

**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:** 78 (1990)

**Heft:** 10

  

**Artikel:** Vous avez dit ménopause ?

**Autor:** nir

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-279482>

### **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:** 16.04.2026

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

## Un message qui dérange

Le Bureau de l'égalité et de la famille ne doit pas travailler comme une association militante mais être le pont entre les associations et l'Etat. Il doit pouvoir faire passer un message dérangeant dans des milieux qui ne sont souvent pas prêts à l'entendre et à trouver les mots pour le dire. Le Conseil d'Etat manifeste actuellement une volonté politique de faire de ce bureau quelque chose de sérieux; donc je suis bien décidée à faire bouger les choses et je suis prête à m'armer de patience et d'humour.

Nous aurons à mener aussi une réflexion sur la situation actuelle des femmes. Elles souffrent d'une maladie congénitale – qui n'est pas prise en charge par les assurances! –; nous souffrons d'un manque de confiance en nous et nous n'avons pas une haute idée de nous-mêmes.

Un Bureau de l'égalité doit permettre aux femmes de découvrir leur propre valeur et de la faire valoir face au monde masculin. C'est important de convaincre les femmes de leur valeur, et si le processus d'égalité actuellement en marche se poursuit, il faut avoir des candidates pour occuper les postes; pas seulement dans les entreprises mais aussi dans la vie politique, la vie associative, etc.

## Eviter la culpabilisation

La représentation parlementaire est nettement insuffisante mais les femmes trouveront leur place quand les conditions seront aussi mises en place; il faut établir ces conditions qui permettront aux femmes de s'engager plus. Sinon, on les culpabilise. Regardez, si les hommes sont partout mieux implantés que nous, c'est qu'ils y mettent plus de temps et ne se posent pas la question de savoir si c'est bien ou non. Ils ont un rapport au travail moins sain que les femmes et même avec 70 heures hebdomadaires, ne se demandent pas perpétuellement: «Est-ce que c'est vraiment ça la vie?».

Le changement de société laisse espérer que nous allons vers un autre type de relations; mais jusqu'à ce que le temps de travail soit diminué pour tous, les femmes doivent composer avec la réalité.

Catherine Laubscher Paratte a déjà quatre grands thèmes dans ses objectifs:

- garde d'enfants, horaires scolaires, subventionnement des crèches;
- travail de concrétisation de l'égalité réelle des chances dans l'administration;
- orientation professionnelle et formation des filles;
- sensibilisation plus globale dans le milieu scolaire.

Des contacts sont déjà pris avec les autres bureaux romands et des actions communes seront entreprises de même que des échanges. Avec le dynamisme et les compétences de sa déléguée, le canton de Neuchâtel rattrapera peut-être son retard.

**Irène Brossard-Friche**

# Vous avez dit ménopause ?

*A Lausanne, Pro-Familia informe sur la crise de la cinquantaine.*

**C**'est l'histoire d'une femme, à la veille de ses cinquante ans. Elle s'appelle Michèle. Elle subit des bouffées de chaleur, elle devient irascible, nostalgique, elle en a marre quelquefois... et elle grossit! Eh oui! Ce sont quelques-uns des symptômes de la ménopause. Ménopause! Et le mot est lâché. Ce mot que l'on prononce du bout des lèvres, ce mot qui effraie, ce mot dont on dit tant de maux.

Sujet tabou s'il en est, la ménopause, période que l'on dit cruciale pour la femme, tente depuis peu une percée dans les conversations féminines. Heureuse initiative donc que celle prise par le Centre médico-social Pro Familia de Lausanne. Il a organisé, mardi 18 septembre dernier, au Centre paroissial d'Ouchy, une soirée sur le thème «Vivre sa cinquantaine». Pour bien cerner le sujet, la soirée a commencé avec la projection du film de la Canadienne Hélène Doyle «Demain la cinquantaine».

Et c'est l'histoire de Michèle, «l'héroïne», mais cela pourrait tout aussi bien être l'histoire de n'importe quelle femme, d'ici ou d'ailleurs.

Michèle vit simplement, entre mari et enfant. Elle est battante, donc elle se met à l'informatique pour «se remuer un peu les méninges».

Mais depuis quelques temps, «elle est emmêlée dans la tête», comme on dit au Québec, avec l'accent.

Des fois, elle est tellement fatiguée, «que ça lui tombe dessus comme un orage...» et, ajoute Michèle, «hier j'étais tellement éprouvée que je n'avais plus assez d'énergie pour faire l'amour avec Paul» (son mari).

L'héroïne le dit dans le film, «je ne supporte pas de fonctionner tout de travers!» Elle pense à aller voir un médecin, mais que lui dire? «Je ne suis pas malade. Et je suis sûre, après la pilule (contraceptive), ce sera les pilules.» Bref, peu d'enthousiasme de la part de Michèle, jusqu'au jour où elle se décide tout de même à demander conseil. Elle s'ouvre en quelque sorte à une consultante.

Discussions, questions, interrogations de la «ménopausée», et informations, explications de la conseillère. La confiance est établie, Michèle prend son destin en main,



**Tina Turner, ou la cinquantaine réussie!**  
(Photo tirée de «Une année des femmes 1985», André Eiselé éditeur)

Mais pas seule, elle fait partie d'un groupe de femmes qui apparemment ont toutes le même souci: «bien vivre leurs cinquante ans».

Et le film présenté par le Centre médico-social n'avait d'autre but que de faire savoir que la ménopause peut être un «sujet dont on parle», comme l'ont dit les deux animatrices.

Jocelyne Lugin et Danièle Terzi, conseillères en planning familial, dirigent depuis 1988 des groupes de préparation à la ménopause. Des groupes ouverts à toutes celles que le sujet intéresse. Pendant six soirées, on essaie de faire le tour de la question, mais sans schéma formel, plutôt à la demande des participantes.

Ménopause, ostéoporose, traitement aux hormones, oui ou non. Le cours proposé à Lausanne n'apporte pas de solution toute faite, mais il est certain que pour mieux décider et se prendre en main, rien ne vaut une information complète.

(nir)