

Zeitschrift: Générations
Herausgeber: Générations, société coopérative, sans but lucratif
Band: - (2017)
Heft: 92

Rubrik: Chronique : "oser se montrer vrai"

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: 07.02.2026

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



Nous, les femmes

par NICOLE MÉTRAL

« Oser se montrer vrai »

Quand des femmes parlent entre elles, on dit qu'elles bavardent. Quand des hommes font de même, on dit qu'ils discutent. Ça fait plus sérieux. Mais que se disent les unes et les autres ? En général, les amies se parlent vrai des choses de la vie qui les préoccupent ou les réjouissent, les inquiètent, les révoltent ou les fâchent ; elles parlent de leurs relations avec leur compagnon, de la façon dont elles vivent certains conflits au sein de leur couple ou avec leurs enfants devenus adolescents, ou encore avec des collègues de travail. Elles parlent de leur manque de temps chronique, tant elles ont à faire entre maison et travail à l'extérieur, de leur solitude aussi ; elles le font en toute confiance et sur le ton de la confidence, parfois avec une touche d'humour ou de dérision. Elles arrivent à se moquer d'elles-mêmes. Rien à voir avec ce que certains appellent avec mépris des « potins ».

Les hommes parlent entre eux de choses qui ne les concernent que peu personnellement, alors même qu'ils traversent peut-être une crise personnelle, fa-

miliaire ou sont mal dans leur peau ; ils ne sont que rarement dans le dialogue intime, dans l'aveu d'un désarroi. Ils parlent volontiers de sport, de politique, de choses et d'autres qui ne les concernent surtout pas intimement. Avec les copains, ils tiennent leurs sentiments à distance pour ne pas se montrer vulnérables. On dirait que dévoiler un peu de leurs états d'âme a quelque chose de dévalorisant. La psychologie, ça ne les concerne pas. Or, dire ce qui nous préoccupe à des amis, à des gens en qui l'on a confiance peut soulager, permettre de voir les choses sous un autre angle, de découvrir parfois ce qui se cache derrière certaines émotions ou des colères. Parler de la vie qu'on vit avec franchise ou d'un point de vue subjectif assumé peut aider à apprivoiser des émotions qu'on n'avait pas forcément identifiées. Oser se montrer vrai avec ses faiblesses, sa vérité et son humanité, cela fait du bien. Cela peut soulager, permet de relativiser ce qu'on est en train de vivre, voire même d'en rire. Et de repartir d'un bon pied dans la grande aventure de la vie quotidienne.



BAIN SALIN – BAIN SAIN – JEUNE À 60 ANS: AINSI VOTRE SAGESSE COMMENCE À PORTER SES FRUITS

Il n'y a que chez nous que vous pouvez décider vous-même comment gérer agréablement votre santé pour vous sentir durablement bien. Dans notre oasis de bien-être avec bains salins couverts et en plein air à 35°C et piscine sportive en plein air à 28–31 °C vous attendent mille et une possibilités pour vous laisser complètement choyer. Elisabeth, Ruth et Christian, vos animateurs, feront de vos vacances un événement unique avec des excursions accompagnées et détendront votre corps et votre esprit dans des mondes merveilleux à l'intérieur et à l'extérieur.

Offre valide jusqu'au 8 juillet 2017 et du 24 septembre au 21 décembre 2017:

Prix en CHF par hôte

Arrivée dimanche
ou lundi

	4 nuits	4 nuits	7 nuits
Chambre double « Rellerli » nord	645.–	765.–	1107.–
Chambre double « Ried » sud	805.–	925.–	1373.–
Votre avantage :	205.–	85.–	235.–

Cet arrangement spécialement préparé pour vous comprend les prestations suivantes

- 4 ou 7 nuitées comprenant la pension ¾ pour connaisseurs avec copieux buffet petit-déjeuner, une délicieuse soupe à midi et un buffet de salades variées, un buffet gâteaux l'après-midi au son du piano, une culture de table dans différents décors le soir avec au choix des menus basses calories, végétariens ou gourmets.
- 4 piscines (env. 320 m² de surface d'eau), des bains salins couverts et en plein air 35°C, piscine sportive 29°C, Aqua-dôme 37°C
- Parc de saunas avec 10 saunas-bains de vapeur, Lady's Spa, (sauna bio et bain de vapeur)
- Salle de repos avec 32 chaises longues et lits à eau
- 1 massage complet bienfaisant (à 50 minutes)
- Zone peignoir de bain « Brunnenstube » avec bar Vital, une délicieuse soupe à midi et un buffet de salades variées ainsi que du gâteau l'après-midi
- Salle de fitness avec appareils de musculation et d'endurance, programme quotidien de gymnastique
- Randonnées, excursions accompagnées et programme sportif avec moniteur (lu–ve)
- Parc de l'hôtel de 8'000 m², court de tennis, salle de squash, golf (18 trous)



Ouvrez à l'année



ERMITAGE
GSTAAD-SCHÖNRIED

Réservation:
033 748 04 30
welcome@ermitage.ch
Wellness- & Spa-Hotel
www.ermitage.ch

CHALET-RESORT DANS LA GRANDEUR ALPINE.