

Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Généralions : aînés**

Band (Jahr): **34 (2004)**

Heft 7-8

PDF erstellt am: **22.07.2024**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

### **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*  
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, [www.library.ethz.ch](http://www.library.ethz.ch)

<http://www.e-periodica.ch>



# Sommaire

## Portrait

### 6 Judith Baumann

#### La poésie dans votre assiette

Judith Baumann, sacrée cuisinière de l'année 1998, œuvre dans un chalet d'alpage près de Bulle. Passionnée par les plantes sauvages, cette autodidacte propose des plats qui sont de véritables invitations au voyage.

## Dossier

### 10 Les chalets d'alpage

Le Jura et les Alpes recèlent des endroits idylliques, des cabanes d'alpage où, au détour d'une balade, on déguste de délicieux mets régionaux. Revue de quelques «buvettes coups de cœur» pour se restaurer simplement.

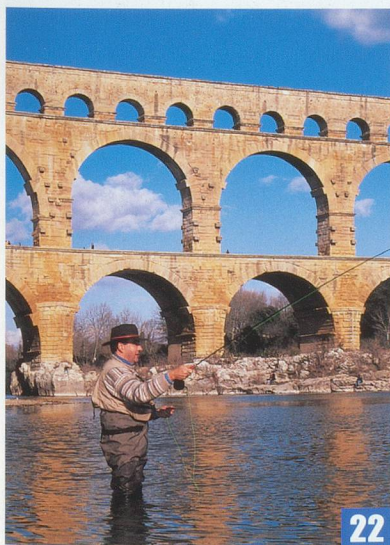
## Culture

### 18 Lectures d'été

Une pléiade de livres de poche à emmener partout, sur la plage, à l'ombre du pommier ou à savourer par les belles soirées d'été. De la *Jeune Fille à la Perle* au dernier ouvrage de Max Gallo.

### 21 En musique à la Croix-Rouge

Des concerts classiques dans une ambiance festive.



22

## Evasion

### 22 Sous le soleil du Midi

Un itinéraire qui musarde du Pont du Gard à Uzès, sur le chemin des verriers jusqu'à la surprenante Grande-Motte, un voyage proposé par *Généralions* pour cet automne.



Philippe Dutoit

6

## Santé

### 44 Prenez soin de vos pieds

Hygiène quotidienne, achat des chaussures, quelques gestes simples pour se sentir à l'aise avec ses pieds, si précieux tout au long de notre vie de bipède.

## Bien-être

### 48 Fascinant enneagramme

L'enneagramme est un système très ancien qui permet de comprendre nos propres réactions psychologiques et celles d'autrui. Une manière de mieux se connaître.

## Loisirs

### 50 Passion

Thierry Ott a été victime d'un problème cérébral. Pour se reconstruire, il s'est mis à marcher. Portrait d'un tenace qui a consacré un livre aux handicapés.

### 53 Animaux

L'hermine, diabolin des prairies, est un animal méconnu.

## 27 Vie pratique

### Bien conserver les aliments

Pour éviter les intoxications alimentaires et préserver les précieuses vitamines, il faut veiller à ne pas laisser traîner des restes au frigo. Quelques conseils pour faire ses courses futé et congeler à bon escient!

## Rubriques

- 4 L'album d'Yves Debraine
- 5 Editorial
- 9 Recette
- 21 Horizons
- 30 Sexologie – Prévention
- 31 Economie

- 32 Pro Senectute
- 34 Cantons
- 38 Assurances
- 39 Info Seniors
- 40 Agenda
- 42 Astuces

- 54 Jeux de l'été
- 58 Réflexions
- 58 Petites annonces
- 63 Courrier
- 65 Club
- 66 Point final

Couverture: Philippe Dutoit >>>

