

**Zeitschrift:** Horizons : le magazine suisse de la recherche scientifique  
**Herausgeber:** Fonds National Suisse de la Recherche Scientifique  
**Band:** 26 (2014)  
**Heft:** 101

**Artikel:** Les vertus de l'économie solidaire  
**Autor:** Hartmann, Dominique  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-556175>

#### **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:** 11.02.2026

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

## Comment le stress perturbe le sommeil

**L**e stress quotidien a une influence négative sur le sommeil. Tout le monde en a fait une fois l'expérience. Une équipe de recherche dirigée par le psychologue Klaus Bader, de la Clinique universitaire psychiatrique de Bâle, a toutefois voulu en savoir plus grâce à une étude portant sur 145 jeunes femmes âgées de 18 à 25 ans. Des données sur le stress et la qualité de leur sommeil ont été récoltées pendant quinze jours. Les volontaires ont tenu un journal du sommeil, et un appareil de mesure fixé à leur poignet a enregistré leurs mouvements pendant la nuit. Les résultats ont montré que le sommeil était influencé de façon indirecte par le volume du stress. Le fait que les sujets emmènent ou non leurs soucis quotidiens sous forme d'anxiété dans leur chambre à coucher s'est révélé décisif. L'excitation mentale semble avoir un impact particulièrement important. Lorsque nos pensées tournent en boucle, le sommeil paraît moins réparateur.

«Ce qui compte, c'est notre aptitude à nous détendre», résume Klaus Bader. De notre capacité à gérer le stress dépend donc la manière dont les vicissitudes du quotidien pénalisent notre sommeil. Les chercheurs ont aussi constaté que les expériences remontant à l'enfance jouaient un rôle. Les jeunes femmes qui avaient été exposées à un âge tendre à des tracas particuliers ont fait preuve d'une moindre réaction biologique au stress lors d'un test en laboratoire. «Des expériences enfantines stressantes comme des violences ou des traumatismes ont des effets à long terme sur l'organisme», note le psychologue. Des recherches supplémentaires seront nécessaires pour savoir ce que cela signifie exactement pour la gestion du stress et le sommeil. *Susanne Wenger*

K. Bader et al.: *Daily stress, presleep arousal and sleep in healthy young women: a daily life computerized sleep diary and actigraphy study*. *Sleep Medicine* 15 (2014), 359–366.



Savoir gérer son stress quotidien permet de mieux dormir.

Isabelle Hillenkamp



Des femmes manifestent à La Paz en faveur d'un commerce plus équitable.

## Les vertus de l'économie solidaire

**Q**uelle place occupe le principe de réciprocité dans la production, l'échange et le financement propres aux organisations d'économie sociale et solidaire (ESS)? Docteure en études du développement de l'Université de Genève, Isabelle Hillenkamp examine la question dans un ouvrage consacré à l'exemple bolivien. L'ESS, cette autre façon d'envisager l'économie, y apparaît fondée sur des valeurs de solidarité ancrées dans la culture traditionnelle andine. Celles-ci peuvent se traduire par l'échange de matières premières, le prêt d'équipement ou l'entraide pour terminer à temps une commande. Mais l'action solidaire inclut aussi l'acceptation d'interdépendances négatives telles une mauvaise gestion ou la dégradation des moyens de production.

L'intéressante analyse d'Isabelle Hillenkamp montre très bien, et grâce à de nombreux cas pratiques, comment la rencontre inévitable avec le marché crée de fortes tensions avec la réciprocité pratiquée. A celles-ci, cristallisées dans les prix (insuffisants) des produits, l'ESS répond par la régulation interne de la concurrence ou la propriété collective. Avec des succès variables, cependant. D'où l'importance, note l'auteure, de médiations institutionnelles entre le principe de réciprocité et celui de marché: la stabilisation des tensions doit engager la dimension politique de la société. Car l'ESS crée du travail rémunéré pour des populations exclues de l'emploi formel et exprime à ce titre le pluralisme démocratique. Ses spécificités doivent donc être prises en compte dans les processus de régulations macro-économiques. *Dominique Hartmann*

Isabelle Hillenkamp: *L'économie solidaire en Bolivie – entre marché et démocratie*. Editions Karthala (Graduate Institute Geneva), Paris, 2013.

## Albanais dans la Waffen-SS

**A**vec ses uniformes ornés de têtes de mort, la Waffen-SS (littéralement «armée de l'escadron de protection») a incarné toute la brutalité de la dictature nazie. Elle formait une armée parallèle à la Wehrmacht. Notamment chargée de la garde des camps de concentration, elle pouvait, dans les pays occupés, intégrer des étrangers dans ses rangs.

Dans les Balkans, la Waffen-SS avait créé la «21e Division SS de montagne Skanderbeg», composée notamment de quelque 7000 Albanais de confession musulmane. Selon l'historienne de l'Université de Berne Franziska Zaugg, qui a consacré sa thèse à cette unité nommée ainsi en hommage à un héros national albanaise, l'expérience a été un échec du point de vue militaire. La plupart de ses membres ayant déserté, la troupe a en effet été dissoute avant la fin de la guerre. Les responsables SS pensaient, grâce à l'antisémitisme, pouvoir établir un pont entre national-socialisme et islam. Dans les actions militaires au quotidien, le rôle de la religion et de la conception du monde s'est toutefois révélé sans importance. Les Allemands n'avaient par ailleurs aucune idée des traditions culturelles albanaises, leur principale source d'information étant constituée par les romans de Karl May. Quant aux soldats, ils ont pour la plupart été enrôlés de force par des chefs de clans qui espéraient que les Allemands leur accorderaient ensuite l'indépendance nationale. L'idéologie nazie ne les intéressait pas, ils n'aimaient pas leur uniforme et enlevaient leurs chaussures pour fuir.

Les violences de la guerre ont laissé des traces en Albanie où les anciens membres de la division SS ont été ostracisés, relève Franziska Zaugg, dont le travail a bénéficié d'un subside Marie Heim-Vögtlin. Le conflit s'y est poursuivi à l'échelle locale des décennies après la fin officielle des hostilités. *uha*



Recrutement de soldats albanaise pour la division «Skanderbeg», en 1942.