 1979: «Chats, fleurs, hirondelles.»

