

**Zeitschrift:** Revue économique et sociale : bulletin de la Société d'Etudes Economiques et Sociales  
**Herausgeber:** Société d'Etudes Economiques et Sociales  
**Band:** 55 (1997)  
**Heft:** 2: Temps et santé

**Artikel:** Santé et maîtrise du temps : leur importance pour les responsables d'entreprises  
**Autor:** Haller, Benjamin  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-140632>

### **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:** 13.01.2026

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

## **SANTÉ ET MAÎTRISE DU TEMPS : LEUR IMPORTANCE POUR LES RESPONSABLES D'ENTREPRISES**

Benjamin HALLER

*Vice-président du conseil d'administratio*

*Fédération des coopératives MIGROS*

*Zurich*

Faire partie des cadres d'une entreprise n'est jamais une sinécure, même si cela peut être très flatteur - du moins pour soi - même au début - d'assumer les prestigieuses fonctions d'entrepreneurs, de chefs ou de directeurs. Mais n'en va-t-il d'ailleurs pas de même, au sein de la famille, du modèle par excellence du «manager» qu'est certainement celui de la «ménagère», quand celle-ci peut se prévaloir de ses «savoir-faire», de son «savoir-être», de ses polyvalences et disponibilités, et naturellement de son amour.

Etre responsable et avoir conscience des tâches et devoirs que cela implique, signifie démontrer des comportements exemplaires dans toutes les activités, tant professionnelles que privées.

C'est, en somme, associer une valeur humaniste aux actes, qui confère à ces derniers une qualité distincte et appréciée. Le défi dès lors n'est pas tellement de paraître supérieur, mais d'être meilleur.

Mais les bonnes intentions ne suffisent pas, encore faut-il les soutenir par une bonne santé physique, intellectuelle et morale, privilégiant le vrai, la transparence et le courage. Sans cela pas de crédibilité auprès des collaborateurs, des partenaires, des fournisseurs, des banquiers et des clients. Il faut toutefois bien convenir que la santé est exposée à de multiples agressions, qu'elles proviennent de l'environnement naturel ou d'effets négatifs d'un travail mal organisé, d'une réussite trop vite obtenue, de relations humaines tendues (le stress, fauteuil éjectable des cadres) et parfois même d'un usage abusif des confort qu'offre la vie moderne. Une organisation bien gérée devrait réduire autant que possible les risques d'altération de la santé des collaborateurs et comme la prévention vaut mieux que le traitement «a posteriori», c'est déjà dans les programmes de formation et de développement que ces problèmes devraient être examinés, comme cela devrait aussi être le cas dans les écoles de préparation aux affaires. La santé doit être considérée comme une composante impérative de l'éducation à tous les stades de la carrière et bien entendu de la vie.

Il est assez rare de rencontrer quelqu'un qui puisse affirmer «qu'il a le temps», alors que, pour la plupart des gens, les agendas sont surchargés de séances et de voyages. Etre disponible à bon escient est une sorte de vertu, car c'est gérer son temps en fonction des attentes de l'entourage, lequel a très souvent besoin de cette disponibilité pour mieux gérer son propre temps.

Les responsables qui entendent diriger des groupements humains ont une double mission : d'abord de gérer leur propre santé et de maîtriser l'emploi de leur temps et, deuxièmement, de s'assurer que leurs collaborateurs puissent bénéficier équitablement de la même attention. Dans cet esprit, il n'est pas hors de propos de citer le grand Vaudois que fut Alexandre Vinet (1796-1847) :

«Le temps ne se compose pas seulement d'heures et de minutes, mais d'amour et de volonté. On a peu d'amour quand on a peu de temps».

Il me plaît de penser, en toute modestie, que je ne suis pas étranger à la décision d'ouvrir un échange de vues sur «Santé et Temps», qui a fait l'objet du colloque MBA et qui est reproduit dans le présent numéro de la Revue économique et sociale.