Zeitschrift: Générations
Herausgeber: Générations, société coopérative, sans but lucratif
Band: - (2017)
Heft: 86

Artikel: Les buillottes, ces incontournables
Autor: M.T.
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-830246

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: 14.07.2025

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

Les bouillottes, ces incon tournables

En caoutchouc, recouvertes d'une fausse fourrure ou en laine : les bouillottes se déclinent de mille et une façons. Notre sélection.

Elles nous tiennent chaud, calment nos douleurs et sont toutes douillettes… Les bouillottes sont devenues tendance. Et même carrément indispensables! D'ailleurs, depuis la nuit des temps, elles servent à réchauffer le lit. Au Moyen Age, on les appelait les «moines». Utilisées dans les monastères, elles se présentaient sous la forme d'une structure en bois avec un récipient et des braises que l'on glissait entre les draps. Par la suite, elles se sont déclinées de différentes façons : en métal notamment ou même en vessie de porc!

De nos jours, les bouillottes sont généralement faites d'une poche en caoutchouc qu'on remplit d'eau chaude et qu'on recouvre d'une housse en laine ou en matière synthétique, avec ou sans motifs. On en trouve aussi des sèches, composées de noyaux de cerise ou de graines (épeautre, lin sarrasin, etc.) qu'il suffit de chauffer au four à micro-ondes. Bref, que de variantes possibles! En voici un petit florilège. M. T.

Les réels bienfaits de la bouillotte

La bouillotte n'est pas que chaleureuse et douillette. Elle a aussi une fonction bienfaitrice, puisqu'elle peut agir contre toutes sortes de douleurs. Et, notamment, les contractures musculaires, la chaleur étant réputée pour relâcher les muscles.
Elle est aussi conseillée pour soulager les maux de ventre (stress, règles, coliques, etc.), les douleurs dorsales ou celles liées à un faux mouvement (torticolis, par exemple). Certains disent aussi que, en la posant sur le plexus, elle aurait un pouvoir calmant quand on souffre d'anxiété.
Enfin, elle est aussi recommandée pour bien dormir. Glissée dans le lit, elle permet de rester au chaud pendant la nuit, sans avoir à surchauffer toute la chambre à coucher.

Lipapa et DR.

NOTRE SÉLECTION

Caoutchouc
Migros, 9 fr. 50 fr.

Laine et cashmere
Manor, 39 fr. 90 (rouge, blanc, vert, brun)

Fausse fourrure
Coop, Hugo Frosch (noire ou blanche), 100% polyester, 24 fr. 95

Avec des motifs
Nature & Découvertes, 23 fr. 70

Bouillotte sèche
Nature & Découvertes, **coussin chauffant avec** graines de lin, 55 fr. 50

Cocooning, coussin de relaxation avec graines de lin, menthe et lavande, 27 fr.