Madame Pratique a des idées

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse**

Band (Jahr): **4 (1974)**

Heft 4

PDF erstellt am: **29.05.2024**

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

Si vous allez à Moléson

Un séjour en haute montagne, même au-dessus de 2000 m déjà, peut déterminer des troubles aigus. Un manque d'entraînement peut contribuer à ce qu'on appelle le mal des montagnes. Quelle en est la cause majeure? L'abaissement de la pression atmosphérique, d'une part, et la raréfaction progressive de l'oxygène de l'air, de l'autre, provoquent une diminution de la quantité d'oxygène dans le sang. Le malade éprouve alors des maux de tête, des vertiges, des nausées, des pulsations accélérées et parfois de la somnolence. Donc, si vous éprouvez l'un de ces malaises, mieux vaut rebrousser chemin, renoncer à l'excursion et regagner une altitude plus raisonnable. Seule la descente peut faire disparaître ces signes précurseurs que sont les bourdonnements d'oreille, une subite lassitude et des palpitations.

Avant votre montée à l'alpage, couvrez-vous suffisamment. Portez votre dévolu sur des vêtements à la fois amples et légers, assurant néanmoins une bonne protection contre le froid et, surtout, prenez le temps d'avaler un copieux petit déjeuner. Dès que vous semblerez avoir l'estomac dans les talons, absorbez des fruits secs, du chocolat, du lait concentré sucré, des biscuits. Emporter avec soi un peu de thé sucré dans une gourde pour lutter contre la déshydratation résultant de la sécheresse de l'air est une sage précaution.

Sans paroles. (Dessin de Richard-Cosmopress)

Pour vos plantes grasses

Vos belles plantes grasses méritent bien un pot ou cache-pot original venu en droite ligne des Iles. Pourquoi ne bricoleriez-vous pas le récipient exotique, dépaysant que voici: Achetez une belle noix de coco que vous scierez en deux. Vous la viderez de son eau et de sa pulpe. Moyennant un peu de colle à bois, collez les deux moitiés inversées et superposées. Avec un vilebrequin, percez un petit trou pour l'écoulement de l'eau. Cette idée ne mérite-t-elle pas d'être creusée?

La chère pipe

Si vous êtes allergique à l'odeur écœurante du «brûle-gueule» de votre cher compagnon, saupoudrez-le, une fois éteint, de sucre, et «baptisez-le» de quelques gouttes de cognac. Aussitôt, l'odeur nauséabonde disparaîtra.

Carottes et TV

Pour ne pas abîmer votre vue devant la TV, mangez tous les jours des carottes ou buvez leur jus. Ce faisant, vous y verrez toujours clair, car vos yeux ne manqueront pas de vitamines.

A vous tous de **60 ans** révolus et plus,

nous offrons un taux d'épargne spécial de

5%

Annoncez-vous à nos guichets
ou produisez votre livret par correspondance
avec une pièce d'identité.

CRÉDIT FONCIER VAUDOIS
gérant de la
Caisse d'épargne cantonale
Garantie à 100 % par l'Etat de Vaud

LAUSANNE et ses agences

DURS D'OREILLES
GRANDE NOUVEAUTÉ

Enfin nous pouvons vous présenter un appareil acoustique avec le nouveau microphone directionnel, qui vous procure une excellente audition même dans une ambiance très bruyante.
Venez l'essayer, sans aucun engagement dans la maison spécialisée

J.P. SCHMID
ACOUSTIQUE
Petit-Chêne 38 (face cinéma Georges V)
Lausanne Tél. (021) 23 49 33

Etant fournisseur de l'Assurance invalidité et de l'AVS, nous nous occupons de toutes les démarches.

HOTEL ROSAT
1837 Château-d'Œx
Altitude 1000 m.
Tél. (029) 4 62 12

Cadre tranquille et agréable
Grand parc, vue imprenable
Idéal pour repos et convalescence – Tout confort – Lift
Cuisine très soignée – Sur demande, cuisine à régimes simples et prix réduits en mai-juin-septembre octobre-novembre

Pour longs séjours, extrêmement avantageux.