

**Le temps de s'émanciper et de s'épanouir**  
*Paroles et expériences de femmes autour de la cinquantaine*  
Dr Mimi Szyper et Dr Catherine Markstein

EXTRAIT

ANACROUSE

Ce livre est né d'un étonnement.

Deux femmes, deux amies.

Toutes les deux avaient opéré un changement radical dans leurs vies professionnelles. Toutes les deux, médecins, avaient quitté l'hôpital, l'une sans faire de lien entre cette décision et un quelconque changement physiologique, pas même le vieillissement, l'autre inventant avec une amie un rite de passage dans la forêt pour célébrer l'arrêt de leurs règles et le début d'une vie nouvelle.

Deux femmes, deux médecins.

Toutes les deux s'étaient trouvées interpellées par une certaine pratique médicale à l'égard des femmes autour de la cinquantaine, qu'elles découvraient, un peu hébétées, en écoutant les récits de leurs amies, et qui ravivaient des souvenirs de résistances qu'elles avaient menées, chacune dans sa spécialité, devant la médicalisation de la santé, des comportements, de la vie quotidienne.

Cette sensibilité qui les empêchait cette fois de rester indifférentes à la médicalisation d'un cycle de vie des femmes, avait été de plus stimulée par la lecture de deux livres, pour l'une *The change* de Germaine Greer et pour l'autre, *Feuerzeichenfrau* de Julia Onken.

Dès lors, penser autrement la « ménopause » s'imposait ! Le moment était venu de sortir et d'aller à la rencontre des femmes de leur âge.

L'idée d'un travail sur ce temps de la vie avait germé.

Nous avons commencé à animer des groupes de femmes et à écouter leurs paroles, recueillir leurs récits, découvrir leurs savoirs. C'est le décalage que nous décelions entre ce que les femmes disaient et ce que la médecine et la société leur proposaient et qu'elles acceptaient souvent, qui nous a poussées à écrire ce livre ; c'est la force de leurs propos, leur expérience et leur sagesse qui nous ont inspirées et guidées.

Il nous a semblé que bien que surinformées sur cette période de leur vie, de nombreuses femmes restaient sceptiques ou mécontentes. Les conseils et les recommandations semaient finalement plus de confusion que d'éclaircissement ; ils ne répondaient pas à leurs questions et à ce qu'elles vivaient. On parlait, on interprétait, on décidait à leur place.

C'est pourquoi nous avons souhaité écrire un livre en résonance avec les narrations des femmes et non pas un livre d'information conventionnel ou un guide pratique.

Ainsi, l'écriture varie selon le chapitre ; elle est parfois poétique - Résonance -, parfois elle devient analyse - Une si longue histoire -, ou réflexion et intuition - Elles ont toutes notre âge -, elle est ensuite descriptive pour retracer un historique - Le mouvement pour la santé des femmes -, pragmatique dans Aller vers sa santé, et enfin, elle est une transcription dans Paroles de femmes.

Dans ce livre, les phrases entre guillemets sont des propos que nous avons recueillis dans les groupes de femmes ; ces phrases ont été occasionnellement réécrites pour des raisons d'édition. Avec l'accord des locutrices, nous avons choisi de ne pas publier leurs noms, exacts ou camouflés.

Les courriels, eux aussi entre guillemets, ont été retranscrits sans aucune modification. Ils sont signés du prénom de leur auteure, et dans Chansons gaies, du prénom et nom de famille.