

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2009)  
**Heft:** 3

**Rubrik:** Trucs et astuces

#### **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**

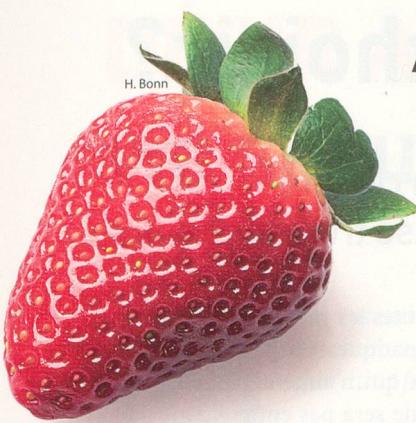
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 16.02.2026

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

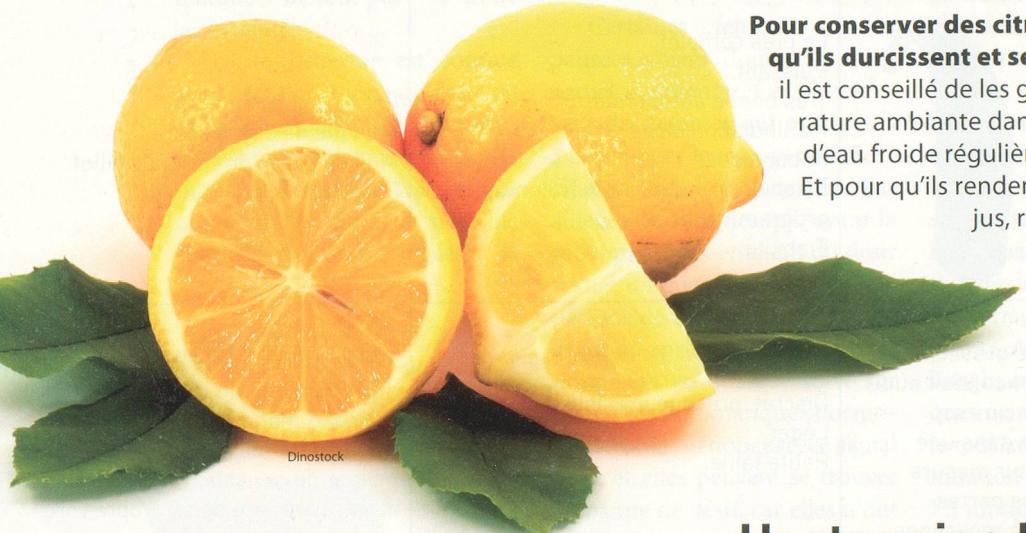


## Aïe mes rhumatismes!

**Selon les anciens**, les cures de fraises seraient efficaces contre les douleurs rhumatismales grâce à un dérivé salicylé particulièrement actif qu'elles contiennent.

## Ennemis des mites

**Il n'y a pas que la naphtaline pour chasser les mites.** Ceux qui n'aiment pas son odeur ont même l'embarras du choix. Ils peuvent déposer dans l'armoire un petit bol avec **des clous de girofle**. Efficacité optimale. D'autres préfèrent le thym, les sachets de lavande séchée, le bois de cèdre, le camphre, l'eucalyptus ou encore quelques gouttes d'essence de cannelle sur un chiffon.



## Citrons si bons

**Pour conserver des citrons et éviter qu'ils durcissent et se dessèchent**, il est conseillé de les garder à température ambiante dans un plat rempli d'eau froide régulièrement changée. Et pour qu'ils rendent le maximum de jus, roulez les citrons sur le plan de travail avant de les presser.

## Marcheur désaltéré

**Ce vieux truc vient de l'Antiquité et est utile pour une randonnée en pleine canicule.** Avant de partir, entourez votre bouteille d'eau d'un linge mouillé. Grâce à l'évaporation, votre boisson devrait rester plus fraîche.



## Thermos tout neuf

**L'intérieur d'une bouteille Thermos devient terne avec le temps.**

Pour la nettoyer en douceur, versez deux cuillères à soupe de riz, recouvrez d'eau chaude, fermez et secouez énergiquement. Laissez reposer une heure puis agitez de nouveau avant de vider et de rincer à l'eau tiède puis à l'eau froide.

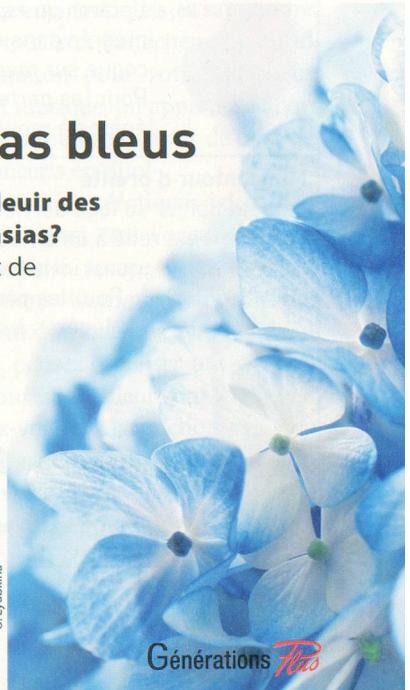


S. Nikolaev

## Hortensias bleus

**Comment faire bleuir des rangées d'hortensias?**

Les uns conseillent de répandre et enfouir des ardoises pilées à leur pied. D'autres suggèrent d'enterrer des clous rouillés autour des racines... A vous de choisir.



O. Lyubkina