

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2013)  
**Heft:** 52

**Artikel:** "Me reposer? Je laisse ça aux jeunes"  
**Autor:** J.-M.R.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-831850>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

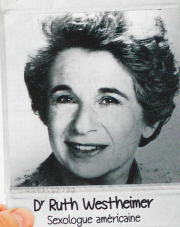
### **Terms of use**

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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 30.03.2025

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

QUE DEVIENNENT-ILS?

Dr Ruth Westheimer  
Sexologue américaine

# «Me reposer? Je laisse ça aux jeunes»

Le Dr Ruth a disparu des médias romands, mais où elle prodigue toujours ses conseils en matière

ne s'est pas retiré pour autant du devant de la scène américaine, de sexualité. Et elle revient chaque année en Suisse.

Quelques rires en plus, d'accord. Pour le reste... Ceux qui pensaient que la plus célèbre des

sexologues avait calmé ses ardeurs avec les années en seront pour leurs frais. «Est-ce que j'ai planifié de prendre ma retraite? Jamais!», s'exclame Ruth Westheimer depuis New York. De fait, l'actualité de ce petit bout de femme, âgée quand même de 85 ans, est pour le moins impressionnante. «Je ne travaille pas moins qu'avant», assure-t-elle. Elle vient ainsi de terminer un ouvrage consacré à la maladie d'Alzheimer et bâche déjà sur le prochain qui parlera des personnes devenues avarées avec l'âge. «Ces gens ne peuvent pas être de bons amoureux, car pour l'être, il faut être très généreux et soucieux du plaisir de son partenaire.»

On l'a compris, le sexe reste au centre des préoccupations de celle qui avait défrayé la chronique en Suisse romande dans les années huitante, avec précisément ses articles et suggestions pratiques, distillés chaque semaine dans la grande presse écrite. Elle poursuit d'ailleurs son œuvre aujourd'hui outre-Atlantique, en donnant des conférences publiques un peu partout. «Je serai notamment l'an prochain à Chicago et à San Diego pour des congrès. Je me rendrai aussi en Afrique du Sud pour y parler.» Même si elle est déconsidérée parfois par certains chercheurs, elle remporte à chaque fois un gros succès public lors de ces grands raouts. Il est vrai qu'elle donne de sa personne, à coup de blagues et de formules distrayantes qu'elle n'hésite pas à ressortir de ses tiroirs. Dont la célèbre: «Aucun sex-toy ne pourra remplacer un pénis. Mais aucun pénis ne pourra jamais remplacer un sex-toy.»

## Rester actif sexuellement

Des petites phrases chocs et bien rodées, balancées par une grand-maman de 85 ans: le succès est assuré pour celle qui fut dans sa prime jeunesse sniper dans l'armée de libération d'Israël. Aujourd'hui

encore, elle insiste sur les vertus de l'onanisme: «Je crois toujours que les gens doivent rester sexuellement actifs, même après 50 ans. Et s'ils n'ont pas de partenaire, ils doivent se satisfaire sexuellement par eux-mêmes et ne surtout pas être frustrés», nous dit-elle. Le message est clair.

On retrouve d'ailleurs le Dr Ruth sur son site internet où elle délivre son message à qui le demande et où on peut acheter toute une série d'objets destinés à pimenter les nuits de ses fans, en solitaire ou en couple. Elle ne commercialise d'ailleurs pas que des sex-toys. Ne pensant qu'au bonheur des messieurs et des dames, elle avait lancé il y a deux ans son vin d'amour. Ça ne s'invente pas. Constatant qu'ayant entendu dire que l'abus de cette boisson certes desinhibante pouvait nuire aux performances des hommes, elle avait ainsi mis sur le marché un divin nectar ne contenant que 6% de degré d'alcool.

## Populaire encore et toujours

En fait, elle est partout, Dr Ruth, du haut de son mètre quarante. La preuve que sa popularité chez les Anglo-Saxons est encore très vivace. A tel point que



C'est de rester active qui me maintient en bonne santé»

Dr Ruth

la ville de Washington, par exemple, avait mandaté la sexologue de poche pour promouvoir la capitale au rang de ville des amoureux, durant le mois de février 2010. Il est vrai que la cité avait alors un sérieux problème d'image, malgré son obélisque de 186 mètres de haut. Première au palmarès des villes préférées par les Américains et les étrangers pour l'offre culturelle, elle n'arrivait en revanche qu'avant-dernière au classement des escapades romantiques. Une mission jugée alors très stimulante par notre ambassadrice du sexe: «Stimulation, quel mot de rêve qui évoque l'excitation...»

Bref, elle cause tous azimuts, notre grand-maman de choc, y compris sur les médias à la mode. «J'ai plus de 76 000 abonnés sur mon compte Twitter», dit-elle avec fierté. Progrès encore, si elle reçoit toujours beaucoup de courrier, ce n'est plus sous forme épistolaire, mais via internet avec des mails.

D'où tire-t-elle ses informations et comment reste-t-elle à la page? «J'ai toujours des consulta-

tions et je lis les recherches qui sont publiées, ainsi que toutes les nouveautés en matière de thérapie.»

## Pudeur familiale

En fait, le seul endroit où notre experte es plaisirs charnels, trois fois mariée, oublie son dada, c'est dans sa famille. «Je vais aller voir mes deux grands petits-enfants qui vivent aussi à New York pour Hanoukha et les deux autres, à Ottawa au Canada, après les vacances. Mais je ne leur donnerai pas de conseils, c'est le travail de leurs parents.»

Le travail, les voyages, la famille: on se demande quel est le secret de la vitalité du Dr Ruth. «C'est de rester active qui me maintient en bonne santé. Mes exercices consistent en beaucoup de marche. Et je m'assure de dormir huit heures par nuit.» Pour le reste, pas de sieste, de grasse matinée ou de moments de détente. «Je laisse ça aux jeunes qui dansent toute la nuit», répond-elle avec humour.

Au fait, quel regard porte-t-elle sur les médias et la place qu'ils accordent au sexe aujourd'hui? «Je ne pense pas qu'ils donnent trop d'importance à ce sujet, assure-t-elle, sauf quand ils écrivent sur les scandales sexuels des politiciens. Pour le reste, je veux que chacun soit libéré sexuellement, c'est donc important d'écrire sur ce sujet, sur la manière dont fonctionne notre corps.» Elle reconnaît toutefois que beaucoup de chemin a été parcouru depuis trente ans. «Nous sommes plus libérés qu'à l'époque. Les femmes savent maintenant qu'elles doivent prendre leurs responsabilités si elles entendent être satisfaites.»

## Elle n'oublie pas la Suisse

La petite réfugiée n'oublie pas non la Suisse, pays qui l'a accueillie lors des années sombres du nazisme. «Si je n'avais pas été envoyée par mes parents chez vous en 1939, à l'âge de dix ans, je ne serais plus de ce monde comme l'entier de ma famille, disparue durant l'Holocauste. Je suis très reconnaissante envers la Suisse et j'y reviens d'ailleurs chaque année.» A titre personnel, cette fois. Qui sait, en vous promenant du côté de Grindelwald, vous aurez peut-être la chance de la rencontrer?

J.-M. R.  
www.dr ruth.com



La sexologue américaine en est certaine: «Les gens doivent rester sexuellement actifs, même après 50 ans.» Pour sa part, elle travaille toujours autant aujourd'hui.