

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2012)  
**Heft:** 40

**Artikel:** Quelle coupe après 50 ans? Osez la liberté!  
**Autor:** Fattebert Karrab, Sandrine  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-831637>

### **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:** 17.04.2026

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



Wolodja Jentsch

Notre lectrice Vania Rohrer (46 ans), de Hauterive, n'est pas une habituée du salon Cavaleri Espace Hair Stylist, à Neuchâtel, mais elle s'est prêtée au jeu pour devenir modèle «J'ai beaucoup apprécié de me faire chouchouter... J'ai toujours été contre l'idée qu'une femme doive absolument renoncer à des cheveux longs, juste parce qu'elle a 40 ans!»

d'un jour. Ses impressions, après avoir confié sa chevelure à Gianni Suffia: «On peut être belle à n'importe quel âge.»

# Quelle coupe après 50 ans? Osez la liberté!

Révolue, l'époque où la femme devait entrer coûte que coûte dans un schéma unique, imposé par la mode! Aujourd'hui, tout est permis en matière de coiffure. Ou presque. Tant mieux...

«**Q**uand j'étais jeune, il n'y avait qu'un style de vêtement et de coiffure à la mode, se souvient Sylviane, 70 ans. On entraînait dans le moule, quels que soient son physique ou ses goûts, ou on était ringard!» Aujourd'hui, ces diktats sont dépassés. Gianni Suffia, premier coiffeur chez Cavaleri Espace Hair Stylist à Neuchâtel, illustre bien cette révolution, amorcée avec le nouveau millénaire. «Il ne faut pas que la femme se laisse enfermer dans un style. L'important, c'est qu'elle se sente bien avec sa coiffure et qu'elle ait le sentiment d'avoir le choix.»

Fort de vingt-huit ans de métier, ce coiffeur-vigagiste part du principe que tout peut être fait à tout le monde. «L'essentiel est de savoir adapter la coiffure à la femme, de créer un ensemble harmonieux. En fait, tout dépend du cheveu, de sa qualité, de son implantation, mais aussi du style vestimentaire de la

cliente et de ses habitudes. Par exemple, passe-t-elle beaucoup de temps à se coiffer le matin?»

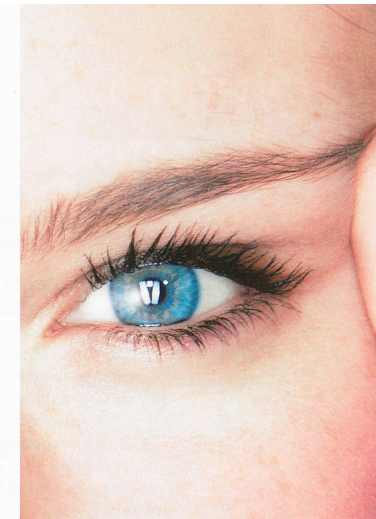
### Briser les dogmes

Et la forme du visage, dans tout ça? «Ce n'est qu'un paramètre parmi beaucoup d'autres, poursuit Gianni. Décréter que telle coupe ne va pas à telle forme de visage est totalement réducteur, dogmatique même. Au sujet de ces règles de base, leur interprétation est personnelle, donc subjective, et elle varie d'un coiffeur à l'autre. Dans la pratique, il est d'ailleurs très rare qu'une femme y corresponde.»

Chez Calista Coiffure, à Fribourg, la philosophie est identique. «La coiffure doit correspondre à la personnalité, au style de la personne, pas à l'âge, lance Ersan, professionnel depuis bientôt vingt ans. Le monde tourne et nous n'avons plus les mêmes envies. Les femmes sont multiples et changeantes

comme tout ce qui vit autour de nous. En fait, le choix de la coiffure correspond à un passage de la vie. Si vous vous affranchissez du regard des autres, si vous êtes bien dans votre peau, vous pourrez faire ce que vous voudrez et cela vous ira. Libérez vos envies et vivez vos rêves, c'est le plus beau cadeau que l'on puisse s'offrir. Ici, on ne vit pas assez l'instant présent et la vie est trop courte pour la remplir de j'aurais dû ou de si j'avais su...»

**SUIS-JE TROP VIEILLE** pour me permettre telle coupe ou telle couleur? «C'est la question la plus fréquente de mes clientes de 50 ans et plus, relève Gianni Suffia. Mais qui a lancé cette idée-là, comme si les femmes dès cet âge-là n'appartenaient plus à la société civile? Et quel être humain, homme ou femme, aimerait s'entendre dire: "Non, tu n'as plus l'âge pour ci ou ça?" D'ailleurs, les femmes ne me



## Sécheresse et brûlures oculaires?

# Mepha-Tears®

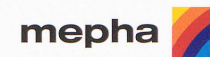
### Humidifie et protège

- ▶ monodoses refermables
- ▶ sans agent conservateur



3812 Veuillez consulter la notice d'emballage Mepha Pharma SA

Les médicaments à l'arc-en-ciel



demandent pas une coiffure qui les fasse paraître plus jeune, pas plus qu'elles ne s'achètent des habits pour ressembler à des adolescentes de 15 ans. Elles veulent une coupe avec laquelle elles se sentent à l'aise.»

**COURTS OU LONGS?** Là aussi, les codes volent en éclats. «On a dit pendant des années qu'à partir de 40 ans, une femme doit porter des cheveux courts. Mais qui a décrété ça et au nom de quoi? Dans son apparence, la femme de 50 ans d'aujourd'hui, c'est celle de 40 ans d'hier, reprend le Neuchâtelois. Elle a gagné dix ans. Mes clientes ont souvent des cheveux mi-longs, voire plus longs encore, et si c'est leur vœu, je fais tout pour qu'elles les gardent. L'important est que le cheveu soit soigné, que la coupe soit propre et stylée.»

Mais ici comme dans d'autres aspects du quotidien: tout est dans la mesure. «Un dicton dit: derrière le lycée, devant le musée. Cela résume assez bien le travers dans lequel il faut ne pas tomber. Encore faut-il se garder des préjugés. L'une de nos clientes d'une soixantaine d'années vient de se faire poser des extensions. Une autre dame, qui a environ dix ans de plus, porte parfaitement ses cheveux longs et orange. Bien sûr que je ne vais pas proposer d'emblée à une cliente ce type de couleur et ce style, mais en l'occurrence, cela leur va très bien.»

**LISSES OU FRISÉS?** On le constate à la télé comme dans la rue: la tendance est au lisse. Mais là encore,



Pour Gianni Suffia, vingt-huit ans d'expérience et premier coiffeur chez Cavaleri Espace Hair Stylist à Neuchâtel, la femme d'aujourd'hui ne doit pas se plier forcément à tous les caprices de la mode, mais choisir le style et la coiffure qui lui plaisent.

Wellbeing - kentsch

Gianni Suffia milite pour la liberté et la diversité. «Ce n'est pas parce que le lisse est à la mode que toutes doivent s'y conformer. Et attention à ne pas confondre lisse avec raide! Si une femme possède de

beaux cheveux bouclés, c'est dommage de les lisser. En revanche, je ne suis pas pour les permanentes...»

Sandrine Fattebert Karrab

www.calista.ch - www.cavalericoiffure.ch

## Evitez de tomber dans les extrêmes

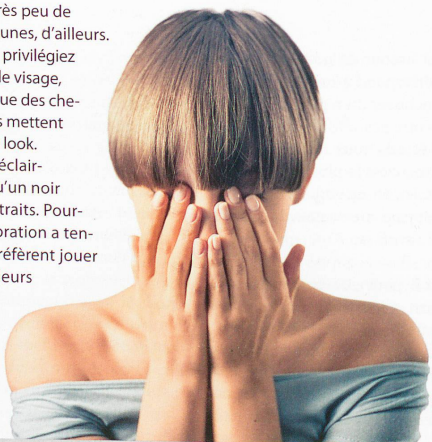
Sans qu'il s'agisse là de règles absolues, applicables uniformément à toutes, Gianni Suffia, de Cavaleri Espace Hair Stylist, à Neuchâtel, donne quelques conseils aux femmes dès 50 ans:

**FRANGE PLEINE** - Elle alourdit le visage. Très peu de femmes la portent bien, jeunes ou moins jeunes, d'ailleurs.

**CHIGNON** - Attacher ses cheveux, oui, mais privilégiez alors un style souple qui adoucit et encadre le visage, plutôt qu'un chignon danseuse strict, ainsi que des cheveux tirés et ramenés au-dessus de la tête. Ils mettent en évidence le visage et peuvent plomber le look.

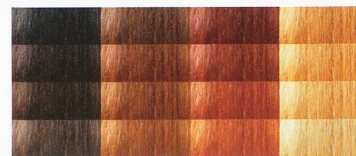
**COULEUR** - Choisissez des tons doux qui éclaircissent et illuminent votre visage plutôt qu'un noir corbeau ou un brun sombre qui durcit les traits. Pourquoi ne pas essayer un balayage? Une coloration a tendance à rajeunir, mais certaines femmes préfèrent jouer la carte du naturel, en arborant fièrement leurs cheveux gris, et avec goût! A un certain âge, passer au gris peut même amener un plus.

**TROP, C'EST TROP** - Evitez en général les extrêmes, que ce soit en matière de longueur, de style et de couleur.



Zaster - sky - Victor Leombovich

## Couleur: retour à la nature



Via - fhornhevska

Abricot, olive, pistache, brun foncé... «Les couleurs pastel sont très tendance, souligne Ersan, de Calista Coiffure à Fribourg. On peut dire qu'elles sont proches de la nature.» Côté coupes, c'est l'esprit vintage, celui des années 70, qui prévaut, avec une *british touch*. «Tout ce qui est géométrique, renchérit le professionnel. Peut-être s'agit-il d'un hommage à Vidal Sassoon, une légende de la coiffure?»

Et pour la saison prochaine? «Je rentre du Salon international de coiffure de Londres et nous avons interdiction de dévoiler quoi que ce soit. Je peux juste dire que la laine est à l'honneur...»

### POUR SE FAIRE UNE IDÉE...

Difficile de vous imaginer avec des cheveux plus courts ou même plus longs? Pas de problème. Sur internet, plusieurs sites gratuits ou payants proposent de vous aider à choisir la coupe et la couleur de vos rêves.

- www.coiffure virtuelle.com
- www.my coupe.fr
- www.photo-coiffure.com

# Renforcez votre résistance!

## Les Fortifiants Strath

- renforcent la résistance
  - augmentent la concentration
  - améliorent la vitalité
- www.bio-strath.ch



**Strath**  
Fortifiant