

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2014)  
**Heft:** 60  
  
**Rubrik:** Corps et âme : la béquille sur l'épaule

### **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:** 01.02.2026

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



DEPUIS 2001

VitaActiva

# Le bain rendu facile

avec nos baignoires à porte VitaActiva

- Installations dans toute la Suisse depuis 2001
- Installation rapide, en un jour
- Pas de nouveau carrelage ni de faïence nécessaire
- Grand choix de baignoires, formes, dimensions et couleurs
- Sur tous nos modèles possibilité d'équipements spéciaux tel que bain à bulles

**Demandez notre brochure en couleurs gratuite!**

**24H**

**Téléphone gratuit:  
0800 99 45 99**

Oui, envoyez-moi votre brochure

Nom/Prénom

Rue/No.

NP/Localité

Téléphone/Fax

VitaActiva AG Baarerstr. 78, 6301 Zug  
Tel.: 041 727 80 39 • Fax: 041 727 80 91

CHGEN2014



## CORPS ET ÂME

On le scrute, le soupèse et le soigne. Car il nous préoccupe, ce corps qui prend de l'âge, et nous nous en occupons. Toujours en forme et avec les formes d'usage, Isabelle Guisan s'en inquiète et s'en amuse.

## La béquille sur l'épaule

**D**imanche soir, à la gare. Un monsieur à barbe blanche et chemise à carreaux marche gaillardement sur le quai, un sac de sport sur le dos, la béquille médicale sur l'épaule. Il la tient comme on porte un baluchon ou une canne à pêche, comme on trimballe... une béquille qui ne sert de toute évidence à rien sur l'asphalte où il claudique à peine. Cet appendice n'est ici que cosmétique.

Quelques jours plus tôt, sur un pâturage boueux, un septuagénaire et deux sexas doivent se décider: passer sur ou sous les trois rangs de fil de fer barbelé adossés à un mur de pierres sèches? Après avoir estimé la flexibilité de l'adversaire, ils l'attaquent par-dessus, en prenant appui sur une pierre branlante pour redescendre dans l'herbe sans sauter du muret. Une occasion parmi tant d'autres de prendre la mesure de son agilité, de la comparer à celle de ses compagnons. Le passage réussi, le septuagénaire lâche un «De Dieu...» aussi catastrophé qu'amusé par l'évolution de sa forme physique. Le juron fait rire ses amies: tant que leur copain garde cette distance ironique, c'est tout bon.

Eh oui, nous en sommes là, pour beaucoup d'entre nous. Avec ce genou qui fait mal, combien de temps pourrions-nous encore descendre des pentes raides avant de privilégier les balades proches d'un téléphérique? Cette hanche douloureuse, faudra-t-il finir par l'opérer malgré les séances de physio, ostéo et autre acupuncture? Nous ne sommes plus en train de subir le récit des maux de nos parents ni ceux de nos amis plus âgés, c'est de nous maintenant qu'il s'agit!

Un léger vertige à sentir que la gym matinale est désormais indispensable et qu'il faudra veiller à ne pas infliger nos bobos aux oreilles attentives qui savent écouter {mais jusqu'à quand?}. Me revient alors en mémoire une série émouvante de tableaux de Louise Bourgeois. Cette grande artiste alors déjà nonagénaire avait dessiné en rouge sur différentes toiles un certain nombre de ses organes, du cuir chevelu aux orteils, en nommant chacun au crayon. Cet autoportrait anatomique, inspiré par insomnies, crampes et douleurs, je le vois comme une superbe manière de signifier à ses maux: «Vous m'enquiquinez, mais je suis toujours là.»