

**Zeitschrift:** Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes

**Herausgeber:** Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

**Band:** 51 (1943)

**Heft:** 37

**Artikel:** L'art de vivre de l'infirmière

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-548533>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 14.01.2026

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

Als dritter Kanton führte Basel den Gebrauch von Freimarken ein. Das sogenannte «Basler Täubchen» kam am 1. Juli 1845 heraus. Damit schliesst sich die Reihe der ersten Kantonalmarken.

Aus «Spezial-Katalog und Handbuch über die Briefmarken der Schweizerischen Eidgenossenschaft»,  
herausgegeben von der Firma Zumstein & Co. in Bern.

## L'art de vivre de l'infirmière

Dans une conférence intitulée «L'art de vivre de l'infirmière», présentée par le Dr L. Bovet à une assemblée de l'Association suisse des Infirmières, nous relevons quelques passages consacrés à l'hygiène mentale de l'infirmière. Cette hygiène mentale implique avant tout une obéissance raisonnable et voulue dans une juste mesure à certains instincts naturels.

«A l'instinct de conservation tout d'abord. — Cet instinct nous commande de nous reposer quand nous sommes fatigués, ou avant même de l'être de manière excessive. Je dis bien nous commande, et non pas nous conseille. C'est en effet non seulement à nous-mêmes, mais à nos malades, à nos compagnes, à toute notre vocation que nous devons de nous conserver dans une 'forme' aussi bonne que possible, pour employer un terme sportif. Tant qu'elle est le support de notre âme, nous devons à notre carcasse des égards. Au Paradis, nous verrons... mais, pour le moment nous sommes sur terre et nous devons, hélas! constater tous les jours que rien ne nous rend plus épuisées, plus désagréables, plus inutilisables qu'un état de fatigue que nous négligeons trop...

... à condition de se discipliner soi-même, il est souvent possible de consacrer au repos plus de temps que nous ne croyons pouvoir le faire: savoir aller se coucher assez tôt, une fois le travail terminé; savoir, à un moment donné, s'arracher à un aimable babil entre camarades et dire: 'Maintenant je vais me reposer un instant'; savoir consacrer chaque jour cinq minutes de moins à sa toilette pour les consacrer à quelques exercices de véritable culture physique... tout cela est à votre portée dès maintenant sans grande réforme.

Ce que je viens de vous dire du repos physique pourrait s'appliquer aussi au repos de l'esprit. Essayez de vous entraîner à le trouver ce repos, n'importe où et n'importe quand, toutes les fois qu'une occasion s'en présentera. Pour cela, il faut simplement être disposé à tirer partie de ces occasions et alors, nous pouvons tous récolter d'amples moissons de bienfaisantes détente, même au cours des journées les plus harassantes...

L'instinct du jeu constitue une autre de ces tendances naturelles à laquelle il n'y a aucune raison que nous n'obéissions pas à certains moments. Ne craignons donc point, du fait de je ne sais quel souci caricaturalement religieux ou moralisateur, de nous délasser et de nous détendre. Il existe, je le sais, un préjugé qui veut que, lorsque nous avons embrassé une vocation d'inspiration spirituelle, nous estimions souvent ne rien pouvoir faire, dire, lire, voir ou entendre qui ne contienne un élément éducatif ou édifiant. Chaque chose à son heure. Sachons nous éduquer et nous édifier; essayons, si nous le pouvons, d'édifier et d'éduquer les autres; mais sachons aussi, de grâce, nous débarrasser parfois de ce souci... Allons donc parfois nous délasser au cinéma ou à quelque autre spectacle honnête, sans chercher à y puiser des renseignements sur les mœurs des pygmées ou la croissance des cristaux... Savoir, de même, se distraire par des lectures qui ne soient pas forcément des lectures professionnelles. Que de biographies ou de romans passionnants qui, à condition qu'ils

«Sie sind von Beruf Schreiner, Smith?»

«Ja. Aber ich kann einen grossen Teil der Zeit in frischer Luft arbeiten.»

«Das wäre in jedem Falle vorteilhafter für Sie. Sie dürfen noch längere Zeit nicht leichtsinnig sein. Fangen Sie hübsch langsam an und überanstrengen Sie sich nicht. Das ist das Wichtigste.»

Keir schrieb an Herrn Hoad. Er erklärte ihm, er würde im Dezember entlassen und hoffe, bereits bald nach seiner Rückkehr seinen alten Platz wieder ausfüllen zu können.

Der fünfte Dezember, der grosse Tag, kam. Keir befand sich in Feiertagsstimmung. Er rasierte sich sorgfältiger als gewöhnlich und wischte mit einem schmutzigen Taschentuch seine Schuhe blank. Eine Stunde bevor das Auto anlangte, sagte er allen Lebewohl. Er war froh, fast übermütig.

«In der nächsten Woche bind' ich mir wieder meine Schürze um.»

Eine kleine, freundliche Schar von Menschen gab Sybille und Keir das Geleit. Taschentücher wehten, obwohl manche der Abschiednehmenden betrübt drinschauten. Vielleicht würden sie nie an die Reihe kommen! Nie hatte Keir sich so glücklich gefühlt.

soient bien écrits, constituent un enrichissement inappréciable pour l'esprit et souvent aussi pour le cœur... Allons faire des courses de montagne, des promenades, ou allons simplement nous asseoir sur le banc qui est à dix pas... Inutile d'insister, n'est-ce pas? Il n'importait simplement de remettre le délassement à la bonne place qu'il mérite...

Après l'instinct de conservation, après l'instinct du jeu, je voudrais vous rappeler l'importance de l'instinct de sociabilité. L'homme et la femme normaux ne sont point faits pour vivre seuls. Sociabilité envers les compagnes de travail d'abord... Sociabilité, de même, envers le monde qui nous entoure. Pourquoi l'infirmière ne garderait-elle pas un contact aussi étroit que possible avec la vie sociale de sa famille ou de sa cité? L'isolement guette aussi bien l'infirmière sociale ou qui 'fait du privé' que l'infirmière hospitalière. Ce n'est point le nombre de gens que nous côtoyons tous les jours qui nous empêche de ressentir parfois un amer sentiment de solitude. Ce sentiment ne nous vaut rien, alors même que nous serions parfois tentés de nous y complaire. Sachons donc parfois — fallut-il même forcer un peu notre lassitude, notre timidité ou un certain amour-propre — sortir de nos services ou de nos chambrettes et aller passer quelques heures chez des amis ou dans quelque société pour parler d'autre chose que de médecine et voir d'autres figures que celles de nos malades ou de nos compagnes...

Mais, pour atteindre et pour vous maintenir à ce niveau spirituel, intellectuel et technique, il est nécessaire que vous envisagiez et que vous preniez au sérieux l'ensemble de ce problème de l'art de vivre de l'infirmière et que vous fassiez tout ce qui est en votre pouvoir pour maintenir votre forme, la fraîcheur et la vigueur de votre vocation, de vos forces physiques et spirituelles. Alexandre Vinet — auquel, décidément, on revient toujours à tout propos — a dit: «Pour se donner, il faut s'appartenir.» Oui. Pour vous donner à votre tâche, à vos malades, à Dieu, il faut que vous vous apparteniez. Or, s'appartenir, cela veut dire se connaître à fond, connaître ses faiblesses, ses possibilités; connaître ses tendances, ce que l'on veut en faire, ce que l'on en a fait, ce qu'il reste à faire. S'appartenir, cela veut dire aussi se ménager, être économe de ses forces pour pouvoir, quand on veut, les retenir et, quant il le faut, en donner au contraire en surplus. S'appartenir, c'est se dominer intérieurement, se tenir en mains comme on tient un coursier bien dressé, dont on connaît les défauts, mais que l'on peut mener devant l'obstacle et qui le saute. C'est à ce moment-là que vous pourrez vraiment vous donner, dans l'épanouissement de votre personnalité que vous aurez façonnée avec conscience et art.»

Ligue des Sociétés de la Croix-Rouge.

## Kleine Nachrichten - Petites communications Piccole comunicazioni

### Vereinigte Staaten.

**Rotes Kreuz und Frauenhilfsdienst.** Das Amerikanische Rote Kreuz hat beschlossen, die Mitglieder des Frauenhilfsdienstes der Wehrmacht in gleicher Weise zu betreuen wie die Wehrmachtsangehörigen selbst. Auch die Einrichtung von Baracken nach Art der «Soldatenheime» für die Angehörigen des Frauenhilfsdienstes ist geplant.

### Lutte contre les rhumatismes en Grande-Bretagne.

La Croix-Rouge britannique a poursuivi en 1942, comme par le passé, la lutte contre les rhumatismes. Pendant cette année, 1100 examens radiologiques ont été effectués, dépassant de 282 le chiffre de l'année précédente. L'activité du Laboratoire de pathologie clinique a presque doublé; 1600 recherches ont été faites en 1942 contre 850 en 1941.

### Equipes motorisées de secours d'urgence de la Croix-Rouge allemande.

Afin d'assurer les soins nécessaires aux populations des régions éprouvées par les bombardements aériens, la Croix-Rouge allemande a créé des équipes motorisées très rapides de secours d'urgence, ayant pour mission d'apporter les premiers secours aux sinistrés des villes bombardées.

Les équipes motorisées stationnées en Rhénanie et dans la Ruhr disposent de grandes voitures servant de véhicules pour le personnel sanitaire et équipés simultanément comme ambulances et salles d'opération, transportant tout le matériel nécessaire à cet effet (instruments chirurgicaux, pansements, brancards, etc.). L'installation éminemment pratique de ces voitures permet leur adaptation instantanée aux besoins du moment.

Après avoir pansé les blessés, les équipes de secours se chargent également — le cas échéant — de leur évacuation vers les hôpitaux.