

Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Généralions plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): - **(2014)**

Heft 58

PDF erstellt am: **21.07.2024**

### **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**

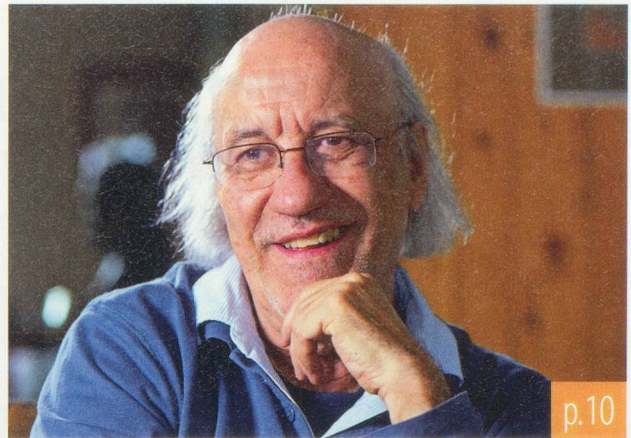
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

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>

**Air** du temps

- 10 **CONFIDENCES**  
Depuis plusieurs générations, les aventures de Yakari, jeune Indien, et de son cheval *Petit Tonnerre* font le délice des petits et des grands. Rencontre avec son toujours jeune dessinateur: Derib.



Corinne Cuendet

p.10

- 16 **DOSSIER**  
Ils adorent voyager avec leur camping-car ou leur caravane, synonyme de liberté. Mais qui sont ces nomades, dont une majorité a plus de 55 ans?



Corinne Cuendet

p. 16

- 20 **LOISIRS**  
A faire avec ses petits-enfants: *Généralions Plus* a sélectionné pour vous des activités sympas et ludiques dans toute la Suisse romande. Mieux: 209 billets sont offerts.

- 22 **LE DÉFI**  
Il marche, il marche! Après le chemin de Compostelle, Bernard Ollivier s'est attaqué à la Route de la soie, longue de 12 000 km.

- 24 **SOLIDARITÉ**  
La retraite ici, tout le monde connaît. Mais comment est-elle vécue au Mozambique, au Nicaragua et au Sri Lanka? Témoignages.



DR

p. 24

- 28 **EMBELLISSEZ VOS BALCONS!**  
*Généralions Plus* vous donne cinq bonnes idées à prix abordable.

- 31 **SUR LE SITE**  
Photos, débats, commentaires et vie de la plateforme communautaire: tout sur notre site [www.generations-plus.ch](http://www.generations-plus.ch)

**Bien** dans son âge

- 36 **PRÉVENTION**  
La médecine anti-âge aide à préserver notre organisme du temps qui passe.

- 39 **NUTRITION**  
On en consomme en moyenne quatre fois trop! Il existe pourtant des alternatives au sucre raffiné: reste à savoir ce qu'elles valent.



T-Design

p. 36

**Bien** dans son âge

**42 BIEN DANS SON CORPS**  
Sauvez votre peau ou tout au moins, préservez-la du soleil! Nos conseils.

**Envie** d'évasion

**56 SOCIÉTÉ**  
Nous avons tous un double. Reste à le trouver. Un photographe canadien sillonne le monde à leur recherche.

**58 QUE DEVIENNENT-ILS?**  
Ancien procureur genevois, Bernard Bertossa est un retraité heureux qui pratique la randonnée quand il ne retape pas une maison de famille.

**60 EXPOSITION**  
L'été sera Renoir à Martigny avec une somptueuse rétrospective consacrée au peintre de la lumière.

**68 NOS AMIES LES BÊTES**  
Mignonnes, drôles ou maladroites, elles ont envahi la Toile pour notre plus grand plaisir.

**70 VOYAGE**  
Au Japon, on ne plaisante pas avec les arrangements floraux. Ils sont codifiés et subtils, tout cela pour qu'il s'en dégage une sérénité absolue.

**72 DÉCOUVERTE**  
Après avoir été le fief des hippies, le Népal est aujourd'hui le royaume de l'alpinisme. Et dans ce domaine, les Suisses sont premiers de cordée.



p. 42

BlueOrange Studio



p. 56

Jean Maheux



p. 70

tungogpium

**Fiches** pratiques

- 46 Vos droits
- 47 Votre argent  
Payer sur internet sans risque
- 49 Votre pharmacien
- 50 La recette d'Annick  
Coup double au Prix Chronos 2014
- 51 Pro Senectute
- 53 Sexualité



**Les** rubriques

- 08 La chronique d'Isabelle Guisan
- 09 Courrier des lecteurs
- 14 Panorama Planète
- 33 Les fantaisies de Jean-François Duval
- 34 Panorama Santé
- 44 Le regard de Jacques Salomé
- 55 TV-ciné-DVD
- 67 Découvrir Nathalie Manser
- 74 Les Jeux
- 80 Les annonces
- 84 Le Club
- 90 Nous, les femmes de Nicole Métral

Couverture: Corinne Cuendet