

**Zeitschrift:** Générations  
**Herausgeber:** Générations, société coopérative, sans but lucratif  
**Band:** - (2018)  
**Heft:** 98

**Rubrik:** Chronique : des temps pour ne rien faire

### **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:** 25.04.2026

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



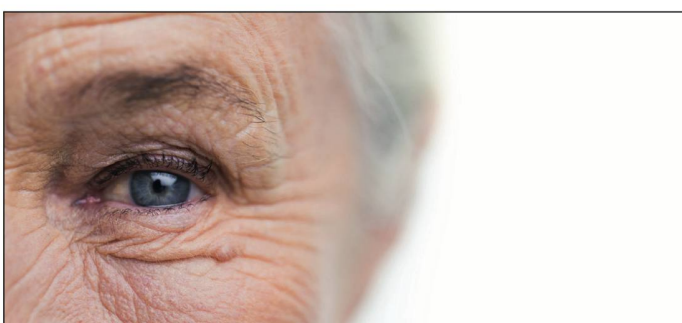
## Nous, les femmes

par NICOLE MÉTRAL

# Des temps pour ne rien faire

En février, la nature marque une pause, histoire de mieux rejaillir au printemps. Et si on faisait de même? A force de n'avoir pas le temps de scruter ses aspirations trop souvent refoulées, à force d'être dans l'immédiateté de l'hyper-communication, le nez en permanence sur son téléphone portable, on ne voit plus ce qu'on souhaite faire de sa vie et on se perd à coup sûr. Or, ne rien faire, ça peut faire du bien. L'ennui qu'on redoute parfois peut être diablement créatif: on ne fait rien, mais l'inconscient, lui, travaille! Enfin en roue libre, il peut se déployer et nous livrer, par exemple, une solution à un problème qui nous taraude. Une petite voix intérieure peut se mettre à nous parler, l'intuition surgir et nous éclairer sur ce qui se trame au fond de nous, sur nos vrais désirs, pas ceux que la publicité nous souffle. On ne crée jamais sous la pression

du temps. Quand on court d'une tâche à l'autre, quand son emploi du temps ne laisse aucune place à l'imagination, quand un sentiment de culpabilité et un désir effréné de perfectionnisme — souvent propres aux femmes qui doivent jongler entre travail, maison et éducation des enfants — empêchent toute pause, on se déconnecte de ses sentiments et de son ressenti. On ne se ressemble plus. On n'est plus que l'ombre de soi-même. Et on ne profite plus vraiment de la vie, de sa vie. On fait ce qu'il faut faire, on se crève, on court après le temps sans réaliser que «tout le temps qui passe ne se rattrape guère, que tout le temps perdu ne se rattrape plus», comme le chante si bien Barbara. Alors, osons des moments pour soi, des temps pour ne rien faire, mais peut-être pour se trouver, se réinventer, se charger d'humanité. Les autres ont tout à y gagner.



## STOP AUX CHUTES!

Nous installons une porte étanche dans votre baignoire existante, en une journée.

**CONFORTBAIN** est **VOTRE SOLUTION**

FABRICATION SUISSE  GARANTIE 5 ANS

### INFORMATIONS

☎ 0800 725 725 (APPEL GRATUIT)

OU [WWW.HYSECO.CH](http://WWW.HYSECO.CH)

HYSECO - ROUTE INDUSTRIELLE 47 - 1897 LE BOUVERET



**MEDITEC** SA  
MOBILITÉ - AUTONOMIE

Entreprise familiale  
depuis 1993

## LIFT VERTICAL, À SIÈGE OU À PLATEFORME



- Conseils sur site
- Devis gratuit et sans engagement
- Installation et entretien dans toute la Suisse romande

[www.meditec.ch](http://www.meditec.ch) – [info@meditec.ch](mailto:info@meditec.ch)  
**Tél. 021 887 02 10**