

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2014)
Heft: 62

Rubrik: Corps et âme : histoire de plumes

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: 04.05.2026

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.

Histoire de plumes

L'été indien est superbe en ce début octobre au bord du lac Léman. Quelques irréductibles bronzent sur le sable, deux ou trois courageux s'aventurent même dans l'eau. J'enlève mes sandales, affronte les rochers inégaux de la jetée d'un pied inquiet, mon ordinateur portable sous un bras et, sous l'autre, mon costume de bain avec mon linge à peine rapatriés du bord de la mer. On verra si l'eau est assez chaude pour m'accorder un dernier bain, histoire d'aborder l'automne en douceur.

Personne ne s'intéresse à mes trémoussements pudiques lors de mon changement de tenue. Seul un cygne qui vadrouille retarde mon entrée dans l'eau, des petits s'avancent dans son sillage, mieux vaut être prudente. J'agite d'abord une jambe, c'est froid, puis l'autre, quelques mouvements aquatiques seront de toute manière bénéfiques à ma circulation. Au loin, trois têtes avancent à coups d'une brasse invisible, mais qui semble régulière, nager est donc possible.

Je plonge jusqu'à la taille, aux seins, à la gorge. Le pire est fait. Tout en surveillant la famille cygne du coin de l'œil, je m'ébroue une dizaine de minutes dans un lac beaucoup moins froid que je ne l'aurais cru. J'éprouve ensuite un - léger - sentiment victorieux en exhibant parmi les promeneurs mon linge visiblement mouillé, eh oui, moi je me suis baignée.

Beaucoup de retraités sont installés sur la terrasse où je sirote un thé bien chaud. A la table voisine de la mienne, un couple et une dame volubile qui doit être, j'imagine, la sœur du mari. Ces deux-là dialoguent, la seconde dame écoute. Pendant trois bons quarts d'heure, chaque fois que je relève la tête de mon ordinateur pour écouter vaguement ce qui se dit, il est question de matelas. Du nouveau matelas acheté par la dame volubile, de son épaisseur, de sa qualité, de celle du sous-matelas et du sommier, de l'emplacement du lit et bien sûr du prix de tout cela.

Monsieur questionne brièvement, Madame répond longuement et moi, j'écoute, abasourdie qu'on puisse s'attarder aussi longtemps, sans effort apparent, sur un sujet finalement assez mince. Je ne possède en effet pas cet art de la conversation lente, relancée par des questions anodines, histoire de meubler le temps que chacun passe à vider sa chope de «blanche».