

**Zeitschrift:** Le conteur vaudois : journal de la Suisse romande  
**Band:** 37 (1899)  
**Heft:** 40

**Artikel:** Faut-il manger immédiatement après un bain ?  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-197769>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 06.02.2025

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

tion. On eût certainement fait un mauvais parti à quiconque en aurait dit du mal.

En 1803, époque mémorable où notre canton émancipé vit s'ouvrir la première séance du Grand Conseil, le premier soin de cette assemblée fut de rendre un décret de reconnaissance envers le premier consul de la République française.

« Le premier Consul, était-il dit dans ce décret, a donné à la nation helvétique un gage à jamais mémorable de sa bienveillance dans l'intervention généreuse qui a mis terme aux troubles dont elle était travaillée... Le canton de Vaud partage la reconnaissance générale due par la nation au premier Consul. Il lui voue des actions de grâces particulières pour l'avoir reconnu libre et souverain. »

Eh bien, telle est l'instabilité des choses humaines que treize ans plus tard, treize ans seulement! on pouvait s'écrier comme Abner dans *Atalie*: « Que les temps sont changés! »

En effet, Napoléon qui venait d'abdiquer après le désastre de Waterloo était maintenant oublié, et les sentiments de reconnaissance que nous lui devons s'étaient singulièrement émoussés. Notre patrie était alors humblement soumise à la Sainte-Alliance. Nous n'en voulons d'ailleurs d'autre preuve que l'entrefilet suivant que nous lisons dans la *Gazette de Lausanne*, de juillet 1816:

Nous sommes informés qu'une chanson, dans laquelle se trouve le refrain de *Vive Napoléon*, ayant été chantée le 30 juin dernier, dans l'auberge du *Cerf*, à Moudon, le Conseil d'Etat a nommé une commission extraordinaire pour procéder aux enquêtes nécessaires dans le but de découvrir les coupables. Les recherches de cette commission ont fait connaître trois individus. L'un, qui est Français immatriculé et qui a servi dans les régiments suisses sous Bonaparte, a avoué avoir chanté cette chanson; les deux autres, qui sont du canton, sont convenus d'avoir répété le refrain.

Cette affaire ayant été remise au tribunal compétent, le premier, comme principal coupable, a été condamné à deux mois de détention correctionnelle, et les deux autres à un mois. Ils ont de plus été condamnés aux frais du procès.

**Récitals de M. Alphonse Scheler.** — Nous apprenons avec grand plaisir que M. Scheler, l'excellent diseur, dont les séances littéraires ont eu un si brillant succès l'année dernière, nous en donnera prochainement une nouvelle série. Son programme se compose d'un fort joli choix de poésies, de contes humoristiques ou sentimentaux et de monologues drôles. Leconte de Lisle, Théophile Gautier, Sainte-Beuve, A. Daudet, Sully-Prudhomme, Nadaud, y figurent avec quelques-unes de leurs meilleures œuvres. Puis, des morceaux de nos littérateurs romands, Godet, Monnier, J. Olivier. Enfin, de charmantes pages de M. Scheler lui-même.

Ces séances auront lieu dans la salle des concerts du Casino-Théâtre, les mardis 10, 17, 24 et 31 courant, à 5 heures du soir. Nous ne doutons pas de l'empressement qu'une foule d'auditeurs auront à se rendre à l'intéressant rendez-vous de l'aimable professeur.

Le *Bon Messenger* vient de paraître. Rompant avec cette idée trop généralement admise qu'on ne peut, sans lui nuire, changer quoi que ce soit dans le titre ou l'arrangement typographique d'une publication périodique déjà ancienne, il s'est revêtu d'une belle couverture neuve représentant en chromotypographie Lausanne et la vue du lac. Par une nouvelle disposition du calendrier mensuel, il a réservé pour les notes une place plus grande qu'auparavant; il s'est enrichi d'un nouveau calendrier agricole, dû à une plume des plus compétentes; sa revue de l'année est illustrée d'une douzaine de gravures figurant les personnes et les lieux qui ont le plus attiré l'attention ces derniers mois. Enfin, le *Bon Messenger* a étendu le cercle de ses collaborateurs, parmi lesquels nous lisons les noms de MM. Joseph Autier, A. Borgeaud, Ch. Chatelanat,

Henri Dufour, R. Dupraz, Eug. Mercier, Alphonse et Paul Vautier, etc.

#### Recettes.

**Blanquette de veau.** — On la prépare avec le restant d'un rôti que l'on coupe en tranches minces. On les place dans une casserole avec du beurre. On fait légèrement roussir, on ajoute de la farine, on tourne, on mouille avec de l'eau; on ajoute du sel, du poivre, de la muscade, et on laisse faire quelques bouillons. Lorsque la sauce est prise, on ajoute une liaison, un filet de vinaigre et du persil haché.

**Côtelettes de veau à la poêle.** — Battez les côtelettes, saupoudrez-les de farine, mettez-les dans la poêle où vous aurez fait fondre du beurre. Faites bien roussir de chaque côté, salez, poivrez et ajoutez très peu d'ail. Détachez alors, avec deux cuillères de bouillon ou d'eau, le jus qui s'est attaché à la poêle; laissez bouillir quelques instants et servez en entourant le plat de cornichons coupés en tranches.

**Macaroni aux tomates.** — Faites d'abord une sauce tomate avec du beurre fin et du jus de viande, donnez-lui la consistance d'une marmelade.

Ayez d'une autre part une croûte de timbale préparée à l'avance et votre macaroni cuit à point. Mettez au fond une couche de macaroni que vous saupoudrez de fromage râpé; arrosez avec un lit de sauce, mettez une seconde couche de macaroni et continuez de même en versant de la sauce à chaque fois, jusqu'à ce que la croûte soit remplie avec un lit de macaroni. Au lieu de sauce mettez des petits morceaux de beurre. Saupoudrez de chapelure et faites gratiner; une cuisson au four d'un quart d'heure est suffisante; on peut remplacer la timbale par un plat et dorer avec le four de campagne.

**Faut-il manger immédiatement après un bain ?** — Beaucoup de personnes pensent se faire du bien et s'accorder en quelque sorte une récompense après une bonne action en mangeant un petit quelque chose en sortant du bain. C'est là une opinion fautive. En effet, en ce moment le sang n'est pas réparti également dans tout le corps, ainsi que dans les organes digestifs, de sorte qu'une digestion normale ne peut guère se faire. Pour la même raison, il n'est pas hygiénique de manger immédiatement après la promenade. Il faut attendre un petit quart d'heure au moins jusqu'à ce que le pouls batte moins fort et que la peau se soit un peu rafraîchie. Le sang étant nécessaire à la digestion et se trouvant, après un exercice violent, rejeté vers les muscles extérieurs de la peau, il faudra donc attendre, pour manger, que les mouvements normaux du cœur et que la peau moins échauffée indiquent que le sang est réparti également dans l'organisme. Alors l'appétit ne manquera pas.

(Science pratique.)

**Contre les rhumatismes.** — On lit dans la *Nature*: On recommande depuis longtemps de traiter les rhumatismes par piqûres d'abeilles. L'expérience a été faite avec des fourmis sous une forme plus acceptable que la brutale piqûre. Celle-ci, en effet, renferme autant d'acide formique que les abeilles. En Russie, dans les environs de Moscou notamment, les paysans atteints de rhumatismes se traitent par un procédé qui semble être basé sur ce principe. Ils prennent des bains de fourmis. Ces bains sont préparés de la façon suivante: Un individu va à la recherche d'une fourmière; il entasse dans un sac de toile les fourmis, les œufs et forcément beaucoup de débris. Rentré à la maison, il plonge dans l'eau chaude du bain son sac de fourmis préalablement bien fermé. Au bout de quelques instants, cette eau dégage une odeur piquante très forte d'acide formique. Le bain est à point et on y plonge le malade. Ce bain a une action irritante très active sur la peau d'où résulte une sorte de dérivation qui fait disparaître les douleurs rhumatismales. A ceux qui seraient tentés d'essayer de ce remède, il faut conseiller de ne pas trop prolonger leur séjour dans ce bain de fourmis; l'irritation de la peau pourrait aller jusqu'à la désorganisation. Le malade serait guéri de ses rhumatismes, mais il ferait peau neuve.

#### Boutades.

Deux frères couchaient dans le même lit. L'un se plaignait à sa mère de ce que l'autre prenait trop de place.

— Mais, dit la maman, il ne prend jamais que la moitié du lit.

— Sans doute, mais il prend sa moitié au milieu du lit, et moi je suis obligé de me coucher des deux côtés.

Un citoyen chargé du commandement d'un cortège dans une fête patriotique, voulant engager la colonne à marcher à rangs doublés, c'est-à-dire sur quatre de hauteur, monta sur la tribune et cria à pleins poumons:

— Citoyens, on vous recommande de marcher à quatre!

Un instructeur démontrait un jour le pas d'école à des recrues et leur disait:

— Attention! — Gauche! — Droite! — Une! — Deusse!

Tout à coup, un soldat avance la jambe gauche et son voisin la droite. Et l'instructeur s'écrie:

— Quel est l'imbécile qui lève les deux jambes à la fois?

Dans un hôpital, un chirurgien, sous prétexte d'amputation, venait de mutiler un pauvre diable.

— L'infirmier lui demande alors quel est le morceau que je dois reporter dans le lit?

Le maire d'une commune rurale de France avait reçu l'avis du sous-préfet que des malfaiteurs parcouraient la contrée. Il fit dès lors appeler le garde-champêtre pour stimuler sa surveillance, et lui recommander surtout que tous les étrangers ou voyageurs en passage qui n'auraient pas leurs papiers en règle soient conduits à la mairie.

Aussi le garde-champêtre avait-il grande envie de prouver son zèle à son supérieur en lui amenant un voyageur en contravention.

Pendant plusieurs jours il n'avait pas réussi. Une fois, cependant, son cœur bondit de joie; il venait d'apercevoir au coin d'un bois un homme aux allures équivoques, aux vêtements débraillés qui ne présageaient rien de bon.

— Voilà, s'écrie le garde, l'homme qui fera mon affaire!

Et s'approchant, il lui dit brusquement:

— Vos papiers?

— Je n'en ai pas, répond l'inconnu.

Le garde-champêtre fronce le sourcil, et d'un ton de profond mécontentement lui dit:

— Quelle chance vous avez. Si vous en aviez eu et qu'ils n'aient pas été en règle, comme je vous arrêtais!

Bonnes langues.

M<sup>me</sup> X... — Est-ce que vous croyez ce qu'on raconte sur M<sup>me</sup> Z...?

M<sup>me</sup> Y... — Oh! certainement!... Et ça ne me surprend pas!... Mais qu'est-ce que c'est donc, au fait?

L. MONNET.

Le docteur HERMANN, d'Athènes (Grèce), écrit: « Les *Pilules hémato-gènes* du docteur *Vindvogel* m'ont toujours pleinement satisfait. Ce reconstituant est le plus efficace de tous ceux qui m'ont été soumis pour combattre avec certitude les divers cas d'anémie, de faiblesse et d'épuisement. »

125 pilules à fr. 4.50. — Dépôt dans toute pharmacie.

Papeterie L. MONNET, Lausanne.

3, RUE PÉPINET, 3

AGENDAS DE BUREAUX

POUR 1900

Lausanne. — Imprimerie Guillaumet-Huon.