

Editorial

Putting this issue together has been quite an eye-opener. From the articles sent in it seems that women have been looking long and hard at the issue of health. Because feminist research has been active in this area women are aware of the traumatic experiences that can — and often do — emerge from a medical patriarchy.

We are beginning to realize that we have been kept ignorant and ignorance victimizes. From the tone of the articles it seems we are beginning to get out from under the tranquilizers and myths, we are beginning to get up off the operating tables and the couches. Slowly we are beginning to take back our own bodies and our minds. With more women becoming doctors we can at least hope that we're making inroads on this male-practice that has gone on for too long.

But what about our leisure time? Women don't seem to know the meaning of the word. It's a luxury not many of us experience; it's a gift we never give to ourselves. Certainly very little feminist research has gone into this area and consequently the awareness we should have about this aspect of our total health just isn't there.

The same thing goes for sport. We have a few women super-stars but for most of us regular sports sessions are just not part of our lives as women. We must begin to build these two dimensions into our life styles. They are an integral part of our health and should be a top priority for researchers who are interested in feminist issues. If, over the next decade, we can become as aware of our needs for leisure time and recreation as we are now of our health then we might be on our way to healthy womanhood.

With the next issue CWS/CF begins its second year and we're celebrating *Mothers and Children*.

So if you can get some leisure time — and if your recreation is writing then send in your articles — we've all been mothers and/or daughters!

La femme et la santé,
La femme et les loisirs,
La femme et les sports.

A première vue, on est en droit de se demander pourquoi avoir réuni ces trois sujets dans les pages du quatrième volume de nos Cahiers.

La réponse nous vient de la femme nouvelle, celle de qui nous sommes à l'écoute. Car il est récent l'intérêt que les femmes portent à leur corps. Hier encore, elles ignoraient tout de la merveilleuse complexité de leurs organes, de ces fonctions qui rythmaient et coloraient leurs jours.

Depuis qu'elles ont pris possession de leur corps, elles cherchent, elles questionnent, elles vont même refuser de se livrer les yeux fermés au médecin, gynécologue ou chirurgien qui les a si longtemps tenues à la merci du valium ou du scalpel.

Avec la connaissance de leur corps est venu l'amour de leur corps. Pas celui qui les fait se parer, se farder, non, celui qui exerce les muscles, assainit la peau, allège la démarche, tonifie les organes, entretient la vie.

Etre l'amie de son corps!

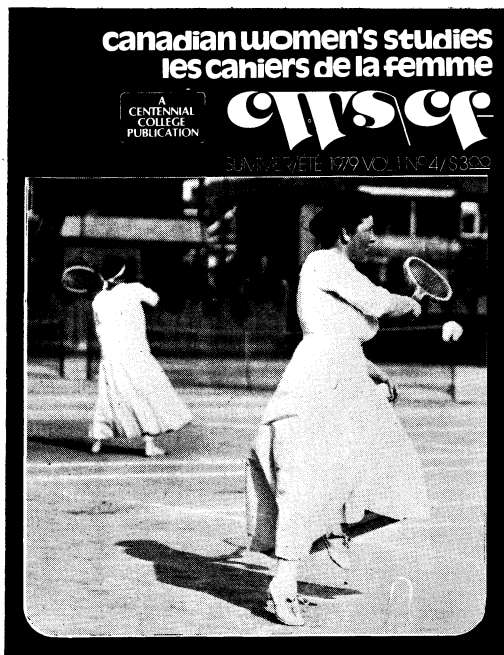
Les sports favorisent ce bien-être. Les femmes doivent prendre le temps, le voler même. A la maison comme au travail, les loisirs ne doivent plus être rares et sources de culpabilité. Il est plus que temps de s'occuper de soi, de se faire plaisir, de faire quelque chose d'inutile pour une fois.

Nous de la rédaction, avons eu peine à voir le mal que les femmes ont à s'accorder du temps pour les jeux, si peu ont su en parler. Est-il encore trop tôt?

Ainsi nous ne serions pas encore prêtes à pratiquer cette forme d'égoïsme qui débouche sur une belle santé physique et mentale?

Mais alors, qui nous en empêche? Nous serions tellement plus belles, nous aurions de si beaux enfants, et pourquoi pas, nous ferions de si belles vieilles. . . .

D'ici là, ne vous oubliez pas.



Shelagh Wilkinson Thérèse Vestry Jeannette Caranda