Impressions : bien-être général

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse**

Band (Jahr): **18 (1988)**

Heft 5

PDF erstellt am: **01.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

MYRIAM CHAMPIGNY

IMPRESSIONS

Bien-être général

Un sursaut de coquetterie ou de lucidité me fait décider qu'il est grand temps pour moi de perdre quelques kilos. Je m'envole donc pour le Maroc: j'y ferai une cure de thalassothérapie au bord de l'Océan. Un prospectus m'a promis, entre autres merveilles, «un ensoleillement à longueur d'année, un rééquilibre chimique et une sensation de bien-être général.»

Arrivée à l'hôtel. La chambre réservée par téléphone est occupée. On m'en propose une autre qui, elle, n'a pas de vue imprenable sur la mer pour la bonne raison qu'elle n'a pas de fenêtre... Je dis au chasseur qui m'y a emmenée qu'il n'est pas question que j'accepte cette chambre et je lui explique que «j'y aurais le cafard». «Oh non Madame», me répond le ravissant éphèbe aux yeux de biche, «il n'y a pas de cafards dans notre hôtel!». (Il sait moins parfaitement le français qu'il n'y paraissait d'abord. C'est d'ailleurs le cas pour le personnel en général qui répond «d'accord» à tout ce qu'on demande, avec, pour résultat: une eau minérale au lieu d'un peignoir; le petit déjeuner à 6 heures et demie au lieu de huit heures et quart; et autres surprises du même genre.)

Finalement une chambre agréable de plain-pied avec la pelouse et la piscine centrale m'a été adjugée. Hélas, durant les cinq premiers jours, il pleut à verse et je frissonne sous mon imperméable rien qu'à regarder l'eau de la piscine qui frissonne elle aussi sous un vent glacial... Les maillots de bain resteront-ils pendant tout le séjour dans ma valise? Dans la nuit, me levant pour mettre une couverture supplémentaire sur mon lit, je découvre trois énormes cafards agonisant au sol. Quand le lendemain matin je me plaindrai, on me rétorquera que c'est «parce qu'on a mis un produit». Je comprends mieux, maintenant, que le chasseur du premier jour ait connu l'existence des cafards même si c'était pour la nier.

Au sixième jour de ma cure, «l'ensoleillement» tant attendu est là! Je peux enfin m'allonger sous un soleil et un ciel bleu dignes des prospectus sur lesquels j'avais fantasmé avant mon départ. Les chaises-longues sont toutes occupées. Les curistes (en général du sexe féminin) se tartinent de crème solaire, palpent leur cellulite et zieutent celle de la voisine. Dans l'ensemble, elles sont plutôt minces à part quelques «sujets» que l'on pourrait qualifier d'attristants si je n'avais remarqué que ce sont justement les plus grosses dames qui ont l'air heureux, équilibré et bien dans leur peau. Aux repas, on entend fuser leurs rires joyeux... Et pourtant... Ces repas n'ont rien d'exaltant. Les menus sont prometteurs, on nous annonce des «à la lyonnaise», «à la parisienne», et «à la provençale» pour chaque plat. Mais sur l'assiette, c'est moins alléchant: trois rondelles de ceci, cinq bâtonnets de cela, le tout géométriquement présenté. Le diététicien circule de table en table, l'air compassé, le ton confidentiel: «Puis-je vous conseiller notre terrine de fruits de mer?». Il peut. Mais les «fruits de mer» se résument à deux crevettes et demie et trois mini-moules, le tout enrobé d'une purée aqueuse non identifiée.

La diététique est une chose, les soins de thalassothérapie une autre. Tous les matins, on nous masse, on nous douche, on nous triture, on nous arrose, on nous baigne, on nous bouillonne, on nous oxygène, on nous malaxe, on nous enveloppe, on nous relaxe et on nous stimule. On ressort des cabines absolument épuisé. Il paraît que c'est ça qui fait du bien: c'est le «rééquilibre chimique». Lorsque je suis repartie, bronzée, blondie et amincie, j'ai ressenti le bien-être général annoncé: la cure était réussie! Je rentrais chez moi en superforme, totalement renouvelée.

Post scriptum: j'écris ceci deux semaines après mon retour en Suisse. Mon otite va mieux. Je suis encore sourde de l'oreille gauche mais les douleurs sont très supportables maintenant. La bronchite est en train de passer: je tousse un peu moins. Cette nuit, j'ai quand même dormi trois ou quatre heures. Je n'ai presque plus de fièvre et les maux de tête sont moins violents. Mon hâle a tourné au gris, mais le maquillage pourra y remédier un peu quand j'aurai la force de m'en préoccuper. Bien sûr, avec tout ça, j'ai les articulations raides, les traits tirés et le cheveu mou, mais ça s'arrangera avec la belle saison. Ce qui m'ennuie un peu c'est que j'ai dû laisser tomber la diététique. Quand on est malade, on n'a pas le courage de compter les calories et de cuisiner léger. Alors on mange lourd... Vous me demandez si je me suis pesée et si je suis sûre d'avoir repris des kilos? Non, je ne me suis pas pesée, je suis trop lâche. Mais mon pantalon favori me sert de balance...

MC

VACANCES ?
Vos fourrures en ont aussi besoin
bien au frais
alors que vous prenez
la route du soleil!

Mesdames, *en apportant VOS FOURRURES à la* ***conservation*** *AVANT DE PARTIR EN VACANCES, vous assurez votre pleine tranquillité. Chambre froide climatisée (au frigo). L'utilité du froid pour le bien-être de vos fourrures est illustrée dans l'IGLOU* DU MAGICIEN, réalisé par*

André PYTHOUD fourrures et son équipe
Valentin 1 - Tél. 021-23 18 30 - 1004 Lausanne

*De l'esquimau "IGLOO"