

Extrait du Nice Premium

<http://www.nice-premium.com>

La tradition du Bain de Noël

- Actualité - Actualité locale -

Date de mise en ligne : jeudi 15 décembre 2005

Description :

Du haut de la tour Bellanda, nous avons une vue imprenable sur la Grande Bleue. Cette mer, qui s'offrait à nous avec des degrés raisonnables il y a quelques mois, conserve sa beauté incomparable tout au long de l'année.

Nice Premium



Du haut de la tour Bellanda, nous avons une vue imprenable sur la Grande Bleue. Cette mer, qui s'offre à nous avec des degrés raisonnables il y a quelques mois, conserve sa beauté incomparable tout au long de l'année. Il faut dire que ce tableau où la couleur bleue règne en excellence est souvent envié des touristes. Certes sa température actuelle n'attire pas un grand nombre de personnes mais les inconditionnels du bain maritime sont toujours bien présents sur les galets de la Promenade des Anglais. Été comme hiver, ils leur restent fidèles.

Dimanche 18 décembre, ils ne manqueront pas à la tradition du " Bain de Noël ". Comme chaque année, petits et grands participent à cette fraîche manifestation.

Originnaire du thermalisme antique, le bain froid en milieu marin a des vertus thérapeutiques : qualités antiseptiques, diurétiques, calmantes. Synonyme de fortifiant pour les Grecs et de tonicité pour les Romains, ce n'est qu'au XVIII^e siècle que ce fameux bain se répand en Europe. A Nice, le précurseur est Smollett en 1764. Ses plongées par temps froid dans la méditerranée améliorèrent sa santé. L'exemple fut suivi.

Trois siècles plus tard, le bain d'hiver fait partie des habitudes d'un certain nombre de niçois de « souche » ou d'adoption ». Convaincus des vertus curatives, ces groupes de baigneurs ventent toujours et encore le pouvoir revitalisant de l'eau froide. C'est le « meilleur anti-virus » ! Et il paraîtrait même qu'elle permet de lutter contre la vieillesse ! Pas besoin de lifting et autres nouveaux produits révolutionnaires !



Aujourd'hui, le bain d'hiver est synonyme de bien-être qui procure un sentiment de plénitude proche de l'euphorie. « Un bon bain de mer, et on repart de plus belle. On est en forme pour la journée » nous a confirmé un amateur ou « un fada » comme les appelle un certain nombre de personnes.

L'eau de mer froide a-t-elle un pouvoir revitalisant ? Est-ce un plaisir ou une douleur ? Seule solution, plongez dans cette eau où la température est proche des 0° ! N'ayez crainte, nouvel adepte, les inconditionnels vous guideront par leurs conseils et leur sollicitude pour votre premier bain hivernal !

Rendez-vous donc dimanche 18 décembre sur la plage du Ruhl pour ce fameux « Bain de Noël », bain devenu une tradition inévitable pour Monsieur le Maire de Nice. Un petit remontant sera offert aux plus courageux.