

<b>Zeitschrift:</b>	Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
<b>Herausgeber:</b>	Aînés
<b>Band:</b>	13 (1983)
<b>Heft:</b>	11
<b>Rubrik:</b>	Savez-vous planter les choux? : dernier coup de collier

### 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:** 23.02.2026

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

tournez dans le couloir et repérez la sortie de secours; comptez les portes depuis votre chambre, vérifiez si la sortie est ouverte... Pourriez-vous la retrouver les yeux fermés? Répétez ces gestes pendant votre séjour.

Voyez si des consignes sont affichées (portes d'armoire parfois). Voyez comment s'ouvrent les fenêtres (si elles s'ouvrent... pour suivre les consignes données dans «Aînés» d'octobre).

Demandez à la réception qui avertit en cas d'incendie. Gardez toujours votre clé sur la table de nuit.

## 2. Le feu

Si vous pensez qu'il y a le feu, ne sortez pas dans le couloir pour voir.appelez les pompiers d'abord (nom de l'hôtel, étage, chambre) puis la réception. Et restez dans votre chambre. Colmatez les ouvertures avec des draps, linges, papier WC mouillés. N'oubliez pas les bouches d'aération. Restez à ras du sol, accroupis ou rampez. N'ouvrez pas la fenêtre sinon pour installer un signal (foulard, linge) brièvement et à peine.

## 3. Sortir?

Avant, tâchez la porte en haut. Si le haut est froid, on peut tenter une sortie, en ouvrant à peine et doucement; refermez si vous voyez des flammes. Une porte fermée protège bien. Vous aurez auparavant pris votre clé (toujours sur la table de nuit, afin de n'avoir jamais à la chercher) car certaines portes se referment automatiquement et vous devez pouvoir revenir, si le passage est coupé. Si tout est clair, allez à la sortie de secours, sans courir, à quatre pattes s'il y a de la fumée. Refermez toujours toutes les portes. Si la fumée est épaisse retournez à votre chambre. Ne jamais, jamais utiliser un ascenseur qui peut se bloquer à tout moment.

## ... et encore

Il faut aussi repérer les sorties de secours dans des lieux publics: cinéma, salle de danse, etc... Ne pas devenir cependant des obsédés du feu, même s'il est normal de poser des questions et de se préparer à garder son sang-froid.

J. Ch.

## Le mois prochain:

«Les chocolats de Noël».



## Savez-vous planter les choux?

Michèle Dizerens-Sugnaux

# Dernier coup de collier

Il ne reste plus grand-chose à faire au jardin, mi-novembre marquant pour nos régions le début du grand repos hivernal. Alors, en route pour le dernier coup de collier de l'année!

## Au potager

Vous pouvez procéder à la récolte des carottes pour la conservation, ainsi qu'à celle du céleri-rave, du chou-navet, etc. Il est temps de mettre en place les protections contre le froid: bâches, châssis, cloches, etc.

Les poireaux peuvent passer sans problème tout l'hiver sans protection. Prenez toutefois la précaution de recouvrir de feuilles une partie de la culture; cela vous permettra d'arracher quelques poireaux, même en période de fortes gelées. Ensuite, il suffira simplement de déplacer ces feuilles au fur et à mesure des besoins en légumes. Certains semis ou plantations peuvent encore se faire en novembre, tels l'ail, les carottes à forcer, le cerfeuil, les choux-fleurs durs, les épinards, les radis à forcer. Expérience faite, les récoltes sont souvent décevantes, à moins de donner des soins attentifs dans le froid (enlever les châssis, par temps clément, les remettre sans faute chaque soir, etc.).

## Au jardin

Vos rizomes de dahlias, vos oignons de glaïeuls et de bégonias séchent sur des claires et vos géraniums hivernent à la cave en pots (ne les arroser qu'une à deux fois pendant l'hiver) ou suspendus tête en bas. N'attendez pas les premières gelées pour mettre à l'abri les orangers, camélias, laurier-rose.

Novembre est aussi le mois de la dernière tonte du gazon, du butrage des rosiers et de leur légère taille de nettoyage. Vers la fin du mois, vous pourrez planter les arbres fruitiers, pour autant que votre terrain soit léger. Si votre terre est argileuse, attendez février/mars. Si le temps n'est pas trop

froid, vous pouvez commencer la taille des fruitiers déjà en place, sans attendre la chute complète des feuilles. N'oubliez pas ces règles très simples: arbres faibles: taillez tôt et court; arbres vigoureux: taillez tard et long; sensibles au froid: taillez tard.

## Conservation

La mode est à la surgélation des légumes et fruits. Il est vrai que cette méthode offre de multiples avantages et que si l'achat d'un surgélateur est coûteux, son amortissement s'effectue en moins de deux ans pour une famille nombreuse. Par contre, pour un couple, la surgélation reste un moyen onéreux.

La petitesse des appartements et des caves ne permettant plus le stockage «au naturel», et la stérilisation des aliments réservant souvent plus de déceptions que de réussites, il reste la dessiccation

A peu près tous les légumes et fruits se prêtent au séchage. L'emploi d'un séchoir électrique est à conseiller (pour un investissement de Fr. 100.-/120.-, il faut compter environ deux saisons pour son amortissement). Avec cet appareil, vous sécherez des carottes râpées (c'est délicieux en mélange avec des fruits secs), des bananes, des abricots, des pommes, des poires, des pêches, etc., des pommes de terre, des haricots, des poireaux, des tomates (en tranches huilées, idéal pour les pizzas), etc.

Pensez également à préparer à l'avance vos soupes de l'hiver: coupez en julienne tous les légumes dont vous disposez et faites sécher. Stockez soit en bocaux — n'importe lesquels, pourvu qu'ils aient un couvercle à visser — soit en petits sacs de coton que vous assortirez au décor de votre cuisine. Vous pourrez ainsi les garder à portée de main.

Si vous préférez la conservation en bocaux, pensez à poser sur les couvercles des rondelles de tissu multicolore. Même à la cave, ces taches de couleur égayeront l'hiver.

M. D.-S.

