

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2015)  
**Heft:** 72

**Artikel:** Pédaler en groupe  
**Autor:** Guisan, Isabelle  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-831128>

#### 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:** 08.01.2026

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



# Le plaisir du bain retrouvé



## VitaActiva depuis 2001

**Le spécialiste du bain dans l'insouciance**

- Une collection variée de baignoires, couleurs et élévateurs
- Pour tous les modèles, possibilité d'équipement, tel que bain à bulle, pare douche en verre, ...

**Numéro gratuit:**  
**0800 99 45 99**

info@vitaactiva.ch www.vitaactiva.ch

**Demandez notre brochure gratuite en couleur!**

**Oui,** envoyez-moi votre brochure gratuitement et sans engagement:

Nom/Prénom

Rue/N°

NP/Localité

Tél.

Fax:



**VitaActiva AG • Baarerstr. 78 • 6301 ZOUG**

Tél.: 041 727 80 39 • Fax: 041 727 80 91



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.

## Pédaler en groupe

Pédaler avec un groupe d'aînés, au fond pourquoi ne pas tenter l'expérience proposée par une amie? Mon vélo, remis en état au printemps après des années d'attente, a repris du service et se montre plutôt brave. Je me suis familiarisée avec les courroies du porte-vélo, ai acquis un legging noir rembourré de rose et des gants assortis. Quant au rétroviseur, je le néglige encore, trop occupée à regarder droit devant mes roues pour repérer trous éventuels et cailloux indésirables. La seule vraie difficulté, ce sont les virages. Les amorcer assez large pour accélérer courageusement dans le tournant déjà.

Donc, le groupe d'aînés. Tous arrivent avec des porte-vélos adaptés à l'âge, à l'arrière de leur voiture alors que hisser mon coursier sur le mien exige savoir-faire et triceps musclés. L'organisatrice octogénaire de la journée roule sur un engin de course, la virée devrait être sportive. D'autres se sont mis au vélo électrique, le groupe sera donc très helvétique, les plus rapides attendant les plus lents.

Haltes diverses, pipi dans les fourrés, discussions, pause café puis pause repas. Le rythme est tranquille, la journée radieuse, la terrasse du bistrot descend jusqu'au lac, tout va bien... mais notre table a été réservée à l'intérieur. Quelques dissidents, après avoir vaguement, c'est vrai, informé la responsable de leur intention, préfèrent se poser au bord de l'eau pour jouir de la vue en se contentant de l'offre de la buvette.

Le silence est pesant lorsque tous se retrouvent devant le parc à vélos. Un membre du groupe à l'autorité apparemment reconnue tance les mangeurs de la terrasse: on se plie à l'organisation proposée ou on ne vient pas. Penauds, les dissidents? Non, trop habitués à ce sens martial de la discipline et à la manière bien vaudoise de l'exprimer.

Je pédale à nouveau, décidée à jouir de l'après-midi malgré le mâle moralisant qui chevauche son vélo électrique. L'enjeu désormais: maîtriser les montées - bénignes - sans descendre de ma selle.