

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2010)
Heft: 19

Werbung

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: 19.02.2026

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

Des chefs-d'œuvre miniatures en grand format

Le livre annuel des timbres-poste suisses 2010



CHF 66.-

Un ouvrage unique et le cadeau idéal! Cet ouvrage très convoité, superbement illustré et bien documenté présente l'année philatélique 2010, riche en thèmes et en couleurs.

Ainsi, partez à la découverte du Carnaval de Bâle, de la musique et des costumes folkloriques, d'illusions d'optique inouïes, de sauriens tombés dans l'oubli et de bien d'autres choses encore.

Témoin de son temps, cette collection parachevée à la main présente sur plus de cent pages en quatre langues (de/fr/it/en) les 49 timbres originaux émis cette année avec les oblitérations premier jour ainsi qu'une vignette exclusive.

Passez votre commande sous www.poste.ch/philashop ou au numéro de téléphone 0848 66 55 44.

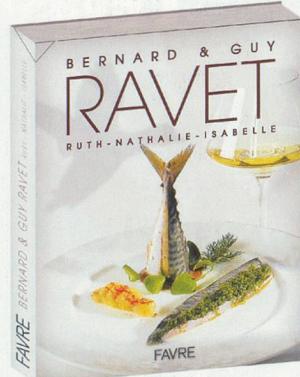
LA POSTE



Les recettes signées Ravet

A 63 ans, le chef étoilé de Vufflens-le-Château publie son premier livre de recettes originales aux Editions Favre. Un ouvrage de 210 pages, mitonné avec l'aide de ses enfants Guy et Isabelle qui œuvrent quotidiennement à

ses côtés en cuisine. Pour être complet et réunir toute la famille, Ruth, l'épouse de Bernard Ravet, a apporté son soutien et son coup d'œil au chapitre des arts de la table, alors que Nathalie, sommelière hors pair, a accordé les vins aux bons petits plats. **En prime, pour Générations Plus, l'auteur dédicacera chaque ouvrage.**



Prix abonnés: 72 fr. (+ frais de port)

Non-abonnés: 89 fr. (+ frais de port)

Nom _____

Prénom _____

Adresse _____

NPA / Localité _____

Signature _____

Dédicace à _____

A retourner à **Générations Plus**,
rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne

Dolce Gusto à prix doux

Offre spéciale
129 fr.
au lieu de
229 fr.

Faites-vous plaisir à l'approche des fêtes! Grâce à Nescafé Dolce Gusto, les Espresso, Caffè lungo, Cappuccino, Mocha ou encore Latte macchiato n'auront plus de secret pour vous. Cette machine dispose d'une sélection de 18 boissons pour chaque moment de votre journée. Elle reste néanmoins simple à utiliser, facile à nettoyer.

DISPONIBLE: en blanc, rouge métallisé, anthracite, argenté, noir et rouge brillant.



L'automne arrive, profitez de notre offre de miels monofloraux pour vous préparer à la saison hivernale en renforçant vos défenses immunitaires.

Les premiers inscrits recevront une plaquette explicative sur le monde des abeilles et du miel. Attention: exemplaires en nombre limité!

+ Participation aux frais d'emballage et d'expédition 6 fr. 50

Prix abonnés: 129 fr. (+ frais de port)

Prix non-abonnés: 229 fr. (+ frais de port)

Je commande

1 machine à café

Couleur: _____

Nom/Prénom _____

Adresse _____

NPA / Localité _____

Signature _____

Miel un bienfait de la nature

DÉSIGNATION DES MIELS	CARACTÉRISTIQUES	PRIX DE VENTE	OFFRE LECTEUR
THYM 500 g	Il est plus ou moins foncé avec une saveur assez forte. Recommandé dès les premiers froids.	13 fr.	11 fr.
ORANGER 500 g	Jaune, ambré, transparent et onctueux, il a une saveur très agréable. Douce nuit.	13 fr.	11 fr.
CHÂTAIGNIER 500 g	Foncé et épais, toujours liquide. Il est reconnu pour son amertume.	13 fr.	11 fr.
CITRONNIER 500 g	Blanc, crémeux avec un parfum délicat. Léger goût d'agrumes.	13 fr.	11 fr.
ROMARIN 500 g	Miel très clair et d'une saveur délicate douce et délicate. Consistance onctueuse.	13 fr.	11 fr.
LOT DE 6 MIELS 45 g	Un lot de dégustation de 6 miels variés avec des goûts très différents.	14 fr. 50	12 fr.
GELÉE ROYALE BIO 100% PURE	Gelée royale bio pure en flacon Airless 30 g pour une cure d'un mois. Un concentré d'énergie. Vitamines, acides aminés, oligo-éléments, sels minéraux: – flacon sous vide, à l'abri de l'air et de la lumière – une conservation parfaite après l'ouverture – dosage facile: 4 pression par jour (1 g)	49 fr.	39 fr.



JE COMMANDE:

Miel de citronnier

Nom/Prénom _____

Miel de thym

Miel de romarin

Adresse _____

Miel d'oranger

Lot de 6 miels

NPA / Localité _____

Miel de châtaignier

Gelée royale bio

Tél. _____ Signature _____

Pour commander: **Générations Plus, rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne**

280 billets offerts

Théâtre Nuithonie

10 places pour

RICHARD III

Vicieux, conspirateur et manipulateur, tel est le Richard dépeint par William Shakespeare.

20 places pour

LA COMÉDIE DES ERREURS Mardi 11 janvier 2011 à 20 h

On reprend le même William Shakespeare. Avec cette fois une pièce basée sur la confusion entre jumeaux.

Théâtre du Passage

60 places pour

CARMEN Vendredi 10 à et mardi 14 décembre à 20 h

Carmen aimante le regard des hommes. Elle séduit Don José, le poussant à déserter l'armée. Mais un rival va s'opposer à lui. Tout en est place pour la tragédie, sur une musique de Bizet.

Théâtre du Crochetan

10 places pour

SANDRINE VIGLINO Vendredi 10 décembre à 20 h 30

De l'humour et une bonne dose de provocation, surtout quand on se produit à Monthey et qu'on lâche des phrases comme: «C'est ça être rebelle en Valais: ne pas être mariée, ne pas avoir de maison, ni de 4x4...»

10 places pour

LA PANNE Mardi 21 décembre à 20 h 30

Friedrich Dürrenmatt nous conte ici l'histoire d'Alfredo Traps. Il est heureux, marié, infidèle sans excès. Mais... Le moteur de son automobile toute neuve a des ratés.

Théâtre de Vevey

10 places pour

LE NEVEU DE RAMEAU Jeudi 9 décembre à 19 h 30

A écouter le philosophe Diderot, le gaillard est infréquentable. Le fameux neveu du musicien Rameau serait un parasite amoral politiquement incorrect. Pourtant, quand les deux hommes se rencontrent dans un café, eh bien, ils conversent.

Fribourg

Mercredi 15 décembre à 20 h

20 places pour

COCTEAU MARAIS

Vendredi 17 décembre à 19 h 30

Jean Cocteau était ce qu'on appelle un être d'exception. Qui a de surcroît rencontré tous les grands de son époque. Et puis, il y a eu l'acteur Jean Marais, le compagnon.

Théâtre Benno Besson

20 places pour

LA REINE DES NEIGES

Mercredi 19 janvier à 19 h

Un troll invente un miroir magique qui reflète le beau en moche, le bon en mauvais. Hélas, il se brise en des milliards de morceaux. Dès 7 ans.

Fondation Pierre Gianadda Martigny

30 billets pour

DE RENOIR À SAM SZAFRAN Du 10 décembre au 12 juin 2011

Une sélection de 130 œuvres appartenant à un collectionneur privé. L'exposition retrace l'évolution de la peinture depuis Jean-Baptiste Corot et Eugène Boudin jusqu'à nos jours.

Cinéma

30 places pour

UNE VIE DE CHAT A faire valoir dès le 22 décembre à Genève, Lausanne, Neuchâtel, La Chaux-de-Fonds, Fribourg et Vevey

Un très joli dessin animé, réalisé avec une certaine dose de poésie, à découvrir avec vos petits-enfants. Loin de l'univers des studios américains, il conte la double vie de Dino le chat qui passe ses journées avec Zoé, la fille d'un commissaire, et ses nuits sur les toits avec un voleur.

POUR GAGNER DEUX INVITATIONS

PAR SMS: tapez PLUS, après un espace écrivez le mot souligné du spectacle auquel vous voulez assister et vos coordonnées complètes, puis envoyez au 959 (1 fr. 90/sms).

PAR CARTE POSTALE: écrivez-nous à quel spectacle vous voulez assister et envoyez vos coordonnées à Générations Plus, rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne. Les gagnants seront avertis une semaine avant le spectacle.

EXPLORATION DU MONDE

60 billets pour

GROENLAND, SUR LES PAS

DE PAUL-ÉMILE VICTOR Du 14 janvier au 2 février

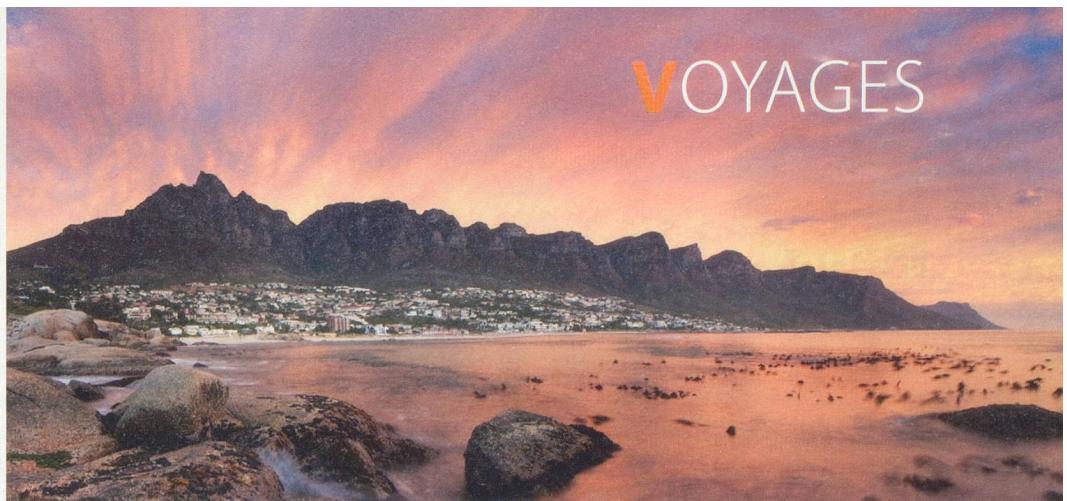
Film-conférence de Stéphane Victor, son fils

A faire valoir dans neuf villes vaudoises et valaisannes. Offre non valable à Payerne. Programme complet sur www.explorationdumonde.ch



DR

Générations Plus, rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne – www.generationsplus.ch



VOYAGES

A la découverte de l'Afrique du Sud

du 19 au 31 mars 2011

Les joyaux de la nation arc-en-ciel

Le monde en un seul pays! Le slogan de l'Office du tourisme sud-africain n'est pas galvaudé: un pays, 9 provinces, 11 langues. *Tourisme pour Tous et Générations Plus* vous

invitent à découvrir en 13 jours ce kaléidoscope unique, ses décors, ses senteurs et ses couleurs. Un périple qui s'achèvera dans l'extraordinaire parc national Kruger.

SAMEDI 19 MARS Vol Lufthansa de Genève à destination du Cap (via Francfort).

DIMANCHE 20 MARS Accueil et transfert au Waterfront pour le déjeuner. L'après-midi, tour de ville puis ascension en téléphérique au sommet de la Montagne de la Table. Vous apprécieriez une vue à couper le souffle sur la ville, tout en dégustant une coupe de champagne local.

LUNDI 21 MARS Découverte de la péninsule du Cap et du cap de Bonne Espérance où se mêlent les océans Atlantique et Indien. Arrêts en cours de route à Hout Bay pour effectuer une croisière à l'île aux phoques et à Simon's Town, où vit une colonie de plus de 700 manchots.

MARDI 22 MARS Départ pour la route des vins dans la région de Stellenbosch. Dégustation. A Franschoek, visite du musée dédié aux huguenots. Continuation jusqu'à Swellendam.

MERCREDI 23 MARS Découverte de la première partie de la route des jardins: à Mossel Bay, embarquement à bord de l'Outeniqua Choo Tjoe, un célèbre train à vapeur le long de l'océan Indien. Arrivée à George et départ pour Knysna, petit village surnommé «la perle de la Route des Jardins».

JEUDI 24 MARS Croisière sur le lagon de Knysna et dégustation d'huîtres. Route pour Port Elizabeth et visite du parc national de Tsitsikamma.

VENDREDI 25 MARS Découverte des projets de l'ONG IMBEWU, soutenue par Roger Federer, qui a pour but de renforcer le développement des enfants à travers le sport et l'éducation. Au cœur du township, vous aurez le privilège de découvrir une autre Afrique du Sud, pleine de défis. En fin de journée, vol à destination de Johannesburg.

SAMEDI 26 MARS Visite de Soweto. Ville de 1 300 000 âmes. Elle doit sa notoriété internationale, aux émeutes estudiantines de 1976. Des adolescents noirs protestaient contre l'imposition de l'enseignement exclusif en langue afrikaans lorsque la police ouvrit le feu... Puis, visite du stade Soccer City qui accueillit le match d'ouverture et la finale de la Coupe du Monde 2010 avant de prendre la route vers Pretoria.

DIMANCHE 27 MARS Visite du canyon de la Blyde River, une gorge gigantesque de 26 km de long creusée dans l'escarpement rocheux. Continuation vers Pilgrim's Rest et visite de cette petite ville fantôme, véritable musée de la ruée vers l'or.

LUNDI 28 MARS Journée entière de safari en 4x4 sur les pistes du parc Kruger, la plus grande et la plus ancienne réserve naturelle d'Afrique du Sud.

MARDI 29 MARS Départ pour un nouveau safari, accompagné de votre ranger spécialisé. Le lever du jour est le moment le plus propice à l'observation des animaux.

MERCREDI 30 MARS Route en direction de Johannesburg et transfert à l'aéroport. En soirée, vol Lufthansa à destination de Genève (via Francfort).

JEUDI 31 MARS Tôt le matin, arrivée à Genève.

NOTRE OFFRE

Prix en chambre double abonné 4895 fr.

Prix en chambre double non-abonné 5045 fr.

Supplément chambre individuelle 325 fr.

Programme complet sur www.generationsplus.ch

A la découverte du Sri Lanka

Massages ayurvédiques au pays des Eléphants

Avec son nouveau partenaire *Destinations Santé*, *Générations Plus* vous propose un voyage mixte, comprenant aussi bien des excursions magnifiques et exotiques que des soins pour le bien-être des voyageurs. Laissez-vous dorloter et emmener sur cette île magique où les images fortes et les odeurs sont légion. Jungle, rizières, varans, temples, thé, cannelle, et bois rares, le dépaysement est garanti.

Du 2 au 12 mars 2011

NOTRE OFFRE

Prix en chambre double abonné 2965 fr.

Prix en chambre double non-abonné 3400 fr.

Supplément chambre individuelle 590 fr.



Programme complet sur www.generationsplus.ch

Pour inscriptions et programmes détaillés des voyages: e-mail: spasquier@generationsplus.ch