

Objektyp: **TableOfContent**

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

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

Heft 63

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.e-periodica.ch>

Air du temps

- 10 CONFIDENCES**
Directrice d'Amnesty Suisse, Manon Schick a connu une année pleine de turbulences. Les droits de l'homme ont été particulièrement malmenés en 2014.



Philippe Paché

p. 10

- 16 DOSSIER**
La naissance d'un enfant modifie en profondeur les relations entre la jeune maman et sa propre mère. Tant l'une que l'autre doivent s'adapter.

- 20 LE DÉFI**
Ancien commissaire de police, Dominique Hammer s'est lancé à fond dans le jazz.

- 22 CASTING**
Le rideau est tombé. Découvrez Mesdames et Messieurs Générations Plus 2014!

- 28 NOËL A LA MAISON**
Des personnalités romandes nous expliquent pourquoi elles tiennent à cette tradition.



Alain Germond

p. 16

- 31 UNE BONNE ÉTOILE**
Avec ses feuilles rouges, elle est la plante star des fêtes. Bonne nouvelle, l'étoile de Noël, réputée éphémère, peut durer.

- 32 NEZ ROUGE**
Alors que les fêtes approchent, les anges gardiens de la route sont prêts. Mais qui sont-ils? Témoignages.



Wolodja Jentsch

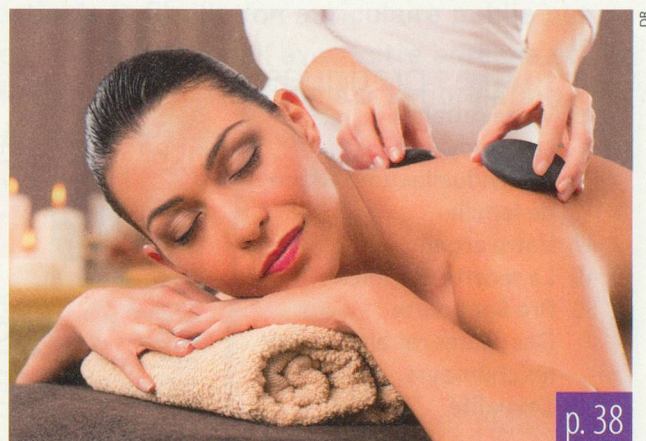
p. 22

Bien dans son âge

- 38 UN MASSAGE EN CADEAU**
Générations Plus vous propose un choix de six «manipulations» adaptées aux besoins de chacun.

- 41 MAL DE DOS**
Le port d'une ceinture lombaire peut constituer un sacré soulagement.

- 43 BRAS TONIQUES**
Trois exercices faciles à faire chez soi et le résultat se voit déjà après un mois de modestes efforts.



DR

p. 38

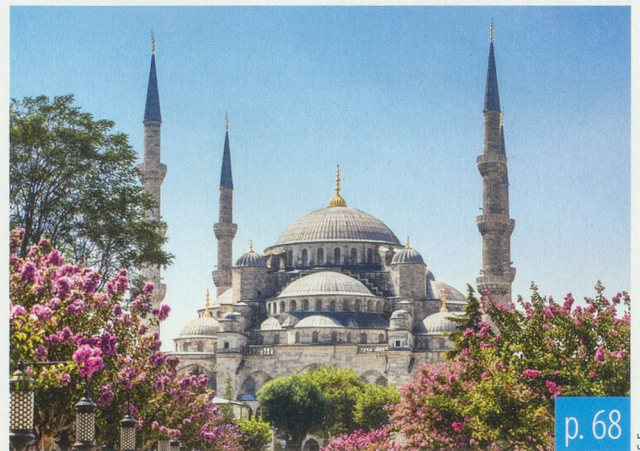
Envie d'évasion

- 54 **QUE DEVIENNENT-ELLES?**
80 ans et alors? La chanteuse Anne Sylvestre continue à parcourir les scènes avec la même flamme et publie son premier livre.
- 57 **THÉÂTRE**
Metteur en scène aguerri, Hervé Loichemol s'attaque pour la première fois à Shakespeare avec *Le roi Lear*.
- 59 **EXPOSITION**
On admire toujours les autres, mais la Suisse a eu aussi de grands peintres.
- 62 **CHANSON**
Avec son look qui n'appartient qu'à elle, mais surtout sa voix exceptionnelle, Nana Mouskouri sera prochainement sur une scène genevoise. Interview.
- 65 **DÉCOUVERTE**
Le Québec a ignoré trop longtemps les peuples amérindiens. Pourtant la majorité des Canadiens français ont au moins un sauvage parmi leurs ancêtres.
- 68 **VOYAGE**
Découvrez Istanbul d'une autre manière en vous laissant guider par les 1001 saveurs de cette ville à la gastronomie aussi riche que son histoire.
- 70 **ESCAPADE**
Au fil de l'eau, une croisière inoubliable sur le Danube vous emmènera de Vienne jusqu'à la mer Noire.



p. 62

DR



p. 68

S-F



p. 70

David Iomut

Fiches pratiques

- 46 **Votre retraite**
La prévoyance «individuelle», une affaire de famille
- 47 **Votre argent**
- 49 **La recette d'Annick**
- 50 **Pro Senectute**
Des cadres retraités aident les chômeurs
- 52 **Sexualité**



Les rubriques

- 08 **La chronique** d'Isabelle Guisan
- 09 **Courrier** des lecteurs
- 14 **Panorama planète**
- 34 **Sur le web**
- 35 **Les fantaisies** de Jean-François Duval
- 36 **Panorama Santé**
- 44 **Le regard** de Jacques Salomé
- 53 **TV-Ciné-DVD**
- 67 **Découvrir** Roland J. Campiche
- 73 **Les jeux**
- 80 **Les annonces**
- 85 **Le Club**
- 90 **Nous, les femmes** de Nicole Métral

Couverture: Wolludja Jentsch