

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2010)  
**Heft:** 11  
  
**Rubrik:** Jeux

### **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**

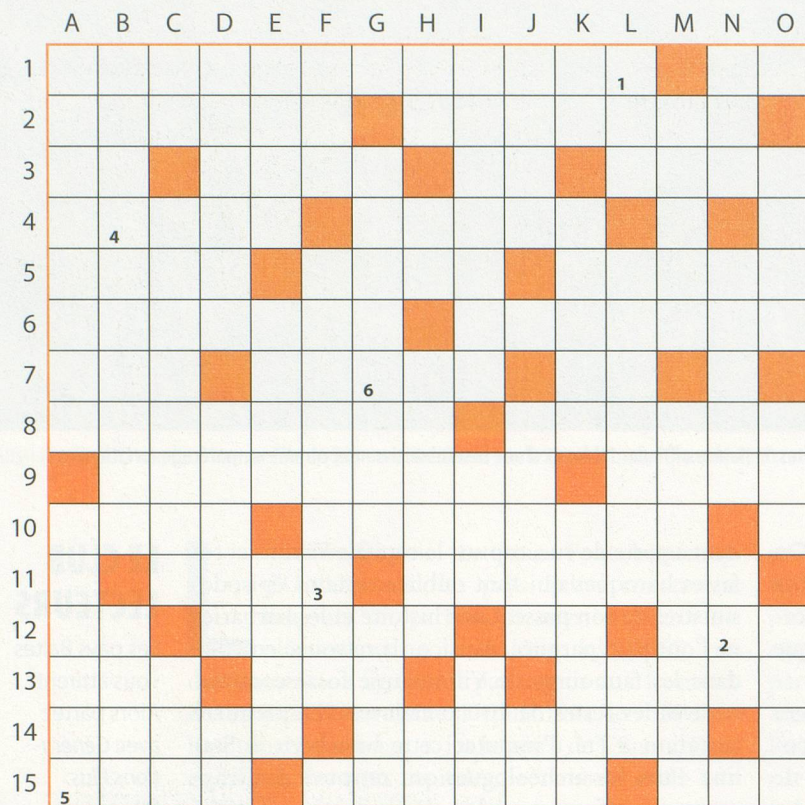
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 13.01.2026

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



## Mots croisés



### HORIZONTAL

- |  |   |
|--|---|
| 1. On y fait preuve de pédagogie. Mesure de Chine.                   | 9. Elle est patente pour ce qui est vain. Élément de stratégie.                                       |
| 2. Céréale. S'ils grandissent, ils auront de jolies cuisses.         | 10. Protégé par Dieu. Orientées.  |
| 3. Chiffre romain. Qualité. Etain symbolique. Aseptisa.              | 11. Organe de presse... Débarrassées de leur enveloppe.   |
| 4. Il porte des cames au niveau du moulin. Effleurai.                | 12. Tout un spectacle au Japon. Venu au monde. La petite vache de nos grilles. Dieu un peu marteau... |
| 5. Trou dans la peau. Invoqua une divinité. Un pou en perspective.   | 13. Ne garde pas pour toi. Se tiennent d'équerre. Une traite suffit parfois à l'annuler.              |
| 6. Mise en éveil. De la nature d'une rocheuse sédimentaire.          | 14. Rivière de France. Vite mangé quand il est petit.   |
| 7. Ce qu'une femme apportait lors du mariage. Drap protecteur. Opus. | 15. Siège de la pensée. Vraiment sans importance. Une petite patronne.                                |
| 8. Cria beaucoup (s'). Fit perdre de la vigueur.                     |   |

## Mots mélangés

Rayez dans le tableau les mots de la liste.  
Les lettres restantes forment un mot défini par:

**Élément décoratif translucide.**

- |           |            |              |
|-----------|------------|--------------|
| ALTIMÈTRE | ÉVIER      | SPIRITUALITÉ |
| AMIBE     | FRÉMI      | STRETCH      |
| ARBITRER  | GUENILLE   | TAOÏSTE      |
| AZIMUTÉ   | HALETANT   | TERME        |
| BRAI      | INTERSTICE | TINTER       |
| CAISSON   | LISERÉ     | TRAVERSÉE    |
| CRACHIN   | ORFRAIE    | VISSER       |
| CROUPE    | POTENTAT   | ZODIAC       |
| ÉGYPTIEN  | RADOUB     |              |
| ÉTÉTER    | SAYNÈTE    |              |

E H C V P A N I H C A R C  
T C A I D O Z B U O D A R  
E T I L A U T I R I P S O  
T E S T E L I E M A G A U  
E R S T S T T T N U I Y P  
R T O R F R A I E T T N E  
F S N R E O E N M R A E B  
R E S S I V I T T E M T I  
E R E S I L A E N A T E M  
M I T E L R E R T I B R A  
I E R E L N E I T P Y G E

## Gagnez deux calendriers

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Une fois la grille remplie, vous pouvez former un mot de six lettres (cases avec un numéro). Pour gagner deux calendriers Marcel Imsand 2010, participez à notre concours:

**Par SMS** (1 fr./SMS): tapez PLUS, après un espace tapez les six lettres de la solution, et envoyez au 959.

**Par carte postale:** envoyez-nous vos coordonnées et la solution à *Général Plus*. Rubrique jeux, rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne. **Délai: 31 mars 2010**

### VERTICAL

- A Elle permet d'échapper aux obligations. Hors-la-loi.
- B Chronique des gens disparus. Département de Picardie.
- C Tellement. Fille de l'Ille. Sous l'assiette.
- D Perdre. Attendue par les amateurs de feuillets. Les Charentaises y ont leurs pantoufles.
- E Arrosee Rennes. Ne révèle pas. Se rédige à l'étude.
- F La géographie en raccourci. Présente toujours une certaine sensibilité face au photographe.
- G Qui n'existe pas. Quia de grosses attaches.
- H Conjonction. Vit tel un paresseux. En bonne forme. Astate.
- I Envoyé pour informer. Sans surprise pour le client. C'est une levée.
- J Volcan européen. Changeai d'atmosphère. Longueur astronomique.
- K Mot d'enfant. Partie d'intestin. Pré-nom féminin.
- L Travail de facteur. Attendue avec confiance. Fin de mode.
- M Offre. Petits sacs.
- N Drogue. Ville du Maghreb. Il prononce des idioties.
- O Partie sommitale d'un organe. Anciennes colonies. Totalement imaginé.



## Cubix

Trouvez horizontalement cinq mots de six lettres et verticalement six mots de neuf lettres correspondant aux définitions. En dehors des lettres se trouvant aux quatre angles, chaque lettre ne peut être utilisée qu'une seule fois.



### HORizontalement

1 Point gauche

ADROIT

2 Bip ou top

3 Tandem sur l'eau

4 Belle à coucher dehors

5 Boisson divinement bonne

6 Invitation au retour



### VERTICALEMENT

1 Mois des vendanges

2 Lire rapidement

3 Suppression d'une coutume

4 La fleur du professeur

5 Défaut de clarté

6 Faire admettre comme juste



## Buzz

En partant des chiffres déjà inscrits, remplissez la grille afin que chaque ligne et chaque colonne contienne une seule fois tous les chiffres de 1 à 5. A vous de trouver les chiffres manquants, en vous aidant des signes placés dans la grille :

### 1 Facile

3			2	
	2			4
1		2		
				1
	5		3	

### 2 Moyen

	2			
			2	
		5		
				4
2			1	

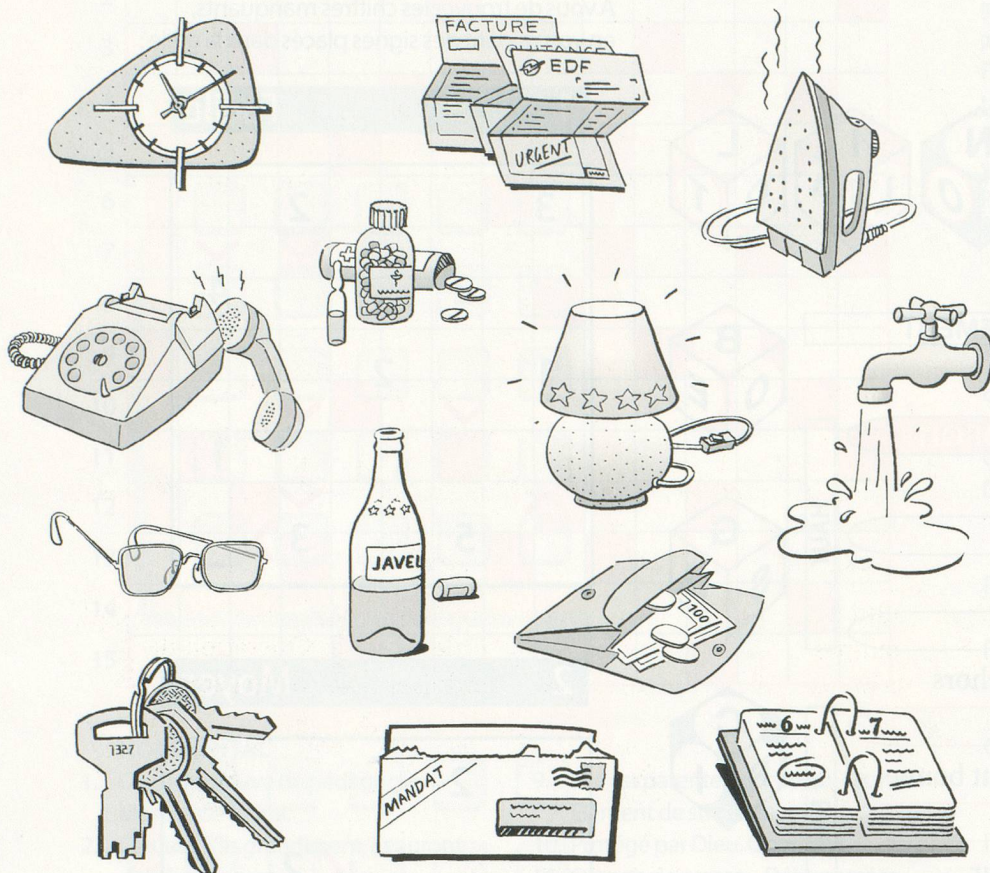
### 3 Difficile

5		2		
			5	
				3
	4			
		3		



# Testez votre mémoire !

Observez bien ces objets. Vous disposez de 5 secondes pour regarder ces dessins et cacher la page. De quels objets vous souvenez-vous ?



Une mémoire active doit retenir au minimum 7 objets.



Boîte de 50 capsules **Fr. 24.-**

Cure 3 boîtes de  
50 capsules = 150 capsules

~~Fr. 72.-~~ **Fr. 49.-**

## HPCM

### HUILE DE PÉPINS DE CASSIS + MAGNÉSIUM + VITAMINE E

Pour prévenir les troubles de la mémoire, les troubles nerveux, les vertiges, les bourdonnements d'oreilles, le manque d'équilibre. Un subtil équilibre de trois produits naturels réputés pour leur action sur le tonus nerveux :

- L'huile de pépins de cassis dont les **acides gras** interviennent dans la constitution des cellules du cerveau est la seule et unique huile végétale qui contient jusqu'à 4 % d'acide stéaridonique et plus de 10 % d'acide alphalinolénique. C'est tout à fait incidemment que l'on s'est rendu compte de ses prodigieuses vertus. On sait que le cerveau consomme beaucoup d'énergie et que les neurones contiennent plus de 30 % d'acides gras essentiels appartenant à la famille alpha-linolénique. Autrement dit, le cerveau consomme énormément d'acides gras.
- Le magnésium qui est indispensable à la régulation du système nerveux.
- La vitamine E.



PHYTOSANTÉ  
PRODUITS NATURELS

[www.phytosante.ch](http://www.phytosante.ch)

## Bon de commande

Retourner à: PhytoSanté • Chemin du Parc de Valency 19 • 1004 Lausanne • 021626 0441

DÉSIGNATION	QUANTITÉ	PRIX UNITAIRE	TOTAL
HPCM – Boîte de 50 capsules		Fr. 24.-	
HPCM – Cure: 3 boîtes de 50 capsules		Fr. 49.-	
Participation aux frais d'expédition			Fr. 6.50
<b>TOTAL</b>			

### Mon adresse actuelle

Nom \_\_\_\_\_  
Prénom \_\_\_\_\_  
Rue \_\_\_\_\_  
NP / localité \_\_\_\_\_  
Téléphone \_\_\_\_\_  
Date de naissance \_\_\_\_\_  
Date \_\_\_\_\_  
Signature \_\_\_\_\_

Veuillez me livrer cette commande contre facture, payable dans les 10 jours.  
Seuls les renvois des produits non utilisés et fermés hermétiquement seront repris ou échangés.

☐ Je ne désire rien commander, mais souhaite recevoir le catalogue des produits PhytoSanté.



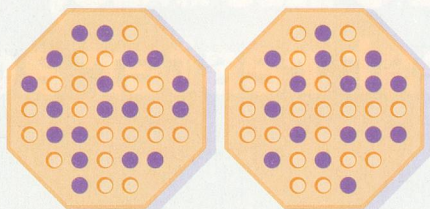
## Ronde des mots

La grille ci-dessous comporte dix-huit cases de définitions. Trouvez les mots correspondants et inscrivez chacun d'eux autour de la case de définition qui lui revient. La première lettre de chaque mot est indiquée par le triangle coloré. Chaque mot se lit dans le sens des aiguilles d'une montre. **Exemple :**

R	R	B	B	M	Q
Bouger pour répliquer	Musique de la Jamaïque	Un jeu pour le dentiste...?	Devenir pâle	Prénom pour un maillot	Homme dans la quarantaine
I	A				
G					
Bureau du tribunal	Tracer en creux	Billet vert	Quelqu'un qui voit grand	Monde des ordonnés	Moteur économique
Donner un navire en location	Payer en liquide	Qui ne fait pas le poids	Mesure prise à la campagne	Effacer les ardoises	Opération de déneigement
T	S	E	A	L	A

## Solitaires

Ajoutez une seule bille sur chaque plateau afin de réaliser au total 3 alignements de 4 billes par plateau (horizontalement, verticalement ou en diagonale).



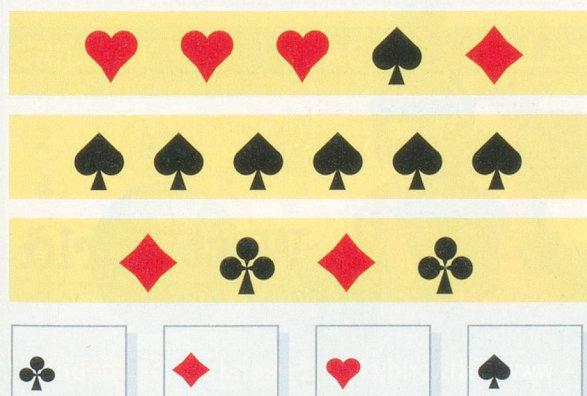
## Mots cachés

Sachant qu'un pion ne sert qu'une seule fois, formez le nom de deux céréales de six et trois lettres.



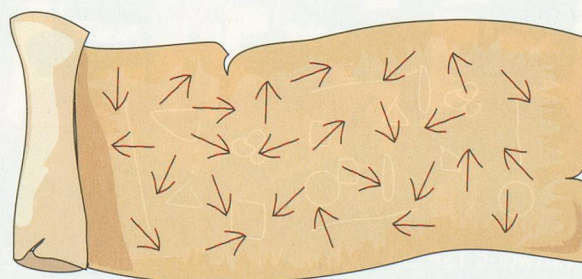
## Les frises

Trouvez la valeur des symboles, sachant que le total des points des symboles d'une frise est égal à 12.



## Trésor à la carte

Rayez les paires de flèches orientées de la même façon. Il vous restera alors deux flèches qui convergeront toutes les deux vers le même point: celui de l'emplacement du trésor.





# Norvège et Suède par le train, le bus et le bateau

Au cours de ce voyage exceptionnel, le train vous invite à suivre les plus belles voies ferrées de Scandinavie: d'Oslo à Bergen par la ligne du train de Bergen et celle du Flâm, de Trondheim à Bodø par le train du Nordland et de Narvik à Östersund par la ligne du train du minerai de fer et de l'Inlandsbanan à travers la Laponie. Autres attraits, la croisière en bateau de Bergen à Trondheim à bord du légendaire «Hurtigruten» ainsi que la visite des capitales Oslo et Stockholm.

## Programme de voyage

**1<sup>er</sup> jour:** vol de ligne pour Oslo, via Copenhague.  
**2<sup>e</sup> jour:** en matinée, tour de ville à Oslo. L'après-midi temps libre.  
**3<sup>e</sup> jour:** départ par le train de Bergen et celle du Flâm, via le Hallingdal et le haut plateau du Hardangervidda jusqu'à Myrdal puis à Flâm. Continuation en bateau à travers l'Aurland- et le Nærøfjord et en bus jusqu'à Bergen, par la route de montagne de Stalheim.  
**4<sup>e</sup> jour:** Visite guidée de Bergen et de Trolldhaugen. En soirée, installation dans

les cabines à bord du Hurtigruten.

**5<sup>e</sup> jour:** Le bateau Hurtigruten sillonne les îles jusqu'à Alesund, la pointe la plus occidentale de la Norvège, puis continue jusqu'au Geirangerfjord.

**6<sup>e</sup> jour:** En matinée, la croisière s'achève à Trondheim, autre fois capitale royale, qui vous invite à la découvrir.

**7<sup>e</sup> jour:** Voyage d'une journée avec le train du Nordland jusqu'à Bodø.

**8<sup>e</sup> jour:** Tôt le matin, transfert au quai d'embarquement du ferry pour la traversée jusqu'à Moskenes, puis tour des Lofoten en bus.

**9<sup>e</sup> jour:** Depuis Narvik, montée via Riksgränsen et Kiruna à bord du célèbre train du minerai de fer, destination Gällivare.

**10<sup>e</sup> jour:** Une fois de plus, une aventure extraordinaire qui vous attend à bord du train Inlandsbanan qui traverse les étendues solitaires de la Laponie en direction d'Östersund.

**11<sup>e</sup> jour:** Excursion au musée «Jamtlä», à la fois centre de culture régionale et écomusée. Temps libre.

**12<sup>e</sup> jour:** Départ pour Stockholm par le train à grande vitesse X2000. Tour de ville et visite (facultatif) du musée Vasa.

## Dates de voyage

14 jours - 09.-22.7.2010

## Prix par personne

CHF 6'850.- ch./cabine double intérieure  
 CHF 850.- suppl. ch./cabine indiv. intérieure

**13<sup>e</sup> jour:** Excursion d'une journée à la découverte des châteaux de Gripsholm et de Drottningholm, la résidence d'été de la famille royale.

**14<sup>e</sup> jour:** Tôt le matin, vol de ligne direct pour Genève.

## Compris dans le prix

Billet de train 2<sup>e</sup> cl. domicile-aéroport, vols de ligne Genève-Copenhague-Oslo et Stockholm-Genève, taxes d'aéroport et supplément carburant (CHF 100.00, état 12.10.2009), tous les transferts et tours en bus selon programme, tous les trajets en train avec réservation de place en 2<sup>e</sup> classe, croisière à bord de l'Hurtigruten de Bergen à Trondheim, croisières Flâm-Gudvangen, Bodø-Moskenes et Drottningholm-Stockholm, transfert des bagages d'Oslo à Bergen, 11 nuits dans de bons hôtels de classe moyenne, 2 nuits à bord de l'Hurtigruten, en cabine double intérieure, petit déjeuner et repas du soir, sauf les 2<sup>e</sup>, 11<sup>e</sup>, 12<sup>e</sup> et 13<sup>e</sup> jours petit déjeuner seulement, plus déjeuner le 11<sup>e</sup> et 12<sup>e</sup> jour et 3 paquets-repas pour les voyages en train, toutes les excursions et visites indiquées, y compris entrées, guide local parlant français d'Oslo à Stockholm du 3<sup>e</sup> au 13<sup>e</sup> jour, guide ZRT Zermatt Rail Travel (à partir de 20 participants), documentation de voyage détaillée.

## Non compris

Assurance, pourboires, boissons et repas non mentionnés.

 GARANTIE DE VOYAGE



[www.zrt.ch](http://www.zrt.ch)

ZRT Zermatt Rail Travel SA  
 Oberer Saltinadamm 2  
 3902 Brig-Glis

Tél. 027 922 70 00, Fax 027 922 70 07  
 info@zrt.ch  
 www.zrt.ch

**ZRT** zermatt  
 rail travel



- marché
- cadeau Noël
- coiffeur
- déjeuner Jeanne
- RV copines
- bridge
- ...

## Etre mobile, c'est rester actif !



**WattWorld**

Wattworld ISP SA - Ch de Villars 39, Genève - 022 796 43 43 - [www.wattworld.ch](http://www.wattworld.ch)

**Spécialiste en mobilité**



# Sudoku

GRILLE N° 1

FACILE

		9	8	4		3		
6				7	5	1		
		7			6			8
	7			8	9		5	
9	6		5		4		3	1
	1		6	3			9	
2			7			9		
		4	9	6				5
		1		5	2	6		

GRILLE N° 2

MOYEN

			9	3	6			
9	3	7		2				4
6		8	1					
		4	3					2
1	9	3				5	4	8
7					4	6		
					3	7		6
3				6		8	2	1
			7	5	1			

GRILLE N° 3

DIFFICILE

	3						1	8
8	9		1					4
	4		2					
3	7		5			9		
		5	4		9	6		
		4			3		7	5
					1		6	
1					2		8	7
7	2						5	

GRILLE N° 4

DIABOLIQUE

		3		7		5		
				8	3			9
				5	1	3	7	8
	2					7		5
9				4				1
1		8					4	
7	5	1	4	3				
2			5	9				
		9		1		2		

## Fubuki

Placez dans chaque grille les pions disposés sur la gauche, de façon à obtenir la somme indiquée aux extrémités de chaque ligne et de chaque colonne.

GRILLE N° 1

FACILE

2	8		7	24
4				12
5				9
6	1		3	
9				
				15
				16
				14

GRILLE N° 2

MOYEN

1	7			22
4	6			12
5	8	3		11
	9			
				20
				16
				9

GRILLE N° 3

DIFFICILE

1	7	2		13
3				17
5	8			15
6	9			
				9
				22
				14





## LE QUATRE-HEURES

par Nicole Métral

# Dur de garder un secret

**D**amien est formel: lors de notre petite escapade à Paris, nous avons traversé 136 passages pour piétons le premier jour, puis battu ce record le second jour. Il les a tous comptés. Autant dire qu'on a beaucoup marché. Pour moi, ces traversées d'avenues, de rues et de carrefours a représenté autant de petits coups de stress car Damien, sept ans, ne veut plus me donner la main, même pour traverser la rue. L'écolier, qui sait désormais compter et lire, est un grand petit garçon, il me le fait discrètement comprendre. Ce séjour m'a donc demandé encore plus de vigilance que lors de notre précédent voyage, alors qu'il avait à peine quatre ans et ne me lâchait pas d'un pouce. Pas question de le perdre dans la cohue des Champs-Élysées, des grands magasins, des stations de métro, des toilettes de restaurants, des musées.

Au retour, nous avons poireauté debout dans les courants froids de la gare

de Lyon bondée à cause du retard de nombreux trains. Nouveau stress. Je sentais Damien inquiet et pressé de rentrer auprès de sa maman qui va accoucher d'un jour à l'autre. Quand nous avons grimpé dans le wagon, Damien s'est enfin détendu. Il allait bientôt retrouver ses parents et leur raconter nos pérégrinations. Moi, j'étais sur les genoux, mais si heureuse. Car j'ai passé des moments rares avec mon petit-fils. Quand on marche tous les deux, longuement, il aime parler: de l'école, des copains, de souvenirs qu'on partage, des farces qu'il fait à son grand-papa, de l'exposé qu'il veut faire en classe sur... le système solaire, rien moins que ça! Je lui demande en douce ce que ça lui fait d'avoir bientôt une petite sœur. Il reste muet. Juste un fin sourire à propos du prénom du futur bébé, qu'il a juré de ne pas me confier, tout en me donnant tous les indices pour que je le devine. Dur, dur de garder un secret même quand on est un grand garçon.

## SOLUTIONS JEUX DE FÉVRIER

### Mots croisés

M	O	R	T	E	L	L	E	M	E	N	T		R	H
E	P	A	U	L	A	I		U	T		H	U	E	E
A	I	D	A	I		A	E	R	A	I	E	N	T	
N	N	E		M	O	N	D	A	I	N		T	I	C
D	I	A	L	E	C	T	A	L		T	R	E	V	E
R	O	U	I		R	E	M		F	E	U	L	E	R
E	N		T	U	E	S		V	I	L	S		S	E
	S	I	T	E	S		M	I	L	L	E	S		A
D		G	E	L		M	I	R	O	I	R		M	L
E	P	U	R	E	R		S	A	N	G		C	O	I
	R	E	A		U	S	A	I		E	O	L	I	E
P	E	S	T	A	I	T		S	O	N	D	E		R
A	C		U	R	N	E	S		O	T	E		L	E
N	I	E	R		E	M	I	S		E	R	R	E	
A	S	S	E	N	E		C	A	R	S		A	V	E

### Mots mélangés

Le mot à trouver est: BOBINE.

### Cubix

Horizontalement:

- ① PERCHE
- ② FRISER
- ③ SOLEIL
- ④ TOMATE
- ⑤ ÉRUDIT
- ⑥ RÉSEAU

Verticalement:

- ① SERVIETTE
- ② POMPONNER
- ③ FRUSTRANT
- ④ LACONIQUE
- ⑤ EFFRAYANT
- ⑥ ROUDOUDOU

### Blocs-notes

Les intrus sont GUICHET et PAIEMENT

### Buzz

#### 1. FACILE

5	4	3	2	1
2	1	5	4	3
4	3	2	1	5
3	2	1	5	4
1	5	4	3	2

#### 2. MOYEN

2	5	3	1	4
3	1	4	2	5
5	3	1	4	2
1	4	2	5	3
4	2	5	3	1

#### 3. DIFFICILE

5	4	3	2	1
3	1	5	4	2
2	5	1	3	4
1	2	4	5	3
4	3	2	1	5

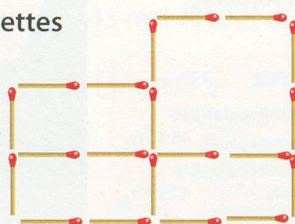
### Ronde des mots

Ligne 1: ARÉOLE - PLACER - CORRAL - VELCRO - RENFLÉ - HAVANE

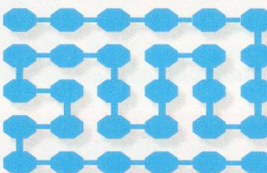
Ligne 2: QUATER - CISEAU - RÉUSSI - CLAQUE - FLORAL - ALCOOL

Ligne 3: TEMPLE - ÉNIGME - SEREIN - QUATRE - RÉSEAU - OSMOSE

### Les allumettes



### Logiroute



## La solution du concours était: VANITÉ

### Sudoku

#### 1. FACILE

3	4	8	5	6	2	1	9	7
2	1	7	3	9	8	6	4	5
9	5	6	4	1	7	2	8	3
8	9	5	1	7	3	4	6	2
4	7	2	6	5	9	8	3	1
1	6	3	2	8	4	7	5	9
6	2	9	7	4	5	3	1	8
7	8	1	9	3	6	5	2	4
5	3	4	8	2	1	9	7	6

#### 2. MOYEN

3	5	7	2	1	6	9	8	4
6	4	8	9	3	7	5	2	1
2	9	1	5	8	4	6	3	7
7	1	2	8	4	9	3	5	6
5	8	9	1	6	3	4	7	2
4	6	3	7	2	5	1	9	8
8	2	5	6	9	1	7	4	3
9	3	6	4	7	2	8	1	5
1	7	4	3	5	8	2	6	9

#### 3. DIFFICILE

1	9	5	6	3	2	7	4	8
4	2	7	8	9	1	5	3	6
6	8	3	4	5	7	2	1	9
9	7	6	5	1	8	3	2	4
5	4	2	3	7	6	8	9	1
3	1	8	2	4	9	6	5	7
8	3	4	9	6	5	1	7	2
2	5	1	7	8	4	9	6	3
7	6	9	1	2	3	4	8	5

#### 4. DIABOLIQUE

7	5	6	3	1	9	2	8	4
8	9	3	4	2	5	7	1	6
1	2	4	6	7	8	9	3	5
5	6	2	8	3	7	4	9	1
3	7	1	2	9	4	5	6	8
4	8	9	5	6	1	3	2	7
9	1	5	7	8	3	6	4	2
2	4	8	9	5	6	1	7	3
6	3	7	1	4	2	8	5	9

### Fubuki

#### 1. FACILE

7	8	3	18
4	6	5	15
9	2	1	12
20	16	9	

#### 2. MOYEN

1	9	5	15
8	6	7	21
4	3	2	9
13	18	14	

#### 3. DIFFICILE

6	8	5	19
4	7	9	20
1	3	2	6
11	18	16	

### Memory

A	M	B	E	M	F
B	E	G	F	A	G