

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2009)  
**Heft:** 4

## Inhaltsverzeichnis

### 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:** 08.01.2026

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

43

## LE JARDIN DE JACKY

Verveine  
et filtre d'amour



Martine Wagner



46

## BRICOLAGE

La mer servie  
sur un plateau

Nadine Allemann

# Fiches pratiques



## VOS DROITS

Condamnés à payer  
pour ses enfants

38



## SANTÉ

Les bouffées de chaleur  
ne sont pas une fatalité

42

## VOTRE ARGENT

Comment payer moins  
de frais bancaires

39

## PRO SENECTUTE

Les animations  
en EMS à réinventer

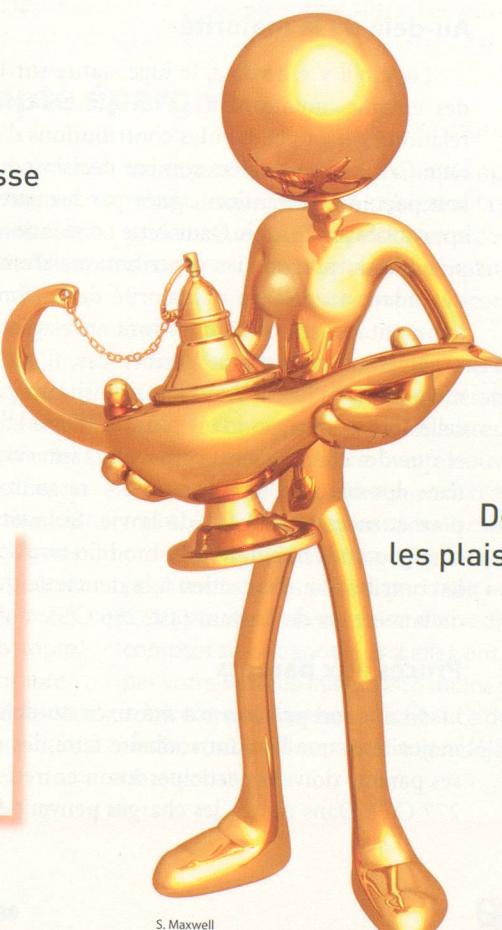
47



41

## TRUCS ET ASTUCES

Le jus de pamplemousse  
à la rescoussse  
des pieds endoloris



45

## SEXUALITÉ

Déculpabiliser  
les plaisirs solitaires

## VOUS AVEZ UNE QUESTION?

Si votre intervention est retenue, nos spécialistes  
répondront dans les fiches pratiques

[fichespratiques@generationsplus.ch](mailto:fichespratiques@generationsplus.ch)

Générations Plus

ch. des fontenailles 16, 1007 lausanne

S. Maxwell