

**Zeitschrift:** Femmes suisses et le Mouvement féministe : organe officiel des informations de l'Alliance de Sociétés Féminines Suisses

**Herausgeber:** Alliance de Sociétés Féminines Suisses

**Band:** 54 (1966)

**Heft:** 70

  

**Artikel:** L'activité de la ménagère : vue sous l'angle de la médecine du travail : (suite de la première partie parue en octobre : fin dans notre prochain numéro)

**Autor:** Oltramare, Marie

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-271539>

### **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:** 11.01.2026

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

# L'ACTIVITÉ DE LA MÉNAGÈRE

## *vue sous l'angle de la médecine du travail\**

(Suite de la première partie parue en octobre.  
Fin dans notre prochain numéro.)

par le **D<sup>r</sup> Marc Oltramare**  
médecin attaché au Laboratoire  
de toxicologie industrielle  
de l'Institut d'hygiène de Genève

### III. MALADIES DE LA PEAU

Le travail ménager expose au contact avec de nombreuses substances qui sont susceptibles de déclencher des affections cutanées. Pour les ouvriers qui sont assurés à la Caisse Nationale, celles-ci constituent plus de la moitié des maladies professionnelles, et il y a de fortes présomptions pour admettre qu'il en est de même dans l'activité de la ménagère.

On peut distinguer tout d'abord les **irritations simples** de la peau, qui se manifestent sous forme de rougeurs, de démangeaisons, situés aux endroits exposés, souvent autour des ongles. Ce sont surtout les produits de nettoyage, tels que savons, alcalins, détergents, lessives qui sont à l'origine de ce type de lésions.

Beaucoup plus graves sont les **dermites ou eczéma**s qui proviennent non seulement de la rougeur et des démangeaisons, mais souvent l'apparition de petites vésicules qui peuvent s'ouvrir. Ces eczéma's apparaissent à certains endroits de prédilection, tels que les doigts, le dos de la main, les plis du poignet et du coude et souvent le visage.

L'origine des eczéma's est une hypersensibilité cutanée, une intolérance de l'organisme pour certaines substances. Parmi celles qui sont le plus susceptibles de déclencher des dermites en milieu ménager, il faut signaler l'essence de térébenthine qui est utilisée comme détachant ou solvant pour de nombreuses peintures et entre dans la composition de la plupart des encastriques. Mais certains métaux, comme le nickel, et certains légumes comme la rhubarbe, peuvent aussi déclencher des dermites chez les personnes sensibilisées.

Les travaux de ménage exposent à avoir fréquemment les mains dans l'eau, ce qui risque de provoquer des macérations de la peau et de minuscules petites plaies qui faciliteront ultérieurement une sensibilisation ou une infection cutanée. C'est pourquoi la ménagère

se protégera le mieux contre tous les risques de maladies de la peau en portant des gants de caoutchouc non seulement quand elle doit entrer en contact avec des substances irritantes, mais chaque fois qu'elle doit mettre les mains dans l'eau de façon prolongée. Pour éviter la moiteur qui risque de s'accumuler à l'intérieur des gants, elle se talquera abondamment avant de les enlever ou elle mettra des gants fins de coton, capables d'absorber l'humidité, sous les gants de caoutchouc. Avant de commencer son travail, elle pourra aussi s'enduire les mains d'une crème isolante qui formera un petit film protecteur sur la peau; il existe plusieurs types de ces crèmes dans le commerce, mais il ne s'agit là que d'un moyen adjuvant qui ne constitue pas une protection suffisante des mains contre les substances fortement irritantes.

### IV. DOULEURS - FATIGUE

De nombreuses ménagères se plaignent de fatigue ou de douleurs dans le dos, les bras ou les jambes. Il est compréhensible que celles qui sont occupées dans la journée dans un bureau ou à l'usine et doivent en plus faire tout leur travail de ménagères se sentent fatiguées après une semaine de soixante à quarante heures de travail.

En effet, contrairement à l'opinion de nombreux maris, l'activité de la ménagère n'est nullement une sinécure. Si la couture ou le raccommodage n'amène une dépense d'énergie que d'une calorie par minute, le lavage et repassage ainsi que l'action de faire les lits provoque une dépense d'énergie au moins quatre fois plus grande. On estime à environ 3000 calories par jour la dépense énergétique totale d'une journée de travail normale d'une ménagère, mais celle-ci s'élève à 3800 calories au moins pour une journée de lessive. C'est pourquoi il faut considérer le travail ménager comme un travail pénible, comparable à celui d'un serrurier, d'un menuisier ou d'un ouvrier agricole. Il faut tenir compte aussi du fait que la force musculaire de la femme est en moyenne d'un quart inférieure à celle de l'homme.

C'est pourquoi, à notre époque de technicité, il est souhaitable de mécaniser au plus haut point l'activité de la ménagère afin de la soulager des efforts physiques pénibles, chaque fois que faire se peut. Mais comme on

le sait, aspirateurs, machines à laver, machines à coudre, machines à broyer ne sont pas à la portée de toutes les bourses. Par ailleurs, certaines activités domestiques ne peuvent être mécanisées. C'est pourquoi il est nécessaire que la ménagère organise son travail de manière à ce qu'il soit le moins fatigant possible. Il faut aussi qu'elle s'efforce de garder une position normale, physiologique des différentes parties de son corps afin d'éviter des tensions musculaires exagérées, susceptibles de déclencher des douleurs.

Une première remarque s'impose : chaque fois qu'elle le pourra, la ménagère devra travailler assise, car c'est cette position qui nécessite la moindre dépense d'énergie. La position debout amène une dépense d'énergie supplémentaire d'environ 10 %, la position agenouillée d'environ 35 % et la position courbée en avant d'environ 50 % par rapport à la position assise. Il faut aussi relever l'inconvénient que représente pour la circulation veineuse des membres inférieurs la station debout prolongée. Mais la chaise utilisée par la ménagère devrait avoir, aussi à la cuisine, une hauteur réglable et un dossier rembourré.

Lors de certains travaux, il faut faire attention à la position du corps pour éviter des tensions musculaires ou ligamentaires exagérées. C'est ainsi qu'il ne faut pas soulever un objet lourd en fléchissant la taille ou en tendant les bras en avant, mais au contraire en fléchissant les genoux, en gardant les bras le plus près possible de l'axe du corps et en maintenant le dos raide. C'est la meilleure manière d'éviter les affections discales de la colonne.

Dans les travaux de couture, de raccommodage, ou de cuisine, en position assise, à moins de pouvoir appuyer les coudes, il faut éviter d'écarteler les bras de l'axe du corps et s'efforcer de maintenir entre les bras et les avant-bras un angle droit ou obtus. Le travail pendant un temps prolongé en faisant un angle aigu avec les coudes et en écartant les bras de l'axe du corps risque de provoquer à brève échéance des douleurs dans les épaules et dans la nuque, comme chez les dactylos qui travaillent en étant assises trop bas.

### V. CONDITIONS AMBIANTES

La fatigue nerveuse de la ménagère peut être en partie d'origine visuelle si l'éclairage est insuffisant. La couture et les travaux minu-

teux exigent un éclairage supplémentaire (au moins 500 lux au lieu de 150 à 200 pour les travaux habituels). Pour éviter l'éblouissement qui diminue la capacité visuelle, il ne faut pas que la source lumineuse se trouve dans le champ visuel; c'est pourquoi il est préférable de travailler en se plaçant latéralement plutôt qu'en face d'une fenêtre ou d'une lampe électrique, à moins que celle-ci ne soit munie d'un abat-jour qui cache la source lumineuse et ne laisse arriver jusqu'à l'œil que la lumière diffuse, indirecte. Si la lumière est insuffisante ou mal répartie, il peut se produire de la fatigue, des maux de tête, des vertiges, des brûlures aux yeux.

Une température agréable contribue à donner une sensation de confort qui facilite le travail; celui de la ménagère ne fait pas exception. La température de confort varie suivant la saison (un peu plus élevée en été qu'en hiver) et le genre de travail accompli (un peu plus haute pour le travail assis que lors d'activités exigeant des efforts physiques). On peut admettre que la température idéale pour la ménagère varie entre 17 et 20° Centigrades suivant ses occupations.

Quant à l'humidité relative, elle devrait s'élever aux environs de 50 %. Elle a tendance à être plutôt trop élevée à la cuisine en raison de la vapeur d'eau provenant de la cuisson des aliments. C'est pourquoi il est bon de prévoir à la cuisine un certain renouvellement de l'air au moyen d'un ventilateur qui chassera les fumées et l'excès de vapeur d'eau au dehors et créera en même temps dans la cuisine une légère dépression; ainsi les odeurs provenant de la préparation des aliments ne pourront se répandre dans tout le reste du logement.

Avec le chauffage, en hiver, l'humidité relative des appartements tend à être beaucoup trop basse, ce qui crée une sensation de sécheresse au niveau des muqueuses des voies respiratoires supérieures et facilite les rhumes, en plus des altérations que peut subir le mobilier. C'est pourquoi il sera sage de prévoir alors une humidification artificielle : la seule qui soit vraiment efficace résulte de la projection dans l'atmosphère de fines gouttelettes d'eau au moyen d'appareils créés à cet effet.

On voit donc que contrairement à ce que certains se l'imaginent, l'activité de la ménagère est loin d'être dépourvue de risques. Si très peu a été écrit jusqu'ici à ce sujet, c'est probablement parce qu'on a encore souvent tendance à considérer avec un certain mépris le travail ménager qui est rarement salarié. Il est temps de le réhabiliter. Comme Erika Brödnér l'écrit, on peut le diviser en trois parties : certaines activités de la ménagère correspondent à celles d'un **manœuvre**, c'est par exemple le lavage de la vaisselle, l'enlèvement de la poussière. D'autres travaux sont ceux d'un **ouvrier qualifié**, c'est la couture, le repassage, les soins aux enfants. Enfin une troisième partie de l'activité de la ménagère est à proprement parler **intellectuelle**. Le ménage constitue une petite entreprise dont le but est l'entretien de la famille, et c'est le plus souvent la ménagère qui assure la gestion de cette entreprise; c'est par les mains des ménagères que passent presque les trois quarts du revenu national.

Il paraît que les architectes d'intérieur aux Etats-Unis ont parfaitement compris cet aspect important du travail ménager et que dans chaque logement on prévoit pour la ménagère un petit bureau avec téléphone, carnets divers, de telle sorte que la maîtresse de maison a tout ce qu'il lui faut pour réfléchir tranquillement à tous les problèmes concernant la gestion de son affaire, le partage de l'argent mensuel, la répartition de son travail, etc.

Une femme suisse aurait dit une fois « ce n'est pas tant le travail en soi qui me fatigue, c'est le travail qui n'est pas fait ». Cette réflexion illustre bien l'attitude d'un grand nombre de ménagères qui sont tellement effrayées par l'immensité des tâches qu'elles ont à accomplir tous les jours qu'elles ne prennent certainement pas le temps de réfléchir à l'organisation de leur travail. Et pourtant c'est seulement en rationalisant son activité, c'est-à-dire en faisant en sorte qu'elle puisse accomplir ses besognes dans le minimum de temps et avec le moins d'effort, que la ménagère aura davantage de loisirs. Mais pour rationaliser efficacement il faut faire preuve d'imagination et souvent secourir des habitudes bien établies. Il faut aussi que la ménagère prenne le temps de penser à tous les risques que présentent son foyer et son travail, si elle veut protéger sa santé et celle de sa famille.

## L'étalagiste-décoratrice

Elle calligraphie, dessine, peint, modèle, et décore.  
C'est une artiste

### APTITUDES REQUISES

Posséder une bonne instruction scolaire, avoir du goût, de la facilité pour le dessin, un esprit éveillé, de l'imagination et beaucoup d'habileté manuelle. L'étalagiste étant appelée à travailler le plus souvent seule, elle doit être consciencieuse et toujours se montrer digne de confiance. En outre, comme son activité l'oblige à traiter avec le personnel du magasin et même avec la clientèle, elle doit avoir des qualités d'ordre et de discipline, une bonne présentation, un caractère agréable et le sens des affaires. L'étalagiste doit jouir d'une bonne santé, car le métier exige un rythme de travail rapide et soutenu.

### Formation nécessaire avant l'apprentissage

Scolarité complète et bonne culture générale.

### Ecole

Ecole des arts et métiers de Vevey, section étalage-décoration.

### Concours d'entrée à l'école

A lieu 2 mois au moins avant le début de l'apprentissage.

### Epreuves obligatoires

Rédaction touchant à la profession choisie, arithmétique et notions de géométrie, divers tests d'aptitudes, et un entretien avec le directeur et le chef de la section intéressée. On refusera la candidature à qui le goût artistique et technique, le sens des valeurs, des formes, des couleurs, de la perspective, de la mise en page, de la propriété et de l'observation feront défaut.

### APPRENTISSAGE

#### Age minimum

16 ans

#### Durée

7 semestres (externat).

#### Entrée

Mi-avril.

#### Concours

Fin janvier.

#### Inscription

15 janvier (31 décembre pour les étrangères).

### Programme d'apprentissage

Les 4 premiers semestres (le 1<sup>er</sup> trimestre étant considéré comme un temps d'essai) : écriture à la plume, dessin géométrique, de perspective, artistique, de mode; croquis et projets; maquette; modelage; travaux au pistolet; sérigraphie; harmonie des couleurs; procédés de peinture, travaux manuels et menuiserie; décoration, architecture et éclairage de vitrine; connaissance des marchandises et mise en valeur de celles-ci en vitrine; drapé de mannequins; vitrine publicitaire; styles et histoire de l'art; français, calcul, comptabilité, instruction civique et économie nationale.

5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> semestres : stage pratique dans n'importe quel grand magasin de Suisse répondant aux conditions fixées par la loi fédérale sur la formation professionnelle.

7<sup>e</sup> semestre (à l'Ecole) : préparation et exécution de vitrines dans plusieurs maisons de commerce de Vevey; préparation poussée en vue de l'examen. Le **Certificat fédéral de capacité** est délivré aux apprenties qui ont subi avec succès l'examen final. Et l'Ecole décerne une **Mention** aux élèves qui ont obtenu d'excellents résultats au cours de leur formation et à l'examen final.

### Cours accéléré pour étrangères

Aucune limite d'âge. Pas d'examen d'entrée. Programme : toutes les disciplines essentielles de l'étalage; lettre, pancarte, étiquette; dessin de perspective, artistique et décoratif; modelage; sérigraphie; projets; harmonie des couleurs; décoration; étude de la vitrine; mise en valeur de la marchandise. Les participantes qui ont suivi les leçons régulièrement et avec succès reçoivent une attestation.

### Ecolage

Suissesses : 150 fr. par semestre et 50.— de garantie, remboursables à la fin. Etrangères : 300 fr. (cours spécial 500 fr.) par semestre et 500 fr. de garantie. Matériel : 250.— env. Assurances comprises (accidents et paralysie). Bourses ou prêts d'honneur.

### L'OFFRE ET LA DEMANDE

#### La demande

Régulière. L'Ecole de Vevey transmet les offres d'emploi qu'elle reçoit, de Suisse ou de l'étranger. Elle a toujours pu placer ses élèves.

#### Perspectives d'avenir

L'étalagiste-décoratrice peut devenir chef-décoratrice dans un atelier ou un grand magasin, ou ouvrir son propre atelier de décoration, si elle n'a pas, entre temps, dévié vers les arts graphiques. Elle pourra, en tout cas, trouver des postes intéressants aussi bien en Suisse qu'à l'étranger.

#### L'offre

Un métier passionnant, qui permet de créer et de voir beaucoup de monde, dans une ambiance toujours bien vivante.

#### Conditions de travail

##### Horaires

Celui des vendeuses ou secrétaires. Dépend des maisons (semaine de 5 jours ou non).

##### Vacances

3 semaines.

##### Salaire

650 fr. min. Mais c'est dans l'horlogerie que les étalagistes-décoratrices sont les mieux payées (on nous signale, pour le début, 1000 fr. l)

#### Avantages sociaux

Dépendent des maisons. Cependant, l'étalagiste-décoratrice peut continuer l'assurance contractée à l'Ecole, en changeant simplement de classe.

### BIBLIOGRAPHIE

Bourret J. et Mehl J. Les aspects médicaux du travail féminin dans l'industrie. Arch. mal. prof. 27, (1-2), 1, 1966.

Brödnér E. Technik und Haushalt. Industr. Organisation. Schw. Ztschr. f. Betriebswissenschaft (9), 295, 1954.

Desbaines P. Un risque méconnu d'intoxication par le CO que dégagent les appareils de chauffage à gaz butane et propane. Praxis 52, 1039, 1963.

Fritz W. Das sichere Haus. Arbeitsschutz Nachrichten (57), 4, 1954.

Grandjean E. Points de vue physiologiques sur le travail de la ménagère. Industrielle Organisation, 1, 1957.

Montreuil-Strauss. Surmenage de la mère française. Inform. soc. Paris 7, 1012, 1962.

Odlum D. Hygiène et pathologie du travail ménager. Inform. soc. Paris, 7, 1023, 1962.

Sroka K.H. Von Berufskrankheiten in der Hausarbeit. Rev. suisse Hyg. 30, 322, 1950.

Bureau suisse d'étude pour la prévention des accidents. Laupenstr. 9, 3000 Berne.

Rapport annuel 1961/62, p. 55

Rapport annuel 1962/63, p. 45

Rapport annuel 1963/64, p. 42-43

Rapport annuel 1964/65, p. 43

Kampf den Unfällen im Haushalt, 1, 1965