

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2011)  
**Heft:** 28

## **Inhaltsverzeichnis**

### **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:** 29.03.2025

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

**Air** du temps

**6 CONFIDENCES**  
**Engagée au Népal**

Nicole Niquille, première femme guide de montagne en Suisse, est handicapée. Aujourd'hui, elle se consacre plus que jamais aux autres.

**26 COME-BACK**  
**Michel Delpech ressuscité**

Le chanteur sera bientôt en concert à Genève. L'artiste revient sur le devant de la scène après une longue descente aux enfers.



p. 26

DR

**Bien** dans son âge

**30 SOINS CAPILLAIRES**  
**Des cheveux beaux et écolos**

L'âge et les changements hormonaux altèrent la beauté de votre chevelure. Conseils et recettes pour retrouver de l'éclat.



p. 30

Shutterstock - Streilkova

**36 SOUS LA COUETTE**  
**Faites de beaux rêves!**

Comment favoriser les songes, avant de sombrer dans les bras de Morphée. Possible ou impossible?

**Envie** d'évasion

**61 LES TROIS COUPS**  
**Demandez le programme!**

La rentrée sonne pour les théâtres. Vevey accueille *Le lavoir*, le Crochetan présente *Elle connaît la chanson*, et le Passage à Neuchâtel *Les mains sales*.



p. 70

Shutterstock - Jaimaa

**70 DÉCOUVERTE**  
**Le Kerala, mystique et mystérieux**

Riche de traditions religieuses et culturelles, ce petit Etat du sud-ouest de la péninsule indienne offre également une nature luxuriante.

**Le cahier** futé

- 40 **Vos droits**  
Choisir ses héritiers
- 41 **Votre argent**  
Le mariage tardif décortiqué
- 43 **Phytothérapie**
- 44 **Notre concours**
- 49 **Pro Senectute**
- 51 **Sexualité**  
Et si on changeait?



**Les rubriques**

- 67 **Livres**  
*Derrière le rideau*  
de Marie Lise Labonté
- 69 **Gastronomie**  
Tarte aux pommes  
de Bernard Ravet
- 74 **Les jeux**  
4 pages de réflexion et  
d'amusement
- 80 **Les annonces**
- 86 **Le Club**  
320 billets  
de spectacle  
gratuits
- 90 **Le quatre-heures**  
En compagnie  
de Nicole Métral  
et sa tribu

Couverture: Wollodja Jentsch