

**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**

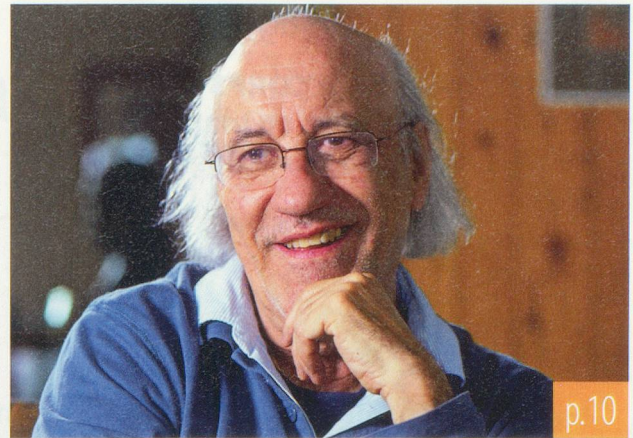
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**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?

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



Corinne Cuendet

p. 16

- 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.

- 28 EMBELLISSEZ VOS BALCONS!**  
*Générations 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](http://www.generations-plus.ch)



DR

p. 24

**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