

**Zeitschrift:** L'Émilie : magazine socio-culturelles  
**Herausgeber:** Association Femmes en Suisse et le Mouvement féministe  
**Band:** [97] (2009)  
**Heft:** 1531

**Artikel:** En toute subjectivité : témoignage sur le "vieillir"  
**Autor:** Kirschmann, Stefania  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-283285>

#### 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:** 24.02.2026

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

# Les femmes au fil des ans

## Le vieillir du corps et du cœur – réalités et fictions

Un roman, deux artistes, un sandwich et une pincée de témoignages pour explorer le temps qui passe. Avec *Best Love Rosie*, Nuala O'Faolain nous entraîne dans un roman irlandais et une quête du bien-être d'une femme «bonne vivante» et glissant vers la soixantaine. Muriel Golay du Bureau de l'égalité genevois nous interpelle sur la génération sandwich: toutes ces femmes aux prises avec les enfants, les petits-enfants et les vieux parents...

Louise Bourgeois et Cindy Sherman, deux exploratrices du corps féminin, questionnent le vieillissement avec impertinence et subvertissement allègrement les injonctions, qu'elles soient cosmétiques ou naturistes. Et le cœur? Il ne perd pas forcément de son ardeur. L'amour n'a certes pas d'âge, mais il se conjugue peut-être différemment. Et pour bien commencer l'exploration, découvrons le ressenti d'une femme qui, comme nous toutes, avance en âge.

### En toute subjectivité

Témoignage sur le «vieillir»

Constamment sollicitée par le jeunisme ambiant, les femme d'âge mûr hésitent entre sagesse, deuils à faire et tentation constante de prolonger l'âge d'or, de figer le temps. Non, décidément, prendre de l'âge n'est pas de tout repos...

Témoignage recueilli par Stefania Kirschmann

Avancer en âge. Vieillir. Rien que de très banal. Et pourtant. Les dernières étapes de l'existence ne sont généralement pas vécues comme une partie de plaisir. Et ce, même si la durée de vie ne cesse de se rallonger, que notre époque offre – ou du moins fait miroiter – la perspective d'un troisième âge dynamique et entreprenant, le leitmotiv actuel reste «à bas la décrépitude et vive le vieillissement juvénile!»

Dans une ère qui glorifie le perfectionnisme personnel, professionnel, familial ou physique à long terme, comment vit-on le passage du temps? En tant que femme, comment trouve-t-on sa liberté ou gère-t-on certains paradoxes sociaux et intimes lorsque le rôle et la place d'une dame d'un certain âge sont devenus flous et parfois même contradictoires? Questionnements beaucoup plus délicats qu'il n'y paraît. A la vue des questions qui leur étaient posées, plusieurs femmes sondées se sont finalement rétractées. Plonger dans les méandres intimes de sa propre expérience du vieillissement, de l'évolution du corps, de sa propre image, de la séduction, du regard des autres peut se révéler être un exercice éprouvant.

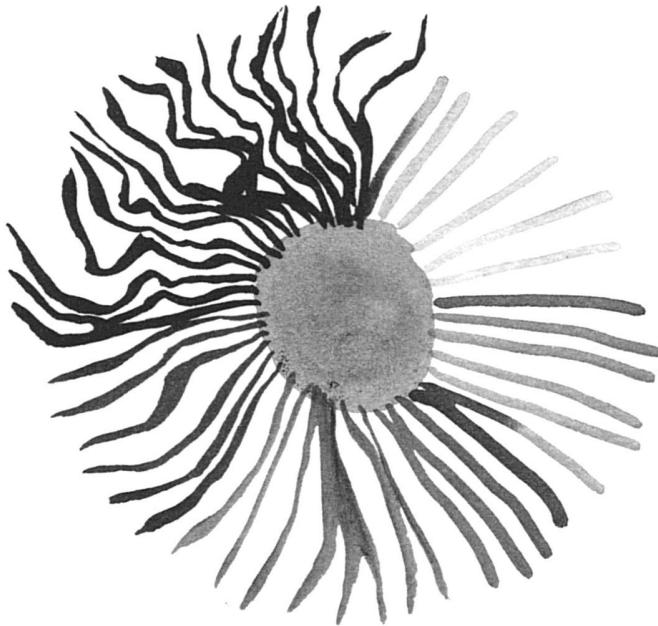
Elisa Zürcher s'est prêtée au jeu. Avec sobriété et sincérité, elle nous livre un peu de ce qui la touche ou la préoccupe, de ce qu'elle ressent.

#### Prendre de l'âge et du recul?

Prendre de l'âge est un processus inéluctable comme celui de vieillir. Cependant, je fais une distinction entre les deux. Prendre de l'âge est un parcours individuel, dépendant du vécu et de l'histoire personnelle. C'est constater le chemin parcouru, réfléchir sur les événements marquants de sa vie avec un certain recul et prendre en compte ses expériences.

Actuellement, j'ai 58 ans, je suis toujours active professionnellement dans un métier que j'aime, mère de deux filles maintenant indépendantes, grand-mère et femme. Ma vie n'a pas été facile, j'ai dû lutter sur beaucoup de fronts à la fois, ce qui fait que maintenant j'apprécie la tranquillité et aborde le présent avec davantage de sérénité.

Cette étape de ma vie me paraît enrichissante dans la mesure où je fais des activités que je n'ai pas pu faire avant, j'apprécie d'être libérée de beaucoup de contraintes familiales, ce qui me permet de penser à moi, je me sens plus réceptive, moins préoccupée...



### *«Vieillir, c'est devenir physiquement 'une autre'»*

Vieillir évoque pour moi des deuils à faire: sa jeunesse, les parents, les proches que l'on ne reverra plus. Physiquement, j'avoue avoir de la peine à accepter les métamorphoses de mon corps. Vieillir c'est devenir physiquement «une autre» et il faut accepter cette nouvelle femme, trouver un style qui nous corresponde. Je suis souvent partagée entre remédier à cette dégradation par tous les moyens (fitness, régime, sport, crèmes...) et accepter. J'ai toujours été exigeante avec moi-même, ce qui n'aide pas!

J'y trouve aussi quelques avantages: le regard des autres a beaucoup moins d'impact sur moi qu'auparavant. D'ailleurs c'est aussi «l'absence» de regard des autres qui fait qu'à un moment donné on se contente de se regarder soi-même et d'être satisfaite, ou non, de ce que l'on voit. Le regard des hommes n'est plus le même également, mais cela ne me gêne pas. Les rapports sont moins ambigus, peut-être regarde t-on davantage la femme et moins l'apparence physique. La séduction, pour moi, est davantage liée à une période où je croyais devoir séduire pour exister. Aujourd'hui, j'ai envie d'être séduisante pour me faire plaisir.

### *«Intérieurement, je ne sens pas l'âge que j'ai»*

Quand je suis avec des plus jeunes, que je les écoute, quelquefois je revis des situations ou des problématiques qui appartiennent à mon passé (j'ai déjà vécu ou ressenti ça), alors je prends conscience du temps qui a passé. Intérieurement je ne sens pas l'âge que j'ai. Je me surprends à penser que je suis toujours à 40 ans. C'est dans certaines situations (travail, rencontres) que la réalité me rattrape.

Il y a aussi les petits bilans personnels, où je constate ce qui a changé en moi, ce qui ne change pas malgré tout, les acquis aussi.

Par contre, j'ai l'impression de me projeter moins loin dans l'avenir, inévitablement les messages du genre «à quand la retraite?» vous font réaliser que c'est peut être le moment d'y penser...

### *Une société qui prône le jeunisme*

Dans le monde professionnel, la discrimination par l'âge est devenue une réalité qui me choque beaucoup. En tant que psychologue conseillère d'orientation, je reçois des personnes de tout âge et j'entends des jeunes de 35-40 ans me dire qu'ils sont trop vieux pour tel ou tel poste. Cela touche autant les femmes que les hommes. Les profils demandés sont souvent caractéristiques de notre société du paraître (jeune-beau-dynamique) et beaucoup ne s'y retrouvent pas.

Quand aux personnes de 50 ans et plus, sans emploi, avec plein de compétences, ils n'ont plus qu'à prendre une retraite anticipée! C'est scandaleux.

Je suis aussi étonnée de voir comme les «ancien.ne.s» sont quelquefois mis de côté dans le travail. On ne tient pas compte de leur expérience, on les considère comme des gens dépassés par les nouvelles technologies, on va même jusqu'à leur reprocher de s'accrocher!

En ce qui me concerne, j'ai la chance de travailler avec de jeunes collègues et nos échanges professionnels sont plutôt constructifs et je ne ressens pas de différences gênantes dans notre collaboration.

### *Femmes de plus de 50 ans: ont-elles fait leur temps?*

Je pense que les femmes et les hommes de cet âge sont conditionnés par tous les messages médiatiques constamment mis en avant: être beaux et rester jeunes. L'engouement pour la chirurgie esthétique, les soins corporels, sont la conséquence de ce culte de la jeunesse.

La femme dès 50 ans, dans certains milieux, est perçue essentiellement comme la femme ménopausée qui doit admettre «qu'elle a fait son temps». Cela contribue à enrichir les laboratoires pharmaceutiques et de beauté si l'on en croit tous les produits sur le marché qui sont là pour «aider la femme de 50 ans et plus à passer ce cap». Pour moi, ce changement a été libérateur, car je n'ai jamais considéré mon utérus comme étant le symbole de ma féminité.

Il y a beaucoup de clichés concernant mon âge qui ont la vie dure. Ils ne contribuent qu'à réduire la personne à une catégorie et à la priver de sa liberté.