Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2013)
Heft: 45

Werbung

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: 17.07.2025

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

470 billets offerts

Equilibre-Nuithonie — Fribourg

10 places pour

MARIE-THÉRÈSE PORCHET — **Ve 19 avril à 20 h (Equilibre)**

20 ans et toutes ses dents, c'est le titre de ce spectacle jubilé qui ravira tous les fans de la plus célèbre mégère de Suisse romande. Si le mystère plane quant à l'éventuel contenu bucco-dentaire de la soirée, on sait que la star incontestée de l'humour des deux côtés de la Sarine s'est engagée à lever le voile sur les coulisses d'une carrière pas toujours rose. Animations alimentaires, conditions délétères et producteurs véreux.

10 places pour

LE RAVISSEMENT D'ADÈLE — **Sa 20 avril à 20 h (Equilibre)**

Dans un patelin français comme tant d'autres, vaguement autarcique et carrément intolérant, la vie semble s'écouler sans heurt. Un jour pourtant, une adolescente disparaît. Satire sociale, drôle et rythmée au bénéfice d'une importante distribution, la pièce évoque l'éclatement d'un microcosme fossilisé dans ses rejets et convictions.

10 places pour

LES 81 MINUTES DE MADEMOISELLE A. — **Me 8 mai à 20 h (Nuithonie)**

Un appel à la rêverie sorti tout droit de la plume du dramaturge allemand Lothar Trolle. Dans un supermarché, comme il y en a tant à l'ère de la consommation effrénée. Des caissières quittent un instant leur poste et s'isolent au vestiaire pour plonger dans l'imaginaire collectif. La fumée de leurs cigarettes trace alors les contours de Zeus, d'un roi dément ou de scènes légendaires tirées de classiques du théâtre et du cinéma, dont elles deviennent soudain les protagonistes.

Théâtre du Passage — Neuchâtel

20 places pour

GUANTANAMO — **Lu 15 avril à 20 h**

Basée sur des témoignages de prisonniers, cette pièce dit l'absurde et l'innommable d'un camp à la forte portée symbolique à travers des récits hors du commun. Des vies de bergers ou de jardiniers venus du Yémen ou d'Ouzbékistan, pris dans un système les dépassant et les ayant conduits jusqu'à Guantanamo.

30 places pour

UN CHAPEAU DE PAILLE D'ITALIE — **Sa 27 avril à 18 h**

Conciliant plaisir du théâtre et joie de la musique, ce chef-d'œuvre de Labiche enchaîne à un rythme effréné les quiproquos. Irrésistible. Un cheval mord un chapeau et voilà la noce qui s'emballe deux heures durant! Lancés à la poursuite de ce drôle d'objet volant, les invités naviguent sans boussole, sans répit non plus, emportés par une tempête dans un verre d'eau sucrée.

Théâtre du Crochetan — Monthey

10 places pour

LAURENT+DESHUSSES — **Ve 3 mai à 20 h 30**

Le comique genevois observe le monde qui l'entoure et fait part de ses certitudes: son grand-oncle s'est réincarné en fouine; les pucerons sont constamment constipés; il ne faut jamais réveiller une marmotte en hiver; les riches naissent vraiment avec une cuillère en argent dans la bouche et le vin rouge est très mauvais dans les pizzerias.

Théâtre du Crochetan — Monthey

10 places pour

QUARTIER LOINTAIN — **Ve 12 avril à 20 h 30**

Adaptée d'un manga, c'est l'histoire d'Hiroshi Nakahara, la cinquantaine, qui se rend sur la tombe de sa mère. Il se retrouve à voyager dans le temps jusqu'à revivre, avec sa conscience d'homme mûr, l'époque de ses 14 ans et les secrets de sa famille.

10 places pour

SWAN — **Ve 26 avril à 20 h 30**

Après *La Confidence des oiseaux*, le chorégraphe Luc Petton crée ce «cygne» qui évoque aussi bien le monde de la danse classique que celui des animaux. Etonnant et bouleversant.

10 places pour

ROSARIO TOLEDO — **Me 8 mai à 20 h 30**

Originaire de Cadix, cette magnifique danseuse de flamenco, accompagnée d'un chanteur et d'un guitariste, prend possession de la scène avec une qualité rare: l'humour qui habite son spectacle de part en part. Elle oscille donc entre la gravité apparente du flamenco et la légèreté qu'elle insuffle à son personnage.

Fondation Pierre Gianadda — Martigny

50 billets pour

SAM SZAFRAN, 50 ANS DE PEINTURE — **Du 8 mars au 16 juin**

Le public retrouvera avec joie, dix ans après, cet artiste discret mais ô combien virtuose, dont le patronyme fleure bon la couleur, déclinée avec constance et obsession dans ses œuvres. Chantre du pastel, il a séduit avec ses *Ateliers* aux encombrements presque surréalistes et ses *Escaliers* qui se jouent de la perspective et donnent le vertige.

Prim'Vert — CERM Martigny

300 invitations pour

LE SALON PRIM'VERT — **Du 25 au 28 avril**

Pour sa troisième édition, le salon Prim'Vert vous invite à découvrir le printemps sous un tout nouveau jour! Près de 200 exposants répartis sur 20 000 m² d'exposition vous présenteront les dernières innovations liées à la belle saison autour de six univers caractéristiques. Vous plongerez au cœur des dernières tendances de la domotique et du design, des habitats témoins, des show-rooms, des jardins grandeur nature ou encore d'autres espaces d'expositions avant-gardistes qui mettront tous vos sens en éveil.

POUR GAGNER DEUX INVITATIONS

PAR SMS: tapez PLUS, après un espace écrivez le mot souligné du spectacle auquel vous voulez assister et vos coordonnées complètes, puis envoyez au 959 (1 fr. 90/sms).

PAR CARTE POSTALE: écrivez-nous à quel spectacle vous voulez assister et envoyez vos coordonnées à *Générations Plus*, rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne. Les gagnants seront avertis une semaine avant le spectacle.

Pour plus d'échanges. Pour plus de bien-être.

Laissez-vous surprendre au quotidien.
Culture, voyages, bien-être, santé. Votre curiosité n'a pa
de limite, votre mensuel non plus: **Générations Plus.**

De nombreux avantages pour les abonnés

- 11 numéros par an + 2 hors série livrés à domicile
  (Jeux et 50 clés pour construire sa retraite)
- Des centaines d'invitations chaque mois
  (Théâtres, concerts, cinémas, expositions)
- Tarifs préférentiels sur nos voyages lecteurs
- La version iPad et Internet gratuitement

VICHY
LABORATOIRES
NEOVADIOL Gf
SOIN REDENSIFIANT

cadeau (valeur Fr. 96.-')

Un set Vichy Néovadiol:
Néovadiol Gf peau normale 50 ml
Néovadiol Gf nuit 50 ml

s'abonner *téléphone: 021 321 14 21 / mail: abo@generationsplus.ch*

☐ **Je m'abonne**

☐ 1 an au prix de Fr. 60.–

☐ 2 ans au prix de Fr. 110.–
→ *avec en cadeau le set Vichy (d'une valeur de 96 francs)*

☐ **J'offre un abonnement**

FACTURATION

Nom .....
Prénom .....
Adresse .....
NPA/Localité .....
Tél. .....
Courriel .....
Date de naissance .....

LIVRAISON *(si différente de l'adresse de facturation)*

Nom .....
Prénom .....
Adresse .....
NPA/Localité .....
Tél. .....

Signature

• **Générations Plus,** rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne, Tél. 021 321 14 21 / Fax. 021 321 14 20 •

Générations Plus
ACTEUR DE SON TEMPS

GRAND CASTING ROMAND des 50 ans et plus

Devenez Madame ou Monsieur Générations Plus 2013

Vivez une expérience inoubliable et remportez de nombreux cadeaux comme (de gauche à droite) Béatrice, Gilbert, Margarita et René, les gagnants de notre dernière édition !

Conditions d'inscription

Pas besoin d'avoir la taille mannequin ni d'être un ancien modèle pour participer. Il suffit d'être à l'aise devant un objectif et d'avoir envie de poser.
Le casting s'adresse aux Romands de 50 ans et plus. Le concours comprend deux catégories : les boomers pour les 50 à 64 ans et les seniors pour les 65 ans et plus. Le règlement de participation et la liste des prix sont disponibles sur le site du casting ou par courrier.

Comment participer ?

Il vous suffit de nous adresser deux photos récentes de vous seul(e) : un portrait et en pied. Les deux photos doivent être récentes (moins de 6 mois), avec si possible un fond neutre ou peu de décors. Les photos envoyées par courrier doivent être de 10 x 15 cm et ne seront pas retournées. Merci d'y joindre vos nom, prénom, date de naissance, téléphone, e-mail et adresse postale.

Participez au grand casting sur **www.generations-plus.ch/casting**

ou par courrier à :
Société coopérative Générations,
Casting 2013, Rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne

Délai d'inscription : 31 mai 2013

Partenaires principaux

MASTERS AGENCE DE MANNEQUINS

Anne Weyburn by LA REDOUTE

BENU Pharmacie

THERMALP LES BAINS D'OVRONNAZ wellness spa alpin

En forme à Pékin

Tai chi: **un éveil aux splendeurs de Chine**

***Générations Plus* et son partenaire *Destinations Santé* vous proposent un séjour véritablement exceptionnel dans la cité impériale et à Shanghai. Dans la patrie de cet art martial ancestral, rien de mieux en effet que de commencer ses journées avec une séance de cette gym douce. Détendu, on peut alors partir à la découverte de la place Tian'anmen, la Cité interdite, les stades des JO de 2008, la Grande Muraille et autres trésors de la Chine.**

VENDREDI 18 OCTOBRE Vol SWISS à destination de Pékin (via Zurich), nuit à bord.

SAMEDI 19 OCTOBRE Arrivée tôt le matin, accueil et transfert à l'hôtel pour vous reposer. Déjeuner. Visite du temple du Ciel, suivi d'un massage du corps. Au dîner: canard laqué, la spécialité pékinoise par excellence.

DIMANCHE 20 OCTOBRE Séance de tai chi. Visite de la célèbre place Tian'anmen et de la Cité interdite. Déjeuner chez l'habitant et promenade en cyclo-pousse dans les vieilles ruelles ou «Hutongs». Tour au marché aux puces de Panjiayuan.

LUNDI 21 OCTOBRE Séance de tai chi. Départ pour la Grande Muraille à Mutianyu (téléphérique). Promenade dans le quartier d'art contemporain 798 et dans le parc des Jeux olympiques pour admirer les deux stades les plus connus: le Nid d'oiseaux et le Cube d'eau. Soirée spectacle de kung-fu.

MARDI 22 OCTOBRE Séance de tai chi. Visite de l'Hôpital de la médecine chinoise, où vous pourrez découvrir certains aspects de l'acupuncture, du massage ou encore de la pharmacie chinoise. Promenade dans le Palais d'été. Dîner: cuisine thérapeutique. Transfert à la gare et train de nuit pour Xian, nuit à bord.

MERCREDI 23 OCTOBRE Arrivée tôt le matin. Visite du Musée provincial, de la Petite Pagode de l'oie sauvage. Cours de calligraphie chinoise. Arrêt baignade dans les sources thermales d'un hôtel, lesquelles étaient réservées à l'usage royal sous la dynastie des Tangs.

JEUDI 24 OCTOBRE Séance de tai chi. Visite du site extraordinaire de l'armée de terre cuite. Vol pour Shanghai, promenade sur le Bund, nuit à Shanghai (hôtel 4*).

VENDREDI 25 OCTOBRE Séance de tai chi. Visite du Jardin du Mandarin Yu, puis du Musée de Shanghai. Promenade dans le quartier de l'ancienne concession française. Massage des pieds en fin de journée.

SAMEDI 26 OCTOBRE Séance de tai chi. Visite du village lacustre de Zhujiajiao, typique de la région. Continuation avec le temple du Bouddha de jade. Dîner d'adieu: buffet de fruits de mer au restaurant panoramique du Novotel Atlantis.

DIMANCHE 27 OCTOBRE Le matin, transfert à l'aéroport pour le vol de retour.

NOS PRESTATIONS

- Les vols internationaux SWISS de Genève à Pékin et de Shanghai à Genève, via Zurich.
- Les taxes d'aéroport et hausse carburant (valeur au 15.03.13: 428 fr.).
- Le vol interne Xian-Shanghai en classe éco. et ses taxes.
- Tous les transferts en bus privé.
- 3 nuits à Pékin, 1 nuit à Xian, 3 nuits à Shanghai dans les hôtels (de charme à Pékin, 4* à Shanghai) en chambre double ou twin.
- 1 nuit en train - 1ère classe couchette molle Pékin-Xian (compartiment partagé à 4).
- Toutes les visites mentionnées avec billets d'entrée sur les sites.
- 6 séances de tai chi réparties sur le séjour avec un maître.
- La pension complète avec 1 verre de boisson par repas + thé à volonté.
- Guides locaux francophones dans chaque ville.
- Un guide national francophone + un conférencier-maître de tai chi, de Pékin à Shanghai
- Un accompagnant *Générations Plus* au départ de la Suisse.

NOTRE OFFRE

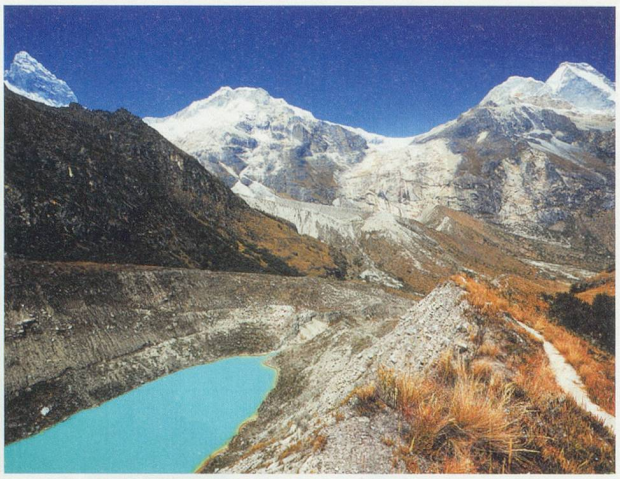
Prix abonné	**3 995 fr.**
Prix non abonné	**4 145 fr.**
Supplément chambre individuelle	**575 fr.**

NE SONT PAS INCLUS

- Visa (80 fr. + frais de traitement: 70 fr.).
- Pourboires des guides locaux, guide national, chauffeur et bagagistes.
- Supplément pour couchette privée dans le train (2 pers. par compartiment): 90 fr. /pers.
- Si groupe de moins de 15 pers.: suppl. 100 fr.

Programme complet sur www.generationsplus.ch

Pour inscriptions et programmes détaillés des voyages: e-mail: voyage@generationsplus.ch



Un Pérou qui vaut de l'or

Du 18 septembre au 2 octobre 2013

Sur la trace des Incas

***Générations Plus* et *Tourisme Pour Tous* vous emmènent dans un pays riche de son histoire et de ses trésors naturels, tel les îles Ballestas, le canyon de Colca ou le splendide lac Titicaca. Une aventure unique, à vivre en toute sécurité et en petit groupe francophone, qui ne laissera personne indifférent!**

MERCREDI 18 SEPTEMBRE Vol à destination de Lima. Arrivée en fin d'après-midi, accueil et transfert à l'hôtel. Dîner de bienvenue.

JEUDI 19 SEPTEMBRE Visite du centre historique de Lima, capitale péruvienne située sur les rives de l'océan Pacifique. Départ vers Ica, belle région viticole.

VENDREDI 20 SEPTEMBRE Trajet jusqu'à Paracas, embarquement pour une croisière aux îles Ballestas, surnommées les petites Galápagos en raison de leur riche faune. Retour à terre, transfert à Nazca.

SAMEDI 21 SEPTEMBRE Si désiré, survol des lignes énigmatiques de Nazca. Ensuite, départ vers Arequipa.

DIMANCHE 22 SEPTEMBRE Découverte de la charmante ville blanche d'Arequipa. Située entre mer et montagnes à 2400 m. d'altitude, elle séduit le visiteur avec ses quartiers coloniaux, ses églises et cathédrales. Puis balade au monastère de Santa Catalina, véritable ville dans la ville. Après-midi libre.

LUNDI 23 SEPTEMBRE Départ pour Chivay, petit village qui fait office de porte d'entrée du canyon de Colca. Après-midi libre pour profiter des eaux thermales de votre hôtel.

MARDI 24 SEPTEMBRE Le mirador de la Croix du Condor offre une vue imprenable sur le deuxième canyon le plus profond du monde et permet d'observer les condors dans leur vol matinal. Route pour Puno, située à 3800 m. au bord du lac Titicaca.

MERCREDI 25 SEPTEMBRE Croisière sur le lac Titicaca, le plus haut lac navigable du monde. Visite des îles flottantes Uros, de l'île de Taquile, puis de l'île privée de Suasi. Après-midi consacré à la découverte de ce petit lopin de terre isolé et charmant. Son *lodge* (gîte) écologique vous accueille pour la nuit.

JEUDI 26 SEPTEMBRE Matinée libre pour profiter pleinement du calme et des paysages. Retour en bateau rapide vers Puno.

VENDREDI 27 SEPTEMBRE Embarquement à bord de l'*Andean Explorer* pour une expérience légendaire. Vous ralliez Cuzco en train folklorique, en traversant des paysages andins caractéristiques.

SAMEDI 28 SEPTEMBRE Visite de la très belle ville de Cuzco et de ses ruines environnantes. Après-midi libre.

DIMANCHE 29 SEPTEMBRE Départ pour la Vallée sacrée. Découverte du village et du site archéologique de Chinchero, visite des salines de Maras, puis de la forteresse d'Ollantaytambo.

LUNDI 30 SEPTEMBRE Trajet en train jusqu'à Aguas Calientes, montée à la citadelle du Machu Picchu. Visite du somptueux site sis dans un écrin de verdure. Retour à Cuzco.

MARDI 1er ET MERCREDI 2 OCTOBRE Vol pour Lima. Visite du Musée Larco Herrera, qui expose la plus fine collection de pièces précolombiennes en or et argent de l'ancien Pérou. Déjeuner et temps libre. Transfert à l'aéroport et en début de soirée, vol à destination de Genève. Arrivée le lendemain.

NOS PRESTATIONS

- vols Air France/KLM de Genève à Lima et retour (via Paris/Amsterdam) en classe éco.
- taxes d'aéroport et hausse carburant (valeur 586 fr., février 13).
- 1 vol interne et ses taxes.
- circuit en bus selon programme.
- trajets en train 2e classe selon programme, y compris *Andean Explorer*.
- croisières en bateau «partagé» selon programme.
- 12 nuits dans des hôtels de bonne catégorie moyenne, souvent de charme.
- 1 nuit en écolodge sur l'île de Suasi.
- demi-pension incluant les déjeuners.
- 5 dîners.
- toutes les entrées et visites mentionnées au programme.

NE SONT PAS INCLUS

- assurance obligatoire multirisques.
- frais de dossier.

Programme complet sur www.generationsplus.ch

NOTRE OFFRE

Prix en chambre double abonné	**5195 fr.**
Non-abonné	**5345 fr.**
Supplément chambre individuelle	**725 fr.**
Survol des lignes de Nazca	**130 fr.**

(+ taxes sur places, US$ 9)

Groupe de min. 15, max. env. 20 personnes.

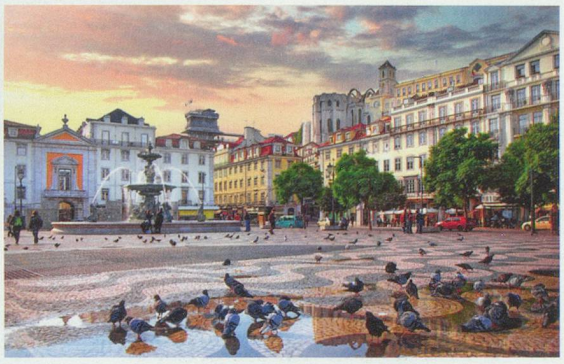
Sur demande: prolongation possible en Amazonie péruvienne.

***Générations Plus*, rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne – 021 321 14 21 – www.generationsplus.ch**

Une cité aux mille et une saveurs

Du 5 au 9 juin 2013

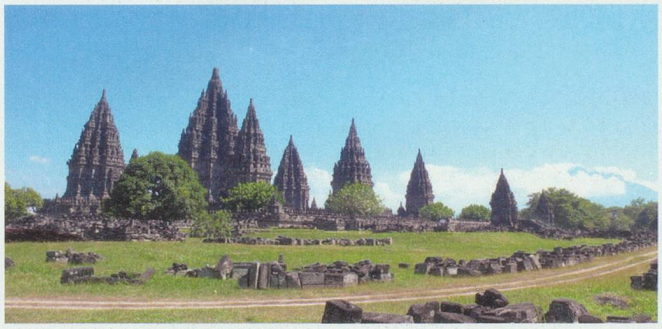
Lisbonne, une fenêtre sur l'océan



Avec son partenaire *L'Atelier du Voyage, Générations Plus* vous invite à découvrir une ville chargée d'histoire. Bâtie sur sept collines, connue pour ses trams, elle est également synonyme de détente culinaire avec un menu varié et goûteux, dont la fameuse morue constitue toujours le plat national. Vous irez d'ailleurs dès le premier jour manger dans un restaurant fréquenté essentiellement par les Lisboètes.
Des haltes gastronomiques bienvenues après des journées consacrées à la visite des monuments les plus réputés de Lisbonne comme le curieux ascenseur public conçu par Gustave Eiffel à la fin du 19e siècle. Le Rossio, dominé par le château Saint Georges, la place du Commerce, le quartier de Belem avec sa célèbre tour et la statue dédiée aux grands navigateurs vous feront aussi forte impression, tout comme le monastère des Hiéronymites. Lors de ce séjour, vous sortirez également de Lisbonne direction Sintra, où se situe l'ancienne résidence royale construite dans un étrange décor montagneux fondu dans une végétation luxuriante, et vous irez jusqu'au Cabo da Roca, le point le plus occidental du continent européen.

NOTRE OFFRE

Prix en chambre double abonné	2840 fr.
Non-abonné	3040 fr.
Supplément chambre individuelle	570 fr.



Partir en Indonésie

Du 14 au 28 juin 2013

La magie de Java vous attend

Avec son partenaire *L'Atelier du Voyage, Générations Plus* a concocté un périple de rêve entre volcans, temples et plantations aux odeurs enivrantes, avant un repos bien mérité sur les plages idylliques de Bali.
Mais avant le sable blanc, ce sera donc la découverte de Java, cette bande de terre au caractère explosif de la République d'Indonésie qui s'étire sur plus de 1000 kilomètres. Juste assez pour abriter quelques-unes des merveilles du monde, comme le sublime temple bouddhiste de Borobudur ou le volcan Bromo, à l'esthétisque parfaite.
Autre île, autre culture à Bali. Omniprésente, la religion imprègne le quotidien des Balinais. Pas un jour sans qu'il n'y ait une cérémonie, presque tous les villages possèdent au moins trois temples. Un petit paradis au charme et à la beauté incommensurables de 140 kilomètres de long sur 80 de large, sorte de minuscule confetti posé sur l'océan. Mais tellement coloré!

NOTRE OFFRE

Prix en chambre double abonné	3950 fr.
Non- abonné	4250 fr.
Supplément pour chambre individuelle	650 fr.

Participation minimale 16, maximum 22 personnes.

Pour inscriptions et programmes détaillés des voyages: e-mail: voyage@generationsplus.ch