

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 21 (1991)  
**Heft:** 5

**Buchbesprechung:** Lu pour vous

**Autor:** C.B.

### **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:** 15.01.2026

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



## Comment?

Sélection du Reader's Digest

Des idées extraordinaires, des solutions géniales, des faits fascinants de la nature et de la technique.

Comment peut-on faire des rayures dans le dentifrice? Comment peut-on observer l'intérieur du corps humain? Comment peut-on truquer des photographies? Le nouvel ouvrage des éditions Sélection du Reader's Digest vous propose une foule de questions passionnantes et des réponses stupéfiantes. Les douze chapitres de *Comment?* vous décrivent les sujets les plus fascinants et les plus impressionnants dans les domaines de la nature et de la technique. Par exemple, les chefs-d'œuvre de l'organisation (comment diriger la circulation d'une grande ville pendant les heures de pointe?), les recherches sidérales (comment mesurer les dimensions de l'univers?), les découvertes techniques de la médecine (comment peut-on opérer au laser sans écoulement de sang?) ou des singularités dans le domaine de l'alimentation (comment fait-on pour fourrer le chocolat de crème ou de liqueur?).

*Comment?* vous expose, dans un style compréhensible et amusant, les faits les plus déconcertants. Outre les sujets principaux, cet ouvrage vous explique aussi des sujets spéciaux: par exemple, le combat de Louis Pasteur contre les bactéries, le secret de Houdini se délivrant aisément de ses chaînes, ou le talent de Christo et ses emballages de ponts, d'îles, de côtes entières...

*Comment?* peut servir de guide à toute la famille. Il répond à 336 questions insolites. Mais il peut aussi être simplement une lecture divertissante pour jeunes ou moins jeunes. Les esprits curieux liront ce livre avec passion de la première à la dernière page. Les lecteurs pressés apprécieront d'apprendre tant de choses rien qu'en le parcourant.

Jacqueline Golay

## **L'alimentation des personnes âgées**

Editions Payot

D'aucuns pensent, l'âge venu, que la vie manque de saveur... Le but de ce livre – rédigé par des médecins, des diététiciennes et des cuisiniers spécialisés dans l'alimentation des personnes du 3<sup>e</sup>, voire du 4<sup>e</sup> âge – est précisément de «redonner du goût» aux années! L'ouvrage s'adresse aussi bien aux professionnels de la santé (responsables d'institutions, personnel soignant, chefs de cuisine) qu'aux familles et aux proches des personnes âgées. Pour ces dernières, qu'elles vivent chez elles ou dans un établissement médico-social, l'alimentation prend une importance particulière. Jusqu'à maintenant, on avait plutôt tendance à l'oublier. Ce livre, fort bien fait, vient à point nommé. Il propose tout d'abord une manière, un art de se nourrir qui ne recourt pas aux régimes restrictifs – souvent déprimants et source de carences – mais qui s'efforce de préserver, par la variété et la qualité des mets (pour autant qu'ils soient servis chauds...), les joies de la gourmandise et de la convivialité.

En seconde partie, le lecteur trouvera une soixantaine de menus pour les repas de midi et du soir – des menus équilibrés, attrayants et utilisant des produits de saison – avec des variantes «tendres» pour les personnes qui auraient des difficultés à mâcher.

Un livre qui ne manque pas de punch, grâce à ce souffle de liberté inventive qui caractérise la gérontologie contemporaine. C. B. ■

