

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2009)  
**Heft:** 5

## 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:** 04.04.2026

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

**Air** du temps

**6 CONFIDENCES**  
**Marcel Imsand**

L'incomparable photographe va fêter ses 80 ans. Pour *Généralions Plus*, il ouvre son livre de souvenirs, d'anecdotes et d'amitiés.

**21 PRATIQUE**  
**Périmé ou pas périmé?**

Produits frais, viandes, plats cuisinés... Ils ont tous une date de péremption. Jusqu'à quand peut-on les consommer?

**Bien** dans son âge

**30 COSMÉTIQUE**  
**Le retour du lait d'ânesse**

Cléopâtre en prenait des bains, aujourd'hui on le trouve en pots. A la faveur du bio et du naturel, la cosmétique redécouvre les vertus du lait d'ânesse.

**34 BIO-ALIGNEMENT**  
**Retrouvez votre centre de gravité!**

Fil de plomb, équerre et massage. Une méthode surprenante permet de corriger en douceur les distorsions de votre corps.

**Envie** d'évasion

**56 BALADE BOTANIQUE**  
**Les remèdes de la nature**

A travers champs et forêts, partez à la recherche des plantes médicinales. Une famille d'herboristes fribourgeois sert de guide et partage son savoir.

**63 VOYAGE**  
**Vienne se réinvente**

De son passé impérial, la capitale autrichienne a conservé la démesure architecturale et le goût des fêtes. Le tout mâtiné de modernité.



Wollodja Jentsch

p. 21



Sirimo

p. 30



Wollodja Jentsch

p. 56

Couverture: Photo Wollodja Jentsch

**Le cahier** futé

- 38 Vos droits
- 39 Votre argent
- 42 Santé
- 43 Le Jardin de Jacky
- 44 Audition
- Halte aux idées reçues!
- 45 Pro Senectute
- Cours et activités physiques
- 47 Sexualité



**Les rubriques**

- 59 Livres
- 61 Gastronomie
- 66 Les jeux
- 72 Annonces
- 78 Le Club
- Offres de voyage et idées cadeaux
- 82 Le quatre-heures de Nicole Métral

**Appel** aux lecteurs

Vous êtes une femme dans la cinquantaine et vous avez «tout largué» (maison, mari...) après le départ des enfants? Votre témoignage nous intéresse.

Merci de nous contacter au 021 321 14 21 ou d'envoyer un mail à [jaluque@generationsplus.ch](mailto:jaluque@generationsplus.ch)