

**Zeitschrift:** Générations  
**Herausgeber:** Générations, société coopérative, sans but lucratif  
**Band:** - (2018)  
**Heft:** 104

## 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.](#)

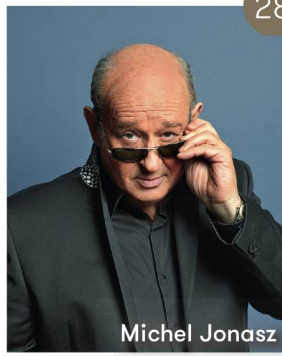
**Download PDF:** 03.02.2025

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



34

Le défi



28

Michel Jonasz



40

Les dames



54

Sylvothérapie

EN COUVERTURE

**12 SANTÉ**  
Chiens, chats, chevaux et même poissons ont des vertus prouvées sur le bien-être des humains. Qu'elles soient physiques, mentales ou sociales.



**37 ASSURANCE MALADIE**  
L'automne arrive et, avec lui, se profile une fois encore une hausse des primes. Résultat, les Suisses sont chaque année plus nombreux à bénéficier de subsides. Témoignages.

**52 GRAINES GERMÉES**  
Très tendance, ces petites bombes nutritionnelles sont-elles aussi bonnes pour notre santé qu'on veut bien le dire ?

**40 LES DAMES**  
Le documentaire réalisé par Stéphanie Chuat et Véronique Reymond évoque avec sensibilité la solitude des femmes, passé l'âge de 60 ans.

**54 BRANCHÉ**  
Connectez-vous à un arbre ! La sylvothérapie est non seulement tendance, elle fait du bien, assurent des spécialistes.

L'ACTU

**23 LE DÉBAT**  
Faut-il supprimer la première classe des CFF ?

**24 QUE SONT-ILS DEVENUS ?**  
A 80 ans, Isabelle Aubret a entamé une tournée d'adieu.

**28 MICHEL JONASZ**  
Le chanteur de *Super nana sera*, cet automne, en concert à Montreux. Rencontre avec l'artiste.

**34 LE DÉFI**  
A 66 ans, le Vaudois Daniel Perler a déjà gravi les sept sommets les plus hauts de chaque continent, dont l'Everest. Et ce n'est pas fini !

SANTÉ & BIEN-ÊTRE

**45 DON D'ORGANES**  
Il n'est jamais trop tard pour sauver des vies. Explications et témoignage.

**48 RIGIDITÉ ARTICULAIRE**  
Se sentir rouillé, le matin en sortant de son lit, ne traduit pas le début de la fin. Solutions.

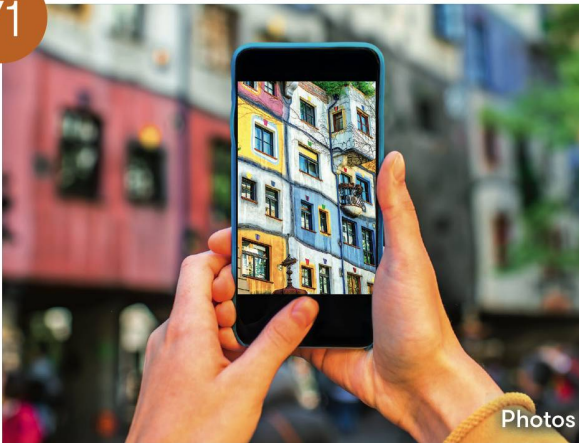
DROIT & ARGENT

**57 UN TRÉSOR À LA MAISON ?**  
Timbres, monnaies, livres, meubles, peut-être ignorez-vous posséder des biens de grande valeur chez vous ou dans votre grenier.

**60 CURATEUR**  
Quelles compétences sont nécessaires ?

**62 PRO SENECTUTE**  
Les boulangers solidaires contre les maladies liées à la démence.

71



Photos

79



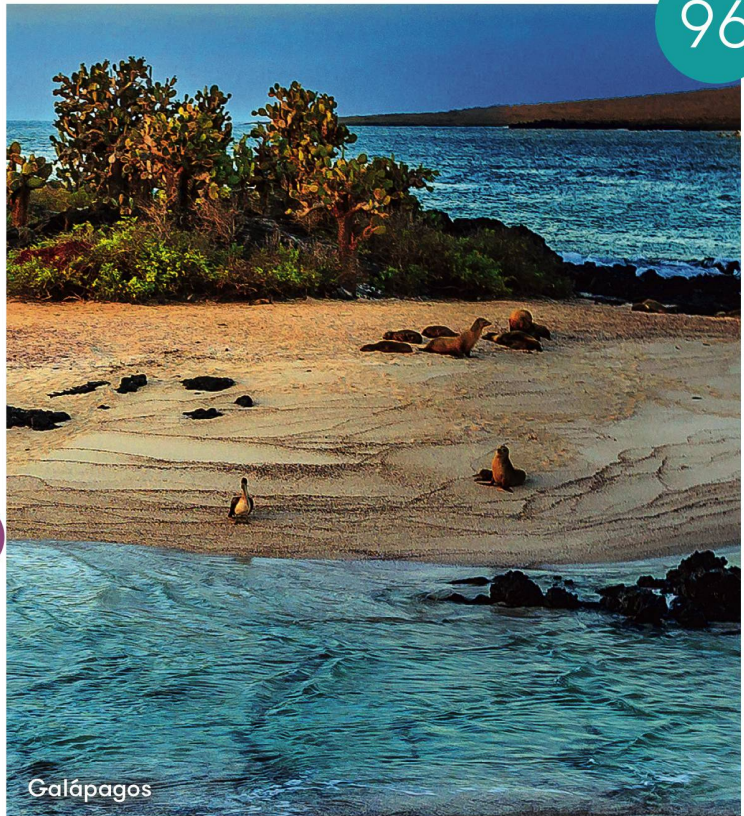
Recette

89



La biographie

96



Galápagos

## DROIT &amp; ARGENT

64 **SUCCESSION**

Donner sa maison à ses enfants, pas toujours un bon plan.

67 **INVENTION**

Ne perdez plus vos lunettes grâce à Francesca !

## MULTIMÉDIA

69 **CLASSEMENT**

Des applications pour répertorier vos livres ou tout autre collection.

71 **PHOTOS**

Améliorez vos souvenirs de vacances !

## LOISIRS &amp; MAISON

73 **C'EST LA RENTRÉE**

Des personnalités évoquent leurs souvenirs, parfois douloureux, notamment pour les cancrés.

79 **RECETTE**

Wok d'agneau aux légumes croquants.

81 **MON ANIMAL**

Valérie, *Coubertin* et *Bagan*.

82 **TV-DVD**

La Muraille de Chine.

84 **THÉÂTRE**

Un spectacle qui fleure bon les barricades et Mai 68.

89 **LA BIOGRAPHIE**

Bartali, le champion cycliste qui a sauvé 800 Juifs.

## LES VOYAGES

95 **JAPON**

Là-bas, la floraison des cerisiers revêt une dimension quasi spirituelle.

96 **GALÁPAGOS**

Un archipel au bout du monde qui fascine les voyageurs avides de nature sauvage.

## LES RENDEZ-VOUS

8 **La chronique**

d'Isabelle Guisan

9 **La Suisse en bref**

11 **Le courrier** des lecteurs

32 **Le monde en bref**43 **Sur notre site web**44 **Les Fantaisies**

de Jean-François Duval

50 **La santé en bref**56 **A cœur ouvert**

par Rosette Poletti

72 **Je me souviens**

par Brigitte Rosset

85 **Métamorphoses**

par Véronique Emmenegger

86 **Panorama culturel**91 **Les coups de cœur**  
du libraire92 **Nous, les femmes**

par Nicole Métral

99 **Les bons plans**101 **Le Club**102 **Les jeux**111 **Les petites annonces**118 **Notre histoire**