

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 16 (1986)  
**Heft:** 2

**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:** 16.01.2026

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

## La dame du mois

**Madeleine Renaud**, comédienne, née le 21 février 1900, à Paris. Elle entre à 21 ans à la Comédie Française et y reste jusqu'en 1946, interprétant Marivaux, Musset, et d'autres auteurs classiques, avec le même bonheur. Quelques rôles au cinéma et en 1946, elle crée sa propre compagnie avec Jean-Louis Barrault. Ensemble ils montent de nombreuses pièces qui remportent un vif succès. Madeleine Renaud, merveilleuse interprète tant au théâtre qu'au cinéma, reste, dans le film *Harold et Maud* une «Maud» infiniment attachante et inoubliable.



(Photo ASL)

## Santé



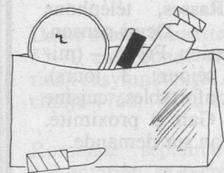
Si vous avez couru toute la journée pour faire vos achats, un bon truc pour retrouver «bons pieds»: plongez-les dans une cuvette d'eau tiède additionnée de 3 poignées de gros sel marin et restez ainsi durant une quinzaine de minutes.

**Pour soigner les crevasses** fabriquez une pommade avec les ingrédients suivants: 15 g de glycérine + 10 g de jus de citron + 5 g d'eau de rose. Mélangez bien. Massez-vous soigneusement et laissez sécher à l'air.

*La joie est en tout; il faut savoir l'extraire.*

CONFUCIUS

## Beauté



**Les cheveux gris** jaunissent facilement car ils sont plus sensibles à la poussière et aux graisses. Voici 3 solutions pour maintenir l'éclat de votre chevelure:

**Les lotions de maintien** qui s'appliquent sur les cheveux lavés et essorés et ne se rincent pas. Les reflets qu'elles apportent ne durent que jusqu'au shampoing suivant.

**Les shampooings reflets** sont très pratiques et s'utilisent sur les cheveux humides (non lavés).

**Les mousses reflets**, en bombe pour 3-4 applications, sont faciles à employer et s'utilisent sur les cheveux lavés et essorés.

Lors du prochain rendez-vous chez votre coiffeur, demandez-lui conseil! C'est un professionnel qui saura vous indiquer la meilleure solution, adaptée à votre qualité de cheveux et en fonction de sa facilité d'utilisation.

## Bricolage

Toujours extrait du journal *Bucher* n° 103, intitulé *Crochet et Tricot créatif*, voici l'explication pour crocheter le second napperon, celui du centre sur la photo.

### Napperon Ø env. 38 cm

**Fournitures:** 50 g coton «Bucher Diana», blanc cl. 400, 1 crochet «Perl-Inox» N° 2.

**Point au crochet:** 7 m. en l'air sont fermées en rond par 1 demi-m.s.

**1<sup>er</sup> t.:** 3 m. en l'air (les premières 3 m. en l'air d'un t. comptent touj. comme 1<sup>re</sup> br.) dans le rond croch. 15 br., fermer le t. par 1 demi-m.s. dans la 3<sup>e</sup> des 3 premières m. en l'air = 16 br.

**2<sup>e</sup> t.:** 5 m. en l'air \*dans la br. suiv. croch. 1 br., 2 m. en l'air\*, rép. 14x de \*à\*, fermer le t. par 1 demi-m.s. dans la 3<sup>e</sup> des 3 premières m. en l'air = 16 arceaux de m. en l'air.

**3<sup>e</sup> t.:** Dans l'arceau suiv. croch. 1 demi-m.s., 4 m. en l'air, dans le même arceau croch. encore deux dble-br., croch. seulement à  $\frac{2}{3}$  et croch. ens. par 1 jeté les 3 boucles qui se trouvent sur le crochet (= 1 touffe a 3 dble-br.) — les premières 4 m. en l'air comptent comme 1<sup>re</sup> dble-br. lors de ce t. et des t. suiv. —, 4 m. en l'air, \*dans l'arceau de m. en l'air suiv. croch. 1 touffe à 3 dble-br., 4 m. en l'air\* rép. 14x de \*à\*, fermer le t. par 1 demi-m.s. dans la 4<sup>e</sup> m. en l'air du 1<sup>er</sup> groupe de dble-br. = 16 groupes de dble-br.

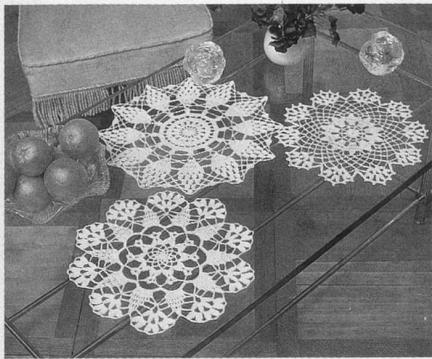
**4<sup>e</sup> t.:** 3 m. en l'air \*dans l'arceau de m. en l'air suiv. croch. 4 br. dans le groupe de dble-br. suiv. croch. 1 br.\* rép. 14x de \*à\*, fermer le t. par 4 br. dans l'arceau de m. en l'air suiv. 1 demi-m.s. dans la 3<sup>e</sup> des 3 premières m. en l'air = 80 br.

**5<sup>e</sup> t.:** 6 m. en l'air \*sauter les 2 br. suiv., dans la br. suiv. croch. 1 br., 3 m. en l'air\*, rép. 25x de \*à\*, fermer le t. par 1 demi-m.s. dans la 3<sup>e</sup> des 3 premières m. en l'air = 27 arceaux de m. en l'air.

**6<sup>e</sup> t.:** 3 m. en l'air, dans ch. m. en l'air et dans ch. br. croch. 1 br. = 108 br. Fermer le t. par 1 demi-m.s. dans la 3<sup>e</sup> des 3 premières m. en l'air.

**7<sup>e</sup> t.:** 4 m. en l'air, dans la br. suiv. croch. 3 dble-br., \*8 m. en l'air, sauter les 8 br. suiv., dans la br. suiv. croch. 4 dble-br.\*, rép. 10x de \*à\* fermer le t. par 8 m. en l'air, 1 demi-m.s. dans la 4<sup>e</sup> des 4 premières m. en l'air = 12 groupes de br. et 12 arceaux de m. en l'air.

# DE BRIC ET DE BRO



**8<sup>e</sup> t.:** Dans la 1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> dble-br. croch. 1 demi-m.s., 8 m. en l'air, 1 dble-br. dans la même dble-br., \*9 m. en l'air, entre la 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> dble-br. du groupe de dble-br. suiv. croch. 1 dble-br. 4 m. en l'air et 1 dble-br\*, rép. 10x de \*à\*, fermer le t. par 9 m. en l'air, 1 demi-m.s. dans la 4<sup>e</sup> des 8 premières m. en l'air = 12 groupes de dble-br.

**9<sup>e</sup> t.:** 1 demi-m.s. dans le 1<sup>er</sup> arceau de m. en l'air (entre les 2 dble-br.), 4 m. en l'air, dans ce même arceau croch. encore 4 dble-br., \*4 m. en l'air, dans le grand arceau de m. en l'air suiv. croch. 1 m.s., 4 m. en l'air, dans l'arceau suiv. (entre 2 dbl-br.) croch. 5 dble-br.\* , rép. 10x de \*à\*, fermer le t. par 4 m. en l'air, 1 m.s. dans le grand arceau de m. en l'air suiv. 4 m. en l'air, 1 demi-m.s. dans la 4<sup>e</sup> des 4 premières m. en l'air = 12 groupes de dble-br.

**10<sup>e</sup> t.:** 4 m. en l'air, dans la 4<sup>e</sup> m. en l'air du 9<sup>e</sup> t. croch. 1 dble-br. et dans chacune des 4 dble-br. suiv. croch. 2 dble-br. = 10 dble-br., \*5 m. en l'air, dans chacune des 5 dble-br. suiv. croch. 2 dble-br.\* , rép. 10x de \*à\*, fermer le t. par 5 m. en l'air, 1 demi-m.s. dans la 4<sup>e</sup> des 4 premières m. en l'air = 12 groupes de dble-br. à 10 dble-br. chacun.

**11<sup>e</sup> t.:** Dans ch. dble-br. croch. 1 m.s. (= 10 m.s.), autour de ch. arceau de m. en l'air croch. 7 m.s. Fermer le t. par 1 demi-m.s. dans la 1<sup>re</sup> m.s. = 204 m.s.

**12<sup>e</sup> t.:** 4 m. en l'air, dans la 4<sup>e</sup> m. en l'air du 10<sup>e</sup> t. croch. une dble-br. terminée seulement à ½ et dans la m.s. suiv. croch. 2 dble-br. terminées seulement à ½ et croch. ens. les 4 boucles qui se trouvent sur le crochet par 1 jeté = une touffe de 4 dble-br., \*3 m. en l'air, dans chacune des 2 m.s. suiv. croch. 2 dble-br. term. seulement à ½ et croch. ens. les 5 boucles qui se trouvent sur le crochet par 1 jeté = 1 touffe de 4 dble-br. \*. rép. 3 x de \* à \* = 5 groupes de touffe de dble-br. \*\*8 m. en l'air. sauter l'arceau de m. en l'air suiv. dans les 10 m. s. suiv. croch. 5 groupes de dble-br. de chacun 1 touffe à 4 dble-br., séparé touj. par 3 m en l'air (com-

me décrit ci-dessus) \*\* Rép. 10 x de \*\* à \*\*, fermer le t. par 8 m. en l'air. 1 demi-m. s. dans le 1<sup>er</sup> groupe de dble-br.

**13<sup>e</sup> t.:** 1 demi-m. s. dans le 1<sup>er</sup> arceau de m. en l'air, 4 m. en l'air, dans le même arceau croch. encore trois dble-br. term. seulement à ½ et croch. ens. les 4 boucles qui se trouvent sur le crochet par 1 jeté = 1 touffe de 4 dble-br., \*3 m. en l'air, dans l'arceau de m. en l'air suiv. croch. 1 touffe de 4 dble-br. \*, rép. encore 2x de \* à \* = 4 groupes de touffe de dble-br., \*\*6 m. en l'air, dans le grand arceau de m. en l'air suiv. croch. 1 m. s., 6 m. en l'air, dans chacun des 4 petits arceaux de m. en l'air suiv. croch. 1 touffe de 4 dble-br., séparée touj. par 3 m. en l'air \*\* rép. 10 x de \*\* à \*\*. Fermer le t. par 6 m. en l'air, dans l'arceau suiv. croch. 1 m. s., 6 m. en l'air, 1 demi-m. s. dans le 1<sup>er</sup> groupe de dble-br.

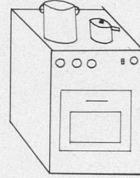
**14<sup>e</sup> t.:** 1 demi-m. s. dans le 1<sup>er</sup> arceau de m. en l'air, dans ce même arceau croch. 1 touffe de 4 dble-br. (comme décrit au début du 13<sup>e</sup> t.), 3 m. en l'air, dans chacun des 2 arceaux suiv. croch. 1 touffe de 4 dble-br., séparées par 3 m. en l'air = 3 groupes de touffe à dble-br. \*\*6 m. en l'air, 1 m. s. dans le 1<sup>er</sup> grand arceau de m. en l'air, 6 m. en l'air, 1 m. s. dans le 2<sup>e</sup> grand arceau de m. en l'air suiv., 6 m. en l'air, dans chacun des 3 petits arceaux de m. en l'air suiv. croch. 1 touffe de 4 dble-br., séparées chacune par 3 m. en l'air \*, rép. 10 x de \* à \*. Fermer le t. par 6 m. en l'air, 1 m. s. dans le 1<sup>er</sup> grand arceau

de m. en l'air, 6 m. en l'air, 1 m.s. dans le 2<sup>e</sup> grand arceau de m. en l'air. 6 m. en l'air, 1 demi-m. s. dans le 1<sup>er</sup> groupe de dble-br.

**15<sup>e</sup> t.:** 1 demi-m. s. dans le 1<sup>er</sup> arceau de m. en l'air, dans ce même arceau croch. 1 touffe de 4 dble-br. (comme décrit au début du 13<sup>e</sup> t.), 3 m. en l'air, dans le petit arceau suiv. croch. 1 touffe de 4 dble-br., \*6 m. en l'air, dans le grand arceau suiv. croch 1 m. s. \*, rép. 2 x de \* à \*, 6 m. en l'air \*\*. Dans chacun des 2 petits arceaux suiv. croch. 1 touffe de 4 dble-br. séparées par 3 m. en l'air, \* 6 m. en l'air, dans le grand arceau suiv. croch. 1 m. s. \*, rép. 2 x de \* à \*, 6 m. en l'air \*\*, rép. 10 x de \*\* à \*\*. Fermer le t. par 1 demi-m. s. dans le 1<sup>er</sup> groupe de dble-br.

**16<sup>e</sup> t.:** 1 demi-m. s. dans le 1<sup>er</sup> arceau de m. en l'air, dans ce même arceau croch. 1 touffe de 4 dble-br. (comme décrit au début du 13<sup>e</sup> t.), 8 m. en l'air, 1 m. s. dans l'arceau de m. en l'air suiv., 5 m. en l'air, 1 m. s. dans l'arceau de m. en l'air suiv., dans la m. s. suiv. (la m. s. centrale du 15<sup>e</sup> t.) croch. 4 br., 1 m.s. dans l'arceau de m. en l'air suiv., 5 m. en l'air, 1 m. s. dans l'arceau suiv., 8 m. en l'air. dans le petit arceau de m. en l'air suiv. croch. 1 touffe de 4 dble-br. \*, rép. 10 x de \* à \*. Fermer le t. par 8 m. en l'air, 1 m. s. dans l'arceau suiv., 5 m. en l'air, 1 m. s. dans l'arceau suiv., 4 br. dans la m. s. suiv., 1 m. s. dans l'arceau suiv., 5 m. en l'air, 1 m. s. dans l'arceau suiv., 8 m. en l'air, 1 m. s. dans le 1<sup>er</sup> groupe de dble-br.

## Cuisine



### Recette «minceur»

(extraite de *Maigrir sans avoir Faim* publié par «Information suisse sur le pain», c.p. 46, 8126 Zumikon.)

### Brochette de foie aux pommes

Pour 1 personne:

80 g de foie en tranches;  
60 g de pommes;  
50 g d'oignons;  
poivre, peu de sel.

**Préparation:** couper le foie, la pomme et l'oignon en morceaux et les fixer en alternance sur une brochette. Assaisonner et rôtir dans une poêle à revêtement antiadhésif: c'est délicieux servi avec du chou-fleur...

## La recette de Tante Jo

pour 3-4 personnes:

### Beignets de bananes

6 bananes; 2 sachets de sucre vanillé; 1 cc de cannelle; 1 cc de muscade; 1 cc de poudre à lever; 250 g de farine; un peu de rhum; huile pour friture.

Ecrasez bien les bananes et incorporez tous les ingrédients indiqués sauf le rhum afin d'obtenir une pâte assez consistante. Laissez-la reposer une heure ou deux. Ajoutez le rhum. Faites chauffer votre huile à friture et laissez tomber votre pâte façonnée en grosses boulettes. Dès que les beignets sont dorés, sortez-les de la friture et servez-les très chauds.