

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2011)
Heft: 27

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

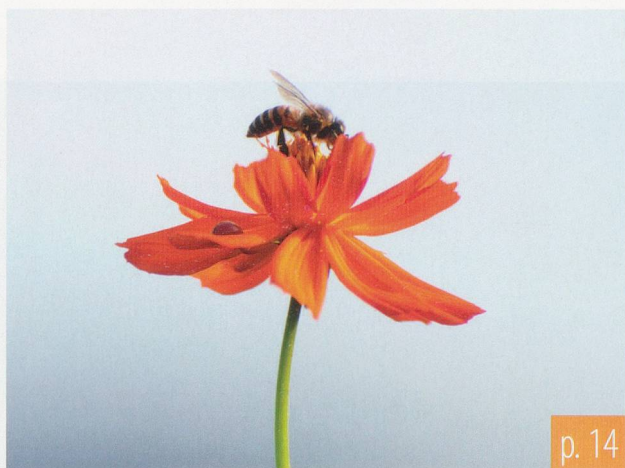
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Air du temps**6** **CONFIDENCES**
Là-haut sur la montagne

C'est dans les Alpes vaudoises que Cosey, auteur de la série de bande dessinée *Jonathan*, a mis la dernière main à son nouvel album. Coup d'œil avant BD-FIL.

14 **ABEILLES**
Voici les citadins apiculteurs!

La disparition massive de ruchers depuis une décennie a suscité des vocations jusque dans les villes. Un effort qui vaut son pesant de miel.



Shutterstock Supereagle

p. 14

Bien dans son âge**32** **ALIMENTATION**
Dis, c'est quoi une assiette équilibrée?

Sédentarité et surpoids sont des ennemis. Mais gare aussi aux risques de malnutrition. Avec les années, le danger est toujours plus important.



Shutterstock Lawless

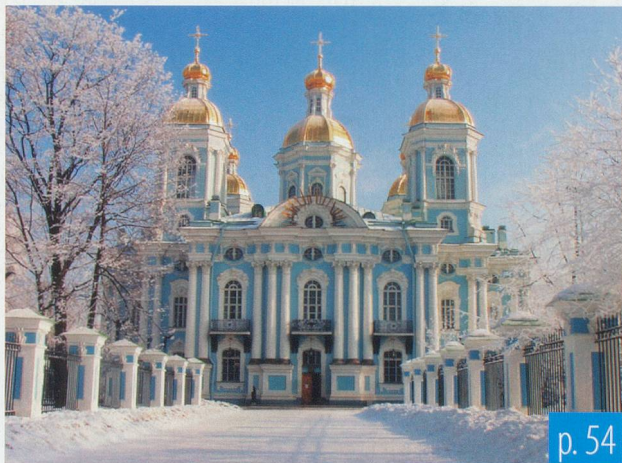
p. 32

34 **SOMMEIL**
Oser consulter

Les apnées frappent sans prévenir près de 8% de la population et peuvent littéralement gâcher la vie. N'hésitez pas à en parler à votre médecin.

Envie d'évasion**54** **VOYAGE**
La magie de Saint-Petersbourg

L'ancienne capitale des tsars ne ressemble à aucune autre ville. Des palais, des musées et des monuments à profusion: le séjour se veut inoubliable.



Shutterstock Livadeev

p. 54

60 **MILLÉNAIRE DE NEUCHÂTEL**
Un final grandiose

Des représentations d'*Antigone* gratuites, un bal, la Patrouille suisse et une Fête des vendanges exceptionnelle. Que demander de plus?

Le cahier futé

- 42 Vos droits
- 43 Votre argent Donner à ses enfants sans être piégé
- 45 Le jardin de Jacky
- 47 Santé
- 48 Vétérinaire
- 49 Pro Senectute
- 51 Sexualité Infidélité: dire ou ne pas dire...

**Les** rubriques

- | | |
|--------------------------------------|---|
| 65 Les Raymondises | 80 Les Annonces |
| 67 Livres | Pratiques et efficaces |
| Laurent Coos | |
| 69 Gastronomie | 86 Le Club |
| Carpaccio de bolets de Bernard Ravet | 156 billets gratuits |
| 74 Les Jeux | 90 Le quatre-heures |
| 4 pages de réflexion et d'amusement | En compagnie de Nicole Métral et sa tribu |

Couverture: Włodaj Jentsch