

**Zeitschrift:** Femmes suisses et le Mouvement féministe : organe officiel des informations de l'Alliance de Sociétés Féminines Suisses

**Herausgeber:** Alliance de Sociétés Féminines Suisses

**Band:** 73 (1985)

**Heft:** [10]

**Artikel:** Les féministes et le bel âge : le complexe Fonda

**Autor:** Stroun, Michèle / Fonda, Jane

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-277708>

### **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:** 17.07.2025

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

# LES FEMINISTES ET LE BEL AGE LE COMPLEXE FONDA

**J'**entre en coup de vent dans la librairie. J'avale la salive de ma honte (puérile) et je lance sur un ton désinvolte :

— Je pars huit jours en vacances ! Vous avez le dernier Fonda ?

J'épie par-dessous ses lorgnons le regard de ma libraire, que j'imagine narquois, et je continue de plus en plus mal à l'aise :

— L'avez-vous lu ?

— Le voilà ! Ça fera 49 francs.

Imperturbable, la libraire me tend l'ouvrage avec son sourire affable et commercial. Je dois me rendre à l'évidence, elle n'est pas là pour porter un jugement sur le choix de livres de ses clientes.

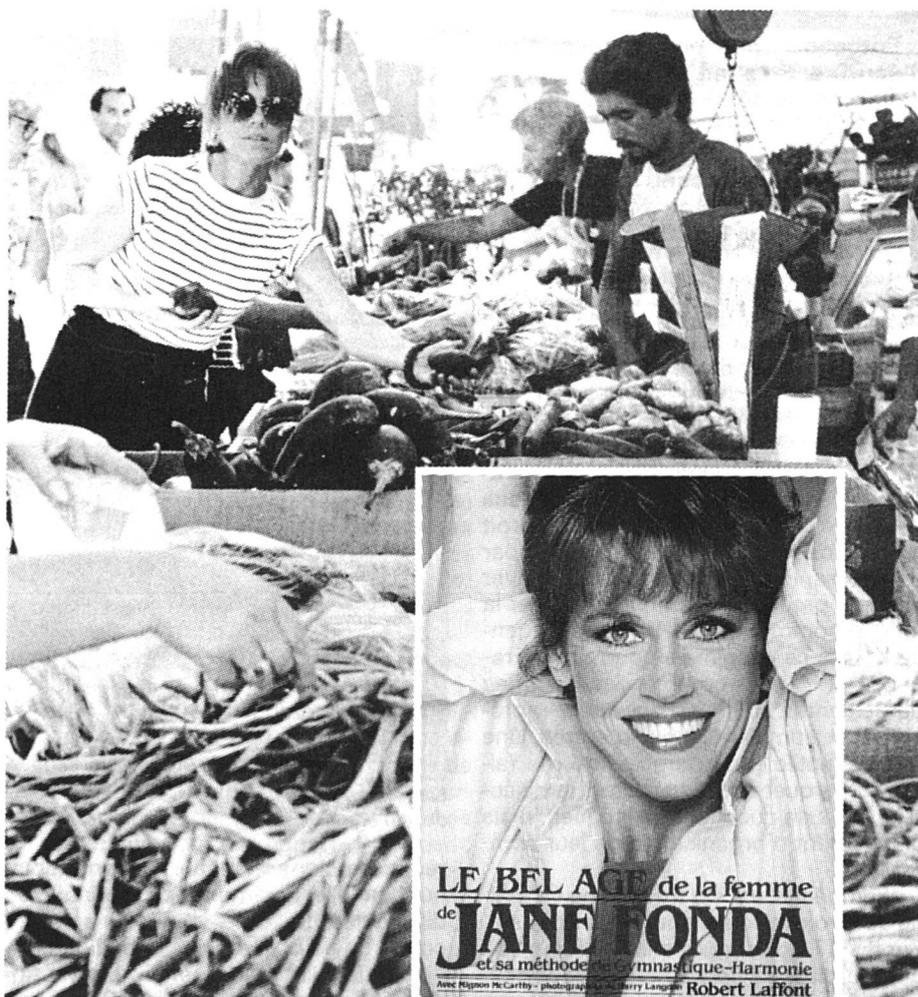
Je sors du magasin, furieuse contre mon manque de courage à admettre, que moi, féministe « intellectuelle », je suis attirée par ce livre écrit par une star, féministe militante certes mais encore femme dans la quarantaine... « et qui fait tellement jeune » !

Futilité ? Peut-être pas, car s'il flotte autour d'elle une aura de bonne santé, il court en ce moment aussi un vent de « soyons sains » auquel plus personne n'échappe. En vérité, angoissé par trop d'abondance, le monde occidental découvre qu'il a trop bouffé et qu'il est peut-être en train d'en crever.

Enfin, bien installée dans mon lit en haut de ma montagne, laissant de côté mes préjugés, je commence à déguster : « Le bel âge de la femme, de Jane Fonda, et sa méthode de gymnastique-harmonie »\*.

Certes, le titre anglais « Women coming of age » (L'âge mûr de la femme) n'a rien à voir avec celui en français, plagé d'un film de Pierre Kast de la Nouvelle vague, « Le bel âge », dont les protagonistes étaient fort éloignés des femmes de quarante ans. En ce temps-là, dans les années cinquante, on appelait celles-ci des « femmes mûrissantes » et il aurait été impensable alors, d'emprunter une telle périphrase pour les nommer. J'en suis aujourd'hui presque reconnaissante à Robert Laffont qui, en usurpant un titre, contribue à détruire le mythe tenace et dévalorisant de la femme en voie de ménopause alors que l'homme de quarante ans a toujours été à la fête.

« Vivre sa maturité, pour une femme dans notre société, c'est, à bien des



égards, mener une vie de pionnier. Ces années qui sonnent le milieu de l'existence constituent une terre vierge dont nous sommes appelées, nous les femmes de quarante ans, à dresser la carte. »

Ainsi, dès les premières pages, j'apprends que l'avenir m'appartient (je n'en doutais pas, mais il est toujours réconfortant de le lire). Puis, tout de suite après ces pages où l'auteur s'efforce de normaliser l'âge mûr, vient la partie pratique qui est une compilation de tout ce qui a été dit dans les livres féministes sur la diététique, la santé, la sexualité. Un manuel à l'américaine, c'est-à-dire didactique, de vulgarisation, au langage simple qui part du postulat que la lectrice ne sait rien et doit tout apprendre. Viennent en

suite une centaine de pages de la nouvelle Gymnastique-Harmonie que je me promets d'adopter dès que j'aurai fini cet article, moi qui après une seule séance d'aérobic avais cru rendre mon dernier soupir. Enfin, un plan de santé pour toutes celles qui ne se préoccupent jamais de ces problèmes. Soit en résumé, un livre tranquilisant et sans problème pour les femmes de quarante ans.

Du fond de mon lit, je crie à ma famille :

— J'ai presque fini le livre. Je me sens de plus en plus légère, même mon embonpoint semble avoir disparu. Encore quelques jours, et vous ne me reconnaîtrez plus !

**Michèle Stroun**

\* Ed. Robert Laffont, Paris, 1985