

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 15 (1985)  
**Heft:** 3

**Rubrik:** Les coups de coeur de Colette

#### 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:** 22.02.2026

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

# LES COUPS DE CŒUR DE COLETTE



COLETTE JEAN

Bonjour...

Voulez-vous me faire une petite place, pour que je puisse me glisser dans votre jolie ronde des «Aînés»? ... Le troisième âge, voilà une période de la vie qui n'est pas si désagréable, pour autant que l'on se sente «bien dans sa peau». Personnellement, je ne me sens pas prête à vendre mon droit d'aînessse, même pour un plat de lentilles (que pourtant j'adore). J'estime que si le destin vous a doté d'une bonne dose de santé, de souvenirs, de philosophie et d'humour, il fait bon vivre au quotidien. A l'acidité stressante des fruits

verts, on oppose la maturité adoucie d'un âge mûr. Or, l'âge mûr (dans une formule humoristique que je n'ai pas oubliée), l'âge mûr c'est le moment de notre vie où l'esprit s'élargit en même temps que le tour de taille! (tant pis)... C'est aussi la période de la vie où l'on commence à ressentir la différence qu'il y a entre monter... et descendre un escalier (hélas!), tenez, un exemple, regardez les hommes, (mais si, mais si) ils continuent toujours à courir après la femme... mais de préférence dans les descentes! Enfin, l'essentiel étant de garder le rythme! Tant il est vrai que quelle que soit sa date de naissance l'être humain n'a véritablement que l'âge de sa vitalité. Sans pour autant être dupe. Il me souvient de la réplique

ironique de cette dame, dont les flatteurs célébraient avec force compliments le soixantième anniversaire: «Ah! Trois fois 20 ans, mais c'est encore la toute jeunesse!»... et qui soupirait: «— Oui... surtout pour une cathédrale!» Entre trop, ou pas assez, il faut évidemment louvoyer, et personnellement, j'ai eu à faire récemment à un personnage aussi mufle que peu psychologue, qui me lança à pleine face «qu'à mon âge», on ne pouvait prétendre avoir «encore» des idées!... (Il a pu heureusement, entre temps, s'apercevoir du contraire), d'autant qu'il m'a fourni immédiatement la réaction spontanée, sous forme de poème, à savoir: un hommage à... mon âge!

## Mon Age

Mon âge? ça n'est pas un coup que l'on m'assène  
J'en ai beaucoup trop fait, à la ville, à la scène  
Parce que l'âge, en tout temps, c'est ce que l'on en fait!  
Moi, je porte aujourd'hui le mien, comme un trophée:  
Sans vouloir le cacher, sans en faire étalage,  
Il devient un cadeau, plus généreux, plus sage,  
Il se doit ignorant de la grossièreté,  
et se fait indulgent à la méchanceté,  
Il devient rassurant pour une confidence  
et pour un désarroi, il se fait Providence.  
Il veut, pour profiter du temps de chaque jour  
Un dosage précis de tendresse et d'humour.  
Quand les heures, les jours, et les années s'ajoutent,  
et qu'il ne reste plus qu'un petit peu de route,  
mais qu'il jaillit de vous tant de vitalité  
de besoin de donner, de rythme, de gaieté  
Je suis persuadée que le plus beau réflexe,

C'est de savoir porter son âge, sans complexe!  
(et ne pas se laisser «pousser dans le panneau»...)  
Notre âge, portons-le tout comme Cyrano  
le faisait de son nez!... avec humour et verve,  
et ne permettons pas que d'autres nous desservent!  
La vie, c'est un cadeau, mais, la vitalité  
C'est plus qu'un capital: c'est une Immensité!  
— Vous avez des idées, et on vous les chipote?  
— Ben, si tu n'en veux pas... J'les r'mets dans ma calotte...

\* \* \*

Alors, vous, qui durant, soixante, ou davantage  
Avez, au long des ans, fait de la bonne ouvrage  
Dites-vous, qu'il y a, quelque part, en tout temps,  
quelqu'un qui l'apprécie... et c'est ça l'important!

C. J.

Ce poème est extrait de la cassette *Les Chansons en forme de Souvenirs* de Colette Jean. Prix Fr. 20.— (Mme

C. Jean, route Capite 130, 1223 Cologny).  
Chaque dimanche, de 18 h.30 à 20 h.,

vous pouvez entendre Colette Jean sur Thollon-les-Mémises FM21 93 me-gah! *Là-Haut, Colette*.

## A «La Sombaille» La Chaux-de-Fonds

Le home nous communique les dates de ses principales expositions:  
**du 22 mars au 26 avril:**  
travaux des pensionnaires (dessin);  
**le 28 septembre:**  
vente annuelle du home;  
**du 1<sup>er</sup> au 29 novembre:**  
exposition des artistes amateurs du 3<sup>e</sup> âge du canton de Neuchâtel.  
Toutes les personnes intéressées voudront bien agender ces dates. Pensionnaires du home et artistes amateurs sont dignes des encouragements d'un large public.

