

Corps et âme : rester élastique

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Génération plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): - **(2014)**

Heft 59

PDF erstellt am: **21.07.2024**

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.

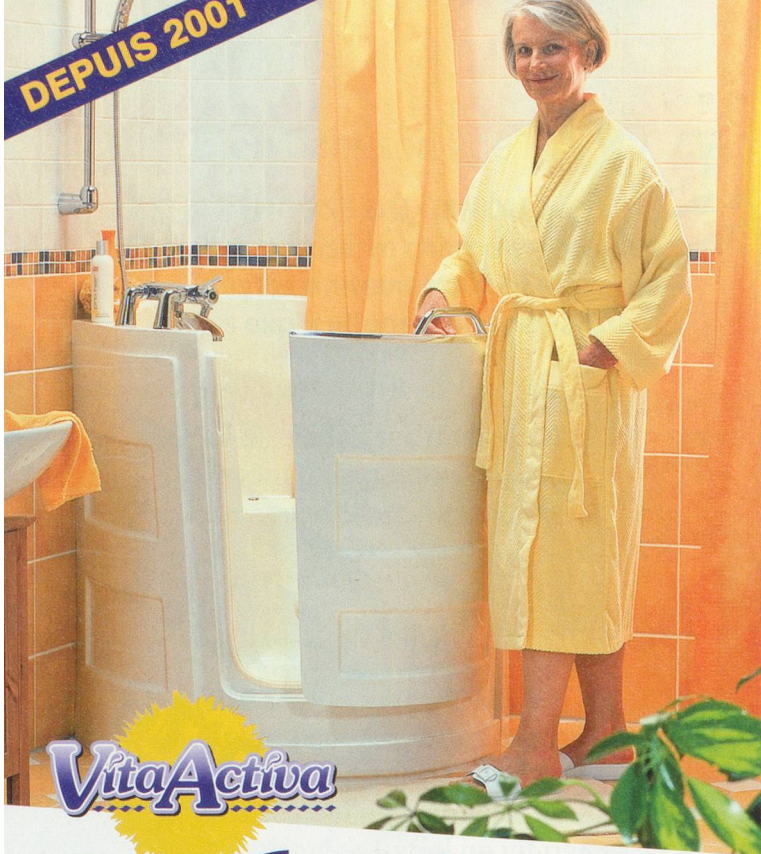
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen 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.

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.

Rester élastique

Une petite fille aux cheveux noirs et lisses coupés court saute entre les deux bouts de l'élastique, tendu entre un réverbère et les jambes d'une jeune femme. Serait-ce sa mère, ou plutôt sa grande sœur, peut-être une serveuse du restaurant chinois situé juste à côté? Difficile à dire et peu importe. La petite fille en robe d'été blanche à pois noirs scande chaque saut d'un «lundi», «mardi», «mercredi», toute la semaine y passe, y repasse, encore et encore. La petite fille est insatiable.

Elle bède souvent, mais s'obstine, remonte même l'élastique plus haut autour de ses supports. Elle insiste pour que sa partenaire saute à son tour, jusqu'à ce que celle-ci s'exécute, un peu lourdement. Alors la petite fille s'impatiente, va chercher une seconde victime, peut-être une autre parente, une autre serveuse du restaurant chinois. Ses pieds sont nus, maintenant, sur les pavés; après ses jambes, ce sont ses bras tendus qui jouent avec l'élastique le plus près possible du ciel.

Une heure de gymnastique ludique, naturelle, en pleine rue piétonne. Assise devant un thé au jasmin à la terrasse du restaurant, je n'ai été cet après-midi-là que regard attentif dans un corps immobile. Comme dans les parcs publics où je m'arrête souvent pour contempler les jeunes qui cherchent leur équilibre sur une corde tendue entre deux arbres. Il n'y a pas si longtemps, leur agilité maîtrisée, leur quête d'équilibre à quelques centimètres du sol, m'aurait ramenée à l'impatience de mon corps à moi en manque de mouvement, avide de dépenser son énergie.

Mais cet après-midi là, face à la petite fille jaillissante de vivacité, je me suis juste émerveillée de sa souplesse inconsciente. J'ai pensé à mes genoux qui ne supporteraient plus de rebondir ainsi sur l'asphalte. J'ai palpé de la pensée la prudence nouvelle, calculée, des petits sauts que je me permets encore. Pas une once de nostalgie ni de mélancolie, juste un étonnement serein à ressentir aussi physiquement que le jeu proposé par cette gamine de 7 ou 8 ans, eh bien, mon corps n'en voudrait plus!