

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 13 (1983)  
**Heft:** 3

**Rubrik:** Amusons-nous!

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 02.04.2026

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

# Bibliographie

Stéphane Marchetti, **Images d'une Certaine France, Affiches 1939-1945**, Edita, Lausanne.

Préface d'Alain Weill, conservateur du Musée de l'affiche et de la publicité.

Format 22 x 29 cm., 180 pages, 175 illustrations dont 130 en couleurs. Reliure pleine toile sous jaquette laminée. Fr. 64.—.

Cet ouvrage a le mérite de nous montrer ce que, assez étrangement, les Français ayant vécu la dernière guerre, et leurs descendants, ont jusqu'ici préféré oublier: les affiches placardées sur les murs de la France par les services de propagande français et allemands. La propagande officielle, faite par les services allemands, ou inspirée par eux, disposait de moyens considérables en hommes, argent et matériel; à voir l'avalanche de tracts, brochures et affiches imprimés pendant cette période, on a d'ailleurs peine à croire qu'il y avait alors réellement pénurie de papier. La télévision n'étant pas encore le moyen de diffusion privilégié qu'elle est aujourd'hui, les affiches occupaient une place de choix dans ces moyens de propagande. Tous les thèmes y étaient abordés, qu'il s'agisse d'affirmer la suprématie de l'Allemagne, de souligner la nécessité d'une Europe nouvelle, de justifier le service du travail obligatoire, ou tout simplement d'apprendre aux ménagères à nourrir une famille avec deux œufs. Certaines affiches, plus insidieuses, plus répugnantes aussi, visaient à attiser la haine du peuple contre les «ennemis de la Révolution nationale» (gaullistes, communistes, alliés, juifs, francs-maçons).

Les illustrations présentées dans cet ouvrage ont été choisies parmi les quelque quatre mille affiches conservées au Musée des deux guerres mondiales. Elles sont accompagnées de textes contemporains, dont certains vont vraisemblablement choquer, mais qui ont le mérite de replacer les faits dans leur contexte sociologique réel.

Vient de paraître: **Une Armée en marche**. Plaquette du Centenaire de l'Armée du Salut en Suisse. 170 pages, éditions du Quartier général national, rue de Laupen 5, Berne.

La présentation, comme l'illustration, celle-ci fort abondante, est d'une excellente qualité, à laquelle répond, dès qu'on se met à lire, la haute tenue du texte proprement dit.

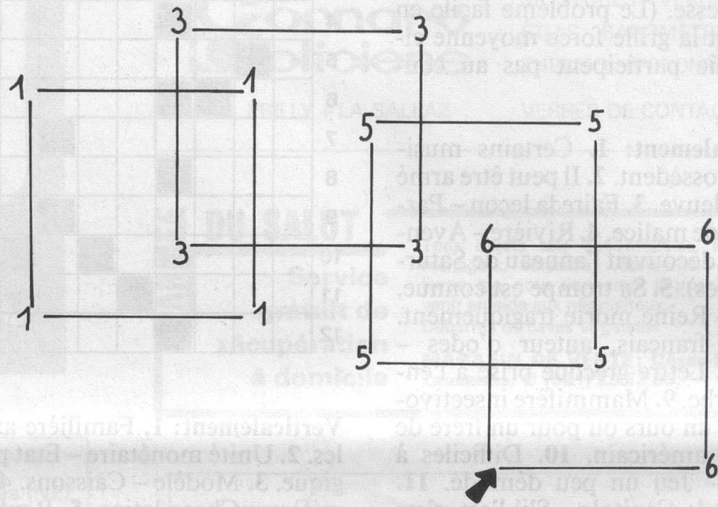
## Amusons-nous!



Isabelle Chanson

Vous trouverez les solutions de nos jeux en page III couverture

### Logique

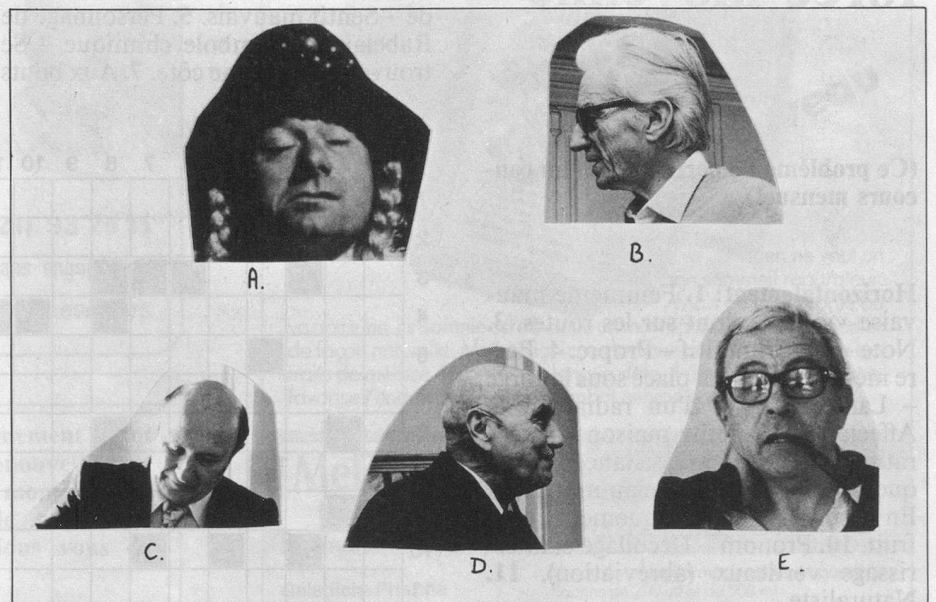


Selon les nombres déjà posés, quel est celui qui manque?

### Les reconnaissez-vous?

Retrouvez le nom de chacun de ces personnages. Pour vous aider, une liste de six noms, soit un de plus qu'il n'y a de photos. Trouvez également l'intrus!

1. Frédéric Dard.
2. Jean Nohain.
3. Fernand Raynaud.
4. Maurice Baquet.
5. Claude Dauphin.
6. Jacques Faizant.



# Jouons avec les lettres

Vous n'avez pas besoin de:

B C D F  
H J K M  
P Q S T  
W X Y Z

pour composer un mot de dix lettres:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

## Culture

- Zazie dans le Métro* est un film de: A. Michel Audiard; B. Michel Deville; C. Louis Malle.
- Quel est l'organe le plus lourd chez l'homme?: A. le foie; B. le cerveau; C. les poumons.
- Le plus haut lieu habité est: A. au Tibet; B. au Pérou; C. en Bolivie.
- L'un de ces animaux «cacabe», lequel?: A. la perdrix; B. la marmotte; C. le faucon.
- Ayatollah est: A. une distinction; B. une province; C. un titre universitaire.

Etes-vous «incollable»? Pour le savoir, répondez aux dix questions qui suivent.

- L'île Bourbon était: A. La Guadeloupe; B. La Réunion; C. La Martinique.
- Quelle était l'aînée des sœurs de Napoléon?: A. Pauline; B. Caroline; C. Elisa.
- Quel est le plus grand de ces pays?: A. Canada; B. Inde; C. Brésil.
- Qui a écrit *Notre Prison est un Royaume*?: A. Alain Fournier; B. Gilbert Cesbron; C. C.-F. Ramuz.
- Le Carnaval des Animaux* est une œuvre de: A. Camille Saint-Saëns; B. W.-A. Mozart; C. Anton Dvorak.

## L'aveugle et le chien

En observant attentivement ce dessin vous trouverez le chien.



## Mots croisés faciles

(Ce problème ne participe pas au concours mensuel)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1									
2									■
3					■				
4	■		■				■		
5					■				
6				■				■	
7					■				
8		■						■	
9						■	■		
10				■					

**Horizontalement:** 1. Qui produit des sons agréables. 2. Etat de ce qui est dense. 3. Élément d'assemblage - Récent. 4. Pas ailleurs - Avalé. 5. Parée - Ne font pas le bonheur. 6. Ordre - Côté de l'horizon. 7. Aperçus élémentaires - Sorte de table. 8. Pronom - Appareil récepteur. 9. Fleuve anglais - Sorte de règle. 10. Département français - Certaines.

**Verticalement:** 1. S'intéresse particulièrement aux plantes. 2. Sorte de pomme - Peut éviter de se noyer. 3. Ville italienne - Phonétiquement: apprécierent. 4. Amie - Conseillère secrète. 5. Ville italienne - Tamis. 6. Abréviation religieuse - Accessoires de jeux. 7. Fleuve russe. 8. Possédée - Ingénieur allemand. 9. Sorte de vautour - Pronom. 10. Passés par les armes.

### Solution du problème précédent

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	D	A	L	T	O	N	I	S	M
2	E	C	A	R	T	E	S	■	I
3	C	R	I	A	■	O	B	E	S
4	O	E	U	F	S	■	A	N	E
5	R	■	S	A	I	N	■	F	R
6	A	S	■	L	M	■	S	I	A
7	T	A	N	G	O	■	E	L	B
8	I	L	■	A	N	I	M	A	L
9	O	U	V	R	I	R	■	N	E
10	N	E	O	■	E	E	■	T	S

## Une nouvelle activité en Suisse romande:

# La sophrologie

### Mieux-être, joie de vivre et bonheur par la relaxation

Auteur du livre *Bien dans sa Peau*, (Edit. P. M. Favre, Lausanne, 1981), à travers son activité médicale, le Dr J.-J. Jaton s'est toujours intéressé aux différentes méthodes de relaxation, et en particulier à la sophrologie. Cette méthode simple, naturelle, lui semble la meilleure façon d'acquérir le mieux-être, la joie de vivre et le bon-

heur. Elle est le traitement le plus efficace, dans le but de lutter contre le stress, les maladies appelées «de la civilisation». Elle permet de garder son calme, l'équilibre, sans avoir continuellement recours aux médicaments.

Par des exercices, la sophrologie nous apprend à prendre conscience de notre corps, du vécu corporel. Elle nous permet de voir le monde et l'avenir tout autrement: au lieu de toujours considérer le côté négatif des choses, de faire des «montagnes» pour des riens, l'être humain ressent sainement et normalement les situations.

La sophrologie nous apprend à remplacer le négatif par le positif. Les pensées positives permettent de vaincre la peur et le doute. Peu à peu l'être acquiert une plus haute idée de soi-même. Il apprend à contrôler ses nerfs, à ne plus être impatient et irritable. La gaieté et la bonne humeur font du bien à tout son entourage. En réalité, il s'agit malgré tout de rechercher continuellement une paix intérieure. Pour ce faire, il est important de toujours avoir confiance. Il est essentiel de garder constamment l'espoir et de ne pas se résigner.



Vouloir sans cesse ce qui est bien, ce qui est bon, ce qui est meilleur, donnera un sens plus positif à la vie, grâce à la force extraordinaire qui est en chacun de nous.

L'optimisme est également une force puissante de résistance contre la maladie ainsi qu'une force qui contribue à guérir.

# Concours de mots croisés géants

## Solution et liste des lauréats

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	E	N	T	R	A	I	G	U	E	S	S	U	R	T	R	U	Y	E	R	E
2	L	E	T	O		P	I	L	L	E	E		O	I	E	S		C	A	P
3	E	C		U		S		M	A	R	N	E	U	R		U	R	U	B	U
4	C	H	A	N	S	O	N		B	E	T	H	S	A	B	E	E			R
5	T	A	R	D	I	F		S	O	I	E		S	T	E	L	L	A	G	E
6	R	O	T		T	A	U	E	R	N		A	I		T	L	U	O	A	R
7	O		E	P	I	C	U	R	E		C	R	E	C	H	E		U	R	E
8	C	I	M	E	N	T		A	R	P	A	D		O	L	S	Z	T	Y	N
9	A	N	I	S		O		C	O	R	D	I	A	L	E		O	E		T
10	R	O	S	A	T		O		N	O	E	L	S		E	R	R	E	S	
11	D	U	E	G	N	E	S		S	C	A	L	A		M	Y	O	S	I	S
12	I	I		E	E	K	L	O		H	U	O	N			B	B		M	U
13	O	S	A		B	E	O	T	I	E		N	S		A	N	A	B	A	R
14	G		M	E	I	R		A	N		E	S	O	N		I	B	E	R	E
15	R	O	I		H	E	B	R	E	U	X		L	U	B	K	E		U	T
16	A	R	D	E	N	N	A	I	S		E	L		B	U		L	O	B	E
17	P	A	O	L	I		L	E	P	I	D	O	L	I	T	E		T	A	
18	H	U	N	E		E	T		E	N	R	O	U	L	E	S		E	C	U
19	I	X		V	O	L	E	U	R		E	S	T	E	R	S		N	E	T
20	E		R	E	P	A	S	S	E	E	S		E	S		E	N	T	E	E

Notre concours de mots croisés géants a connu un succès éclatant: des centaines de réponses nous sont parvenues. Nombreux sont les participants — fûtés, et nous les en félicitons! — qui nous ont fait remarquer que «Entraignes-sur-Truyère» s'écrit avec deux «y», et que «ipso facto», locution latine, ne saurait comporter un «y». Il va de soi que nous avons considéré comme exactes les solutions comportant un «i» et celles comportant un «y». Toutes nos excuses pour cette petite erreur, et nos félicitations à tous les concurrents, lauréats ou non. Un nouveau concours géant est prévu pour cet été.

Les gagnants recevront leur prix en espèces dans le courant du mois de mars. Ce sont: Mme E. Wertheimer, Clos-de-Serrières 10, 2003 Neuchâtel (Fr. 50.—); Mme Liliane Godat, Préfaully 52, 1020 Renens (Fr. 40.—); Mme Gabrielle Frautschi, Wiesenstr. 9, 2562 Port (Fr. 30.—); M. Philippe Fenand, Maupas 6, 1004 Lausanne (Fr. 30.—); Mme Violette Grossen, ch. du Bochet 12, 1110 Morges (Fr. 20.—); M. Alfred Haldimann, av. Godefroy 8, 1206 Genève (Fr. 20.—); Mlle Anna Haag, av. Vinet 31, 1004 Lausanne (Fr. 20.—).

## Travaux à l'aiguille

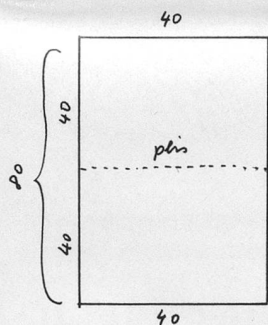
### Bricolage

Dorianne



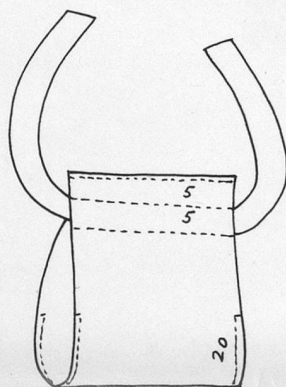
## Sac à ouvrage

Vous reste-t-il un mètre de tissu assez épais, d'un imprimé agréable? Eh bien, pour obtenir un joli sac pour votre tricot, vous y coupez un morceau d'environ 80 x 40 cm et vous le pliez en deux, dans le sens de la largeur.



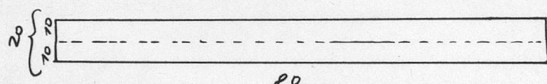
Depuis le pli, vous cousez les côtés ensemble, sur 20 cm de longueur, puis vous retournez l'ouvrage.

A l'opposé du pli, vous assemblez maintenant les deux bords, en retournant le tissu vers l'intérieur.



A 5 cm de cette couture, faites une piqûre, puis une deuxième, elle aussi à 5 cm.

Dans le passage obtenu, faites passer un ruban de 10 x 80 cm environ, que



vous aurez coupé et cousu dans le même tissu. Nouez le ruban, et froncez.

Pour terminer, ourlez les deux ouvertures obtenues de chaque côté de ce sac.

Dorianne

## La recette de Tante Jo

Si vous voulez régaler vos visites et les «épater» avec une spécialité que l'on ne trouve que dans les bons restaurants (et encore, rarement!), faites donc une délicieuse

### tarte Tatin

(ou tarte à l'envers)

**Il vous faut** (pour 6 personnes):  
250 g de pâte (feuilletée de préférence);  
1 kg de pommes Golden;  
125 g de beurre;  
125 g. de sucre en poudre;  
crème fraîche à volonté.

Prenez un moule à tarte en Pyrex. Disposez au fond la moitié du beurre coupé en dés. Saupoudrez avec la moitié du sucre. Epluchez les pommes et coupez-les chacune en huit quartiers. Disposez-les dans le moule sur deux épaisseurs.

Placez le moule sur la cuisinière, à feu vif, mais en intercalant dessous une plaque d'amiante. Quand vous constaterez que le dessous est bien doré, retirez du feu.

Ajoutez le reste du sucre et le reste du beurre.

Etendez votre pâte sur une épaisseur d'un demi-centimètre environ et découpez-la en un cercle dépassant de 2 cm le format du moule.

Posez la pâte sur le dessus des pommes en rentrant les bords à l'intérieur. Piquez la pâte avec la pointe d'un couteau en plusieurs endroits.

Faites cuire 20 minutes à four chaud. Sortez du four et laissez reposer quelques minutes. Retournez ensuite la tarte sur un plat. Servez chaud (pas brûlant!) et accompagnez d'une coupe de crème fraîche légèrement battue.

Un peu compliqué? pas tellement. Et c'est si bon!

## Solutions des jeux

des pages 26 et 27

### Logique

Le nombre manquant est 6. (Chaque carré porte quatre fois le même nombre.)

Les reconnaissez-vous?

- A. Fernand Raynaud.
  - B. Claude Dauphin.
  - C. Frédéric Dard.
  - D. Jean Nohain.
  - E. Jacques Faizant.
- L'intrus est Maurice Baquet.

### Jouons avec les lettres

Le mot à trouver est **gouvernail**.

### Culture

- |        |         |
|--------|---------|
| 1. — C | 6. — B  |
| 2. — A | 7. — C  |
| 3. — C | 8. — A  |
| 4. — A | 9. — B  |
| 5. — C | 10. — A |

### L'aveugle et le chien

Le chien se trouve dans le mur, à droite de l'aveugle, la tête en bas. Tournez sens dessus dessous le dessin et vous le verrez!