

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2011)
Heft: 28

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: 10.01.2026

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

Air du temps**6 CONFIDENCES****Engagée au Népal**

Nicole Niquille, première femme guide de montagne en Suisse, est handicapée. Aujourd'hui, elle se consacre plus que jamais aux autres.



p. 26

DR

26 COME-BACK**Michel Delpech ressuscité**

Le chanteur sera bientôt en concert à Genève. L'artiste revient sur le devant de la scène après une longue descente aux enfers.

Bien dans son âge**30 SOINS CAPILLAIRES****Des cheveux beaux et écolos**

L'âge et les changements hormonaux altèrent la beauté de votre chevelure. Conseils et recettes pour retrouver de l'éclat.



p. 30

Shutterstock Strelkova

36 SOUS LA COUETTE**Faites de beaux rêves!**

Comment favoriser les songes, avant de sombrer dans les bras de Morphée. Possible ou impossible?



p. 70

Shutterstock Jaimaa

70 DÉCOUVERTE**Le Kerala, mystique et mystérieux**

Riche de traditions religieuses et culturelles, ce petit Etat du sud-ouest de la péninsule indienne offre également une nature luxuriante.

Le cahier futé**40 Vos droits**

Choisir ses héritiers

41 Votre argent

Le mariage tardif décortiqué

43 Phytothérapie**44 Notre concours****49 Pro Senectute****51 Sexualité**

Et si on changeait?

**Les rubriques****67 Livres**

Derrière le rideau
de Marie Lise Labonté

69 Gastronomie

Tarte aux pommes
de Bernard Ravet

74 Les jeux

4 pages de réflexion et
d'amusement

80 Les annonces

Le Club
320 billets
de spectacle
gratuits
Le quatre-heures
En compagnie
de Nicole Métral
et sa tribu

Couverte: Welloaja Jentsch