Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 15 (1985)

Heft: 11

Rubrik: Aînées : de bric et de broc

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: 13.12.2025

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

aînées

PAR ISABELLE

La dame du mois

(Photo ASL)

Indira Gandhi, premier ministre indien, née le 19 novembre 1917 à Allahabad (nord de l'Inde), fille du pandit Nehru (premier chef du gouvernement indien). Elle fait ses études en Grande-Bretagne et en Suisse, et, en 1959, est nommée présidente du Parti du Congrès. A la mort de son père en 1964, elle devient ministre de l'Information et, deux ans plus tard, Premier ministre. La volonté d'Indira Gandhi permet à l'Inde de garder ses distances vis-à-vis des USA-URSS et de devenir une nation forte et indépendante, souvent au prix de sévères répressions. En 1971, victoire armée sur le Pakistan et 3 ans plus tard, première explosion nucléaire démontrent la puissance militaire de cette Union indienne composée de 22 Etats et 9 territoires fédérés. En 1977, elle subit une grave défaite électrorale qui la tient à l'écart jusqu'en janvier 1980, date de sa réélection. Mais, elle se heurte à de graves troubles régionaux. La révolte des Sikhs, sanctionnée par la prise d'assaut du Temple d'Or d'Amritsar, le 6 juin 1984, servira de détonateur: la «dernière impératrice des Indes» est abattue le 30 octobre 1984, par 3 Sikhs de sa garde personnelle.

Jardinage

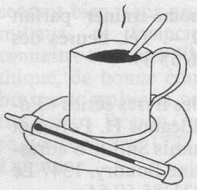
On vous a offert un poinsettia (étoile de Noël) et vous aimeriez le conserver et qu'il refleurisse l'an prochain: dès que la floraison est terminée, cessez les arrosages et taillez les rameaux. Mettez le pot dans un endroit clair et sec. Au printemps, rempotez dans du terreau en reprenant les arrosages.

Vêtements

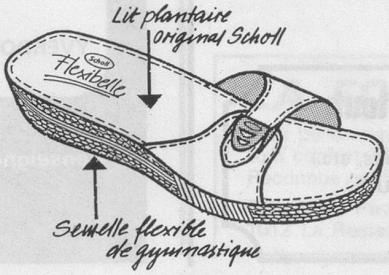
Une cendre de cigarette a troué votre pull en cachemire? Faites la reprise avec un long cheveu, elle sera invisible.

Le col de votre vêtement de fourrure est devenu gras; nettoyez-le avec un shampooing sec, comme vos cheveux, et vous serez surprise du résultat.

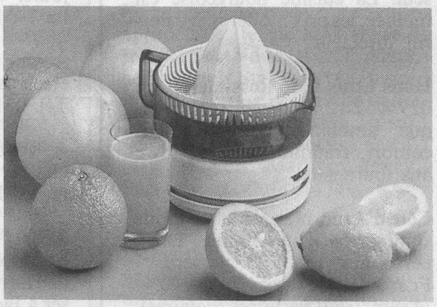
Santé



Scholl. Se promener pieds nus dans le sable, voilà l'entraînement idéal pour les pieds. Le plus souvent, ce rêve ne peut devenir réalité qu'en vacances et, à la maison, la marche nu-pieds est déconseillée en raison des planchers durs et lisses.
Afin de pouvoir accorder un bienfait aux pieds également à domicile, Scholl a mis au point la nouvelle «Flexibelle». A chaque pas, la semelle souple et le lit plantaire de la nouvelle sandale produisent un doux effet de gymnastique. L'arrondi du talon favorise le déroulement naturel du pied pendant la marche et la bride de la «Flexibelle» est réglable pour une tenue parfaite. Cette sandale idéale est gage d'un confort maximal au travail et à l'heure des loisirs. Elle est disponible en magasins de chaussures, drogueries et grandes surfaces au prix de Fr. 44.80.



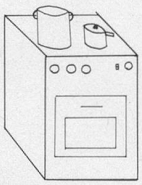
Pour l'hiver, deux appareils utiles et agréables...
Le jus d'agrumes fraîchement pressé (oranges, pamplemousses), est la source d'énergie et de santé la plus naturelle pour les mois humides et froids. Avec le nouveau **presse-agrumes** de **Turmix,** on aime se faire plaisir avec un verre plein de vitamines C et de joie de vivre.
Le moteur se met en marche en appuyant une moitié de fruit sur le cône et le jus coule dans un pichet facile à manier. Le mécanisme s'arrête dès que cesse la pression d'en haut. Facile à utiliser, c'est une aide agréable pour ceux qui veulent rester en bonne santé et alertes pendant l'hiver.



Dès que le chauffage est allumé, la bonne humidité de l'air dans les pièces d'habitation et de travail n'est plus un cadeau de la nature, mais un avantage donné par l'**humidificateur. Turmix,** spécialiste pour un air ambiant sain, offre toute une gamme d'humidificateurs modernes et robustes, car la grandeur du local et les utilités supplémentaires désirées jouent un grand rôle dans le choix. La nouvelle brochure Turmix «Pour vivre sainement, il vous faut un air sain» se trouve chez les commerçants spécialisés ou directement chez: Turmix S.A. à Jona/Rapperswil. Tél. 055/20 21 11.

Une injustice n'est rien, si on parvient à l'oublier.
CONFUCIUS

Cuisine



Voici un **dessert « minceur »** extrait de la brochure *Maigrir sans avoir faim* publiée par l'Information suisse sur le pain.

Crème de séré à l'orange

½ dl de jus d'orange, 100 g de séré maigre, 1 tranche d'orange, ½ c. à café de zeste d'orange, édulcorant artificiel.

Préparation: Préparez une crème avec le jus d'orange, le séré et l'édulcorant artificiel. Entreposez au frais pendant 1 h. Versez la crème dans un verre, parsemez de zeste d'orange râpé et garnissez d'une tranche d'orange.

La recette de Tante Jo

Un plat que l'on déguste généralement au restaurant, car on pense à tort qu'il est compliqué à préparer. Ce n'est pas le cas et c'est bien meilleur fait à la maison (en particulier à cause de l'huile de friture, souvent chauffée et rechauffée au restaurant).

Escalopes viennoises

Il vous faut: (pour 2 personnes):
des escalopes de veau très minces (une par personne);
un peu de farine;
un œuf;
un peu de chapelure blanche;
un citron;
de l'huile de friture.

Piquez les escalopes avec une fourchette. Passez-les dans la farine, puis dans l'œuf battu, puis dans la chapelure. Vous avez avantage à faire la chapelure vous-même en écrasant de la mie de pain rassis que vous passez à travers une passoire; cette chapelure convient mieux que celle, très fine, qu'on trouve dans le commerce.
Mettez les escalopes ainsi préparées dans la friture bouillante. Sortez-les dès qu'elles sont bien dorées, égouttez-les. Mettez une fine tranche de citron sur chaque escalope; ceci est important car le citron aidera à la digestion. Servez de préférence avec des nouilles.

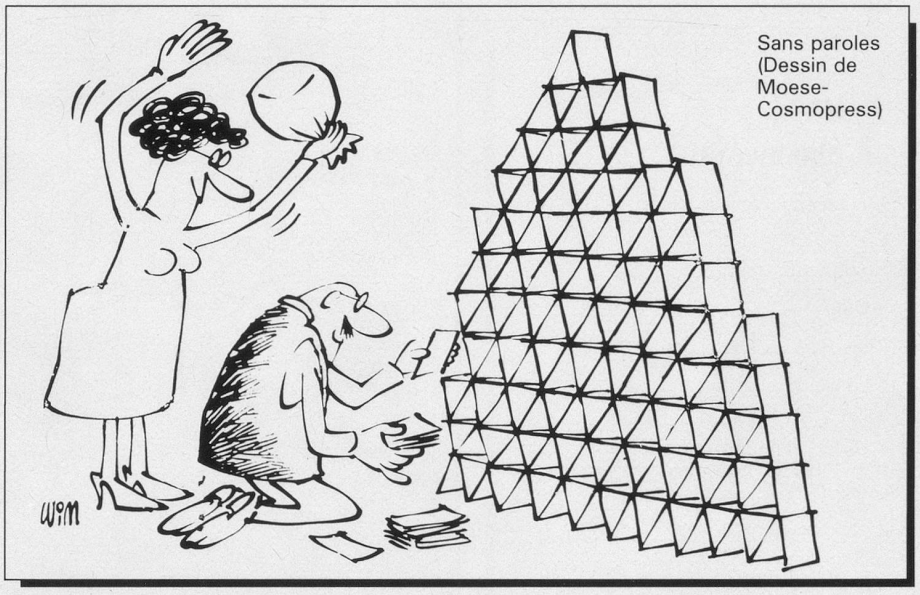
A la recherche de témoins du passé

Savez-vous qu'à Genève la dentelle au fuseau prend un grand essor? En effet, plusieurs groupes de dames de tous âges se réunissent régulièrement pour apprendre, exercer et développer cette technique. Ainsi donc, sous des doigts habiles naissent de fins entre-deux, napperons, cols, etc.

Le centre artisanal et de détente (CAD) de La Chapelle sur Carouge, (Hospice général) va se développer plus encore. D'importants travaux seront entrepris dès cet automne qui verront l'agrandissement des locaux mis à la disposition de tous ceux qui y viennent régulièrement retrouver joie et tranquillité dans son cadre de verdure.
Pour l'inauguration prévue en automne 1986, le CAD se propose de mettre sur pied une grande exposition de dentelle, ancienne et moderne, et pour ce faire nous lançons un appel à tous les lecteurs de la revue *Aînés*.

Nous aimerions retrouver et faire la connaissance de dames qui auraient suivi — même déjà au début du siècle — des cours de dentelle (ou touchant à la dentelle), donnés à Genève soit chez Mlle Betty Dunoud, soit chez Mme Chalut, rue de la Cité, soit chez Mme Vichet, Grand-Rue.
Nous aimerions retrouver des piqués, du fil, des morceaux de dentelle ancienne, du matériel, voire des photos, en fait toute documentation touchant cette activité et qui pourrait nous être donnée ou prêtée momentanément, pour être photographiée ou présentée.
Les envois sont à adreser au CAD, route de la Chapelle 22, 1212 Grand-Lancy/GE.
Nous sommes certains qu'une grande richesse culturelle dort dans des tiroirs, au fond de malles, et qu'un très nombreux public serait intéressé par ces trésors retrouvés.

L'équipe du CAD



Sans paroles (Dessin de Moese-Cosmopress)

Grand concours-exposition

Peinture, dessin, aquarelle, gravure, sculpture, photo

Le Home médicalisé de La Sombaille à La Chaux-de-Fonds, offre à tous les amateurs du 3e âge résidant dans le canton de Neuchâtel, la possibilité de concourir et d'exposer leurs œuvres dans ses locaux, **du 1er au 29 novembre 1985.**

Vernissage: vendredi 1er novembre 1985 à 17 h.

4 prix récompenseront le meilleur envoi de chaque catégorie.
Les travaux devront être remis au **Home médicalisé de La Sombaille** Sombaille 4c, 2300 La Chaux-de-Fonds.
Tous renseignements complémentaires peuvent être donnés par le **Home médicalisé, tél. (039) 28 32 02, dépt animation.**