

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2010)  
**Heft:** 18

**Artikel:** Rosette Poletti : "mon moteur? C'est le plaisir"  
**Autor:** Fattebert, Sandrine / Poletti, Rosette  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-832152>

### **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:** 03.05.2026

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

# Rosette Poletti: «Mon moteur? C'est le plaisir»

Elle n'arrête jamais. A 72 ans, cette ancienne directrice d'une école de soins infirmiers multiplie cours, conférences et séances de dédicace avec succès. Entretien avec une femme hors du commun, en marge du Salon du mieux-vivre à Fribourg, où elle dédicacera son dernier ouvrage *Rendre grâce*.

Ce qui surprend d'abord chez Rosette Poletti, c'est son ouverture. Ce qui séduit ensuite, c'est sa chaleur humaine, et surtout son dynamisme à 72 printemps. A peine son dernier livre est-il sorti de presse, que la voilà déjà sur le point de terminer le suivant, *Oser la liberté*.

Connue du grand public depuis sa collaboration avec *Le Matin* en qualité de chroniqueuse, elle choisit des mots de tous les jours pour coller aux maux de ses interlocuteurs. Cette simplicité pourrait laisser croire, à tort, que son bagage professionnel manque de profondeur. Et pourtant! Infirmière en soins généraux et psychiatriques, elle est titulaire de deux masters en soins infirmiers, ainsi que d'un doctorat en sciences de l'éducation des adultes de l'Université Columbia, à New York.

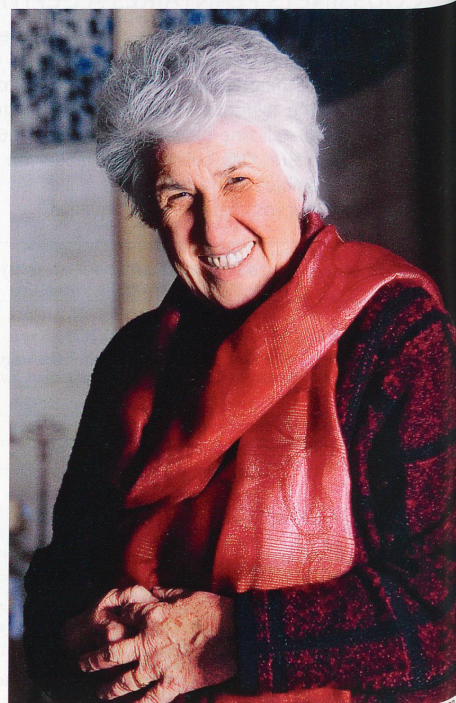
Certificat européen de psychothérapie en poche, elle obtient ensuite le droit de pratique dans le canton de Vaud. Autant de compétences que Rosette Poletti va mettre au service d'autrui de manière concrète. D'abord, en qualité de directrice d'une école de soins infirmiers, puis comme chargée de cours à l'Université de Genève durant dix-sept ans. Elle poursuit aujourd'hui son désir d'aider les autres à mieux vivre, en tant que responsable d'un centre de formation à l'accompagnement des personnes en difficulté.

**De quoi traite votre ouvrage *Rendre grâce*, qui vient de paraître?**

Suite à la parution de mon petit livre intitulé *La gratitude*, ma maison d'édition a proposé de publier un ouvrage, illustré cette fois, qui soit comme un petit bouquin de référence qui accompagne les personnes lorsqu'elles veulent rendre grâce. Pour le rédiger, j'ai fait des recherches dans toutes sortes de cultures, afin de voir quelles étaient les différentes manières de le faire. Par exemple, les Amérindiens expriment beaucoup ce sentiment, que ce soit envers la nature ou le fait d'être vivant. C'est un joli livre avec de jolies illustrations.

**Vous êtes déjà l'auteur d'une vingtaine d'ouvrages. Avez-vous de nouveaux projets d'écriture?**

Oui. Je vais livrer un nouveau livre en novembre, intitulé *Oser la liberté*. Il parlera de la liberté de se donner le droit d'oser. Et du point de vue de la



La chroniqueuse bien connue des Romands est déjà en train de rédiger un prochain livre dont le thème sera le droit d'oser.

forme, ce sera une première pour moi puisque, sur les conseils de mon entourage, il mettra en scène l'histoire de quelqu'un.

**Comment expliquez-vous l'engouement du public pour vos livres?**

Je m'astreins à utiliser un vocabulaire simple. Mais simple ne signifie pas simpliste. Toutes mes informations sont étayées, basées sur des choses que j'ai expérimentées personnellement. De plus, les thèmes que je traite sont des sujets de base. Par exemple, le lâcher-prise (ndlr: auquel elle a consacré un livre) concerne tout le monde. Il est arrivé à cha-

cun de se trouver confronté à une telle situation, et même parfois plusieurs fois au cours de sa vie.

**Et quelles sont, selon vous, les raisons de l'intérêt croissant de la société pour le mieux-être?**

Malgré la crise et les difficultés financières que certaines personnes rencontrent, 80% de la population suisse dispose du minimum vital. Le prochain niveau de besoins consiste à vouloir être mieux, à rechercher une meilleure qualité de vie, que ce soit sur le plan affectif ou émotionnel. Et, une fois ce stade atteint, d'autres questions d'ordre existentiel se posent, comme celle de l'utilité de son existence et du sens de sa vie. Tout cela n'est pas nouveau: c'est ce qu'explique Maslow (ndlr: un psychologue célèbre, considéré comme le principal meneur de l'approche humaniste, décédé en 1970), dans sa pyramide des besoins.

**Vous êtes l'auteur d'innombrables écrits, vos compétences sont largement reconnues. Avez-vous encore des envies ou des rêves à réaliser?**

Oh! J'ai déjà vécu beaucoup d'expériences. J'ai da-

vantage de rêves collectifs. J'aimerais pouvoir continuer dans la rencontre et l'écriture. Apporter ma petite pierre, afin que les gens changent de niveau de conscience, qu'ils deviennent davantage conscients et solidaires.

**Où trouvez-vous l'énergie pour répondre aux innombrables sollicitations qui vous sont adressées, telles que conférences, séances de dédicace et cours?**

Je suis relativement organisée. Mais mon moteur, c'est le plaisir de rencontrer des personnes et que mon travail corresponde à mes valeurs. Si je devais rechercher des fonds pour un musée, je serais moins motivée! En fait, j'ai toujours été privilégiée dans ce domaine: j'ai eu un travail et des expériences que j'ai pu choisir. Je suis consciente de ce privilège.

Propos recueillis par Sandrine Fattebert

*Rendre grâce*, Editions Jouvence, [www.editions-jouvence.com](http://www.editions-jouvence.com), au prix de 23 fr.



## Votre journal au Salon du mieux-vivre

*Généralions Plus* sera présent à Fribourg du 12 au 14 novembre. Gros plan.

«Ce qui fait la force du Salon du mieux-vivre? C'est sa petite structure, explique André Dunand, l'un des organisateurs. Elle offre ainsi aux exposants comme aux visiteurs une grande proximité.» Pour sa 11<sup>e</sup> édition, qui réunira quelque 200 exposants et conférenciers au Forum de Fribourg, la manifestation restera fidèle à ce concept, tout en proposant de nombreuses nouveautés.

La famille sera ainsi le fil conducteur de plusieurs animations. Parmi celles-ci, les visiteurs auront la possibilité de participer à *Graines d'amour*, un jeu de cartes destiné à favoriser le dialogue entre parents et enfants.

Au fil de sa visite, le participant pourra aussi découvrir *La family.ch*

([www.lafamily.ch](http://www.lafamily.ch)), un guide pratique et ludique pour la famille, proposant des activités et des idées d'excursions par ville.

Mais avec une centaine d'orateurs, dont Rosette Poletti, les conférences constitueront aussi l'un des points forts de ce rendez-vous du bien-être. A commencer par Stephan Valentin, écrivain, scénariste de la BD *La bande à Loulou* et docteur en psychologie, qui donnera une conférence sur le thème *La famille à construire: de nouvelles valeurs dans l'éducation des enfants*, avec Cristina Tartarletti, responsable de l'association Education familiale à Fribourg, dont le but est d'offrir aux parents d'enfants de 0 à 7 ans, l'occasion de renforcer leurs compétences parentales. Psychologue reconnu et auteur de plus d'une vingtaine d'ouvrages,

Yves-Alexandre Thalman abordera pour sa part *La science du bonheur*.

Toujours aussi actif et proche de ses lecteurs, votre magazine *Généralions Plus* sera également de la partie. Son directeur et rédacteur en chef Jean-A. Luque animera un débat sur *Trouver l'amour: un éternel défi*, en partenariat avec le Salon du mieux-vivre. Un débat auquel participeront Hervé Magnin, psychothérapeute cognitiviste comportementaliste et écrivain, ainsi qu'Odile Lamourère, conseillère conjugale spécialisée depuis bientôt trente ans dans l'accompagnement des célibataires. S. F.

Salon du mieux-vivre, du 12 au 14 novembre au Forum de Fribourg, informations sur [www.mieux-vivre.ch](http://www.mieux-vivre.ch)

Le Club  
*Plus*

Vous souhaitez visiter le Salon du mieux-vivre et assister à l'une ou l'autre des conférences données lors de cette manifestation. 50 entrées offertes en page 85.