

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2015)  
**Heft:** 73

**Rubrik:** Le courrier

### **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>**



## Quelle est votre chanson préférée ?

Puisque tu pars. *Que d'émotion dans ces paroles et la musique, même si on l'entend souvent dans les cérémonies de départ de ceux qu'on aime et qui s'en vont...*

Jean-Jacques Goldmann sait parler au cœur des gens et les aider à dire au revoir tout en sachant qu'ils laissent sur terre une trace indélébile.

*Magnifique et émouvant!*

*Françoise Schambron, La Tour-de-Peilz (VD)*

Nous publierons chaque mois le choix d'une chanson par un de nos lecteurs. Indiquez-nous son titre et son auteur, vos coordonnées, ainsi que les raisons de votre choix par courriel – [courrier@generations-plus.ch](mailto:courrier@generations-plus.ch) – ou par courrier à l'adresse suivante : Magazine générations, rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne.



générations et Payot Libraire ont le plaisir d'offrir à

**ANTOINETTE DURUSSEL-BONARD**

*pour son courrier, un bon-cadeau d'une valeur de 50 fr. à faire valoir dans toutes les librairies Payot et tous les magasins Nature & Découvertes de Suisse.*

*Ecrivez-nous à générations, Courrier des lecteurs, rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne ou [courrier@generations-plus.ch](mailto:courrier@generations-plus.ch)*

**LA QUESTION DU MOIS** (lire page 22)

*Faut-t-il être plus sévère avec les cyclistes?*

## VOUS AVEZ LA PAROLE

A propos de *Les champions du fitness* g72

### TRÈS ACTIVES À PLUS DE 80 ANS

Dans les médias, on parle du 3<sup>e</sup> âge en bien ou en mal. Le 4<sup>e</sup> âge, lui, est passé sous silence, enterré. Pourtant, plein de personnes de plus de 80 ans sont très actives intellectuellement, s'initient au fonctionnement de l'ordinateur, du smartphone et même aux activités physiques. Elles sont très nombreuses dans mon fitness Exersuisse où chacun se muscle selon sa force de 20 à 90 ans.

*Madeleine Conrad, Prilly*

A propos de *Déchets, le casse-tête du tri* g71

### FRIBOURG EN AVANCE

Votre journaliste Marie Tschumi présente les problèmes des personnes âgées pour évacuer leurs déchets. Selon mes sources, Vaud s'est mis très tard à la gestion des déchets. Dans le canton de Fribourg, les communes ont installé des déchetteries depuis bien longtemps. Les méthodes sont différentes. Il y a la taxe au sac, où on paye d'après le poids des poubelles. A Corminboeuf, nous achetons les sacs et nous payons une taxe annuelle de 165 fr. par couple. A la déchetterie nous avons des bennes où nous pouvons déposer: ordinateurs, radios, produits chimiques, pots de peinture, aluminium, fer blanc, papiers et carton, verres (bouteilles), pet, déchets de jardin, objets encombrants et déchets de démolition (béton, verre, objets en porcelaine)

*Bernard Brasey, Corminboeuf*

A propos d'internet

### «PRENEZ DES COURS!»

- Lausanne ½ simple course svp.
- Il y a un distributeur automatique!
- Je ne sais pas l'utiliser...
- Prenez des cours chez Pro Senectute!
- C'est où?
- Regardez sur internet!
- Je n'ai pas internet...

*J'ai 82 ans et on dit que je suis encore bien...*

PS: sans commentaire

*Antoinette Durussel-Bonard, Villeneuve (VD)*

A propos des brèves santé

### LA BONNE HORMONE

Dans votre dernier numéro vous mentionnez une hormone qui serait responsable – chez certaines personnes – du grignotage! Encore faut-il que ce soit la bonne. Il ne s'agit pas de «glucalonne-like peptide-1», mais de «glucagon-like peptide 1».

*Nicole Baudat, diététicienne diplômée, Vevey (VD)*

A propos du Club

### SOIRÉE MAGNIFIQUE EN FAMILLE

Merci de tout cœur pour les deux invitations de choix au Cirque Knie. Nous avons acheté une troisième place et passé une soirée magnifique en famille. Un spectacle grandiose, époustoufflant, drôle et très dynamique. Nous sommes rentrés heureux, ressourcés à bloc.

*Anne Kunz, Aire-la-Ville (GE)*