

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2014)
Heft: 58

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

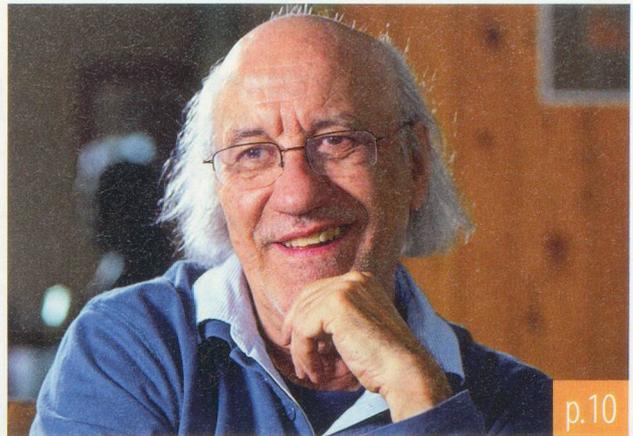
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 30.03.2025

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

Air du temps

- 10 **CONFIDENCES**
Depuis plusieurs générations, les aventures de Yakari, jeune Indien, et de son cheval *Petit Tonnerre* font le délice des petits et des grands. Rencontre avec son toujours jeune dessinateur: Derib.



Corinne Cuendet

p.10

- 16 **DOSSIER**
Ils adorent voyager avec leur camping-car ou leur caravane, synonyme de liberté. Mais qui sont ces nomades, dont une majorité a plus de 55 ans?



Corinne Cuendet

p. 16

- 20 **LOISIRS**
A faire avec ses petits-enfants: *Généralions Plus* a sélectionné pour vous des activités sympas et ludiques dans toute la Suisse romande. Mieux: 209 billets sont offerts.

- 22 **LE DÉFI**
Il marche, il marche! Après le chemin de Compostelle, Bernard Ollivier s'est attaqué à la Route de la soie, longue de 12 000 km.

- 24 **SOLIDARITÉ**
La retraite ici, tout le monde connaît. Mais comment est-elle vécue au Mozambique, au Nicaragua et au Sri Lanka? Témoignages.



DR

p. 24

- 28 **EMBELLISSEZ VOS BALCONS!**
Généralions Plus vous donne cinq bonnes idées à prix abordable.

- 31 **SUR LE SITE**
Photos, débats, commentaires et vie de la plateforme communautaire: tout sur notre site www.generations-plus.ch

Bien dans son âge

- 36 **PRÉVENTION**
La médecine anti-âge aide à préserver notre organisme du temps qui passe.

- 39 **NUTRITION**
On en consomme en moyenne quatre fois trop! Il existe pourtant des alternatives au sucre raffiné: reste à savoir ce qu'elles valent.



T-Design

p. 36

Bien dans son âge

42 BIEN DANS SON CORPS
Sauvez votre peau ou tout au moins, préservez-la du soleil! Nos conseils.

Envie d'évasion

56 SOCIÉTÉ
Nous avons tous un double. Reste à le trouver. Un photographe canadien sillonne le monde à leur recherche.

58 QUE DEVIENNENT-ILS?
Ancien procureur genevois, Bernard Bertossa est un retraité heureux qui pratique la randonnée quand il ne retape pas une maison de famille.

60 EXPOSITION
L'été sera Renoir à Martigny avec une somptueuse rétrospective consacrée au peintre de la lumière.

68 NOS AMIES LES BÊTES
Mignonnes, drôles ou maladroites, elles ont envahi la Toile pour notre plus grand plaisir.

70 VOYAGE
Au Japon, on ne plaisante pas avec les arrangements floraux. Ils sont codifiés et subtils, tout cela pour qu'il s'en dégage une sérénité absolue.

72 DÉCOUVERTE
Après avoir été le fief des hippies, le Népal est aujourd'hui le royaume de l'alpinisme. Et dans ce domaine, les Suisses sont premiers de cordée.



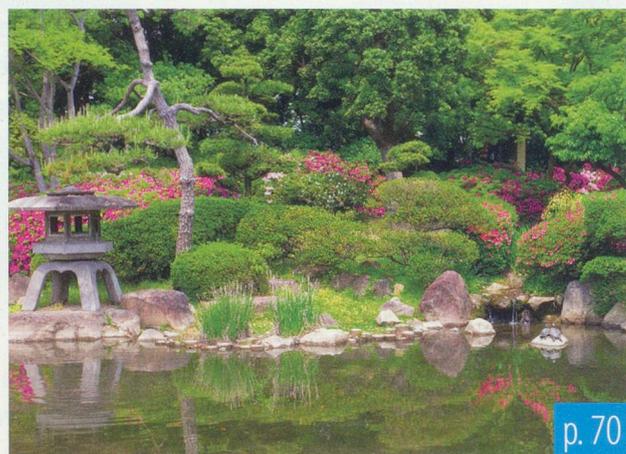
p. 42

BlueOrange Studio



p. 56

Jean Maheux



p. 70

tungogpium

Fiches pratiques

- 46 Vos droits
- 47 Votre argent
Payer sur internet sans risque
- 49 Votre pharmacien
- 50 La recette d'Annick
Coup double au Prix Chronos 2014
- 51 Pro Senectute
- 53 Sexualité



Les rubriques

- 08 La chronique d'Isabelle Guisan
- 09 Courrier des lecteurs
- 14 Panorama Planète
- 33 Les fantaisies de Jean-François Duval
- 34 Panorama Santé
- 44 Le regard de Jacques Salomé
- 55 TV-ciné-DVD
- 67 Découvrir Nathalie Manser
- 74 Les Jeux
- 80 Les annonces
- 84 Le Club
- 90 Nous, les femmes de Nicole Métral

Couverture: Corinne Cuendet