

Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 27 (1997)
Heft: 5

Artikel: Maigrir par miracle
Autor: Chassot, Janine
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-827356>

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: 17.03.2025

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

Domaine de Châteauevieux



Peney-Dessus
1242 Satigny
Tél. 022/753 15 11
Fermé dimanche et lundi

qu'il a découvert sa passion pour les poissons. «Attention, il faut préciser que je n'utilise que des poissons de ligne, jamais des produits d'élevage! Un certificat accompagne d'ailleurs chaque poisson qui arrive chez moi...»

En 1983, ce futur grand chef a affiné ses connaissances et ses goûts culinaires en travaillant chez Fredy Girardet, à Crissier. Depuis, il s'est appliqué à créer sa propre cuisine. Des recettes à base de poissons et de crustacés, mais aussi de viandes et de chasse, importée directement d'Ecosse.

Sa spécialité, c'est la variété. «La carte change cinq fois par année, le menu varie toutes les deux ou trois semaines et le menu de midi est différent chaque jour. Je n'utilise que des produits de saison et les meilleurs produits de base...» Ajoutons à cela les délicates bouteilles issues de sa somptueuse cave (35 000 bouteilles), qui abrite naturellement les meilleurs vins genevois.

Vous l'aurez compris, on ne vient pas manger à Châteauevieux tous les jours. Un repas chez Philippe Chevrier reste un événement exceptionnel, une fête pour les yeux et le palais. Et si les prix peuvent paraître élevés, ils n'atteignent, et de loin, le sommet de son talent.

Rémy Jottet

Maigrir par miracle

Si ressembler à un mannequin-vedette est le rêve de bien des jeunes femmes, l'envie de perdre quelques rondeurs peut se révéler à tout âge. Des dames un peu grassouillettes et des messieurs corpulents de 60 ans et plus, ça existe!

La véritable obésité relève du domaine strictement médical, ne serait-ce que pour éviter les troubles respiratoires et cardio-vasculaires. Restent les petits kilos que l'on aimerait perdre vite, sans douleur, sans efforts, bref, fondre comme par miracle.

Justement, les produits merveilleux, les méthodes fantastiques proposées par annonces ou par envoi personnalisé, ce n'est pas ça qui manque. L'indignation de certains lecteurs et consommateurs, les mises en garde des pharmaciens et médecins cantonaux, les protestations de la Commission de pratiques loyales en matière de publicité, ont incité la FRC à élaborer une mise en garde afin de détecter les arnaques.

Méfiance!

Qu'il s'agisse de produits à ingérer, souvent à base de plantes et de fibres ou de gadgets (semelles, ceintures), il faut se méfier et ne pas acheter les produits présentés s'ils correspondent aux affirmations invérifiables et souvent mensongères. Exemples:

– Promesse de résultats rapides (un voire plusieurs kilos perdus en un ou deux jours; dix fois plus en deux mois).

– Les mots «nouveau», «révolutionnaire», «plante inconnue récemment découverte» dans un pays généralement exotique.

– Le produit panacée, «mange, avale les graisses», ou toute autre élucubration non-scientifique du même acabit.

– Des «témoignages» figurent dans le texte, des dames ou des messieurs habitant la France ou l'Allemagne. Totalement invérifiable.

– Les arguments «exclusif» ou «vendu seulement chez...» ou encore «quantité limitée vu la demande», incitent à la méfiance.

– On offre une cure complète en indiquant le nombre de kilos censés être perdus grâce à un ou plusieurs emballages.

– La caution d'une personne à allure médicale, dont on ne peut vérifier les qualifications.

Toutes les associations de consommateurs, tous les organismes de surveillance de la pub, tous les nutritionnistes sérieux le répètent: maigrir demande patience et persévérance. Il n'y a pas de miracle! La plante, tisane, fibre bouffeuse de sucres, de graisses, ça n'existe pas. Le professeur Hostettmann, grand connaisseur des plantes est formel: «A part les diurétiques, les laxatifs et les coupe-faim, on n'a pas encore découvert de plante qui brûle les graisses!» (N. Q., 20 mars 1997). Inutile d'ajouter que les laxatifs, diurétiques et autres relèvent de la prescription médicale, évidemment.

Il faut demander au pharmacien ou au médecin cantonal si le produit a été admis; se dire que les produits coûtent cher, sans garantie de résultat. Et garder la possibilité de les renvoyer et d'être remboursé.

Pour quelques kilos en trop, consulter une diététicienne diplômée qui vous aidera à établir un régime simple, bon, personnalisé. Une consultation est moins chère que des boîtes miracles...

Rejoindre un club style «Weights Watchers» où on vous aidera sans vous juger.

Prendre de l'exercice en demandant conseil à votre médecin.

Et n'oubliez pas que commander un produit miracle, c'est aussi livrer votre adresse et alimenter le fichier des vendeurs de rêves.

Janine Chassot/FRC