

Froid : à chacun son remède pour prévenir les maux de l'hiver

samedi 13.02.2010, 05:07 - La Voix du Nord

| ASTUCES |

Le froid persiste et signe. Il faisait encore -6° C hier matin. Et Météo France n'annonce pas de douceur ...

avant le milieu de la semaine prochaine. Car si les trottoirs retrouvent peu à peu leur état d'origine, le froid, lui, semble bien avoir pris ses quartiers dans la région. Mais pas question de se laisser surprendre ou de rester cloîtré chez soi ! Alors, à chacun son truc pour empêcher le nez de couler et la gorge de picoter, sa petite astuce pour éviter de grelotter. Bien sûr, il y a l'incontournable kit garanti 100% chaleur : moufles en laine épaisse, écharpe tricotée, bonnet jusqu'aux oreilles, et doudoune ! Pas forcément tendance, mais Claudine et Annette, la cinquantaine, s'en contrefichent. Hier, en balade dans le centre-ville, elles avaient même enfilé les après-ski « pour éviter de déraper en pleine rue ». Pour les deux retraitées, tous les remèdes sont bons, du breuvage fumant à la marche à pied. « Moi, je me frictionne les pieds avec du Vicks vaporub® chaque matin avant d'enfiler mes collants », raconte la première. « Moi, je bois de l'infusion au thym plusieurs fois dans la journée, ça me réchauffe ! », dit l'autre. Pour Jules et Jean-Pierre, anciens éducateurs, c'est l'occasion toute trouvée d'aller « boire un coup et de se raconter des souvenirs ». Le froid ? Ils sont convaincus que « tout est dans la tête » et regrettent que « l'être humain râle au lieu de s'adapter aux contraintes climatiques. » Thibeaut, 16 ans, a un truc imparable : « De bonnes semelles compensées et deux paires de gants, dont une en soie », dit le jeune homme à la coupe Beatles. Pour le reste, oublié le bonnet, « Mes cheveux longs me portent assez chaud ! » Mouais... D'autres ont une méthode bien plus radicale, bien que temporaire : une séance d'UV. « Les gens viennent juste pour se réchauffer parce qu'ils manquent de soleil ou n'ont pas le moral, confie Justine Turlot, responsable de Point Soleil. Ils ont l'impression d'être au chaud, dans un petit cocon. » Le cocon, Matys, 2 ans, le retrouve chaque fois qu'il part faire une virée en poussette. Sergine, sa mamie, a une astuce : « Je place une bouillotte entre ses jambes, comme ça, il peut y glisser ses mains. raconte-elle en souriant. C'est un remède de grand-mère mais c'est efficace et c'est pas cher. » Et pour mamie ?

« Une bonne soupe de légumes devant le poêle à bois. Il n'y a rien de tel après une journée de travail ! » •

ÉMILIE SKRZYPCZAK