

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge

Herausgeber: Générations

Band: - (2009)

Heft: 4

Rubrik: Courrier des lecteurs

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>

Contrôles surprises

A propos de l'article sur les supermarchés équipés du scanner Passabene. (juin 2009)

Un détail important dont vous ne faites pas mention et qui pourtant me semble un point important, c'est qu'à tout moment vous pouvez être amené à vider vos courses sur le tapis de la caisse (par un système automatique).

Vous les aviez bien rangées dans les sacs prévus à cet effet de manière à ce que les choses lourdes soient au fond et les œufs dessus. Cela m'est arrivé un soir après 17 h alors que d'autres personnes attendaient derrière moi. Elles ont mis plus de temps à passer qu'à une caisse normale. Où est le gain de temps et, surtout, j'ai eu un sentiment de malaise alors que tout était en ordre. Depuis ce jour, je préfère en revenir à la bonne vieille méthode. Pendant que la caissière scanne les articles, cela me donne le temps d'échanger deux mots.

Claudine Bouvrot

Conseils d'achats très judicieux

A propos de «Manger à deux pour 10 francs par jour» (mai 2009) me suggère quelques remarques.

Tout d'abord, à moi seule (excepté le samedi soir où nous sommes deux ou trois), je dépense plus du double ! Evidemment, je ne mange pas une seule fois par semaine du fromage comme votre couple, mais 14 fois ! De plus, j'ai l'impression qu'il n'est pas prévu assez de légumes et fruits par jour. En effet, j'ai lu, sous la plume d'une diététicienne, que la salade verte ne comptait pas car trop légère. Sans aller jusqu'à 5 par jour comme recommandé, je mange 2 fruits et au minimum 1 légume, quelques fois 2.

Je n'achète jamais de plats cuisinés, je fais un petit déjeuner copieux en fin de matinée, une collation (fromage ou autre salé dans l'après-midi), je ne suis pas très « sucre » et un vrai repas

le soir. Et cependant, sans compter les boissons, je dépense entre Fr. 650.- et Fr. 700.- par mois pour la nourriture !

Je n'achète de la viande que pour le week-end, je la remplace par du thon et sardine en boîte, jambon, plats au fromage, etc. Où économiser ? J'ai fait de mauvaises expériences avec M-Budget, fromage râpé qui m'a gâché une assiette de raviolis et jambon trop salé. Quant à l'eau du robinet, elle est imbuvable, je suis la dernière du circuit dans mon immeuble (6^e étage), elle est même parfois savonneuse et je dois faire mon café à l'eau d'Evian certains jours. L'eau d'Evian et le café ne sont pas compris dans mon budget nourriture car payés à part.

Vos conseils pour les achats sont très judicieux. C'est également ma façon de procéder.

Merci pour votre journal, lectrice depuis ma retraite (1988), je l'apprécie beaucoup.

Madeleine Pianzola

Concours Piccard mars 2009

Vous avez été très nombreux à répondre juste à la question de notre concours paru dans Générations de mars 2009:

Dans quel pays Bertrand Piccard a-t-il atterri lors de son tour du monde sans escales?

Réponse: dans le désert égyptien.

Bravo aux 10 heureux gagnants tirés au sort qui recevront chacun l'enveloppe commémorative émise à cette occasion, oblitérée le 24 mars 1999 et signée par Bertrand Piccard.

Geneviève Faust, Sierre
Antonio Gazzola, Renens
Daphnée Gharaee, Marsens
Clara Hagist, Thun
Louise Hurni, Avenches

Hansruedi Laubscher, Onex
Andrée Nusbaumer, Delémont
Léonie Retornaz, Châtel-Montsalvens
Louise Zähringer, Aigle
Fritz Zuber, Genève.

PUB



SRS SA

Services Réhabilitation
Moyens Auxiliaires
E-mail: info@srssa.ch



Tél. 021 801 46 61 – Fax 021 801 46 50
Z.I. Le Trési 6C – CP 64 – CH-1028 Préverenges

Sièges et plates-formes monte-escaliers
Equipements et accessoires pour la salle de bains et les toilettes. Soulève-personnes et accessoires. Assistance à la marche. Fauteuils roulants. Scooters électriques.

Location et vente de lits médicalisés.
Mobilier et installations pour soins à domicile avec le meilleur rapport qualité/prix

Succursale à Boudevilliers (NE) – 079 331 36 04

Handilift S.à.r.l.

Sièges et plates-formes d'escaliers
Élevateurs verticaux
E-mail: info@handilift.ch

Pour recevoir une documentation gratuite,
veuillez nous retourner cette annonce

Nom _____

Prénom _____

Adresse _____

NPA _____ Localité _____