

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2014)
Heft: 63

Inhaltsverzeichnis

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 26.04.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://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.

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.

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.

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.



Philippe Paché

p. 10



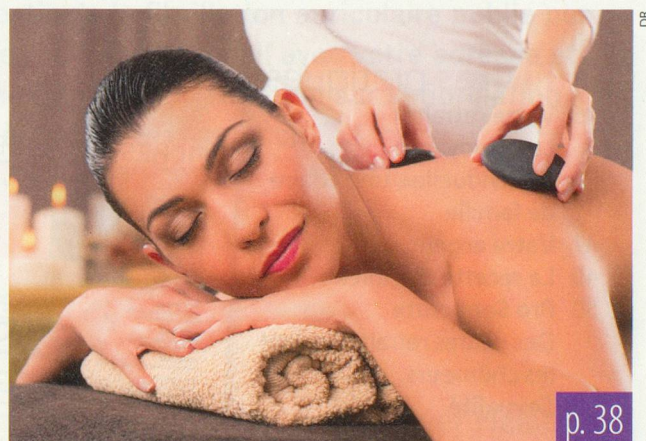
Alain Germond

p. 16



Wolodja Jentsch

p. 22



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.

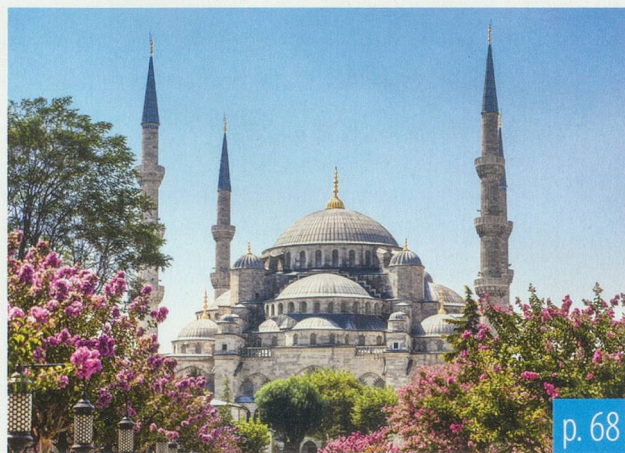
68 **VOYAGE**
Découvrez Istanbul d'une autre manière en vous laissant guider par les 1001 saveurs de cette ville à la gastronomie aussi riche que son histoire.

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