Zeitschrift: Générations

Herausgeber: Générations, société coopérative, sans but lucratif

Band: - (2018)

Heft: 102

Rubrik: Chronique : qu'est-ce que ça fait du bien!

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: 03.07.2025

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

Nous, les femmes

par **Nicole Métral**

Qu'est-ce que ça fait du bien !

Apprendre à dire non : pas toujours facile quand on est une femme et qu'on nous a subtilement persuadée depuis l'enfance qu'il est quasiment dans nos gènes de plier l'échine et de faire passer les désirs des autres avant les nôtres. Et pourtant, dire non, avoir le courage de s'affirmer, voire de se défendre et de se protéger, qu'est-ce que ça fait du bien ! Ça rabiboche la confiance en soi et ça change la vie ! Quand on sait que le non qu'on n'ose pas exprimer peut se transformer en frustration et en déprime, il vaut mieux oser dire non calmement, mais fermement, sans s'énerver, sans culpabiliser, histoire d'apprendre à se dire oui à soi-même. Jeune, je n'osais pas dire non, mais je ne renonçais pas pour autant à ce que je voulais vraiment ; mon sourire de façade camouflait mon obstination à suivre les buts que je m'étais fixés, les choix que je taisais pour correspondre à l'image d'une gentille fille toujours polie. Je me rebellais en douce, sans quitter des yeux mes choix secrets et mes convictions profondes. Mais, un jour, j'ai osé dire non tout haut, à propos d'un choix de vie important, un non que les autres n'avaient pas vu venir et n'avaient même pas imaginé de ma part.

Ce non fit mal, je le sais, sans doute me détesta-t-on pour l'avoir dit de façon si inattendue. Cela, j'ai dû l'assumer. Je ne le regrette pas. Il m'a permis de lutter pour ce que j'avais vraiment envie de faire de ma vie. Il m'a sauvée. On ne peut pas dire oui, tout juste pour éviter un conflit ou une confrontation. Quand ma petite-fille, alors haute comme trois pommes, me disait : « Non, moi veux pas ! », je ne pouvais que sourire. On dit d'elle qu'elle a un sacré caractère, moi je souris intérieurement : « Garde-la, cette capacité à dire non, à te confronter aux autres sans avoir peur de déplaire. » Dans la vie, on ne peut pas dire oui à tout, il faut faire des choix et les assumer. Avec élégance si possible, mais surtout avec détermination.

Pour que les jeux d'argent continuent à bénéficier au sport, à la culture, à l'action sociale et à l'AVS.

Loi sur les jeux d'argent

Avec la loi sur les jeux d'argent, le sport, la culture, l'action sociale, l'environnement ainsi que l'AVS continueront de bénéficier de ressources à hauteur d'un milliard de francs par année provenant des loteries et des casinos suisses. Nos sportifs d'élite, nos sportifs amateurs, nos artistes, nos associations et nos aînés en bénéficient.

Le 10 juin 2018 : **OUI au soutien de l'utilité publique en Suisse**

OUI à une loi sur les jeux d'argent au service de la communauté

Plus d'infos sur **www.loisurlesjeuxdargent-oui.ch** Comité pour des jeux d'argent au service de l'utilité publique, Case postale 5735, 1002 Lausanne