**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge
**Herausgeber:** Générations
**Band:** - (2009)
**Heft:** 2

## Inhaltsverzeichnis

**Nutzungsbedingungen**
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 29.06.2025

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

## **Air** du temps


6 **CONFIDENCES**
**Boris Cyrulnik**
Le plus célèbre des psys français revient sur son propre passé: sa famille disparue dans les camps, son évasion et comment il s'est reconstruit.

23 **VIE PRATIQUE**
**Manger bien et pas cher**
Se nourrir à deux pour 10 francs par jour? *Générations Plus* a relevé le défi. C'est possible, à condition de lire nos conseils.

p. 23
Wollpddja Jentsch

## **Bien** dans son âge


28 **INFO OU INTOX?**
**Quand nos cellules rouillent**
Les fabricants d'antioxydants vantent les vertus de leurs pastilles miracle. Et dire qu'elles sont inutiles!

30 **SPORT FACILE**
**Retrouver la forme en se promenant**
A partir de 50 ans, il ne fait pas forcément bon pratiquer certains sports. Quelles activités choisir? Comment s'y remettre? Suivez le guide…

p. 30
Wollpddja Jentsch

## **Envie** d'évasion


50 **EXPOSITION**
**Regards croisés**
Picasso n'avait qu'un seul «Maître»: Cézanne. Une exposition unique rend hommage au talent de ces deux génies.

62 **VOYAGE DANS LE TEMPS**
**Ces chrétiens qui protègent l 'Arche perdue**
L'Ethiopie est le berceau de mythes et de légendes extraordinaires. Partez à la découverte de cette terre mystérieuse et de ses églises taillées dans le roc.

p. 62
DR

Couverture: photo Wollpddja Jentsch

## **Le cahier** fûté


38 **Vos Droits**
39 **Votre argent**
41 **Monsieur Vétérinaire**
42 **Le Jardin de Jacky**
43 **Santé: prévenir l'infarctus**
44 **Question de sexualité**
45 **Pro Senectute**
47 **Trucs et astuces**
48 **Psychologie**

## **Les** rubriques


61 **Gastronomie**
La recette facile de Gérard Rabaey.
68 **Les Jeux**
4 pages de réflexion et d'amusement.
74 **Les Annonces**
Pratiques, efficaces et avantageuses.
80 **Le Club**
Voyage lecteurs en Ethiopie. Offres spéciales pour nos abonnés.
82 **Le quatre-heures**
En compagnie de Nicole Métral et sa tribu.